2025年
8月

中央区社会福祉協議会
ボランティアセンターだより

月刊　キャッチボール

【発行日】 令和7年8月1日　第363号

最新版 ボランティアガイドブック が発行されました！

中央区内のボランティアグループや福祉施設等のボランティア情報を１冊にまとめました！

本会ホームページにも掲載していますので、今後のボランティア活動のきっかけになれば幸いです♪

ダウンロードはこちらから→

2025年夏休み 区内で『イナっこ』活躍中！！

活動の様子

今年も区内の各福祉施設やボランティア団体の協力による福祉・ボランティア体験「イナっこ教室」が始まり、保育園やボランティア団体にて活躍しています！
現在（8月時点で）は「イナっこ教室2025」の申込受付は終了しましたが、ボランティア活動をご希望の方は個別にボランティア活動のコーディネートをいたしますので、お気軽にご相談ください。

場づくり入門講座のお知らせ

中央区内で「地域に根付いた活動を始めたい！」という方に
立ち上げに必要な知識を学ぶとともに、お試しイベントを体験していただきます。

【全4回シリーズ講座＋現場訪問】
＜開催日時＞
第1回…9月18日(木)13:00～15:00
第2回…9月24日(水)13:00～15:00
第3回…10月1日(水)13:00～15:00
第4回…10月30日(木)10:00～16:00
場所…中央区社会福祉協議会など
定員(抽選)…15名　参加費無料！
申込締切…8月29日(金)

詳細・問い合わせは「ささえあい課」へ↓

参加をご検討中の方へ

【場づくり入門プレ講座】
＜開催日時＞
8月27日(水)12:00～13:00
＜会場＞
中央区社会福祉協議会　3階大会議室
(中央区八丁堀4－1－5)
＜定員(先着)＞
@会場…20名　@オンライン…50名
申込締切…8月20日(水)

対象者…中央区内で今すぐにでも居場所・交流できる場所などを作りたい方

福祉体験講座のご紹介

当センターでは、福祉入門講座・手話体験講座・点字体験講座・車いす体験講座・アイマスク体験講座・シニア体験講座の6つの福祉体験講座を学校や企業等からの依頼により実施しております。
今回は、当センターで実施している福祉体験講座についてご紹介します。

福祉入門

「福祉とは？」「ボランティアとは？」などの基本的な内容を学びます。
当事者より障害理解についてのお話をしていただく場合もあります。

手話体験

「聞こえないとはどういうことか」、手話のなりたちからや基本のあいさつ、自分の名前を手話で表現するなどの手話体験や、当事者との交流を通して、障害理解や手話についての理解を深めます。

点字体験

点字のなりたちを学び、実際に点字板を使って自分の名前を打ってみたりします。また、当事者の講話や交流を通じて、障害理解や自分ができるサポートについて考えます。

車いす体験

車いすに「乗る」体験と「押す」体験をし、段差や障害物など車いす利用者にとってバリアを体験することで、バリアフリーやユニバーサルデザイン、障害理解を深めることを目指します。

アイマスク体験

座ってできる体験やガイド体験を行い、視覚障害者の日常生活について考え、バリアフリーやユニバーサルデザイン、障害理解を深め、自分ができることについて考えます。

シニア体験

概ね80歳の身体機能を疑似体験できるキットを身につけ、食事体験や歩行体験などを行います。
体験を通して、自分ができることについて考えます。

福祉体験講座サポーター養成講座を実施しました

車いす・アイマスク・シニア体験に協力いただけるボランティアの養成を目的として、5月16日～6月13日の毎週金曜日に、福祉体験講座サポーター養成講座を全5回実施しました。
講座では、小学校での福祉体験講座の位置づけや、福祉体験講座を実施するにあたっての注意点などについての話や、当事者のボランティアの講話、現ボランティアの協力のもと、実際に各体験を行いました。
交流や体験を通じて、まちには多様な人がいること、そして多様な一人ひとりの「ふだんのくらしのしあわせ」について、考える機会となりました。
今後も、小学校等で車いす・アイマスク・シニア体験にて、会場となる教室や体育館等での体験の準備、体験中の補助、一部体験の進行、体験終了後の後片付けのお手伝いにご協力いただけるボランティアを募集しています！

活動に関心のある方は、ボランティアセンターまでお気軽にご連絡ください。ご連絡は4P 目下辺参照。

登録ボランティア団体の紹介

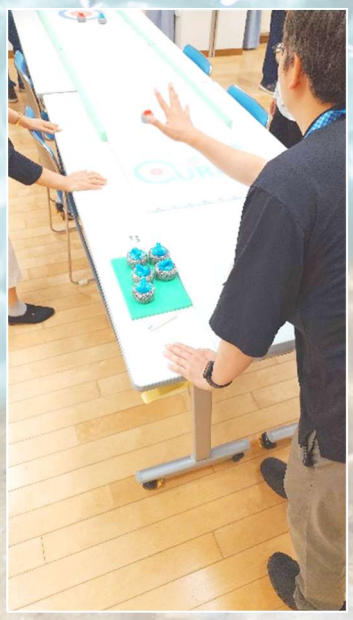
「高齢」 「障がい」 「子ども」 「福祉・医療」 「食事」 「環境・美化」
「健康・生活」 「音楽・演芸」 「動物」 「国際交流」 「教育・文化」

中央カーレットクラブ

カーレットを通じて、子どもから高齢者まで、共に地域交流を図り、健康的な地域環境を目指しています。
また、体験会を開催しカーレットの普及を図っています。

活動日時	月3・4回　月曜 午後
活動場所	シニアセンター内

「中央カーレットクラブ」体験記



東京発の頭脳＆コミュニケーションゲーム「カーレット」を行う事ができる「中央カーレットクラブ」に職員が行き、ゲームに参加してきました！

「カーレット」はすべての世代が一緒にできるフェアプレーの精神を大事にした卓上カーリングです。当日も多世代で和気あいあいとした雰囲気でゲームを楽しんでいました。

競技は3人一組で行われ、2チームの対抗戦です。投球の力加減が難しいですが、周りの皆さんが優しく教えてくれるので、とても楽しいです！
毎月第3、4月曜日にシニアセンターで活動しています。
是非お気軽にお越しください！

第23回　中央区ブーケ祭り　が開催されました

6月20日(金)21日(土)、男女共同参画社会を推進する拠点である男女平等センター「ブーケ21」にて、今年もたくさんの団体がステージ発表やブース展示などを行いました。
今年のテーマは「明るい未来にむかって」。団体のみなさんが普段どのような活動をされているかを、肌で感じることのできた貴重な機会となりました。

傾聴 VG　うさぎの会

朗読 VG　わかはや会

中央区環境保全ネットワーク

中央区女性海外研修者の会

「使用済み切手贈呈式」　が行われました

6月16日(月)、東京地方郵便局長夫人会の皆さまが収集された使用済み切手の贈呈式が行われました。毎年たくさんの使用済み切手等をご寄付いただき、今年で通算22回目の贈呈式となりました。
当日は、使用済み切手の仕分けを行っている登録ボランティア団体「スタンプの会」の活動も見学していただきました。東京地方郵便局長夫人会の皆さまには今年もご協力いただき誠にありがとうございました。

本会では使用済み切手・書き損じはがきのご寄付を受け付けています。直接お持ちいただくかご郵送ください。受領書が必要な場合は、あらかじめご連絡ください。日本橋・月島両特別出張所に設置している回収箱もご利用いただけます。

◆ 8月の予定 ◆

4日（月）ちゅうおうボラネット交流サロン
19日（火）健康福祉まつり第３回代表者会
31日（日）まで　イナっこ教室

【編集・発行】社会福祉法人中央区社会福祉協議会
ボ ラ ン テ ィ ア セ ン タ ー
【所在地】〒104-0032　東京都中央区八丁堀 4-1-5
【電　話】03－3206－0560
【ＦＡＸ】03－3206－0601
【メール】vc@shakyo-chuo-city.jp
【ホームページ】 https://www.shakyo-chuo-city.jp
【開所時間】平日　8:30～17:00
◆本紙内容等のお問い合わせは上記までお願いいたします
◆本紙内「当センター」表記は「ボランティアセンター」のことを指します

CB ギャラリー

ちゅうおうボラネット
小林典子さんより

本紙掲載記事は7月上旬までの情報をもとに作成しています。中止や延期等、変更となる場合がありますので各問合せ先へご確認ください。

地域の活動はこちら⇒中央社協の「まちひとサイト」　http://machihito.blog131.fc2.com/