

あなたの「はあと」が地域のチカラに変わる情報マガジン ボランティア

2025.3-4 vol. 442

Volunteer

TAKE
FREE

ご自由にお持ちください

今月の
Volunteer Spot

つくる・たべる・はぐくむ
「いじも食通 family couch」



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

REPORT

ちよだ災害ボランティアセンター開設・運営訓練 ▶ P.5

つながりで未来を創る

広がれ！ボランティアの縁 - 第4回 -

▶ 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!

1,308名 (2025.2現在)



ちよだボランティアセンター
youtubeチャンネル公開中

ちよだボランティアセンター





15 桜の豊かさも 守ろう さくらが咲いたら千鳥ヶ淵へ 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。

- 活動期間** 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
- 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
〈上記以外にも、千鳥ヶ淵周辺でお花見を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〉
- 場所** 千鳥ヶ淵緑道周辺
(ボート場の南側広場に美守り隊のテントを設置)
- 申込・問合せ**

さくら美守り隊運営委員会

E-mail: support@sakuramimamori.tokyo
URL: https://sakuramimamori.tokyo/



3 すべての人に 健康と福祉を 留学生のホストファミリーを募集しています！ 九段日本文化研究所 日本語学院



現在、未経験の方から30年以上のご経験のある方まで幅広くご協力いただいております。ご登録の際には、担当者がご自宅に訪問し受入れについての詳しい説明を行います。

- 活動期間** 2週間～2年の間で要相談
※通常は1ヶ月～3ヶ月が多いです。
- 登録条件** ①水道橋駅/神保町駅から電車+徒歩60分圏内かつ定期券月額20,000円以内
②平日朝・晩の食事提供、休日朝・昼・晩の食事提供が可能
③個室(冷暖房器具、机・椅子、寝具、ハンガーラックもしくはクローゼットなど)の提供
- その他** 滞在費の支給があります(1泊 ¥3,300)
- 申込・問合せ**

九段日本文化研究所 日本語学院
TEL: 03-3239-7923

URL: https://www.kudan-japanese-school.com/jp/hostfamily.php

登録前にこちらをご確認ください！▶



11 住み続けられる まちづくりを 高齢者施設でのボランティアを募集しています！ 岩本町ほほえみプラザ

高齢者複合施設と、地域の方の活動の場となっている区民施設が一体化している「岩本町ほほえみプラザ」。通所や入居されている高齢者の方はもちろん、まちの方々からも愛されている集いの場となっています。



そんな岩本町ほほえみプラザでボランティアを募集しています！

- 内容** 昼食やおやつの時間帯の、食器洗いやテーブル拭きなどのサポート
- 日時** 火曜日～金曜日 ① 11:00～13:30 もしくは ② 14:30～15:30
- 場所** 岩本町ほほえみプラザ(岩本町 2-15-3)
- 申込・問合せ**

岩本町ほほえみプラザ

TEL: 03-5285-3407 FAX: 03-5825-3408
E-mail: iwamoto@tama-dhk.or.jp



17 パートナシップで 目標を達成しよう 開催日が追加となりました！ 情報マガジン「Join + us (ジョイアス)」 ラベル貼り&発送のお手伝い

偶数月に発行をしている情報マガジン「ボランティア」。1年に1回、特別号「Join + us」が発行されることをご存知でしたか？ 通常号と同様に、ボランティアの方々のご協力を得て多くの皆さんのお手元に届けられます。
ぜひお気軽にご参加ください！！



- 内容・日程(予定)**
- ラベル貼り ※封筒にラベルを貼り付け、送付部数ごとにまとめます。
2025年3月10日(月) 13:00～14:30頃
 - 封入 ※情報誌を部数ごとに封筒に入れ、封をします。
2025年3月13日(木) 9:00～12:00頃
- 場所** かがやきプラザ4階 ボランティアサロン(九段南1-6-10)
- その他** 5名以上でご参加の場合は、事前にお問合せください。

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
URL: https://www.chiyoda-vc.com/volunteer/22514



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 (麴町地区1)

- 明治安田生命保険相互会社 広報部
- 株式会社ゆうちょ銀行本店 窓口サービス
- 有楽町献血ルーム
- 帝国ホテル労働組合東京支部
- バーバー オイカワ
- エーオンジャパン株式会社
- 中国電力株式会社 東京支社
- ニュー東京
- ヘアアート サロントップ
- 有限会社 東電喫茶
- 日本興亜損保 理容室



募集中

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

ボランティア記者レポート

～ちよだ企業ボランティア連絡会～

12/18, 21
開催

「サンタクロースボランティア」で笑顔と元気を届けました!!

毎年の恒例イベント、サンタクロースボランティアを実施しました。

クリスマスの時期に合わせて、11月からプレゼントとカード作成をスタートしました。12月に企業ボランティアがサンタクロースに扮し、児童施設や高齢者施設などを訪問し交流しました。

訪問当日は、サンタクロースからクリスマスプレゼントを渡し、施設利用者のみなさんと共に歌や踊りを交え、クリスマスパーティーさながらのひとときを過ごしました。

来年のクリスマスの再訪を約束し施設を後にしましたが、サンタクロースに扮したボランティアも、施設利用者のみなさんから「笑顔のクリスマスプレゼント」をいただきました。



手渡したプレゼントとカードは約 140 セット。すべてちよだ企業ボランティア連絡会の参加企業のみなさんの手作りです。来年はもっとたくさんのプレゼントを作り、もっとたくさんのサンタクロースで、千代田区の街中をサンタクロースと笑顔で溢れさせたいと思います!

今回の記者

「ちよだ企業ボランティア連絡会」参加企業
NEC ネットエスアイ・サービス株式会社
福島 さん

【ちよだ企業ボランティア連絡会とは】

現在千代田区内の企業 15 社から構成され、協働して地域貢献活動に取り組んでいます。主な活動は区内の高齢者・児童施設訪問、ふれあい福祉まつり参加および学習会実施等です。各企業が集まり、毎日にぎやかに社会貢献活動を楽しんでいます。また、懇親会・情報交換会も開催しています。



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活動をする方へ

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)

【ご確認ください】

- ◎ 保険料の支払いは振込みのみとなります(現金不可)。
- ◎ ボランティア保険の一部補償額が変更されます。

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。

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) 賠償責任保険 (対象者の身体や財物等の損害)	4月1日～翌年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	350円～ 1,400円 (6つのプランにより異なる)

令和7年度分の申し込みは、3月1日(土)より開始となります。



子どもたちが主役!! 「子どもフリマ」開催

「子どもフリマ」は、子どもたちが自分でお店を運営し、楽しみながら学ぶイベントです! 本やおもちゃなど、思わぬ掘り出し物に出会えるかも!? ご家族そろって、ぜひ遊びに来てください♪

(お買い物ができるのは、小学生以下のお子さま限定です)



日時 2025年3月16日(日) 10:30～11:30

場所 こもれび千桜ホール(神田東松下町 22-1)

参加費 無料

問合せ 事前にこちらの注意事項などをご確認ください。▼

NPO 法人いちごの会

TEL: 03-3252-1115

E-mail: info@ichigonokai.com



WFF (ワールドファミリー基金) チャリティーお花見バザー

“フェアトレード”のアジアやアフリカの NGO の手工芸品、アクセサリー、布製品、各種紅茶、コーヒーなどを販売します。掘り出し物もたくさんあります! 収益は発展途上国 NGO による職業訓練、識字教育など自立を目指すプロジェクトに繋がります。



当日ボランティアも募集しています!

■ 活動時間: 10:00～16:00 頃

■ 内 容: 当日の準備や販売の補助

■ 募集人数: 2名程度

日時 2025年3月29日(土) 11:00～15:00

場所 ファミリアー番町 ガレージ(一番町 11-5)

申込・問合せ

千代田区一番町 11-5 ファミリアー番町 203 号

TEL: 03-3262-5033

E-mail: ilca@tokyo.email.ne.jp



介護・福祉のしごと 就職フェアちよだ

千代田区での介護・福祉の求人があります。資格や経験のない方も大歓迎!

「フルタイム」「パートタイム」など雇用スタイルも様々で、区内にある介護・福祉施設や事業所の相談ブースでの相談が可能です。



さらに当日は、日本マッコが多くの福祉の会社「株式会社ビジョナリー」の代表取締役 丹羽悠介氏によるオープニングトークもあります!

日時 2025年3月1日(土) 13:00～15:30(開場 12:45)

場所 かがやきプラザ1階 ひだまりホール(九段南 1-6-10)

その他 服装自由、参加費無料、履歴書不要、事前申込不要

申込・問合せ

かがやきプラザ研修センター

TEL: 03-6265-6560

E-mail: jinzai@chiyoda-cosw.jp



～子どもと一緒に! みんなで団めば楽しさ100倍～ ファミリーウエルネスマージャン体験会

マージャンは、老若男女を問わずわいわい楽しく卓を囲むことができるゲームです。

「賭けない」「飲まない」「吸わない」が合言葉の健康マージャンを、多世代で体験してみませんか?

当日は、井出洋介プロのお話もあります。



日時 2025年3月20日(木・祝) 13:00～16:00

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 小学1年生(3/20時点)～24歳未満の子どもを含むどちらかが千代田区在住・在勤・在学のペア

参加費 1組 500円

定員 16組(32名)申込順

申込・問合せ

高齢者活動センター

TEL: 03-3265-1161

E-mail: kagayaki@chiyoda-cosw.jp



最近災害が増えていますよね。困っている人がいる限り頑張ります。—— ひつじの会を立ち上げたきっかけを教えてください。

萩原 東日本大震災のときに編み物を寄付したのがきっかけです。3月はまだすごく寒くて、温かいものを作って送ろうという思いから始めました。そのときは膝掛け、座布団、帽子などを編んで寄付しました。

—— どういうところへ寄付することが多いのでしょうか？

萩原 むやみに寄付するのではなく、千代田区を経由して、必要とされるところへ送るようにしています。最近では大雨の災害があった秋田県の五城目町に座布団や膝掛けなどを送りました。五城目町

つながりで未来を創る 広がれ!ボランティアの縁 — 第4回 —

2011年3月11日東日本大震災のとき、体を温める物資を送ろうと始まった『ひつじの会』。代表の萩原さんに編み物ボランティアについてお話を伺いました。



編み物ボランティアグループ
『ひつじの会』代表
萩原純子さん

『ひつじの会』とは？

設立 / 2011年3月
活動日 / 毎月第3土曜日
活動場所 / かがやきプラザ4階（千代田区九段南1-6-10）
入会条件 / 編み物が好きな人
活動内容 / 編み物を通じて親子交流、地域貢献活動や被災地への支援活動を行う。
問い合わせ先 / ちよだボランティアセンター（03-6265-6522）
代表者メール / hagiun318@yahoo.co.jp

メッセージ from hagiwara!

編み物をしたことがない人でも教えます。編み物で誰かの助けになりたい人はいっしょに活動しましょう！

取材・文 / 金 載夏 撮影 / 吉田 幸平
デザイン / 櫻井 りり（すべて東京ビジュアルアーツ・アカデミー）

は千代田区の姉妹都市で、縁のある町なんですよ。

—— ボランティア活動をする上でのやりがいは何ですか？

萩原 被災地へ送ると、いつもいていねいなお手紙をいただきます。そういうものをもらおうと少しは役に立てたのかなと思いますし、やりがいを感じます。

—— これからの目標を教えてください。

萩原 本当は災害なんてなくなっていきたいです。そうすれば私たちの役目はなくなりませんが、それでいいんです。でも、最近災害が増えていますよね。困っている人がいる限り、頑張りたい。目標というのなら、少しでも頑張るといことでしょうかね。

REPORT

12月7日

ちよだ災害ボランティアセンター 開設・運営訓練

12月7日(土)に、「ちよだ災害ボランティアセンター開設・運営訓練」を実施しました。職員はもちろん、区民の方や日頃から協働しているボランティア団体、企業の方などにもご参加いただきました。午前は、被災された方のニーズをどのように汲み取るのかに特化した訓練を行い、午後は災害ボランティアセンター立ち上げの総合シミュレーション訓練を行いました。被災された方の常に揺れ動く気持ちに寄り添いながら、いかにボランティアの方との橋渡しをするかを学ぶとともに、ライフラインなどが十分に機能しないことも想定しながら、職員と地域の皆さんがどのように連携して災害ボランティアセンターの運営をするか等をみんなで考え、分かち合いました。(き)



ホットとニュース

つなメールがつないだボランティアの輪

千代田社協では、隔週火曜日に「ちよだでつながるメールマガジン」というメールマガジンを配信しています。

このつなメールは、10年ほど前から区内のホットなボランティア情報やイベント・講座のお知らせを配信しており、読者は1,600名にもなります！

最近、メールマガジンでボランティア情報を見た読者から、その活動に参加したい!という問合せがありました。メールマガジンがしっかりと届いていたのはもちろんのこと、実際活動に参加したいという声が返ってくることは、メールマガジンの配信が始まって何年経っても嬉しい限りです。

これからも、ボランティアの輪を広げていければと思います。(す) 登録はこちらから！



まずは、厨房で調理のお手伝いをします。
他のボランティアさんから教えてもらいながら、野菜を切ったり、合間で調理器具を洗ったりします。

みんなで力を合わせて
頑張ります！



続いては、食後に食べるパフェづくり♪
まずは使う材料を切っていきます！



綺麗に切るのは
難しいな～



いよいよご飯の時間です🍴
来ている親子とボランティアみんなで
一緒に食べます！

いただきます～！！



材料が用意できたら、いよいよパフェづくり！
大人も子どもも関係なく、みんなが思い思いの
パフェを作りました😊



できました～！！



ご飯の前には配膳の
お手伝いも！！



family couch 代表の方からのコメント

ボランティアを通して、誰かを大切に
思い、自分を大切にできる時間を
一緒につくってみませんか？

このこども食堂は、
Bistrot VIVANT (ビストロヴィヴァン)
の店舗を借りています！



店舗状況はホームページと
インスタグラム、お電話にて
ご確認ください。



HP



住 所 千代田区内神田1-18-11 東京ロイヤルプラザ1階
営業時間 月～金 11:30～15:00 (料理、ドリンク L.O. 14:00)
TEL: 03-6854-3408 URL: <https://linktr.ee/letsogfamilycouch>

想像以上にアット
ホームで、また行き
たいと思うような場
所でした！

雰囲気が暖かく、リ
ラックスしているい
ろんな方と交流がで
きて楽しかったです！

こども食堂 family couch
の情報はこちらから！



HP





今回の Volunteer Spot

つくる・たべる・はぐくむ 「こども食堂 family couch」



ソファに座るとどこかほっとする。そんな場所や時間、関係をみんなと一緒に築き、未来を生きる子どもたちに夢を育んでいきたいという想いで運営されている「こども食堂 family couch」。企業の方や学生さん、主婦の方などたくさんさんのボランティアさんの力によって、「第3の家族」として心と食の安心・安全を提供しています。

今回はそんなこども食堂 family couch での活動を、法政大学のボランティアグループ「ACIプロジェクト」に所属する2名の大学生が体験しました！

ボランティア情報

こども食堂 family couch

- 活動内容**
- ・会場準備(調理・テーブルセッティング)
 - ・配膳、片付け
 - ・子どもへの学習支援や傾聴、対話 など
- 日時** 2025年12月20日(金)までの毎週水曜日
14:30~18:00
(祝日を除く/上記期間内、単発及び1時間でも活動OK)
- 募集人数** 2~4名
- その他**
- ・ボランティア保険へのご加入をお願いします(必須)
 - ・食事付き
- 活動場所** Bistrot Vivant (ビストロヴィヴァン)
(千代田区内神田1-18-11 東京ロイヤルプラザ1階)
- 問合せ** メールで受け付けています
✉ letsgofamilycouch@gmail.com
URL: <https://linktr.ee/letsgofamilycouch>

本日のボラダー

どんなお子さんが参加するんだろうと、楽しみと緊張の気持ちが入り乱れています。

東 利帆さん

初めての参加なので緊張します。

竹内龍太郎さん



「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

2025.3-4
vol.442

TAKE
FREE

ご自由に
お持ちください



今月の Volunteer Spot

つくる・たべる・はぐくむ 「こども食堂 family couch」

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。