

令和2年度夏休み福祉・チャレンジボランティア体験学習

「チャレボラ2020」中止のお知らせ

令和2年度夏休み福祉・チャレンジボランティア体験学習「チャレボラ2020」につきましては、新型コロナウイルスの影響により、参加者、関係者の健康、安全を第一に考えました結果、やむなく中止することといたしました。

参加をご希望されていた皆さまには、大変申し訳ございません。ご理解いただきますようお願い申し上げます。

問合せ先：川崎市社会福祉協議会ボランティア活動振興センター
電話：044-739-8718



ボランティア行事用保険のご案内



地域福祉活動やボランティア活動のさまざまな行事における

◎主催者や参加者のケガ

◎主催者の賠償責任（主催者責任）を補償する保険です！

地域福祉活動やボランティア活動の一環として日本国内で行われる各種行事が対象です。補償期間は、行事開催日中となり、行事期間中の延べ参加者数×保険料で加入となります。

保険料の振込をさせていただいてから、
区社協窓口にて保険加入の受付をいたします。

中原区社協での保険加入の問合せは、
地域課（Tel 044-722-5500）まで

全社協ボランティア保険の補償内容など
詳しい内容については、

心くしの保険 **検索**

	Aプラン (宿泊なし)	Bプラン (宿泊あり)	Cプラン (宿泊なし)
A1	28円	1泊2日 241円	1日28円 (最低料金：560円)
A2	126円	2泊3日 295円	■ A1との違い ■ ①往復途上の補償：無 ②名簿の添付：無
A3	248円	3泊4日 300円	

なかはらボランティアセンター相談窓口

ボランティア活動希望・ボランティア派遣依頼等、
ボランティアに興味のある方は気軽にご連絡ください。

ボランティア相談日 ボランティア相談日：月曜日～土曜日
8時30分より17時00分まで
※来所される場合は、事前にお電話を
いただきますとスムーズにご相談を
受け付けることができます。

相談お問い合わせ 044-722-5581

編集後記

この夏は暑さとコロナへの対策が必要です。
マスク熱中症にはくれぐれもご注意を。アマビエ様
(疫病退散の妖怪)にお祈りしよ。(N)

次号は令和2年10月発行です

ボランティア情報紙「ポポラーレ」



Popolareとは、イタリア語の「市民」や「民間」を意味する言葉で、「私たち(市民)の手で作っていききたい、身近なボランティア情報を届けたい」という想いが込められています。

川崎市中原区社会福祉協議会
なかはらボランティアセンター

〒211-0067 川崎市中原区今井上町1-34

TEL 044-722-5581/FAX 044-711-1260

URL <http://www.nakaharaku-shakyo.jp/>



新しい生活様式における 熱中症予防

今年の夏は、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、感染防止の基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、3密（密集、密接、密閉）を避ける等の「新しい生活様式」における熱中症予防対策が求められています。次のポイントに気をつけ、熱中症予防しましょう。

①暑さを避けましょう

- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整する
- ・暑い日や時間帯は無理をしない

②適宜マスクをはずしましょう

- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩をとる

③こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給をする（1日あたり1.2リットルが目安）
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずにとる

④日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェックをする
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養する

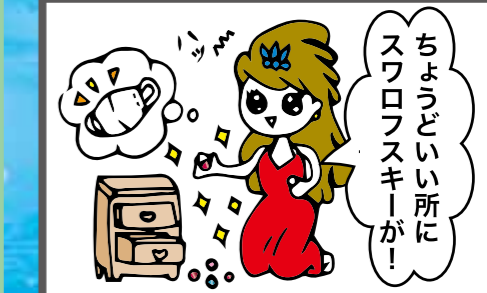
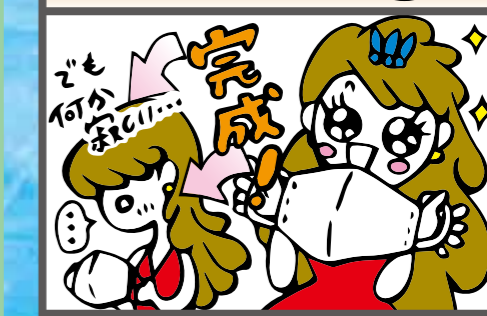
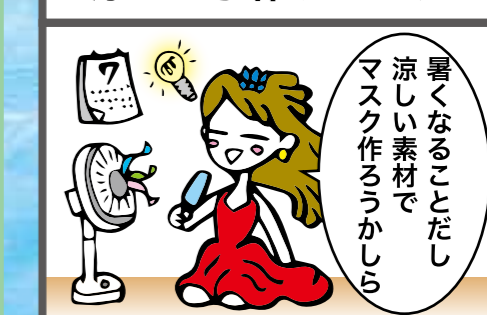
⑤暑さに備えた体づくりをしましょう

- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度運動を行う
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で行う

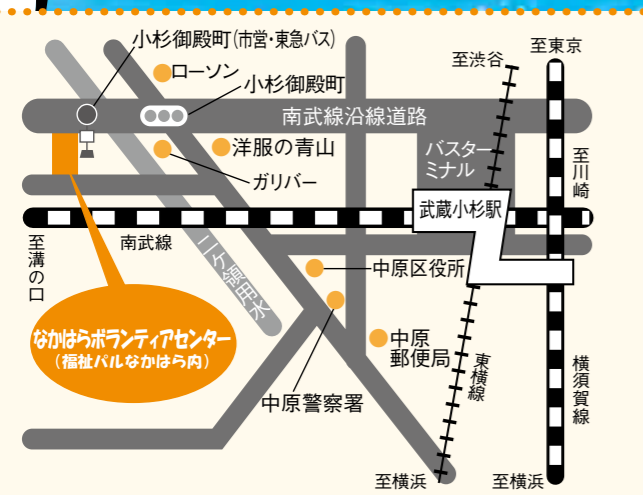
新型コロナウイルスが終息した時に、元気にボランティア活動ができるように、熱中症対策をしましょう！

出典：環境省、厚生労働省ホームページより

No56 涼しい手作りマスク？



原案：ポポラーレ編集委員
イラスト：モモリアキヨ



【公共交通機関】
JR南武線・横須賀線・東急東横線 武蔵小杉駅より徒歩10分
※ 駐車場がありませんので車でのご来所はご遠慮ください。

ボラ嬢が突撃!

“ボランティア”してるあの人へ リモートインタビュー!

この企画は、中原区でボランティア活動をしている人にインタビューをして、これからボランティアを始めたいと思っている人へのきっかけ作り、現在ボランティア活動をしている人へ活動を続ける原動力となって欲しいという願いを込めた企画です。今回は、ボランティアグループひまわりの会で福祉ボランティア活動をされている児玉さんに、リモートでお話をうかがいます。



「ひまわりの会」代表 児玉さん

まずは、ボランティアグループひまわりの会の団体紹介をお願いします。

ご高齢者、障害をお持ちの方々の日常生活を、私たちができる範囲で対応しています。利用される方からの「ありがとう」「助かります」の言葉を励みに笑顔で活動しています。

ボランティア活動を始めようと思ったきっかけを教えてください。

亡母が入院中にマネキン紹介所の方にお世話になり、退職後自分も出来ることから始めようと思いました。平成16年10月中原区社協主催のボランティア講座を受講後に会を立ち上げ、現在に至ります。

今回の新型コロナウイルスの影響により、ボランティア活動に変化はありましたか?

ボランティア活動会員が、退会してしまいました。また、自分が感染して利用者さんに感染したら大変という考え方の方も多かったため、6月までは活動を中止にしました。

新型コロナウイルス状況下ではどのような種類のボランティア依頼が多くありましたか?

主に、病院・買い物の付き添いや、送迎、話し相手等の依頼が多くありました。しかし、6月まで活動中止にしていたため、お断りするのも大変でした。

それでは最後に、これからボランティアを始めようとしている人に向けてメッセージをお願いします。

自分の出来る範囲で背伸びしないで、笑顔と思いやりの心でボランティア活動してほしいと思います。



今後もボランティア活動をしている人にどんどんインタビューしていきますので、お楽しみに!



ボラ情ひろば

※新型コロナウイルスの影響によるボランティア活動状況につきましては、各団体にお問い合わせください。



ボランティア募集

オアシス井田

内容
主に精神障害者の方が利用している地域活動支援センターでの各種プログラムお手伝い (内容は様々)

時間 月～金曜日 10時～11時30分
14時～15時30分

場所 オアシス井田 (井田中ノ町41-7)

条件 ・利用者の方をメインに考え、プログラムをフォローできる方
・利用者の方と一緒に楽しめる方
・交通費実費分支給

問合せ・申込み オアシス井田 担当: 柳澤
TEL: 044-789-9743

作業室 こすぎ

内容
・作業 (キャンドル、タオルたたみなど) の準備、後片付けや、作業の補助。
・レクリエーションに参加していただき、利用者のお手伝い。

時間 月曜～金曜 (祝日除く) 10:00～15:00

場所 川崎市中部身体障害者福祉会館
作業室こすぎ (小杉御殿町2-114-1)

問合せ 作業室こすぎ
TEL: 044-733-9749

活動メンバー募集

中原区肢体不自由児者父母の会

内容
重度障害児者を持つ親の会です。障害者 (介護者) 支援、レクリエーション、普及啓発を行っています。

日時 不定期

場所 中原区

問合せ 野呂
TEL: 044-434-4041



なかはらパンジー隊

内容
中原区のご当地体操 (介護予防体操) を月2回～行っています。

日時 午前10時～11時

場所 中原区内いこいの家

問合せ 田中
TEL: 044-411-4416

中原老後を良くする会

内容
高齢者宅へのお弁当配食活動、見守り、年に1回利用者さんと交流会も行っています。

時間 毎週月曜日 (祝日除く)
9:30～14:00

場所 中丸子老人いこいの家 (中丸子378-4)

問合せ TEL: 044-434-0797

川崎実年ボランティアの会

内容
一芸ボランティアなどレクリエーションボランティアとして高齢者施設等で活躍できる方を募集しています。

問合せ 代表: 伊藤
TEL: 044-211-8484



・・・『ボラ情ひろば』に記事を載せてみませんか?・・・

ポラレーレに掲載するボランティア情報を募集します。ボランティアに来て欲しい、ボランティアとして活動したい団体さんはいませんか? 希望する団体さんにご連絡ください!