

あさひ 共に支えられ生きていく

# いきいき宣言

地域共生社会を目指して

## 共に支えられ生きていく

横浜市旭区社会福祉協議会

### 生活のちょっとした困りごとを助ける ボランティア特集

## ～支え、支えられ～

「ボランティアって大変そう…」 「自分にはハードルが高い」。そんな風に考えている人もいるかもしれません。実は身近なところから、いつでもボランティアを始めることができます。今回は、「生活のちょっとした困りごと」を支えている地域の方々を紹介。お話しを伺って見えてきたのは、誰かを「支える」ことによって、自分自身も「支えられている」ということ——。双方向の関係性を紐解いていきます。

### 住民同士の 支え合い・助け合い

## ちよこつとボランティアがわい

【お申込み】毎週火・金 9時～12時  
活動エリア：川井地区  
☎080-7234-0949



林田会長(中央)と運営委員会のメンバーの方々

日常生活のちょっとした困りごとを解決する有償ボランティア活動「ちよこつとボランティアがわい」。川井地区を活動エリアとして、草とり、簡単な庭木の剪定、ゴミ出しなど様々な依頼に対応しています。発足から5年が経ち、室内の掃除・片付けなどの依頼も増えているそうです。リピーターの方も多く、「次回もお願いします」と声をかけられると励みになるそうです。

#### 見守りにも一役

依頼者には高齢者が多く、中には一人暮らしの人もいます。「見守りも意識して活動しています」。定期的に会っているからこそ、些細な生活の変化に気付くこともできます。状況によっては行政や地域ケアプラザにつなぎ、住民の暮らしを支えています。

活動者には70代の方が多く、若い仲間を募ることが今後の目標の一つです。「ボランティアは地域とつながりを持つ良い機会。ぜひ一緒に地域の困りごとを解決しませんか」と参加者を募っています。



依頼が多いお庭の掃除

### 外出を支援するガイドボランティア

## 移動情報センターあさひ

【ご登録・お問い合わせ】  
移動情報センターあさひ(旭区社会福祉協議会内)  
TEL:045-392-1124 FAX:045-392-0222

外出が困難な障がい児・者を支援する「移動情報センター」。旭区で87人がガイドボランティアとして登録されており、依頼者の通学や通所、通院などに付き添っています。

小林圭恵さんと大島くに子さんは現在、小学1年生の児童の登校を支援しています。「旭区に移り住む前、子どもが小さな時に地域の方々にお世話になったんです。何か恩返しがしたくて」と小林さん。約7年前に始め、2、3年間登校に付き添ったことも。「一人で登校できるようになることが嬉しいです」と子どもの成長が大ききやりのがいたと言います。

大島さんは今年4月にガイドボランティアを再開。児童が楽しく安全に通学できるようにと、コミュニケーションに工夫を凝らします。活動は自身の健康維持にもつながっており、「生活にハリが出ます。体力があるうちは続けていきたいですね」と笑顔で話します。

#### 地域交流の一助に

「親以外の人と知り合うことは、子どもにとっても良い経験になっています」と話すのは、1年生の児童のお母さん。ガイドボランティアの活動は、地域交流を育むことにもつながっています。



民生委員・児童委員も務める大島さん(左)と小林さん



### ボランティアが「必要な人」と「したい人」の架け橋

## 旭区ボランティアセンター

【ご登録・お問い合わせ】  
旭区ボランティアセンター(旭区社会福祉協議会内)  
TEL:045-392-1133 FAX:045-392-0222  
✉asavora@ceres.ocn.ne.jp

ボランティアセンターは、ボランティアが「必要な人」と「したい人」をつなげたり、相談受付や情報提供を行う場所。新型コロナの後遺症で療養中の黒瀬仁哉さんは社会復帰の1歩目として、自分のできる範囲で困っている人を助けたいとセンターに相談。この春から「お茶ペリサロン『さんさん』」でボランティア活動を始めました。5月からは携帯電話の販売業務経験を生かし、今宿地域ケアプラザ主催の「スマホサロン」の講師も務めており、「自分の経験や知識を社会に還元できれば」と意気込んでいます。

#### 自分自身の癒しや学びに



「若い人たちにもっとボランティア活動して欲しい」と黒瀬さん

「サロンなどで出会う人たちとの交流が、心の支えになっていました」。一連の活動で「人生の先輩、から助言を受けたり、街のことを教わったりと、「ボランティアはお互いが支え合うコミュニティ」だと強く実感したとか。また、自分のような若い世代がボランティアに挑戦することも強く願っているそうです。「予定が空いている日に、フランクな気持ちで参加して欲しい。学びもあって楽しいですよ」と呼びかけています。

### 善意銀行



## 善意銀行にご協力いただいた方々

### ありがとうございました

<順不同・敬称略>  
令和6年4月～6月

#### 金品寄付

金子 晶子、たかはし書道教室、小川 竹子、荻窪 邦昭、旭区舞踊協会、あさひ茶花道協会、伊志嶺 朝之、神奈川土建一般労働組合 横浜西支部、匿名 1件

#### 物品寄付

外山 京子、神奈川県理容生活衛生同業組合旭支部、一般社団法人パンクフォースマイルズ、万騎が原地区社会福祉協議会

善意銀行とは、皆様からの善意の寄付金品をお預かりし、旭区内の福祉施設や当事者団体、地域福祉活動団体などへ配分し、皆様の善意を広げていく事業のことです。

旭区社会福祉協議会では、ボランティア団体のメンバー・利用者募集の情報をHPで発信しています。



### 発行/社会福祉法人 横浜市旭区社会福祉協議会

●この広報紙は、「赤い羽根」共同募金の配分金で発行しています

〒241-0022 横浜市旭区鶴ヶ峰1-6-35

TEL:045-392-1123

FAX:045-392-0222

<https://www.palletasahi.jp/> 旭区社協



ホームページ



X(旧Twitter)