



調理ボランティアグループ  
「ふれあい会」

ふれあい会のメンバーと昼食会参加者

「料理が好き」が共通点のボランティアグループ「ふれあい会」の皆さん。メンバーは40～70代の主婦や元社協職員など13人で、主に70歳以上の方を対象にした昼食会を、毎月第1木曜日に羽ノ浦公民館で開いている。

和気あいあいと楽しそうに食事を準備する彼女たち。ボランティアをすることは、私が思っていたほど難しくはなく、料理が好き、人と話をするのが好きなど、何かが好きなことだけで十分なのではないか。ふれあい会の食事を取材し、活動の楽しさを探った。

ふれあい会の楽しさは、第一に「好きなこと」が人の役に立つことだ。お菓子作りが好きなのがデザート担当になり、洗濯が苦にならない人がふきんを洗ってくる役をするなど、各自の得意なことを生かす。そして一緒に料理をしながら、調理方法を学びあっている。

第二に、人の輪が広がる。定本直子さん（48歳）は、ふれあい会は月に1回の活動なので仕事をしながらでも参加でき



食事の準備



食事前のレクリエーション

(阿南北部第2高齢者お世話センターがサポート)



メニューの説明



バランス良くおいしい食事を

るといふ。「ここで友達ができ、新しい仕事を始めるきっかけにもなった」そうだ。最後に、ボランティアをすることは地域社会に参加することでもある。生活に張り合いができる。代表の住友加代子さん（74歳）は、配偶者に先立たれ一人暮らしをされているが、ふれあい会は「材料のやりくりなど大変なこともあるけれど、自分自身も元気になる活動」だという。「私はここに来て、1カ月分しやべって帰るのよ」と、すてきな笑顔で話した。

みんなの好きなことや知恵がボランティアという形で役に立つ。そしておいしい昼食と交流の場を楽しむに、羽ノ浦町の各地から毎月来てくれる人たちがいる。これがうれしいと励みになり、ボランティアの皆さんは頑張っている。ふれあい会のような「楽しい」から始まる市民活動がもっと広がりますように。そして、お昼を一人で食べるのなら、ふれあい会で一緒に食べませんか。

◎ 羽ノ浦公民館（☎44-1120）へ