

～ボランティアをしたい人と必要とする人をつなぐ情報誌～

あらんてあ

◆創刊1984. 10. 9◆

「あらんてあ」とは、あらかわのボランティアの造語です。
荒川区内を中心としたボランティア活動の情報やイベント情報、助成金の
情報を提供しています。

1月号



区内小・中・高校生から高齢者の皆様に年賀状を送りました

75歳以上の一人暮らしや高齢者のみの世帯、日中一人で過ごされているなどで「高齢者みまもりネットワーク事業」に登録されている方々、約5,000名に送りました。今年は区立小学校20校・中学校8校・都立高等学校1校・私立中高等学校1校・ひろば館2館がご協力くださいました。子ども達からは、「今年は本をたくさん読みたい。」「なわとびを200回とびたい!」「九九がすらすら言えるようになりたい。」という今年の目標や、「体に気をつけて一年をすごしてください。」「しあわせの多い年になりますように。」とあたたかいメッセージが書かれていました。

昨年年賀状を受け取った高齢者からは「思いがけない素敵な賀状が届き心温まる新年を迎えました。」「やさしいことばをありがとう。」「90歳のおばあちゃんも皆さんに負けないように頑張ります。」などお礼状や電話がたくさん届きました。

今年もこの年賀状が高齢者と子どもたちとの交流のきっかけとなることを願っています。

この事業は「歳末たすけあい地域福祉募金」を財源として実施しています。町会や街頭等での募金へのご協力、ありがとうございました。

P2・3・4★荒川区内情報・情報あれこれ

P5・6★あらかわ地域活動サロンふらっと。フラット

P7★タンザニアの風

★あらかわ子ども応援ネットワーク報告

P8★防災コーナー

P9★能登半島地震ボランティア報告

P10★きもちトーク&学習発表会について

★手話体験会について

荒川ボランティアセンター
公式LINEはこちらから!





荒川区内情報



このコーナーでは、社協で主催するものはもちろんのこと、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動イベント等にご協力をいただける方は、各問合せ先まで、ご連絡をお願いします。

ボランティア募集・お知らせ

ボランティア情報誌「あらんてあ」 組み作業・発送準備のお手伝い

みんなで楽しく「あらんてあ」を折り、組み、完成させています。ボランティアが初めての方にもオススメ。申込なしで直接会場にお越しください。

【日時】1月28日(火) 13:00~14:30

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン

【問合せ】荒川ボランティアセンター

TEL: 3802-3338 FAX: 3802-3831

ご自身のお話やお悩みをお聴かせください

傾聴サロン「サロン三ノ輪橋」

傾聴ボランティアがお聴きいたします。

【日時】1月14日(火)・2月18日(火)・3月11日(火)

13:30~14:30 *申込締切 開催日前日

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン (対面)

【定員】対面4名まで、オンライン2~3名 (要申込)

【主催】ダンボの会 傾聴サロン「サロン三ノ輪橋」

【申込・問合せ】荒川区社会福祉協議会 地域福祉支援係

TEL: 3802-3338 FAX: 3802-3831

Mail: jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

お知らせ

音訳「カナリアの会」対面音訳サービス

本・雑誌やご希望の資料(新聞・取扱説明書など)を対面にてお読みいたします。当日ご持参ください。ご自身で読むのにご不便を感じている方、ご利用ください。※音訳ボランティアに興味がある方もお待ちしております。

【日時】1月19日(日) 14:00~16:00

【場所】アクロスあらかわ 2階 対面朗読室

【締切】1月16日(木)

【申込・問合せ】アクロスあらかわ(荒川2-57-8)

TEL: 3803-6221 FAX: 3803-6222

障がいのある当事者

(ピアカウンセラー)による相談

【日時】1月11日(土) 10:00~15:00

【場所】荒川たんぼセンター (荒川1-53-20)

【内容】視覚障がい者、聴覚障がい者、肢体不自由者による相談

【申込方法】1月6日(月)から来所・電話・FAX

【申込・問合せ】荒川たんぼセンター

TEL: 3891-6827 FAX: 3891-6828

あらかわボランティアフェスト Vol.16 自分のトリセツ、一緒に作ってみませんか?

ボランティアフェストは、ボランティア活動の促進やボランティア活動者・団体の交流を目的に毎年実施しています。16回目のボランティアフェストは、ボランティア活動をするあなたが元気であるための『元気回復行動プラン=「WRAP」』を行います。ボランティア活動に熱心に取り組むからこそ感じる、うまくいかない時の無力感、周囲との摩擦…。気持ち落ち込んだ時・やる気が薄れた時に、自分の気持ちや元気を上げるやり方(トリセツ)を、一緒に作ってみませんか?

日時: 令和7年2月8日(土) 14:00~16:00

場所: アクロス荒川(障害者福祉会館) 1階多目的ホール 荒川2-57-8

対象: 荒川区内で活動しているボランティア活動者や団体メンバー

定員: 30名(先着順) 費用: 無料

協力: 支援センターアゼリア

申込: 荒川ボランティアセンター

TEL: 3802-3338 FAX: 3802-3831 Mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp

申込フォーム: <https://forms.gle/q1qmYn8vVTRmupaa6>

申込フォームは
こちらから



WRAPとは?

アメリカの精神障害をもつ人たちによって作られたリカバリー(元気回復)に役立つツールです。

「WRAP」は Wellness(元気)・Recovery(回復)・Action(行動)・Plan(プラン)の頭文字を取った名称で、自分らしくあり続けるための知恵や工夫を蓄積して作られた、**自分で作る自分のためのリカバリープラン**です。

荒川区内情報

このコーナーでは、社協で主催するものはもちろんのこと、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動イベント等にご協力をいただける方は、各問合せ先まで、ご連絡をお願いします。



お知らせ

より良い人間関係を作るための コミュニケーション教室

「あなたは、そう考えるんだ。でも、私はこう考えるな。」
「だったら、こんな考えもあるね。」これが気づきが生まれた瞬間です。お互いの違いを受け止めると、気づきが生まれます。そして笑顔になり「よし、やってみよう。」とやる気が出ます。

【日時】1月8日(水)・2月5日(水)・3月5日(水)
19:00~21:00

【テーマ】1月:あなたと私の違いが、気づきを生む
2月:みんなが楽しいOKコミュニケーション
3月:自分らしく生きよう

【場所】町屋文化センター 3階 (荒川7-20-1)

【定員】20名

【費用】700円

【申込・問合せ】コーチングスポット 担当:森戸
TEL:3895-5353
Mail:a.morito@kra.biglobe.ne.jp

アクロスあらかわ・楽しむ講座 受講生募集!

◆リズム体操

【日時】1月26日(日)・2月9日(日)

【場所】アクロスあらかわ・多目的ホール(荒川2-57-8)

【対象】18歳以上で愛の手帳をお持ちで区内在住、在勤、在学の方

*小学生以下の方は保護者同伴

【定員】15名(応募者多数の場合は抽選)

【費用】無料

【締切】1月20日(月)

【申込方法】電話、FAX、メール及び窓口にて「氏名、年齢、電話番号、要配慮事項、障がいの種類・程度」をお伝えください。

【申込・問合せ】アクロスあらかわ
TEL:3803-6221 FAX:3803-6222
Mail:across@arakawa-shakyo.or.jp

お知らせ

あらかわひと・暮らし 伝承の会

【ゲスト】社会福祉法人 トラムあらかわ 理事長
川村 絹恵氏(精神保健福祉士)

【テーマ】荒川区における精神保健福祉活動を支えて

【日時】1月25日(土)

14:00~16:00(開場13:45)

【場所】ふらっとにつぼり 3階 多目的スペース
(東日暮里6-17-6)

【費用】100円(資料代)

【申込方法】メール・はがき・下記2次元コードにて
「氏名・参加人数・連絡先」をお伝えください。

【申込・問合せ】あらかわひと・暮らし 伝承の会

Mail:arakawa.densho@gmail.com

住所:町屋2-21-2-201

(一社)子ども村ホッとステーション
気付

申込はこちらからスマホでの
読取りが便利です→ →



映画上映会

「不安の正体 精神障害者グループホームと地域」

近年、精神障がいのある人たちのグループホームが各地にでき、それに伴い、地域住民によるグループホーム開設反対の運動も生じています。反対運動はなぜ起きるのでしょうか?そして、精神障がい者のグループホームとは、実際にはどのようなものなのでしょうか?反対住民の声と関係者の意見、グループホームに入居している方々の生活やインタビューを通して、その実像を見つめます。

【日時】2月5日(水) 14:00~15:10

17:00~18:10 2回上映

【場所】ゆいの森あらかわ ゆいの森ホール
直接会場にお越しください。(荒川2-50-1)

【費用】無料

【問合せ】三河島クラブ 瀬野 TEL:080-3252-2061

荒川区内情報 | 情報あれこれ

※詳しくは各問合せ先までお願いします。

お知らせ

精神保健福祉ボランティア講座

はじめてボランティアをしてみようかなと思っている方、一緒にボランティアをしてみませんか？

- ◆第1回 2月14日(金) 14:00～16:00
 [内容]精神福祉分野でのボランティアとは
 [講師]与儀 恵子氏(保健師、精神保健福祉士)
 杉下 ひろみ氏(支援センターアゼリア)
 [場所]アクロスあらかわ (荒川 2-57-8)
- ◆第2回 2月28日(金) 14:00～16:00
 [内容]ボランティア活動の実際・施設紹介
 [場所]アクロスあらかわ (荒川 2-57-8)
- ◆第3回 3月7日(金) 10:00～13:00(希望者のみ)
 [内容]ボランティア体験、体験発表会
 [場所]支援センターアゼリア(東尾久 5-45-11)
 荒川ひまわり第1(荒川 1-17-3-103)
 荒川ひまわり第2(東尾久 3-20-10)

【定員】15名(申込順)

【費用】無料

【締切】2月7日(金)までに、メールまたはFAXで申込

【主催】ボランティアグループ ボラとも

【申込・問合せ】支援センターアゼリア

TEL:3819-3113 FAX:3819-2312

Mail:azalea@tcn-catv.ne.jp



バザー物品提供にご協力ください!

3月8日(土)に第27回バザー&施設公開を開催します。

バザー物品の提供にご協力ください。

物品をご提供くださる方はご連絡ください。

募集物品 ○日用品

○タオル・シーツ類

○食器・陶器・台所用品

*衣類は受け付けておりません。

【問合せ】社会福祉法人 窓の陽

西尾久 7-50-6 三博ビル TEL:3894-4100

市民社会をつくる

ボランタリーフォーラム TOKYO 2025

「ボランティア元年」と呼ばれた1995年の阪神・淡路大震災から30年の節目。私たち一人ひとりがボランティアや市民活動に関心をもち、よりよい市民社会を実現するために考え、行動するためのきっかけとなるような場を目指します。

【日時】2月8日(土)・9日(日)

【テーマ】Vamosu!市民社会のミライ

～そのときわたしたちは何をしているだろうか?～

【内容】様々な社会問題に焦点をあてた17の分科会等
 荒川区のボランティアさんが、実行委員として分科会テーマ「地域共生社会に向けて!大人たちに伝えたい～障がい者の思いと心のバリアフリー～」に参画しています。

【場所】飯田橋セントラルプラザ及びオンライン等で開催

【費用】1分科会 1,000円

大学生(専門学校可)または18歳未満の方は無料
 会場参加・フィールドワークの3分科会以上は一律3,000円(オンラインへの変更不可)

【申込・問合せ】東京ボランティア・市民活動センター
 〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
 TEL:03-3235-1171 FAX:03-3235-0050

*詳細・お申込みはこちら!

令和6年度 家族介護を考えるつどい

【日時】1月19日(日) 13:00～16:30

【テーマ】介護と家族の多様なありかた

【場所】飯田橋セントラルプラザ 12階会議室

【定員】100名

【費用】無料 *懇親会参加は500円

【内容】◆講演 「生き方・逝き方に向き合う～介護者のスピリチュアルペイン～」

玉置妙憂氏(僧侶・看護師・ケアマネージャー)

◆分科会 3つの分科会に分かれます。

①それぞれの人生、いき方を分かち合う

②“家族だから”を壊したい～社会的介護のありようを考える～

③人とつながることをあきらめない

◆懇親会 (希望者のみ)

【主催】家族介護を考えるネットワーク

【申込・問合せ】東京ボランティア・市民活動センター
 TEL:03-3235-1171 FAX:03-3235-0050
 Mail:carer@tvac.or.jp

あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

ボランティアのためのオープンスペース

年末年始のご案内
2024年は12/27(金)まで
2025年は1/6(月)から
オープンです!

ユニーク・アイ

金さんと話そう!

あなたの幸せの知恵

1/19 日

知的障がいがあるなど自覚症状を伝えづらい人たちの声を代弁できる“骨太ナース”の育成をしている金壽子さん。集めた知識を幸せに暮らすための健康づくりに役立ててほしいと、専門職にとどまらず広く地域の人たちに伝える活動をしています。

そんな金さんと「食べる」ことに焦点を当てた「脳神経の不思議」を体験。「年齢を重ね変化していく体」にどう向き合っているか、参加者どうしがふだん工夫している知恵を話し合う意見交換も行います。金さんと一緒にワイワイ語り合いましょう!

日時・1月19日(日)10:00~12:00(9:45受付開始)

場所・あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

講師・金壽子(キムスジャ)さん

(一般社団法人 幸せを種から育てる知恵袋 代表理事)

参加費・無料

定員・10名

申込・1月14日(火)まで(申込多数の場合は抽選)



ご報告!

ユニーク・アイSpecial「地域と人をつなぐ いいじぞうえんにち」を行いました!



1年に1度のスペシャル講座をゆいの森ホールで開催しました。お話は南千住延命寺の水野秀敏(しゅうびん)住職。前半は、サッカーファンであり指導者でもあるご自身の紹介から、首切り地蔵が見守るようになった延命寺や南千住界隈の歴史について。後半は社協をはじめ地域の団体や個人がさまざまな形で係わり実現した縁日復活の物語と現在という内容で、寺を地域に開くことで多くの人がつながり合い、地域を元気にしていることが伝わってきました。最後に「地域とつながりたい方、縁日を手伝ってくださる方はご連絡ください」と住職より熱いメッセージが!4月には花まつりえんにちが開催されます。

ボランティア講師の活動場所としてご利用頂いています。
 教えたい方も、教わりたい方もご連絡おまちしております！
 毎月開催予定です(一部のぞく)

すべて申込制(先着順)です

※お申込みの際に定員に達した講座もありますが、ご了承ください。

■草笛
 今月はお休み

■フラット英会話
 1/10・17(金)
 16:30~18:30
 500円

■いけばな 龍生派
 1/28(火)
 15:30~17:00
 申込締切:1/24(金)
 持ち物:お花用のハサミ
 (お持ちの方)
 1,000円程度

■絵本の会
 1/21(火)
 13:30~15:00
 持ち物:おすすめの絵本
 無料

■ゆるっと器楽
 今月はお休み

■『思い出語り』
 脳を活性化する回想法
 1/22(水)
 13:30~14:30
 無料

■b.bウクレレ倶楽部
 1/17(金)
 13:00~14:30(初級ゆっくり講座)
 14:30~16:00(0から始める入門講座)
 1/10・24(金)
 13:00~14:30(初級ステップUP講座)
 15:00~16:30(経験者ウクレレサロン)
 持ち物:ウクレレ(貸出あり)
 無料

■あらにん会勉強会
 今月はお休み

■フラワーアレンジ
 1/8(水)
 13:00~15:00
 1,300円

■やさしい折り紙
 今月はお休み

■はじめてのスマートフォン
 今月はお休み

■絵手紙
 1/23(木)
 13:30~16:00
 200円

■ネイル体験
 1/9(木)
 14:30~15:00
 15:00~15:30

15:30~16:00
 各回1名、300円

■折り紙教室
 今月はお休み

■大正琴教室
 1/6・20(月)
 13:30~15:00(初級)
 15:00~16:30(中級)
 持ち物:大正琴(貸出あり)
 100円

■コミカレ折り紙クラブ
 1/21(火)
 15:00~16:30
 300円

■カコの部屋 癒しのアロマ
 作りとハンドマッサージ
 1/30(木)
 13:30~15:30
 500円

■懐かしの歌謡曲を聴く会
 1/27(月)
 13:30~15:00
 無料

■はじめての複音ハーモニカ
 1/28(火)
 13:00~15:00
 持ち物:複音ハーモニカ
 C調21穴、卓上譜面台
 無料

■三味線クラブ
 1/15・29(水)
 17:00~19:00
 持ち物:三味線(貸出あり)
 無料

■アクセサリーDEカフェ
 今月はお休み

■心と体を調える マインド
 フルネス瞑想(椅子座位)
 1/17(金)
 19:00~20:30
 無料

■フクシのなべさんの
 介護相談、勉強会
 1/9(木)
 13:00~14:30
 無料

■楽しく合奏
 1/14(火)
 15:30~17:30
 1/20・27(月)
 16:30~18:30
 無料

■服の困りごと相談会
 1/7(火)
 15:00~16:30
 無料

■短歌を作る会
 1/23(木)
 16:00~17:00
 100円

★にこにこ二胡の部屋
 1/15(水)
 13:00~15:00
 持ち物:二胡(貸出あり)

★は新講座



あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

TEL03-3891-8571

FAX03-3891-8572

flat_flat@arakawa-shakyo.or.jp

荒川3-49-1生涯学習センター1階(JR「三河島」徒歩5分)



www.arakawa-shakyo.or.jp/flat/

平日13:00~19:00(第1・3水・金は13:00~21:00)

タンザニアの風

荒川区出身で、現在JICA海外協力隊としてタンザニアで活動をしている根田あかりさんから、活動の様子やタンザニアについてお知らせいただき、連載しています。タンザニアの風を感じてください！



habari zenu! ハバリゼーヌ! こんにちは!

タンザニアで協力隊として活動している根田あかりです。今回は、タンザニアについて紹介します。

言葉はスワヒリ語が国語になっています。スワヒリ語はアルファベットをローマ字読みした言葉が多いので、日本人にとって発音しやすく習得しやすい外国語のひとつだと言われています。日本語では「あいうえお」から始まりますが、スワヒリ語は”aeiou”（日本語とちょっと順番が違いますね）から始まり、同じように母音は5つです。

タンザニアでは挨拶がとても身近で大切にされています。挨拶だけで、たくさんの言い回しがあります。例えば、朝会ったら「おはよう」「ヤッホー」「よく眠れた?」「家族は元気?」「調子はどう?」「いつも通り?」と何回もラリーをします。全部肯定で返すのが基本です。

タンザニアでの食事は、トウモロコシの粉を練った「ウガリ」という主食が国民食です。主食は他にも「ワリ」(ご飯)、「ピラウ」(スパイスを使った炊き込みご飯のようなもの)があります。

日本でなかなか見ないものとしては、キヤッサバ(芋類の一種)をよく食べます。私も揚げたキヤッサバが大好きです! フルーツもたくさんあります。マンゴー、パイナップル、バナナ、スイカ、オレンジ、ドラゴンフルーツ、パッションフルーツ、パパイヤ…フルーツ好きなあなたはぜひ、タンザニアへ☆



タンザニアの学生の中には破れたままのワイシャツ(制服)や自分で繕ったワイシャツを着ている子もいます。そんな生徒の助けになりたいと思い、学生の皆さんの着なくなった小中学生用のワイシャツを日本で募りタンザニアに届ける活動を始めます。詳しくは2月号でお知らせします。



次回はワイシャツの募集について! またお会いしましょう!

Tutaonana tena!

あらかわ子ども応援ネットワーク パントリー活動報告

2024年最後のパントリーの利用者アンケートでは、食材をご寄付いただいた方や運営ボランティアさんへの感謝の言葉がたくさんつづられていました。一部をご紹介します。

- いつもありがとうございます。新米がとてもおいしく子どものお弁当に冷めてもおいしく喜んでいました。お野菜が大活躍しました。大変助かっています!
- 今年も大変お世話になりました。お菓子や果物、お化粧品など普段なら我慢して購入しないような物まであり、身体の栄養だけでなく気持ちの余裕にもつながりました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。
- 寒い中でも、心まで冷え込まないようにしていただけて、本当に感謝しております^^

月に1回ではありますが、このパントリーが少しでも応援になっているのであれば、幸いです。ご支援をいただける方は、下記にご連絡ください。

あらかわ子ども応援ネットワーク事務局 荒川ボランティアセンター

TEL:3802-3338 FAX:3802-3831 Mail:vorasen@arakawa-shakyo.or.jp ↑ボランティアミーティング



→
ご寄付
した
ノ
ート
を
い
た
だ
き
つ



防 災 コ ー ナ ー

～防災イベントレポート・災害ボランティアセンターについて～

おぐのはら防災2024

11月24日に尾久の原公園にて「おぐのはら防災2024」が開催されました。荒川区社会福祉協議会とあらかわボランティアネットワークでは、能登半島地震・奥能登豪雨のパネル展示や義援金・支援金募金をはじめ、新聞紙を使った非常時に使えるお皿やスリッパ作り、防災備蓄品の紹介を行いました。当日は天候も良く沢山の来場者の方にブースにお越しいただきました。



第4回荒川流域防災住民ネットワークの集い2024

東京都立大学荒川キャンパスにて12月8日「第4回荒川流域防災住民ネットワークの集い2024」が開催されました。このネットワークは、荒川において観測史上最も高い水位を観測した2019年の台風19号被害を契機に始まった地域活動です。「誰も置き去りにしない」を合言葉に、地域の団体が災害時のためのネットワークをできるだけ沢山作り、荒川流域の住民力を高めることを目的としています。今回のイベントでは体験・展示として「高齢・障がい・妊婦疑似体験」や「参加団体活動紹介」、「荒川放水路100周年パネル展」「あらかわ防災×景観カルタ」の紹介、加藤孝明氏（東京大学教授）、石川秀樹氏（東京都立大学教授）による講評など盛り沢山の内容でした。区の活動団体「川はともだち」の活動報告のなかで「訓練・教育はリアルな行動を体験させることが必要」というメッセージや、「南千住第二中学校レスキュー部」の日頃の防災訓練や月に1,2回ほど地域の高齢者宅を訪問する「絆ネットワーク」の報告などが印象的でした。いつ起こるか分からない水害・災害への備えのためにこのネットワークがどんどん広がればいいですね。



「災害ボランティアセンター」を知っていますか？

災害ボランティアセンター（災ボラ）は、災害が起きた時に公的なサービスだけでは対応出来ない個別のニーズを集約し、柔軟かつスピーディーに対応出来るようボランティアや行政・団体と調整を行います。荒川区では、区と社会福祉協議会が協働で荒川総合スポーツセンターに設置します。社協は全ての自治体に存在しているため全国的なネットワークを有しており、行政やNPO・NGO、企業など様々な団体と協力体制を築いています。何より日頃から色々な分野で地域の住民の方と接しており、相談しやすい関係性が出来ていることが強みです。つまり災ボラは、災害が起きた時の「困った・助けて」「何か力になりたい」といった両面の相談事や解決のお手伝いをするところです。災ボラの存在をもっともっと周知して災害時の困りごとや相談事と助けてくれる力を集める必要があります。荒川ボランティアセンターでは平時より「あらんてあ」や各種防災イベント、SNS等を通じて情報を発信していきます。ご協力いただける方はぜひボランティアセンターにお声掛けください。



令和6年 能登半島地震

～被災地支援ボランティアに参加して～

11月24日に能登半島輪島市での災害ボランティア活動に参加した最上さんから、現地での活動の様子や活動を通して感じたことを寄稿していただきました。

まず最初に衝撃を受けたのは移動のバス車窓の光景でした。屋根にブルーシートがかけられたままの民家が国道沿いに延々と続き、1階部分が抜けたように崩れその上に2階部分が乗る形で完全に倒壊した民家が多く見られました。こうした光景を目にして改めて能登半島地震の被害規模の大きさとそれまで暮らしてきた地域住民の生活が一瞬にして失われてしまったこと、そして発生から11か月近くたった今も生活が取り戻すことができていないという現実を実感されました。

午前には輪島塗に装飾を行う蒔絵師をされている方のお宅での活動で、地震で被災し解体される母屋から敷地内にある倉庫に蔵書や仕事の道具を運び出す作業でした。

午後から崩れた裏山の土砂を掻き出し、側溝に水が流れるようにしてほしいという案件に向かいました。現場に到着した私たちはまず最初に水を吸った土砂を排除し、足場を確保することから取りかかりました。同時に崩れた土砂を先の尖ったスコップで削るようにかき出していきます。粘土を多分に含んだ土はスコップの表面に一度こびりつくとなかなか落ちてくれません。さらに山からの土砂は太い植物の根が網のように張り巡らされており、スコップは思うように刺さりません。加えて土砂の中に含まれた軽く30キロ程度はある大きな石によってスコップが入らないこともありました。

皆で無心に土砂をかき出して2時間程たった頃、ようやく土砂の下にある基礎のコンクリートが顔を見せました。現場にはようやく先が見えてきたという安堵の雰囲気の流れ始めていました。ところがあともう一步というところで壁面が崩れて一瞬にしてかき出した部分が土砂で再び埋まってしまいました。現場では落胆の色が隠せない様子でした。しかしボランティアのリーダーは冷静に残りの時間内で出来るところまでやろうと周囲に声をかけて回っていました。私もリーダーの声かけをきっかけに気持ちを切り替え、それまで以上に時間を忘れる程役割に集中して行きました。

今回のボランティア活動は依頼を完遂することができないまま活動が終了したためもどかしさを感じた反面、地元の方々がボランティアを温かく受け入れてくださり、帰り際に私たちが帰るまで笑顔で手を振り続けて見送りをしてくださる姿を目にして、ふたたび輪島を訪れなければという決意を強くさせるものとなりました。

ボランティアセンターの方が「どうか輪島そして能登のことを忘れないで欲しい。そして現地で見たり、聞いたりしたことを多くの人に伝えて欲しい」と話されていました。本紙面を読まれた方に少しでも能登について気持ちを寄せて考えるきっかけにしていただけると大変嬉しく思います。

最上 義晃



← 午後の活動中の最上さん(写真)

あらんてあ 配付先

紙面の都合上、1月号ではあらんてあ配布先の掲載は省略させていただきます。毎月、あらんてあを置いてくださっている皆様、手に取ってくださっている皆様、ありがとうございます。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

あらんてあ

【発行】荒川区社会福祉協議会 地域ネットワーク課 荒川ボランティアセンター
〒116-0003 荒川区南千住 1-13-20 3階 TEL03-3802-3338 / FAX03-3802-3831
<http://www.arakawa-shakyo.or.jp/> E-mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp
情報掲出希望の方は、毎月15日締切です。詳細は、お問合せください。

2月 きもちトーク発表者募集

きもちトークとは、障がいのある方や生きづらさを抱えた方など多様な背景のある方たちが、その思いを語るトーク・ショーです。これまでの人生で大変だったことや辛かったこと、嬉しかったことや楽しかったこと、みんなに伝えたいことなどなど、たくさんの方の体験や思いを地震の言葉で語りたくない…そんな発表者を募集します！



※応募メ切：1月22日(水)

開催日時：2月22日(土) 午後1時30分～午後4時(予定)

会場：アクロスあらかわ(1階 多目的ホール) 費用：無料

募集人数：7名程度【応募者多数の場合は先着となります】

応募方法：申込書に記入しFAX・メール・窓口手渡しでアクロスあらかわにご提出ください。申込書はアクロスあらかわやボランティアセンターにあります。

発表方法：発表者ご本人にお話しいただきます。発表時間は一人10分程度。ご本人による会場での原稿朗読が困難な際は、録音・録画再生・ボランティアによる代読も可能です。ご相談ください。

【申込み・問合せ】アクロスあらかわ 〒116-0002 荒川区荒川2-57-8

TEL：3803-6221 FAX：3803-6222

Mail：across@arakawa-shakyo.or.jp



2月 手話体験会(全3回)

手話を初めて習う方・手話講習会の初級コースに通ってみたい方に向けた体験会を行います。手話に関心がある方・迷っている方、ぜひご参加ください！

2025年11月、デフ(きこえない・きこえにくい)アスリートのための国際スポーツ大会「デフリンピック」が初めて東京にやってきます。

日時：①2月16日(日) 午後2:30～4:30 ※申込締切：2/10(月)

②2月19日(水) 午後2:00～4:00 ※申込締切：2/12(水)

③2月19日(水) 午後7:00～9:00 ※申込締切：2/12(水)

3回のうち、ご希望の回にお申込ください

場所：全3回とも アクロスあらかわ 1階 多目的ホール

対象：荒川区内在住・在学・在勤の方で15歳以上の手話に関心のある方

定員：各回30名ずつ(申込多数の場合抽選あり) 費用：無料

申込方法：★左の二次元コードを読み込み、申込フォームに入力

(申込フォーム URL <https://forms.gle/Tn8YBmBi911H3qaN6>)

★はがき・FAX・メールで、希望日時・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・メールアドレスを明記してお申込みください。

申込フォームはこちらから



申込み・問合せは 荒川区社会福祉協議会 **荒川ボランティアセンター** まで

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20 TEL：3802-3338 FAX：3802-3831 Mail：shuwakoushuu@arakawa-shakyo.or.jp