



ボラン・て 12月

「ボラン・て」の「て」は、つなぎあう人と人の「手」。手を借りたり、貸したりするためのボランティア情報をイメージして名づけました。

地域づくりの最前線 ～そのチャレンジ！応援します～



杉並区社会福祉協議会
地域福祉活動費助成金事業
歳末たすけあい運動募金をもとに実施しています。



音楽とお話の会「レツヒェルン」は、杉並区社会福祉協議会の「令和5年度地域福祉活動費助成金」チャレンジ応援助成を活用して、「レツヒェルン みんなのコンサート」を開催しました。ほほえみの輪が広がることを願って活動しています。

【特集】音楽とお話の会「レツヒェルン」

代表 小嶋 貴子さん(写真左側) 副代表 河口 三千代さん(写真右側)

3面・・・災害ボランティアセンター 報告
チャレンジ！ボランティア 報告
4面・・・歳末たすけあい運動 協力のお願い
チャレンジ！ボランティア 参加者募集

この情報紙は、区内のボランティアの方々に、宛名シール貼り、封入作業を行っていただき、発行しています。いつもご協力ありがとうございます。

【特集企画】

地域づくりの最前線 ～そのチャレンジ！応援します～

音楽とお話の会「レツヒェルン」は、音楽を身近に届け、健康で心豊かな生活を送ることができる地域づくりを目的として、音楽に携わるメンバーにより、2003年に設立。これまで地域のイベントや、児童館、高齢者や障害者施設、保育園、学校から依頼を受けて演奏をしてきましたが、コロナ禍で制限された日々を過ごしてきた皆さんに音楽を届けたいと思い、今年度初めて「レツヒェルンみんなのコンサート」（以下「みんなのコンサート」）を自主開催しました。

※レツヒェルンはドイツ語で「ほほえみ」という意味です。

団体の活動内容

施設や児童館、保育園での演奏を20年間続けています。地域での演奏を始めたのは、代表が子育てをきっかけに、地域の子どもにもクラシックの心地よい音楽や、わらべうた・童謡などのきれいな日本語の歌を届け、ゆったりした時間を過ごしてほしいと思ったことからです。現在は9名で活動しています。ホームページやSNSでの発信はありませんが、地域でのつながりや、口コミで依頼をいただいています。0歳・1歳の子が興味をもってじっと聴いたり、無口な高齢者の方が一緒に歌ってくる姿を見ることが嬉しくて、活動を続けています。



▲レツヒェルンの皆さん

レツヒェルン みんなのコンサート

助成金事業の「みんなのコンサート」を11月11日(土)に行いました。20年間活動して初めて自主開催で行うコンサートでした。不安もありましたが、当日はご夫婦や親子など近所の方々が声をかけあって定員いっぱいの60名の皆さんにお越しいただきました。

高齢者施設や保育園などでの演奏と異なり、「みんなのコンサート」では世代を問わず多くの皆さんに楽しんでいただきたいと思い、プログラムを工夫しました。第1部の声楽は親しみがある楽曲、第2部の楽器の独奏は技巧が活かされるクラシック楽曲の構成にしました。また、合間には皆さんも参加いただける音楽による健康エクササイズコーナーを入れ、最後には「小さな世界」、「翼をください」、「愛の花（らんまん主題歌）」を皆さんで歌いました。出演者からも、お越しいただいた皆さんからも「すごく楽しいコンサートだった」「いい時間を過ごせた」と言ってもらい、開催できて良かったです。「みんなのコンサート」の場で、楽しい時間を共有できたことが大切なことだと思います。

杉並ボランティアセンターでは、「地域福祉活動費助成金」を通して、地域で活動する団体を応援しています。

今回はその中の一つ、チャレンジ応援助成団体※
音楽とお話の会「レツヒェルン」代表・小嶋貴子さん、
副代表・河口三千代さんにお話を伺いました。

※チャレンジ応援助成とは…新規の活動を応援するための助成金。地域の方々からの善意で集まった歳末たすけあい運動募金が原資になっています。

音楽が身近にあるまちに

「みんなのコンサート」は、高井戸西のプレーメンハウスというサロンコンサートホールで行いました。絵画やシャンデリアのあるおしゃれな雰囲気、音の響きも良く、地域の方々に近所で非日常的な雰囲気を感じてほしいという思いから、会場を選びました。クラシックは敷居が高いと感じる人も多いですが、ヨーロッパでは身近にクラシックがあり、公園で演奏している人もいます。遠くまで行かなくても、良質な音楽を地域の方に届ける一つになればと思っています。

また、杉並には音楽を頑張っている人がたくさんいます。地域での活動がきっかけで、今回は杉並出身で国内外で演奏されている方にもご出演いただきました。今後も地域で音楽を頑張る方とつながり、力になれることがあるといいと思っています。

今後について

レツヒェルンのメンバーは個人でもコンサートに出演している演奏家を中心に構成されており、私たち2人が裏方に回することはチャレンジでした。初めてのため、特に広報は苦戦もしましたが、皆さんに喜んでいただけるコンサートになり良かったです。事務や広報などを経験し視野が広がったので、今後はより大々的にPRができるように、広報などのお手伝いをしてもらえる人の存在があったらと思う部分もあります。

今年度の「みんなのコンサート」は1回の開催でしたが、定期的に開催できるようなノウハウを学びたいと思っています。今回も音楽による健康エクササイズコーナーを入れましたが、地域の方に、より身近に音楽を楽しんでいただき、音楽で健康になったり、ほほえみの輪が広がるように、今後も地域の様々な場所で演奏していきたいです。

また、出演者と観客が気軽に交流できるような時間をつくるなど、出演者やレツヒェルンのファンになってもらえる取組を工夫しながら、地域で音楽を頑張っている皆さんの後押しが少しでもできたらいいと思っています。

大盛況だったレツヒェルン▶
「みんなのコンサート」



音楽とお話の会「レツヒェルン」

✉ : minnano.concert2023@gmail.com

知ってもらいたい！災害ボランティアセンター

杉並区災害ボランティアセンター（以下災害ボラセン）では、被災者の困りごとや支援の要望を受けつけ、**災害ボランティア活動者を支援活動につなげるコーディネート**を行います。**杉並区社会福祉協議会**では、杉並区との協定に基づき、**震度5強以上の地震など大規模災害時に災害ボラセンを設置します**。杉並ボランティアセンターでは災害時を想定し、平時から災害ボラセンの周知や講座などを行っています。

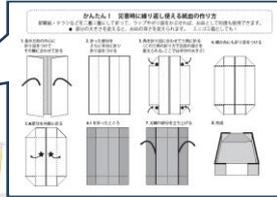
杉並区総合震災訓練

11月11日(土)、下高井戸おぞら公園にて開催された杉並区総合震災訓練に参加しました。杉並災害ボランティアの会(SSV)の皆さんのご協力のもと、いざという時に役立つ紙食器作り体験のブースを出展し、災害ボラセンの周知を行いました。



▲紙食器作りの体験には104名の方にお越しいただきました

杉並災害ボランティアの会(SSV)の皆さん



紙食器の作り方



はじめての災害ボランティア講座

11月18日(土)に開催した「はじめての災害ボランティア講座」には15名の方にご参加いただきました。講師の宮崎賢哉氏から災害ボランティアの概要や参加に向けたステップ、心構え等お話いただき、SSV代表の多田氏から実際の活動についてご説明いただきました。ワークショップでは災害ボランティアの活動の中から参加者各々が選択した活動ごとに分かれてグループになり、支援活動についての注意点など考えていただきました。参加者からは「様々なボランティアがあるとうわかった。」とご感想をいただきました。

▶ワークショップの話も弾みます



▲宮崎氏の講座の様子

ご報告

チャレンジ！ボランティア 「発見！杉並ではじめるボランティア」開催しました

11月29日(水)、阿佐谷地域区民センターで開催した講座、**チャレンジ！ボランティア 地域とつながろう講座「発見！杉並ではじめるボランティア」**には、15名の方に参加をいただきました。ボランティアに興味があっても何をしたいか、何ができるかわからない、という方を対象に、杉並区で地域活動をしている方や受け入れ先のスタッフの皆さんから、杉並区内でのボランティアについてお話いただきました。

【ゲスト】

- いぐさの赤い椅子【代表・中川さん、活動者・中川さん】
- すぎなみ炭焼き塾くろすけ【代表・長尾さん】
- さんじゅ阿佐谷（特別養護老人ホーム）【職員・長弓さん】
- ゆうゆう高円寺東館【施設長・河原さん】
- 杉並ファミリーサポートセンター【協力会員：飯田さん、職員・佐々木】

参加者の皆さんからは、「様々な経験が聞けた」「私も経験してみたいと思った」「ボランティア活動を行っている方々が、非常に楽しく活動していることを知ることができてよかった」という感想をいただきました。これからも皆さんが地域活動に一步踏み出すきっかけをつくってまいります。



◀第一部は各団体の紹介

▲第二部はゲストの皆さんにインタビューし、経験談などをお話いただきました。

ようこそ！

きずなサロン Vol.9 方南和泉地区

◆きずなサロン もみの樹

- ・活動場所：有料老人ホームもみの樹・杉並1階 コミュニケーションルーム(和泉3-52-8)
- ・活動日時：毎月第4月曜日(14:00~15:30)
- ・活動内容：健康チェックやフレイル予防体操、毎月の催しを通して、地域の皆様に健康と笑顔をお届けします。
- ・協力金：無料



★「きずなサロン」は地域の方々がふれあい、交流する場です。世代を問わずみんなで集まり、支え合える関係ができることが期待されています。

コロナ禍を経て約4年ぶりに活動を再開しました。お気軽にお越しください！

きずなサロンについては、杉並区社会福祉協議会 地域支援課 地域福祉推進係へお問い合わせください。 TEL: 03-5347-1017 ホームページ

<https://sugisyakyo.com/suishin/kizuna.html>



