



ネリーズ通信

第33号 2025年3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。

ネリーズ紹介 No.30

長年勤めていた仕事を退職されてから、様々な活動に参加され活躍している細矢さん。北町はるのひ地域包括支援センター主催の出張型街かどケアカフェ事業にお邪魔して、インタビューしてきました。

「まずやってみる！」

4年前に定年退職した当時、コロナ禍で人とのつながりが希薄化している時期でしたが、家にこもるのではなく、外に出て何か新しいことに取り組みたいと思っていました。

近所に、北町はるのひ地域包括支援センターが移転した際、街角ケアカフェのボランティアが募集されていて、「何かの役に立てれば」と参加したことが地域活動の始まりでした。

今では地域の様々な団体とつながり、特にボランティアセンターとの関わりの中で、様々な活動を紹介してもらい、「まずやってみる」の気持ちで活動に関わりました。初めてのことも多く、地域で多くの人と関わる中で気づきや学びがあり、視野が広がりました。

光が丘地区

細矢 直邦さん



冬晴れの午後。早宮地域集会所で出張型街かどケアカフェ事業が開催されました。「転ばない身体づくり」がテーマで、会場設営の手伝いのため、開始30分前に集合した細矢さん。スタッフに参加人数を確認しながら、「今日はいつもより多いな」と手慣れた手つきで机・椅子を並べる中、参加者が続々と来場。あっという間に満席になり、予定通りにイベントはスタートしました。軽く汗ばむような筋トレでしたが、会場は笑いあり、楽しい雰囲気の中で終了。会場の片付けまで関わり、スタッフから「細矢さんがいないと何も始まらない」と教えていただき、普段からの活躍ぶりがよく伝わる時間になりました。

「まずやってみる」気持ちが、地域活動の大きなきっかけになることを学びました。「空いている時間に活動しているだけです」とさらっと話す姿は、ネリーズそのものです。



第6次地域福祉活動計画、はじまります！

練馬区社会福祉協議会では、誰もが安心して暮らすために、つながりのある地域づくりを目指して、地域のみなさんとともに「第6次地域福祉活動計画」(以下、第6次計画)をつくっています。

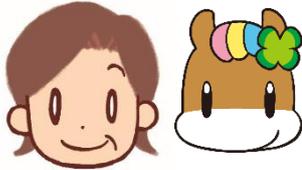
2025年4月発行に先駆け、2024年12月～今年1月にかけて、練馬区内5か所(光が丘・大泉・石神井・関町・練馬)で第6次計画(案)の説明会を行い、延べ56名の方にご参加いただきました。また、パブリックコメントでもご意見を募り、説明会と合わせて46件のご意見をいただきました。ご参加くださったたり、ご意見を寄せてくださったネリーズのみなさん、どうもありがとうございました。当日の様子をここで少し紹介いたします。

地域福祉コーディネーターへの相談は、どのような分野・内容が寄せられているの？

相談内容は、多岐にわたっています。「地域のつなぎ役」として、どのような相談に対しても、関係機関等と連携しながら、皆さんと一緒に考え、解決に向けて取り組んでいます



↑初めて「オープンハウス形式」で説明会を開催。来場の方から直接ご意見や感想を聞くことができました。(練馬)



ネリーズの登録者数は？

現在、750人を超える方がネリーズとして登録しています。第5次計画で掲げた目標数を達成しました！

↓従来型の説明会(光が丘)



第6次計画では、ネリーズを計画の推進力の一つとして位置付けています。ネリーズ一人ひとりの力が地域の活動につながるよう、練馬区社協では活動の場づくりにも取り組んでいきます。一緒に安心して暮らせる地域をつくっていきましょう♪



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

私自身の元気の源は不足気味ですが、周りの人から勇気もらって、散歩に出かけてみました。陽気のいい天候に感謝しながら道を歩くと、草木花の手入れをしている人や犬の散歩中の人に出会い、会釈をします。これからも、小さな挨拶をずっと続けていきたいです。(み~ちゃん)



自分にできることを少しずつ、長く続けていく…み~ちゃんはまさにネリーズです。

お昼時、近くの公園の中にあるレストランで食事をしていました。母親に抱っこされ、肩越しに周りを覗いている赤ちゃん。にこにこ澄んだ瞳でこちらをじっと見ているので、こちらも自然と微笑み返してしまいました。(宮 令一さん)



宮さんが優しい顔をしていたから、赤ちゃんもにこにこ。笑顔がステキな宮さんは、まさにネリーズです。

みなさん一人ひとりが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等、さりげない日常のエピソードなどを募集しています。皆様からの投稿をお待ちしております！



X(エックス)

社会福祉法人練馬区社会福祉協議会

練馬区社協の情報をいち早くお届けしています。

NEW



NEW!!

公式YouTubeチャンネル開設しました！



◆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 TEL 03-3992-5600/FAX 03-3994-1224

<https://www.neri-shakyo.com> E-mail/info@neri-shakyo.com

ネリーズ通信の感想をお待ちしています！