

# セ ボ ス

クガヤ

ランティア

ネットワーク



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/>

2018.5 No.169

今月のトピック

特集●

お酒の問題をひとりで抱えていませんか  
～分かち合いによる回復をめざして～

まちの市民力! ● enega 和 (えんがわ)

キラリ世田谷人 ● 飯田 光代 さん



イラストレーション●イデタカコ

イラストレーター・猫画家

水彩画の淡く優しい色合いを生かしたイラストを制作。著書に「描いて楽しい なぞり猫 (成美堂出版)」など。

<http://www.takakoide.com>

●わたしの世田谷

街も人も自然も全てのバランスがちょうど良く、どの街もそれぞれの個性があって楽しい世田谷。何より人の温かさにホッとできる大切な場所です。

# お酒の問題をひとりで抱えていませんか ～分かち合いによる回復をめざして～



アルコール依存症は性別や年齢を問わず、誰でもかかる可能性があります。お酒をやめたいのにやめられなくなり、飲酒のコントロールがきかなくなる病気で、治療は医療機関を中心に行われますが、その「回復」のプロセスで当事者同士が話し合うセルフヘルプ（自助）グループの活動があります。

お酒にまつわる体験談を話し、聞きあう。そのことがどんな効果をもたらすのでしょうか。AA 玉川グループの活動取材しました。

## 飲酒をやめたい

AAとは、「アルコールリクス・

アノニマス」の略で、自らの飲酒に問題を抱え、そこから回復しようという人たちの自助グループです。参加する条件は「飲酒をやめたい」という想い、ただそれだけ。医師の診断の有無にかかわらず、「飲酒をやめたいのにやめられない」「お酒の量をコントロールできない」といった飲酒の問題で悩んでいる人たちが参加し、飲酒にまつわる体験談を分かち合う「ミーティング」を行っています。

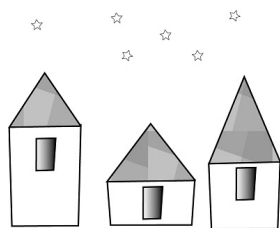
「アルコールリクス」とはアルコール依存症者のこと、「アノニマス」とは「無名の」という意味で、匿名性を大切に活動しています。したがって、メンバーはグループのなかでフルネームを名乗ることも、連絡先を明かす必要もありません。これはアメリカで始まった活動で、現在およそ180以上の国と地域に広がり、日本では

1000か所以上でミーティングが行われています。

世田谷でも複数のグループがあり、そのひとつで、世田谷ボランティアセンターと玉川ボランティアアビュローを活動拠点としている「AA玉川グループ」のメンバーにお話をうかがいました。

## 「今日は飲まない」の積み重ね

AA玉川グループは1985年玉川ボランティアアビュロー開館とともに始まり、33年の歴史があります。日本では精神科でアルコール依存症の治療をうけて、AAを勧められて参加につながる人が多い状況です。病気を治したり相談や助言をする場ではなく、飲まないで暮らしていくために、「今日一日は飲まない」ということを継続していく場です。いくつかのグループを掛け持ちして、なるべく毎日続けてミーティングに参加している人もいます。



アルコールクス・アノニマスは、経験と力と希望を分かち合って共通する問題を解決し、ほかの人たちもアルコールリズムから回復するように手助けしたいという共同体である。

・A Aのメンバーになるために必要なことはただ一つ、飲酒をやめたいという願いだけである。会費もないし、料金を払う必要もない。私たちは自分たちの献金だけで自立している。

・A Aはどのような宗教、宗派、政党、組織、団体にも縛られていない。また、どのような論争や運動にも参加せず、支持も反対もしない。

・私たちの本来の目的は、飲まないで生きていくことであり、ほかのアルコールクも飲まない生き方を達成するように手助けすることである。

### 『ミーティングハンドブック』より抜粋

メンバーのひとり、Aさん（女性）は人生のある出来事をきっかけに、ひとりで飲酒するようになり、徐々にお酒を頼るようになっていったといいます。「目の前の問題を解決するよりも、お酒を飲めば問題が済むと錯覚していたんです」と当時を振り返ります。いつでもやめられると思っていたお酒がやめられなくなり、入院。アルコール依存症と診断され、そこで出会ったのがA Aでした。「はじめは、『人と話すことで、なんでお酒が止まるのかわからない』と半信半疑でしたが、『『ミーティング』に行ってみたら、何年もお酒を飲んでいない依存症の方のお話を聞いて、私もあなれるのかもしれない、と希望がわいたんです」そこからミーティングに通い始めて、10年になりました。

言いつばなし聞きつばなし

A Aの活動の核となっている

「ミーティング」、一体どんなものなのかを知るため、誰でも参加できる「オープンミーティング」を見学させていただきました。仕事帰りの人も参加しやすいように、A A玉川グループでは19時半から設定されています。

ある平日の夜、40〜50代の男性を中心に、20人ほどが集まり、司会の人が行進して始まりました。この日は「こりない酒飲み」というテーマについて、ひとりずつ順に話をしていきました。「ミーティング」は「言いつばなし聞きつばなし」が基本。その場に専門家はいません。意見も批判されることもなく、一人ひとりの言葉にみんなが耳を傾けます。

お酒を飲んで無断欠勤を繰り返したこと。退院したその日からまた飲み始めたこと。飲酒が止まっていたのにこりずにまた飲んでしまったこと……。それが自分の過去の出来事や今思うことを話していました。話したくないときは

「パス」してもよく、「今日はみなさんのお話を聞きにきました」という人もいました。「周りの人には誰もわかってもらえない」と気持ちを吐露する人や、「ここに参加することで力をもらっている」とミーティングを励みにしている人、「おいしそうなビールのCMを見るのがつらい」と話す人もいました。一巡すると20時半にはミーティング終了。

もともとアメリカで始まり、聖書が元になっているので、テキストなどの言い回しが独特ですが、ミーティングに宗教色はありません。また、匿名性を大事にするのと同時に、メンバーはみな平等で、だれか特定の人はずっとリーダーになることはなく、グループの運営、司会や書記、会計などの役割を交代で担っています。

## 仲間の存在 孤独からの解放

飲酒をやめたくてミーティング

に初めて参加する人には「ワンデーメダル」というメダルが手渡されます。お酒をやめた期間を示すもので、自己申告制で1か月後、3か月後、6か月後…と節目の時期にメダルが増えていき、それがひとつの励みになっています。メンバーが1年、2年の節目を迎えるとみんなで「バースデー」をお祝いしています。活動を始めて9年になるBさん（男性）は、「やめていたけど、僕は一度飲んでしまったんです」と、財布にしまつて持ち歩いている7年目のメダルを見せてくれました。

「ミーティングで話を聞いたり、自分自身も含めて、『依存』しやすい人というのは、責任感が強すぎたり、白黒はつきりつけたい、目立ちたがり屋などの特徴があるのではないかと思います」とAさんは言います。

『ふつう』の人にはなかなかわからないかもしれないけど、お酒をやめようと思ってもやめられない

んです」と3人とも口をそろえます。そんな同じ問題を抱える人同士が集まって、自分の体験談を話し、他の人の話を聞くことが依存症者の「孤独」を癒し、『仲間』とともに、飲まないで生きる生き方を選ぶようになっていく」とCさん（男性）は話します。

「初めて来る人はしばらくは、『自分が飲んでしまうのは』○○が悪いんだ」と周りの人への攻撃的なことを口にしますが、回数を重ねていくうちに、だんだんと自分のことに目が向いてきて、客観的に振り返ったり相手の立場に立ってみたり、視点が変わってきます。他の人の話を聞くことで、時には境遇や状況が『自分と同じだ!』



と考える人がいて、『自分だけじゃないんだ』と感じて、孤立が解消されていくんです」

ひとりだから感じる「孤独」だけではなく、集団のなかで感じる孤独感もあります。「自分は周りの人とは違う」という想いや、「こんなことは誰にも言えない」と職場や友人にお酒のことをひた隠しに生きる孤独感、家族に隠れて飲酒してしまう罪悪感。それをA Aのミーティングの場では隠さずに話すことができる開放感があるのだといいます。

ミーティングでは話したことに對する意見やアドバイスはありますが、本人が望めば「スポンサー」と呼ばれる相談役を頼むこともできます。「依存症から回復し、長年飲酒をやめている先輩にアドバイスをもらえることは安心にもつながる」とCさんはいいま

す。  
当事者のみが参加する「クローズドミーティング」もあり、玉川

グループでは金曜日に、回復にむけた「12のステップ」というプログラムに沿って進めています。

飲まないで生きる道を求めて

病院で勧められて来る人がほとんどですが、最近はいンターネットで検索してA Aにたどり着く若い人も増えてきたといいます。「このままでは危ない」と思っ

て医療機関にかかる前に調べて、ダメージが少ないうちにA Aにつながることで、ミーティングに来てみて初めて通院を始める人もいるのだそうです。逆に、定年退職や配偶者との死別をきっかけに飲酒量が増え、アルコール依存症と診断される高齢者が増えていくという調査結果もあります。

#### 【世田谷周辺のミーティング一覧】

|                               |
|-------------------------------|
| ●A A玉川（会場：世田谷ラティセター、最寄り：三軒茶屋） |
| ①毎週水曜 19:30～20:30 オープン        |
| ②毎週金曜 19:30～20:30 クローズド       |
| ③毎週土曜 13:30～14:30 オープン        |
| ※③は3週目のみ玉川ラティセターにて            |
| ●A A世田谷（会場：松原教会、最寄り：明大前）      |
| 毎週日曜 19:00～20:30 クローズド        |
| 毎週火曜・土曜 19:00～20:30 オープン      |
| ●A A三宿（会場：池尻地区会館、最寄り：池尻大橋）    |
| 毎週水曜 19:00～20:30 オープン         |
| ●東京Y P G（会場：頌栄教会、最寄り：下北沢）     |
| 毎週金曜 20:00～21:00 ※英語限定        |
| ●城南ヤング（会場：瀬田教会、最寄り：二子玉川）      |
| 毎週水曜 19:00～20:30 ※35歳未満       |

講座で体験談を話したりして、理解を広めています。オープンミーティングならご本人もご家族でも参加できます。問合せをすれば、女性だけのグループや35歳以下のグループを紹介してもらうこともできるとのこと。関心のある方は一度訪ねてみてはいかがでしょうか。

（取材／事務局 宮崎）

■A A関東甲信越セントラルオフィス <http://aa-kkse.net/>

☎ 03-5957-3506 mail [aa-kkse@h9.dion.ne.jp](mailto:aa-kkse@h9.dion.ne.jp)

世田谷周辺のミーティングに関してはこちらにお問合せください。





中高生をハブに 地域がつながる

enega 和

# 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



都会的なビルが建ち並ぶ二子玉川で、地域のつながりを大切に、居心地の良い「たまり場」をつくっている団体が「enega 和」です。

二子玉川小学校PTAの活動を通じてつながったお母さんたちが中心となって、中学生や高校生が自学自習できるスペース「放課後たまり場自習室」を開設したのが2年前。月曜日と水曜日の17時半～21時まで、玉川町会会館でおこなっています。自習室のほかに、休憩や雑談できる部屋でゆったりと過ごすことができ、取材に訪れた日も、中高生たちが思い思いに過ごしていました。代表の小田直子さんと水戸抄知さんにお話をうかがいました。

「始まりは『地域にいろいろな世代の人が集まれる場所があったらいいよね』という想いでした。『子どもが成長するなかで、この地域には塾やカフェ以外に『中高生が勉強できる場所がない』ことに気づき、『自習室』を始めることになりました。玉川町会さんに場を提供していただき、地域の方から差し入れをいただいたり、皆様に支えられて運営しています」  
オープンした初年度の利用は延べ907人。クチコミやチラシなどで徐々に広まり、2年目は1557人に増えました。最近では中高生も会場の準備を手伝ってくれるようになり、自分たちの「居場所」として大切にしています。

勉強がわからないときに質問したり、気軽に相談できる大学生や地域ボランティアの存在が中高生を支え、この場の魅力のひとつとなっています。立ち上げ当初からかかわっている大学生のカホさんは「試験前は満席になって、利用してくれる人が増えて嬉しいです。ここを好きになってくれてくれるのを感じて、これからも頑張ろうと思います」、地元の先輩に紹介されてボランティアを始めたヒロキさんは「僕にとっても居場所になっていて、中高生と一緒に問題を解いていくのも楽しいし、誰かの役に立てることがうれしいです」と話します。

小田さんは「中高生を支援することを通じていろいろな人のかかわりが生まれてきました。これからも地域の方の力を活かして、幅広い世代が出会える『たまり場』をつくっていきたい」と話します。地域のゆるやかな「環」がますます広がっていきそうです。



ドキュメンタリー映画祭を主宰する

飯田 光代さん  
いいだ てるよ

毎年4月になると、今年はどうな映画が観れるのだろうか、とワクワクします。1999年にスタートした「優れたドキュメンタリー映画を観る会」主催の下高井戸シネマでの映画祭は今年で最後、と聞いてショックを受けた方も多いでしょう。下駄履きで行ける地域の映画館で珠玉のドキュメンタリーを観ることができたのは、足掛け20年にもわたって会を主宰してきた飯田光代さんのおかげ。

一週間の期間中、毎日モーニングとレイトに上映される映画のラインナップを決定し、プロダクションや監督、映画館と交渉し、チラシを作り、連日映画館で挨拶

## やがて 世が 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●星野 弥生

をし…。すべてを切り盛りしてきました。

ドキュメンタリー映画にける情熱の根っこは、障害を持つ次男の悠史さんが通っていた経堂小学校の家庭教育学級での伊勢真一監督の「奈緒ちゃん」の上映でした。「自分たちのまわりの問題をドキュメンタリー映画を介して理解したい。それが互いに理解しあえる社会をつくるきっかけになる」という思いが地域での映画祭の開催へとつながりました。

お母さん仲間の手を借り、下高井戸にある日大の学生たちの協力もあり、この一週間、映画館はさながら地域の人たちの寄り合いの場でした。20年間に上映してきた映画は100本を超えます。「子どもの貧困、沖縄の基地問題、福島、そして障がい者や老人が地域

でどのように心豊かに暮らせるか…。どれも新聞、テレビなどのメディアでは伝えきれない現場当事者の生の声を届けてくれるものでした」と飯田さんは振り返ります。

映画好き、そしてフラメンコの踊り手でもある飯田さんは、なんと映画の配給まで手がけるようになりました。今は「ピカ・フィルム」の代表であります。「ジプシー・フラメンコ」「サクロモンテの丘」、これから上映が予定される『ラ・チャナ』、どれもいのちがほとばしる踊りに観ている方が元気になれる映画。飯田さんの生き方そのもののようです。

『さよならさんかく、またきてしかく』下高井戸シネマでのファイナルのチラシの言葉は意味深。下高井戸での上映は「さよなら」でも、またきつと続きがある。次なるサプライズをワクワクして待っています。ともあれ、ピカさん、本当にありがとう！そしてお疲れ様でした！

**ボランティア相談員養成講座 (全8回)**

6/2 ~ 10/6 10時 ~ 12時半  
(社福) 子どもの虐待防止センター P15

\*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。

**春の代田ビューローバザー**

6/1 (金) 10時半 ~ 14時  
6/2 (土) 10時半 ~ 13時半  
代田ボランティアビューロー P13

part224

ち P14

**●小田急線沿線**

☆成育医療研修センターボランティア募集説明会 詳細 P10

☆フリースクールのボランティア募集 詳細 P11

☆ちょっと手伝って! ボランティア募集 詳細 P11

☆代田ビューローバザーボランティア募集 詳細 P12

**マンライフラリー入門講座**

5/19 (土) 15時 ~ 17時  
場: 世田谷ボランティアセンター  
ヒューマンライブラリー協会 P15

**災害ボランティア**

**マッチングコーディネーター養成講座**

6/2 (土) 13時半 ~ 16時半  
会場: 昭和女子大学 1号館  
せたがや災害ボランティアセンター P15

**子育て支援 (ホームスタート)**

月会・活動報告会  
5/9 9時半 ~ 11時半  
玉川区民会館 集会室  
ワート・ナオミ P15

**働く人の悩みに応えるための  
傾聴ボランティア養成講座**

5/26 (土)、27 (日) 10時 ~ 17時  
世田谷ボランティアセンター P14

**せたがやチャイルドライン  
受け手養成公開講座**

5/25 ~ 7/27 全9回  
世田谷ボランティアセンター P14

**傾聴ボランティア入門講座**

5/10、6/6、6/13 (水) 13時半 ~ 16時  
川ボランティアビューロー P14

おたが  
さいが  
さMAP



# OTAGAISA MAP

おたがいさマップ ● 情報トピック

## 鳥山もったいないバザール

5/13 (日) 10 時 ~ 15 時半

鳥山区民センター前広場  
世田谷ボランティア協会 P13

## ●京王線沿線

☆鳥山バザーボランティア募集

詳細 P12

## もっと語ろう不登校

5/12 (土) 14 時 ~

NPOフリースクール僕ん

## ●世田谷線沿線

☆中1女子の登校付き添いボランティア募集 詳細 P13

## ●東急線沿線

☆保育園のお迎えをしてくださる方募集

詳細 P11

☆デイサービスでのボランティア募集

詳細 P11

☆トイレ介助ボランティア募集

詳細 P12

☆お話相手ボランティア募集

詳細 P12

☆小学校への環境教育 学生ボランティア募集

詳細 P12

☆コスプレイベント同行・着替え手伝い募集 (有償)

詳細 P13

京王線沿線

小田急線沿線

世田谷線沿線

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あります。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』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。

## ご相談ください

## 個別の学習支援を必要としている方、ご相談ください

世田谷ボランティア協会では、「発達障がいや学習障がいの傾向があったり、不登校の経験があり、学習の理解の面で苦労をしている」「勉強に向き合うことが苦手。学校の授業についていけない」などの相談を受け、小・中学生の個別の学習支援に取り組む、ボランティアの紹介を行っています。

## ボランティア求む

## 小 成育医療研究センターでのボランティア募集説明会

国立成育医療研究センターではボランティア募集を行います。主に小児が対象の医療機関で、外来ガイド、休日救急、病棟、シッティング、図書、シヨップ、園芸などを行っています。詳細はホームページをご覧ください。

説明会に参加される方は、電話またはFAXでお申し込みください。

- 日時／6月27日（水）13時半～16時
- 場所／国立成育医療研究センター1階講堂
- 条件／18歳以上で心身共に健康な方（但し学生、予備校生の方は原則不可）要抗体価検査
- 問合せ／国立成育医療研究センター ボランティアの会
- TEL 3416・0181
- FAX 3416・2222

## 個別の学習支援ボランティア募集

世田谷ボランティア協会では、小・中学生の個別の学習支援に取り組む、ボランティアを募集しています。

「発達障がいや学習障がいの傾向があったり、不登校の経験があり、学習の理解の面で苦労をしている」「勉強に向き合うことが苦手。学校の授業についていけない」などの相談を受けて、必要とする方にボランティアを紹介しています。

す。学年や環境が変わる春は相談が増えるため、関心のある方はぜひ一度お会いして、お話ができればと思います。資格や経験は問いません。

## 50代女性の自立生活訓練のボランティア募集

私は日野市にある多摩療護園という施設で暮らす52歳女性です。入所して11年程経ちますが、施設を出て世田谷区で暮らしたいと願っています。35年前に光明養護学校を卒業しており友人はたくさんいるのですが、経験が無いことから自立生活の訓練などに協力頂けるボランティアさんを急募しています。

まずは月1回程度で、時間等は応相談です。主に移動支援となりますが、食事のフォローもお願いします。

- 日時／週1回程度でご相談
- 問合せ／世田谷ボランティアセンター 担当 鈴木・青木
- TEL 5712・5101
- suzuk@otagaisama.or.jp
- 日時／平日昼間で応相談。
- 場所／日野市／三軒茶屋周辺
- 交通／京王線高幡不動駅／世田谷区内（三軒茶屋周辺）
- 条件／女性。交通費支給、謝礼あり
- 問合せ／自立生活センター HANDS 世田谷
- TEL 5450・2861

## 小京 フリースクールのボランティア募集

子どもたちの・若者の居場所、手づくりの育ちの場として23年運営してきました。平日の昼間勤務、子ども好きな方、夜間の事務作業ができる方を求めています。子どもたちのものづくり、料理、スポーツ、音楽、おでかけ、通信やホームページの編集管理など、お

### 小 ちよつとてつだつて！ ～vol.2放課後ちよつと手伝つて！

学生のみなさん！地域のみなさん！ちよつと手伝つてくれませんか？特別養護老人ホームでは、人手が足りなくて、手伝つてくれる人を探しています。ちよつと手伝つてくれませんか？申込は各施設に直接ご連絡ください。内容／お風呂の掃除、おしぼりの準備、車いすの洗浄、お話し相手など

- 日時／平日の15時～18時の間で都合のつく時間（60分以上）
- 条件／15歳以上の方。継続的に活動できる方
- 持ちもの／上履き、制服でない汚れても良い服装
- 活動先
- ①喜多見ホーム（担当 野村）  
喜多見7・20・26

手伝いいただける方募集中です。

- 日時／ご相談
- 場所／フリースクール僕んち
- 交通／梅ヶ丘駅、東松原駅
- 問合せ／NPO僕んち  
担当 高橋  
TEL 3627・7142  
<http://npobokunchi.blogspot.jp/>

- TEL 5727・1161  
nanzaka12@muse.ocn.ne.jp
- ②博水の郷（担当 山本・坂井）  
鎌田3・16・6  
TEL 5491・0340  
yamamoto@hakusinosato.or.jp
- ③砧ホーム（担当 高橋）  
砧3・9・11  
TEL 5429・6236  
knuhato-mu@yuai.or.jp
- ④エリザベート成城（担当 長田・新居）  
成城8・27・24  
TEL 3789・8100  
elisabeth@nyokufu1984.or.jp
- 問合せ／せたがや介護普及有志の会 担当 鈴木  
TEL 5712・5101

## 東 玉川地域で保育園からの迎えをしてくださる方募集

世田谷区玉川に住んでいる3歳の女の子を保育園から家まで送ってくださる方を探しています。

体調が優れず、ご両親が保育園へお子さんを迎えにいことが難しいため、火曜日の夕方、保育園から家まで送ってくださり、その後ご自宅へ送ってくださる方を探しています。お

## 東 デイサービスでボランティアをしてみませんか？

ボランティア内容としては、高齢者の方の話し相手、プログラムのお手伝い、ご利用者様のお茶出し、ご飯・お味噌汁の盛り付け、湯呑等の食器洗い、おやつ準備です。また【ピアノ伴奏】【書道】【絵手紙】【編み物】【手工芸】などの趣味を活かしたボランティアや【将棋】【囲碁】【麻雀】の相手の等のボランティアも募集しています。わからないことは職員がサポートしますので、ぜひよろしく

- 日時／火曜日の17時～18時30分頃まで
- 場所／保育園（玉川）から玉川のご自宅まで
- 条件／女性
- 問合せ／世田谷ボランティアセンター 担当 鈴木  
TEL 5712・5101  
suzuki@otagaissama.or.jp

- お願い致します。
- 日時／月曜日～土曜日のうちでご相談。9時半～16時半の間で、ご都合に合わせて午前のみ、午後のみ、数時間でも構いません。
- 場所／デイ・ホーム中町
- 交通／上野毛駅徒歩8分
- 問合せ／デイ・ホーム中町 担当 村山  
TEL 5758・3611

「セボネ」は皆様の声を集めて制作しています。ボランティア募集、イベントなど情報をお寄せください。ホームページから情報を投稿できます。6月号掲載は5月10日（木）に締め切ります。

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

## 東

## トイレ介助ボランティア募集

(頻度は応相談)

二子玉川のオフィスビルに勤務する車イスの20代男性が、昼休みのトイレ介助(パッド交換)のボランティアを探しています。複数名でサポートしていますが、火曜を担当していただける方を求めています。介助経験のない方も、まずはお問い合わせください。

●日時/火曜 12時40分〜13時

- 場所/二子玉川駅徒歩2分のオフィスビル1階
- 募集人数/1〜2人
- 条件/年齢・性別・資格不問。交通費応相談
- 問合せ/玉川ボランティアビューロー

TEL 3707・3528

## 京

## 鳥山バザー ボランティア募集

鳥山を中心に活動するNPO団体や福祉施設などが出店する「鳥山もつたないバザール」を手伝ってくださる方を募集しています。テントの設営や机の移動、売り子などのご協力お願いします。

●日時/5月13日(日) 8時半〜

- 17時の間でご相談
- 場所/鳥山区民センター前広場
- 交通/千歳鳥山駅徒歩1分
- 問合せ/世田谷ボランティアセンター 担当 今関
- TEL 5712・5101
- imazeki@otagaisama.or.jp

## 東

## お話相手ボランティア募集

発達障がいのある30代の女性がお話し相手を探しています。人が好きで、向上心があり、いろいろなことに興味のある方です。普通におしゃべりをして、会話の中で不自然な点があれば指摘をしていただけたらと思います。

●日時/土曜日に1時間程度。月〜1〜2回程度。

- 場所/玉川ボランティアビューロー
- 条件/女性。大学生以上。発達障がい当事者ではない方。交通費の支給はありません。
- 問合せ/玉川ボランティアビューロー
- TEL 3707・3528

## 東 小学校への環境出前授業 学生ボランティア募集

「&amp;EARTH教室」では大学生

が運営主体となり、小学校を中心に子どもたちへの環境教育を行っています。今年度は10期生として約1年間の活動を行っていきます。アクティブラーニングやESDなどの教育視点を取り入れながら、他に例をみない新たな環境教育プログラムを一緒に創りませんか？

研修を含めた1年間のプログラムを経て自分を磨きたい方、環境や教育に関する知識・スキルを身につけたい方、ぜひ応募ください。詳細は応募ページをご覧ください。

- 日時/5月〜2019年3月(※5月にキックオフ合宿 3月に修了式を開催予定)
- 場所/普段の練習会は三軒茶屋の事務所です。プログラムは首都圏の小学校での出前授業が中心です。
- 募集人数/大学生10名程度
- 問合せ/「&EARTH教室」事務局(NPO法人ピーグッドカフェ内) 担当 太刀川
- TEL 5432・2733
- [http://and-earth-kyoshitsu.com/recruiting\\_10/](http://and-earth-kyoshitsu.com/recruiting_10/)

## 小

## 80代女性のスポーツ教室での見守り募集

梅丘にあるスポーツ施設の利用時の見守りをして下さる方を求めています。女性はこの施設に長い間通っていて、通うことが習慣になっており、身体を動かして筋力を鍛えることをずっと続けたいと希望しています。歩行に不安はありませんが、認知症のため発言に事実と違うことが混ざる可能性があります。認知症にある程度理解

があり、発言に対して否定せずに対応していただける方を希望します。

- 日時/週1回から2回(35分)
- 場所/梅ヶ丘駅周辺
- 募集人数/1〜2名
- 条件/女性希望。交通費応相談
- 問合せ/梅ヶ丘ボランティアビューロー
- TEL 3420・2520

## 世 中1女子の登校付き添いボランティア募集

中学校1年生女子の、登校の付き添いをして下さる女性を求めています。朝、自宅に迎えに来ていただき、世田谷線山下駅から電車に乗り、下高井戸駅から学校までの付き添いをお願いします。

学校に行くことが大好きな女の子です。電車での移動等に関し、サポートをお願いします。子どもが好んで理解がある女性のボランティアを募集しています。

●日時/月曜、火曜、木曜、金曜  
週1〜2回でも助かります。  
朝7時40分頃〜(1回50分程度)

●交通/山下駅〜下高井戸駅

●条件/女性。交通費(世田谷線運賃)は依頼者が負担します。

●問合せ/梅丘ボランティアビューロー  
TEL 3420・2520  
unebor@otagaisama.or.jp

## 有償スタッフ募集

### 東 コスプレイベント同行・着替え手伝い募集(有償)

電動車を利用している30代の女性が、土日のコスプレイベントに同行して、着替えを手伝ってくれる方を探しています。ゲームアニメ全般が好きで、特に「ROBLOX」が好きの方です。

8月と12月のコミックマーケットや、9月の東京ゲームショウに同行してイベントと一緒に楽しんでもくれる女性の方、お待ちしております。まずはお問合せください。

●日時/土日のイベント開催日  
(8月、9月、12月を予定)

●場所・交通/二子玉川駅9時頃集合→イベント会場(東京ビッグサイトや幕張メッセ)→二子玉川駅18時頃解散(電車で移動)

●条件/ゲームアニメが好きな女性。年齢不問。時給1000円(交通費、イベント入場料別途支給)(※緊急介護人制度の登録をお願いします)

●問合せ/玉川ボランティアビューロー  
TEL 3707・3668  
tamabor@otagaisama.or.jp

## 講座・その他・募集

### 小 代田ビューローバザー&ボランティア募集

今年も恒例の春の代田ビューローバザーを行います。掘り出し物も、素敵な出会いもたくさん!

地域の皆さまからご提供いただいた品物を販売し、地域のボランティア活動推進のための費用とさせていただきます。お買い物で、地域のボランティア活動を支えるお手伝いをよろしく願いいたします。皆さまのご来場をお待ちしています。

事前の値付け作業から当日まで、たくさんのボランティアの力で成り立っています。ぜひご参加ください!

●バザー日時/6月1日(金)  
10時半〜14時、6月2日(土)  
10時半〜13時半

●場所/代田ボランティアビューロー(世田谷代田駅南口)

※駐車場、駐輪場はありません。

●提供品受付期間/5月12日(土)〜19日(土) 10時〜16時(日曜・祝日休館)

\*受付できるもの/秋冬物衣料(洗濯済みで新品に近いもの)、贈答品、着物、バッグ、アクセサリー、食器、おもちゃなど

\*受付できないもの/紳士背広、電化製品、家具、布団、書籍、ぬいぐるみ、景品、食品

\*お友達にプレゼントできるくらい新品に近い物をお願いします。判断に迷ったらお問い合わせください。春夏物衣料は次回10月頃に受け付けます。

●ボランティア募集(提供された品物に値段をつける作業・商品陳列作業)/5月22日(火)〜31日(木) 10時半〜12時、13時〜15時(日曜を除く)

②バザー当日6月1日(金)・2日(土) 9時半〜15時の間で応相談。ボランティアさんによるおしいまかない付き

●募集人数/①値付け 各日10名  
②バザー当日 各日20名

●問合せ/代田ボランティアビューロー  
TEL 3419・4545  
databor@otagaisama.or.jp

「セボネ」は皆様の声を集めて制作しています。ボランティア募集、イベントなど情報をお寄せください。ホームページから情報を投稿できます。6月号掲載は5月10日(木)に締め切ります。



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 2日間集中講座

仕事や人間関係につかれて、しんどいなあと感じたり、自分がひとりぼっちに思えてつらかったり、さみしさやしんどさを感じる時があります。

働く人のしんどさやさみしさに、住んでいる地域で応える傾聴ボランティアの活動を、これから世田谷ボランティア協会では取り組んでいきます。このたび「働く人の悩みに応えるための傾聴ボランティア養成講座」を開催します。平日の夜や土日に傾聴ボランティア

### 東 傾聴ボランティア入門講座（全3回）

話すこと、聴くことを体験を通して感じながら、「傾聴」について丁寧に学んでいきます。

主に、ひとり暮らしの高齢者や障がいのある方のご自宅で、傾聴をするためのボランティア入門講座です。

- 日時／5月30日、6月6日、6月13日 いずれも水曜日 13時半～16時
- 場所／玉川ボランティアビュー

の活動を取り組んでみたい方の参加をお待ちしています。

- 日時／5月26日（土） 27日（日） 両日とも10時～17時
- 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
- 募集人数／12名
- 参加費／6000円
- 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](mailto:suzuki@otagaisama.or.jp)

#### ロー

- 交通／二子玉川駅徒歩5分
- 参加費／全回分3000円（1回目に集めます）
- 定員／20名
- 定員後、引き続き「ステップアップ講座」を予定しています。
- 申込み・問合せ／玉川ボランティアビューロー TEL 3707・3528 [tamabor@otagaisama.or.jp](mailto:tamabor@otagaisama.or.jp)

### 東 チャイルドライン公開講座2018

18才までの子どものための電話「チャイルドライン」の受け手を養成する研修の一環です。子どもと直接関わってきた講師陣の生の声やワークを体験して、せたがやチャイルドラインの「聴く」を体感してみませんか。公開講座ですので、興味のある回だけでもご参加いただけます。詳しくはHPをご覧ください。

子どもからの電話を受ける「受け手」になることを希望される方は、公開講座を修了していただく秋に行われる「第23期受け手養成専修講座」の受講資格が得られます。ぜひご参加ください。

- 日時／5月25日（金、31日木、6月8日、15日、22日、29日、7月7日（土）、13日、27日 原則として金曜日夜 全9回 19時～21時半。※7月7日（土）のみ15時～17時半

- 場所／世田谷ボランティアセンター
- 参加費／一括17000円（全9回）、1講座2000円（別途テキスト代1000円）
- 申込み／メールまたはFAX
- 問合せ／せたがやチャイルドライン事務局 TEL 5712・5101 FAX 3410・3811 [childline@otagaisama.or.jp](mailto:childline@otagaisama.or.jp)

### 小京 「もつと語ろう不登校 part2(24)」

これまで23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。初めての方もお誘い合わせの上、どうぞお気軽にご参加ください。

- 日時／5月12日（土） 14時～

- 場所／NPOフリースクール僕んち
- 参加費／300円（カンパ歓迎）
- 交通／梅ヶ丘駅、東松原駅徒歩10分
- 問合せ／世田谷こどもいのちのネットワーク第3分科会「もつと語ろう不登校」担当 高橋 TEL 3327・7142

## 東 家庭訪問型子育て支援（ホームスタート） 説明会・活動報告会

玉川地域で、乳幼児のいる家庭への「家庭訪問型子育て支援（ホームスタート）」が始まりました。未就学児が1人でもいる家庭に、研修を受けた地域の子育て経験者が訪問するしくみです。

説明会では、どのような活動なのか、ホームスタート・ジャパンの西郷泰之さんにお話を聞きます。実際の訪問活動でどんなことを行っているのかなど、懇談会形式でお話したいと思います。ホーム

### 東心のバリアを溶かす「ヒューマンライブラリー入門講座」

ヒューマンライブラリーは、デモンストラクで始まったもので、障がい者、ホームレス、セクシャルマイノリティなど、誤解や偏見を受けやすい人々が「本」になり、一般「読者」と対話をします。詳しく知りたい方、体験してみたい方、開催してみたい方などを対象に入門講座を開催します。

入門講座では、ヒューマンライブラリーとは何か、開催事例の紹介、疑似体験、参加の仕方などを説明します。ご不明の点は電話でお尋ねください。

## 東 災害ボランティア マッチングコーディネーター 養成講座

災害時に被災者と災害ボランティアのニーズをつなぎ、より良く支援活動が行われるように調整するスタッフを「災害ボランティアマッチングコーディネーター」といいます。その養成講座を開催いたします。ぜひご参加ください。

- 日時／6月2日（土）13時半～16時半
- 会場／昭和女子大学
- 交通／三軒茶屋駅徒歩7分
- 内容／講義、模擬訓練

### 京 ボランティア相談員養成講座2018

子どもの虐待防止センターでは、虐待や育児に悩む方からの電話相談を行っています。このたび、電話相談に対応する「ボランティア相談員」の養成講座を開催いたします。詳細はHPをご覧ください。

- 日時／6月2日～10月6日まで全8回（おもに土曜日）
- 時間／子ども虐待防止センター 10時～12時半
- 場所／子ども虐待防止センター
- 交通／明大前駅徒歩3分
- 募集人数／15名程度（応募多数の場合、書類選考あり）

- 参加費／無料（要申込）

- 申込み／お電話かメール。メールの件名を「災害VMC講座申込み」として、氏名・住所・電話番号（あれば所属）を記入。
- 主催／世田谷ボランティア協会 世田谷区

- 問合せ／せたがや災害ボランティアセンター  
TEL 5712・5101  
sajga@otagaishana.or.jp

- 応募条件／①全8回の講座に出席可能な60才位までの女性の方
- ②登録後の1年間、平日に週1回5時間以上のボランティアが可能の方、③月1回、定例会に出席可能な方
- 受講料／22000円
- 応募締切／5月15日（火）必着
- 問合せ／社会福祉法人 子ども虐待防止センター  
TEL 5300・2451  
http://www.ccap.or.jp/

## 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「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」 〒154-0002 下馬3-22-13 TEL (6805)4715 FAX (6805)4718

### ●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3-22-13 TEL (5433)2830 FAX (6383)2156
- ケアステーション連(れん) 〒154-0002 下馬3-22-13 TEL (6805)4716 FAX (6805)4718

### ●障がいにとまなう「困った!」を話せるところ●

- 世田谷地域障害者相談支援センター 〒154-0002 下馬3-22-13 TEL (6804)0405

### ●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

ボランティア協会では個人宅でのお話し相手、「傾聴ボランティア」の養成・紹介を行っていますが、今月は新たに、働く人の悩みに応えるための傾聴ボランティア養成講座を企画しています。ぜひご参加ください。

### ◆ふらっと&withより

車いすのユーザーさんの腕の日焼けが楽しみな季節となりました。これから梅雨までが外出日和の時期です。一緒に楽しんでいただける方、募集中です!

### ◆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!

### ◆チャイルドラインより

5月25日(金)から受け手養成公開講座が始まります。受け手を目指す方、子育て中の方や子どもの問題に関心のある方にもご参加いただきたい内容満載です。講義集『子どもに育ててもらったおとなたち』も好評発売中!

#### 編集後記

■今回のAAミーティングの取材や、最近かわった学生ボランティアの研修を通して、自分の体験や活動を話すことによる気づき、振り返りの意味や重要性を改めて感じました。お互いの話に耳を傾けることは力になります。

■ボラセン近くに3年前に新設された日大のキャンパス。4年生まで揃い、駅からの大通りがにぎやかになりました。一方、昔ながらのパン屋さんが閉店。まちの景色が少しずつ変わっていきます。(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  
横山 康博

