

NAKAHARA Popolare Vol.60

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/>



QRコード

ボランティア情報紙

ボラ・ナビが発行されました!!

毎年3月に発行している川崎市内のボランティア情報を集めたボラ・ナビが更に見やすくパワーアップしました!

分野ごとのボランティア募集のみでなく、ボランティア活動に参加するにあたっての準備手順や、ボランティア活動についての相談窓口、更には安心して活動するための保険に関する紹介等も掲載されています。

ボランティアをしたことがない方やこれから始めたい方でも気軽に読んでいただける冊子となっています!

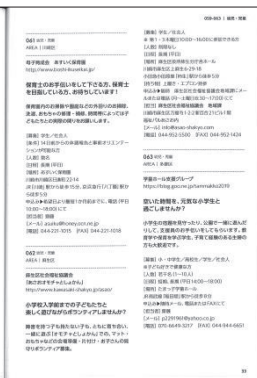
配布場所

- ・かわさき市民活動センター
- ・市民館
- ・市内の各社会福祉協議会
- ・市内の各区役所
- ・図書館ほか公共施設



川崎市内各区のボランティア団体の紹介ページ

ボランティア活動にあたっての注意点も掲載!



2021年・夏休み期間のボランティア情報もWEBに掲載中です。ボランティア活動に参加を検討中の方は、是非そちらもご覧ください。



No60

おうち時間に…?



※詳しくは4面へ

原案: ポポラーレ編集委員
イラスト: モモリアキヨ



■ なかはらボランティアセンター担当が突撃! ■ “ボランティア”してる あの人に聞いてみました!!



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、なかはらパンジー隊代表田中さんにお話をうかがいます!



まずは、なかはらパンジー隊について団体紹介をお願いします。

⇒平成22年に区内の高齢者向けに保健師や包括支援センターが「健康でいつまでも元気でいられるように」と発案されました。老人クラブ、町会会館等で指導していましたが、7カ所のいきいきの家で教室を開催することになりました。決定するまで1年半かかり現在に至っています。

2019年福祉まつり
での体操の様子



パンジー体操の特徴を教えてください。

⇒パンジー体操には、3つの種類があります。

- ①ストレッチ…準備体操のようなもの
- ②リズム…軽快なリズムで声を出しながら楽しく体を動かす
- ③リラックス…ゆったりとした動き

パンジーの曲は、川崎のストリートミュージシャンだった方を選んで藤沢病院の石井千恵先生が振付けをしてくださり出来上がりました。3曲の中には、体を動かす要素がしっかりと入っています。

座位・立位があり足腰の弱い方でもできるようになっています。



最後になかはらパンジー隊 代表田中さんより皆さんにメッセージをお願いします!

⇒令和2年7月で10周年を迎える準備中、コロナで中止になり、教室も1年間休みになりました。その区役所より高齢者体力低下を心配して、パンジー体操を配信することとなりました。しかし、10年前の動画は笑顔もなく、現在の教室でやっていることを動画にできないかと話し合い、区役所の担当者に相談したところ、NECのPV(プロボノ)が協力してくれることになり、新しいパンジー体操が完成しました。カラーTシャツで青空の下で元気なパンジー隊を発信していきたいと思っています。

今年4月より少人数で教室を再開したところ、皆さまより「待っていたのよ!」との嬉しい声をいただき、隊員一同も元気をもらいました。

コロナの終息はまだ先だと思いますが、ゆっくりと楽しく続けていき、参加者の方たち笑顔で戻ってくるのを待っています!



現在の活動の
様子



パンジー体操
QR

中原区役所HPにてパンジー体操動画掲載されています! ぜひご覧になり、パンジー体操を体験してみてください!!



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

ライズ児童デイサービス平間

内 容

就学児童（6～18歳）の障がいのある方のサポート。一緒に遊ぶ、創作・クッキングのお手伝い、外出のサポートなど。

時 間 平日13:30～17:30
土日祝9:00～16:00

場 所 ライズ児童デイサービス平間（中丸子584-3）

条 件 子どもの成長を共に見守りお手伝いいただける方。資格不問

その他 交通費支給あり

問合せ 担当：半田 TEL 044-750-8361

みやうち地域包括支援センター

内 容

介護予防教室のレクリエーション時、創作の補助やお茶出し等のお手伝い

時 間 毎月第3水曜日 10:00～12:00

場 所 宮内市宮住宅集会所

問合せ みやうち地域包括支援センター
TEL 044-740-2814

県立中原養護学校

内 容

児童生徒の見守り、校内整備、行事等補助、おもちゃの修理、学習活動の補助等

時 間 平日9時～15時、行事開催の場合は随時募集

場 所 中原養護学校

条 件 初心者から経験者、教員免許保有者など、養護学校でのボランティアに興味がある方

問合せ 事務局 校内外支援担当
TEL 044-755-8889

* 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。

時 間 不定期

場 所 中原区

問合せ 野呂
TEL: 044-434-4041



・・・『ボラ情ひろば』に記事を載せてみませんか？・・・

ポポラレー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！

この機関紙は共同募金の配分金などを財源に発行しています。



ポポラーレ編集部員大募集!!

今、皆さまがご覧になっている本情報紙『ポポラーレ』は、「ボランティアに関する情報を届けたい!」「もっと若い人たちにボランティアへの興味を持ってほしい!」そんな思いを胸に、3ヶ月に1回のペースで記事の内容を話し合いながら、作成・発行をしています。

そこで、以下のような活動をしていただける方を募集しています。

- 4コマ漫画を描くのが好きな方
- 文章を書くのが好きな方
- 情報紙づくりに興味がある方

福祉に関する本・DVD 貸出しを行っています

福祉パルなかはらでは、福祉に関する本・DVDの貸出しを行っております。

貸出期間は2週間で、本・DVDともに3冊（本）までとなっております。

受付窓口は、地域課窓口となります。ご興味ある方は、ぜひご利用ください。

おすすめのDVD

「Wonder ワンダー 君は太陽」 2017年 アメリカ

「こんな夜更けにバナナかよ」 2018年 日本

「ペコロスの母に会いに行く」 2013年 日本

なかはらボランティアセンター 相談窓口のご案内

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。

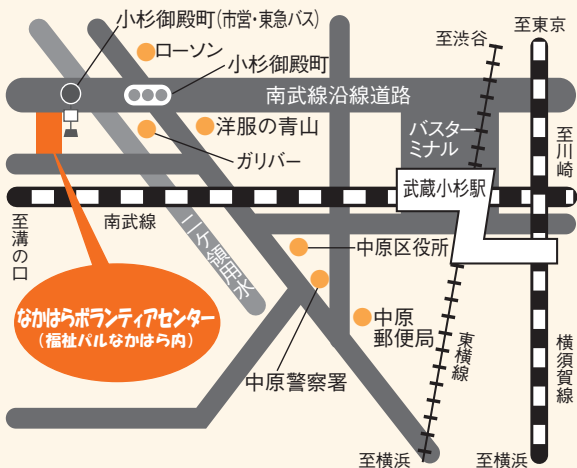
ボランティア相談日：月曜日～土曜日

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

ながはらボランティアセンターへのアクセス



編輯後記

欄 采 後 記 皆さん、オモテのページをご覧になってお気づきになりましたか？

ポポラーレは今回で創刊60号を迎えました！

ということで、紙面のデザインをおめでたい感じにしてみました。夏なので涼しげな色でおめでたい感じをだしてみたのですが、今回の紙面デザイン、いかがでしょうか？

（ハマー）

(ハマー)

【公共交通機関】

※ 駐車場がありませんので車での来所はご遠慮ください。

次号は令和3年10月発行です

この機関紙は共同募金の配分金などを財源に発行しています。