

坐禅から?!
助け合いは
県北の

発行日◎ 2022/10/15 ◎第 17 号
発行者◎認定 N P O 法人とちぎボラン
ティアネットワーク (県北事務所)
〒 324-0051 栃木県大田原市住吉 2-16-22
電話 0287-48-6000 ● FAX 0287-48-6700
HTTP://tochigivnet.com
tvnet.kenhoku@gmail.com
◎編集人・発行人 / 矢野正広

2022/9/3 「心をととのえる」 大雄寺で坐禅体験

坐禅とは何か・・・?

そう、『心をととのえること』

黒羽大雄寺の文亮(ぶんぎょう)住職からお話を聞き、子どもたちと一緒に坐禅体験をしました。坐禅の基本的な考え方、坐禅の方法まで丁寧に説明いただきました。警策(きょうさく)という棒で“したい人だけ”右肩を打っていただけます。

バシッ!子どもとわたしはいただきました。ありがとうございます。

その後、実際にここであった、絵画に描かれた幽霊の目が追いかけてくるという枕返しの幽霊話や、黒羽のお殿様のお墓などを巡りました。

とても優しい住職さんだったので、子どもたちも素直に参加し、心も身体もリフレッシュ出来たように思えました。合掌。

あっ、とんぼの会がトンボを見つけたよ!
(しょうちゃん)

FB | 県北Vネット 子どもの居場所 通信

2022/8/31

水曜日の子ども食堂 みんなで花火をしたよ!

「夏の終わりは花火でしょ!」

という子どもたちのリクエストに応じて、夕食が終わってから外で花火をしました。花火をすることを話していたためか、子供たちは率先して夕食準備のお手

伝いをしています。

夏休み期間はコロナウイルスのために思いっきり遊べなかったこともありましたが、子どもたちにとって良い思い出となったことでしょう。お母さんたちも花火に参加していただきみんなで楽しい時間を過ごしました。ドドーン!お疲れ様でした。(しょうちゃん)

活動を行いました。

今回は15人のボランティアが子どもたちとまちをキレイにしよう!といちごゴミ袋を持って参加しました。

目に見えない所や壁の隙間などに空き缶や食べた袋などが放置されていたり、草むらの中にコピー機?がそのまま不法投棄されていたり、1時間ほどのゴミ拾いで大きないちごが15個できました。今回



2022/09/17

『キレイな街で来県者をおもてなし』 とちぎ国体いちご一会運動ク リーン大作戦!④

今日の午前中は、『いちご一会きれいなまちで迎え隊』が、ぽつぽつ通りの清掃



今月のSOS

(新規のSOS) どんどん増えています

■ 9月：5家族 (5回)

9月1日●HJS女38歳・初・大田原。5人家族。全員コロナ感染し外出できない。子ども幸福課の要請⇒米5K、食品4K

9月1日●SBT男7歳・継続3回・那須塩原。糖尿病。5月から失業保険でしのいできたが食品がない。収入は5月・3万、6月・13万。●⇒9/1：食品1.5k、●⇒9/15：食品0.7K

9月5日●SSD男・初・大田原。独居、食糧がない。8/25に転居してきた⇒食品1.0K、●⇒9/27：食品4.3K、●⇒10/4：食品3.6K、●⇒10/10：食品10.6K

9月5日●TKS女69歳・初・大田原。4人家族。30代長男・長女とも統合失調症。生活費が不足している。コロナで仕事なし⇒食品1.2K

9月10日●KBT女46歳・継続10回・大田原。母子家庭で、専門学校から小学生まで子ども4人。パニック障害で体調悪く働けない。貯金でしのぐ。9月でパートは雇止め。

初めてボランティア活動に参加した人からは、「楽しくゴミ拾いができて良かった」「楽しかった」「新しい発見があったり、子どもはすごいなと感じた」「貴重な体験をさせていただきありがとうございます」と話されていました。

お昼はステラねえさんこと、大森さんが特製カレーを作って待っててくれました！みんなで一緒に食べました。美味しかったです！よーっ！午後もがんばるぞい！（しょうちゃん）

2022/9/17 午後はHAPPY街頭募金 TOBU & トコトコおたわら

チャリティウォークの事前イベントとし

児童手当で暮らす。⇒米10K、食品8.5K

9月12日●SKM女60歳・初・大田原。父・夫・息子の4人家族。生活費が不足。夫が末期癌で治療費がかかる。⇒米5K、食品1.8K

9月14日●NTA女52歳・2回・大田原。同居のブラジル人と2人暮らし。本人は2年前に体調不良で失業。その後仕事が続かない。知的障害の疑い。●⇒食品1.7K (同居人の給料が出るまでの食料を提供) ●⇒9/14：米3k、食品1.7K

9月14日●YKH男70歳・継続2回・那須塩原。1人暮らし、低年金、生活保護受けているが、毎月ぎりぎり余裕がない。●⇒9/14：米5K、食品2K。●⇒9/21：食品1K

9月17日●ONA男40歳・初・大田原。3人家族。コロナに感染し外出できない。⇒食品8.3K

9月20日●TKR男21歳・初・大田原。



てHAPPY街頭募金をTOBU、トコトコおたわらの2カ所で行いました。

フードバンク活動とは、企業やご家庭においてまだ賞味期限はあるけれど、様々な理由により捨ててしまう食べ物を寄付していただきその食品を困窮者へ無償で提供する活動です。捨てられてしまう、まだ食べられる食べ物を食べ物が欲しい、

FB利用回数(世帯数)

9月：50回(世帯)

10月：22回(世帯)

3人家族。妻と2か月の乳児の3人暮らし。社協に貸付相談で来たが食品ないのでFB紹介された。夫は免許なし⇒米3K、食品2.1K

9月21日●CBN女・44歳・初・那須町。1人暮らしで収入がない。⇒米3K、食品8.6K、●⇒10/8：米3K、食品7.8k

9月21日●AIO男40歳・継続2回・大田原。ギャンブル依存症で働く意識薄い。⇒米5K、食品2.5K、●⇒10/3：米3K食品1.8k

9月23日●KUM男46歳・初・大田原。1人暮らし。痛風。コロナで派遣の結城の工場を切られた。今月から栃木ニコン●⇒食品4.2K

9月26日●OMK女51歳・継続3回・大田原。両親と3人家族。コロナで失業、貯金を使って生活。子宮筋腫手術が必要。⇒米5K、食品2.8K

10月3日●ARS?歳男・初・大田原。父子家庭。18歳息子は障害があり、てんかんもある。息子の対応でしばらく就労できない。求職活動中だが状況によっては生保を検討する。⇒食品1.6K、●⇒10/11：米3K、食品1K

困っている誰かへ私たちは食品を通じて人から人へ、寄付と提供の架け橋となります。

私たちの活動は、寄付していただいた食品をただ渡すことではありません。来所した方のお話を聞き、その方に必要な支援やステップを共に考えます。医療、地域、仕事、教育等、その方が必要としているケースに合わせて関係各所へ繋がります。相談者とそのご家族の支えとなり、立ち直りを目指します。

今回の街頭募金額は、TOBU36,095円、トコトコおたわら21,077円、集まった募金額57,202円になりました。皆様のご支援ご協力ありがとうございました。これからもよろしくお願ひします。(しょうちゃん)

長期の困窮が続いている家族

●配布会など(9月10家族、10月11家族)

YMT男44歳・継続2回・那須塩原。1人暮らし。給与のほとんどが借金返済。後仕事を転々としている。同僚からの不当な借金返済で困窮。●⇒9/29：食品2.4K ●⇒10/5：食品1.4K

TKM男41歳・継続24回・那須塩原。低所得7人位の大家族。⇒米15kg食品6.2K(配付会) ●⇒9/10：米30K食品9.3K、●⇒10/8：玄米30K、食品10K

MMT男71歳・継続15回・那須塩原。年金10万/月。一人暮らしの不安が強い。●⇒9/10：米5K、食品7.8K、●⇒9/26：食品2.9k、●⇒10/8：米5K、食品5.6K

MUH男55歳・継続40回・大田原。3人暮らし。妻子ともに統合失調症、本人も低収入(5万/月)。通院受診費が多い。本人の金銭管理がルーズ。●⇒10/8：米5K、食品7.4K

YMY女48歳・継続9回・那須塩原。独居・無職。他人とコミュニケーションができていない。遺族年金で暮らす。●⇒9/23：米3K食品配布会セット、●⇒10/16：米5K、食品4.2K

USS男64歳・継続64回・那須塩原。子供2人の父子家庭。定年退職後収入減。食品が買えないときがある。●⇒9/10：食品8.5K、●⇒10/8：米10K

STS女51歳・継続70回・さくら。本人と母の2人暮らし、子どもへの仕送りで苦しい。ともに乳癌を手術。●⇒9/10：米5K、食品6.7K、●⇒10/8：米5K

EDK男52歳・継続16回・大田原。義母、内妻の3人暮らし。低収入で入院等の出費があり苦しい。●⇒9/10：米10K食品9K ●⇒9/21：食品1.4K ●⇒10/8：米10K 配布会

OHI女42歳・継続65回・大田原市。母子家庭。うつ病で収入がない。子どもも統合失調症。●⇒9/10：米10K、食品



2022/10/1 第10回チャリティーウォーク 県北20 ～栃木の助け合いはフードバンクから～

午前8時。スタート地点の生涯学習センターにボランティア含め、たくさんの参加者が集

まってきました。

今回のウォークは那須野が原開拓の歴史コースを堪能し、およそ20キロの道のりを完歩を目指し歩いていきます！

今日はウォーク参加者140人、ボランティア60人、計200人が参加しました。

当日参加できなかった人や協賛いただいた企業・団体・関係者の皆さんのおかげ

予約なしでOK 食品配布会

毎月第2土曜

13-15時 ● F B 県北事務所

6.6K、●⇒9/23：米10K、●⇒10/8：米10K、

NGK女66歳・継続22回・大田原。妹(63)と2人暮らし。

低所得で妹の障害年金とバイト(放課後等DAY)で仕事する。●⇒9/10：米6K食品8.3K ●⇒10/8：米6K、食品10K

OOK女46歳・継続20回・那須塩原。大家族だが夫が病弱で手取は18万。借金もある。●⇒9/10：米10K、食品11.4K、●⇒10/8：米10K、配布会

NKK女55歳・継続5回・大田原。高校生のいる母子家庭。生活保護基準ギリギリの生活費で暮らす。F B県北で食品提供しながら生活状況の把握する。●⇒9/22：米5K、食品6.6K

MJM女45歳・継続9回・大田原。母子家庭、娘は不登校、送迎に時間がかかり就労困難。●⇒10/8：米10K、食品7.1K

TSH女66歳・継続30回・矢板。夫息子の3人暮らし。夫婦で糖尿病、母と子の障害者年金と生活保護で暮らす。金銭管理がずさん。●⇒9/7：米8K、食品3.3K野菜、●⇒9/27：米10K食品1.7K

YSS男59歳・継続2回・大田原。1人暮らし、11月まで事故で入院していた。仕事に復帰したが、給料が下がり電気ガスが止まった。●⇒9/20：米3K、食品1.4K

STN女52歳・継続16回・大田原。娘夫妻+孫4人の8人家族。本人が家族の中心、夫は内縁関係。娘夫婦も共に派遣。児童手当や療育年金が入るまでのお金がなく今日の食事に困っている。●⇒9/10：米10K食品8K ●⇒10/8：米10K、食品6.6K

ISK女38歳・継続18回・大田原。子ども3人の5人家族。

で今回のチャリティーイベントは無事に終わりました。

ただ歩くだけでなく皆と一緒に社会問題を知り・広め・寄付を募り・これらの問題を解決するための仲間を増やしていく。それがウォークの目的でありゴールです！

皆さんお疲れ様でした。また来年もよろ

夫が**定職につかず**生活困難。2月に派遣切にあう。●
⇒10/8：米 10K

YST 男 32 歳・継続 5 回・那須塩原。夫婦と子 3 人家族。低
収入で生活費が足りない。妻**難病**で医療費もかかる。●
⇒9/6：米 10K, 食品 4.2 k

OCM 女 ? 歳・初 5・那須町。**精神障害**で仕事できず、生活
費が足りない。福祉作業所勤務を探している。●⇒9/21：米
10K, 食品 6.9K

YKH 男 ? 歳・継続 2 回・大田原。軽度の **ADHD** で仕事続かず。
当初で時々子供支援ボランティアをしている。●⇒9/20：食品
3.6K

NBA 女 40 歳・継続 2 回・大田原。母子家庭・小 1 の子供がいる。
失業手当が終了し**次の仕事の初任給**までのつなぎ (2
か月程度) ●⇒9/16：米 5K, 食品 1.5K

OKH 男 62 歳・継続 2 回・大田原。3 年前から**車中泊**。年金
は月 8 万。週 1 度は実家に戻るが泊まらない。ハロワークで仕
事なければ住居確保を検討する。●⇒10/8：食品 2K

SZK 女 ? 歳・2 回・大田原。2 人暮らし。**コロナ**で収入減。
●⇒9/30：食品 4.2K

ANS 女 23 歳・2 回・大田原。5 人家族。あと 10 日で給料で
るがそれまで**食べものがない**。夫は精神疾患、両親や妹
から借金している。●⇒9/15：食品 2.1K

NKK 男 54 歳・継続・大田原。1 人暮らし。失業、手術や裁
判で出費多く食品がない。⇒米 3k、食品 1.0k、●⇒9/15：米
3K, 食品 2.1K

TSK 男 48 歳・5 回・大田原。3 人世帯。家族関係は良くない。
低所得で食費がない。本人は**病気がち**で働けない。父は認
知症の疑いで介護認定中。8/26 にケア会議。●⇒9/8：食品 1.7K
●⇒9/10：米 3K、食品 11.4K ●⇒9/22：配布回分 2.4K、●
⇒10/8：食品 7.5K ●⇒10/14：食品 6K

MRS 男 62 歳・継続 3 回・那須塩原。3 人家族。食品がない。
求職中である。●⇒9/2：米 5K, 食品 3.7K、●⇒9/10：米
3K、食品 7.3K ●⇒9/28：米 5K、食品 2K

しくお願いいたします。ありがとうございました。(CW 県北実行委員長しょうちゃん)



しています。

館内には大きな木で作ったポットがや、
石琴(せっきん)と呼ばれる石を叩くと
キレイな音がする楽器を体験しました。
帰り道には日本で最初の学術的発掘調
査が行われた場所であり、日本の考古学
発祥の地とも呼ばれている湯津上の下侍
塚古墳を見学し、地域の歴史秘話ヒスト
リアを学びました。自然の恵みを受けて
いることを感じながら昔も今も、そして
これからも変わらずに暮らしていこうと
思います。(しょうちゃん)

スマイルハウス de 秋祭り 11/19 実施

秋祭りを開催します！

11/19 (土) 11 時～14 時

場所：とちぎボランティアネットワーク
県北支部 子どもの居場所スマイルハウス
子どもたちのために、『ボランティアで
出店したい』『地域のイベントに参加し
たい』『来てくれる方に何かしたい！』
と思っているボランティアも募集中です。
地域の方々みんなが参加して作り上げる
地域の楽しいお祭りです

*当日は駐車場は用意しておりません
親子でのご参加など皆さんのご来場をお
待ちしております！

2022/10/15

勾玉を作ったよー

那珂川町なす風土記の丘資料館

今日は實(みのる)先生による勾玉つ
くりです。歴史を学ばせたいと子どもた
ちに那珂川町の昔の生活や、縄文時代の
食生活、石や土地などの歴史を資料館に
て見学しながら説明してもらいました。

その後、外に出て勾玉つくりを。四角
の石になぞり書きをして、やすり板や棒
などで削っていきます。1 時間ほどかかり
ましたが全員完成！最後は勾玉にひも
を通して首飾りにしました。「面白かつ
たのでまたしたい！」と子どもたちは話

認定 NPO 法人 とちぎボランティアネットワーク

会員大募集

年間＝賛助会員 3,000 円、支持会員 5,000 円、
団体会員 20,000 円 (安っ！)

隔月で『ボランティア情報』

隔月で『FB うつのみや通信』

隔月で『県北 V ネット + FB 大田原通信』3 冊届く！

助け合う
那須・県北
づくり



編集後記 チャリティーウォーク。県北はがんばっ
たなーと思います。成功の秘訣は「実行委員長を
立てたこと」だと思ふ。リーダーが率先して声掛
けすると、皆が動き出す。そういう雰囲気を作る
ことが実行委員長の務め。

この通信もしょうちゃんのブログにより、楽し気
な感じが伝わってきますね。しょうちゃん実行委
員長、お疲れ様でした。(や)