



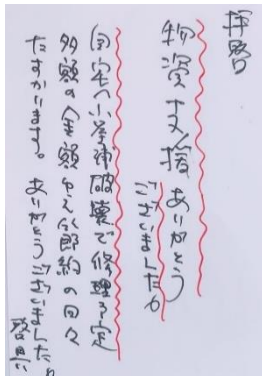
助けあい 支えあいで 縁結び

あいあいねっと通信

1月

新年、あけましておめでとうございます。
今年一年の皆様方のご健康とご多幸を祈念いたします。

2018年後半は、西日本豪雨災害を受け、災害支援を中心に活動を行ってきました。9月からは、パルシステム生活協同組合連合会様から頂いた支援金を活用した支援を行いました。地域支えあいセンターの方に協力いただき、県内に設置されている仮設住宅や坂の町有住宅で生活を始められた方(215戸)へ、広島県産のお米や調味料、お茶などを詰め合わせたパックを、メッセージカードを添えてお届けしました。「寒い季節は、体の不調が出やすくなるので、温かいものを食べて元気を出してほしい」という思いから、一軒一軒、声かけをしながら訪ねました。受け取られた方の中には、涙される方もおられ、後日お礼のお手紙も届きました。



また、10月27日には、パートナー団体さんからの依頼で、安浦の市原地区で秋祭りのお手伝いをしました。住民の昼食づくりと、来場者へお菓子の詰め合わせを提供しました。市原地区は、地区のほとんどが壊滅する被害を受けました。秋祭りに反対の意見もあったそうですが、再会を喜ぶ住民の方々の

姿を見ると、開催してよかったと思わずにはいられません。



秋祭りが行われた小さな神社にも、土砂や流木が高く積まれたまま。復旧作業はまだまだこれからです。

年末には、災害に遭った家庭、幼稚園や保育所を回り、絵本やお菓子などのクリスマスプレゼントを配るチャリティーサンタひろしま様と協力し、お菓子の提供を行いました。災害で怖い思いをしたり、学校の休校、行事の中止など夏休みを思うように過ごせなかった子どもたちへ、少しでも楽しい思い出と笑顔をお届けられたらと思います。

皆様からの義援金 102,702 円は、広島県社会福祉協議会へ送金致しました。

昨年は、災害続きの大変な年となりましたが、たくさんの人や団体と繋がりながら、地域に密着した支援活動を行いました。今年も、つながりを大切に、「食」を通して、地域が元気になる活動に尽力いたします。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

【今後のスケジュール】

◆年末年始休業

12月26日(水)～1月7日(月)

◆鏡開きイベント

1月11日(金) 13:00～15:00

◆2月15日(金) 防災学習会

★日々の活動は、facebook で公開中★

食べ物は食べるためにある！ “もったいない” のない社会を創る！



フードバンク活動

食品ロス削減活動

健康づくり活動・まちづくり活動

私たちは、食品関連企業から、規格外・包装破損・印字不良などの理由で、食べ物としては品質にまったく問題がないにもかかわらず、商品として扱えなくなった食品(食品ロス)を無償提供していただき、それを食べることに困っている人々のもつに届けるとともに、地域の活性化に活かしています。

【編集・発行】

社会福祉法人 正仁会 あいあいねっと

■住所：広島市安佐北区可部3-9-21
 ■TEL：082-819-3023
 ■FAX：082-815-6666
 ■Email：aiainet@nagominosato.jp
 ■web：http://www.aiainet.org/



社会福祉法人 正仁会



年頭によせて

あいあいねっと 代表 原田 佳子

あいあいねっとが活動を始めて11年が過ぎました。「地域活動を定着させるには10年必
要」ある大学の地域福祉の専門家からお聞きした言葉が耳に残っています。本当にその通りです
ね。一昨年前頃から、食品ロス削減のことやフードバンクのことが、メディアなどでも頻繁に取り
上げられるようになり、国や自治体も本腰を入れ始めました。あいあいねっとの活動に対する
地域社会の期待も大きくなっていると感じています。しかし、ここに来て大きな悩みがあり
ます。前々回の通信でも似たようなことを記事にした記憶がありますが、今後のあいあいねっと
の活動をどう展開させていけばよいのか、ということ。あいあいねっとのような市民活動
は、常に課題と対峙し課題克服を遂行することに存在意義があります。

そこで、悩みを解決すべく、年頭に当たり、現在の我が国の課題を3つにまとめてみまし
た。1つは、人口減少の中での少子高齢化です。安佐北区の高齢化率は、32.1%（2018年6
月時点）で、年々1ポイント以上上昇し、広島市内8行政区の中では群を抜いて一番です。1
つは、前述と重複する部分がありますが、少子高齢化に伴う地域社会の衰退です。ひと・もの
かねの全てに及びます。最後の1つです。4年前に起きた広島豪雨土砂災害の記憶が生々しく
残っている中、昨年7月6日、西日本豪雨土砂災害は、広島県にさらに大きな被害をもたらし
ました。死者・行方不明者は100名を超え、鉄道網、交通網が寸断され断水した地域もあり、
市民生活に大きな支障を来しました。日本全国いっどこで災害が起きても不思議ではない状況
にあると専門家は言います。

人口減少の中での少子高齢化、地域社会の衰退、度重なる大災害・・・これをキーワードとし
て思いつくのは、地域社会の絆の強さの大切さです。これらの課題解決には、国や自治体の政治
的力が必要であることは言うまでもありませんが、日頃の絆が強い地域は、災害の復旧・復興が
迅速であると聞きます。あいあいねっとは、今年も食品ロスを削減し、食で地域の人と人の絆を
大切に活動にまい進して参ります。「本年もどうぞよろしくお願い申し上げます！」

.....

「絆—相継ぐ災害から学ぶこと—」

社会福祉法人 正仁会 業務執行理事 松林克典

平成30年も残り僅かです。ついこの間、年始のあいさつを交わしたように思いますが、いつ
もながら時の経つのが早いのは、社会環境が目まぐるしく変化し、その変化に対応するだけで精
一杯だからかも知れません。平成元号最後の年末年始を迎えるにあたり、2018年を振り返れば、
やはり先日、京都清水寺で発表された今年の漢字「災」に集約されるでしょうか？「7月豪
雨」による被害や大阪・北海道の地震、今夏の「危険な暑さ」による熱中症など自然の猛威によ
って非常に多くの方が犠牲となりました。広島県下でも4年前の豪雨災害以上の犠牲者数で、住
む場所を失って未だに仮設住宅での生活を余儀なくされている方もたくさんいます。

社会福祉法人正仁会に活動拠点を移した”あいあいねっと”は、多くの企業や団体・個人からの
支援金や支援物資を基に、避難生活で困っている方への援助を行ってきました。事故や災害に対
する備えは「自助」が基本とは言え、予測のできない大規模な災害には「互助」「共助」「公助」
が最も大切になってきます。「互助」「共助」の力を強めるためには、顔の見える関係を常日頃か
ら育ておくことが必要です。私たちは7年前の東日本大震災でも”絆”の大切さを学びました
が、今夏も改めて縁を頼りに”絆”を育む重要さを感じることができました。社会は急速な少子・
高齢化による人口減少のステージです。人口密度が疎になる地方では地縁組織が弱体化していま
す。そこを私たち”あいあいねっと”で紡ぎ直していけるよう2019年も張り切っていこうと考
えています。

平成30年12月吉日



パートナーさんのご紹介



【サザエさん食堂】は、あさひが丘団地にある三世代食堂です。楽しく食べることはもちろん、調理を一緒にすることで食育にもなり、地域の絆を深める場にもなっているのではないのでしょうか？サザエさん食堂のような場所が、自分の住んでいる地域にもあると素敵ですね！

あさひが丘団地に毎月1回サザエさん食堂がオープンします。団地で長年活動しているボランティアグループが、若い世代のために何かしたいと2年前に始めたものです。よくある「子ども食堂」ではなく、誰でも参加でき、皆で作って皆で食べようという会です。

始めるにあたり、地域の方やフードバンクからの食材提供、自治会や社協の保険、会場の公民館、小学校でのチラシ配布、等々多くの支援を頂き、「サザエさん食堂」が実現しました。漫画のサザエさんも同じ町名なのでこのネーミングにしました。

この活動では、小学生を退屈させない工夫が必要です。毎回小学生10~25名の参加がありますが、10名程のスタッフは、子どもの様子を観ながら声をかけ一緒に作業します。また、アレルギーへの対応も必要ですが、ベテラン主婦力を発揮し乗り切っています。

いろいろ大変な事もありますが、子ども達とのふれあいは、とても楽しく元気を貰いますし、やり甲斐も感じます。子ども達は大勢での食事を楽しみ、笑顔で帰っていきます。食品ロスの話が役立っているのか、子ども達の食べ残しが少なくなったのは嬉しい事です。また、この頃では保護者や中学生がスタッフとして加わってくれ頼もしいかぎりです。これからもこの食堂が、世代を越えて交流でき楽しく食事できる場として、長く続くよう皆で頑張りたいと思います。

最後に、あいあいねっとさんには大変お世話になっています。フードバンクが無ければ、少ない参加費での運営は無理でした。食材を無駄なく活用させていただきます。今後ともよろしくお願ひ致します。

ボランティアグループきのこ 木下ゆり子

ご存知ですか？『フードドライブ』

みなさんは、『フードドライブ』をご存知でしょうか？『フードドライブ』とは、家庭で余っている食べ物を学校や職場などに持ち寄り、それらをまとめて地域の福祉団体や施設、フードバンクに寄付する活動のことです。文化祭や地域のイベントなどで『フードドライブ』を行い、集められた食品がここ最近、たくさん届くようになりました。先日は、高校生が友達や先生に呼びかけて食品を集め、寄付に来られました。また、個人的に、たくさん採れた野菜やお米を提供される方も多くなり、新米の時期には、去年も提供して下さった方が今年も来られるなど、『フードドライブ』の広がりや定着を感じます。『フードドライブ』で集まる食品には、新鮮な農産物のほかに、お歳暮などの贈り物、スーパーの安売りで買った残り、備蓄商品などがあり、ちょっといいものや使い勝手の良いものも多く、大変助かっています。寄付される食品には、提供して下さった方の、食べ物を大切にしたい、誰かに元気を届けたいという思いが込められています。そんな思いと一緒に、『フードドライブ』が広がり、もったいないが減るといいですね。





戸棚や冷蔵庫に眠っている食材を活用した「サルベージ」レシピ！！



☆ミルク豚汁☆



【材料】4人前

★里芋 100g ★豚肉 100g ★人参 30g
ほうれん草 60g 青ネギ適量 だし汁 320ml
ごま油小さじ2杯 牛乳160ml 味噌20g

【作り方】

- 1、だし汁を用意します。里芋、人参、豚肉を食べやすい大きさにカットします。ほうれん草はゆでて食べやすい大きさにカットします。青ネギは小口切りにします。
- 2、鍋にごま油を熱し、★を加えて炒める。油が全体に回ったら、だし汁を加えて中火で煮て、全体に火を通す。
- 3、火が通ったら、ほうれん草を加え、火が通ったら、牛乳とみそを加えて温める。
- 4、器に盛り、ねぎを散らして完成！

〈ポイント〉

❁ 里芋やほうれん草などは一人暮らしだとあまりやすい食材ですね。あまりやすい食材は、冷凍野菜を活用したり、使いやすい量ずつ冷凍保存することで、食べることができます！！
余りやすい牛乳とみそは相性の良い食材。味噌汁に加えることで、コクが出て減塩効果やカルシウムアップにも！！

【一人分の栄養価】 141Kcal たんぱく質7.3g 脂質8.7g 塩分0.8g

私たちの活動をご支援いただいている事業者様・団体様をご紹介します

- ◆有限会社アトラス・コーポレーション◆アルフレッサファーマ株式会社◆アヲハタ株式会社
- ◆有限会社池田自動車◆株式会社エコーロードフルール◆江崎グリコ株式会社
- ◆株式会社 SKY コーポレーション◆株式会社エムズホーム◆株式会社 M&K
- ◆株式会社 M&C コラボレーション◆おおたけ株式会社◆株式会社沖野建築設計
- ◆有限会社オフィスシン◆キューピー株式会社広島支店◆株式会社九食◆医療法人社団恵正会
- ◆有限会社健康宅配ネット◆カルビー株式会社◆有限会社佐藤運送◆有限会社山菜木村
- ◆シチズン時計株式会社◆スターライト工業株式会社◆生活協同組合ひろしま
- ◆株式会社多山文具◆チチヤス株式会社◆中国電力株式会社◆中電環境テクノス株式会社
- ◆株式会社トーホーフードサービス◆株式会社ナリコマエンタープライズ◆有限会社ニシオカ
- ◆ノベルサウンズ◆広島総合警備保障株式会社◆広島海苔株式会社◆広島駅弁当株式会社
- ◆株式会社フォーリーフ◆藤井医療器株式会社◆株式会社藤三◆マルコメ株式会社
- ◆マックスバリュ西日本株式会社◆株式会社マルバヤシ◆株式会社未癸◆ミック株式会社
- ◆美作大学食品ロス削減サークル◆株式会社ミライト◆有限会社エイコー商事
- ◆山崎製パン株式会社広島工場◆ゆかり屋本舗株式会社◆ワンダフルホーム株式会社

みなさま、いつもありがとうございます！

【編集後記】今年のご取扱量は、33.2 トンで過去最高となりました。寄贈された食品は、すべて手作業で運んで、点検整理・仕分けを行います。活動に参加したばかりの頃に比べ、スタッフ全員がたくましく頼もしい体を手に入れています。フードバンクで貯筋！健康づくりにも一役買っています！！(M)