



みのり



QRコード

特定非営利活動法人 支え合う会 みのり
理事長 吉川 ひとみ
〒206-0802 東京都稲城市東長沼 1270-4

ホームページ <https://npominori.org/>
ブログ <https://blog.canpan.info/sasaeaukai/>
メール minor1973@energy.ocn.ne.jp

いなぎ旬さんぽ



暑中お見舞い
申し上げます

私達の住む稲城市も、開発が進み、水田も少なくなってきました。若葉台公園の下に小さな稲田が広がっていました。カルガモの親子も仲良く泳いでいます。
美しい里山の風景をいつまでも残しておきたいものです。



ビワ



ヤマモモ



ノウゼンカズラ



ビヨウヤナギ

～自宅まであたたかい家庭の味をお届けします～

稲城市全域食事支援 配食サービス 1食 700 円（味噌汁付）

季節の野菜や旬の食材を生かし、栄養バランスのとれた手作りの夕食を作っています。月 1 回から利用できます。

TEL : 042-378-8757(月～金 10 時～18 時) FAX : 042-379-1234

全国食支援活動協力会・会員向け学習会に参加しました

2025年6月14日（土） 飯田橋レインボービルにて

参加者：石田惇子 野口貴美子、オンライン参加：中村陽子 酒井幸子 菅野信子

人と人がつながることで生まれる支援のかたち

～「まちのコラボステーションきたじま」の実践からまなぶ～

講師：岡田 あかねさん（NPO 法人YOU&ゆう 理事長）

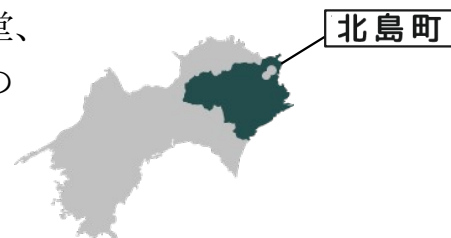
生活支援コーディネーターとしてまちづくりを行って行くうちに
見えてきたのが、人々の「つながり」が希薄になっている現状です。
例えば、誰かの役に立ちたいのに、どこで活動していいのかわからない。
ボランティアの仲間を増やしたいのに、伝え方がわからなくて困っている。
また、地元の商店や企業の皆さまからも 地域貢献の方法を知りたいという
声がありました。

そんな「わからない」「知りたい」をなくす為、人と人、商店・企業と地域、
人とモノをつなぎ、誰もが役割を持って参加できる登録制プラットフォーム
が【まちのコラボステーション きたじま（まちコラ）】です。



法人プロフィール

徳島県北島町(人口 23,000)に拠点を構え、2003 年 1 月 NPO 法人 YOU&ゆう を設立。
2015 年 2 月住民参加型在宅福祉サービス「ささえあい」設立以降、介護保険事業や子育て
応援サロン・多世代交流サロンなどの居場所づくり、子供食堂、
地域食堂、まちのコラボステーションきたじま、不登校生等の
居場所などを設立し、活動を広げている。



活動～ごちゃまぜのススメ～

行政・社協・NPO や民間などで同じような講座を開き、その後の活動への道筋が
あいまいだったのをまとめて、ステップアップしながらの講座運営にして、参加者が活動を選
び易いようにした。例えば、講座終了後、お茶会等で顔見知りになり興味のある無償、
有償の活動に参加することで地域に繋がる。できることをできる範囲です。支え手と
受け手は区別なく、入れ換わることができ、お互い様に気かけあう関係性を大事にする。

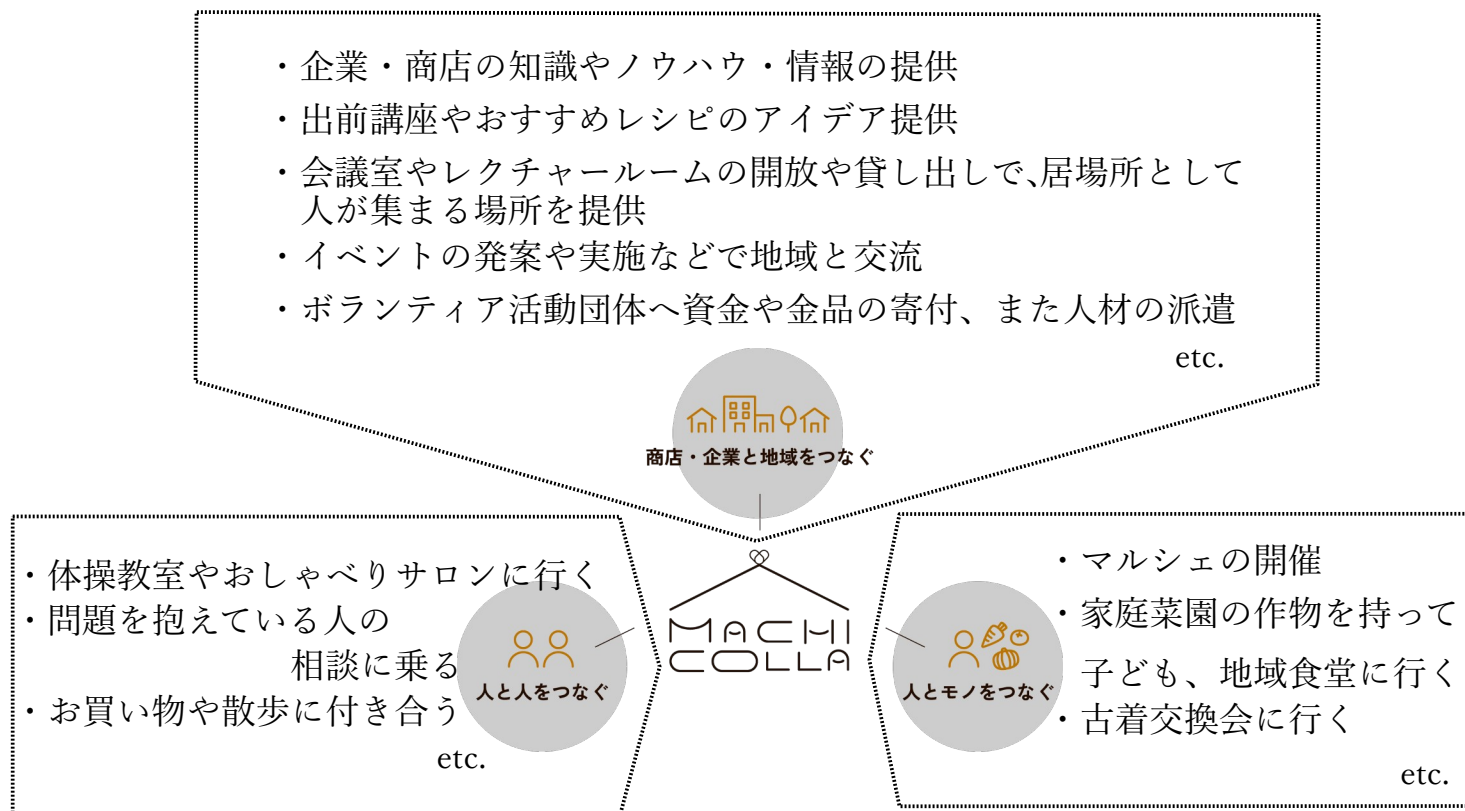
参加者には、活動にちょっと関わる人、ふらっと立ち寄って消える人、しっかり関わる人
がいる。状況によって変わることもできる、柔らかくてごちゃまぜのまま、多様な参加者の
状態に合わせて、ニーズに関われる雰囲気をつくり、変化を楽しみ見守るおおらかさをも
った仕組みにした。

また、住民サイドでやりたいことを徹底的に応援する体制を受け皿とした。
そのことが地域丸ごとの協働体制となり働く人の負担軽減につながり財源削減にもなった。

更に、社会資源としての人や団体を知り、みんながどんな思いで活動しているかを伝えることで活動者や応援団が増え、主体的な関りを強化できた。

個人レベルでも、活動への具体的興味や参加につながり、人的交流にもなっている。

～ ～ ～ ～ ～ 具 体 例 ～ ～ ～ ～ ～



参加者の感想



・住民がやりたいことを徹底的に支援、住民の思いを形にする。地域の中に重層的、綿密に関わり大きな結果になっている。関わり方の多様性や関り次第で繋がっていく流動性が結果的に多世代で活動できる団体になっている。

みのりのこれからを考える時、とても参考になると感じました。・・・酒井

・稲城で商店や企業の地域貢献をアピールするとしたらどれだけの対象があるのか？どうきっかけを作るのか？ギブアンドテイクでウィンウィンの関係を構築する為の働きかけは？などと考えている。今のみのりでは難しいけれど、ちょこボラ、短時間・不定期ボラを受け入れられる素地ができると若返りが見込めるかなと思います。・・・野口

・地域福祉に携わる事業者や人々が手を出したら握ってくれる、仲の良い友達のような繋がりが、お互いの活動に良い結果をもたらしていると感じました。・・・中村





みのり



7月の予定



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|------------------------|------------------------|------------------------------------|------------------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | ⑤ |
| ☆状況によっては予定が変更されます! ☆ | | | | | | ◆会食会 城山文化センター |
| ◆：会食会 ◇：たまりば 特に記載のないたまりばは、みのり拠点にて10:30～ | | | | | | ◇麻雀 たまりば 13:00～ |
| ⑥ カフェ いしだ さんち ハーモニカ | 7 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館 ◇ニット&布ぞうり 若葉台iプザ 9:30～14:40 | 8 ◇句会たまりば 兼題：青葡萄 中央文化センター 13:15～ | 9 ◇ニットカフェ | 10 ◆会食会 第三文化センター | 11 ◇読後会たまりば 若葉台iプザ 13:00～ | ⑫ |
| ⑬ ◇ラミー たまりば 中央文化 センター 10:15～ | 14 ◇織り姫たまりば | 15 ◆会食会 若葉台iプザイルバン ◇布ぞうり・開けゴマ 若葉台iプザ 9:30 | 16 ◆会食会 第二文化センター | 17 ◆会食会 城山文化センター | 18 ◆会食会 クッキングクラブ 梨穂 | ⑪ カフェ いしだ さんち |
| ⑳ | ㉑ 海の日 | 22 | 23 ◆会食会 第三文化センター | 24 ◇麻雀たまりば | 25 | ㉒ |
| ㉓ | 28 ◇読み合わせ (会報みのり)10:00 ◇開けゴマたまりば 石田さん宅13:00～ | 29 ★リーダー ミーティング | 30 | 31 | 8/1 ◇製本たまりば (会報みのり) | ㉔ |

活動報告

5月 1日(木) 理事会実施
 5月 3日(土) 配食実施
 5月 4日(日) 手づくり市民まつりでちらし寿司を販売
 5月22日(木) 理事会実施
 5月22日(木) みずほ教育福祉財団「ボランティア活動資金助成事業」

に応募

～ 支え合う会 みのりをサポートしています ～

～新鮮な野菜と手作りお総菜～

◆ 日の出屋 ◆ 弁天通り中程
 〒206-0812 稲城市矢野口1720
 ☎ 042-377-7625

合成樹脂販売

◆ 東和産業有限会社 ◆
 〒142-0063 品川区荏原4-18-3
 ☎ 03-3784-0301

7

7月読後会 テーマ本

「よむよむかたる」

朝倉 かすみ著

文藝春秋



平均年齢85歳の超高齢読書サークルの
 200日。読みが語りを生み、語りが人生
 を照らし出す。
 幸福な時間が溢れだす傑作読書会小説。



みのり



8月の予定



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|-------------------------------|--|----|----|---|----------------------------------|
| ☆ 状況によっては予定が変更されます！☆ ～会食会は、暑さ状況により中止となる場合があります～ | | | | | | ② |
| | | ◆：会食会 ◇：たまりば 特に記載のないたまりばは、みのり拠点にて10:30～ | | | 1 ◆会食会 城山文化センター ◇製本たまりば (会報みのり) | |
| ③ カフェ いしだ さんち | 4 ◆会食会 福祉センター 押立自治会館 | 5 | 6 | 7 | 8 | ⑨ |
| ⑩ アコー ディオン | ⑪ 山の日 | 12 | 13 | 14 | 15 | ⑩ ◆会食会 クッキングクラブ 梨穂 |
| ⑬ ◇読み合わせ (会報みのり) 13:00～ | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | ⑪ ◆会食会 城山文化センター |
| ⑭ ◆会食会 若葉台iパザイルバン | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | ⑫ ◇製本たまりば (会報みのり) |
| ⑮ ★リーダー ミーティング | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | ⑬ ◆会食会 第三文化センター (水・木合同) |

こまめな水分補給を

マスク熱中症に注意しよう

直射日光を避けよう

日傘や帽子を忘れずに

無理をせずに休憩を

適切な予防をして 熱中症を防ぎましょう!

エアコンを上手に活用

適度な塩分補給も忘れずに

夜間や就寝中も温度・湿度管理を

周りの人と声をかけ合おう

栄養バランスの良い食事を

8月のたまりばは夏休みです

会食会への参加は70歳以上の方を対象にしています。
 また、ボランティアは年齢に関係なくいつでも大歓迎です。詳しいことは、
 支え合う会みのり事務局 (☎ 042-378-8757) へお問い合わせください。

みのり句会

兼題 『出水（でみず）』

〔選と評〕 ホトトギス同人 福島 テツ子

河原草洗ふ出水のすさまじさ 秋草 君枝

（評）川辺りの伸びきっている草々が出水に押し流されている怖さを
見ている作者、句がしっかりと分かりやすく仕上がっている

（あいうえお順）

- ◇多摩川の出水たちまち家流る 石川 れい子
- ◇ドクダミの花取り干してお茶作り 江刺 厚子
- ◇用水路出水のごとく田にあふれ 小野瀬 俊江
- ◇出水きて町内いかだで往来す 瓦崎 八重子
- ◇雨やどり道端出水急ぎ足 菅野 信子
- ◇雨あがり出水の勢いさらに増す 後藤 田鶴子
- ◇初蜩風に吹かれてふはりふはり 田中 弘子
- ◇紫陽花や日々に大きく丸くなり 白木 弘子
- ◇紫陽花の色づくたびに時を知る 富田 果蓮（大ニ）
- ◇出水過ぎまた胸の奥濁りけり 富田 晴成（高ニ）
- ◇おおこれぞ水底見へぬ出水かな 中村 くみ子
- ◇夏の川元気に魚泳いでる 中山 颯（小三）
- ◇テレビにて出水予報に仕事終ふ 野口 貴美子
- ◇梅雨空を写して路地の水たまり 榎 卓
- ◇見なれたる町が一変して出水 福島 テツ子

八月の句会は夏休みです。

一人三句ですが、兼題二句、他の季語で一句作ってください。
投句の方は、全句を書いた紙一枚、短冊に一句ずつ、百十円切手
三枚（参加費）、返信用封筒（百十円切手と記名）を同封して月末迄に
「事務局」に届くようにお送りください。



「支え合う会 みのり」の歩み

- 一九八三年 「稲城の老後を支える会」として発足
- 一九八四年 会食会サービスをスタート
- 一九八九年 「稲城の老後を支え合う会」と改称
毎週型の配食（夕食）サービスを開始
- 二〇〇〇年四月 特定非営利活動法人
支え合う会 みのりと改称
- 二〇〇二年 稲城市委託事業
高齢者食生活改善事業を開始
- 二〇〇三年 稲城市委託事業
かがやき倶楽部みのりを開始
- 二〇一二年 居場所作り「カフェいしださんち」を開始
- 二〇一六年 他機関との地域社会づくり連携事業開始
- 二〇一九年 東長沼に活動拠点を移転
- 二〇二五年 ホームページ開設

「現在の活動」

- ◎配食サービス
（東長沼の拠点で週5回 月々金）
- ◎会食会サービス・クッキングクラブ梨穂
（公共施設等 9会場で開催）
- ◎ミニデイサービス『たまりば』
- ◎稲城市委託事業（高齢者食生活改善事業）
- ◎訪問サービス
- ◎居場所作り「カフェいしださんち」
- ◎介護予防・日常生活支援総合事業A
かがやき倶楽部みのり
- ◎他機関との連携事業
- ◎広報活動（会報・ホームページ・ブログ）など

この法人は、高齢者の福祉を自分の問題として
考え、支え合いの精神で、在宅福祉活動を行い、
支える者と支えられる者が対等な立場を保ち、住み
慣れた地域に安心して、生き生きと住み続けられる
地域社会づくりに寄与することを目的とします。