

Volunteer

TAKE
FREE

ご自由にお持ちください

今月の
Volunteer

電源のつけ方から、井戸端会議まで。

— デジタルサポートちよだ —



～おかげさまで、ちよだ社協は創立70周年を迎えました～

社協会員募集

社会福祉協議会の福祉事業は、区の補助金等のほか、会員による賛助金や一般の方の寄付金を財源としています。

地域のボランティア情報

▶ P.2

ボランティア記者レポート

「ジロール麹町サンタクロース
ボランティア」を通して

▶ P.3

ホットニュース

お手製の竹飾りで、心がほっこり😊

▶ P.5



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!

1,272名 (2023.2現在)



ちよだボランティアセンター
youtubeチャンネル公開中



さくらが咲いたら千鳥ヶ淵♪ さくら美守り隊ボランティア募集



さくら美守り隊は、千鳥ヶ淵で皆さんがゆったりとお花見を楽しめるよう活動しています。
満開の桜に包まれながら一緒に活動しませんか。

期 間 主に「千代田のさくらまつり」期間中（12：00～19：00）※日程・時間は要相談

場 所 千鳥ヶ淵緑道周辺（ポート場の南側に美守り隊のテントあり）

内 容 ゴミ拾い等の美化活動、道案内、「さくら基金募金」声掛け（その他にも、国立劇場方面へ足を延ばして、お花見しながらゴミ拾いをする『お花見&クリーンナップ』も企画しています）

申込・問合せ

さくら美守り隊運営委員会（担当：杉浦）
E-mail：support@sakuramimamori.tokyo
URL：https://sakuramimamori.tokyo/



できたての手作り弁当と笑顔を届ける調理ボランティア♪

月に1回、75歳以上で1人暮らし、または食事づくりが困難な方、障がいがある方に安否確認をしながら、手作りの夕食をお届けしています。

こんな方を歓迎します

- 長期で継続してできる方
 - コミュニケーションを取るのが好きな方
- ※配達もできる方さらに歓迎します



日 時 毎月第4水曜日 13：00～16：00
（8月はお休みです）

場 所 万世橋出張所・区民館3階 調理室（外神田1-1-13）

人 数 2名

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.jp



2023年度いのちの電話（東京） 第57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

募集期間 4月30日（日）まで（必着）

場 所 いのちの電話関連施設
（JR・地下鉄飯田橋駅周辺）

人 数 約40名
※電話相談を担当できる心身の健康を有する22～65歳（2023.4.1現在）までの方



そ の 他 相談員の認定は、2023年9月から養成講座（1年半）受講したのち相談員としての適性等を勘案して認定されます。

問 合 せ

東京いのちの電話 事務局
TEL：03-3263-5794
URL：https://indt.jp/



好きな時間・自分のペースで 切手・ハガキのカウンボランティアさん 新規募集

「書損じハガキ回収キャンペーン」で全国から送られてきた書損じハガキや切手類を仕分けして数える作業です。10代の学生から80代の方まで約200名が登録、活躍しています。

※説明会に出席必須となります（日程調整可能）



日 時 2023年11月末まで、平日10:00～18:00のうち1時間から要相談
※継続的に参加できる方（平均的な活動頻度は1週間に1回、3～4時間程度）
※週2日以上できる方歓迎します！

詳細・申込はこちら



場 所 ハンガー・フリー・ワールド東京事務所
（飯田橋4-8-13 山商ビル8階）

人 数 若干名

問 合 せ

特定非営利活動法人ハンガー・フリー・ワールド東京事務所
URL：https://www.hungerfree.net/

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。



ボランティア情報ステーション設置場所 (万世橋地区1)

- ECOM 駿河台
- 区立神田保育園
- 神尾記念病院
- RAKU SPA1010
- 芝信用金庫
- 神田尾張屋
- 文具の日乃出
- 神田まつや
- ハロー
- 近江屋洋菓子店
- 神田郵便局 貯金課総務
- かんだ連雀在宅介護支援コーナー
- 松竹庵
- 万世橋出張所
- Akiba:F 献血ルーム

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。

【重要】ボランティア保険料の一部助成の終了について

令和4年度をもちまして、ボランティア保険加入料の一部助成(150円)を終了いたします。

ちよだボランティアセンターでは、これまでボランティア活動を普及し、裾野を広げることを目的に、千代田区内で活動するボランティアを対象に、保険料の一部を助成してきました。お陰さまで当初の目的が一定程度達成されたこと、また本保険は任意の保険であることなどを踏まえ、令和4年度をもちまして一部助成を終了させていただきます。ご理解の程、よろしくお願いいたします。

なお、区が全額助成している事業(介護保険サポーター・ポイント制度など)については、この対象外(引き続き全額助成)となります。

また、保険料の支払いについては、金融機関でのお振込みをお願いします。

(申込書類はセンター窓口にて用意しております※3月中旬～を予定)

令和5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「令和5年度ボランティア保険」の加入・更新手続きを3月14日(火)より受け付けます。

現在、令和4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1-10-6 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://www.tokyo-fk.com> もしくは右のQRコード)からご確認ください。



ボランティア記者レポート

12/15
開催

「ジロール麹町 サンタクロースボランティア」を通して

コロナ禍に見舞われ、早三年が経過しているところで今年も無事に交流会の企画・開催が出来ました。“このような時期だからこそ”に相応しいスタイルの内容を企画し、「ちよだ企業ボランティア連絡会*」のメンバーと一緒に準備して参りました。交流会はオンライン会議ツール「Zoom(ズーム)」を利用し、「PowerPoint(パワーポイント)」でオリジナル紙芝居やクイズを披露したり、「YouTube(ユーチューブ)」の動画を流しながらクリスマスソングを皆で歌ったりしました。モニター越しでの対面で不安はありましたが、皆さまも笑顔で、大変盛り上がったと実感しました。今回の活動を通じて「どんな状況下であっても人は助け合うことができ、喜びを共有できる」と改めて実感しました。今後も様々な取り組みを通じて地域貢献していきたいと思えます。



Zoomからのサンタクロース ※左下が記者の渡辺さんです

今回の記者

「ちよだ企業ボランティア連絡会」参加企業
古河電工グループ / 株式会社明星電気商会 渡辺 信一郎 さん

【*ちよだ企業ボランティア連絡会とは】

千代田区内の企業同士が集まり、地域貢献活動を通じてより豊かで潤いのある地域社会を目指す活動です。定例会で情報交換を行ったり、地域のみなさんとのふれあいで交流を深めています。

※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く場合がございます。

17 パートナリツッブ
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した。(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。

11 住み続けられるまちづくりを
オンライン / 対面開催 Zoom 使用
災害ボランティアフォーラム2023
マンション防災と要配慮者支援について考える



三平 洵 氏

基調講演・ナビゲーター

三平 洵 氏 (一般社団法人地域防災支援協会 代表理事)

ゲスト

- 鈴木 正彦 さん (江戸川区なぎさ防災会会長)
- 後藤 浩志 さん (横浜市都筑区災害ボランティアネットワーク会長)

日 時 3月11日(土) 14:00 ~ 15:30

場 所 かがやきプラザ4階 研修室1・2 (九段南1-6-10) もしくはオンライン

対 象 千代田区在住・在勤・在学の方もしくは千代田区内でボランティア活動をお考えの方

定 員 対面: 40名 オンライン: 100名 **申込締切** 3月3日(金)

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.jp

U R L: www.chiyoda-vc.com/event/36980



11 住み続けられるまちづくりを
シニアボランティアのスペシャリストが送る
シニアボランティアの楽しみ方

こんな方におすすめ

- 高齢者の支え合い活動に関心がある方
 - 今まで仕事をしていたため、地域のことを知らない方
 - これから新しいことをしたい方、新しい仲間が欲しい方
- 「介護保険サポーター・ポイント制度」の説明も行います。



日 時 3月25日(土) 13:30 ~ 15:30

場 所 かがやきプラザ4階 会議室1~3 (九段南1-6-10)

対 象 区内在住の65歳以上の方 **定 員** 30名 (申込順)

講 師 藤井 敬三 氏 (NPO 法人シニア大樂)

申込締切 3月24日(金)

申 込 ・ 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.jp

U R L: https://www.chiyoda-vc.com/event/37128



11 住み続けられるまちづくりを
オンライン / 対面開催 Zoom 使用
第10回認知症ケア講座
心のケアとは何か



講師: 東畑 開人 氏

『居るのがつらいよ』などの著書でおなじみの臨床心理士による講座です。多くのクライアントの心の声に寄り添ってきた経験から、「こころ」の在り方をテーマに「認知症になっても、自分らしく生きていくために」を考えていきます。

日 時 3月15日(水) 19:00 ~ 20:30

場 所 かがやきプラザ1階 ひだまりホール(九段南1-6-10) またはオンライン

対 象 認知症当事者およびそのご家族、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

定 員 会場: 50名 オンライン: 50名 (いずれも申込順)

講 師 東畑 開人 氏 (臨床心理士) **申込締切** 3月10日(金)

問 合 せ

かがやきプラザ研修センター

TEL: 03-6265-6560

U R L: https://www.chiyoda-cosw.jp/kensyu-c/2023/02/02/4637/



17 パートナージュで目標を達成しよう
子どもが主役・大人も本気
千代田こどもの芸術祭
in 東京ミッドタウン日比谷



日比谷の広場が子どもが主役のお祭り広場に! 子どもたち、学生たち、大人たちが一緒になって作りあげます。お子さんと一緒にぜひワクワクしに来てください!

観覧無料・予約不要

歌や芝居、ダンスなどのパフォーマンスステージ

【以下は事前の購入や予約が必要です】

- あそびとたべもののお店
※チケットの購入が必要です。
- 体験・ワークショップ (書道体験、ボイストレーニング、チアリーダー体験)
※参加には事前の予約が必要です (先着順)。



日 時 3月11日(土) 10:00 ~ 16:00 (雨天の場合は翌日に順延)

場 所 東京ミッドタウン日比谷 ステップ広場(有楽町1-1-2)

主 催 就学準備教室りりーふ

問 合 せ

千代田こどもの芸術祭

E-mail: info@kodomonotokyo

前売り券の購入はこちらから
予約・購入フォーム



※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。



千代田区のボランティア活動を応援！ 令和5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（水）～3月31日（金）※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・申し込みは以下のURLもしくはQRコードからご覧ください

URL：<https://www.chiyoda-vc.com/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



1月27日

REPORT

「多文化共生ボランティア講座 第1回」 を開催しました!

inかがやきプラザ

国際化が進む中、東京都内で生活する外国人が増えています。実は、千代田区でも人口のうち5%を超える外国人が暮らしており、多様な国や文化が共生するまちになっているのはあまり知られていない模様。

初回の講座では、「保険証の使い方がわからない」「地震のない国から来たので、防災と言われてもピンと来ない」など千代田区の現状を知ってもらい、時に異文化体験シミュレーションも挟んで話が進んでいきました。ちよだで暮らす外国人の方より「地域の住民とつながりが持てることで生活の暮らしやすさにつながる」と、お話がありました。ボランティアの活躍が多文化共生社会を地域で実現する原動力になるかもしれません。(う)



2/27第2回目の
様子は終了後
facebookで公開!



ホッとニュース

お手製の竹飾りで、心がほっこり😊

12月17日、区内企業(日本生命保険相互会社)の職員の皆さんが、社会貢献活動の一環として「千代田区立障害者福祉センターえみふる」でレクリエーションを実施しました。この日は「えみふる」利用者さんと一緒に「竹飾りづくり」で交流です。同じ材料から出来上がった作品は、それぞれの世界観が伝わってきて、「とても魅力的だな」と12月にしては暖かかった外の陽気と同じくらいホッと😊としました。ちなみに今回使用した作成キットは、日本生命保険相互会社の職員の皆さんが長い間取り組んでいる植樹・育樹ボランティア活動で排出された間伐材を使用したとのこと。ここでも“SDGs”が活かされているようで、ますますホッと😊としました。(く)



「ブログ」で活動の様子が
もっとわかる!➡



できない、ができた!に変わった時の空気はその場でしか味わえない醍醐味です♪



今回は、「QRコードを読みこみたい」「twitterの使い方を知りたい」との相談を受けました。



スギウラさん
サポーター歴約7か月

タケウチさん
サポーター歴約3か月

「デジタルサポートちよだ」
ここがポイント

- 男性のボランティアが多い
- 相談者さん1名につき2名でのサポート体制
- 相談者さんの年齢層は50～90代

難しい時は代替案を提示します



この前、Windows XPの相談をされた方がいましたね

時にはサポーター同士で情報交換を行います。

最近はスマホで宝探しゲームができるんです



写真やSNSの使い方をきっかけに、話が弾んでいきます。

他のボランティアの方に助けてもらいつつ和気あいあいとした雰囲気の中、楽しく交流できて有意義な経験でした!



参加者の方の笑顔が見られて凄く嬉しかったです! また参加したいです!

他にも、こんな相談が寄せられています

Excelでセルに色分けをしたい

LINEで写真を送りたい

地図はどのようにすれば見られる?



ちよだの favorite spot

マーチエキュート神田万世橋
(旧万世橋駅)
明治時代の記憶をとじこめた、
アキバの New Spot
神田須田町1-25-4

階段・プラットホーム・オープンデッキ
公開時間 11:00~22:00(日・祝 20:30)
※ LIBRARY(ライブラリー)は
11:00~21:00(日・祝 20:00)
<https://www.ejrccf.or.jp/mansei/>
(東日本鉄道文化財団)



この線路は、東北につながっている



RESTAURANT PLATINUM FISH

月~土 11:00~23:00(L.O.22:00)
日・祝 11:00~21:00(L.O.20:00)
※15:00~17:00は一時クローズ(土日祝除く)

TEL:03-6206-8455
<https://platinumfish.jp/shoplist/manseibashi/>



客席のすぐそばを
電車が駆け抜ける!





今回の Volunteer

電源のつけ方から“井戸端会議”まで。 - デジタルサポートちよだ -

「写真をLINEで送りたい」から「電源のつけ方がわからない」。「そもそもわからないことがわからない」…。スマートフォン急速な普及により、60歳以上の所有率も8割を超える現在。しかし、耳慣れない横文字や極限までに簡素化された見た目に戸惑いを見せる方も少なくありません。

そこで「デジタルサポートちよだ」の出番。デジタルサポート個別相談会では、グループメンバーと企業の方が、個人の相談に対して「？」を「ー」に変えるお手伝いをしています。また、回を追うごとにリピーターも増えていきます。デジタルサポートだけでなく、「他の人とおしゃべりする」居場所としての役割も担っているようです。

その責方もぜひ、新しい世界の扉を開くお手伝いをしませんか？
今回は、「法政大学ACUPプロジェクト」に所属する2名の学生さんが、アキバ分室で行われたデジタルサポートボランティアを体験しました。



ボランティア情報

デジタルサポートちよだ

スマートフォン、パソコンなどIT機器、インターネットの利用方法が分からない方にサポートします。ご自身ができる範囲で構いません。



日時・場所

毎月第2土曜日・第3水曜日：かがやきプラザ(九段南1-6-10)
第2・第4木曜日：千代田区社会福祉協議会アキバ分室
(外神田1-1-13 万世橋出張所・区民館6階)
※13:00～16:20のうち、申し込み状況により調整(1回につき1時間)
※2023年4月より、「こもれび千桜」(神田東松下町22-1)でも開催

問合せ ちよだボランティアセンター

☎ 03-6265-6522 ✉ volunteer@chiyoda-cosw.jp

本日のボラダー



ひまり
佐藤向日葵さん

初めて参加するので、少し不安ですが頑張ります！



住吉大和さん

あまりデジタルに強くないので教える側となると緊張…



「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。

～おかげさまで、ちよだ社協は創立70周年を迎えました～

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

2023.3-4
vol.430

TAKE
FREE

ご自由に
お持ちください



今月の Volunteer

電源のつけ方から「井戸端会議」まで。

— デジタルサポートちよだ —

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



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。