

# としまボランティアセンターだより

発行：令和3年1月27日（水）

Vol. 7

社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会  
豊島ボランティアセンター

〒170-0013 豊島区東池袋1-39-2 区役所東池袋分庁舎4階

TEL 03-3984-9375 FAX 03-3981-2946

Eメール tomonii@t.toshima.ne.jp

URL <http://toshima-shakyo.or.jp>

月～金曜日 8:30～17:15（土日・祝日・年末年始は休み）

たいむらいん



※この広報紙は不定期発行です。いろいろ試行錯誤中ですのであたたかく見守ってください。

## コロナ つらい

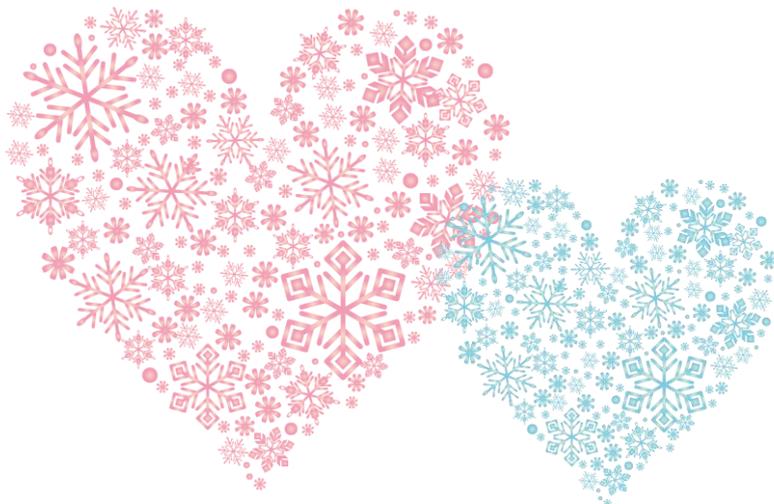


新型コロナウイルス感染症が拡大する中で生まれた**差別**や**偏見**。  
目に見えないウイルスへの恐怖。回復してもものこるといふ後遺症への恐怖。  
終わりの見えないことへの息苦しさ。

新型コロナウイルス感染症に罹っても、罹らなくても苦しい状況が続いています。  
「不安で眠れない」「そわそわ落ち着かない」  
「気分が落ち込む」「うつしたら、感染症になったら、どうしよう」

そんな気持ちに駆られてしまうのは、あなたが弱いからではありません。  
辛い気持ちが続いたら、ひとりで悩まず相談してください。

豊島区民社会福祉協議会でも、生活のご相談を受け付けています。



## 心の悩みの相談窓口

### 新型コロナウイルス感染症の影響による心の悩み

#### ・新型コロナウイルス感染症関連 SNS 心の相談

※受付時間：月・火・木・金・日 17時～22時30分（22時まで受付）  
水 11時～16時30分（16時まで受付）

URL：<https://lifelinksns.net/>



#### ・こころのほっとチャット【新型コロナ関連】

※受付時間：12時～16時（15時まで受付）

URL：<https://www.tsunasou.jp/entrance/kokorohotchat2>



※厚生労働省作成のリーフレットより抜粋

新型コロナウイルス感染症への一般的な相談や感染の疑いがある方は、東京都や豊島区の設置している相談窓口へ連絡してください。

## ～シトラスリボンプロジェクト～の紹介

「ただいま」「おかえり」心から言いあえるまちをとしまでも

感染が確認された方々、暮らしを守り支えてくれる方々も  
地域で笑顔で暮らしていけるまちをつくりませんか。

シトラスリボンプロジェクト発祥は、愛媛です。

特産の柑橘にちなみシトラス（柑橘）色のリボンを身に着け、気持ちを表す活動を広めています。

3つの輪は「地域」「家庭」「職場（もしくは学校）」です。

不安や恐怖が生まれる今、誰もがそれぞれの場所で暮らしやすいまちをつくれたら  
それはきっと終息後も、誰もが暮らしやすいまちではないでしょうか。

#### プロジェクト HP

URL：<https://citrus-ribbon.com/>

