



コミュニティソーシャルワーカー

CSW 通信

10 2025年
月号

西部圏域

ーCSW(コミュニティソーシャルワーカー)とはー 福祉に限らず暮らしのこと全てのご相談に対して、一人ひとりの生活や思いに寄り添いながら、地域のみなさんや関係機関・団体等と協力して解決に向けたお手伝いをしています。

※豊島区より受託

地域活動
紹介

NPO法人 楽の会リーラ

楽の会リーラは、不登校やひきこもり、精神疾患などを抱え、社会参加や就労が困難な状態にある、青年期から壮年期のご本人とご家族を支援しています。事務所は巣鴨3丁目のとげぬき地蔵通り沿いにあり、毎週水・金曜日は下記のコミュニティカフェ「葵鳥(あおどり)」も運営しています。

楽の会リーラの活動について、理事長の市川さんにお話をお聞きしました。

2001年にひきこもりの親の会として発足、2005年に法人化しました。相談やカフェに来た人が心地よく感じる場を目指しています。“リーラ”の語源はサンスクリット語で「揺れる」。まさに本人の気持ち揺れていることを表し、楽の会とは、その親の気持ちが少しでも楽になるように、という意味でつけました。この名前も活動も、すべてにおいて、当事者を含めた皆で話し合いで決めています。いつでも当事者とその家族が真ん中にあるイメージです。

心理師やファイナンシャルプランナー(FP)、キャリアコンサルタント等の専門職に有料で相談することもできます。また研修を受けた、ひきこもり経験者(ピアサポーター)が相談を受けたり、同じ目線で寄り添ってサポートをしています。

11月15日(土)には豊島区と共催で拡大版ひきこもり相談会を開催します。詳細は近く当会HPに掲載します。無料で専門家への相談ができますので、ぜひ足をお運びください。

HP <https://rakukai.com/news/>



右:理事長の市川さん

コミュニティカフェ葵鳥(あおどり)です!

東ティモールのフェアトレード(公正な価格で持続可能な貿易)のコーヒー豆を、注文が入るごとに挽き、丁寧にハンドドリップして提供しています。コーヒー豆の選定は20種類以上試飲して、一番美味しいものをメンバー自身が選んだそうです。コーヒー以外にもスリランカの紅茶もメニューに。フィリピンのマスコバド糖を使用するなど、品質や味、更に生産者のことも考えるなど、こだわりが感じられます。

そんな美味しいコーヒーが1杯250円でいただけます。

事務所がビルの2階にあるため、一見分かり辛くはありますが、入口に看板が立てられ、カフェ内はウェルカムな雰囲気。ぜひ一度、お立ち寄りください! 詳細は楽の会リーラHPまで。

葵鳥 <https://rakukai.com/aodori/cafe/>



無料 予約不要

暮らしの何でも相談会

10/9(木)
13:30~15:00
@区民ひろば千早
(要町3-7-10)

10/10(金)
10:00~11:30
@区民ひろば要
(要町1-7-8)

10/24(金)
13:00~14:00
@区民ひろば高松
(高松2-25-9)

CSWがお話を伺い、関係機関や地域情報などをご紹介します。お気軽にお越しください。

防災食の実食

防災サロン

9月8日(月)、地域で活躍する防災士の自宅で開催された「防災サロン」に参加しました。

サロンでは、自分で準備できる防災グッズ・自宅周辺の防災事情などの情報交換をしつつ、様々な防災食の実食会を行いました。

アルファ化米6種類を食べ比べ。
水・お湯の代わりに
野菜ジュースを入れても
おいしい!



地域の方も
参加しました。

防災食の
お餅も
おいしい!

世帯の人数×最低3日分の
食料など、各自で準備して
おくことが非常に大切です。

子ども食堂スタート!

Patrick's Friends & Home 子ども食堂

豊島区长崎1丁目で、子ども食堂がスタートしました。

日時 毎月第一土曜日の12時~14時(予約不要)
場所 カトリック豊島教会内(豊島区长崎1-28-22)
費用 子ども(小中学生)100円、大人300円
特徴 キッチンで作られた、出来たてのものが食べられます♪
英語や簡単なゲームも楽しむことができ、自由に過ごせます。

輪投げも
できます♪



この日のメニューは パスタと
お好み焼き。ジュースは
飲み放題でした☆

ボランティアも絶賛募集中!!!

状況に応じて、受付・調理・子どもの遊び相手等をしていただける方
(中高大生~誰でも)を募集しています。
ご興味のある方は CSWまで ご連絡ください。



社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会

CSW 西部圏域担当(区民ひろば千早内) 佐藤・藤田

開所時間 月~金 9:00~17:00(祝日・年末年始除く)

TEL:03-6685-9930

メールアドレス: csw_chihaya@t.toshima.ne.jp



メールアドレス
読み取りコード

豊島区民社協SNSやっています
ぜひ見てみてください♪

➡社協公式SNS
はこちら!

