

四谷・箆笥・榎だより

この「四谷・箆笥・榎だより」は、3ヶ月に1回発行します。地域のボランティア活動情報をお届けします。

第4号 平成29年2月15日
発行：新宿区社会福祉協議会

牛込地区のふれあい・いきいきサロン活動を紹介します。

サロンとは・・・

「ふれあい・いきいきサロン」は、外出機会の少ない高齢者、障害者、子育て中の方など、地域に住む誰もが参加できる、居場所づくりの活動です。

あいあい いきいきサロン「逢愛」

12年前から実施しているサロンです。地域の身近な場所、ほっと一息できる場所として、継続してきました。

みんなでテーブルを囲み、和やかな雰囲気の中で、お茶菓子を食べながら、地域ならではの情報交換や、お買い物情報などの、おしゃべりを楽しんでいます。

時には、施設のお手伝いとして、布製品の小物づくりも行っています。

初めての方の参加も大歓迎です。皆さまの参加をお待ちしています。

場 所：常泉寺釈迦殿（原町2丁目）

日 時：毎月第2金曜日

13時半～15時半

参加費：100円

スイトピー



平成20年より活動している高齢者向けの体操サロンです。60歳以上の方なら誰でも参加できます。

新宿区が作成した介護予防体操・新宿いきいき体操を中心に、三百六十五歩のマーチ、きよしのズンドコ節（リズム体操）などDVDを見て、歌を口ずさみながら楽しく体を動かしています。

体操の他にも、ユニークな替え歌や早口言葉で声を出したり、お手玉を使った脳トレやしりとりなどを工夫して行っています。

女性の参加者の多いサロンですが、男性の方の参加も大歓迎です。

場 所：東五軒町地域交流館

日 時：第1～4（火）13時半～15時

参加費：2ヶ月1,000円



一芸披露のボランティアを紹介します。

介護老人保健施設マイウェイ四谷のクリスマス会で、法政大学アカデミー合唱団の学生さんが、合唱を披露しました。学業やアルバイトの合間を縫って練習したという素晴らしい歌声を、100名近い入所者を前に披露してくれました。曲は、クリスマスソングや童謡のふるさとなどでした。

歌声に聞き入ったり、一緒に歌ったり。最後にはアンコールの声に合唱団が快く応え、コンサートを一緒に楽しむことができました。

皆さんも趣味や特技を活かし、地域でボランティアをしてみませんか。



ボランティア情報交換会を実施しました。



1月28日(土)四谷保健センターで、平成28年度の東地区ボランティア情報交換会を開催しました。

32名の方が参加し、「子ども」「高齢者」「地域」の3テーマで意見交換が行われました。

高齢者も子どもも障害のある人も、一緒に楽しめる居場所を作りたい！一人一人が助け合う、声をかけあう雰囲気づくりのために、まずはあいさつをしよう！など具体的な話がありました。

会の最後は、名刺交換会。昨年好評だった「地域で役立つ名刺」を今年も作りました。肩書でなく、めいめいの「好きな言葉」が記されている名刺なので、初めて出合った同士でも、その言葉をきっかけに、会話が始まり会場のあちこちで「活動者の輪」がひろがりました。



新宿ボランティア・市民活動センター 東分室

[場所]新宿区三栄町25番地
[開庁時間]月～金曜日 午前8時30分～午後5時

[TEL]03-3359-0051

[FAX]03-3359-0012

☆四谷・筆筍町・榎町地区の
ボランティア活動に関する相談やお問い合わせを
どうぞお気軽にお寄せください☆

四谷ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場所]新宿区内藤町87 四谷特別出張所内
[開庁時間]月～金曜日 午前10時～午後5時
[TEL/FAX]03-3359-9363

牛込ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場所]新宿区筆筍町15 筆筍町特別出張所内
[開庁時間]月～金曜日 午前10時～午後5時
[TEL/FAX]03-3260-9001