



## むぎの会

### ●発足・活動内容

昭和54年10月、根郷地区のボランティアが集まって、「何か役に立ちたい」と見守りを兼ね、地区内のひとり暮らしの高齢者に手作りのお弁当を届けたのが始まりです。以来、今日まで続いています。

活動は、毎月第2火曜日に根郷公民館調理室で作ったお弁当を、75歳以上のひとり暮らしの高齢者に届けています。お弁当は、旬のもの、野菜を多く、季節感が味わえるように工夫し、ちらし寿司、各種炊き込みご飯、お正月にはお赤飯、伊達巻、筑前煮などを作っています。折々には和菓子やケーキを添えています。

### ●コロナ禍での活動

昨年からのコロナ禍の緊急事態宣言発令により2020年3月～2021年11月までは自粛要請で調理室の利用ができなくなりました。電話やハガキなどで安否確認を行っているなかで、月1回のお弁当のお届けですが楽しみにしてくださっていること、電話でお話しするだけでも気持ちが安らぎ嬉しかったこと、話し相手ができたなどの声が対象の方から聞かれました。そこで「自分たちでできることはできない」とみんなで話し合い、お弁当が一番喜ばれていることなどから、地域のお店にお弁当を作っていただくことを検討しお願いしました。各店の温かいご協力を得て、お楽しみ弁当を届けることができています。

今後も自粛要請等により、活動制限が生じるかもしれません、できることを少しずつ、見守り活動として、お顔を拝見に伺いたいと思います。

### ●心にとめている大切な言葉・想い

#### ◎気負わず、できる事をゆっくり、長続きが基本

メンバーは、子育ての終わった主婦や退職後の男性・女性が参加し、楽しく仲間作り。調理だけ・配達だけでも大歓迎です。

#### ◎根郷小学校や地域との連携

4年生のボランティア授業で、以前はお弁当に子どもたちからのお手紙

とお品書きを添えていましたが、今は私たちの活動を見学に来てくれています。

地域の方から野菜やお米、栗などをいただき感謝しています。「美味しかった」「お弁当を毎月楽しみにしているよ」の声が励みです。

◎活動自粛により、利用者さんの体力、気力低下が心配なこと、メンバーのモチベーションが下がらないかと心配しています。

発足：昭和54年10月(現在42年目)

活動内容：配食サービス、見守り

対象：根郷地区内のひとり暮らしの  
75歳以上の高齢者(約50名)

活動場所：根郷公民館調理室

活動日：毎月第2火曜日

### ●2021年を振り返って…コロナ禍で活動ができたこと

待ったなしの「こども食堂」「地域食堂」は感染対策をしっかりと、たくさんの個人ボランティアの方が協力しています。この食堂は市内11カ所にあり、場所により月1回または週1回、温かい食事(昼食・お弁当・夕飯のいずれか)を作り、子どもたちや地域の方に提供しています。

その他、児童の登下校の見守り活動、障害者施設での空き缶(アルミ缶)つぶし作業、環境活動として花壇の手入れや印旛沼環境調査など、納金袋(町内会回覧用)をミシンで縫う、コロナワクチン接種予約の手伝い、接種会場まで自力で行けない方の送迎、かかりつけ医の病院への付き添い送迎、特殊詐欺被害に遭わないよう住宅の高齢者への呼びかけなどです。みなさん、それぞれ工夫し、今できることを考え活動を継続してきました。

## できること やってみようかな



## 草笛&リーフル「ハッピー。はっぱ」

### ●発足・活動内容

「佐倉草ぶえの丘」で、(故)福島正辰先生(草笛奏者)に出会い、指導を受けたことで活動が始まりました。活動内容は、自然の「草あそびをテーマ」に生の葉っぱを使って、「わらべうた」の心を表現、演奏してきました。草笛の指導と普及、森や自然観察会などで、家族を対象とする体験講座やコンサート。障害者支援「草笛クラブ」の指導とステージサポート、施設定期訪問などです。

### ●代表の引継ぎ

前代表「たまご。」さんから交代を打診され、周りを見渡すと「時間に自由が利き、移動手段として車が使える人」が自分しかいないと感じ、代表を引き受けました。

葉っぱから音が出る、音楽(童謡)が奏でられるなんて草笛は不思議な楽器。「私の草笛はヘタクソだよ。だからいつも草遊びなんだよ、ひけらかせるためではないんだよ」と言いながら、35年間もボランティア活動をしていた前代表の想いを、さらに継続していきたいと思いました。

### ●コロナ禍での活動・会員との交流

草笛は唇で音を出していくようなもの。コロナ感染対策のため制限を受けています。できる範囲でいろいろなものに挑戦しています。

①SNS・動画配信：佐倉の魅力再発見！知らない地域(印旛沼周辺など)の良さを発信しています。

②葉切り絵：木の葉の切り絵を通して、葉っぱの持つ魅力を味わい楽しんでいます。(右上イラスト)

③書で遊ぼう：書きたい漢字一文字を、どんな思いから選んだか聞くことで、みんなとコミュニケーションがで、心の交流にもつながっています。

会員との交流：定期的な情報などを携帯電話や郵便物で連絡をしています。高齢者の方は家の中で過ごすことが多くなっています。発散する場所もなく仕事も制限された若者たちは、不安になっています。「また会えるといいよね！」それくらいしか言葉が言えません。

会員たちは「佐倉の希望の輪」(作詞作曲：坪田雅史)の曲を支えに、もがきながらも今できることを頑張っています。

### ●心にとめている大切な言葉・想い

◎はっぱ(草笛)で、人々をハッピーにしていくという想い。

「未来に残そう 草あそび」今の子どもたちと一緒に遊べたら幸せです。

◎できないではなく、やってみようかな！やってみようよ♡ やらなきゃ何もできない！

発足：平成17年7月

活動内容：草笛教室、福祉施設訪問、動画配信など

対象：すべての方

活動場所：随時

活動日：月または金曜日午後2時から

### ●2021年を振り返って…コロナ禍で活動ができなかったこと

人とのかかわりを持ち、話をしたり、楽しんでもらうことをするボランティア活動が激変しました。

介護施設への訪問活動(傾聴や囲碁・将棋の相手、洗濯ものたたみなど)、施設でのイベント活動(太鼓演奏、一緒に歌を唄う、ハーモニカ演奏など)、児童とのふれあい活動(夏休みに学童でゲーム、工作など)、草笛演奏や草笛教室、手話を通して聴覚障がい者との交流。配食サービス(調理室が使えない)、高齢者の安否確認、声かけなど。コロナ禍で3密を避けるため、定例会や練習の場としての公民館利用が制限された状態が続き、施設で活動をしているボランティア団体や個人ボランティアの多くが活動自粛に追い込まれました。