

おちあいだより

題字は、落合地区在住の三輪良子さんの和紙貼り絵です。



地区情報紙「おちあいだより」は、3ヶ月に1回発行します。落合の地区情報をお届けします。

個人への支援から地域活動へ

今号では、落合地区の個人を支える活動と、個人を支える活動での気づきから地域活動（サロン活動）へと広がった事例を紹介いたします。

新宿区では、地域の支えあい活動として、地域見守り協力員があいさつや声かけを通じて高齢者の生活を見守っています。

地域見守り協力員事業

協力員 塚田さん

利用者 木村さん

落合第二地区

社協からの声かけで活動を始めて7年。今ではサロンや施設ボランティアに活動の幅が広がり、自分自身が力をもらっています。また喜んでもらえることが原動力です。このような支えあいが地域にどんどん広がっていくことを願っています。



塚田さんが届けてくださるぬくもりだよりに掲載されている脳トレや、料理のレシピを参考にしています。何より塚田さんにお会いして話をすることが楽しみです。

個人支援活動



地域活動

ふれあい・いきいきサロン ぬくもりサロン

落合第一地区

ふれあい・いきいきサロンは、地域の誰もが参加できる居場所づくりの活動です。



落合第一地区の地域見守り協力員の方々が、協力員と利用者が交流する場がほしい、と立ち上げたのが「ぬくもりサロン」です。当時落合地区には高齢者が集えるサロンがなく、地域からも望まれていました。回数を重ねる中、日時の固定、対象者を限定しないなど、地域の方が参加しやすいよう試行錯誤し、今年1月17日には記念すべき100回目の開催を迎えました。スタッフが気になる参加者をさりげなく見守る場にもなっていて、必要に応じて高齢者総合相談センターや社協につなぐなど、地域の見守り・支えあいの拠点のひとつとなっています。

※100回記念の様子はホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。

落合ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場 所] 新宿区下落合4-6-7 落合第一特別出張所内

[開所時間] 月～金曜日 午前10時～午後5時

[TEL / FAX] 03-5996-9363

ボランティア活動に
参加しませんか？
お気軽にこちらまでご相談ください



よどばし

地区情報紙「よどばし」は3ヶ月に1回発行します。
北新宿・西新宿の地区情報をお届けします。

題字は西新宿にお住まいのボランティア
佐藤秋穂さんの作品です



柏木地区 個人への支援 から 地域活動へ

自分にできることは工務店の技術を活かすこと。仕事とははっきり分けて、ボランティア活動を続けている峰さんを紹介します。

長く工務店をやってきましたが、年齢のこともあり、仕事をセーブしたいと思いました。暇な時間があるのはよくないので、なにかできることはないかと考え、社協のボランティア登録をしたのが12年前。ちょこっと・暮らしのサポート事業に協力して、ちょっとしたことに困る人が、思いのほかいることを知りました。

数年前、自宅近くに公園が整備されることになり、地域のみなさんと一緒に、公園に植える樹木を決めました。公共の場としての公園の役割を知りました。日中は小さな子どもが遊びに来るので、夜間持ち込まれ捨てられた食べ物のゴミを掃除するため、公園サポーターをしています。



修理はおまかせ

ストレスなく、時間を持って余さないよう身体を動かすことが健康の秘訣です。ボランティアは誰かのためではありますが、自分のためにやっていることでもあるのです。



町会・地域活動



個人支援活動

角筈地区 地域活動から個人支援へ

町会活動から、地域の居場所（カフェ）のお手伝いをはじめ、現在はちょこっと・暮らしのサポート事業の協力員としても活躍している星野さんを紹介します。

地域の諸先輩への恩返しと思い、自分にできることをしようと、40代から町会活動を始めました。先輩方の良いところを吸収しながら、自分自身楽しんで活動をしています。

また、地域の居場所「つのはず友遊カフェ」を、町会員として手伝っています。そこで社協の事業を知り、ちょこっと・暮らしのサポート事業に協力することになりました。

町会以外でも地域の中には困っている人がいると思うので、自分にできる範囲でお手伝いしたいと思っています。

見返りを求めないのがボランティア活動ですが、いずれ、自分のためになると思います。地域の中で新しい発見ができるので、楽しみです。



高齢者宅の窓拭き

ボランティア活動に
参加しませんか？
お気軽にこちらまでご相談ください



淀橋ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場 所] 新宿区北新宿2-3-7 柏木特別出張所内
[開所時間] 月～金曜日 午前10時～午後5時
[TEL / FAX] 03-3363-3723