

プラス ボランティア

vol.7

プラス (+) ボランティアは、普段の生活にプラス“生き生き”とボランティア活動をされている方のインタビュー記事です。

なでしこ配食サービス・とまとの会・ドレミの会

都築 輝子 さん

つづき・てるこさん

ボランティア活動歴23年。最近、ボランティア活動の合間を縫って、健康のために音楽体操やフェルデンクライス（感覚に注意を向けることで、動きの質を改善する体操）などをして身体に気をつけている。



じっとしているのが

もったいなくなっちゃって

仕事をしている時から、近隣のお年寄りとの交流はよくしていたという都築さん。仕事を辞めてから、「ちょっと時間があくと、もったいなくなつて、ふれあいクラブに入れていただきました。」

配食サービスのボランティアグループを立ち上げ

ふれあいクラブで活動するうちに、「ここに来られる人は幸せだな」と思って。いろいろな事情で外に出られなくなるお年寄りが増えてきていたので、食事を配達しながら話を聴いたり、安否確認ができるように配食サービスを始めました。

配達をしているうちに、困りごとの相談されるようになったのですが、たくさんの困りごとに対応しきれなくなり、社協に相談し、『困りごと24』が始まりました。

どうやって外に連れ出す??

外に出ない人を外に連れだそうと作ったのが、とまとの会です。その日のうちに持って帰れるものを作って、そのあと、お茶を飲みながらお話を聴いたり、来ていない人がいたら様子を見に伺ったり

しています。

どうやって来られるのか、いつも考えています。

小学生の課外授業

配食の活動してきた中で一番印象に残っているのは、小学5年生の課外授業で一緒にお年寄りにお弁当を届けてくれた時のことです。その反応がすごかったです。感想文に“僕のお母さんが年をとっても、こういうお弁当があったら安心です”“お年寄りの笑顔が忘れられないからお年寄りが喜ぶようなことをやりたいです”と書いてあり、それを読んで「ああ良かったな」と思いました。子供たちが来てくれたことを、お年寄りが大変喜んでいました。

心のつながりが一番大切



なでしこ配食サービスでお弁当を盛り付け中。



季節のものを使って、味も薄口にしています。

私は、一緒に活動しているボランティアさんにいつも心の中で感謝しています。一番の大切なことは、人間と人間の「心」のつながりだと思います。

当初 10~20 食で始まったなでしこ配食サービスは、今では 100 食近くになっています。お弁当をとおして、それだけ多くの方々と心がつながってきたと思います。

■■■■■団体紹介■■■■■

- なでしこ配食サービス
麴町、神保町、万世橋地区で月1~2回お弁当を作って、配達しています。
 - とまとの会（ふれあいサロン）
地域の高齢者とボランティアの交流活動を行い、“ともにまあるくとしをとろう！ずっと元気でいたいね”を合言葉に月1回、いきいきプラザ一番町でいろいろな作品を作り、活動しています。
 - ドレミの会
月1回麴町小学校音楽室にて昔の歌を高齢者の方々と一緒に歌って楽しんでいます。
- 詳しくは、ちよだボランティアセンターにお問い合わせください。