



2022(令和4)年

2月号

358号

災害が起きた時、

人と人をつなぐ拠点になる！

中野区社会福祉協議会では、中野区と『災害時における相互支援に関する協定』を締結しており、一定基準以上の災害時に

「なかの災害ボランティアセンター」

を立ち上げます。

災害ボランティアセンターは色々な機能を持っています。例えば…

- 被災者のニーズ把握、被災者世帯調査
- ボランティアの募集、マネジメント
- ボランティア活動の支援
- 様々な支援活動、支援への資源等の調達
- 情報発信

いざという時誰かを助けるために、ボランティアの皆さんの力が必要です。2月号では、災害時に誰かのために出来ることを特集します。

その時に備えて
私たちに出来ること

その1 つながり大切に…

災害直後には、近隣同士の助け合いが必要になります。災害にかかわらず、日頃から隣近所や町会・自治会とのつながりを大切にしましょう！また、災害ボランティアに参加したい気持ちがあっても、まずは自分や家族の安全を確保することが優先です。避難所の確認や、備蓄品の用意など平時から準備をしておくことが大切です！

「なかの災害ボランティアセンター立ち上げ訓練」実施！

11月30日に中野四季の森公園にて、中野区防災危機管理課と中野区社会福祉協議会・中野ボランティアセンターとで災害ボランティアセンターの立ち上げ訓練を行いました！

訓練では地震発生から3日目の中野区を想定し、災害ボランティアセンター立ち上げ、ボランティアの受付、ボランティアのコーディネートについてシュミレーションをしました。



参加者の声



ボランティア相談員
奥谷悦子さん

参加して、災害時にボランティアとしてどう動けばいいか分かりました。実際に災害が起きたら何があるか予想出来ませんが、訓練に参加すると具体的なイメージが持てますよ♪

その2 募金で被災地に貢献

災害の際は、共同募金会や自治体への募金が開設され、中野区社会福祉協議会からもお知らせします。平时にできる募金もあるのでご興味のある方は下記までご連絡ください！

貢献方法は様々！日頃から調べておきましょう♪



社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 中野ボランティアセンター
〒164-0001 東京都中野区中野 5-68-7 スマイルなかの3F ※日・祝・第3月休
Tel 03-5380-0254 fax 03-5380-6027 vc@nakanoshakyo.com
ホームページ <https://nakanoshakyo.com/> フェイスブックも随時更新中！

「そよかぜ」は歳末たすけあい運動の配分金を受けて発行しています。



中野区視覚障害者福祉協会
三宅隆さん

当事者団体として、視覚に障害を抱える方も生活しやすい社会を目指して活動している中野区視覚障害者福祉協会。会員の三宅さんに、私たちに出来ることを聞きました。

⚠ 日常生活、困るのは行き慣れない場所

私は視界の真ん中が見えません。普段は視界の脇で見えています、明るいとやっぱり見えないんですよ。だから明るいところとか、行き慣れていないところだと困ることが多いです。初めて行く場所は事前に目印になるものや道順を調べて、困ったら自分から周りに声をかけています。

⚠ 災害時、「移動」と「情報入手」が困難！

いざという時はなるべく慣れている自宅にいたいですが、避難指示が出た場合そういう訳にもいきません。避難所にどうやって行くのか？トイレや生活スペースの位置は？慣れない場所での生活になるので、助けが必要です。また、テレビに流れるテロップやホームページの地図などは、私には見ることが出来ないので困ります。

⚠ 大切なのは「困っているか確かめる」こと

人によって困っていることは違います。視覚障害といっても杖を使わない人もいるし、見え方だって人それぞれ。もし困っていそうな人を見かけたら、まずは助けが必要か声をかけてみてほしいです。そして、その人が何に困っているのか聞いてみて下さい。

もう一つ大切なのは「無理をしない」こと！自分の出来る範囲でお手伝いをしてもらえると嬉しいです。

感染状況が落ち着いて、防災訓練など地域の集まりが再開されたら、ぜひ積極的に参加して下さいね！



中野区福祉団体連合会
根津力三さん

10もの障害者団体や家族会などで構成されている中野区福祉団体連合会。障害者への理解をより広く普及するための活動をしています。団体のお手伝いをしている根津さんにお話を聞きました！

⚠ その日に備え、私たちに出来ること

災害時に備え、障害者への理解を深めてもらうことを目指し、中野区総合防災訓練に団体として参加しました。車いすの使い方を体験してもらったり、視覚障害者の歩行支援を行うガイドヘルパーの体験をしたり…。私自身災害に備えて、避難所などの情報収集は常にしています。

私は普段視覚障害のガイドヘルパーとしても活動しています！
講座でお待ちしています♪



⚠ 障害によって困ることは違ってきます

歩行困難な人が車いすを使っていたり、杖をついていたりと制限はありません。精神疾患のある人など、実際に見えにくい問題を抱えた当事者はたくさんいると思います。

災害時、もし皆さんが避難所に行った時などは「見た目では分からないけれど、困っている人がいるかもしれない」と気にかけてみてほしいです。

⚠ まずは講座に参加してみてください！

災害があった際の備えや、障害のある方にどのように声をかけるかなど、皆さんと学ぶ講座があります。災害や障害を身近に感じて、考えてもらうきっかけになればいいなと思うので、ぜひ参加して下さいね！

講座の情報は隣ページの左下！

こ 来らっせ しらさぎ スタッフ

すぎのめじゅんこ

かわかみしゅんじろう

梶目純子さん・川上俊次郎さん

被災地から中野区に避難してきた方々の交流の場である「来らっせ しらさぎ」。
スタッフとして活動しているお二人に、災害に備えて私たちが出来ることを聞きました。

梶目さん：私は宮城県出身で、東日本大震災の時にボランティアをしたいと思ったのですが、条件が合わず活動には繋がりませんでした。来らっせしらさぎの存在を知って、飛び込んでみたら、スタッフも避難者もお互い助け合いながらやっていて、素晴らしい場所だなあと感じました。

災害が起きた時、色々な立場の人の間に格差が生まれないような、それぞれの尊厳を守れるようなお手伝いをしたいです。そのために普段から色々な知識を学び続けようと思っています。

災害にかかわらず、困っている人に声をかけるがお手伝いの第一歩！見てみぬふりをしないことが大切！



川上さん：東日本大震災が起きたのはちょうど退職した時でした。息子の嫁の実家が南相馬で、当時は車で行って清掃や泥かきをしました。感謝されるために手伝ったわけじゃないけれど、「ありがとう」という言葉は嬉しかったです。

こういう活動の話をすると人から「えらい」と言われることがあるけれど、そんなことないんです。人それぞれ考え方が違うから、自分の出来る範囲で興味を持ってみると、手伝えそうな事が見えてくるんじゃないかなあ。

大きな意気込みは必要ありません。まずは小さな一歩から！

災害ボランティア協力員養成講座 ～障害の理解から学ぶ防災と減災～

災害があった際の必要な備え、障害のある方へ必要な配慮について学ぶ講座です。

日時 2022年2月19日(土)
14:00～16:00
会場 スマイルなかの3階 AB会議室
オンラインでの参加も出来ます！



二次元バーコードから
お申込みできます！



主催 中野区福祉団体連合会
共催 中野区社会福祉協議会
東京都生活協同組合連合会

【申込み・問い合わせ】

中野ボランティアセンター ☎5380-0254

こ 来らっせしらさぎ

10周年！

東日本大震災が発生した年から10年間、多くの方に支えられながら今も避難者の方と地域の方の交流の場として賑わってきた、来らっせしらさぎ。9月で開催10周年を迎えました！



季節に合わせた楽しいイベントをやっています！ご興味のある方は下記までご連絡ください♪

【お問い合わせ】

☎080-4455-7368

担当 永嶋、平野

中野区社会福祉協議会からの お知らせ

顕彰式を行いました！

11月16日(火)に野方区民ホールにて、地域福祉の向上に取り組まれている皆さまへの顕彰式が行われ、87名、1団体が表彰されました。中野ボランティアセンターの事業に関わるボランティアとして、

土井 奈々子 さま
内田 清 さま
川上 俊次郎 さま
三木 京子 さま
矢部 淳一 さま



以上5名の方が表彰されました。
おめでとうございます！！



定期的に開催しています♪

ご興味のある方はボランティアセンターまでご連絡ください。
※新型コロナウイルス流行のため、休止や中止の可能性あります

★手作り作品の会★

毎月第1・3金曜日 10:00~11:45

寄付の布や毛糸を活用して自宅で小物を作っています。集まって制作する作品について話し合います。

★切手きるきるの会★

毎月第2・4木曜日 10:00~11:30

寄付された使用済み切手を整理する活動です。
整理後は換金してボランティア基金に積み立てられます。

★エコたわしを作る会★

毎月第1水曜日 10:00~11:45

エコたわしを作り、イベントやバザー等で販売しています。売り上げはボランティア基金に積み立てられます。

★かがり火会★ 次回は4月26日

第4火曜日 10:00~11:45

本紙そよかぜの発送作業(折込み、ラベル貼り等)のお手伝いをする活動です。

ご寄付ありがとうございました！

<使用済み切手、食料品など>

東亜学園・中野区生活援護課・大妻中野
中学校 高等学校 地域貢献 共生プロ
ジェクトチーム・損害保険ジャパン株式会
社 海上保険金サービス室・株式会社メ
ロレールファシリティーズ

※敬称略、掲載希望者のみ掲載しています。

令和4年度ロッカー使用団体募集！

ボランティア活動室のロッカー使用団体を募集します。

【対象】区内ボランティア・地域活動団体(地域ボランティアコーナーを除く)のうち、スマイルなかので活動している団体

【使用期間】4月1日 ~ 2023年3月31日

【申請期間】3月1日(火) ~ 3月15日(火)

【使用料】無料

窓口で必要書類を
配布します！

<お問い合わせ>

中野ボランティアセンター

03-5380-0254

ボランティアに関するご相談

ボランティアの色々な、区民によるボランティア相談員がお応えします！お気軽にご相談ください！

中野ボランティアセンター

ボランティア相談専用電話番号

03-5380-0255

受付時間 月~土 10:00 ~ 16:00

住所:東京都中野区中野 5-68-7

スマイルなかの3階 ※日、祝、第3月曜休

FAX:5380-6027

メール:vcsoudan@nakanoshakyo.com

情報発信中！



地域の情報などを
月数回発信します。



LINE
公式アカウント

二次元コードを読み取ると
友達追加できます！

フェイスブック
随時更新中



二次元コードからチェック！→→→

