

セ タガヤ ボランティア 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
<https://www.otagaisama.or.jp/>

2021.4 No.204

今月のピックアップ

特集●

「傾聴」はこころのふれあい ●まちの市民力「上町まるものがたり」



イラストレーション● ery

イラストレーター/デザイナー/トラックメイカー
ポップなイラストを中心に、グッズ制作や
展示、楽曲制作など行う。

Podcast ラジオ "ery の う み そ ヘ プ ン
RADIO" のパーソナリティや、音楽ユニット
"Ooveen" としても活動中。

●わたしの世田谷

下北沢や三軒茶屋でよく遊びます。特に下北沢は学生の頃からよく行っているので、呼吸をするようにあちこち移動ができます。下北沢の王将が大好きです。

「傾聴」はこころのふれあい

2月28日、「世田谷ボランティア協会をささえる会」の交流プログラムの一つ「みんなで勉強しよう会」が久々に開かれました。今回は、世田谷ボランティア協会の砧ビューロー準備室の職員でもある峯崎のり子さんを講師にお迎えし、「傾聴」を体験しながら学びました。今回、新型コロナウイルス感染症予防対策をした上で、人数を制限して実施しました。コロナ禍にもかかわらず、16名もの参加者があられ、心の悩みやストレスを抱える時代だからこそ、人とのコミュニケーション、ふれあいに対する関心が高まっていることを実感する会となりました。



まず「体験」してみる

まずは隣り合う人同士で、二人組になり、「こんにちは！」と言ってみます。言われた相手は、「こんにちはは！」と返事をします。次は言われても返事をしません。相手の対応によりどんな気持ちになるのかを味わってみます。なにげない日常の挨拶ですが、気持ちがいぶん左右されるのがわかります。もう一つの体験は4つのステップで、どんな気持ちかを感じるもの。ステップ1は「相手を無視する」、2は「声に出さずに相手に応える」、3は「ちよっぴり声を出して相手に応える」、4は「ちよっぴり勇気を出して相手に応える」です。

無視されると「いやな気持ち」になります。ステップが進むにつれ、コミュニケーションが成立し、「よかった！」と感じられるようになっています。コミュニケーションでは、一説によると55%が

目で見た情報（目は口ほどに物を言う）といいますが、38%が聴こえ方から、言葉の情報は7%だそうです。つまり話の内容よりも、どういう表情や口調で発しているのが相手に伝わるということなのです。

「ストローク」を学ぶ

峯崎さんは「ストローク」という、傾聴の中でもとても意味のある言葉について説明されました。ストロークとは、自分の存在や価値を他の人から認められたり、あるいは認められなかったりする言葉や行為のこと。私たちは生まれた時からさまざまなストロークを受けて今日まで生きている、と言えます。ストロークには、相手に幸福感や喜びを与え、生きる力を育てることのできる「肯定的」なもの、相手に不快で憂鬱な気持ちにさせ自信を失わせる「否定的」なものがあります。「会えてよかつ

た！」「生まれて来てくれてうれしい！」「前は前者。「嫌いよ。駄目ね」「勉強が出来ないあんたは嫌い！」などは後者にあたります。

また、相手の存在そのもののへのストロークを「無条件のストローク」といい、行為に対するストローク



2月28日開催の「みんなで勉強しよう会」には、たくさんの方が参加されました。

クを「条件付きストローク」と呼びます。「ストロークは自分で自分に与えることもできます。変えられ、やり直しも可能です。人生の棚卸しができるといいうことです」と峯崎さん。

ストロークには、非言語的な肉体的なもの、心理的なものと、言

語的な言葉によるものがあります。そしてそれぞれに肯定的、否定的なものがあり、私たちはいろいろな種類のストローク（ふれあい）の中で生き、生活しているわけです。「心にもない言葉」を発すれば、その心も伝わってしまいます。むしろ思っている素朴な言葉が伝わるということでしょう。なでる、さする、愛撫するなど、肉体的にタッチするストロークは、とくに小さな子どもたちに必要です。高齢者に対しては、身体に触れずとも、からだを寄せたり、握手をする、などのストロークが有効です。そういった行為を取りにくいのがコロナ禍の今ではあるのですが。

大人には 「生きがいの欲求」が必要

ストロークの欲求と、それを充たす方法は、乳児、子ども、大人で異なります。大人は「生きがい

の欲求」を求めます。

自分の人生に意義と喜びを見いだせない時を長く過ぐすと、情緒や肉体的な衰退が早まり、「孤独」「孤立」「認知症」などの引き金になります。そうならないために、日常の生活の中で、となりの人たちや友達に挨拶をすることも大いに意味があります。雑談などは当たり障りなく交流するのに役立ちます。しゃべることで満たされるということもあります。仕事やボ



ランティアなどの活動によって生きがいを得ることもあります。最も充足できる段階は、親密な交わり。つまり、相手を認め、相手に関心をもち、理解しようとする。まさに傾聴講座の目指しているものです。

二人組で、話す人ときく人になってロールプレイを体験しました。話す人が「最近気になっていること・手ごたえを感じていること」を自由に語るのを、きく人は自分なりのきき方できます。話し手が熱っぽく語ると、きき手はついついその話に乗って議論になってしまうことも・・・。「聴く」時には、相手が思っていることに自分を一致させる必要はなく、今は話している相手の時間なので、自分のことは脇に置いておくと考えます」と峯崎さん。繰り返される同じ質問に対して必ずしも正確に返事をする必要はありません。求められるのは「答（answer）」ではなく誠実な、「応

え（response）」です。

傾聴とは、相手を承認すること

峯崎さんは、18歳までの子どもからの電話を受ける「チャイルドライン」や自殺予防の電話相談に関わってきた経験もあり、たとえば相手が電話で「死にたい」と言った時に緊急性を感じた場合は「今どこにいるの?」と訊くこともあるそうです。ともかくつながろうと話を聴いていくと落ち着くことも多いといいます。

承認してもらいたいという欲求は誰の中にもあると思います。「自分のことをわかってもらえと思うと変化が起ころんですね。人はいい方向に向かっていると思うものだ」という信念を持つて聴きましょう」と。最高の承認とは、ありのままのその人のそばにいますと。「あなたがどんなであつても側にいますから、気持ちを聴かせてください」と聴くことが大切

です。

「きく」といつても、聞こえるものを「聞く」、訊ねる意味の「訊く」、耳と目と心で「聴く」の3つがあり、傾聴はもちろん「聴く」。相手をまず肯定すれば、相手のことを知ることができ、相手の理解し、その価値観を知ることがができます。同時に自分の気持ちも動くので、自分自身を知ることにもなります。かけがえのない自分を大切に思い、ありのままの自分を肯定することができれば、相手との信頼と安定の関係を築くことができます、もっと話してみようと思うようになります。年齢、性別、文化や風土の違いに橋をかけることができ、そこから豊かなコミュニケーションが生まれると考えられます。

心の栄養はストロークから

「ストローク」を中心に学んだ2時間、あつという間でした。私

たちは生まれた時から今まで、ストロークを受けることで生きてきた、だからこれからもストロークを受け与えることで生きていくというのは新たな学びでした。「からだの栄養は食べ物から、心の栄養はストロークから・・・」と峯崎さんは結びました。

参加者からは、「相手の方の人生、思いに学ぶことが肝要だと思いました」「人と人が共に生活する場では「傾聴」がいかに大事であるかをあらためて感じさせられました」「傾聴は難しいけれど大切だと思いました」「まず学び、自分の心を向上させ、地域の方々に少しでも力を活かせるように精進したいと思います」「体験できて、あたたかい気持ちになりました」「ぜひ勉強して身に付けたいと思います」など、とても意欲的な感想が寄せられました。

「傾聴講座」は7回のコースになっています。人の心を聴くことは、自分を振り返り、自分も相手

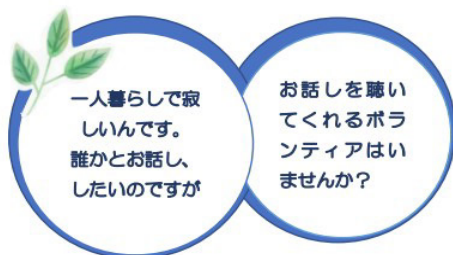
もかけがえのない存在であることを知る、という機会ともなります。2021年度、世田谷ボランティア協会では玉川、代田、砧の3か所のボランティア・ビューローで講座を予定しています。興味を持たれた方、ぜひ参加してみてください。

(取材／編集委員 星野 弥生)



2020年11月に開催した傾聴ボランティア入門講座の様子です。

■ 6ページに「傾聴ボランティア入門講座」のチラシがあります、ぜひご覧ください。



一人暮らしで寂
しいんです。
誰かとお話し、
したいのですが

お話を聴い
てくれるボラ
ンティアはい
ませんか？

世田谷ボランティア協会では、傾聴ボランティア講座を開催し、そのような声にお応えしています。お話し相手を必要としている方がいましたら、ご紹介ください

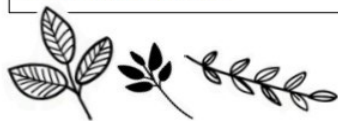


傾聴ボランティア入門講座

2021 年度は玉川・代田・砧のボランティアビューローで講座を開催します。詳細は各ボランティアビューロー、またはHPにてご確認ください。
(新型コロナウイルス感染症対策により人数制限があります。また開催日の状況変化により、中止または延期とさせて頂くこともありますので、ご承知おきください。)

傾聴ボランティアは

- ① 秘密を守ります
- ② 傾聴以外の活動をしません
- ③ あらかじめ決めた時間を守ります
- ④ (1回1時間以内、月2回程度)
- ⑤ ものや金銭を受け取りません
- ⑥ 困ったときは世田谷ボランティア協会
(ボランティアセンター、ボランティアビューロー) に相談します



①

連絡

世田谷ボランティアセンター、
近くのボランティアビューロー
までお電話ください

②

面談

スタッフが
直接お会いして面談

③

紹介

ご希望にそって
傾聴ボランティアを
紹介します

④

顔合せ

お話しをする人と聴く人の
顔合わせをします

⑤

開始

約束の時間に伺い
お話を聴きます



本の工房

上町まるものがたり



まちの 市民力!!

取材・星野弥生

●
街の中で地域やそこで暮らす
人たちが一緒に活動している
団体を紹介します

議な空間です。昨年夏、雑誌「マイガーデン」「ランドスケープデザイン」を刊行しているマルモ出版が上町に引っ越してきました。小さな編

集室の隣に、あれよあれよという間に素敵なスペースができ、プレ・オープニングを記念する講演

会の発信基地となりました。「編集室は男ばかりだけれど、『まるものがたり』は全面的に女性のセンスとちからにおまかせです」と丸茂喬社長。

異なった種類の木材で出来た矩形のテーブルが、植木を真ん中に放射状に散らばり、本棚は「緑のまちのライブラリー」となっています。グリーンに囲まれながら、本を手にとってしばしの時間を過ごすのは心地よいことまちがいないです。

工房店主の作道攝子さんは、「こ

の工房から本と人をつなぐ交流の場として、新しいモノとコトの発信基地として、さまざまな情報をお伝えしたい」と抱負を語ります。「庭づくりからまちづくり」をコンセプトに、出版のお手伝い、レンタルスペース、イベントやセミナーの開催など、これからこの場を活かしていくアイデアが次々と湧いてきます。

震災から10年目、コロナ禍と重なり、ライフスタイルも変化せざるを得ない時代、藻谷さんのお話は、日本がこれから進むべき道すじに及びました。「1000年後の日本に確実に残っている人工物はなにかと考えてみると、それはまさに景観と庭なんですよね」。ランドスケープとマイガーデンを柱に、人びとの広がりを作ろうという試みは、まさに『上町まるものがたり』にピッタリのコンセプトです。3月19日に、オープンの運びとなりました。ぜひ「面白がつて」覗いてみてください。

3月6日、上町近くの世田谷通り沿いに、突如草や花をあしらった植え込みが出現！通り過ぎる人たちが、なんだろう？と足をとめていきます。「一坪里山」「里山資本主義」などの著書で知られる、地域エコノミストの藻谷浩介さんのオンライン講演会が東日本大震災からもうすぐ10年目というこの日に開かれたのです。藻谷さんは2014年から8回にわたって東日本大震災の被災地を巡り、生の風景を題材に現地の人たちと交流を重ねる「藻谷浩介と行くバス講演ツアー」を実施してきました。今回、講演の場となったのが、「上町まるものがたり」なる不思議

■上町まるものがたり

世田谷区世田谷 1-48-10-102 電話 03-6432-6026

ご相談ください

個別のサポート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、ボランティアの力を必要としている方と、ボランティアをおつなぎする橋渡しをしています。新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、人と会ったり、集まったりすることが難しい状況ではあります。困りごとを抱えていたり、どこに連絡したら問題を解決できる

のかかわらないという方は、お電話でご相談ください。
電話でお話ししながら、どんなことができそうか、どんな解決方法がありそうか、一緒に考えます。

●問合せ／世田谷ボランティアセンター
TEL 5712・5101

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、小学生・高校生の個別の学習支援に取り組むボランティアをお探しで紹介しています。

現在は、新型コロナウイルス感染防止のため、オンラインでの学習支援にも対応しています。勉強への気持ちや、学ぶポイントなど、本人のペースや特徴を尊重してやっていきます。お気軽にご相談ください。

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

ボランティア求む

小学生の男の子の
下校付き添いをしてくださる方募集

船橋5丁目に住む小学6年生の男の子が都立光明学園から自宅に帰る下校の時、16時前に学校に迎えに行き、自宅までの付き添いをしてくれる方を募集します。下校には、スクールバスまたはタクシーを利用します。帰宅後に時間があるときは、30分程度ジグソーパズルなどは一緒に遊んでいただくとうれしです。

男の子は気管切開をしているため発音が難しく、主に手話とドリップトーク（スマホのアプリ）を使ってお話します。とても元気な男の子で、これからたくさんの方

相談

●問合せ／代田ボランティアセンター 担当 池田
TEL 3419・4545
databora@otagaisama.or.jp

世田谷録音奉仕グループひびき
音訳ボランティア募集

世田谷録音奉仕グループひびきは、梅丘で42年間、視覚障害者のための録音図書を作り続けています。デジタル録音、デジター編集などの音訳ボランティアと一緒に活動してくださる方を募集しています。経験の有無は問いません。興味のある方、さらに詳しく知りたい方は、ぜひお問い合わせください。

●日時／例会 第1、第3火曜日
●場所／梅丘ボランティアセンター（音訳作業は自宅）
●交通／梅ヶ丘駅徒歩7分
●問合せ／世田谷録音奉仕グループひびき（取次 梅丘ボランティアビューロー）
TEL 3420・2520
umebora@otagaisama.or.jp
https://rokuonhoushigroup-hibiikiamebownd.com/

東 配食サービスの調理ボランティア募集

食事づくりや買い物が困難になった方たちに、地域のボランティアが作る家庭的なお弁当をお届けしています。一人暮らしの方などの安否確認も兼ねた配食サービスは、40年近く続いています。現在、調理ボランティアを募集しています。料理初心者でも老若男女どなたでも参加できます。料理に関心のある方、人と関わるのが好きな方、ぜひ一度見学にいらしてください。

有償スタッフ募集

東 ケアセンターwithの運転手募集

介護保険の通所施設であるケアセンターwithの利用者様の送迎を4月以降から行ってくれる運転手を募集しております。ケアセンターwithは脳卒中や交通事故などによって身体や脳に障害を持つ方たちが通って外出などの活動を通して地域で長く暮らしていくためのリハビリを行っています。ご利用者の朝の迎え、帰りの送りの送迎車輛を運転してくださる方を募集しております。詳細はお問い合わせください。

- 日時／月々金 8時半～13時半
- 場所／食事サービスサポートセンターだんらん（世田谷区鎌田3・13・1）
- 交通／バス「砧南中学校前」下車1分
- 問合せ／老人給食協力会ふきのとう 担当 佐野
- TEL 3706・2545
- sano@mow.jp
- https://fukinotomow.jp/

- 日時／月曜～土曜 ①8時半～10時半 ②15時半～17時半
- ※「朝のみ・午後のみ」や「週1日」からでも可
- 場所／ケアセンターwith（世田谷区下馬3・22・13 サザン三軒茶屋1階）
- 交通／三軒茶屋駅徒歩13分
- 問合せ／ケアセンターwith 担当 橘
- TEL 6805・4715
- with-care@otagaisama.or.jp
- http://cocaikaweb.org/top/with/

小京東 ひとり親家庭のサポートをしてくださる方募集

世田谷区内のひとり親家庭に伺いし子ども（保育園・小学生）の遊び相手、宿題等の見守り、夕食づくりなどをしてくださる方を探しています。親御さんが多忙や不調で余裕がなかったり、お子さん自身がサポートを必要としているご家庭で、お子さん・親御さんともに安心して楽しめてくださるよう、力を貸していただけたら幸いです。学生さんからシニアの方まで大歓迎です！

日時や内容はご家庭によって異なるため、詳しくはお気軽にお問い合わせください。

※「世田谷区養育支援等ヘルパー

東 旭小学校で新小学1年児童の付き添いをしてくださる方募集

春から入学予定の男の子が、一斉指示に従うことや椅子にじっと座していることが難しく個別のサポートを必要としています。4月から基本的に登校後から下校までの間、安全面に配慮しながら彼のペースに寄り添った付き添いや声掛けなどををお願いします。入学後に、お願いしたいサポートがふえることも考えられます。詳しくはお問い合わせください。

訪問事業」の委託を受けて実施しています。新型コロナウイルス感染症拡大防止について、区の方針に基づいて活動を行っています。

- 日時／月々金曜日、17時～21時（2～3時間程度、ご家庭ごとで異なります。週1日程度）
- 場所／世田谷区内のご家庭
- 交通／小田急線・京王線・田園都市線・東横線など
- 条件／有償、交通費支給、研修あり
- 問合せ／NPO法人日本子どもソーシャルワーク協会担当水野
- TEL 5727・2133
- http://www.jcsw.jp/

- 日時／月曜～金曜の登校から下校まで（土曜は月1回程度）週2回から
- 場所／世田谷区立旭小学校（世田谷区野沢1・4・3）
- 条件／謝礼有、交通費支給、学校生活サポートに要登録
- 問合せ／世田谷区立旭小学校 担当 副校長 齊藤
- TEL 3424・1337

有償スタッフ募集

東 身体に麻痺がある
男性の介助をして下さるヘルパーを探しています

私は現在43歳（男性）です。25年前に交通事故に遭い、高次脳機能障害があり、身体と言語に麻痺があります。毎週月曜日の18～20時に食事と着替えの介助をお願いしたいです。話すことがむずかしいですが、タイピングとボイスチェンジャーで会話ができます。ヘルパー事業所と契約をしていただきますので、有資格者の方にお願います。

- 日時／毎週月曜日の18～20時
- 場所／自宅（世田谷区野沢）
- 交通／三軒茶屋駅徒歩20分
- 条件／男女不問
- 問合せ／黒田（本人）
kuro-chan.0203@ezweb.ne.jp

小 障害者通所施設有償スタッフ募集

東北沢つどいの家は、下北沢から少し歩いた閑静な住宅街に立地し「特定非営利活動法人つどい」が運営する生活介護支援事業所です。外出が困難な方や、何かしらのハンデを抱えて生活している重度の身体障害者を対象に、社会参加と日常生活の機能向上のための訓練・指導を行っています。1日の平均利用者は7名程度。現在、一人ひとりに深く寄り添ったサポートを共に行うスタッフを募

- 集しております。詳細は採用担当までご連絡お待ちしております。
- 場所／東北沢つどいの家（世田谷区北沢4・24・22）
 - 交通／小田急線・京王井の頭線 下北沢駅徒歩12分
 - 問合せ／東北沢つどいの家 担当 橘
TEL 3465・1832
enzhouse@ybb.ne.jp
<https://tsudoi.tokyo/higashikiazawa>

講座・その他・募集

小 もっと語ろう不登校 Part 255

これまで28年にわたって、さまざまな方々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／4月10日（土）14時
- 場所／NPOフリースクール僕

電話相談のボランティアをしませんか
（説明会ご案内）

- 電話相談のボランティアを募集します。2021年5月から始まる研修について、説明会を開催いたします。「有終支援いのちの山彦電話」は開設して31年経ち、生きづらさを抱えている方、病気の不安に直面している方などの、こころの悩みを受け止め寄り添っていく活動をしています。
- 日時／4月18日（日）14時～16時
 - 場所／東京ボランティア・市民活動センター A会議室（新宿区神楽河岸1-1 セントラルプラザ10階）
 - 交通／飯田橋駅徒歩すぐ

- ランチ（代田4・32・17）またはZOOM会議にて
- 交通／梅ヶ丘駅徒歩10分
 - 条件／事前申し込み制
 - 問合せ／世田谷こどもいのちのネットワーク第3分科会「もっと語ろう不登校」担当 高橋 090・3905・8124
tsbtoru@yahoo.co.jp
 - 研修参加費／15000円
 - 研修期間／5月～10月（原則第1、第3日曜日）
 - 申込み／締切は4月16日まで。電話FAXまたはメールで。電話FAXは留守番電話対応になるため、名前と連絡先をお願いします
 - 問合せ／有終支援いのちの山彦 電話
TEL 3842・5312
FAX 3842・5312
inochi.yamabiko@gmail.com
<https://inochi-no-yamabiko.jp>
jindofree.com

小 代田ビューロー近所カフェ

「ゆるゆる体操くゆるく体っこがしましょ！」

いよいよ春到来。気候も穏やかな、過ごしやすい季節になりました。体と心を開放しもっと元氣になりましょう。今回も体操を教えてください方をお呼びしています。※事前申込制

- 日時／4月17日（土） 13時～16時
- 1回目 13時15分～13時45分
- 2回目 14時～14時半
- 3回目 14時45分～15時15分
- 場所／代田ボランティアビューロー 2階（階段のみ）
- 交通／世田谷代田駅すぐ

傾聴から人との関わり方とコロナ禍での支援を学ぶ

コロナ禍により私たちの生活も一変したといっても過言ではないでしょう。コロナ禍によって精神的に不安になり自殺する方も増えていきます。また慣れないテレワークによるストレスや人間関係の悪化の悩みも増えています。末松先生と「傾聴とコロナ禍での支援のあり方」をご一緒に考えていきたいと思います。

講師・末松渉氏（東京いのちの電話理事長、東京都スクールカウンセラー）

- 参加費／100円
- 定員／8名
- 条件／マスク・靴下着用
- 申込み／電話またはメールで。メールの場合、件名に「ゆるゆる体操参加」とし、何回目に参加するか、氏名、住所、電話番号を明記して下さい。
- 問合せ／代田ボランティアビューロー
- TEL 3419・4545
- datlabora@otagaaisama.or.jp

- 日時／4月6日（火） 13時～15時（12時半開場）
- 場所／東京ボランティア市民活動センター（飯田橋駅前セントラルビル3階）
- 交通／JR・地下鉄飯田橋駅
- 参加費／1000円
- 問合せ／NPO法人東京コミュニティカレッジ 担当 石田・福井
- TEL 5371・0745
- college@npotc.jp
- http://www.npotc.jp

東 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（HL）は、障がい者、LGBT、難病、依存症、外国人など偏見や誤解を受けやすい人が「本」になり、少人数の一般読者の方に人生話を自己開示する対話イベントです。相互理解を深め偏見を低減するイベントとして、国内各地や世界中で実践されています。この講座は、HLについて詳しく知りたい方、開催してみたい方などを対象にした入門講座です。

- 日時／4月11日（日） 14時～16時
- 場所／世田谷ボランティアセンタ―

- 交通／三軒茶屋駅徒歩12分
- 参加費／500円（資料代）
- 募集人数／4人まで
- 条件／マスク持参
- 申込み／氏名、住所、連絡先を明記してメールでお申し込みください。（事前申込制）
- 問合せ／東京ヒューマンライブラリー協会 担当 坪井
- 090・4751・6942
- tsubo912@gmail.com
- http://tokyo-humanlibrary.com

東 バザー提供品受け取り一時休止のご案内

いつもバザー品のご提供にご協力いただき、ありがとうございます。現在、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、バザーを休止しております。そのため、バザーの物品提供の受付（持ち込み及び宅急便などの郵送）を当面の間休止とさせていただきます。ご理解ご協力のほど、よろしくお願い致します。

- 次回のバザーの開催は未定です。再開が決まり次第お知らせいたします。
- 問合せ／世田谷ボランティア協会
- TEL 5712・5101

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
- 砧ボランティアビューロー準備室 〒157-0066 成城6-3-10 TEL (6411)4007 FAX (6411)5888

●いのちを大切にすところ「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)
- ケアセンター「with」 〒154-0002 下馬3-22-13サザン三軒茶屋1F 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サザン三軒茶屋2F TEL (5433)2830 FAX (6383)2156
- ケアステーション連(れん) 〒154-0002 下馬3-22-13サザン三軒茶屋2F TEL (6805)4716 FAX (6805)4718

●障がいにとまなう「困った！」を話せるところ●

- 地域障害者相談支援センター ぽーとせたがや 〒154-0002 下馬3-22-13サザン三軒茶屋2F 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

「誰かの手助けがほしい」、「地域で何か活動したい」と思ったときは、遠慮なくお問い合わせください。私たちは、いっしょに考え、ひとりひとりに寄り添うことを大切にしています。

◆ふらっと& with より

昨年同様にずいぶん早い桜の開花宣言が行われました。入学式はおろか卒業式も間に合わない早さです。身近な季節の移り変わりを楽しみながら毎日を暖かい陽気を楽しみたいです。

◆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

環境が変わる春は、子どもたちのきもちが揺れやすい季節です。チャイルドラインは子どもたちの声に耳を傾けています。

編集後記

■今年のソメイヨシノの開花は平年より早かったですね。1年があっという間に過ぎていく感じがします。当協会も新型コロナウイルス感染症の影響もあり、この1年でさまざまなことがありました。4月から新しい年度の始まり。2021年度も、どうぞよろしくお願いいたします。

■今まで、セボネの編集補佐をしていましたが、今年度からは私、近藤が担当いたします。精一杯頑張ります！（こ）

- 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
<https://www.otagaisama.or.jp/>
- 発行人
横山 康博

