

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12号 平成31年2月15日
発行：新宿区社会福祉協議会

私たちのまわりでは様々な年代の方がボランティア活動をしています

学生の時からボランティア活動を行い、就職後も休みの日に活動している20代の男性、子どもと一緒に活動している子育て中の女性、退職後、趣味の延長でボランティアを始め、多様なボランティア活動で活躍している70代の男性。様々な年代の方がボランティア活動をしています。ボランティアをやってみようかなと思った時がベストなタイミング。

何歳からでも始められます。いつでもお気軽に社会福祉協議会へご相談ください。

四谷地区

退職後、趣味からはじめるボランティア

70代



木村さんの活動です。
地域見守り協力員事業

…月2回程度高齢者宅に訪問し、区発行のおたよりを配布しながら、生活を見守る。

ちょこっと・暮らしのサポート事業

…認知症の高齢者との散歩、電球交換や荷物の移動



災害ボランティア登録

…災害時、地域本部等でボランティアをサポートする活動

趣味のマラソンを活かし、知的障害者と一緒に走る
伴走ボランティア



趣味ではじめた歴史を紐解く
近世文書の研究と区の文化財協力員の活動などなど
様々な活動で活躍しています。



Q：ボランティア活動のきっかけは？

A：20年前に体力を鍛えることからはじめたマラソンから、障害児のマラソン伴走にはじまり、いつの間にか地域のボランティアということで、老若男女の方々の支援を行っていました。

Q：最近のボランティア活動はいかがですか？

A：認知症の方の支援をしました。アルツハイマー型認知症の方と一緒に散歩をしたり、認知症夫婦の方の安否確認の声かけでした。しかし、認知症の進行のため、支援は長くありませんでしたが、介護保険などの制度につながる前の、互いに貴重な時間だったと思います。その他は、冬場の衣替えで荷物の移動の手伝いをしました。

Q：これから地域活動を始める方へ一言。

A：地域活動をしてみて、認知症の方やちょっとしたことで困っている方がいるのだと知りました。

自分のできることを、無理のない範囲で行うのがボランティア活動です。できることがきっとあるはずです。関心のあるものから一歩を踏み出してみましょ。

四谷地域センター祭り

イベント告知

日時：3/24（日）10時～
場所：四谷地域センター1階

認知症サポーター
ロボ隊長の
ロボのストラップ
作り



認知症の理解を深めて
ストラップを作ろう♪

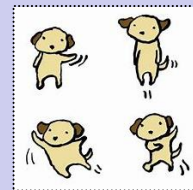
笹筒町
地区

子どもと一緒に
ボランティア

子育て世代



体操サロン「スイトピー」
一緒に体操しませんか



参加者を募集しています。まずは見学から、お気軽にお問合せください。

【日時】第1～4火曜日13時半～15時

【場所】東五軒町地域交流館

【参加費】2ヶ月分1,000円

【参加要件】60歳以上の方なら誰でも

【内容】新宿いきいき体操や健康体操の他、お手玉遊びやしりとりなど

香山さんは、昨年の9月から高齢者を見守る見守り協力員の活動を始めました。2人のお子さんたちといっしょに、利用者である沓沢さんのお宅を月2回訪問し、玄関先でお声かけをしています。

活動を始めたばかりの頃、「どうして親戚ではない人の家に行くの?」とお子さんたちに尋ねられたそうです。香山さんは、「お一人暮らしの高齢の方は、近所の人から声をかけてもらえたら安心するよね」と見守り協力員の活動をお子さんに説明しました。

今では、近所で沓沢さんに会うと、お子さんたちから声をかける関係になったそうです。

香山さんは、見守り協力員の活動は、人を思いやる優しい気持ちを育む活動だと感じているとのことでした。

榎町
地区

学生の時から
ボランティア



左：高齢者宅のベランダでつぼの移動
上：高齢者宅のベランダ清掃

学生時代からボランティア活動をしている佐藤さんに活動を続けている理由ややりがいなどを伺いました。

佐藤さん：

学生の時、地域交流に興味があり、社協でのボランティア活動を始めました。社会人になっても時間・心の余裕、活動に対するモチベーションを維持することができたため活動を続けさせていただいています。

短い時間で簡単な内容の作業でも、困っている方の力になれるという事が私のやりがいです。

新宿ボランティア・市民活動センター 東分室

【場所】新宿区四谷三栄町10-16
【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・笹筒町・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】新宿区笹筒町15 笹筒町特別出張所内
【開庁時間】月～金曜日 午前10時～午後5時
【TEL/FAX】03-3260-9001