

とことんきかせて！

ボランティアのこと

区内で活動するボランティア団体の3人と対談しました

全文Ver.

今のボランティア活動について教えてください。

(佐藤)「グリーンふれあいサロン」は2005年から始めました。きっかけは、たまたまボランティアセンターの広報紙に「自宅を開放してサロンを開きませんか？」の記事を見つけて、ボランティアセンターに連絡しました。元気な母がいたので、ずっと看るつもりでいましたが、急逝し、目標がなくなっていたところ、高齢の方が集まる場所をつくればいいかなと思っていた時に、ボランティアセンターから「地域の方が集まる場所をつくりませんか？」と声がかかり、サロンを始めました。10時半から15時までなので、お弁当をもってきてもらい、お昼には具沢山のお味噌汁をつくって皆さんにふるまって。内容は、おしゃべりの場ですが、女性が多いので手芸や、折り紙の講師もしていますので折り紙をやっています。皆さんの「やめないでください」の声もあってコロナ禍の中でも続けてこられました。

(横山)「NPO 法人めぐろこどもの場づくりを考える会(こどもば)」は2015年に任意団体から始まり、子どもの居場所づくり、心の寄り処となるような場所として始めました。始めは何をやるか決まっていなかったのですが、町会会館を借りて、遊び場イベントを行ったり、2016年からはメンバーから子ども食堂が最近増えているよ、との話が上がり、食を通した居場所づくりを始めました。今は区内3か所で開催しています。最近では学びをとおした居場所ということで、無料の学習会を中央町児童館と共催で12月から開催しています。

また、地域の縁側的な子どもを中心とした多世代の人たちがふらっと寄れるような場所を、放課後の時間帯につくりたいと、町会・自治会の会館での子どもの居場所づくりを行う予定もあります。私は、ずっと保育士をやっている、子育てサービスでの支援に携わってきましたが、そこだけではとどまらない、地域支援が必要だと感じていて、地域でできる子育て支援に心が動いて活動しています。

(田村)「NPO 法人たまごの会」は地域活動支援センターふれんずと相談支援事業所を運営していて、私は地域活動の支援員と相談支援専門員を兼務しています。35、6年前、療育になかなか入



れなかった障害のある子どもと保護者の方々が、公園や児童館で集まったのがきっかけだと聞いています。その子たちの年齢にあわせて活動を広げていった結果、区からの補助金で通所事業を開始し、その後、2009年にNPO法人として地域活動支援センターを立ち上げました。私が地域活動支援セ

ンターに関わり始めたのは今から9年ほど前で、今は0歳から39歳の方まで利用登録されており、余暇活動の場として、毎日何かしらの活動を設定しており、全員を受け入れるイベントや年齢に分けた活動をしています。特に感染症が広がってからは、みんなが出かけられる場所が少なくなりましたが、散歩など外での活動に工夫するなどで行っています。

私は、もともと特別支援学校の教員でしたが、卒業生がたまごの会にいて、私も楽しくできそうと思いやらせてもらい、今に至ります。マンションの1室で場所が狭いので、学校の体育館やプレイルームなど各施設を使用し地域に根差した余暇活動を支援したいと思っています。

ボランティア活動をはじめたきっかけは？

(佐藤) きっかけはホノルルマラソンでした。若い時から登山をやっている、登山のために足腰を鍛えていて、たまたま、ホノルルマラソンの中継を見て、自分もやってみたくて思ったのがきっかけです。トレーニングをして出場しました。残り半マイルで辛かった時に、運営のボランティアが応援してくれて、本当に嬉しくて、大感激しました。ゴールしたときに目の不自由な方がマラソンをやっていることを知って、盲人マラソン協会(現、日本ブラインドマラソン協会)に入り、障害のある方と寝起きを共にして、一緒に練習をしたり、いろんな障害の人がマラソンをしているすばらしい姿に感激して、自分にできることっていっぱいあるんだなと感じました。障害者スポーツ指導員の資格をとり、ちょっと手を加えて、ルールを変えると、健常者と同じように楽しめるんだなと。自分自身の健康にもつながり、喜びにつながりました。

居場所づくりも、自分の居場所をつくる感じになり、活動することで、いろんな方と知り合いになり、声がかかり、輪が広がっていく、つながっていくのが大事だなと感じています。大きな対義はないけれど、相手の喜びが自分の喜び、自分が楽しくやれたらいいなと。世の中には、元気な人たちもいるけれど、子ども、障害のある人たち、高齢者もいる、それが社会。まちの中が、バリアフリーやユニバーサルデザインは、皆が年齢を重ねたら誰が必要ですよ。

(横山) 実は私もホノルルマラソンなんです。会社員をしていた時に、行き詰まって違うことがしたいと思い、1993年にホノルルマラソンに参加した際に、ボランティアがとても楽しくやっていた、ボランティアの意識が変わりました。青年海外協力隊の暮らしを見つけ、スポーツ派遣部門に応募し、水泳で派遣され、1995年から2年間ボリビアで水泳指導員として支援をしていました。帰国し、NGO団体で勉強会などに参加し、活動していましたが、子どもに海外のことを知ってほしいなと思い、国際理解・国際協力を体験的に学ぶ中高生の集まりを企画したりしたのがきっかけです。もう少し子どものことを知りたいと思い、専門学校に入り直し、保育士の資格を取得しました。

(田村) 実は私も昔10キロマラソンも走っていて…。学生の時にやっていたソフトボールと教員免許で青年海外協力隊に募集し

めぐろ社協だより「てって」(令和4年2月9日発行)の一面に掲載されました！

ここでは、掲載しきれなかった座談会の内容をくわしくお伝えします♪



たかったのですが、学生時代に大きな病気をしてしまい、自分にできるか自信がないまま教員になりました。初任の配属先がたまたま特別支援学校でした。子どもたちが笑顔で迎えてくれて、この世界にどっぷりはまったきっかけになりました。病気がすすみ、仕事をやめたときにたまごの会から声をかけてもらいました。スポーツはもともと好きなので、私も東京マラソンや他のマラソン大会でもボランティアで参加していて、オリンピックパラリンピックなどのいろんなスポーツでもボランティアの動きを見ていました。ボランティアに来てもらえる人も子どもたちにも楽しい思いをしてほしいと思っています。

(佐藤) 私は、中高生の時からいつかアメリカに行きたいという想いがあり、たまたま新聞で、アメリカで日本の文化を教えるボランティアというのを見つけ、家族からは心配されましたが、娘から「お母さんの夢だから」と応援してくれて、娘が学生のときに3か月間単身で行ってきました。それ以来やみつきになって、毎年行くようになり、娘からは、「帰ってくるたびにお母さん若くなって帰ってくるね」と言われます。いろんなところで自分がやってきたことが活かせるなど。英会話や折り紙教室などつながっていくんだなと思います。

60歳で何かしなくちゃと思ったときにパソコンをはじめ、講師の資格をとり、自治体とのつながりも大切だと思っているので、いろんなところに参加して、いろんな人とつながりをもっていくことを大事にしています。お金はなくても、人は宝とあっていて、こういうことをさせてもらって、人脈というのがいかに大切か感じています。皆さんもそれぞれ志をもって続けることは大切ですよ。こういう機会をつくってくれてボランティアセンターに感謝しています。

関係ができたエピソードはありますか？

(横山) ほそぼそやっていましたが、子ども食堂が、世間で広がりを見せて、皆さんから知られるようになって、寄付やボランティアをしてくださる方が増えて、横のつながりだったり、活動をしたい方が参加してくれて、それだけではなく、子育てサロンの方とつながりができて、行政と連携しながらやったり、こういうつながりって、つながっていくんだなと思いますね。

(田村) コロナ禍前ですが、とある施設職員と保護者が知り合いで、一緒にゆっくりヨガや体操などの活動ができるのではないかと話になりました。コロナで止まってしまいましたが、同じようにできる所があるのではないかと考えています。目黒区は特に学童や児童館も障害児を受け入れてくれているので、そういうところからどのお子さんも一緒にできることがあるかなと思っています。ふれんずは、いろいろな場所を利用させてもらっている、そういうふう顔に顔を売ることが啓発にもなっていると思います。

(佐藤) 下目黒小学校で本の読み聞かせをやっていますが、多世代の方という方たちとつながっていく。子どもたちはかわいいし。だから、近所で運動会があると「ご迷惑をかけます」と通知がきますが、子どもたちの元気な子の声が聞ける。施設をつ

るときも、時に厳しい声もありますが、もっと優しい目で見たい。みんなが優しい思いを持ってくれるといいなと思っています。いろんな人がいて社会なんだと。

人間関係で困ったことはありましたか？

(横山) 困らないように気をつけなければいけないところは、最初に自分たちはこういう活動をしているんです、こういう想いなんですと、始めに想いを伝えて、理解をしてもらっています。ボランティアで来られる方は、「困窮家庭のためにやるんですよ」という方もいますが、「そういう家庭だけではなくて、誰でも来れるような、みんなの食堂なんですよ。地域の居場所なんですよ」ということを伝えてあります。そういう活動なんですと理解される方もいらっしゃるし、私が思っていた子ども食堂と違うと思われたのか、いらっしゃらなくなった方もいますが、自分たちがやっていることを常にアピールして説明することで、知ってもらえることが大事かなと思っています。学習支援も12月から行っていますが、そこでもボランティア希望の方には主旨を事前に伝えていて、教えるということがメインではなくて、それをきっかけにその関係性の中で、子どもが行きやすい居場所になればと思っているので、「勉強を教えるだけでなく、子どものペースに合わせてください」という共通認識、共通理解をスタッフもボランティアも持ってやっています。

(佐藤) 参加費で300円もっていますが、始めはボランティアは無料でした。でもみんな一緒だからと、ボランティアにも300円もろうことになりました。同じように教材を使って、一緒に味噌汁食べて、お菓子食べてなので。みんな一緒にやりましょう。お金の問題は「あの人は払わないんだ」となるとちょっと…なので、みんな同じでと払ってもらおうと決めました。自宅開放なので、皆さんから差し入れをもらい、「使ってください」と。こういうのが嬉しい。皆さん会計のことを心配してくれて。あとは、いろんな大切な情報が意外と届いていないこと。なので行政からの情報やスマホの使い方など、皆さんの情報交換の場にもなっています。家族が病気になったときは励まし合い、ここに来て話せてよかったと喜んでくれて。集まってくれる人は皆家族みたいになっています。



個人としての思いの中で、気にかけていることはありますか？

(横山) あまり支援する側、される側の意識は持ちたくないと思っています。たまたま支援する側ですが、その場と一緒に共有する、その場と一緒に楽しんだり、いろんなことを共感できたらと思います。心がけていることは、ボランティアに来た方も一緒に楽しめる場でありたいと思っているし、子どもたちと一緒に来るお父さん、お母さんは連れてくる役割、私たちは場をつくり、食事を作る役割で、結局は「子どものためにみんなでそういう場を作っているんだよな」と感じているので、あまり支援する側という気持ちはもたないようにしています。例えば青年海外協力隊のときもそうでしたが、「支援します」となると、支援される側のプライドもあるし、一緒に同じように生活をしながら、ともに活動していたと思うので、そういう気持ちで行っていることを、「困っている子どもたちために！」と、はりきっていらっしゃるボランティア希望の方には、「力まずに、寄り添うことからいいですよ」と、活動の雰囲気だけで分かってもらうのではなく、言葉でも伝えていきたいなと思っています。

(田村) 自分がスポーツボランティアををするときに事前にあまり情報がないんですね。集合場所でも荷物置き場でも昼食の時間でも困っていたので、自分がボランティアを受け入れるときに、「何をしたらいいだろう」と思っているボランティアも多いので、自分がやってみて困ったことは、伝えていこうと思っています。

(横山) ボランティアは自発的な行動なので、思いが強くなったり、「こうあるべき」や「こうしたい」とか、「自分の考えで始めたことだから」となりがちですが、自分の考えだけで行動するのではなく、活動先の考え方やルールがあるので、その中で、従う、我慢するではなく、「何をしてもらいたいか」を汲んで、動くことが大事なのかなと思います。

望まれていることを・・・。

(横山) 最終的には相手、来た方の気持ちに寄りそうということになりますね。

(佐藤) それにはちゃんとコントロールできる人がいなければと思いますね。自分勝手に動かれちゃうと收拾がつかなくなるし。集まった時は説明をきちんとする。参加者は頑張りたいと思っているので、主催者側として、きちんと説明することが大切だと思います。

(田村) 東京マラソンでもボランティアがすごい人数なので、タオルを渡すにしても最初に走ってくる一人二人をみんなが待ち構えて、皆が渡してしまう。みんなですればいいけど、笑っちゃうんですけど。

夏体験ボランティアで高校生が授業の一環で参加することが多いので、他のボランティアさんと違って、「来たけど…」と困惑している感じがある方が多いです。でも、高校生は、これから将来的に何らかの形で助けてもらえる存在になるので、本当にそこは丁寧に、「楽しかった」、「やってよかった」と思ってもらえるようにしたいなと思っています。この子たちが未来をつくってくれると思うと、せっかく来てくれた子たちに、まず来てくれてありがとうと伝えたいですね。

(横山) せっかく一歩踏み出してくれた子たちに叱っちゃうともう来たくなくなっちゃいますしね。その後ボランティアもしなくなるかも知れませんが、まずは来てくれただけでもいいよと思いますよね。あと、シニアの方も多くボランティアに来てくれていて、話を聞く

NPO 法人めぐろ子どもの場づくりを考える会 「こどもば」【代表：横山 誠さん】

子どもたちが楽しく遊んだり、おしゃべりしたり、ほっと出来てふらっといける、地域の中にある「こどもの居場所づくり」をしています。子ども食堂を3か所定期的に開催しています。ボランティアも随時募集中です。

と、ずっと仕事をされてきた方や引っ越してきたので、これからは地域の活動に参加したいという方もいますね。

はじめてボランティア活動をしてから今までで気持ちに変化はありましたか？

(佐藤) いろんなきっかけがありましたが、自分の健康のことも考え、自分の楽しさが相手のためになるならいいなと思いました。アイマスクをして伴走をする体験をしましたがあまく走れず、体験してみないと、相手の立場になれないんだなと思いました。まずは自分が体験してということをお願いしています。盲導犬の育成にも関わりましたが、育成がとても大変で、多岐にわたってボランティアがあるんだなと。日本ではまだまだ盲導犬の理解がなく、子どものうちからボランティア活動を知ってほしいなと思っています。東京都の子育てのアドバイザーもやりましたが、子育てで悩んでいる、声をあげられない人が多くいるんだということもいつも考えています。

NPO の活動では、高齢者の話しを電話相談で聞いていて、「こんな話でもいいんですか」とかかかってきます。それも大切な活動かなと。受け入れる方の心構えというのが、自分も悩んでいた受け入れられない、自分の気持ちを豊かでないといけなかなと思います。ボランティア活動をしているから元気でいられるんだと。忙しいけれど、それは元気でいられること、長いこと続けてこられるし…。

(田村) 自分は病気のおかげでつながってきているので、良かったなと思っています。主人が知的障害のある、社会人サッカーチームでの活動を30年近く続けていて、子どもの成長も見られるし、合宿をやっていますが、続けると、子どもたちが自分たちで来れるようになるとか、できることが増えるようになります。主人自身もボランティアが息抜きになっているし、震災の際に石巻のチームとつながっていて、震災直後にそこに手伝いに行ったりとか、やれることでつながっていくなと思っています。生きがい

がボランティアをすることで、違う楽しみになっています。

(横山) 変わってきたというか感心することが、何か子どもたち



グリーンふれあいサロン【代表：佐藤 昌子さん】

折り紙と手芸の好きな人のたまり場です。お子さん連れのお母さんもご参加ください。一緒におしゃべりしながら、作品作りを楽しみましょう。お昼には美味しい味噌汁がでます。

の為にしたいと思う人がたくさんいるんだなと感じてすごいなと。学生さんのボランティア参加も多く、自分が学生の時は自分のことしか考えていなかったし、個人の方々から寄付のご連絡も多く、また実際に子ども食堂を行ってみたいと見学に来たりと、優しい思いのある方たちが周りには大勢いるんだなと思います。これからはその思いを感じて、つなげて、それを断ち切らないでいきたいです。「寄付したい」と言われたら、すぐこちらから行きますと。出会いを、一期一会を大事にしていきたいと思っています。教科課題でしてくれる学生も大歓迎ですし、やりたいという思いを断ち切らないでいきたいなと思います。

これからの目標・願望はありますか？

(佐藤) これから年を取ったら足も悪くなるし、外に出るのは、制限はされるかもしれませんが、来てくれる分にはいくらでも受け入れたいと思っています。最終的な夢は自宅で絵を教えたいと思っていますし、自分のもっているものを何かに活かして活動できたら。足腰は弱っていきますが、家でできるものを。脳は使えば使うほど元気になっていきますので、まだまだ生涯学んでいきたいなと思っています。

(横山) 自分たちの活動の拠点となるような、子どもたちがいつでも集える場をつくりたいですね。そこは子どもだけでなく多世代が垣根なく寄り集まれる、みんなが和気あいあいと過ごせるような。私たちの活動だけでなく、他にも活動されている方はたくさんいるので、子どもたちが、自分で行きたいところを毎日選べるくらい、いろんな居場所があるのが理想だなと思っています。子育てサロンもたくさん増えればいいのですが、自分の力だけではできないので、仲間やつながりのなかで、関わられたらなと思っています。個人的には、健康でいなければいけないなと思いますね。

(田村) いろいろやりたいことはありますが、利用者といろんなボランティアをやりたいと思っています。目黒川の清掃や園芸ボランティアはしていますが、できれば街中掃除など、利用者も一緒にやるとか、利用者も誰かのためにやっているんだという思い

を感じてほしいし、どんどんまちに出ていきたいと思っています。子ども食堂さんにちょっと行くとか、高齢者の方と一緒に楽しむとか是非、行かせてください。

(横山) 私たちも自然と壁ができちゃったりして、外から入りづらくなるところができてしまうので、垣根を下げて、出入りできたり、オープンな関係をつくっていききたいです。

(田村) 本当そうですね。日々のことに追われちゃって、それだけで終わっちゃうので。こういう機会(今回の座談会)につながらせていただいたのはありがたいです。

これだけは言っておきたい！

(佐藤) 年々歳をとって行くので、誰か受け継いでくれる次のリーダーを育てること、「この指とまれ」になってくれる人を育てるのが役割の一つだと思っています。これからは、世代交代を上手にするのが大事なのかなと思っています。

(横山) コロナとかいろいろありますが、その中で、形を変えながらでも、できることを継続していく。ボランティアも継続してきてくれるように、かといって自分も頑張りすぎないように！細く、長くやっていければなと、そしてアピールしながらやっていきたいです。

(田村) 私の所属している「たまごの会」は、親の会から始まり、30年以上の歴史がありますが、今、福祉サービスが充実してきたからこそ、私たちが変わっていかないといけない部分があると思っています。成人の利用者は、保護者の協力が不可欠ですが、保護者も高齢になってきて、一緒にできないという問題もでてきているので、5年、10年後を考えたときの、事業所のあり方を考えて行かないといけないですし、継続していくためには、良い方向に変えていくことが必要だなと感じています。それこそ「次を育てる」ではないですが、課題であると感じています。

いま、ボランティア活動を始めようか迷っている人へ「ひとこと」をお願いします。

(佐藤) 仕事、子育てをされていて、やりたいことを諦めている皆さんがいると思うんですね。もし、ゆとりができれば、やりたいことを見つけてくれたらいいかなと思います。そういうきっかけづくりを私たちが出来ればいいのかと思いますし、どこに行ったらいいかわからない方には、お声かけをしてみて、「何か参加してみませんか？」と背中をポンと押してあげられる役目をやれたらいいなと思います。

(横山) 気軽にまずは来てみてください。見学でも手伝いでも何でもいので、見て感じてもらえたら。それから「毎回続けなくてはいけない」ではなくて、「自分でできるときにできることでもいいですよ」ということをお伝えしたいです。

(田村) 本当に一緒に楽しめたらなと思っています。いつでもどこでもいらしてください。一緒に楽しみましょう。



NPO 法人たまごの会 地域活動支援センターふれんず 【支援員：田村 百代さん】

発達に課題がある乳幼児～成人の方に、年齢にあった遊びや異年齢の有志とのイベントを通して交流を深め、仲間とホッとできる場になっています。ほぼ毎日様々な活動を行っていますので、ぜひボランティアで参加してみませんか。