

セ ボ ネ

セ
タ
ガ
ヤ

ラン
ティア

ネ
ト
ワ
ー
ク



SETAGAYA VOLUNTEER NETWORK

世田谷発！ ボランティア生活発見マガジン
<http://www.otagaisama.or.jp/>

2014.12 No.128

今月のトピック

特 集 ●

「地域包括ケア」って何だろう？

～当事者とともに、あらゆる世代が暮らしやすい
せたがやをつくろう～

まちの市民力！ ● バリアフリー映画祭実行委員会
Change Your Heart

キラリ世田谷人 ● 水上 真衣さん



イラストレーション ● 一樂 恭子
イラストレーター。アクリル絵具、墨、色鉛筆を使って人物や風景を描いています。生まれてから現在まで世田谷在住。

●わたしの世田谷

気候がよい時には公園でピクニックランチをします。街や公園は季節ごとにいろんな色合いが楽しめます。

「地域包括ケア」って何だろう？

～当事者とともに、あらゆる世代が暮らしやすい
せたがやをつくろう～

長谷川幹さんはせがわみきは、三軒茶屋リハビリテーションクリニックの院長であると同時に、世田谷ボランティア協会の常務理事です。福祉事業部の拠点である、高次脳機能障がいの方の通所施設「ふらっと」の嘱託医も務めています。長年、障がい者の日常生活の支援や障がい者に対する市民の理解向上に努めてきました。

厚生労働省（以下、

2015年に介護保険制度の改正が予定されており、これは医療と介護の一体改革にむけた制度改革への第一歩といえます。厚生労働省は2025年を目標に「地域包括ケアシステム」の構築の実現をめざしていますが、具体的には地域の特性に応じてつくりあげていくとし、世田谷区でも取り組みが始まったばかりです。聞きなれない「地域包括ケアシステム」とは一体どのようなしくみで、どうやって進めていくのでしょうか？

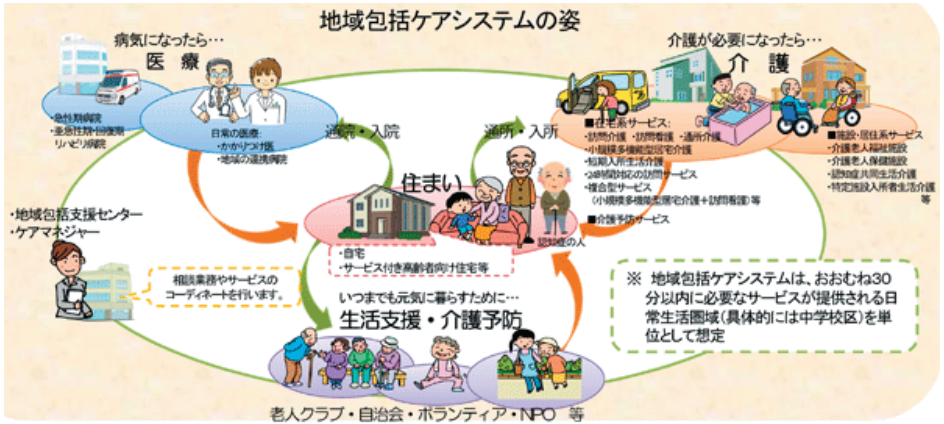
厚労省）が数年前から唱え始めた「地域包括ケアシステム（以下、地域包括ケア）」という事業に世田谷区でも本格的に取り組み始めています。地域でのケアを実践してきている長谷川さんにわかりやすくレクチャーしていただきました。



厚労省が描く地域包括ケアとは

厚労省が推進しようとしている地域包括ケアですが、まず背景から話した方が理解しやすいと思います。あと10年を経過すると、団塊の世代が75歳になり、後期高齢者層に突入します。身体の不調や認知症など障がいを抱え、日常生活に支障がある人たちが大幅に増加することになるでしょう。総人口が減少する一方で、後期高齢者が増加するのです。ところが現行の医療・介護システムの下では、これらの人たちをお金の面で支援できなくなる事態に直面してしまいます。さらに、高齢者の人口増の結果として、亡くなる人も驚くほど増えます。今はほとんどの人が病院で亡くなっていますが、厚労省は医療費を抑制するために今後病床を減らして在宅へ移行する方針なので、病院ではなく自宅で最期を迎えることとなります。それが10年後の姿です。

日本は皆保険制度なので健康保険



厚生労働省の描く地域包括ケアシステムの姿（厚生労働省ホームページより）

料を払っていれば誰でも医療を受けることができず、医療にかかるとは毎年の約30兆円を超えています。それが毎年約1兆円ずつ増えていますので、10年後には40兆円を超えるお金が必要となります。40歳以上の人たちが保険料を払っている介護保険も同じ状況です。15年前の制度スタート時は年間総予算は3.5兆円でしたが、今では7兆円を超えました。その財源は国民が払う保険料と税金で2分の1ずつ負担しています。

日本の現状を見ると、バブル崩壊以来、低成長あるいはマイナス成長の時代に入っています。企業の海外移転など産業界の衰退、人口減による労働人口の減少、可処分所得減による個人消費の低下、日本が上り坂に向かっているとはもはや誰も思わないでしょう。公的援助の予算が不足するので、現在と同じ医療や介護のサービスを維持することは不可能です。

それを見越して、地域での互

助・共助を厚生労働省が考えたのです。2025年を目途に、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」の構築を実現するというのが理念です。医療と介護の連携、ボランティア、NPO、支援を必要とする人の家族などを有機的に参加させ、「地域の人の生活と人生は、地域で完結させる」という期待が国にはあるのではないのでしょうか。地域とは日常生活圏内、おおむね人口3万人程度、中学校区をひとつの目安としています。

世田谷区の取り組みは？

世田谷区は、地域包括ケアの地区展開を推進するため、出張所・まちづくりセンターの中にあんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）と社会福祉協議会の機能を一

体化して、区内27か所に分散させようと考えています。世田谷区では高齢者に限らず、全住民を対象としています。今年10月からは砧地区をモデル地域として、高齢者、障がい者や子育て家庭も含めた相談支援業務が始まっています。来年度には5か所に広げ、2016年度には区内全地区で展開する構想です。

10月20日には「どうする？ せがやの地域包括ケア」世田谷の福祉をとことん語ろう」と題するシンポジウムを開催して、世田谷区や関係者と話し合いました。地域包括ケアを絵にかいた餅にしないで、誰もが安心して住みなれた地域で暮らし続けられるまちを築いていくためにはどうしたらいいかというのが大きな課題です。従来は、医療・福祉というと、支援する側の議論が中心でした。私たちはこの機会を、当事者、家族、NPOが協働してかかわる、当事者中心に転換するチャンスではな

いかととらえているのです。

当事者が参加することの大切さ

物事を決めるときには地域の当事者が議論に参加するのが世界的スタンダードです。身体障がい、知的障がい、精神障がい、発達障がい、さまざまな障がいがあり、障がいのある人は、人口の約10%と推定されます。みなさんは障がい者とか認知症と聞いてどんなことを考えますか？ 身近にいる人を除けば、大半の人は報道などで接し、理解しているつもりになっていいると思われれます。実際に接してみなければわからないこともあるのに、イメージが先行しているのです。実は少しのサポートがあれば地域で普通に暮らすことができる人もいます。だから頭がおかしいとか怖い人とイメージだけで見ないで、一度会って話して交流してもらいたいと思います。

当事者とともに議論に参加して

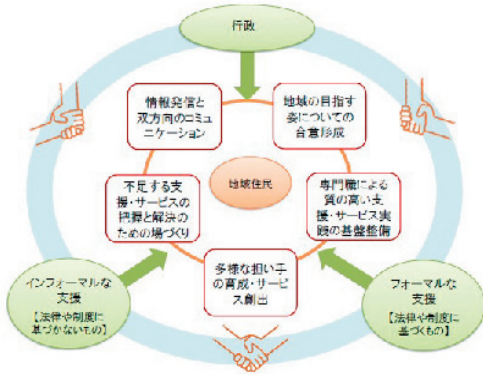
意見交換することでお互いの理解が深まると思います。これには市民の側の意識改革が必要です。実際に接してみると、イメージとは違うことがわかります。私は仲間と「世田谷高次脳機能障害連絡協議会」をつくって、当事者と一緒になつて検証作業をする経験をしてきたので、はつきりそう言うことができます。

もうひとつ申し上げたいのは、市民の理解が深まることで障がい者自身の意識改革も期待できるということです。何事にも積極的になり、人生を楽しむことができるようになります。障がいがあつても音楽や絵画など芸術分野や、ITなど高度な技術分野で才能を開花させている人はたくさんいます。

全員参加の地域包括ケア

支援を受ける側にいた人が、同じ障がいのある人のためにカウンセリングをすることも現に行っています。ピアカウンセリングといい、当

地域包括ケアシステム構築のしくみづくり概念図



『事例を通じて、我がまちの地域包括ケアを考えよう
「地域包括ケアシステム」事例集成』より
(株式会社 日本総合研究所)

事者がアドバイザーになるしくみです。当事者の悲しみや喜び、得難い経験とそれを乗り越えてきた意志が相談相手の共感を呼びびます。まさしく、「支援を受ける側」から「支援する側」へと転換し、人生が豊かになる。支援を必要とする人だつてボランティアできるのです。高齢者も障がい者も、支援を受ける側と支援する側の固定

このプロジェクトの最終目標は、高齢者を対象にした医療・介護だけでなく、「あらゆる世代が暮らしやすいまちづくり」です。当面は医療・介護を地域でどうするかですが、保育園、子育て支援、買い物難民、就労支援、支援の谷間問題、空き家再生、災害対策：きりがありません。かつてイギリスの福祉政策に「ゆりかごから墓場まで」というスローガンがありました。私たちが目指して

的な関係ではなく、いつしよになつて、これからどういうしくみをつくっていくか当事者とともに全員参加の議論をする。地道な作業ですが、これが地域包括ケアの鍵になると思います。意識改革は難しいかもしれませんが、何事も始めなければ進みません。今後2回目のシンポジウムも開催して、議論を積み重ねていこうと話しているところです。

あらゆる世代が暮らしやすい
まちづくりをめざす

いるのもそこにあります。そしてそれは行政からのお仕着せではなく、行政への要求型でもなく、市民がリードし、市民がともにつくるまちづくりなのです。

先ほど申し上げたように、当事者が参加することを最低条件とし、当事者の意思を反映することから始めたいと考えています。軌道にのるまで数年かかるかもしれませんが、でも早急に成果を求めないで、一步一步進めていくしかありません。

もう30年以上前のことですが、広島県の御調町（現・尾道市御調町）という町では病院のなかに福祉の相談窓口をつくり、町役場と病院が連携して医療・福祉の分野で町民に大きな貢献をした例があります。まさに行政と病院が一体となった地域包括ケアのモデルケースです。やってやれないことはない。行政、市民、NPO、介護事業者、教育関係、企業などの関係者が決断すれば必ず実現すると確信しています。

(聞き手 迫 雅之・星野弥生)



「寒い冬、心温まる活動を展開している学生団体があります。『バリアフリー映画祭実行委員会 Change Your Heart』は明治大学の学生が主体となつて活動しています。」

障がいのある人もない人も、ともに歩んでいく社会を築きたい、学生だからこそ伝えたい想いがあります。誰でも楽しめる映画を、心を込めてあなたに」との想いから昨年初めて映画祭を開催し、参加した方や学生たちから大褒好評を得ました。代表の塚本宏祐さんは「この映画祭は、私たちの団体以外に、バリアフリー映

まちの 市民力!!

取材・鈴木朋子

●
街の中で地域やそこで暮らす人たちと一緒に活動している団体を紹介します



画鑑賞推進団体シテイライツ、学生、視覚障がいの方がたのご協力を得て開催しています。視覚障がいのある方はラジオから音声ガイドを聞きながら、一緒に映画を観る。当たり前のようですが、なかなかないものだと思います」と話します。

昨年参加した方からは「学生と話すことが楽しみで参加しました。若い人と話せたとし、大学のキャンパスに来ることがなかったのので、楽しかった」という感想がありました。「僕たちも学生以外、年代が違う人たちと話したりふれ合うことがほとんどないので、とても勉強になりました。上映会の後のお

茶会で、映画の感想を言い合ったり、何気ない会話ができるよい交流の場になっています」と塚本さんは言います。上映会で使用する音声ガイドは、ガイド作成ボランティアを募集し、集まった学生と視覚障がいの方がペアになって数か月かけてつくりあげます。その過程で、みんなで食事したり、視覚障がいの方のお宅訪問をしたりし、視覚障がいの方たちの生活や環境を知り、その知識を映画祭に生かしているそうです。

塚本さんは「学生と視覚障がい者との対話を大事にしたいと思っています。そして誰かからの押しつけではなく自主的に学生や若い人が上映会をつくりあげ、今後も続けていけるように頑張りたい」と話します。今年も12月20日(土)明治大学和泉キャンパスにて『第2回バリアフリー映画祭』映画を、心の目で感じよう〜がおこなわれます。年の瀬は「心のバリアフリー」しませんか。

「第2回バリアフリー映画祭～映画を、心の目で感じよう～」
12月20日(土)13時～15時半、終了後お茶会あり 詳しくはP.15
問合せ：バリアフリー映画祭実行委員会 TEL 080-6725-0329



お話をうかがった

水上 真衣 さん
みずかみ まい

や
せた人が
キラリ

世田谷を中心に活躍する
キラリと光る素敵な方がたを
ご紹介します
取材 ● 迫 雅之

ゴの皮むきが
できず、自分
が他の人と違
うところがあ
ると認識しま
した。「キモ
イとか言われ
たときは死ん
じやいたい気
持ちにもなり
ました」と当
時をふりかえ
ります。

障がい者水泳との出会いは、中学2年生のときでした。「リハビリも兼ねて2歳から親子水泳を始め、早い段階からのリハビリをさせてくれた両親の判断がよかったのだと思います」と水上さん。小学校の卒業文集には「パラリンピックで金メダルをとる！」と書きま

今年10月の「アジアパラ競技大会」。障がい者水泳1000m平泳ぎ決勝で、ゴール直前に先行する2人を追い抜き、0.1秒差で見事に銀メダルを獲得した水上さん。ふだんは明るくて元気な女子大学生です。事前に右半身マヒと聞いてインタビュアーに臨みましたが、歩行に全然違和感がありませんでした。

水上さんはお母さんのお腹の中にいる時に脳梗塞を起こして右半身にマヒが残り、1歳のときに障がいがあることがわかりました。小学生になって、リコーダーを両手でできないとか、家庭科でリン

「本格的に始めたのは中2の時、父が障がい者水泳のクラブチームを見つけて来てくれて、中3でアジアユース大会の日本代表合宿に行った時、本気になりました」といいます。下肢がない人や知的障

がいのある人に出会い、一生懸命練習をしているのを見て勇気づけられました。負けてはいられないと、それからは練習量も増え、高校時代は週5、6回練習しました。すっかり自信もつき、今ではライバルもできました。アジアパラ競技大会では自由形50mにも出場しましたが、ライバルが銅、水上さんは惜しくも4位で悔しい思いをしました。

今後の目標については「来年の世界選手権の出場記録は突破できたいので、次は2016年のリオ・パラリンピックを目標に頑張っています」と意気込みます。

夏休みには知的障がい者の通所施設で初めてボランテアをしましたが、全く違和感がなかったといえます。「いろいろな障がいがある人ともかかわっていて壁がないから、ボランテアというよりいっしょにやっているとという感じ。それが私の強み」と笑う水上さんは青春真っ盛りの20歳でした。

*沿線別にイベントやボランティア
情報を入れていきます。
詳細はP10～15をご覧ください。

バリアフリー映画祭
12/20(土) 13時～17時
明治大学和泉キャンパス P15

セクシュアルマイノリティ理解講座
「性に悩む子どもたちの声が聞こえますか」
12/9(火) 14時～16時
男女共同参画センターらぶらす P13

ボール僕んち・親の会
(日) 14時～
ボール僕んち P14

●小田急線沿線

- ☆フリースクールのボランティア募集 詳細 P10
- ☆演奏などの特技ボランティア募集 詳細 P11
- ☆アイロンをかけてくれる方募集 詳細 P11
- ☆音訳ボランティア経験者募集 詳細 P11
- ☆障がいのある人もない人も一緒に活動しよう 詳細 P12

**「あなたも大事」にできる
ニケーションとは?**
(日) 18時半～20時半
世田谷産業プラザ
サポートせたがや P14

傾聴ボランティア養成講座
2/4、18、25、3/4、11、18(水)
13時半～16時、全6回
世田谷ボランティアセンター P14

フレイリーダー募集説明会
12/20(土) 14時～16時
プレーパークせたがや P15

ハワイアンクリスマスパーティー
12/23(火・祝) 10時～11時半
三茶しゃれなあと
日本ハワイアンソムック協会 P13

**ちびっ子とふれあう冒険遊び場
スタディツアー**
12/10(水) 9時45分～16時15分
楽ちゃん堂・玉川野毛町公園
プレーパークせたがや P13

おたが
さいが
さMAP
AP

OTAGAISA MAP

おたがいさまマップ ● 情報トピック

● 京王線沿線

- ☆視覚障がいのある小学生の下校時の付き添い 詳細 P10
- ☆求む！小5男子の通級の付き添い 詳細 P11
- ☆グルースホーム夕食会調理 有償スタッフ募集 詳細 P12

● 世田谷線沿線

- ☆小2男子の通級の付き添い募集 詳細 P10
- ☆障がい児と一緒に過ごして下さる方募集 詳細 P10

わんぱくクラブ
「トワエモワ」コンサート
12/13 (土) 14時～
世田谷区民会館 P15

● 東急線沿線

- ☆囲碁・将棋・麻雀ボランティア募集 詳細 P10
- ☆散歩の付き添いボランティア募集 詳細 P11
- ☆日本語を教えるボランティア募集 詳細 P11
- ☆情報誌「セボネ」の編集委員募集 詳細 P12
- ☆お弁当の配達ボランティア募集 詳細 P12

ココカフェ～発達障がいの方、
ここでゆっくりしませんか～
12/12 (金) 13時～16時 (毎月1回)
玉川ボランティアビューロー P14

- 京 京王線沿線
- 小 小田急線沿線
- 世 世田谷線沿線
- 東 東急線沿線

この地図には沿線ごとのトピックをいれています。
他にも世田谷にはたくさんの素敵な出会いがいっぱいです。後に続く情報をマップにおとしたり、今月のあなたの『おたがいさま』を書き入れてみてはいかがでしょうか。
★や◎で入れるのもよし、活動の記録・行動(アクション)の目安に是非ご活用ください。

京王線沿線
小田急線沿線

世田谷線沿線
東急線沿線

ボランティア求む

世 小2男子の通級の付き添いをしてくださる方募集

小学2年生の男子が、通級（特定の時間だけの学校に通う）に通う際、付き添ってくださる方を探しています。明るい男の子で、ゆっくり落ち着いて関わってくださる方を探しています。片道だけでも協力頂けるとありがたいです。

●日時／水曜日の午後
●内容／行き：弦巻地区の小学校を13時出発、電車またはバスを

使い、用賀地区の小学校に13時半到着

帰り：用賀地区の小学校を15時半出発、電車またはバスを使い、弦巻地区の小学校に16時到着

●条件／交通費応相談
●問合せ／世田谷ボランティアセンター 担当 鈴木

TEL 5712・5101
suzuki@otagaisama.or.jp

京 視覚障がいのある小学生の下校時の付き添い

視覚障がいのある小学生の下校時の付き添いをしてくださる方を求めています。小学校生活の中で継続して支援ができるように、複数人のボランティアによって交代制で活動しています。まずはお気軽にお問い合わせください。

①日時／毎週水・金曜日15時半頃から40分ぐらい

●行程／千歳烏山駅北口スクールバス停で子どもを迎え↓千歳烏山駅南口からバス乗車（約10分）↓小田急線千歳船橋駅近くの自宅（バス停から徒歩約10分）

②日時／毎週金曜日13時半頃から1時間ぐらい

●行程／千歳烏山駅北口スクールバス停で子どもを迎え↓京王線千歳烏山駅で京王線乗車↓芦花公園駅下車↓関東バス上北沢五丁目バス停近くの自宅まで（駅から徒歩約10分）

●条件／女性
●問合せ／梅丘ボランティアビューイング
TEL 34200・25200
umeborata@otagaisama.or.jp

東 囲碁・将棋・麻雀ボランティア募集

外出が難しくなってしまう方や高齢者施設に入居されている方から「囲碁・将棋・麻雀の相手をしてくれる方はいませんか?」という相談がボランティアセンターに届きます。これまで楽しんできた趣味が月に1回1時間でも続けられることは、その方にとって最も喜ばしいことです。そういった依頼があった時に応じてくださる

小 フリースクールのボランティア募集

子どもたち・若者の居場所、手づくりの育ちの場として20年運営してきましたが、近年、更にこうした学校外の場の必要が高まってきました。平日の昼間働ける子ども好きの方を求めています。

世 障がい児と一緒に過ごして下さる方募集

「にじのこ」は心身の発達に遅れや偏りのある幼児・学童・成人へのデイサービスと相談支援事業等を行っています。にじのこ赤堤で特別支援学校などに通う子どもたちと放課後と一緒に過ごして下さる方を募集します。子どもたちはクッキングやアート、散歩などを楽しんでいます。元気な子どもたち

方を募集しています。自分のペースで活動して頂けたらと思っています。一度ご連絡頂き、登録して頂けると有難いです。詳しい内容など、お気軽にお問い合わせください。

●問合せ／世田谷ボランティアセンター 担当 鈴木
TEL 5712・5101
suzuki@otagaisama.or.jp

り合い、おでかけ、イベント、教材づくり、通信の編集管理など。

●場所／フリースクール僕んち
●交通／梅ヶ丘駅、東松原駅徒歩10分

●問合せ／フリースクール僕んち
TEL 36627・71142

ちを「おかえり」と迎える仲間になって下さい。

●日時／月曜・土曜 14時〜18時
●場所／デイサービスにじのこ赤堤
●交通／松原駅または山下駅
●問合せ／デイサービスにじのこ赤堤 担当 大林
TEL 6679・52966
akatsutsumi@nijiko.jp

小

演奏などの特技ボランティア募集

歌や踊り、楽器演奏、手品など特技を生かして活動したい人を募集しています。代田ボランティアビューロー/窓口へ来所し受付カードに記入していただき、施設などから依頼があった場合に活動をご紹介します。

- 日時/日時はその都度ご相談
- 活動場所/世田谷区内
- 問合せ/代田ボランティアビューロー
- TEL 3419・4545
- datbor@aotagaisama.or.jp

東

散歩の付き添いボランティア募集

等々力にお住まいの80代の女性が、散歩の付き添いを求めています。普段は施設で生活していますが、少しの認知症があり、ひとりでは外出ができません。足取りも会話もしっかりしている元気な方です。一緒にのんびり散歩を楽しんでくれる方をお待ちしています。

- 日時/平日の昼間、30〜40分程度。月1回から。
- 条件/ヘルパー有資格者。年齢60代くらいまで。性別不問。交通費支給
- 問合せ/玉川ボランティアビューロー
- TEL 3707・3528
- tanabor@aotagaisama.or.jp

東

日本語を教えるボランティア募集

地域に暮らす外国人へ日本語を教えるボランティアを募集しています。男女、年齢、資格不問。詳しくはお問合せください。

- ①日時/毎週土曜日10時〜12時
- 場所/奥沢まちづくりセンター
- 交通/目黒線奥沢駅徒歩6分
- 問合せ/JCA玉川 奥沢クラス 担当 田中
- TEL 3722・0275

東

日本語を教えるボランティア募集

②日時/毎週水曜日10時〜11時

- 場所/世田谷ボランティアセンター
- 交通/三軒茶屋駅徒歩12分
- 問合せ/JCA千歳船橋水曜日クラス 担当 平野
- 090・8452・6629
- FAX 5374・1315
- hikan03160@yahoo.co.jp

京東

求む！ 小5男子の通級の付き添い

小学5年生の男子が通級に通う際に付き添ってくださる方を探しています。

- 日時/毎週金曜日午後
- 内容/送り：代沢地区の小学校から若林地区の小学校まで（13時出発、13時半到着）
- 迎え：若林地区の小学校から代

小

アイロンをかけてくださるボランティア募集

すまいる梅丘は身体に障がいのある方が通所して作業しています。通所者の方の手しごと品（布きんやタオルにミシンで柄入れや刺しゅうをしたもの）にアイロンをかけてくださるボランティアを募集しています。利用者の方と触れ合いながら活動します。年齢、性別は問いません。詳細はお問合せください。

- 日時/月、火、水、木曜日の10時〜11時半
- 場所/すまいる梅丘（世田谷区梅丘1・36・2・101）
- 交通/梅ヶ丘駅徒歩5分
- 問合せ/すまいる梅丘 担当 河村
- TEL 3425・5710

小

音訳ボランティア経験者募集

世田谷録音奉仕グループひびきは、梅丘で35年間視覚障がい者のために録音図書を作り続けています。今回は、デジタル録音、ディジー編集等の音訳ボランティア活動経験者と一緒に活動して下さる方を募集しています。

- 日時/例会は毎月第1、第3火

- 曜日/午前中（作業によっては午後もあり）
- 場所/梅丘ボランティアビューロー（録音、編集作業は自宅）
- 年会費/1000円
- 問合せ/世田谷録音奉仕グループひびき 担当 井上
- TEL 3621・3050

ボランティア求む

東 情報誌「セボネ」の編集委員募集

世田谷ボランティア協会では、毎月1日に情報誌「セボネ」(世田谷ボランティアネットワークの略)を発行しています。区内の市民活動や地域福祉にかかわる取り組みや活動する団体・個人を取り組む記事にしてください。編集委員を募集しています。市民活動や地域福祉に関心のある方、取材をしながら地域のことをもっと知り

たいと考えている方を募集しています。
●条件/毎月1回平日の夜に行われる編集会議に参加することができる。半年間以上継続的にかかわってくださいの方。
●問合せ/世田谷ボランティアセンター 担当 宮崎
TEL 5712・5101
tinyazaki@otegaisan.or.jp

東 お弁当の配達ボランティア募集

「老人給食協力会ふぎの」としては、ご自身で買い物や食事づくりが困難になった方へ、地域のボランティア主婦や料理好きの男性ボランティアがつくった家庭の味のお弁当をご自宅までお届けしています。現在、昼食または夕食の配達をお手伝いいただける方を募集しています。玄関先で利用者さんにお声掛けをしながらお弁当をお渡しします。週に1回でも構いません。車の運転が自転車に乗れて、人と接することがお好きなお方、ぜひ参加してみませんか?

●日時/月曜〜金曜のうち、週2
①3日程度、①11時〜13時、②15時〜17時
●内容/車または自転車、①お昼のお弁当の配達。食事サポートセンターだんらん(世田谷区鎌田3・13・1)から出発。
②夕方のお弁当の配達。ふぎのとう本部(世田谷区上用賀6・19・2)から出発。※自家用車・自転車の使用可。
●条件/交通費300円支給
●問合せ/老人給食協力会ふぎのとう 担当 佐野
TEL 3706・2545
sano@mow.jp

小 障がいのある人もない人も一緒に活動しよう

『スペースえるぶ』は主に知的障がいのある人を対象とした「地域活動支援センターⅢ型事業所」です。音楽、料理、スポーツ、英会話、手話、プール活動(泳げなくてもOK)などさまざまなプログラムを一緒に楽しんでくれる方を募集しています。毎回参加できなくても都合の良い曜日・時間帯のみでOKです。経験や専門知識などなくても大丈夫です。障がいのある人となない人が「共に」生きることに興味のある方ぜひ!

有償スタッフ募集

京 夕食会調理スタッフ募集

毎週土曜日開催の夕食会調理スタッフを募集しています。詳細は、面接打合せにて決めていきます。具体的には、事前メニューを決めていただく、毎週土曜日の午後からその日の参加者数に合わせて食材等を購入、調理場にて調理をして、17時に夕食会開始となります。グループホームを利用の皆さんと楽しいひとときを過ごしませんか。ぜひ関心のある方のご応募をお待ちし

ております。
●日時/毎週土曜日13時頃〜18時頃まで
●場所/世田谷区粕谷4丁目
●交通/千歳鳥山駅徒歩5分
●条件/調理経験が豊富な方
●募集人数/1〜2名
●問合せ/特定非営利活動法人世田谷さくら会 さくらハウス 担当 鳥山
TEL 5684・0755
nqf51885@nifty.com

●日時/内容/①火曜は音楽、水曜は料理、木曜はスポーツ、10時〜17時、②英会話は金曜17時半〜19時半、③手話は火曜17時半〜19時半、④プールは第2、第4日曜日9時半〜12時(プール内は10時半〜11時半)
●場所/スペースえるぶ教室
●交通/小田急線狛江駅徒歩15分
●問合せ/NPOスペースえるぶ 担当 堀内
TEL 3480・2808
e-rubu@mdpoint.ne.jp

講座・その他・募集

東

プレーパークのスタディツアー
「ちびっ子とふれあう冒険遊び場ツアー」

社会課題に気づき打破するきっかけづくりとなるスタディツアーを行っている一般社団法人リテイルバと協働で、学びの機会をつくりました。

冒険遊び場35年の歴史から学ぶ子育ての知恵！ 子育ての秘訣も学べる将来のパパ・ママ必見ツアーです。学生のみならず、これからパパ・ママになるみなさん、ぜひとも奮ってご参加ください。

東

ハワイアンクリスマスパーティー

シングルマザー・ファザー、プレシングルで未就学児のお子さんがいる方を対象に、『シンママ・シンパパ集まれ！ハワイアンおつながろう♪』イベントを開催します。ハワイアン衣装を着て「親子撮影会」、ウクレレ鑑賞、クリスマスソング合奏をします。

- 日時/12月23日(火・祝) 10時～11時半
- 場所/三茶しゃねあぞ
- 対象/シングルマザー、シングル

- 日時/12月10日(水) 9時45分～16時15分

- 場所/楽ちん堂(野毛2・28・23、玉川野毛町公園)
- 参加費/3480円

- 問合せ/NPO法人プレーパークせたがや 事務局
担当 渡辺・大垣内
TEL 3414・4175
setagaya@playpark.jp
http://www.playpark.jp/

- 日時/12月10日(水) 9時45分～16時15分
- 場所/楽ちん堂(野毛2・28・23、玉川野毛町公園)
- 参加費/500円
- 申込/お名前・お子さんの性別・年齢(月齢)、連絡先電話番号、メールアドレスをメールでお送りください。
- 問合せ/NPO法人日本ハワイアンリトミック協会
hawaiian.japan@gmail.com
http://hawaiian.japan.wic.com/aloha

京

性に悩む子どもたちの声が聞こえますか

今年度のセクシュアル・マイノリティ理解講座は、性自認や性的指向に悩む子どもたちへの接し方を学びます。性に悩む子どもはクラスにひとりはいると言われています。身近な子どもから相談された時にどう接したらよいか、どんな声をかけたらよいか、セクシュアル・マイノリティの子どもたちに接するときに、役に立つ内容です。相談電話で悩みを抱える子どもたちに接している講師から

「緑のふるさと協力隊」募集説明会

日本各地の農山漁村に一年間暮らし、農林業や地域活性化など地域密着型の活動に携わる「緑のふるさと協力隊」。平成27年度隊員を募集します。「地域のために自分を活かしたい」「田舎で自分の力を発揮したい」、そんな皆さんの応募を待っています。経験・スキルは不問。これまで20年間で688名が参加しています。

- 募集説明会/①12月6日(土) 13時半～15時半 地球環境パートナーシッププラザ ②12月10日(水) 18時半～20時半
中央区立環境情報センター

- 日時/12月9日(火) 14時～16時
- 場所/男女共同参画センターらぶらす研修室
- 申込方法/電話、FAX、ホームページから申込みできます。
- 問合せ/男女共同参画センターらぶらす

- TEL 5478・8022
- FAX 5478・8026
- http://www.laplace-setagaya.net/

※説明会に参加ご希望の場合は前日までにご連絡ください。当日参加も歓迎！ O B ・ O G 体験談も聞けます。

- 条件/4月から1年間通して農山漁村で活動できる心身共に健康な18～40歳までの男女。要運転免許。生活費・住居支給。
- 応募締切/12月17日(水)
- 問合せ/特定非営利活動法人地球緑化センター
TEL 32241・6450
furusato@n-gec.org
http://www.n-gec.org/

京王線沿線
小田急線沿線

世田谷線沿線
東急線沿線

講座・その他・募集

東 傾聴ボランティア養成講座

「無縁社会」と呼ばれ、孤独・孤立が拡がっています。「足や目が悪くなり、外出が難しく、友人と会う機会が減ってしまった」「耳が聞こえにくくなり、ディサイヒスなど集団の中だと疎外感を感じてしまう」などの声がボランティアセンターには多く届きます。

日常の中でゆっくりと会話をする機会が得られない方が少なくありません。自分のペースで安心して話せる機会をつくれる傾聴ボランティアを必要としています。

世田谷ボランティア協会の傾聴ボランティア講座は、少人数、全6回、体験学習を通じて話すことや聴くことを感じ、味わいながら丁寧に傾聴を学んでいきます。

講座終了後は、学習会を通じて継続的に学びながら、個人宅を中

着物を集めています

せたがやチャイルドラインではバザーのために着物・羽織・帯・和装小物などを集めています。お持ち込みいただくか、宅急便にてお送りください。

心に活動を広げていきます。一緒に傾聴ボランティアの活動を始めてくださる方の参加をお待ちしています。

●日時/2015年2月4日、18日、25日、3月4日、11日、18日 毎週水曜日 13時半～16時 全6回

●対象/おおむね30才～70才

●参加費/8000円

●場所/世田谷ボランティアセンター会議室

●交通/三軒茶屋駅徒歩12分

●定員/16名

●申込み/1月13日(火) 10時～ 電話またはメールにて

●問合せ/世田谷ボランティアセンター 担当 鈴木

TEL 5712・5101
suzuki@otagaisama.or.jp

●日時/12月20日まで(月曜・祝日を除く)

●問合せ/せたがやチャイルドライン 担当 宮崎

TEL 5712・5101

小 フリースクール僕んち・親の会/公開

これまで20年にわたって、さまざまな方がたの分かち合いの場となってきました。「自分だけではなかったんだ」と知るだけで心が軽くなります。不登校のお子さんや親御さん、関心をお持ちの方、気楽にご参加ください。

●日時/12月14日(日) 14時～

●「私も大事 あなたも大事」にできる「コミュニケーション」とは?

グリーンサポートせたがやでは、死別や離別を体験した子どもたち、養護施設や里親で暮らす子どもたちのサポートをしているハワイにある「Kids Hurt Too Hawaii」の理事、巖谷奈々さんをお招きし「わたしも大事 あなたも大事」にできる「コミュニケーション」の可能性についてお聞きします。

●日時/12月14日(日) 18時半～

●参加費/300円(要申込)

●交通/小田急線梅ヶ丘駅 井の頭線東松原駅 徒歩10分

●主催/僕んち・親の会

●問合せ/フリースクール僕んち

TEL 3327・71142
fbottoru@yahoo.co.jp

●場所/NPO僕んち

●参加費/お茶代1000円

●問合せ/玉川ボランティアビューティークー

TEL 3707・35200
tamaborata@otagaisama.or.jp

東 ココカフェ (Coco cafe)

発達障がいのある方、「ここ」でいっしょにゆっくり過ごしませんか。ご家族や関心のある方も、ちよつとのそぎに来ませんか?

●日時/12月12日(金) 13時～16時、毎月第2金曜日

東

プレリーダー募集説明会

プレリーダーとは、『自分の責任で自由に遊ぶ』をモットーにした、子どもたちの冒険遊び場「プレパーク」で、子どもの遊びを活性化させ、子どもの育つ力に貢献することができる職業です。子どもの視点に立った遊び場を、地域住民と一緒に運営しながら、地域コミュニティの一端も担う、新しいタイプの仕事です。

プレリーダー募集にむけて、説明会を実施します。応募前に必ずご参加ください。

- 説明会日時／12月20日（土）14時～16時
- 雇用期間／2015年4月1日～2016年3月31日（2年目以降、継続の意志がある場合は再応募可）
- 勤務場所／区内4か所のいずれかのプレパーク①羽根木プレパーク②世田谷プレパーク③駒沢はらっぱプレパーク④烏山プレパーク
- 開園日時／水曜日～月曜日10時～18時開園（祝日は出勤）
- 休日／毎週火曜日を含む4週6

（休（隔週休2日）。有給休暇、夏季休暇、年末年始休暇有）

● 給与・保険／年額230万円以上（諸手当含む）・2013年度実績、労働保険（労災保険・雇用保険・社会保険（健康保険・厚生年金））

● 応募資格／20歳以上／35歳程度（2015年4月1日時点）、性別不問。子どもの遊び・多世代交流・子どもの居場所・住民主体の地域コミュニティ・まちづくりなどに興味がある方。

● 応募締切／2015年1月20日（火）必着（直接持参される場合には必ず事前にご連絡ください）＊事前に応募関係書類一式を取り寄せてください。説明会でも配布します。

● 選考／1次書類選考、2次面接選考2015年2月1日（日）

● 問合せ／NPO法人プレパークセタがや 事務局
担当 渡辺・大垣内
TEL 3414・4175
setagaya@playpark.jp
<http://www.playpark.jp/>

京

第2回 バリアフリー映画祭

障がいのある人もない人もと歩んでいく社会を築いていきたいと考えている学生団体です。視覚障がいのある方も映画を鑑賞できる音声ガイド（映像を言葉で説明する場面解説のナレーション）をつけて映画を上映します。FMラジオを貸し出しますので、あなたでも聴くことができます。上映作品は当日のお楽しみですが、映画の後はお茶会を開きます。

● 日時／12月20日（土）12時開場、13時上映開始、15時半上映終了、16時～17時お茶会

● 場所／明治大学和泉キャンパス 図書館1階ホール（お茶会は食堂2階）

● 交通／明大前駅徒歩5分
● 定員／120名（先着順）
● 参加費／上映会は無料。お茶会は100円。参加は自由です。

● 申込み／視覚障がいのある方で駅から会場まで誘導が必要な方はメールまたは電話にてお申込みください。学生スタッフが駅からご案内します。

● 締切／12月15日（月）
● 問合せ／バリアフリー映画祭実行委員会 Change Your Heart
080・9725・0326
meijibarrifree@gmail.com
<http://www.facebook.com/meijibarrifree>

東

「トワエモワ」コンサート

22回目を迎えるコンサートは、トワエモワさんをお迎えして開催します。毎回、出演者とお客様が障がい児（者）と共にコンサートを楽しんでいます。トワエモワさんの歌声とともに心温まるひと時を過ごしていまして下さい。わんぱくクラブの活動の様子の「活動紹介」も開演前に上映いたします。

● 日時／12月13日（土）開場14時開演15時

● 場所／世田谷区民会館
● 交通／松陰神社前駅徒歩5分
● 会費／3000円

● 申込み・問合せ／NPO法人わんぱくクラブ育成会
TEL 6450・8229
火／金11時～17時、FAX兼用

世田谷ボランティア協会の活動・支援拠点

●「市民が主役」のボランティア活動の拠点●

- 世田谷ボランティアセンター 〒154-0002 下馬2-20-14 TEL (5712)5101 FAX (3410)3811
- 梅丘ボランティアビューロー 〒154-0022 梅丘1-8-9 TEL (3420)2520 FAX (3706)2854
- 代田ボランティアビューロー 〒155-0033 代田2-20-6 TEL (3419)4545 FAX (3412)3210
- 玉川ボランティアビューロー 〒158-0094 玉川2-1-15 TEL (3707)3528 FAX (3708)3058

●いのちを大切にするとところ「ふらっと」&「with」です●

- ケアセンター「ふらっと」 〒154-0002 下馬2-20-14 TEL (5712)5105 FAX (3410)3813
- ケアセンター「with」 〒158-0083 奥沢8-13-10 TEL (5829)8741 FAX (5829)8743

●くらしを紡ぎ、わかちあう「結」と「連」●

- ケア相談センター結(ゆい) 〒154-0002 下馬2-20-9 TEL (5433)2830 FAX (6383)2156
- ケアステーション連(れん) 〒158-0083 奥沢8-13-10 TEL (5829)8742 FAX (5829)8743

●でんわだから、はなせるネ! 18さいまでのこどもせんようでんわ●

- せたがやチャイルドライン こどもせんようでんわ TEL (3412)4747 0120-99-7777(フリーダイヤル)
*事務局は世田谷ボランティアセンターにあります

拠点は今… 今月のおススメ!

◆センター&ビューローより

12月6日(土)に年末恒例の「ボラセン大忘年会」、12月27日(土)には「ボラセン大掃除」を実施します。利用団体のみなさんといっしょに楽しく、過ぎ行く年を笑い、来る年の福を願いたいと思います。

◆ふらっと&withより

師走の喧騒を横目に、ふらっと&withの12月前半は色づいた銀杏を見つけに、また寒さにつられ、雪を被った富士山を見に出かけます。ご一緒しませんか?

◆チャイルドラインより

12月15日、16日はボロ市会場近隣で、ガレージセール実施します! 着物やコート、冬物衣料を販売します。売り子のお手伝い募集しています。毎年この時期だけお手伝いくださる方もいて、出会いに感謝しています。

◆結・連より

介助を必要としている人がいます! 世田谷を走り回っています。ヘルパー募集継続中です!

編集後記

- 12月3日～9日は障がい者週間だそうです。ボランティアセンターで実施している「発達障がい者を支援するボランティア養成講座」に参加して講師のお話を聞き、あらためて「障がいってなんだろう?」と、もやもやと頭に残りました。サポートが必要な人も自分らしく誰かの役に立てると人生が豊かになる。地域包括ケアの話につながっているなあと思いました。
- 日が暮れるのが早くなりましたね。空気も乾燥しているので、ノロウイルスやインフルエンザの流行に警戒が必要です。カボチャを食べてゆず湯に入って冷えた身体を温めましょう。
- 今年も一年ご愛読いただき、ありがとうございました。よいお年をお迎えください。(み)

- 発行
社会福祉法人
世田谷ボランティア協会
〒154-0002
世田谷区下馬2-20-14
TEL 03-5712-5101
FAX 03-3410-3811
- E-MAIL
setabora@otagaisama.or.jp
- ホームページ
<http://www.otagaisama.or.jp/>
- 発行人
興梠 寛