



# ひとりひとりの可能性をまちの資産とつないで 生きるチカラ(健康)を高めたい

## “リンクワーカー(=お当番さん)”への声の掛け方、巻き込み方

まちなか・コミュニティ西荻みなみのリンクワーカーさんは現在32名ほど。それぞれ都合のよい曜日に数時間、交代で、西荻みなみを訪れる方をお待ちしています。リンクワーカーをされているのは、次のような方々です。

- ① 西荻みなみで何かをやってみたい人(みなみの理事やボランティアさん)
- ② 近隣の民生児童委員さん
- ③ 地域住民のみなさん

### イベントボランティアへの参加からリンクワーカー、ボランティアへ

ボランティアの募集は、ハロウィンやクリスマスなど、声を掛けやすい大きなイベントの際に。声を掛けるときは、参加しやすい声掛けを心がけています。

たとえばハロウィンの場合は、

- ・子どもにお菓子をプレゼントしてもらおうボランティアです。
- ・仮装するの顔がわかりにくいから、初めてでも参加しやすいですよ！
- ・仮装の小物や衣装は、こちらでも用意できますよ。
- ・初めから最後まででなくても、準備や片付けだけでも大歓迎。今回だけでももちろんOK。
- ・子どもたちに楽しい時間を提供したいので、ご協力ください。

こんな感じでしょうか。

いくつになっても  
いきいきと集える  
場とは？

### 楽しい経験の共有が、ボランティア活動のやりがい

実際に参加した方は、「楽しい！人に喜んでもらえた！」と喜んでくださいます。中には、「自分でできることがあるんだと気づきました」とおっしゃってくださる方もいます。「参加して楽しい、うれしい」こういう気持ちがあれば、その後に続きやすいですし、お誘いもしやすいです。SNSでの呼びかけに応じてくれた方、社会福祉協議会さんとのつながりのある方、学生でボランティアしてみたいという方など、地域住民でない方から、ボランティアへの参加の申し込みをいただくこともあります。このような場合は単発がほとんどですが、継続的でなくとも、そのボランティア体験がその人にとっての経験の一つとなり、次の機会に繋がることになればうれしいので願っています。

### ムリなく楽しみながら、地域の日常を応援していただいています

まちなか・コミュニティ西荻みなみにふらっと立ち寄り、「コロナ禍で一人自宅にこもりがち」と話された地域住民の方に、

「ここでみなさんと一緒にお話してみませんか」とお誘いしたことがあります。  
「こういう場を応援したい」とリンクワーカーをしてくれている近隣町会の役員さんもいます。

お父さんが西荻みなみに来ていたりイベントに参加する中で、西荻みなみを知ってくれた子育て中のママたちが、短時間なら関わってくれています。

地域の相談窓口的な存在で、西荻南きずなサロンの運営メンバーでもある民生児童委員さんには、

「地域に触れる」という意味で、西荻みなみの活動に参加していただいています。

そのほか「ボランティアやってみませんか」と貼り紙したり、関係者から直接お誘いすることもあります。

いろんなことをしていると、「大変そう」、「自分には無理」、「引き受けたら当番の日は必ず出なくては」と思われがちなので、「どこまでの範囲のお手伝いなのか」、「来られない日は無理してこなくてOK」など、参加のハードルは低くして、訪れる方との会話を楽しんでもらうくらいの気軽さでと、お伝えしています。

### みなさんの魅力や気づきで、まちの活動、ひと、団体をつなげられたら

まちなか・コミュニティ西荻みなみでは、「お当番」ではなく、「リンクワーカー」と呼んでいます。

まちなか・コミュニティ西荻みなみにはさまざまな方が来られます。

会話の中から、ケア24や社会福祉協議会をご紹介したほうがいいと思われる場合もあります。

こんな心配な方がいました。こんな話題がありました。何か探している人がいました。

そのような情報は西荻みなみの中で共有し、対応を検討したり、必要だと思われるところへおつなぎすることもあります。

### 活動の目的とリターンを、前向きな言葉で

町会長をしていた時から心掛けていたことですが、マイナスな言葉を使わないことも大事だと思います。

「もう大変なのよ〜、誰か引き継いで〜。」「困っているから何とかしてくれる人いない？」「人がいないよね。」

そんな言葉をよく耳にしますが、初めからマイナスな情報が入ってくる中で、「やります！」という奇跡的な人はなかなかいません。むしろ近づきたくなくなるのではないのでしょうか？

それよりも、自分たちが何を目的に活動し、こんな楽しい面白いことが起きている。

健康に関する活動なら健康増進につながっている、町会なら、知り合いが増えて住んでいて安心など。

「参加することで、自分がどんなよい結果を得られるか」を感じてもらうことが大事だと思います。

町会の活動で人がいなくて困った…そんな経験はありませんでした。

## “巻き込み方”まとめ

- 地域の人が運営している「居場所」を手伝ってくれませんか、一緒にやりませんかの声掛け。
- イベントに参加してもらおう、またはお喋りに来てもらうなど、「楽しい時間を体験してもらおう」と、興味を持ってもらいやすい。
- ボランティア参加のハードルは低く(来れるときに、できることを。1人ではない。わからないことはいつでも聞いて)。

まちなか・コミュニティ西荻みなみ 秋山成子

まちの人がそれぞれの持ち味を生かして楽しみながら行っている活動が、  
まちに居場所があることが、  
同じまちに暮らす人を元気づけている  
人が人を思う温かな気持ち、安心なつながりが、  
まちにひろがり、そんなまちに暮らすことが、  
ますます楽しく誇らしくなる  
人をまん中に、まちと人を元気にする循環を生み出す活動を、楽しみながら応援していけたらと思っています。

ケア24西荻 黒松利砂