さがみはらチームオレンジ情報誌

チーオレ通信

「好き」や「得意」が輝く！
まわりの人も、まちも輝く！

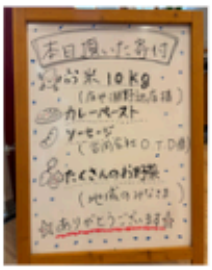
～一人ひとりの想いと力をつなぎ「お互い様」で支え合うまちづくりへ～

2026年度
Vol. 2

チームオレンジ活動レポート

つながりんくこども食堂がOPEN！

チームオレンジサポートセンターで『食』でつながる みんなの輪



多世代がつながる地域の居場所に

チームオレンジ登録企業のNPO法人Link・マネジメントが主催する、「つながりんくこども食堂」が、7／19（土）にチームオレンジサポートセンターでOPENしました。

地域の高齢者も子どもも、みんなが気軽に集い、交流できる居場所づくりを目指して、認知症のある方の活躍の場や、来場者の認知症への理解促進にもつながればと、相模原市チームオレンジサポートセンターの協力のもと、実現しました。

手作りカレーで賑わう食堂

当日は、ボランティアさんが愛情込めて作ったカレーライスとマカロニサラダが振る舞われ、その日のうちに約50食が完売。おかわりをする方の姿も見られました。子どもから高齢者まで、初対面同士でも自然と会話が生まれ、終始和やかな雰囲気に包まれました。

チームオレンジでひろがる支えあい

今回の開催にあたり、チームオレンジの登録企業の庄や淵野辺店様・合同会社OTG様・多くの地域の皆様より、食材のご寄付を頂きました。地域の皆さまが安心して集える居場所づくりのためにチームオレンジの輪が広がっています。

次回開催は8月19日（水）

参加費は子ども100円、大人300円。事前申し込み不要で、どなたでも気軽に立ち寄れる食堂です。次回は8月19日（水）10：00～14：00会場は相模原市チームオレンジサポートセンター（中央区清新）で開催予定。食材や調味料の寄付、調理・配膳などのボランティアも随時募集しています。お問合せは相模原市チームオレンジサポートセンターまで。（連絡先は本誌1項）

参加者の方より

「いろんな人と交流できて楽しかった」「またぜひ来たい」「こんな場所を探していました！」「カレーがとってもおいしかった」など、嬉しい声がたくさん届きました。

発行元・各種申込先
相模原市チームオレンジサポートセンター　TEL：042-703-7131　FAX:042-703-7132
〒252-0216 相模原市中央区清新5-3-1　E-mail:t-orange.sagamihara@link-npo.com
チームオレンジサポートセンターは、NPO法人Link・マネジメントが相模原市から事業委託を受け運営しています

“やりたい”と“できること”がつながりました！

「ちょっと」のサポートが新しいつながりに

相談・きっかけ

サポートセンターには認知症のある方が来所し、それぞれの好きなこと・得意なことを活かして活動中。活動の中で、「もう少し手伝ってもらえたら」「地域の人とも積極的に交流したい」という声がありました。

本人の想い

「一人では難しいことも、誰かと一緒ならやってみようと思える」、少し声を掛けてもらうことや一緒に活動する仲間がいることで、新しい挑戦のきっかけができそうです。

つながった人・場所

チームオレンジで「認知症のある方と関わりたい」ボランティアを募集。お話や活動を一緒にする「ちょっと」のサポートから始まり、今では5名以上の方が認知症のある方と共に活動をしてくださるようになりました。

これから

チームオレンジは、「支える」と「支えられる」ではなく、一人ひとりの「やってみたい」と「できること」をマッチングし、みんなが輝くためのつながりです。これからも、「やってみたい」と「できる」の小さなマッチングの積み重ねをしていきたいと思います。

小さな一歩が、地域の大きなつながりに！

あなたのまちのチームオレンジ

地域でオレンジの輪を広げるチーオレさん

鈴木雄大・佳奈子さん

中央区在住

活動エリア

相模原市3区全域、伊勢原市

好きなこと

料理、メダカとピラニアの飼育、妻と一緒に過ごすこと

得意なこと

まず一歩踏み出し、続けながら形にしていくこと

チームオレンジでやってみたいこと

誰もが自然につながる地域の居場所を広げたい

私たち夫婦には４人の子どもがいます。今では全員が成人しましたが、毎朝お弁当を作っていたある日「１個２個増やしても、手間も材料もそれほど変わらないな。困っている人にも届けられたらいいね。」そんな何気ない台所でのとですその思いから始めたのが「メダカＢＡＳＥ」です。

あれから地域の皆さんとのご縁に支えられ、お弁当や食材の支援、学習支援など、活動の輪は少しずつ広がってきました。

しかし、私たちが目指しているのは単に支援の数を増やすことではありません。地域の中で「助けて」と言える人、「大丈夫？」と声を掛けられる人が増え、お互いに支え合えるつながりを育てることです。

子どもも、高齢者も、障害のある方も、認知症の方も、地域で暮らすすべての人が自然につながり、それぞれが誰かの力になれる居場所を目指しています。

私は「恩返し」よりも「恩送り」という言葉が好きです。自分が受けた優しさをその相手に返すのではなく、次の誰かへつないでいく。その小さな思いやりが地域の中で巡っていけば、きっと誰も孤立しないまちになると信じています。今年からは保護司も拝命しました。子どもから高齢者まで、人生のさまざまな場面で支えを必要とする方々に寄り添いながら、一人ひとりが地域の中で役割や居場所を持てる社会を目指していきたいと思っています。チームオレンジの皆さんとの出会いもそんな「恩送り」の輪を広げる大切なご縁です。チームオレンジサポートセンターには、必要な方がいつでも食品を受け取れる「メダカのフードＢＯＸ－２４」を設置していただき、支援だけではなく地域のつながりを育む新しい拠点として連携が始まりました。

そして、この場所は「メダカＢＡＳＥ・第１１拠点・清新ベース」の開設地にもなります。地域の誰もが自然につながり、「支えられる人」と「支える人」という垣根を越えて支え合える地域づくりを、これからも皆さんと一緒に進めていきたいと思います。

開催決定！

相模原市認知症地域支援・ケア向上ネットワーク会議より

助けられ王国さがみはら２０２６

９月は「認知症月間」。９月２１日の「認知症の日」に合わせ、市内の認知症関連団体が集まり認知症になってもお互い様の助け合えるさがみはらを目指す「助けられ王国さがみはら２０２６」が今年も開催されます。認知症地域支援・ケア向上ネットワーク会議の参加団体が中心となり、各地でさまざまなイベントを企画中です。詳細は決定次第、ホームページやチラシなどでお知らせしますので、どうぞお楽しみに。チーオレ通信９月の特別号で、様子をたっぷりレポートします。

さがみはらチームオレンジ情報誌

チーオレ通信

「好き」や「得意」が輝く！
まわりの人も、まちも輝く！

～一人ひとりの想いと力をつなぎ「お互い様」で支え合うまちづくりへ～

2026年度
Vol. 2

脳トレクイズ コーナー

みんなで脳を活性化！クイズに挑戦してみましょう！

【問題】はてな（？）に入る数字はいくつ？

数字がある決まったルールで並んでいます。
最後の「？」に入る数字はいくつでしょうか？

問1

1　2　3　5　8　13　？

問2

10　15　12　17　14　？

答え：問1　21　ヒント：その前の数と「1つ次の数」を足した数
問2　19　ヒント：「5増える」と「3減る」を交互にくり返すルール

お知らせ

相模原市チームオレンジサポートセンターより

「認知症になっても活躍したい」「気軽に相談したい」「仲間づくりがしたい」―そんな声に応えるのが、中央区清新にあるチームオレンジサポートセンターです。コーディネーターが中心となり、チームオレンジの活動支援と、誰もが気軽に立ち寄り、支え合い、つながりあえるまちづくりを進めています。センターでは様々なイベントも開催中。ぜひお気軽にお越し下さい。

【イベント情報】

毎月第2・4火曜10：00～15：00は「チーオレカフェ」。誰でも気軽に立ち寄って、お茶を飲みながらおしゃべりできる場所です。

平日9：30～9：45は「ちょこっとラジオ体操」でフレイル予防。月1回不定期で「まちのオレンジ保健室」も開催し、専門職に気軽に相談できます。ほかにも認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座（8/19、9/17）などを予定。

詳しくはチームオレンジのホームページもチェック！

チームオレンジ
ホームページ

【お問合せ・参加申し込み先】

チームオレンジサポートセンター
宛先は本誌1頁

チームオレンジ登録状況

（2026年7月 集計値）

チームオレンジ登録

個人登録
556 名

団体・企業
202 団体

認知症サポーター数

約 69,900 名

認知症カフェ数

54 か所

チーオレ通信 Vol.1

発行月	2026年8月
次号発行予定	2026年9月

※チーオレ通信は、チームオレンジの活動や地域のつながりを応援する情報誌です。チームオレンジの登録や活動についてはホームページもしくはサポートセンターまでお気軽にご連絡下さい。

【編集】チームオレンジメンバー協力者・
チームオレンジサポートセンター

【発行元】チームオレンジサポートセンター