

TAKE FREE ご自由にお持ちください

# ボランティア Volunteer

2020.5-6  Vol.413  
ちよだボランティアセンター



写真提供:公益財団法人 日本ケアフィット共育機構

地域の**ボランティア**情報掲載 ▶ P.2-3

**報告:**災害時寄り添い  
サポーター養成講座 ▶ P.4

**情報誌特別号**  
『Join us!』(ジョイナス)を ▶ P.5  
発行しました!



ちよだボランティアセンター  
公式フェイスブック公開中



いいね! 916名 (2020.4 現在)



あなたの **【はあと】** が地域のチカラに変わる情報マガジン



## 障がい児の水泳教室 & キャンプ・自然体験などのお手伝い

- サマーキャンプ・スキーキャンプ
- 親子の自然体験プログラム
- 障がいのある女児の水泳プログラム



【ボランティア参加希望の方、活動について詳しく知りたい方は説明会にご参加ください。】

**説明会内容** 活動内容、ボランティアリーダーの役割、参加方法、YWCAについて

**対象** キャンプ・自然体験：18歳以上の男女（高校生不可）  
水泳教室：18歳以上の女性（高校生不可）

### 説明会連絡先・申込み先

#### キャンプ・自然教室

TEL：03-3293-5466 E-mail：petau@tokyo.ywca.or.jp

#### 障がい児の水泳教室

TEL：03-3219-2565 E-mail：wow@tokyo.ywca.or.jp

#### ※説明会の場所

東京 YWCA 会館(神田駿河台1-8-11)

URL：https://www.tokyo.ywca.or.jp/child/volunteer/news/2020/01/000919.html



## エファジャパン「エファボラ」 アジアの子どもの笑顔につながる活動 です！初めての方もすぐできます！

毎月の会員への送付物の準備、書き損じはがきの整理など（年1回行われる、当団体主催や年数回の外部への出展イベントのお手伝いも有り）



**日時** 毎月最終木曜日  
※ゴールデンウィークや年末など祝祭日の都合により変更することもありますので、詳しくはHPまたはメール・電話にてお問い合わせください。

**場所** エファジャパン事務局(九段南3-2-2 九段宝生ビル3階)

**募集人数** 若干名(随時募集)

### 申込み・問合せ

特定非営利活動法人エファジャパン 担当：五味

TEL：03-3263-0337

E-mail：info@efa-japan.org

URL：http://www.efa-japan.org



## お話相手や特技を活かした ボランティアさん、待っています！

**日時・内容** (1)フォーユー  
デイサービス淡路  
月～土曜日  
9:00～17:00

(2)フォーユー  
ショートステイ淡路  
月～日曜日  
14:00～16:00

(1) (2)共通で、利用者の話し相手・付き添い・見守り、体操のお手伝い、工作補助等  
※楽器演奏等の特技ボランティア歓迎



**場所** 淡路にここフォーユープラザ(神田淡路町2-109)

### 申込み・問合せ

(1)フォーユーデイサービス淡路 担当：島

TEL：03-5298-6018

(2)フォーユーショートステイ淡路 担当：篠原

TEL：03-5298-6028



## 知的障害のある人たちと一緒に、 バスケットで楽しく汗を流そう

バスケットボールのトレーニングを通じて、知的障害のある人たちの自立と社会参加を応援します。  
●バスケットボールのコーチ  
●コーチの補助(掃除、用具の準備・片付け) など



**日時** 月に2～4回程度(1日2時間が基本)  
※開催日等の詳細は、事務局へメールにてお問い合わせください。

**場所** (1)昌平童夢館(外神田3-4-7)  
(2)神田さくら館(神田司町2-16)

**募集人数** 各回5人程度

**実費弁償** 交通費上限1,000円(※学生のみ)

### 申込み・問合せ

認定NPO法人スペシャルオリンピックス日本・東京 事務局

TEL：03-6380-3135

FAX：03-6380-3136

E-mail：office@son-tokyo.or.jp

URL：http://www.son-tokyo.or.jp/



## SDGs のアイコンに ついて

「ボランティア」「講座・イベント」「助成金」の情報ページでは、SDGs(「Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)」)の17のアイコンで活動内容を表示します。「誰一人取り残さない」社会を目指す世界の共通目標(国連加盟193か国が2030年までに達成する目標)を千代田の地域づくりにも生かし、みなさんと「ともにできること」の輪を広げていきます。







野外的な体験活動、キャンプなど  
(参加者は小学4年生～中学3年生)

### 千代田区子ども自然教室 ボランティアスタッフ募集

**日時** 随時募集  
(年8回開催予定)

**場所** 九段生涯学習館  
(九段南1-5-10)、  
東京郊外など

**対象** 高校生以上  
(20歳未満は保護者の同意が必要)

#### 問合せ

九段生涯学習館

TEL : 03-3234-2841

URL : <https://www.kudan-ll.info/volunteer>



## 2019年度

### 使用済み切手・書き損じはがき 換金のご報告

使用済み切手および書き損じはがきの換金額は、  
**73,051円**でした。

ご協力ありがとうございました。

この場をお借りしてお礼申し上げます。

引き続き、ちよだボランティアセンターでは使用済切手や書き損じはがきを集めています。

集めた切手やはがきは業者で換金を行い、住民による区内高齢者の見守りや交流活動等(ご近所福祉活動)に活用させていただきます。

今後とも、ご協力をよろしくお願いいたします。



図書スタッフ(本棚の整理、カバー掛けなど)募集  
社会福祉法人 三井記念病院

**日時** 平日のうち1日  
(9:00～15:00の  
中で2時間程度)  
活動できる方

**場所** 三井記念病院(神田和泉町1)

#### 問合せ

社会福祉法人 三井記念病院

担当: リレーション部 山崎

TEL : 03-3862-9111



## ボランティア記者募集

ちよだボランティアセンターでは、地域のボランティアの方々が活躍しているイベント等を取材する「ボランティア記者」を募集しています。情報誌やホームページにあなたの足で見つけた記事を載せてみませんか? 詳しくはちよだボランティアセンターまで。

## ボランティア情報ステーション設置場所 (麹町地区1)

- 明治安田生命保険相互会社 広報部 ●中国電力株式会社 東京支社
- JPモルガン証券株式会社 ●株式会社ガリバーインターナショナル
- 株式会社ゆうちょ銀行本店 窓口サービス部 ●バーバー宇田
- ニュー東京 ●理容室 ミヤケ ●有楽町献血ルーム
- ヘアアート サロントップ ●理容 田中 ●井上理髪店
- 帝国ホテル労働組合東京支部

ご協力ありがとうございます。一覧は、ちよだボランティアセンターホームページの「関連・協力団体のリンク」でご覧いただけます。



### 募集中

新しく置いていただける場所を募集しています。  
詳しくは、当センターへお問合せください。

この号に掲載されている情報は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期または中止とさせていただく場合がございます。ご理解の程、よろしくお願いいたします。



心に病や障がいのある方のお話を聴く  
ワークミーティングの傾聴・準備など

ワークミーティングの準備やお手伝いをお願いします。

**日時** 毎週第2水曜日  
18:30～20:30

**場所** 千代田区立  
障害者福祉センター  
「えみふる」  
(神田駿河台2-5)

**募集人数** 若干名

#### 問合せ

笑桜会ピア

E-mail : [chiyoda.volunteer.waraokai@gmail.com](mailto:chiyoda.volunteer.waraokai@gmail.com)



17 パートナースhipで  
目標を達成しよう



## はじめてボランティアをする方へ

### ①活動先が決まったら事前確認をしましょう!

受け入れ先の担当者が活動内容や注意点を説明しますので、安心してご参加ください。また、ご自身でも参加条件や費用などを事前にご確認ください。直接連絡しにくい事や心配な事がある場合は、当センターに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。

※加入手続きの場所に関係なく、日本国内での活動が保険対象です。(年度更新が必要)

## ボランティア保険概要

<b>補償内容</b>	<b>傷害保険</b> (ボランティア自身のケガ) <b>賠償責任保険</b> (対象者の身体や財物等の損害)
<b>補償期間</b>	<b>4月1日～翌年3月31日まで</b> ※途中加入の場合: 加入手続き日の翌日から適用
<b>保険料</b>	<b>300円～1,400円</b> (6つのプランにより異なる)



## 認知症サポーター養成講座 ～認知症の人と家族を地域で支えるために～

区内地域で認知症の人とその家族を支えるために、基本的な知識や対応を学びます。

講座終了後、参加者全員にオレンジリング（認知症の人を支援する人の目印となるブレスレット）をプレゼント。講座で学んだ内容を活かして活動しているボランティア活動の紹介もあります。

日時 ~~6月27日(土) 10:00～12:00 (予定)~~ →7月11日(土) 10:00～12:00  
オンラインでの開催に変更となりました

場所 かがやきプラザ1階 ひだまりホール(九段南1-6-10)

対象 区内在住・在勤・在学の方

定員 30名 参加費 無料

講師 キャラバン・メイト  
※キャラバン・メイトとは、自治体などが実施する認知症サポーター養成講座講師養成研修の修了者です。

締切 6月26日(金)までに、電話・FAX・メール・または直接問合せ先へ

申込・問合せ

かがやきプラザ研修センター

TEL : 03-6265-6560 FAX : 03-3265-1162

E-mail : jinzai@chiyoda-cosw.or.jp

URL : <https://www.chiyoda-cosw.or.jp/kensyu-c/>



## 認知症サポーター養成講座

認知症のことを現場の相談員が伝える!

- (1) 認知症の基礎知識
- (2) 認知症の人への接し方
- (3) 家族の気持ちの理解

ボランティアコーディネーターが案内する!

- (4) 認知症の方を支える活動
- (5) ボランティア入門講座



## 災害時寄り添いサポーター養成講座

高齢者や障がい者、妊産婦など、災害時に配慮が必要な方に、どのように寄り添いサポートをすれば良いのか、心構えを学びます(終了時に受講証を授与します)。



日時 6月30日(火) 18:30～20:00 (予定)

場所 かがやきプラザ4階 会議室(九段南1-6-10)

対象 区内在住、在勤、在学の方

定員 50名(申込順)

講師 ジョージ防災研究所 小野修平氏

申込み・問合せ

ちよだボランティアセンター

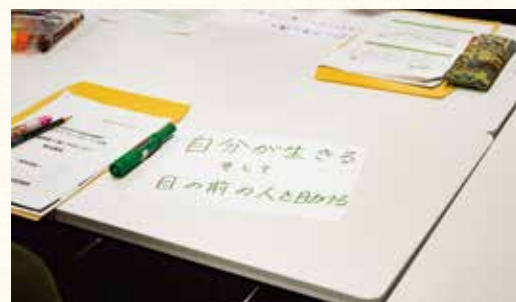
TEL : 03-6265-6522 E-mail : volunteer@chiyoda-cosw.or.jp

URL : <http://www.chiyoda-vc.com/>



## 災害時寄り添いサポーター養成講座(2/22 報告)

2019年度、ボランティアセンターの新しい取り組みとして、「災害時寄り添いサポーター養成講座」を開講し、30名の方が受講されました。この講座では、高齢者や、障がい者、妊産婦や乳幼児など災害時にどんな配慮が必要か学びました。災害がない時から困っていることがあることを講師の方から説明いただき、日頃から地域で困っている方がいないか、受講者が意識していく心掛けを持つきっかけになりました。



この号に掲載されている情報は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期または中止とさせていただく場合がございます。ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。





みずほ教育福祉財団 福祉事業部 助成金

第37回「老後を豊かにするボランティア活動資金助成事業」

応募期間：令和2年5月22日（金）（必着）

助成金額：グループにつき上限10万円を上限（計110グループ程度を予定）

対象となる団体・活動内容などは以下のURL にアクセスしてください。

URL：http://www.mizuho-ewf.or.jp/appli1.html QRコードはこちら➔



第18回「配食用小型自動車『みずほ号』寄贈事業」

応募期限：令和2年6月5日（金）（必着）

寄贈内容：配食用小型電気自動車1台 計10台（10団体）（予定）

配食用小型電気自動車「みずほ号」について トヨタ車体株式会社製の車両（コムス B・COM デリバリー）をベースとした、一人乗り小型電気自動車（ミニカー）です。家庭用コンセント（100V）からの充電専用のため、特別な設備は必要としません。

対象となる団体は以下のURL にアクセスしてください。

URL：http://www.mizuho-ewf.or.jp/appli2.html QRコードはこちら➔



問合せ：みずほ教育福祉財団 福祉事業部 TEL：03-3596-4532 FAX：03-3596-3574  
E-mail：FJP36105@nifty.com URL：http://www.mizuho-ewf.or.jp/



公益財団法人 草の根事業育成財団 事務局 2020年草の根育成助成

問合せ期間：令和2年3月2日（月）～5月29日（金） 応募受付期間：令和2年6月1日（月）～6月13日（土）

助成金額：1事業あたり 上限100万円（一団体3事業まで申請可能）

問合せ：公益財団法人 草の根事業育成財団 事務局

TEL：042-427-4278（平日 10:00～16:00） FAX：042-449-6942

E-mail：info@kusanoneikusei.net

対象となる事業・団体などは以下のURL にアクセスしてください。

URL：http://www.kusanoneikusei.net/ QRコードはこちら➔



ちよだボランティアセンター  
情報誌特別号『Join us!』（ジョイナス）  
を発行しました!

年に1回の特別号! 今年も、千代田区内のボランティア情報が満載の「ボランティアガイド2020」です。22の施設・団体にご協力いただきました。また、特別ゲストにプロレスラーの蝶野正洋さんを迎えてのインタビューにも注目。救急救命活動や東日本大震災の支援などの想いを語っていただきました。リングとは違う、もう一つの素顔が垣間見られます!



ホッとニュース

日頃の心あたたまる出来事をお伝えします!

区内のとある学童クラブでは、地域で活動しているボランティアの方々の協力を得て、様々な企画を行っています。2月の企画はバレンタインデーが近いことから、日本文化を伝えるボランティアグループ「なでしこフレンズ」のメンバーの方の提案で、「結ぶ」を伝えるために「ミサンガ」を作ることになったそうです。

子どもたちとボランティアの皆さんとの間には、まるで近所の子もたちの相手をしているような暖かい交流の時間があつたと、学童クラブの方からセンターにお礼のメールと写真が届きました。

「和」を感じさせる淡いパステルカラーで編み込まれたミサンガを眺めていると、未来をつなぐ人と人が、一緒に楽しみながら美しい文化を伝えあう情景が浮かび、思わずホッとしました。





自分とは違う立場の人に  
想いを巡らせることが、  
バリアフリーへの「いっぽ」だ!

## 車いすとバリアフリー社会について思っています

私はJR線を利用する際に、車いすを利用する方々を見かけるのですが、「不便ではないのかな」と感じることもふたつあります。

まずは、電車に乗る際に介助者が必要だという点です。ホームと車両の間隙が大きいために、駅員の方が乗車をお手伝いしています。車いすをご利用の皆さんは、ご自身で乗り降りすることができたほうが気持ちの面でも良いのではないかと感じています。

次に、全ての車両や在来線に、車いすを利用する方のためのスペースが確保されていないという点です。私が車いすを利用していたら、非常に不便で不安を覚えると思います。

以上のふたつを解決できるインフラ整備が行われることは、きつとバリアフリー社会を促進させる大切なことであると考えます。

法政大学まちづくりサークル  
「ACプロジェクト」 八百川さんより

### だれでもトイレ

文字盤が  
大きいのも  
ポイント!



押しやすい所に  
ボタンがあります



お手伝いしますか?  
なんて言葉をかけてみよう!



### 自動販売機

高いところのボタンを  
押すのはひと苦勞...



誰でもトイレってどんな所なの?

障がいのある方々に使いやすい機能を備えているだけでなく、男女別のトイレが使いづらい方などにも配慮したトイレだ



### 金坂さんコメント

ドアやトイレ、自販機等普段は気にならないところが、車いすに乗ると不便と感じてしまう。まだまだバリアフリーは不足だと思います。

{ 段差が少なく安心して車いすで移動ができました。職員や他の利用者の方に声をかけてもらって、ホッとしました。 }

## 車いす体験を通じて、心のバリアフリーを広げませんか?

### ■活動日時

定例会:毎月第2土曜日 10:00~12:00

その他:学校や企業の体験講座のお手伝い

コンサートや外出のサポート

### ■活動場所

●かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)

●出張講座会場 など

### ■問合せ

ちよだボランティアセンター

TEL 03-6265-6522 FAX 03-3265-1902

E-mail volunteer@chiyoda-cosw.or.jp

### ■ 車いすでまちを移動していて、大変なのはどのような場所ですか?

段差や隙間のある道と急坂などの傾斜した道、人通りの多い場所はとて大変です。

### ■ 危ない! と思ったことは?

自転車とすれ違う時や、広い横断歩道の途中で信号が点滅したときです。

### ■ 車いすを操作するコツは?

一番大切なのは、ユーザーの方(乗る人)とのコミュニケーション。お話ししながら信頼関係を築き、ユーザーの不安をやわらげています。

**—誰もが誰にでも優しいバリアフリーを考え、1つずつ実現できる社会になってほしいですね!**

## 車いすアドバイザー「いっぽ」とは

区内の学校や企業から依頼を受けて車いす体験の講座を行い、障がいのある方々にも優しい環境になるように広める活動をしています。講座では、実際に車いすを体験して、車いすユーザー・サポーター両方の目線で安全な操作方法を学び、心のバリアフリーを伝えています。福祉やボランティア、社会環境を考えるきっかけづくりを推進しています。

# 車いすに乗って、かがやきプラザを巡る！

街なかを始め様々な場所で、車いすユーザーの方を見かけたことがあると思います。でも、困っていることはあるのか、気になるけれどどのような声をかければいいのか、実際に車いすをどうやって動かすのか分からない！なんて事は多いのではないのでしょうか。

東京オリンピックピック・パラリンピックの延期は残念ですが、それでもバリアフリーの機運はますます上がってきています。そこで今回は、車いすですでちよだボランティアセンターが入っている「高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）」の4階を巡りました。その様子を写真を交えながらお伝えします！

## カウンター



車いすユーザーにも使いやすい高さに設定されています。

## エレベーター



車いす専用の文字盤を押すと、ドアの開閉時間が長くなりました。



エレベーターに鏡がついているのはなぜ？

それは、車いすの利用者が後ろ向きで出るときにスムーズに確認をするためなんだ



ボランティアの味方「ボラダー」


この人に聞いてみました！

**車いす体験アドバイザー「いっほ」代表 金坂さん**

まちで車いすの方をサポートする際の「気づき」とは…？



## 車いすユーザーの声



自分では自分でやりたい

コンビニやスーパーを利用するのが不便に感じる（通路の幅、棚の陳列、ガラスケースの開閉など）

駅のホームは不安がたくさんあるので、より多くの駅にホームドアを設置してほしい

車いすを押すスピードも人それぞれなので、（押す人は）こまめな声掛けをしてほしい

手動の車いすだと自分のペースに合わせて動かすことができるので、個人的には電動よりも安心

まちで「何かお手伝いしましょうか？」と声をかけてもらえるとうれしい



あなたの「はあと」が地域のチカラに変わる情報マガジン

# Chiyodaボラ

2020.5-6

Vol.413

TAKE FREE

ご自由にお持ちください



写真提供:公益財団法人 日本ケアフィット共育機構

## 今回のVolunteer Spot 車いすに乗って、かがやきプラザを巡る!

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

〒102-0074 東京都千代田区九段南 1-6-10 かがやきプラザ4階  
開室日・時間 月～土曜日 8:30～17:15 (※日曜・祝日・年末年始はお休み)  
TEL 03-6265-6522 FAX 03-3265-1902  
URL <http://www.chiyoda-vc.com/> E-mail [volunteer@chiyoda-cosw.or.jp](mailto:volunteer@chiyoda-cosw.or.jp)



ちよだボランティアセンター  
ホームページはこちら



千代田でつなメール  
メルマガの  
登録フォームはこちら

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。ボランティア情報マガジンは、「発送ボランティア」の皆さんのご協力で送付作業を行っています。