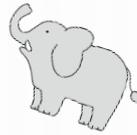


傾聴講座修了者が聴く! 中野傾聴ボランティアきくぞう



活動について教えてください



2012年に中野ボランティアセンターの傾聴講座の受講者18名で立ち上げた団体です。月4回、なかのZEROホールや、野方、上高田、桃園の区民活動センターで活動しています。依頼者は高齢者の方が多く、今年から土曜日にも活動を始めました。メンバーみんなで、やりたいボランティア活動を実現できるようにと考えています。



ボランティア募集

傾聴研修を受けた人・知識のある人を募集しています。興味のある方は、見学に来てください。



活動で気を付けていることは?

相手の思いを受け止めることをモットーにしているため、何か解決してあげたい!アドバイスしたい!という気持ちを抑えるのが大変です。その為にも、体調を整えたり、自分自身の悩みを普段から軽くするよう心がけています。

傾聴講座修了者が聴く!!

話してすっきり

無料
個人情報厳守!

どんなお話でもお聴きします

会場	開催日時	受付時間	定員
なかのZERO	12/2(木)	13:30~14:00	14名
野方区民活動センター	12/19(木)	13:30~14:00	14名
上高田区民活動センター	12/23(月)	13:30~14:00	14名
桃園区民活動センター	12/21(土)	13:30~14:00	14名

予約・お問い合わせ
080-7128-1179 (平日10時~16時)

中野傾聴ボランティア きくぞう

街の掲示板にチラシが貼られています。誰かに話を聴いてもらいたい時、お電話ください。

《予約・お問い合わせ》

電話: **080-7128-1179**

(平日10時~16時)

日時・会場はお問い合わせください。

※要予約 1人50分以内。

※電話での傾聴は行っていません。

ためまっぶなかの
(web 掲示板)でも
日時・会場が確認できます



「心に寄り添う」がモットーです まちなかサロン 傾聴サロンやまと



傾聴サロンやまとの雰囲気は?



1対1での傾聴中心ではなく、皆で作品を作り楽しみながら時間を過ごしています。皆の前では話せないことも、作品を作りながら、ふと心が緩んだ時、参加者から素の気持ちを聞けることがあります。そういった気持ちを理解し受けとめることで、参加者が一人の人間として自信が持てるように心がけています。



ボランティア募集

細かな作品作りに興味がある人、話し好きな人を募集しています。まずは見学からお越しください!

メッセージをお願いします



傾聴するより、傾聴を理解してもらう場所という思いで活動しています。ボランティアも参加者ものんびりとした方々ばかりなので優しい時間を過ごすことができます。興味のある方はお気軽にお越しください。

季節に応じた作品作りが参加者同士の交流につながっています。



開催日: 毎月第1木曜日(祝日休・予約不要)

時間: 13時30分~15時30分

場所: 大和区民活動センター

参加費: 200円

《お問い合わせ》

中野区社会福祉協議会

ほほえみサービス事業

電話: **03-5380-0753**

(日曜・祝日・第3月曜休み)担当: 二瓶

中野ボランティアセンターへの相談から傾聴の活動につながった

登録ボランティア飯塚さんと依頼者 A さん

にお話を聞きました。



ボランティアをはじめたきっかけは？

傾聴ボランティア飯塚さん: 日常会話の一步先に踏み込んで、お互いの心が通じ合うような“対話”について興味があり、ボランティアを始めました。A さんとの出会いをきっかけに社会貢献へと視野が広がりました。現在 A さんとの傾聴ボランティアの他に、対話に関する活動もしています。

傾聴ボランティアを依頼したきっかけは？

依頼者 A さん: コロナ禍で人と話す機会が減り、誰かと話したいと思い、傾聴ボランティアの依頼をしました。同世代の飯塚さんのチャレンジ精神とバイタリティーに心を動かされています。飯塚さんに出会えて本当によかったです。

活動の様子を聞かせてください

依頼者 A さん: 自宅にお招きし、お茶を一緒に飲みながら傾聴してもらっています。同世代ということもあり、話を聞いてもらうだけでなく、会話を楽しみながら過ごしています。毎回会えるのを楽しみにしています。

傾聴ボランティア飯塚さん: 普段は A さんのお宅で傾聴していますが、近所を散歩しながらお話を聞くこともあります。3ヶ月～半年に 1 回程度のペースなので、お会いすると話題がつきない友達のような存在です。

最後にメッセージをお願いします！

A さん: 傾聴ボランティアをしている方の中に『この人とはフィーリングが合う』という人がいると思います。中野ボランティアセンターに相談して「この人に話をしたいな」と思える人に出会えるといいなと思います。

傾聴ボランティア飯塚さん: 傾聴ボランティアに関心がある方は、まず体験してみることをおすすめします。

傾聴ボランティア飯塚さん



お互いの心が通じ合う“対話”に関する『きょうだい会』という活動を行っています。ご興味のある方は、『せせらぎだより』を検索してみてください。

二次元コードで
詳細が確認できます



傾聴ボランティアを
はじめてみたい！
と思ったら

中野ボランティアセンターへ お気軽にご相談下さい。



私たち区民ボランティアが
ボランティア相談をお受けします！



ボランティア相談専用電話番号
03-5380-0255

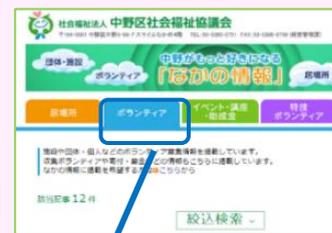
受付時間：月～土 10:00～16:00
F A X:03-5380-6027
メール：vcsoudan@nakanoshakyo.com



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！お気軽にご相談下さい

中野社協ホームページ「なかの情報」から
ボランティア検索できます！！

①WEB 上で【中野社協】と検索



②HP トップ下にある
【なかの情報】をクリック

③【ボランティア】をクリックし
気になる活動に参加してみよう！



詳細を知りたい方は、中野ボランティアセンターにご相談下さい



2025(令和7)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】2025年4月1日～2026年3月31日
- 【申請期間】2025年2月18日(火)～2月28日(金)
- 【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

ご寄付 ありがとうございました!!

<使用済切手、食料品、リメイク服など>
 矢島之博、中野就労アカデミー
 コープみらい東京4ブロック委員会
 NPO 法人ちいきむすび、大橋正明、鈴木緑
 室町金属株式会社、セラディワン株式会社
 東京都生活協同組合連合会、羊の会
 やよいボランティアコーナー



※順不同 敬称略、
掲載希望のみ
掲載しています。

使用済み切手の回収をしています

集めた切手は、ボランティアによって整理され、換金後「ボランティア基金」として、地域福祉に役立てられます!中野区社会福祉協議会に置いてある回収ボックスで回収しています。

使用済み切手は台紙や封筒に貼ったまま切手の周りを2cm以上の余白を残してお持ちください。



気軽に始められるボランティア活動♪

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。
※急なお休み・時間変更の可能性あります。

★手作り・手編みの会★

毎月第1水曜日 10:00～11:45
毎月第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。

★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。



助成金説明会のお知らせ!

歳末たすけあい運動の配分金を活用したボランティアグループ・障害当事者・福祉施設等を対象とした助成金の説明会を開催します。

開催日:3月6日(木)
14:00～15:00
オンラインで実施



初めて助成を希望される参加される方はお申し込みください。

問合せ

Mail:vc@nakanoshakyo.com
TEL:03-5380-0254



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とアクセスできます

