



# しずく

Vol.275  
2015年  
**5月**  
毎月15日発行

## あなたも ボランティア **デビュー!** してみませんか?

仕事や趣味の経験を活かしたい...  
最近ひとり暮らしの高齢者が気になる...  
ボランティアの仲間をつくりたい... など、

そんな方には以下の活動がお勧めです。  
あなたの経験を地域で活かしてみませんか?

### ①暮らしのサポート事業

日常生活で援助を必要とするすべての方を対象に、以下の活動を行います。

※有償の活動もあります。

- 買物、掃除
- 外出付添
- 趣味の相手等

### ②地域見守り協力員事業

75歳以上のひとり暮らしの方、日中独居の方等を対象に、月2回程度ご自宅を訪問し、お声かけなどを通じて、高齢者の生活を見守ります。

### ③ちょこっと困りごと援助サービス事業

75歳以上のひとり暮らし、または75歳以上の方を含む65歳以上の方のみの世帯を対象に、30分程度で解決できる困りごとのお手伝いをします。

【例】電球交換、荷物の移動等

### ④高齢者施設等での活動

施設等で以下の活動を行います。

- イベントの手伝い
- 一芸披露、手芸、囲碁の相手等
- 話し相手や配膳、シーツ交換等



### 介護支援ボランティア・ポイント事業

高齢者を対象とした活動や特定の介護施設等での活動（上記②③④事業）に応じ、ポイント（100円/1ポイント）を年間50ポイント付与する制度です。ポイントは換金または寄付することができます。ご希望の方は裏表紙の連絡先までお問い合わせ下さい。



上記事業以外にも、区内では様々なボランティア活動が行われています。ご希望にあった活動をご紹介しますので、まずはお気軽にご相談下さい。



### 「地域コーディネーター講座」を開講します!

地域の課題をもっと知りたい、さらにボランティア活動を広げたいとお考えの方必見です。詳しくは裏表紙をご覧ください。

# ボランティア募集情報

個人からの相談では、最初の顔合わせの際に社協職員が同行します。  
お気軽にお問合せください。 問合せ：03-5273-9191

## 高齢者関係

### デイサービスでのボランティア

**特技を活かしたボランティア(北山伏町)** 1  
内容:レクリエーション活動、特技を活かしたボランティア  
日時:月～土曜日 応相談  
場所:高齢者在宅サービスセンターあかね苑デイホーム  
(都営大江戸線「牛込柳町」徒歩5分)

**日常活動のサポート(北山伏町)** 2  
内容:利用者の髪ドライヤーかけ、プログラム中のお茶出し、折り紙・編み物の補助、他  
日時:月～土曜日 時間等応相談  
場所:高齢者在宅サービスセンター「あかね苑」  
(都営大江戸線「牛込柳町」徒歩5分)

**レクリエーションボランティア(新小川町)** 3  
内容:囲碁、絵手紙・書道・手芸、音楽等一芸披露  
日時:月～土曜日 応相談  
場所:デイサービスセンターなごやか飯田橋  
(JR・東西線「飯田橋」徒歩8分)

**趣味活動のサポート(榎町)** 4  
内容:囲碁、手芸、習字、TVゲーム、園芸等  
日時:月～土曜日 応相談  
場所:デイサービスりっくる(東西線「早稲田」徒歩7分)

**レクリエーションのお手伝い(戸山)** 5  
内容:お話相手、レクリエーションの補助、洗いもの等  
日時:木曜日または金曜日 15時～17時  
場所:NPO法人 ルーツ支援センター  
(副都心線「西早稲田」「東新宿」徒歩5分)

**趣味を活かしたボランティア(中落合)** 6  
内容:工作、生け花・そば打ち・お菓子作りの補助  
日時:月～土曜日 10時～15時 応相談  
場所:やわらぎ中落合(西武新宿線「下落合」徒歩10分)

**日常活動の補助(落合地区)** 7  
内容:日常活動(話し相手、レクリエーション等)の補助や  
特技を活かした活動  
日時:月～土曜日 活動時間は応相談  
場所:①デイサービス花実静華庵(上落合)  
②デイサービス 一期の家(西落合)  
③デイホームゆりの木西落合(西落合)  
④さくらデイハウス落合(西落合)  
⑤ふくろうの家 落合第二(中落合)

**一芸ボランティア(下落合)** 8  
内容:音楽演奏や踊りなどの一芸披露  
日時:月～土曜日 14時～15時 応相談  
場所:ベストリハ高田馬場  
(JR・東西線・西武新宿線「高田馬場」徒歩4分)

**レクリエーション講師活動等(北新宿)** 9  
内容:①絵手紙、書道、折り紙、手工芸などの講師  
②話し相手、レクリエーション補助など  
日時:応相談 ※交通費実費支給  
場所:デイサービスオンリーワン(JR「東中野」徒歩5分)

### 特別養護老人ホーム等でのボランティア

**ホーム内喫茶のお手伝い(原町)** 10  
内容:ホーム喫茶内の運営補助  
日時:毎月第2・4水曜日 13時30分～15時30分 応相談  
場所:特別養護老人ホーム原町ホーム  
(都営大江戸線「牛込柳町」徒歩5分)

**一芸ボランティア(矢来町)** 11  
内容:音楽演奏、工芸、折り紙、庭園の手入れ等  
日時:応相談  
場所:高齢者福祉施設神楽坂(東西線「神楽坂」徒歩2分)

**日常活動のサポート(北山伏町)** 12  
内容:利用者の髪ドライヤーかけ、下膳、おやつ出し等  
日時:月～土曜日 応相談  
場所:特別養護老人ホームあかね苑  
(都営大江戸線「牛込柳町」徒歩5分)

**日常活動のサポート(中落合)** 13  
内容:シーツ交換、下膳、縫い物、レクリエーション補助  
日時:月～土曜日 10時～16時30分 応相談  
場所:特別養護老人ホーム 聖母ホーム  
(西武新宿線「下落合」徒歩5分)

**日常活動・レクリエーション補助(北新宿)** 14  
内容:園芸、車椅子清掃、洗濯物の整理、特技披露、他  
日時:月～金曜日 活動時間は応相談  
場所:北新宿特別養護老人ホーム「かしわ苑」  
(JR「東中野」徒歩10分)

**有料老人ホームでの手伝い(北新宿)** 15  
内容:話相手、散歩の付き添い、畑の手入れなど  
日時:応相談  
場所:せらび新宿(東西線「落合」徒歩9分、  
JR「東中野」徒歩12分)

## その他施設・サークル活動のボランティア

### 高齢者会食での食事作り（下落合） 16

内容：会食での食事作り、片付け等  
日時：毎月第1・第3木曜日 9時30分～15時  
場所：落合第一地域センター3階  
（西武新宿線「下落合」徒歩5分）

### パソコン指導補助ボランティア（西新宿） 17

内容：「パソコン相談会」でのパソコン操作方法（ワード・エクセル等）の指導補助（個別指導）  
日時：毎週水曜日 13時～15時  
場所：西新宿シニア活動館  
（都営大江戸線「西新宿5丁目」徒歩8分）

### 囲碁のボランティア（北新宿） 18

内容：初心者向け「囲碁講座」での講師  
日時：月2回、全4～6回（各2時間程度） 時間応相談  
場所：北新宿第二地域交流館  
（JR「東中野」徒歩10分、JR「大久保」徒歩14分）

## 児童関係

### 施設内の各種運営サポート（南元町） 19

内容：壁面装飾等の製作、おもちゃの清掃、  
子どものヘアカットの準備・片付けなどの活動  
日時：応相談  
場所：地域子育て支援センター二葉

### 児童館での伝承遊び、活動補助（西新宿） 20

内容：子どもへの昔遊びの提供や活動の補助  
日時：応相談  
場所：西新宿児童館（京王線「初台」徒歩10分、  
都営大江戸線「西新宿5丁目」徒歩10分）

### 保育園での遊びのサポート（下落合） 21

内容：工作、伝承遊び、読み聞かせ等  
日時：月～土曜日 9時30分～17時 応相談  
場所：新宿せいが保育園  
（JR・東西線・西武新宿線「高田馬場」徒歩10分）

## その他

### 四谷ひろばフェス イベント手伝い（四谷） 22

内容：区内の福祉施設団体のブース出展のお手伝い  
日時：6月21日（日） 9時30分～17時 時間は応相談  
場所：四谷ひろば（丸の内線「四谷三丁目」徒歩5分）

### 障害者のプール活動補助（榎町） 23

内容：活動時の着替え・プールサイドでの見守り等  
日時：毎週金曜日 9時30分～11時30分 応相談  
場所：新宿コズミックススポーツセンター  
（副都心線「西早稲田」徒歩2分）

### おもちゃ図書館の運営補助（新宿7） 24

内容：準備と片付け、子どもたちの見守りや遊び相手  
日時：毎月第4火曜日 12時30分～15時  
場所：新宿ここから広場  
（都バス「新宿ここから広場前」下車すぐ）

### 病院でのボランティア（百人町） 25

内容：①音楽披露・マジック等のレクリエーション（単発）  
②談話室内でお話や折り紙のお相手（継続）  
日時：①土曜日 16時30分～17時  
②平日 13時～17時 応相談  
場所：医療法人広恵会 春山記念病院  
（JR「大久保」徒歩2分、  
西武新宿線「西武新宿」徒歩5分）

## 情報掲示板

お問合せ、お申込みについては  
各問合せ先までご連絡ください。

## 成年後見入門講座・出張相談会

### ■成年後見入門講座

【日時】6月30日（火） 13時30分～15時30分  
【講師】黒田山彦氏（社会福祉士）  
【内容】制度の動向や利用の流れなど、制度利用の前に知っておきたいポイントを解説します。  
【会場】牛込笹筥地域センター（笹筥町15）  
【参加費・定員】無料・60名（先着順）  
【申込み】電話・FAX・Eメール・ハガキのいずれかで、①～④明記のうえ右記までお申込みください。  
①氏名②在住・在勤・在学の別③電話番号④本講座をお知りになったきっかけ

### ■出張相談会

【時間】①16時～ ②17時～  
【内容】社会福祉士または司法書士が制度についてご相談に応じます。  
【会場】同左  
【対象・定員】区内在住・在勤・在学の方  
全4組（各45分程度）※先着順  
【問合せ・申込み】  
新宿区社会福祉協議会 新宿区成年後見センター  
〒169-0075 新宿区高田馬場1-17-20  
TEL：03（5273）4522  
FAX：03（5273）3082  
e-mail：skc@shinjuku-shakyo.jp



# 「地域コーディネーター講座」公開講座

「地域課題をとらえる力」「地域活動実践のための仲間づくり」を学ぶ初心者向けの講座です。ぜひご参加ください。また、第2回と第3回は「公開講座」です。公開講座のみの参加も募集しています。

## (1) 地域コーディネーター講座

	日時	内容	会場
第1回	6月27日(土) 13時30分～16時	開講式 「支えあいの仕組みづくりの基本」	新宿区 社会福祉協議会
第2回	7月11日(土) 10時～12時	「傾聴の基本」(公開講座)	大久保地域センター 4階多目的ホール
第3回	7月18日(土) 9時30分～13時(11時30分までは公開講座)	「ファシリテーションの基本①」(公開講座) 「ファシリテーションの基本②」	大久保地域センター 4階多目的ホール
第4回	8月1日(土) 13時30分～16時	「地域課題を知る」	新宿区 社会福祉協議会
第5回	8月中 (日程は活動先による)	ボランティア体験	各活動先
第6回	9月5日(土) 13時30分～16時	「学びをもとに活動を始める」 閉校式	新宿区 社会福祉協議会

## (2) 公開講座

	日時	内容	講師	会場
第1回	7月11日(土) 10時～12時	「傾聴の基本」 上手な話の聴き方、伝え方、コミュニケーションについて学びます。	NPO法人 KeiChoネット 理事長 武藤圭子氏	大久保地域センター 4階多目的ホール
第2回	7月18日(土) 9時30分～11時30分	「ファシリテーションの基本」 話し合いの場づくりや、合意に向けた意見のまとめ方など、地域活動に役立つファシリテーションのポイントについて学びます。	NPO法人 日本ファシリテーション協会 フェロー 徳田太郎氏	大久保地域センター 4階多目的ホール

【対象】 地域課題に関心のある区内在住・在勤・在学で、区内での活動を希望している方

【参加費】 無料

【定員】 (1) 30名 (2) 100名 ※各先着順：定員になり次第締切

【申込み】 (1) か (2) を選択のうえ、下記、新宿ボランティア市民活動センターまでお申込みください。

TEL:03-5273-9191 FAX:03-5273-3082

MAIL shinjuku-vc@shinjuku-shakyo.jp

URL http://www.shinjuku-shakyo.jp

〒169-0075 新宿区高田馬場1-17-20 新宿区社会福祉協議会事務所内

開所日時：月～土曜日(日・祝日は除く) 8:30～17:00 ※毎週火曜日 ボランティア・市民活動相談 19:00まで

◆新宿区ファミリー・サポート・センター TEL:03-5273-3545

◆視覚障害者交流コーナー TEL&FAX :03-6233-9555 ◆聴覚障害者交流コーナー TEL&FAX :03-6457-6100

ボランティア活動情報を携帯電話・スマートフォンへ随時配信中!



新宿  
・ボランティア  
市民活動  
センター

新宿区社会  
福祉協議会  
東分室

TEL :03-3359-0051 FAX :03-3359-0012

〒160-0008 新宿区三栄町25

開所日時：月～金曜日 8:30～17:00(土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く)

毎週木曜日に  
ボランティア相談も  
実施しています。



ボランティア  
地域活動  
サポート  
コーナー

東地区

四谷ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-3359-9363

牛込ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-3260-9001

中央地区

若松町ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-6380-2204

大久保ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-3209-8851

西地区

落合ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-5996-9363

淀橋ボランティア・地域活動サポートコーナー  
TEL.FAX:03-3363-3723

ボランティア・市民活動情報紙「しずく」は古紙パルプ配合率70%以上の紙で印刷しています。