



地域でつながろう♪ ネリーズ通信

第30号 2024年4月

編集発行責任者 社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会



ネリーズ紹介No.27

ネリーズは日々の暮らしの中で、近隣の方たちとつながっていくことで、ゆるやかに見守りあい、誰にとっても暮らしやすい地域づくりを目指している地域の皆さんです。

土支田で50年続く五十嵐農園で農業を通じて地域の人と交流している五十嵐さんにお話を伺いました。

『楽しいことが大好きなんです。』

光が丘地区 五十嵐 まり子さん

すべての始まりは庭にあった1本の夏みかんの木でした。沢山実った夏みかんを料理好きの地域の方に差し上げたところ、マーレードを作ってくださいって、それがとても美味しくて。自分でも家の畑や練馬の野菜や果物を使ったジャムやシロップを作り始めました。夏みかんジャムづくりで忙しい時、白石農園※1での農福連携※2の話聞き、夏みかんピール、夏みかんゼリー、ピクルスづくりをあんずの家※3にお願いしています。

現在、ボランティアの力を借りて除草剤は使わず年間40種類以上の野菜を育てています。この25年で住宅地が増え、野菜を買う住民が近くにいらっしゃるので、直売所を毎日休まず開きとても忙しいです。

土支田は地域活動が盛んで子どもは地域に育てていただきました。都会で育っていても子どもは土を掘るのが大好き。夫も私も楽しいこと遊ぶのが大好きです。農業体験、収穫体験を行い、農業を楽しんでいただく機会を設けています。豊溪小学校の子どもたちが午前中に収穫した枝豆やとうもろこしはお昼の給食に出ています。食育の授業に伺ったり中学生の職場体験も受け入れています。小学生の親と子との味噌教室は10年になります。ボランティアには草取りだけでなく、収穫や種まきなどいろんな仕事をしてもらって2-3時間楽しんでほしいと思っています。



※1大泉町1丁目にある350年続く農家
※2農業と福祉が協力することで、それぞれの分野が抱える課題を解決し、地域共生社会の実現につなげようという施策
※3心に病のある人も共に地域で生きることを願ってできた桜台にある就労継続支援B型事業所

農業を通じて地域とつながりながら楽しんで活動をされている五十嵐さん。3月には五十嵐農園ホームページが更新され、イベントや商品の情報も見ることができるようになったそうです！！



ネリーズ かるた～私の一枚～



北澤さんが選んだ1枚

お茶を飲みながら、やさしくて素朴な味のおだんごを食べてちょっと一息。“普通の暮らし”の幸せをまさしく“かみしめる”一瞬ですよね。日常生活の中でそんなおだんごのような幸せをたくさん見つけたい。そしてまわりの人とシェアできたら素敵ですね。



街で見かけた、嬉しかった、笑顔・幸せになれた、これもネリーズかな？

ネリーズほっこりエピソード

町の診療所で、たまたまタクシーから降りた3人と一緒にエレベーターで2階へ。診療所の玄関で「シルバーカーが無い」と高齢の女性が言った。そのまま一緒にエレベーターに乗ってきて「シルバーカーは無かったですよ」と伝えたが、女性は納得せず不安な様子。そばにいた男性が「見てきますね」。女性は安心した顔をした。(N氏)

ある冬の日、もみじ山公園で90代の老婦人に呼び止められた。「このもみじはね、私が若い頃、練馬区から依頼を受けて植えたんだよ」と当時を懐かしみながら思い出話をされた。こんもり茂った美しいもみじ山を散策できることに思わず感謝した。「また、もみじ山でお会いしたいですね」と力強く握手を交わし別れた。あの素晴らしい出会いから10年。こんな先輩のようになれたらと地域のボランティアに参加し、今の私があります。(大泉のミコさん)

地域の中で気づいたこと、忙しい日常の中で笑顔になれたこと・・・
日常の中であったほっこりするエピソード♪ありがとうございます！

ネリーズ懇談会

練馬地区と光が丘地区のネリーズ懇談会報告をお届けします！

光が丘地区 12月4日(月) 街かどケアカフェはるのひ



光が丘地区ネリーズ懇談会は「街かどケアカフェはるのひ」で行いました。街かどケアカフェは高齢者をはじめとする地域の方が気軽に立ち寄り、介護予防について学んだり、健康について相談したりすることができる地域の拠点です。当日は温かい飲み物を飲みながら、地域包括支援センターの利用について説明をいただき、併設する児童館の見学なども行いました。人生会議※についてのお話もあり、参加者からは「光が丘地域包括で参加したことがある。自治会の中でもやっていきたい」という話も出ていました。また、「一人暮らしでなかなか情報が得られないこともあり、このような機会を大切にしたい」との感想もいただきました。

※人生会議(ACP): アドバンス・ケア・プランニング。人生の終末期における医療やケアの内容について事前に家族や医師等、信頼できる人達と話し合うこと。

練馬地区 1月12日(金) はつらつセンター豊玉



健康づくりやレクリエーション等の事業・活動の場を提供している、はつらつセンターで、練馬地区のネリーズ懇談会を開催しました。当日はネリーズの皆さんと、はつらつセンター豊玉を利用されている方も一緒に全員で16名の方が参加しました。

『ネリーズかるたde交流会』と題し、ネリーズかるたを通して地域福祉やネリーズについて学び合いました。

「ずっと家にいると暗い気持ちになるが、今日は思い切って参加して初めて会う皆さんとお会いでき、明るい気持ちになりました。」と参加者からお話し頂きました。

地域にある社会資源を知ることも、色々な方と出会いつながることもどちらも大切な地域活動ですね。そんな気持ちもネリーズです。また皆さんとネリーズ懇談会でお会いすることを楽しみにしています♪

NEW!!

公式YouTubeチャンネル開設しました！



ネリーズ動画をアップしていきます。
ぜひご覧ください!!



ネリーズ大募集！！ ご興味のある方はこちらまで

◆お問合せ◆

社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会

〒176-0012

練馬区豊玉北5-14-6新練馬ビル5階

<https://www.neri-shakyo.com/>

TEL 03-3992-5600

[E-mail/info@neri-shakyo.com](mailto:info@neri-shakyo.com)

FAX 03-3994-1224