

ちよだ  
ボランティア  
センター

あなたの「はあと」が地域のチカラに変わる情報マガジン

# ♥ Volunteer ボランティア

vol.362

2015. 01

TAKE FREE

ご自由に  
お持ちください

特集！

ボランティアで行ってみたい！  
千代田の高齢者施設



**Join Us!** ボランティア・市民活動 情報コーナー

●**報告** ちよだモデルネットワーク(CMN)学習会  
暖かい光の中で、エコについて考える! Sotobori Canale

**活動インタビュー** 『Youth LINK』 ～悩みを話せる場所づくり～



ちょっと  
気になる

ボランティアで行ってみたい!

# 千代田の高齢者施設

区内にある高齢者施設では、随時ボランティアを募集しています。掲載しているもの以外にも様々な活動がありますので、各施設または当センターまで、お気軽にお問い合わせください!

## ①ジロール麹町



小規模多機能型居宅介護サービス（認知症デイサービス・ショートステイなど）を始めとした、地域密着型サービスに特化した施設です。

ご不明点、心配な点がありましたら、お気軽にご相談ください。

担当：鈴木(裕太)さん



ピカピカお掃除をして、利用者さんに笑顔をお届け!

利用者さんのお部屋や廊下などをお掃除していただける方をお待ちしています。お仕事や学校の合間など、空いている時間にお手伝いいただけると嬉しいです。

【日時】ご都合に合わせて活動いただけます。

【問合せ先】千代田区麹町 2-14-3  
TEL：03-3222-8750  
FAX：03-3222-9680



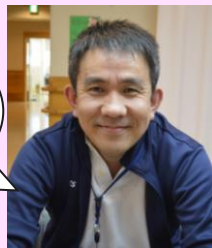
## ②いきいきプラザ一番町



高齢者サービス（特別養護老人ホームなど）を中心に文化コミュニティ・健康・保健の3つの機能を兼ね備えた都市型総合福祉施設です。

特別な資格や経験がなくても、どなたでも活動することができます。是非活動してみませんか!お待ちしております(^)/

担当：大岡さん



交流を楽しめる活動がたくさん!

レクレーションのお手伝い（利用者さんの車いすを押し誘導する等）や、食事のサポート（配膳・下膳、利用者さんに食事をすすめる声かけ等）の他、入浴後のサポート、シーツ交換、演芸披露（フラダンス、合唱、手品、楽器演奏など/団体・個人不問）など、様々な活動を募集しています!利用者さんとお話しながら、楽しく活動できます。

【日時】まずはお気軽にご相談ください。

【問合せ先】千代田区一番町 12  
TEL：03-3265-6131  
FAX：03-3265-6136



## ③フォーユーデイサービス淡路



デイサービス・認知症対応型デイサービス・ショートステイの各サービスを提供しています。併設の区立神田保育園と「高齢者と子どもの交流」で連携しています。

楽器演奏・手品・落語・踊りなど、演芸披露をしてくださる方も募集しています!ご連絡お待ちしております。

担当：景山さん



一緒にプログラムを楽しむ活動

デイサービスでは、毎日体や頭を使ったプログラム活動を行っています。利用者さんが楽しめるよう、職員と一緒にプログラムの補助を行ったり、お話を傾聴してくださる方をお待ちしています。

【日時】月～土曜日（祝日含む）9:30～18:30  
※ご都合の良いお時間で活動できます。

【問合せ先】千代田区神田淡路町 2-109  
TEL：03-5298-6018  
FAX：03-5298-6019



# ポイント対象!

## ★介護保険サポーター・ポイント制度

対象：区内在住 65 歳以上の方  
 内容：対象の活動をするとポイントがたまり、年度ごとに精算をして、上限 8,000 円が交付されます。

## ★ちよだボランティアクラブ

対象：区内加盟企業に勤めている社員  
 内容：対象の活動をするとポイントがたまり、特典やマッチングギフト（活動先への寄付）につながります。

※未登録の方、興味のある方は当センターにお問合せください。

◎高齢者センター  
 ボランティア情報は  
 5 ページをご覧ください。



- ①ジロール麹町
- ②いきいきプラザ一番町
- ③フォーティセービス淡路
- ④かんだ連雀
- ⑤ジロール神田佐久間町
- ⑥岩本町ほほえみプラザ

## ④かんだ連雀



特別養護老人ホーム、デイサービス、ショートステイの他、多様な相談に応じる高齢者あんしんセンターがあります。

ハンドマッサージ、折り紙など、地域や企業の方が様々な形で支えてくださっています。



担当：峯さん

### 「お話を聴く」ことの醍醐味!

特別養護老人ホームに入所されている高齢者の方々のお話し相手になっていただけませんか? お話をすることが、利用者さんの笑顔につながります。他、デイサービスでの食事提供の準備や配膳、洗い物の活動もあります。

#### ◎傾聴活動

【日時】曜日指定なし 9:00~11:30 頃、13:30~17:30

#### ◎食事補助など

【日時】毎週火・金・土曜日 11:30~13:30

【問合せ先】千代田区神田淡路町 2-8-1  
 TEL: 03-3252-8815  
 FAX: 03-3252-8816



## ⑤ジロール神田佐久間町



認知症の症状のある方を対象に、デイサービスでの食事や入浴、日常生活訓練などのサービスの他、少人数グループホームがあります。

世代を問わず、明るく楽しく過ごせます!



担当：金沢さん

### あたたかい時間を一緒に過ごす!

レクリエーション補助や、お出かけ・買い物の付き添い、食事の準備などをしてくださる方をお待ちしています! 家庭的なアットホームな施設です。一緒にご飯を食べながら、楽しくお話ししましょう。

【日時】ご希望に合わせて活動いただけます。

【問合せ先】千代田区神田佐久間町 3-16-6  
 TEL: 03-5822-2650  
 FAX: 03-5822-5360



## ⑥岩本町ほほえみプラザ



高齢者福祉施設（デイサービス、ショートステイ、グループホーム、ケアハウス等）と、区民利用施設が一体化した施設です。

ボランティア始めてみませんか? 初めての方も楽しく活動ができるようサポートいたします!



担当：三輪さん

### 書道・俳句を楽しみましょう!

デイサービス利用に書道を教えてくださる方、俳句を教えてください。書道や俳句が好きで、高齢者と交流したい方、お待ちしております! 道具は施設側でご用意いたします。

#### ◎書道ボランティア (2~3名)

【日時】曜日指定なし 11:00~12:00、13:30~15:00

#### ◎俳句ボランティア (2名)

【日時】木曜日(できれば) 11:00~12:00、13:30~15:00

【問合せ先】千代田区岩本町 2-15-3  
 TEL: 03-5825-3407  
 FAX: 03-5825-3408





New

## 01 年末の大掃除で見つけたもの。捨てる前に「寄付」を考えてみませんか？

## ●『フルクル』古着でミャンマー、ベトナム支援

着ない服、着られなくなった服が国際支援につながります。ご寄付いただいた古着はリサイクル業者に買い取っていただき、その収益はミャンマーやベトナムでの学校建設、技術訓練、環境保全、収入向上支援などの活動にあてられます。



## 【流れ】

- ①送れるものを選ぶ。  
※制服、着物、布団など送れないものもあります。判断に迷う場合は、下記 URL 参照、またはお気軽にお問い合わせください。
- ②箱に詰める。
- ③郵送、または持ち込みする。  
**※送付先（兵庫県）までの送料は、送り主様でご負担ください。**

## 【送付先】

〒662-0934 兵庫県西宮市西宮浜 3-14-4BAJ 倉庫  
/日光物産気付（持ち込み：平日 8:00~17:00）  
※12/28~1/4 はお休みです。

## 【問合せ先】

認定特定非営利活動法人ブリッジ エーシア ジャパン  
TEL : 03-3372-9777 E-mail : info@baj-npo.org  
URL <http://urx.nu/dcYp>

## ●ペンとノートが、インドネシアの村の生きる力に

インドネシアのスンバ島の村の方々は野菜を買うお金がありません。当団体（LIFE）では、村の方たちが自分たちで野菜を栽培して食べられるよう、野菜作りの研修支援を行っています。



ところが、研修に参加している村の人たちはペンやノートを持っていません。野菜作りの先生が話したことを記録するためには、筆記用具が必要です。いただいたペンやノートを村に届け、生きる力につなげます。

## 【流れ】

- ①ご自宅にあるペンやノートを集める。  
※村の人に長く使っていただくため、未使用・できるだけ新しいものをお願いします。
- ②郵送、または持ち込みする。



## 【送付先】

〒102-0071 千代田区富士見 2-2-2 東京三和ビル 503 /（特活）地球の友と歩む会/LIFE 宛て  
※持ち込みの場合は、事前に事務所にご連絡ください。

## 【問合せ先】

特定非営利活動法人 地球の友と歩む会/LIFE  
TEL : 03-3261-7855  
URL <https://www.facebook.com/video.php?v=841960502500834>

## ●『せかワクぶっく』本で子どもをポリオから守る

本棚に眠っている不要になった本、マンガ本、CD、DVD、ゲームソフトで途上国の子どもたちの命を守りませんか？送っていただいた本などはブックオフオンラインに運ばれ、査定額+10%がご寄付となります。

ご寄付は六大感染症などのワクチンにかえて、開発途上国の子どもたちへ届けます。

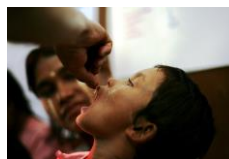
## 【流れ】

- ①本を箱につめる。  
※30点以上から申し込み可能です。
- ②Web から申し込む。  
<http://www.jcv-jp.org/sekawakubook/>  
\*ご指定の日時に無料で集荷に伺います。  
(一部うかがえない地域があります。)



## 【問合せ先】

認定特定非営利活動法人 世界の子どものワクチンを  
日本委員会 せかワクぶっく担当  
E-mail : [sekawakubook@jcv-jp.org](mailto:sekawakubook@jcv-jp.org)



ポリオのワクチンは、1人分わずか20円。本棚に眠っている1冊で、子ども2人をポリオから守れます。

## ●切手やハガキで、千代田区の福祉活動を支える

大掃除で見つけた古い郵送物に貼ってある切手や書き損じてしまったハガキがありましたら、ちよだボランティアセンターまでお寄せください。

ハガキや、ボランティアがきれいに整理した切手は換金し、地域の福祉活動（高齢者の見守りや孤立を防ぐ活動）などの事業に活用させていただいています。

## 【流れ】

- ①使用済み切手、書き損じハガキを集める。
- ②郵送、または持ち込みする。



## 【送付先】

〒100-0065 千代田区西神田 1-3-4 西神田庁舎 4階 / ちよだボランティアセンター宛て  
(持ち込み：月±土 9:00~19:00 ※12/28~1/4、日祝除く)

## 【問合せ先】

ちよだボランティアセンター（裏面参照）

毎月第3土曜日に切手整理サロンを行っています。他の日も、開所時間内はいつでも活動できます。



マスコット  
キャラクター  
「切手くん」



New

02

特定非営利活動法人ブリッジフォースマイル

子どもたちが笑って暮らせるように、わたしが出来ること

児童養護施設の子供たちは、18歳で施設を出て一人暮らしを始めます。子供たちは「生活するための知識がない」「相談相手がいない」「家やお金がない」「働き方がわからない」等の問題を抱えています。

<ボランティアをお待ちしています！>

- ▶カナエール  
児童養護施設の若者の夢を応援する奨学金支援プログラム
  - ▶築立ちプロジェクト  
高校生のための一人暮らし準備プログラム
  - ▶アトモプロジェクト  
児童養護施設退所者のためのサポートプログラム
- \*上記のような自立した社会生活を送るための支援活動の他、広報などの間接的なサポート活動があります。

【申込先】 <http://www.b4s.jp/2014/11/13163108/>

□■2015年1月 ボランティア登録会■□  
特にカナエールボランティアを大募集!

- 11日(日) 10:00~12:00 千代田区立スポーツセンター
  - 15日(木) 19:00~21:00 パソナグループ本社
  - 18日(日) 10:00~12:00 よこはま PortFor
  - 20日(火) 19:00~21:00 よこはま PortFor
  - 24日(土) 13:00~15:00 パソナグループ本社
  - 27日(火) 19:00~21:00 パソナグループ本社
- \*原則奇数月の第2日曜日午前中(10:00~12:00)に、千代田区立スポーツセンターで開催しています。次回は3月です。

【会場住所】

千代田区スポーツセンター(千代田区内神田 2-1-8)  
パソナグループ本社(千代田区大手町 2-6-4)  
よこはま PortFor(横浜市西区高島 2-5-5 ハイツ横浜 203)

ボランティアの声



もともと子どもが好きで、何かできないかと考えていたところ、この活動を知りました。事前ミーティングがあるので安心です。スタッフや社会人ボランティアの一生懸命さや思いやりが伝わります。

<施設を築立つ子どもたちへプレゼント！>

一人暮らしを始めるには、経済的な負担がかかります。生活家電や家具などの生活必需品のご寄付が「新生活・社会への第一歩」の後押しとなります。

【受付期間】2015年1月末まで

【支援方法】

- ①新品を購入し寄付する。
- ②自宅やオフィスにある未使用・新品同様の生活必需品を寄付する。



<プレゼント例>

家電(冷蔵庫、電子レンジ、炊飯器、洗濯機、テレビ等)、家具(テーブル、カーテン等)、日用品等(布団一式、食器類)、フォーマルウェア(スーツ等)

【流れ】

- ①Webで申込み連絡をする。
- ②B4Sから配送先など連絡が届く。
- ③購入または配送する。



【問合せ先】

特定非営利活動法人ブリッジフォースマイル(B4S)  
TEL: 03-6842-6766  
E-mail: [b4s.sudachi@gmail.com](mailto:b4s.sudachi@gmail.com)  
URL <http://www.b4s.jp/>

03

高齢者センター

ふれあいクラブでお食事作り

各地区に住む高齢者の食事会で、暖かい手作りの昼食を作るボランティア活動です。(年間を通して)

【日時・場所】月に1回程度 9:00~14:00頃まで

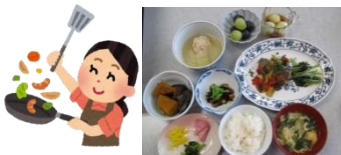
曜日	地区	会場
月曜	万世橋	万世橋区民会館(外神田 1-1-11)
金曜	麴町	一番町集会室(一番町 10)
金曜	富士見	富士見区民館(富士見 1-6-7)
金曜	和泉橋	和泉橋区民館 (神田佐久間町 1-11)
土曜	神保町	神保町区民館・ひまわり館2階 (神田神保町 2-40)
土曜	神田公園	スポーツセンター (内神田 2-1-8)

【その他】交通費と昼食あり

【申込み】電話または直接窓口でお問い合わせください。  
※状況によって活動場所の調整をさせていただきます。

【問合せ先】

高齢者センター  
千代田区神田神保町 2-20  
TEL: 03-3265-3981  
E-mail: [ckcenter@quartz.ocn.ne.jp](mailto:ckcenter@quartz.ocn.ne.jp)



はじめてボランティアをする方へ

①事前確認をしましょう!

活動をする前には、受け入れ先の担当者が活動内容や注意点などを説明していただきますので、安心してご参加ください。直接問い合わせにくいことや、心配なことがある場合は、当センターまでお気軽にご相談ください。

②ボランティア保険に入りましょう!

活動中の事故に備えて、「ボランティア保険」への加入をおすすめしています。当センター窓口、または最寄りの区市町村にある社協・ボランティアセンターで加入手続きができます。

※加入手続き場所に関係なく、日本国内の活動が保険対象です。



【補償内容】

- ・傷害保険(ボランティア自身のケガ)
- ・賠償責任保険(対象者の身体や財物等の損害)

【補償期間】※年度ごとに更新が必要です。

平成26年4月1日~平成27年3月31日まで  
※途中加入の場合: 加入手続き日の翌日から適用

【保険料】※東京都社会福祉協議会取り扱い

300円~1,400円(6つのプランにより異なる)  
※千代田区内で活動される方には、一部プランについて助成制度(1人150円)があります。



New

01

特定非営利活動法人 地球の友と歩む会/LIFE  
2015 春 インドスタディツアー 参加者募集！

LIFE ではインドで 2 月、3 月開催するスタディツアー参加者を募集しています。

①第 29 回 南インドフィールドワーク入門ツアー  
子ども、女性、教育、環境分野で活動している NGO から学びます。課題発見の調査活動を体験します。  
【期間】平成 27 年 2 月 3 日（火）～13 日（金）  
【参加費】10 万円  
【申込締切】平成 27 年 1 月 8 日（木）18:00

②第 10 回 南インドのマイクロファイナンスを学ぶツアー  
マイクロファイナンスモデル、女性グループと金融機関から成果と課題について学んでいきます。  
【期間】平成 27 年 2 月 23 日（月）～3 月 5 日（金）  
【参加費】11 万円  
【申込締切】平成 27 年 1 月 29 日（木）18:00

③第 11 回 北インド・ソーシャル・ビジネスの現場を訪ねるツアー  
ビジネスで社会問題を解決する企業や NGO の取り組みについて学んでいきます。  
【期間】平成 27 年 3 月 9 日（月）～3 月 20 日（金）  
【参加費】14 万円  
【申込締切】平成 27 年 2 月 12 日（木）

インドでの経験が豊富で、現地の事情にとっても詳しい方が付いてくれたので、とても頼りになった。大きな問題も不安もなく過ごすことができました。

参加者の声



\*詳細スケジュールなどは、下記ホームページをご覧ください。

\*ツアーは全て現地集合・解散となっています。

\*参加費に往復の航空運賃は 含みません。

【申込み・問合せ先】

特定非営利活動法人 地球の友と歩む会/LIFE (担当：米山)

TEL : 03-3261-7855 FAX : 03-3261-9053

E-mail : life@earth-ngo.jp

URL http://www.earth-ngo.jp/

New

02

介護者会 わらべファミリー

講演会

「介護者もいずれは介護される側に」

在宅介護は介護知識だけで乗り切るのは難しく、介護者同士のつながりが大きな力になります。介護者のこれからを考えることも大切です。当日は 10 時からお待ちします。早めに来られる方、介護経験のない方も、講演会の前におしゃべりしませんか。



【日時】平成 27 年 1 月 13 日（火）11:00～12:00

【場所】ちよだボランティアセンター3 階 A 会議室  
(千代田区西神田 1-3-4)

【講師】千代田区保健福祉部在宅支援課介護予防係  
森倉 三男氏 (理学療法士)

【内容】・個々違う事情を持つ在宅介護を乗り切るには  
・健康で安心な将来像を描くには

【参加費】無料

【申込み・問合せ先】

介護者会わらべファミリー (代表：守屋宏子)

TEL : 090-5335-8947 (平日 10:00～16:00)

New

03

公益社団法人 アムネスティ・インターナショナル日本

第 5 回アムネスティ映画祭

言いたいことを言う。行きたいところに行く。  
会いたい人に会う。そして、見たい映画を観る。

私たちが当たり前にも思っていることさえかなわない人々がたくさんいます。映画を通して見てみませんか？今、世界で何が起きているのかを…。

【日時】平成 27 年 1 月 24 日（土）、25 日（日）

【場所】ヤクルトホール (港区東新橋 1-1-19 ヤクルト本社ビル)

【上映作品】禁じられた声 / Call me Kuchu ウガンダ  
で、生きる / SAYAMA みえない手錠をは  
ずすまで / アイ・ウェイウェイは謝らない  
/ 我々のものではない世界 / ハーフ / プ  
ライアンと仲間たち パーラメント・スクエア  
SW1 / 60 万回のトライ

※上映作品に関連したスペシャルイベントあり

【料金】2,000 円から (学生料金あり / 障害者手帳をお持ちの方は、本人と付き添い 1 名が半額)

※上映時間、チケット料金の詳細は、下記ホームページをご参照ください。インターネット、郵便振込、または事務所で購入できます。

【購入・問合せ先】

公益社団法人 アムネスティ・インターナショナル日本  
千代田区神田小川町 2-12-14 晴花ビル 7F

TEL : 03-3518-6777 FAX : 03-3518-6778

URL http://www.amnesty.or.jp/aff/



01  
New

**中央労働金庫 2015 年中央ろうきん助成プログラム**

未来の財産となる「ひと」を育て、魅力的で住みよい「まち」をつくり、多様な生きかたを認め合う「暮らし」を実現する活動を応援します。特に財政規模の比較的小さな団体を対象に、これからはじまる活動を支援します。  
【締切】平成 27 年 1 月 15 日（木）必着 <http://www.rokin-ikiiki.com/program.html>

02  
New

**一般財団法人ハウジングアンドコミュニティ財団 住まいとコミュニティづくり活動助成**

住環境の保全・向上、地域コミュニティの創造・活性化など、地域の新しい価値＝文化を創造するまちづくり・地域づくり活動に取り組む市民・住民主体の NPO・市民活動団体を支援します。  
【締切】平成 27 年 1 月 20 日（火）必着 <http://www.hc-zaidan.or.jp/josei/josei23/index.html>

03  
New

**一般財団法人ゆうちょ財団 平成 27 年度 金融相談等活動助成事業**

過疎地等の高齢者、大規模災害の被災者、知的障がい者等を対象に、金融相談・金融教育活動等を行っている NPO 等の団体の活動費を一部助成します。  
【締切】平成 27 年 1 月 31 日（土）必着 [http://www.yu-cho-f.jp/kyotoku/kyotoku\\_index.html](http://www.yu-cho-f.jp/kyotoku/kyotoku_index.html)

報告



**ちよだモデルネットワーク(CMN)学習会を開催しました!**

10 月 23 日（木）、災害時はもちろん、平時から区内の NPO・施設・大学・企業・団体等がつながりあうための連絡会として今年発足した「ちよだモデルネットワーク（CMN）」が、学習会を実施しました。

今回は、「首都圏で大規模な災害が発生！発災後の 72 時間、千代田区はどうなる？どう動く？」というテーマで、千代田区役所防災・危機管理課の小池副参事を講師としてお迎えし、千代田区の地域防災計画を中心に、千代田区の地域特性や発災後 72 時間の千代田区の被害想定、施策などについてご講演をいただきました。その後のグループワークでは、防災クロスロード※に取り組み、区内の関係機関同士で災害時の対応について考えました。

学習会終了後の懇親会では、グループワークで出た意見を参加者全体で共有しながら、参加者同士がさらに交流を深め、今後につながる関係を築くことができたようでした。



災害時にならないと考えたり、気づかないことを前もって考える良い機会になりました。

講演では現状の被害想定を詳しく聞くことができ、もしもの時を想像しやすくなった。



**※防災クロスロードとは？** 災害時にさまざまな選択を迫られる場面で、どう判断するかを考え、議論するゲームです。このゲームには正解がなく、問題に対する意思決定に必要な情報や前提条件について理解を深め、参加者がお互いの価値観の違いに気づき、その違いを認め合いながら合意にいたるプロセスを体感することを目的としています。

報告



**暖かい光の中で、エコについて考える! Sotobori Canale**

11 月 28 日（金）、Sotobori Canale が行われました。外濠公園の遊歩道にキャンドルを配置し、周辺企業と一体となり、キャンドルナイト、ライトダウンを行います。法政大学「外堀キャンナレ実行委員会」の皆さんが実施の 1 年近く前から準備し、使い終わったジャムや調味料のビン、廃油を集め、ゴミの再利用や節電など身近なところからエコについて考えていきます。10 月 11 日（土）に行われた「第 12 回福祉まつり」でも、キャンドル作りブースを設置し、来場者に空きビン、空き缶を装飾してもらいました。



点灯式では福祉まつりで作ったキャンドルも使用されました!



遊歩道がキャンドルの灯りでとてもロマンチックに。

多くの方が来場され、一生懸命装飾してもらいました。

★外堀キャンナレ実行委員会  
代表 山口 佐和子さん  
約 1,000 個のキャンドルに実行委員、ボランティアを含め 50 名の学生で火をともします。福祉まつりで装飾していただいたビンも、綺麗に輝いています。ご協力ありがとうございました。少しでも環境について考えていただけると嬉しいです。



## 『YouthLINK』 ～悩みを話せる場所づくり～

「生きづらさ」や「学校への行きづらさ」を抱える、または抱えてきた学生同士がつながる場づくりをしている『YouthLINK』。大学生メンバーの石神さん、岩崎さん、荒川さんにお話を伺いました！

### あ る学生をつぶやきから始まった活動

NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク※（以降ライフリンク）主催の学生意見交換会で、参加学生が「休学していたとき、生きるのがものすごくしんどかった」という本音を語りました。これを機に有志学生が集まり、2011年に団体が誕生。現在は都内の大学生、大学院生 15 名が活動しています。Voice sharing の活動の他、「生きづらさ」について話し合うイベントも開催するなど、「あったらいいな」と思える場を日々試行錯誤しながら作っています。



Voice sharingの練習風景

新聞で紹介記事を見つけて、参加しました。2度の大学退学の経験があります。（石神さん）



活動メンバーの参加のきっかけ

大学休学中は人と会う機会がなくなり、学校に行きづらさを感じました。講演会をきっかけに参加しました。（岩崎さん）

社会問題の研究サークルに所属し、自殺対策に関心があります。若者支援イベントで活動を知り、学生にしかできないことをしたいと思いました。（荒川さん）

### 毎月開催！『Voice sharing』

【日程】毎月 14:00～16:00（休憩あり）  
【場所】富士見区民館 3F 和室（千代田区富士見 1-6-7）  
【対象】学生（大学生、大学院生、専門学校生、短大生）  
【参加費】無料（申込不要・単発参加歓迎）

\*次回は 1月17日（土）開催！  
お気軽にご参加ください。  
2月以降の日程は、下記までお問い合わせください。



### V oice sharing はこんな場所

休学している、休学を考えている、学校に行きづらさや居づらさを感じている学生が、互いに悩みや不安を語り合う、集いの場です。毎回 5～6 名の参加者と、2～3 名のメンバーで行っています。

時には長い沈黙になる時もありますが、不思議と気まずい空気ではなく、安心して自分を見つめる時間になっています。初参加の方でも話しやすい雰囲気づくりをしています。

### 活 動を通して、思うこと

私たちメンバーも様々な悩みを抱えていますが、同じ境遇の人と話をすることで自分自身を肯定でき、助けられた気持ちになりました。私たちも初めて参加する時はとても緊張しましたが、メンバーのさりげない優しさに救われたこと覚えています。今度は私たちが、参加者にそう感じてもらえたらと思っています。

### ※ライフリンクとは？

自殺対策を「生きる支援」と捉え、自殺のない「生き心地の良い社会」の実現をめざして活動しています。YouthLINK の活動で何かあった時は、対応ができるようサポートしています。団体概要は下記参照。

<http://www.lifelink.or.jp/hp/top.html>

### 【YouthLINK 問合せ先】

mail : [youthlink.vs@gmail.com](mailto:youthlink.vs@gmail.com)  
blog : <http://blog.canpan.info/youthlink/>  
twitter : [https://twitter.com/youthlink\\_voice](https://twitter.com/youthlink_voice)  
Facebook : <https://ja-jp.facebook.com/youthlink.voice>

Voice sharing には、他県から参加された方もいたそうです。このような場の必要性を強く感じました。みなさん、ありがとうございます！

### ちよだボランティアセンターからのご挨拶

11月より着任しました。コーディネートする側ですが、私自身もボランティアを実践しています。ボランティアは楽しい！を motto に頑張ります。よろしくお祈りします。

河村 藍



### ボランティアセンター 年末年始休館のお知らせ

12月28日（日）～1月4日（日）まで年末年始のため、休館となります。1月5日（月）からは平常通り開館します。よろしくお願いいたします。

発行／社会福祉法人千代田区社会福祉協議会  
ちよだボランティアセンター

〒101-0065 千代田区西神田 1-3-4 西神田庁舎 4階  
開室日・時間 月～土曜日（祝日を除く）9:00～19:00  
TEL 03-5282-3716 URL <http://www.chiyoda-vc.com/>  
FAX 03-5282-3718 E-mail [volunteer@chiyoda-cosw.or.jp](mailto:volunteer@chiyoda-cosw.or.jp)  
Facebook、Twitter も見てね！

※当センターのホームページは、（株）大塚商会様の社会貢献活動の一環としてご提供いただいております。

### 今月の表紙

ボランティアやってみよう！キャンペーン 2014「チャリティーウォーキング」に参加した皆さん。参加費は栄養改善事業に取り組む区内 NGO への寄付になります。全員がボラダーオリジナルタオルマフラーを首に巻き、一体感を感じたイベントになりました。