

# Volunteer

TAKE  
FREE

ご自由  
にお持ちください

今回の  
Volunteer Spot

一番町はあとサロン



地域のボランティア情報

▶ P.2-3



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!

1,185名 (2022.2現在)

2022 年度ボランティア保険の更新について

▶ P.3

ホットニュース

今年の願いごとは…?

▶ P.5



ちよだボランティアセンター  
youtubeチャンネル公開中

## 10 人や国の不平等をなくそう 東京フリーウォーキングツアー (TFWT) 会員募集



まずはオリエンテーションにご参加ください



皇居東御苑や浅草など東京都心で外国人を対象とするツアーを定期的に行います。「TFWT」のメンバーとして、外国人ゲストを英語でご案内しませんか。

### オリエンテーション概要

ウェブサイト(右記QRコード)からお申し込みください

概要・申込み



日時 3月26日(土) 10:00 ~ 12:00 (予定)

場所 Zoomによるオンライン  
(応募後に接続方法をお知らせします)

人数 50名 その他 入会后ボランティア保険加入必須

応募締切 3月19日(土)  
※応募者多数の場合は、上記期限より前に募集を締め切らせていただくことがありますのでご了承ください。

### 問合せ

E-mail : info@tfwt.jp URL : https://tfwt.jp/



## 3 すべての人に健康と福祉を



オンラインでレクリエーションボランティアしてみませんか!  
作成したプログラム DVD の提供も大歓迎です。

コロナ禍でもご利用者のみなさんに楽しい時間を過ごしてほしいと考えています。  
オンラインで音楽(歌、楽器演奏等)や高齢者向けの体操ができる方、ぜひお力を貸して下さい。



日時 10:30 ~ 11:30 または 14:00 ~ 15:30  
上記の時間内で 30分 ~ 45分程度。  
※ DVD 提供の場合は応相談

場所 ご自宅や外出先など任意の場所

人数 1 ~ 7名

### 問合せ

千代田区立一番町特別養護老人ホーム(担当:入谷)  
TEL : 03-3265-6131 FAX : 03-3265-6136  
E-mail : chi-toku@jade.dti.ne.jp



## 11 住み続けられるまちづくりを



2022年度いのちの電話(東京) 第56期相談員募集  
ここるところをつなぐ「聴く」を一緒に始めませんか



情報はバックナンバーで活動を紹介しています



募集期間 2022年4月30日まで(必着)  
※電話相談を担当できる心身の健康を有する方

場所 いのちの電話関連施設  
(JR・地下鉄飯田橋駅から徒歩10分程度)

定員 約30名

その他 面接後、2022年9月から約1年半の研修を受講していただいた後の活動です。

### 問合せ

東京いのちの電話 事務局  
TEL : 03-3263-5794 (13:00 ~ 17:00/月-金)  
URL : https://indt.jp/



## 11 住み続けられるまちづくりを



歩きながらみんなに優しいまちづくり♪  
「バリアフリーマップ」作成メンバー募集

なんてことのない道でも、他の誰かにとっては進むのもひと苦労。そんな場所を減らすための「バリアフリーマップ」作成ボランティアを募集しています。

- 新規マップ作成のためのまち歩き調査・既存マップ情報更新のための再調査
  - 公衆トイレの再調査や新規調査 など
- ※調査への参加には、事前に研修を受ける必要があります。



日時 随時(問合せ時に応相談)

場所 千代田区、中央区、中野区の各所

人数 応相談

### 申込・問合せ

NPO 法人 リーブ・ウィズ・ドリーム  
URL : https://www.lwd.tokyo/

募集詳細



## SDGsのアイコン使用について

「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。



## アジアの国際教育協力の活動支援♪ リサイクル募金「ぐるりと。」のお手伝いボランティア募集



- 主な作業内容
- ・チラシやポスターの折り込みや発送
- ・回収強化キャンペーン開催時のはがきの整理
- ・その他、事務局業務に関する簡単な作業など

**日時** 1) 毎月最終木曜日 (10:00 ~ 17:00 時間は応相談)  
2) スポット参加 (開催日時は都度団体HPやメールなどでお知らせ)  
※事務局の事情などにより、変更・中止される場合があります。

**場所** エファジャパン事務局 (九段南3-3-2 九段宝生ビル3階)

**対象** 個人・団体問わずどなたでも **定員** 10名

### 問合せ

認定 NPO 法人エファジャパン

TEL : 03-3263-0337 E-mail : info@efa-japan.org URL : https://www.efa-japan.org/



ボランティア情報  
詳細

## 2022年度ボランティア保険の 更新について

ちよだボランティアセンターは、安心してボランティア活動ができるよう、活動中のけがと賠償責任を負った場合に補償をする「2022年度ボランティア保険」の加入・更新手続きを **3月15日(月)** より受け付けます。

現在、2021年度の保険に加入している方も **3月31日** で補償期間が終了します。4月1日以降も活動を継続される方は、更新手続きが必要です。

当センター窓口 (九段南 1-6-10 かがやきプラザ 4階) までお申し込み下さい。

※保険の内容につきましては、東京福祉企画のホームページ (<http://tokyo-fk.com>) をご覧ください



## ボランティア情報ステーション設置場所 (神保町地区3)

- 城南信用金庫九段支店
- ブックカフェ二十世紀
- 大原簿記学校10号館
- カトリック神田教会
- 魚がし料理辰巳家
- 斉藤洗染株式会社
- 東京理容専修学校
- たんぽぽ舎
- 田辺歯科クリニック
- JR 水道橋駅
- 豊年屋
- 有限会社恵比寿屋
- 公益財団法人 日本ケアフィットサービス共育機構
- 富多葉
- 有限会社池田屋油店
- 在日本韓国 YMC A アジア 青少年センター
- 株式会社グローバルアイ
- 松翁
- 浅野屋
- 株式会社伊東クリーニング店



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たところを募集しています。詳しくは、当センターへお問合せください。

※本誌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きます。

17 パートナシップで  
目標を達成しよう



## 初めて ボランティアをする方へ

**重要**

2022年1月17日より、専用の振込用紙を使用して、ゆうちょ銀行窓口もしくは ATM での現金払いされた際の手数料が変更となります。無料→変更後110円

### 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)

補償内容	補償期間	保険料
傷害保険 (ボランティア自身のケガ)	4月1日～翌年3月31日まで	350円～1,400円
賠償責任保険 (対象者の身体や財物等の損害)	※途中加入の場合：加入手続き日の翌日から適用	(6つのプランにより異なる)

■ボランティア保険：新型コロナウイルス感染症にも適用されました。(2020年2月1日までさかのぼれます) ※行事保険には適用されません。



**Zoomによるオンライン開催**

**ボランティアで地域を支える活動説明会  
対等な関係を築く その先に見えるもの**



誰かの支援をする際、「対等な関係を築く」ことが大切であるということ、講師の実体験を踏まえてお話いただけます。

※「ソーシャルフットボール」は、特定非営利活動法人日本ソーシャルフットボール協会の登録商標です。

**日時** 3月11日(金) 18:30～20:00  
**対象** 区内在住、在勤、在学の方、もしくは千代田区でボランティア活動を検討している方  
**定員** 30名(先着順) **申込締切** 3月7日(月)  
**講師** 小林 耕平氏  
(ソーシャルフットボール日本代表候補)

申込・問合せ

ちよだボランティアセンター

TEL:03-6265-6522 FAX:03-03-3265-1902  
E-mail:volunteer@chiyoda-cosw.jp  
URL: <https://www.chiyoda-vc.com/event/35478>



**Zoomによるオンライン開催**

**かがやきボランティア学習会  
ボランティアする≠ボランティアしてあげる**



写真提供：四国がんセンターボランティア「ふれ愛」

病院という支援が必要な方が多い場で、人と人が触れ合う時間に何が大切か。活動を長年見てきた経験者が今の活動に必要なことを伝えます。

**日時** 3月19日(土) 10:30～12:00  
**対象** 区内在住、在勤、在学の方、もしくは千代田区でボランティア活動を検討している方  
**定員** 30名(先着順) **申込締切** 3月11日(金)  
**講師** NPO 法人日本病院ボランティア協会

申込・問合せ

ちよだボランティアセンター

TEL:03-6265-6522 FAX:03-03-3265-1902  
E-mail:volunteer@chiyoda-cosw.jp  
URL: <https://www.chiyoda-vc.com/event/35507>



**Zoom 使用**

**第9回ちよだ認知症ケア講座  
認知症の人の視点から考えるバリアフリー  
～本人視点の条例 理念からの取り組み～**



近年、自治体での取り組みが始まっている認知症条例について、和歌山県御坊市(ごぼうし)で「御坊市認知症の人とともに築く総活躍のまち条例」の施行に携わった自治体職員からお話を伺います。

**日時** 3月17日(木) 14:00～16:00  
**対象** 区内在住、在学、在勤の認知症・認知症ケアに関心のある方、介護・福祉・医療の仕事に携わっている方  
**場所** Zoomによるオンライン開催  
※認知症当事者・ご家族で、オンラインでの参加が難しい方はご相談ください  
**定員** 50名 **申込締切** 3月10日(木)  
**講師** 谷口 泰之氏(和歌山県御坊市 市民福祉部介護福祉課地域支援係長)

申込・問合せ

かがやきプラザ研修センター

TEL:03-6265-6560  
URL: <https://www.chiyoda-cosw.jp/kensyu-c/>

申込・問合せはこちら



**Youtube 配信**

**社会福祉 HERO' S TOKYO 2021  
観覧者募集**



社会福祉の魅力をたくさんの人たちに伝えたい! 社会福祉のイメージを変えたい! という熱い思いを持つ20～30代までの若手職員が福祉の魅力を生スピーチします。

**日時** 3月15日(火) 13:00～15:00(予定)  
〈第2部〉登壇者と視聴者とのオンライン交流  
(15:15～16:00頃)

**開催方法** オンラインによるライブ配信 (YouTube)

**観覧費** 無料(事前登録不要)

視聴はこちら



**学生審査員募集!**

※大学、専門学校等の学生で、当日オンラインで視聴が可能な方  
※応募詳細は以下サイトに記載しています

申込・問合せ

社会福祉 HERO' S TOKYO 2021 事務局

TEL:03-3581-7819 FAX:03-3581-7928  
E-mail:shafuku-heros@shakyo.or.jp  
URL: <http://www.shafuku-heros.com/>



※本誌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きます場合がございます。ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。



## 千代田区のボランティア活動を応援！ 令和4年度地域福祉活動提案事業助成金～新規団体募集

高齢者、子育て、障がい者を対象とした千代田区の福祉に貢献するボランティア・市民活動に対して、その経費の一部を助成します。

**応募期間：**3月1日(火)～3月31日(木) ※必着

**対象団体：**以下の3点を満たした団体が対象です。

- ・区内に活動拠点があること
- ・区内在住者を含む3名以上で構成されていること
- ・政治、営利、(宗教の)布教を目的としている団体でないこと

**助成金額：**1団体(1事業)につき上限10万円

[詳細・申込みは以下のURLもしくはQRコードをご覧ください]

**URL：**<https://www.chiyoda-vc.com/hrant/34700>

**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.jp

詳細・申し込み



## 第57回東京都公園協会賞 応募作品・論文・報告等募集

東京を緑豊かで潤いのある都市にするため、「緑と水」の普及啓発に寄与した個人または団体に贈呈する賞です。

**応募期間：**3月31日必着

**募集部門：**東京都内の公園緑地、都市緑化、水辺(河川または港湾部における親水)に関し実施したもので、「緑と水」の普及啓発に寄与するものが対象となります。

- (1) 技術 (2) 論文(一般・学生の部) (3) 実施記録および報告 (4) ボランティア・社会貢献活動

※ 技術部門、論文部門については、過去2年間に作成したもので未発表のもの。(学内や社内等でのものは、その限りではない。)

**表彰：**○最優秀賞(1点) 10万円 ○優秀賞(若干名) 5万円 ○奨励賞(若干名) 3万円

[詳細・申込みは以下のURLもしくはQRコードをご覧ください]

**URL：**<https://www.tokyo-park.or.jp/profile/prize/index.html>

**問合せ：**公益財団法人東京都公園協会 緑と水の市民カレッジ事務局

TEL：03-5532-1306 (9時～17時 日・祝休) E-mail：college@tokyo-park.or.jp

詳細・申し込み



## REPORT

### 「デジサポちよだ」誕生！

2021年6月と7月に開催した「ボランティアで地域を支える活動説明会」「かがやきボランティア学習会」で、加速するIT社会に伴い「情報格差」が生まれつつあるという課題について参加者で考えました。

これをきっかけに、区内でスマートフォンや、パソコン、インターネット等、デジタル機器の使い方がわからない方を対象に、技術支援をおこなうボランティアグループ「デジタルサポートちよだ(通称:デジサポちよだ)」が誕生しました。

今後は定期的にかがやきプラザを中心に相談会を開催していきます。

日常生活を送るうえで必要な操作法など、皆さんが日頃から活用している知識などを伝える活動です。

サポートメンバーとして活動したい!と思った方は、ぜひちよだボラセンまで!



## ホッとニュース

### 今年の願いごとは…?

-「たまり場あつまろう会」の活動に参加してきました-

ちよだボランティアセンター登録団体のひとつ「たまり場あつまろう会」は、障がいのある方とその親御さんが余暇活動などを通し、地域でいきいきとした生活を行うために活動しています。

1月のある日、新年初の開催ということで、皆さんで区内の神社に初詣に出かけました。

コロナ禍で定例の活動は難しい状況が続いていますが、仕事の話をするなど近況報告に花を咲かせていました。「久しぶりに会えてよかったね」「元気にしてた?」など明るい声が飛び交い、直接顔を見て会えたことで安心した様子が伺えました。神社に向かう道すがら、ふと皆さんが願いごとする姿を想像してホッとしました。





雑談も楽しいですよ

ボランティアさんによる  
スマホ相談会もやっています

サロンがオープンしました。  
ボランティアさんは受付と検温の  
お手伝いをします。



13:00



フリータイムでみんなと一緒にゲーム♪  
最近「ブロックス」という  
ボードゲームが人気です。

さあ、  
勝負のはじまりです



13:15



レコード鑑賞会も始まりました。  
タンゴをバックミュージックに、カジノ  
さながらの白熱した対戦が続きます。



うーん…

日によっては、手芸や脳トレ、  
太鼓ゲームなどのプログラム  
を実施しています

利用者さんに、お茶やお菓子も  
楽しんでいただいています



14:00



楽しい時間もあっという間。  
最後に消毒と片付けをしてこの日の  
活動は終了です。



15:30



お疲れさまでした!

土田さん



二宮さん



高齢者の方や他のボランティアさんと  
真剣勝負ができて、とても楽しかったで  
す!自分の住んでいる地域にもこうい  
った施設があるかどうか調べてみます!

とても楽しくて、また  
行きたくなりました!

ボランティアさんより

脳トレにもなります。  
やっぱりお互い会話は  
必要ですね

対戦ゲームが  
大好きです!

ちよだの favorite spot  
番外編

活動後は、緑あふれる  
番町地区のお散歩でも



歴史を感じさせる  
お屋敷がすごかった!

目移りするお店が  
いっぱいあったよ!

サロン担当  
高橋さん



ボランティアの皆さん、  
いろいろな形で活躍して  
います!

ちよだ社協の「はあとサロン」って?

はあとサロンは千代田区内に4カ所ある、職員常駐型のサロンです。  
〈利用対象者〉  
・千代田区内の60歳以上の方(一番町、三崎町、和泉)  
・千代田区民ならどなたでも(アキバ)  
地域の方との交流、生きがいづくりのきっかけを目的として地域のみなさん  
のご協力を得ながら運営しています。ぜひ、お気軽にご来所ください。



今回の Volunteer Spot

「真剣勝負」、はじめました。 - 一番町はあとサロン -

緑あふれる閑静な住宅街に立地する「いきいきプラザ一番町」。

毎週火曜日と金曜日には地域の高齢者の方々が集まる「はあとサロン」が行われます。

午後一番のひととき。手芸や脳トレ、プログラミング、ゲームなどのプログラムを楽しんだり、ゆったりとお茶を味わったり、それぞれの時間が流れています。

そして、参加されるみなさんに心地よい時間を過ごしていただくために、近隣の方もボランティアとしてサロンの準備を手伝っています(もちろん、プログラムも一緒に楽しんでいます！)。

今回は、「法政大学ACIP ロジェクト」に所属する2名の学生さんが1日体験ボランティアとして、一番町はあとサロンを紹介しています。



**サロンまめ知識**  
社会福祉協議会が運営するサロンは、みなさんからご寄付いただきました使用済み切手を原資に運営されています

**ボランティア情報** **一番町はあとサロン**  
サロンについてはこちら →

**日時** 毎週火・金曜日 13:00~16:00  
**場所** いきいきプラザ一番町(一番町12)  
**内容** 準備、片付け、受付、傾聴、プログラムの進行補助など  
**問合せ** 千代田区社会福祉協議会・地域支援係  
☎03-3265-1901 ✉chiiki@chiyoda-cosw.jp

**今回のボラダー**



参加者の皆さんに馴染めるか少し不安です  
土田隆矢さん



うまくお話しできるか緊張します  
二宮いこいさん

以下のサロンでもボランティアを募集しています。  
三崎町ふれあいサロン(神田三崎町3-1-17/月・水・木開室)  
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10和泉会館2階/火・木開室)  
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13万世橋出張所6階/水・金開室)  
※いずれのサロンも社協職員をサポートがあります

詳しくは  
お問い合わせください

**「ボラダー」とは**  
ボランティアで「まち」や「地域」のために活躍するヒーロー、すなわち皆さんです。



# Chiyodaボラ

あなたの「はあと」が地域のチカラに変わる情報マガジン

2022.3-4  
vol.424

TAKE  
FREE

ご自由に  
お持ちください



今回の Volunteer Spot

「真剣勝負」、はじめました。

一番町はあとサロン

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 <https://www.chiyoda-vc.com/> E-mail [volunteer@chiyoda-cosw.jp](mailto:volunteer@chiyoda-cosw.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)大家商會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。