

配食グループ こだま

区役所が開催したボランティア講座から、グループが発足しました。高齢者を対象に、週1回心のこもった手づくりのお弁当を調理、配達しています。“盛りだくさんで、美味しい”と評判です。

調理班は朝9時から調理を開始。45食作っています。お弁当が温かいうちに、配達班が利用者のお宅へ配達します。配達班は男性が中心で、ボランティア1人が10軒ほど回ります。ボランティアは62名。週ごとに4つの班を組んで活動するので、調理ボランティアは月1回、配達ボランティアは月2回の当番制で活動しています。

こだまの活動の特徴は、調理担当者が交代で“献立当番”を担当すること。「自分にはとても無理」と思っていた人も、自分の隠れた才能！？を発見するチャンスになるようです。

配食サービスの利用をご希望の方へ：配達地域などの制限があります。電話でお問合せください。

活動日 第1～4木曜日
午前9時～午後2時

場所 中野地域ケアプラザ
近隣配達地域

連絡先 配食グループ こだま
080-1117-7990

「こだま」で活動中のみなさんにインタビュー

活動のきっかけは？

Aさん男性) 退職後、“All Sunday＝毎日が日曜日”にならない程度に活動したいと思って。健康維持にも役立っています。

Bさん男性) 自分もいずれお世話になるかもしれない、元気なうちに人の役に立ちたいと思って。回覧版で、自然に情報を得ました。社協のボランティアセンターで「こだま」を紹介されました。

ここだけのおはなしで・・・「活動が辛いな」

「今日は休みだな」と思うことはありませんか？

Eさん女性) ありません(笑)。月に一度の活動なので、当日をととても楽しみにしています。

Fさん男性) 会社員のときはトラブルがあれば日を持ち越して処理にあたりましたが、役割分担し、仲間やケアプラザの力を借りて解決できる。責任はありますが、負担に感じるほどではありません。実は、労働力や技術としては大したことをしていません。それでも「ありがとう」と喜ばれ、逆に元気をもらっています。



活動をしていて、困ったことやご苦労は？

Cさん男性) 配達先で迷ったり。利用者が高齢なので、玄関まで受取りに出るのに時間がかかったり。ドアチャイムが聞こえない時や、留守の場合には、手渡しできるまで何度でも配達しています。
Dさん女性) 集金などで訪問すると、利用者のお話が止まらないことがあります。お弁当だけではない関わりも、必要とされていると感じます。

“ボランティア”というと高尚なイメージですが、

Dさん女性) 自分自身を立派とは思いませんが(笑)。なぜかお人柄の温かい人たちが集まっています。教えられることや発見がたくさんあります。

Gさん女性) 実は私は料理が嫌い。パソコンは好きで、お弁当の写真の記録係になりました。活動のために上手になりたいと思ったことが、励みになりました。

Hさん女性) 動機が不純かもしれませんが、知人に「あなた、時間がありそうだからやりなさいよ」と言われて。活動を始めてみた今、ずっと続けていきたいと思っています。

配達男性ボランティア大募集中！ 配達の担い手が足りず、困っています

月1回、11時半から12時半の1時間 「こだま」での活動を始めてみませんか？
ボランティア活動が初めての方 大歓迎です。お気軽にお問合せください。



第18回 サマーボランティアスクール 報告

区内の施設や団体のご協力のもと、栄区社会福祉協議会が主催するサマーボランティアスクールが今年も無事に終了しました。ココロもアタマも柔らかい中学生たちには、どんな収穫があったのでしょうか？

6月

参加生徒募集

49名の生徒が参加してくれました。

7月21日

オリエンテーション

実習が始まる前に、施設の説明を聞き、注意事項を学びました。

7月23日～8月3日

体験実習

21のコースに分かれて活動しました。
「ときどきするね♥」

8月24日

反省会

スライドショー上映
感想文集と
修了証の授与

高齢者施設



小菅ヶ谷地域ケアプラザ
など7コース

SELP・社など6コース

障がい者施設



お話し相手やレクリエーションのお手伝い

「お年寄りや「人生の大先輩」だということを知りました。施設職員の皆さんのことも、とても好きになりました。」

施設内での作業や介助のお手伝い

「利用者の方にパン作りを習ったり、励まされたりして嬉しかったです。有意義な体験をしました。」

保育園

桂台保育園など8コース



園児と一緒に水遊び。保育のお手伝いなど。

「言葉かけひとつで子どもが傷ついたり不安になったり、また、元気になったり…。かける言葉の重みを知りました。」

できたよ
たいへん
できました

「楽しかった！」

「ありがとうと言われて嬉しかった！」

「またボランティアをしたい！」

こんな嬉しい感想がたくさんありました。

ひと夏の体験実習だけでなく、頼もしいボランティアの仲間入りをしてほしいと期待しています！

生徒たちを歓迎してくださった体験実習先のみなさま、

どうもありがとうございました。

笠間地域ケアプラザ（笠間1-1-1）

成年後見制度について

自分の今後や、財産をどのようにしたらよいでしょうか？

日 時：11月16日（金）

午後1時～午後3時（無料相談会あり）

対 象：成年後見制度に関し興味のある方

会 場：3階 多目的ホール

定 員：20名程度

申込み：自由参加（包括支援センター）

男性のための料理教室

～男子厨房に入るべし～

ごはんの炊き方や味噌汁の作り方など、初心者向けの料理教室です。お気軽にご参加ください。

日 時：11月3日・10日、12月8日（木）

午前10時～午後1時

対 象：料理初心者の男性

会 場：3階 調理室・多目的ホール

料 金：500円（材料費として）

定 員：10名 原則として全3回出席の方

締切り：10月27日（土）

* 応募多数時抽選。当選者のみに連絡します。

子育て応援プログラム

「親子de体験 ドキドキ保育園ツアー」

保育園で開催するプログラムを、親子で体験しませんか？保育園の様子も見学できます。

日 時：11月5日（日）～11月16日（金）

午前9時30分～正午

対 象：0才～5才児と保護者

会 場：栄区内の保育園

定 員：30組

締切り：定員になり次第締切り

持ち物：飲み物、おかず入りのお弁当、上履き、

ハンカチ、ティッシュ

（保育園により変更あり）

* 応募多数時抽選。当選者のみに連絡します。

* 保育園の入園とは関係ありません。

☆すべての催しに、事前申込みが必要です☆

【問合せ・申込み】笠間地域ケアプラザ

電 話：890-0800（おひま尾家）

FAX：890-0864

Eメール：kasamacp@orion.ocn.jp



ボ ラ ン テ ィ ア 募 集

☆介護老人保健施設 **ケアポート・田谷**
（田谷町 2030-3）

① お話し相手：随時

② 昼食・夕食時の配膳・下膳のお手伝い

時 間：午前11時30分～午後1時

午後5時30分～午後7時

*お昼をまたぐ活動の場合、昼食を支給。

電 話：858-5882（菊池）

☆ 身体障害者療護施設 **リエゾン笠間**
（笠間3-10-1）

入所者の日中活動や外出活動のお手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。

日 時：午前9時～午後5時の活動可能な時間

*週1回・月1回でも、2～3時間でも構いません。

電 話：898-3533（森山・富田）

FAX：898-3534

Eメール：liaison@douaikai.com

「そら」からのお願い 📌📌📌

取り上げてほしいテーマやグループがありましたら、ボランティアセンターまで情報をお寄せください。ボランティア募集や、掲載してほしい記事がありましたら、お気軽にお問合せください。

栄区社会福祉協議会ボランティアセンター 89-8521