

2026年

5月

中央区社会福祉協議会 ボランティアセンターだより キャッチボール

【発行日】令和8年5月1日 第372号

令和7年度 福祉体験講座 のご報告

当センターでは、福祉入門講座・車いす体験講座・手話体験講座・点字体験講座・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。令和7年度は、37回実施し、2,103人に受講いただいたほか、延べ128人の講師ボランティアにご協力いただきました。ボランティアの皆さん、本当にありがとうございました。

【都立晴海総合高等学校での福祉体験講座の様子】3月12日(木)には、都立晴海総合高等学校にて1年生280名を対象に実施し、車いす体験講座・手話体験講座・点字体験講座・アイマスク体験講座の4講座を実施し、計22名のボランティアの皆さんにご協力いただきました。



ボランティア募

集

福祉体験講座にご協力いただける ボランティアを募集しています！



小学校などで行う車いす・アイマスク・シニア体験において、教室や体育館での準備、体験中の見守りやサポート、終了後の後片付けなどをお手伝いいただく活動です。活動見学も可能です。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。詳しくは4ページをご覧ください。

参加者募集

まちかど クリーンデー

家庭や事業所等の自主的な清掃活動の輪を広げ、清潔で快適なまちを実現するために、毎月10日を「まちかどクリーンデー」とし、清掃活動の促進を図っています。皆さんの積極的なご参加をお願いします。

- 【内容】ご自宅や事業所等の周辺清掃(清掃用具は各自ご用意ください)
※参加登録をされた方には、希望により啓発用のたすきをお貸ししています。
【日時】毎月10日 9:00から30分程度
(都合が悪い場合は、他の日時でも構いません)
【対象】区民、町会・自治会、商店会、事業所の方々等、どなたでも参加できます。



↑詳細は
ホームページ
より

【参加登録方法】

区のホームページをご覧ください。以下までお問い合わせください。

【問合せ】中央区役所環境土木部環境課環境啓発係

電話:03-6278-8243



花壇 ボランティア

参加者募集

中央区では平成元年4月に「花の都中央区宣言」を制定し、花や緑でつまれた美しいまち・清潔なまちの実現に取り組んでいます。区内在住・在勤者を対象に、公園内や「花咲く街角」等の花壇で草花の植え付けなど、管理のお手伝いをしていただく花壇ボランティアを随時募集しています。

- 【活動場所】花咲く街角、公園、児童遊園、緑地帯など
【対象者】区内在住・在勤で、年間を通じて草花の植替え、手入れ、除草等の活動を実施していただける個人または団体。
【区の支援】草花や肥料などの提供・移植ゴテや軍手などの支給・保険の加入
【申込方法】区役所7階「水とみどりの課」窓口でお申込みください。
【お問合せ】中央区水とみどりの課 道路緑化施設係
電話:03-3546-5437



詳細は
ホームページ
より↓



公益財団法人みずほ教育福祉財団 ボランティア活動資金助成事業

共に生きる地域づくりにつながるボランティア活動(特に、高齢者や障がい児者の支援に係るボランティア活動、及び、子ども食堂等の子どもの居場所づくりに係るボランティア活動)に対して、必要となる資金を助成します。

助成の内容、対象団体や応募方法等は財団のホームページをごらんください。

【問合せ】公益財団法人みずほ教育福祉財団 福祉事業部

電話:03-3596-4532 FAX:03-3596-3574

メール:FJP36105@nifty.com

ホームページ:http://www.mizuho-ewf.or.jp

※応募方法や内容等、詳しくはホームページをご覧ください。

※電話やFAXによりお問い合わせいただいた場合、回答が遅くなる場合があります。なるべくメールをご利用ください。

締切
5月22日
(金曜)
必着

詳細はホーム
ページより↓



登録ボランティア団体の紹介



高齢



障害児・者



子ども



生活福祉



食事



環境・美化



音楽・演芸



国際交流



教育・文化



おさんぽ応援団

外出機会の少ない高齢者と外出することで季節を肌で感じ、心の活性化ができるように外出の機会の提案や散歩等の支援をしています。また、高齢者やメンバーと活動することにより自分自身の心身の活性化にもつながっています。

活動日: 数月1回グループホーム晴海苑の方とのお散歩と行事手伝い。

活動場所: 晴海トリトンスクエア周辺

令和8年4月4日に、年に一回の特別イベント、「第10回おさんぽ応援団 お花見散歩と音楽会」が開催されました。当日は冷たい雨が桜を散らす中、多くの皆さまが参加し、Sole e Mare(ソレ・エ・マル)の演奏を楽しみました。

素晴らしい演奏に参加者は大きな拍手で答え、会の最後には参加者全員で『ふるさと』の大合唱♪

例年は演奏会の後にお花見をしながらの散歩をしていましたが、今回は雨天の為、実施できませんでした。来年は晴天の中行えるのを楽しみにしています！



体験記



日本障害者ダンス推進会

——「たまたま」を越えて、誰もが参加できるダンスの場

日本障害者ダンス推進会は、さまざまな障害のある方とダンスを通じて楽しい時間を共有し、手と手をつなぐ輪を広げる活動を続けています。1997年4月の活動開始からまもなく30年。現在は口コミを中心に参加者が集まり、19名の方が活動に参加しています。活動場所では、視覚や聴覚に障害のある方、車いすを利用している方、そして障害のない方が、一緒に音楽に合わせて身体を動かしています。笑い声が絶えない温かい雰囲気、誰でも気持ちよく参加できることが大きな魅力です。

一緒にダンス♪



私も実際に活動に参加し、ワルツに挑戦しました。ダンス経験はありませんでしたが、参加者のみなさんに支えていただき、音楽に合わせて自然と身体が動き、気づけば皆さんの前で楽しく踊っていました。身体を動かす心地よさや、踊り終えたあとのすっきりとした感覚は忘れられません。

参加者からは「ここに来るまでは踊ったことがなかったけれど、やってみたら楽しかった」という声も聞き、継続参加されている理由がよく伝わってきました。

また、例年「健康福祉まつり」では屋外ステージでダンスを披露しています。それをきっかけに参加される方もいるそうです。

日本障害者ダンス推進会の活動は、どなたでも気軽に参加できます。「とにかく楽しく、気持ちのよい時間を共有できる場」を、一度体験してみませんか？

代表の方より

**「障害を持つこともたまたま
今健康でいられることも
たまたまと考えてます」**

この言葉が、活動の雰囲気をよく表していると感じました。



フルカラー印刷機貸し出しについて



「ボランティア活動を支援」するため、フルカラー印刷機を貸し出しています。

【貸出条件について】

- 利用目的がボランティア活動に資する活動であること。
- 中央区内在住・在勤・在学者及びボランティアセンター登録個人・団体であること。

【貸出にあたって】

- 貸し出し・利用希望日の2開所日前(例:月曜日に貸し出し・利用を希望する場合は、前週の木曜日)までにボランティアセンターへお申込みください。
- すでに予約が入っている時など、貸し出し・利用ができないこともありますのでご了承ください。

《フルカラー印刷機の利用負担額》

カラー刷り1枚(片面)A4以下は5円、B4以上は10円 黒1色刷り10枚まで(片面)5円。以降10枚ごとに5円加算されます。(例:1~10枚まで5円、11~20枚まで10円)

※印刷用紙はご用意ください。 ※新規利用の際は、活動が証明できるチラシデータ等を、事前に確認させていただく場合があります。

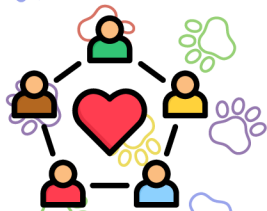
令和8年度「民生委員・児童委員の日」について

大正6(1917)年に現在の民生委員制度のもとになる濟世顧問制度を定めた岡山県濟世顧問制度設置規程の公布日にちなみ、5月12日は民生委員・児童委員の日となっています。

同じ地域で生活する住民の一員として、住民からのさまざまな生活上の困りごとや心配ごとに関する相談に応じ、必要な支援を受けられるよう地域の専門機関への「つなぎ役」として日々取り組まれている民生委員・児童委員の活動にぜひ注目してください。

全国民生委員児童委員連合会ホームページも併せてご覧ください。

連合会
ホームページ



ボランティアセンターは、昨年度に引き続き
同じ職員で皆さんをサポートいたします。
今年度もよろしくお願ひいたします



ちゅうおうボラネット 掲示板

「ボランティアっていうのは」
ボランティアをやる！と意気込んでやる人も少しはいるかもしれませんが、私が思うには、まわりの人との付き合いかたを大事に、丁寧にしていけばそれが結果的にボランティアになり、心温まるつながりにもなり、ともすれば助けられ助け合うという関係性が生まれてくるのでは、と思っています。そのつながりが地域に広まればいいですね。(えいこ)
来月は1日開催予定です。
皆様のご参加お待ちしております！

CB Gallery

ちゅうおうボラネット
小林典子さんより



【編集・発行】社会福祉法人中央区社会福祉協議会
地域支援部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

本紙掲載記事は前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。



▲ホームページ

