

プラス ボランティア

vol. 14

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

ふれあいクラブ麹町4班、なでしこ麹町 上村 友子 さん

うえむら・ともこさん

高校生の息子と中学生の娘の二児の母。毎朝、二人にお弁当を作っています。PTA 活動や地域の自治会活動を通して、多くの友人知人を得ています。ごく普通の主婦です。



ボランティア活動をはじめた きっかけは？

町会の役員を以前からしているのですが、6年くらい前にそこで誘われたのがきっかけです。今は、ふれあい麹町・富士見の会食サービスとなでしこ麹町の配食サービスの活動をしています。

料理のレパートリーが増えた

活動をはじめた当初は、小学生の娘が、学校へ行っている時間を利用してボランティアをしていました。多くの先輩方と一緒に食事を作っていますのでとても勉強になりますし、家での料理のレパートリーも増え、家族にも喜ばれています。

達成感と満足感

食事作りの活動を通して感じることは、みなさんと協力して食事を作って一緒に会食したり、またお弁当を作りお届けする達成感と、それが利用者のお役に立っているという満足感です。

ほかでは得ることができない大切なものがあります。それがボランティア活動を続けている理由です。

出会うみなさんが私を肯定してくださるので、とても心地よく、また、私もそういう人になりたいと思っています。

これからボランティアを始めて みようかと思っている方へ…

ボランティア活動をする！なんて強い気持ちもなく、誘われるままに始めました。気づかないうちにボランティア活動をしている人になっていました。

ボランティア活動をしている人としていない人に違いはなくて、今、していない人も、明日には、ボランティア活動をしている人になるかもしれません。

ボランティア活動をしたいと思っている人はたくさんいると思います。やってみたいけどできないではなく、できないかもしれないけどやってみよう、と考えると一歩がふみだせるのではないのでしょうか。私もそうでしたから。



■■■■■ 団体紹介 ■■■■■ ふれあいクラブ

ふれあいクラブは、60歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者だけの世帯の方を対象として昼食会を行っています。千代田区内の6地区で実施し、参加者のみなさんと一緒に食事をし、交流を図っています。一緒に活動していただけるメンバーも募集しています。

【問合せ】高齢者センター
TEL：03-3265-3981



みなさんと協力して作っています。



新年会の様子。新年会メニューを食べた後、みなさんと交流



ふれあいクラブ麹町4班のメンバーと
(左後ろ：上村さん)