



おかげさまで **70** 周年

中野区社会福祉協議会は、
今年11月に70周年を迎えます。

この度、中野社協では、感謝の気持ちを込めて『ありがとう70周年』のロゴを作り、今年1年、いろいろな場面でお目にかけます。これからも地域の皆様と共に、歩みを止めずに頑張っていきます。



こんな**ボランティア**は
いかがですか？

カラダを動かす**ボランティア**特集！

新年度がスタートし、「新しいことにチャレンジしたい」とお考えの方も多いのではないでしょうか？皆さんの周りには、簡単に始められるボランティアがたくさんあります。今回は、その中で『カラダを動かすボランティア活動』をご紹介します。ぜひ、ご参考にしてください。



散歩が好きな人

かがり火会
ウォークラリーボランティア



スポーツが好きな人

スティック
ボールクラブ



子どもが好きな人

なかの
ともだち☆ひろば



輪っと広がる!“自分で作る”遊びの場

～いこうよ♪なかのともだち☆ひろば～

スタッフの皆さんにお話をききました!

私たちが活動を始めたのは、「子どもも大人も、ともだちが作れるような場を作りたい」と思ったからです。コロナ禍で、地区祭りをはじめ色々な活動が自粛となり、出会いが減っている中、外でなら活動ができました。

PTA 活動で知り合った仲間たちと会をスタートし、中野区の他のプレーパークとも情報共有しながら、試行錯誤で運営中です。

遊び場では材料のみ用意し、参加者の方が自由な発想で、やりたいことができるようにサポートします。活動の魅力は、共に身体を動かしながら「参加者の笑顔」を間近で感じられることです! 特に、「地域活性化のお手伝い」とも言えるボラン

ティア活動を通じて、地域の中で暮らす住民を見守る目が広がることは、自分だけでなく、家族

の安心にも繋がります。これが、このボランティア活動の力でもあり、魅力だと思っています。

この活動が、保護者同士のネットワークができるきっかけになれば嬉しいです。

「また明日」が言える居場所を目指して、

今日もみんなで活動中です!



もっころ
▲木エコーナード作品づくり♪



▲スラックラインで遊ぶ様子👀(大人気)



▲なかのともだち☆ひろばの皆さん

【なかのともだち☆ひろば】 2022年4月から、丸山塚公園(沼袋2-40)で、活動中! 毎月第3(日) 14:00-16:00 ☆最新情報はLINEをチェック→



一緒に動こう♪声で繋がる応援団! ～打球爽快! スティックボールクラブ～

穴見 豊子さんにお話をききました!

私は、中野ボランティアセンターからの紹介で、このボランティア活動を始めました。これまで、視覚障害がある方と関わったことはなく、「スティックボール」というスポーツも、はじめて知りました。活動中は、ガイドヘルパーの方と一緒に、鈴入りバレーボールを転がして渡したり、「状況が伝わる」声かけを意識して、競技者をサポートしています。大会が近い時は、大会に向けた実践仕様の練習をお手伝いしました!

時に参加者として、共に競技を楽しみながら、サポーターとしてのボランティア活動が自分の健康にも繋がっているなど感じる事が、魅力だと思います。1つひとつのサポートは小さな動きでも、繰り返すと「暑いな」と感じるくらい、身体がぼかぼかするんですよ!

私自身、体力に自信はありませんでしたが、楽しい活動に出会えました。「何かやってみたい」と思ったら、中野ボランティアセンターに相談してみるといいですよ。



▲倒れた得点ピンを立て直すのも大切なサポートです!(写真:穴見さん)

Congratulations



▲東京都盲人福祉協会主催
2022年度「スティックボール大会」
優勝を記念した写真

【スティックボールクラブ】 NPO 法人 中野区視覚障害者福祉協会が主催する、クラブ活動です。スマイルなかの(中野 5-68-7)で、活動中! 毎月第1(金)・第4(月) 13:00-15:00 ☆お問い合わせはこちらから→



“好き”から はじまる♪歩いて繋がる!

～かがり火会 ウォークラリーボランティア～

かんだ じゅんこ
神田 潤子さんにお話をききました!

私は、家族の紹介がきっかけで、“かがり火会”のボランティア活動に参加しました。もともと、家族の付き添いで中野区社会福祉協議会に立ち寄ることがあり、縁を感じていました。かがり火会では、広報紙の発送準備のボランティアをするほか、時期によって、資料組み、フードパントリーのお手伝い等、色々な活動内容があります。

かがり火会のウォークラリーボランティアは、少人数に分かれて区内の掲示板にチラシを貼って回る活動です。昔から、散歩が趣味の1つなので楽しみながら活動できます。掲示板は、気軽に地域のお知らせを受け取れるものですが、意外と目に入らないもの。ウォークラリーボランティアを通じて、「こんな所にも掲示板があったんだ!」と発見ができ、宝探しのような面白さがあります。

かがり火会では、一人で黙々と作業することもできるため、コロナ禍でも、活動できていたことが嬉しかったです。最近は、新しい人も入り、新たな出会いの場にもなっていると感じます。

【かがり火会】 中野区社会福祉協議会が主催するボランティアグループです。
スマイルなかの(中野5-68-7)で、**毎月第4(火) 10:00-11:45**
活動中! ☆お問い合わせはこちら→03-5380-0254



▲掲示板におすすめのボランティア情報チラシをペタリ!



▲おそろいのピブスと軍手で出発!

ボランティアの探し方

探し方

例1: ホームページを活用する↓

1. Web上で、『中野社協』と検索
2. HPトップの下にある【なかの情報】をクリック
3. 絞り込み検索で、気になるイベントやボランティア募集情報をチェック!

社会福祉法人 中野区社会福祉協議会
〒164-0001 中野区中野5-68-7 スマイルなかの4階 TEL:03-5380-0751 FAX:03-5380-0750(経営管理課)



探し方

例2: SNSを活用する↓

中野区社会福祉協議会ではSNSを通し、地域活動の情報を随時配信しています♪



右の二次元コードを読み取るアクセスできます!

探し方

例3: ボランティア相談員へ相談する↓

ボランティア相談員とは、中野区民や福祉施設等のボランティア活動に関する相談にのり、コーディネートを行う、区民と区民をつなぐボランティアです。ボランティア活動のことで、何かありましたら、こちらでご相談ください。

ぜひ、ボランティア探しにご活用ください!

中野区社会福祉協議会からの お知らせ



中野ボランティアセンターの新しい職員です。
新年度もよろしくお願いいたします。

ありがとう
ございました！

職員新任・異動

よろしくおねがい
します！！

異動 でたけ みな
出竹 美奈 (写真右下)

4月から地域活動推進課長になりました。新しい出会いを大切にさらに頑張っていきます。よろしくお願いいたします。

異動 まるやま けんいちろう
丸山 建一郎 (写真左下)

入社22年目、やっとボラセン担当になりました。職場の仲間や地域の皆さんと一緒に頑張ります。

新任 はせがわ じゅんこ
長谷川 純子 (写真右上)

4月に入社しました。福祉なんでも相談、ひきこもり支援事業の担当をさせて頂くことになりました。よろしくお願いいたします。

異動 わだ めぐみ
和田 恵 (写真左上)

中野区ファミリー・サポートからやってきました。そよかぜの編集等をしています。元気に頑張ります。よろしくお願いいたします。

異動 くろき しゅんいちろう
黒木 俊一郎

地域で活動しているみなさんとお会いできるのを楽しみにしています。

異動 くさの ゆか
草野 由佳

14年間の充実した時間、たくさんの魅力のある方の出会い&つながりに感謝です！

異動 にへい よしえ
二瓶 良恵

大変お世話になりました。ほほえみサービスに異動しましたがお気軽にご連絡ください。

異動 にしばやし まお
西林 茉央

育休前は、ボランティアセンターにおりました。お役に立てよう頑張ります。

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。

★おしゃれたわしを作る会★

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★

毎月第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！！

<使用済切手、食料品、辞書など>

井上恵子、株式会社大塚商会、
村田嘉明、損害保険ジャパン株式会社、
株式会社フジタ東京支店、山田政道、
侑丸清塗装店

※順不同 敬称略、
掲載希望のみ
掲載しています。



中野社協公式SNS
つながる！ 広がる！



ボランティア募集・イベント告知の情報
随時発信中！！

右の二次元コードを
読み取るか、下記URLより
アクセスできます！

<https://lit.link/nakanoshakyo>

