



まごころドーナッツより

Vol.51

2026年10月発行

・塔ノ山町会のお神輿をかついできました！



2年ぶりの神輿に参加しました。今年の9月は雨ばかり。「天気悪いし中止かな」と思いきやフツーに開催。雨の中、合羽を着ながら担ぎました。傘は邪魔すぎて、今度雨の中で担ぐときは省いても良いなと。

雨の寒さの中でも汗をかいていたのか、塩分が足りていなかったのか、足を2回攣ったような感じになったという。ただ今回は1サイズ上の足袋を用意してもらったので、歩きやすくはあったかもしれません。

今回は利用者の参加人数も多く、終わりもゆっくりできたので雨の神輿も悪くなかったなと。天気が良いときの方がありがたいんですがね。来年は参加するのでしょうか、私は。

今年は運が全体的によろしくなかったので、悪い運気が雨で少しでも流れてたらなと期待しています。
(メンバー nez)

『お神輿大好き』

初めてのお神輿でした。買ったばかりの足袋を持ってくるのを忘れたけれど、柄が恥ずかしかったのと、スタッフさん一人が自分のを貸してくれたので、しかもそっちの方がずっと柄がカッコよかったので、得した気がした。

合羽はちゃんと持ってきたけれど、会館の前にみんなが集まった時、雨がまだ降っておらず、誰も合羽を着ていなかったの、私は合羽を会館内に置いておくことにした。しかし、ポタポタと雨が降り出した瞬間、周りをチラッと見てみんなは既に合羽姿だったのだ。走り足で会館に取りに行ってきた。

合羽を着て皆んな一緒に並び、力を振り絞る覚悟を決めた。それで、お酒が配られ始めた。大喜びして私は盃を傾ける。隣の人は「飲まない」と言ったので……うふふ。

「重くて痛い」と事前に聞いてはいたけれど、運び始めたら、痛いどころか、むしろとても心地いいマッサージみたいだった！ 最高に楽しんで皆んなとお神輿を運んでいった。(周りの人たちが強くて、私の負担を軽減してくれていた可能性もあるのだが)。



神社にたどり着いてから暫くして皆んなで休憩を取った(終わったと思っていた。会館に折り返すとして、これからが後半だそうだった)。冷やした麦茶を注いでいただいてそれを飲むと、あまりにも美味しすぎて目を大きくした。「麦茶ですか!？」と誰かに掴んで(掴んだりもしなかった)訊くと、「麦茶です」とのことだった。ビールより旨かった。こんなに美味しい麦茶が有るなんて……あり得る!?

会館に戻って普段着に着替えた。せっかく貸していただいた、似合いすぎていた半纏を名残惜しくお返ししてから、一階の広い部屋に行った。そこで、数卓に美味しい物がいっぱい並んでいた。ビールも、おにぎりも、唐揚げも、ビールも、おでんも、最高でした!! もう、大変ご馳走になってしまった。お神輿大好き!!

(メンバー 春山琴音)

・【ボランティア】放課後子ども教室 ～ アロマキッズクラブ ～

「放課後子ども教室」では、「お花」、「イラスト」と子どもたちの見守りボランティアをしてきました。9月は「アロマキッズクラブ」に参加しました。講師は以前はたらく大人と出会う会でもお世話になった、調香師の小田島大和さんでした。以下、参加したメンバーからのコメントです。

今回のボランティアはアロマを使った、お風呂で楽しむバスボブを子どもたちが作っているのを見守ったり手伝いをしました。

クエン酸、片栗粉、重曹を混ぜてアロマ水をかけて固めて、好きなアロマオイルを垂らし、思い思いの香りのバスボブを作っていました。

中々粉が固まらない子どもたちには声をかけて、手伝ったりしました。子どもの力では難しかったみたいで、大人の私でも上手く力が入らず苦戦してしまいました。出来たバスボブを紙コップに入れてラップをし、持ち帰っていました。

子どもたちがとても楽しそうに作っていたので、手伝っている私も子どもたちとコミュニケーションを取りながら楽しくボランティアに参加出来ました。

(メンバー 黒音)



・地域ボランティア いしいさん



7月からまごころドーナッツのボランティアをしている、いしいです。就職活動しながらまごころドーナッツの企画に時々参加しています。ここで若者との出会いは、刺激的でもあり、癒しでもあり、とても楽しく過ごさせてもらっています。

東部まつりの準備では、一緒にプラバンを作ったり、実際のシミュレーションを行ったりしました。プラバン作りは7月に一度経験しましたが、東部まつりは初めての経験だったので経験のある若者から教えてもらいながら楽しく準備することができました。

(地域ボランティア いしい)

←手を広げているのがいしいさんです

・メンバーコラム ～ ここに来て ～

まごころドーナッツは通っていると仲間たちとの交流や、料理イベントが楽しいので落ち着く。餃子や重ね蒸しなど色んな味を作った。もちろんみんな美味しかった。みんなで協力して作ると美味しい。

その他にも、出かけるプログラムも楽しい。

等々力溪谷に行ったりブロードウェイに行ったりした。みんなと一緒にいると、とてもポカポカして幸せである。

これからも私はまごころドーナッツに通い続けたい。

(メンバー GEN)



中野区若者フリースペース まごころドーナッツ

- 【所在地】 〒164-0011 東京都中野区中央1-41-2
中野区子ども・若者支援センター（愛称：みらいステップなかの） 4階
東京メトロ丸ノ内線・都営地下鉄大江戸線「中野坂上」駅A1出口から徒歩2分
- 【電話】 03-5937-3664
- 【開所時間】 火曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）11:30～19:00
※毎月、不定期で閉所日があります。
- 【対象】 中野区在住・在学・在勤の 義務教育終了後～39歳の方

プログラムスケジュールや最新情報は、HPにてお知らせしていきます。→

