お弁当でつながる 地域の笑顔と 福祉の輪

社協で月４回（第1～4週木曜日）実施している“ふれあい食事サービス”。
総勢 58 人の調理ボランティアが一生懸命お弁当をつくり、
そのお弁当を、15 人の配達ボランティアが利用者宅へお届けしています。
“ふれあい食事サービス”が始まり、今年で 15 年――。
お弁当を通してつながってきた地域の輪を、さらに広げていくために、
今回の特集では、活動を支えているボランティアをご紹介します。

❶ 80 人分だから盛り付けも大変
❷ みんなで分担して調理
❸ なべ一杯におでんを煮ています
❹「美味しく食べてくださいね」
❺ たくさんの真心が込められています

年間約2,000食

「味はこれでいいろっかね？」
「これもっと柔っこく煮た方食べやすいんじゃない？」

毎週木曜日になると、栃尾保健福祉センターの2階はボランティアの活気で溢れています。

第1・3週目は塩谷地域と栃尾地域、第2・4週目は東谷地域と西谷地域の利用者へのお弁当をつくります。

お弁当の料金は300円。材料費で不足する分は、栃尾で集まった赤い羽根共同募金が財源となっています。

お弁当に使うお米は栃尾産コシヒカリで、毎回3.5升をガス釜で炊いています。利用者からは「やっぱり家で炊くのとは、また違って美味しいよね」といった声が寄せられています。お弁当の材料も地域の業者に発注するほか、地域の人が持ってきてくれる野菜や地元の障害者施設が作っている食材をとり入れ、活動を通して「地域・人・食材」がつながるよう意識しています。

「食」はつながるためのツール

現在、利用者は102人。利用条件は、おおむね75歳以上のひとり暮らしの方等で、利用者の多くは担当の民生委員やケアマネジャーを通して社協に利用の相談がきます。

利用者の一人、加藤孝子さん（84）は「ここのお弁当は、ベテラン主婦の皆さんが作ってくれているから家庭の味がして、本当に美味しいです」「ボランティアさんもいろいろ話をしてくれるし、気に掛けてくれるから嬉しいばかり」とにっこり。お弁当を通して、一時のふれあいや、様子・安否の確認にもつながっています。

地域につなげる　未来につなげる

普段、活動を支えているボランティアは73名。平均年齢は72.2歳で、今年度は3人の方がボランティアとして新たに活動してくださっています。今年で15年目を向かえるこの活動もボランティアを始め、地域の皆さんの協力があってこそ。これから20年目30年目と迎える中で、ぜひこの活動に力を貸していただける方は社協栃尾支所（☎52―5895）までご連絡ください。みなさんで一緒に活動の輪を広げていきませんか。

▲_食事のメニューは、年２回、メニュー会議が開かれ、ボランティアや行政の保健師が話し合って決めています。

◀_お弁当の一例。週ごとに年間22種類の弁当が利用者に届きます。（８月は食中毒の危険性が高いため、昼食会の開催や業者のお弁当をお届けしています）

「待ってたいの。ありがとう」がやりがいを感じる瞬間

この広報誌を見て「月２回程度で近所に配達位なら協力できるかな」と思って活動を始めました。

活動をしてみると、昔にお世話になった大先輩や顔見知りの方と久しぶりにお会いでき、嬉しい気持ちになるんです。

あまり外出しない方も多いので、天気や何気ない話題を通してさりげなく顔色や健康を見るようにしています。

ひとり暮らしの方は、他にも多くいるのに、皆さん1日の食事はどうしているんだろうと感じるようになりましたね。

今井法夫さん
（73）＝山田町＝
令和元年から月２回
配達に協力

「今できることをやってみよう」で気づいたら活動 10 年目

いろんな人と仲良くなれたり、料理も教えてもらえるから楽しくやってます。「元気だかの？」「風邪引いてないかの？」なんて元気確認しながらお届けしているけど、喜んだ顔を見ると、こっちの方が元気をもらっちゃって。

人生何があるかわからないから、もし自分がサービスを利用する時がくるかもしれない。そんなお互い様の気持ちで続けてたらあっという間に10年。

これからも外に出ていろんな人と出会っていきたいですて。

広瀬ハル子さん
（78）＝上の原＝
平成24年から月２回
調理と配達に協力