

NAKAHARA Popolare Vol.64

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）の手で作ってみたい、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

なかはらボランティアセンター主催 ボランティア講座 参加者募集

今秋！
参加費無料

秋にボランティア講座を二つ開催いたします！

ボランティアに少しでも興味がある方、一歩踏み出してみませんか？
今まで知らなかった世界や新たな自分と出会えるかもしれません。



1 車いすボランティア養成講座

実際に車いす介助や乗車体験なども行います。

日時 令和4年9月22日(木) 午前10時～12時

会場 福祉パルなかはら

定員 20名

対象 地域福祉に興味のある方

申込方法 電話かFAXにて、専用の申込書に必要事項を記入の上
下記まで申込（専用申込フォームからの申込も可能）

申込期間 令和4年8月1日(月) から9月2日(金) まで



2 ボランティア基礎講座

ボランティアの基礎知識と実際の活動の様子をご紹介します。

日時 令和4年10月22日(土) 午後2時～4時

会場 福祉パルなかはら

定員 30名

対象 中原区及び近隣に在住・在学・在勤の方で
ボランティアに興味のある方

申込方法 電話かFAXにて、専用の申込書に必要事項を記入の上
下記まで申込（専用申込フォームからの申込も可能）

申込期間 令和4年9月2日(金) から10月3日(月) まで



（詳細はお問合せいただくか、ホームページに掲載する情報をご確認ください）

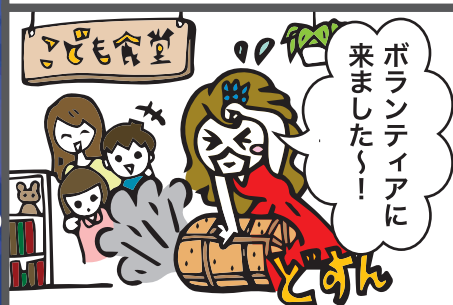
【問合せ・申込み】

中原区社会福祉協議会 地域課（なかはらボランティアセンター）

TEL 044-722-5581・5500 FAX 044-711-1260

No64

お米の行き先



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！！



今回は、なかはらボランティア連絡会をご紹介します。

その所属団体の中から、朗読ボランティアグループかざぐるまの小澤治子さんにお話を伺います！



まずは小澤治子さんご自身の自己紹介をお願いします。

中部身体障害者福祉会館の講習会に参加したことをきっかけに、そのままグループに入りました。

朗読ボランティアグループかざぐるまは、視覚障害者を対象とした朗読サービスを行っています。直接相手の自宅や施設に出向いての出前朗読や、「かざぐるま情報」というCDを会員にお送りする活動等を行っています。

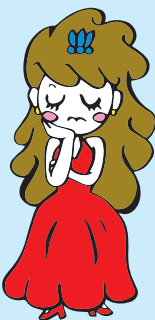
小澤さん▶
録音作業の様子▼



なかはらボランティア連絡会とは何ですか？

主に福祉関係のグループが集まって、お互いに情報交換しましょうね、何かお互いに協力し合えることがありましたら一緒に活動していけたらいいですね、という考えを基に、現在9つのグループが集まっています。(手話グループかけはし、手話サークルなかま、朗読ボランティアグループ かざぐるま、川崎実年ボランティアの会、中原老後をよくする会、ボランティアグループ さくら会、地域ふれあい つきやまサロン、ボランティアグループひまわりの会、SL防災ボランティアネットかわさき)

なるほど～



なかはらボランティア連絡会ではどのような活動をしていますか？

毎月定例会を開いて、お互いどのような活動をしているか情報交換をしております。毎年8月にはなかはらボラ連夏祭りという楽しい交流会を行っています。コロナ禍でお休みをしましたが、今年は規模を縮小して開催する予定です。その他、福祉健康まつりへの協力や、川崎市社協主催の講演会や研修会に参加しています。

情報交換をしたり他のグループから得るものもありそうですね。

私たちは朗読という特定のものですが、例えばつきやまサロンは自分達ができることを楽しんでやっていきましょうねという活動をやって高齢者の居場所作りにもなってますし、ひまわりの会はなかなか手が届きにくいところのボランティアをやって、福祉関係の活動でもすごく幅が広くアイデアひとつでできることがある、縛られない活動をしているんだなって刺激になります。

ボランティア連絡会では今後どのようにしていきたいと考えておりますか？

もっと沢山のグループに関わっていただきたいです。お互いの活動状況を聞くのも楽しみだし、お互い手助けできることもあるかと思ひますし、同じことをやっても違う取り組み方をしていたり参考になると思ひます。

ボランティア活動を続ける秘訣はありますか？

自分がやっていることが多少人の役に立てることが嬉しいなっていうことと、一緒にやっている仲間とおしゃべりする時間が楽しい、仲間がいるからこそ続けられるのかなと思ひます。また、お互い都合が悪くなったら助け合ったり融通性があるのも秘訣かなと思ひます。

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

色々なグループがあるし、自分が楽しみながらじゃなきゃ続けられないので、まずは関わってみて、これだったら続けられるなっていうものを見つけてもらいたいなと思ひます。

メンバー
募集中です！

ご連絡は
なかはらボランティア
センターまで

本日は本当に
ありがとうございました！！

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

ひだまりの会

NEW

団体紹介

子ども食堂「どリーむキッチン」を開設します。
ひらまの里地域交流室が活動拠点です。月1～2回水曜日か土曜日にお仲間として活動して下さる方、お手伝いのみ活動して下さる方を募集します。

内容

子ども食堂運営・イベント企画の活動又はお手伝いをしていただけの方

時 間 第3土曜日 11:00～14:00

場 所 ひらまの里地域交流室
(中原区上平間611-1)

条 件 上平間、中丸子、市ノ坪、地域の方

その他 交通費のみ支給

問合せ 担当 渡辺 TEL 090-4375-7099

メール 4722rcgx@jcom.zaq.ne.jp

ベストケアデイサービスセンター武蔵中原

内容

利用者さんのレクリエーションで、歌やギター、ダンスの披露、その他一芸ボランティアをやってくださる方を希望します。

時 間 月曜から土曜の14:00～15:00 (要相談)

場 所 ベストケアデイサービスセンター武蔵中原
(中原区上小田中6-27-27)

その他 交通費込みで謝礼は1,500円まで

問合せ TEL: 044-711-2123

桜の風もみの木

内容

①精神障害をお持ちの方への生活訓練施設にて調理プログラムの補助 (外出同行・調理の補助)

②もみの木の行事補助、外出プログラムの補助

③レクリエーション (ご自身の得意なもの)

時 間 ①第2,第4水曜日 9:30～12:00

②不定期で実施

③平日14:00～17:00

場 所 桜の風もみの木 (中原区井田3-16-1)

問合せ 担当 松原 TEL 044-920-9006

～講習会のご報告～

ポポラーレ63号でご紹介したデジボラネットワークかわさきのスマホ講習会について取材しました!

講習会は6月5日福祉パルなかはら研修室にて、主催者と受講者5名を含む計12名の参加者で行われました。

高校生が受講者に、LINEや電車乗り換えアプリ、スクリーンショットの使い方を教えたり、その他の時間は各々受講者の聞きたいことや設定を直して欲しいとの要望にお応えしておりました。

スマホを使い慣れていない方にとって、優しくマンツーマンで教えてもらえる貴重な時間となりました。

参加者の感想

●自分のスマホを使えて、教えてもらえたのが良かったです。マンツーマンで優しくわかりやすく教えてもらえて感謝です。

●高校生の皆さんが、教え方がとてもお上手でハキハキとしていて、スマホがうまく使えなかったのですが、LINEやヤフーの電車の乗換検索ができるようになりました!



「ボラ情ひろば」に 記事を書いてみませんか?

ポポラ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!



夏場のボランティア

夏本番に向け、これから一層暑さが厳しくなってきます。

夏場のボランティアでは、屋外はもちろんですが、屋内でも熱中症や脱水症などさまざまなリスクが伴います。また、マスクの着用により熱中症のリスクが高まります。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立して、安全にボランティア活動を行いましょう！

💡 **~こんなことに気をつけよう~** 😊 NG

マスクの着用について

- ★屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずす
- ★マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をし、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずしてこまめに休憩する



自宅から出て自宅に戻るまでがボランティアです！
行き帰りの暑さ対策も忘れずに♪

個人の体調について

- ★無理しない
- ★日頃から適度に運動し、体調管理をする
- ★帽子やタオルなどで直射日光が当たらないようにする

屋内の換気について

- ★エアコン使用中もこまめに換気をする（エアコンを止める必要はありません）
- ★扇風機や換気扇を併用したり、窓やドアなど2ヶ所を開ける

災害ボランティアコーディネーター 研修会報告（編集担当：M）

6月に災害ボランティアマッチング体験（講師：一般社団法人ピースポート災害支援センター）の研修会に参加しました。被災者のニーズに対してボランティアを送るカードゲームを行いながら、「同じ災害はひとつもない」「一人ひとりと向き合う」「災害VCはその後の地域づくりにつながる」という重要性を改めて痛感しました。

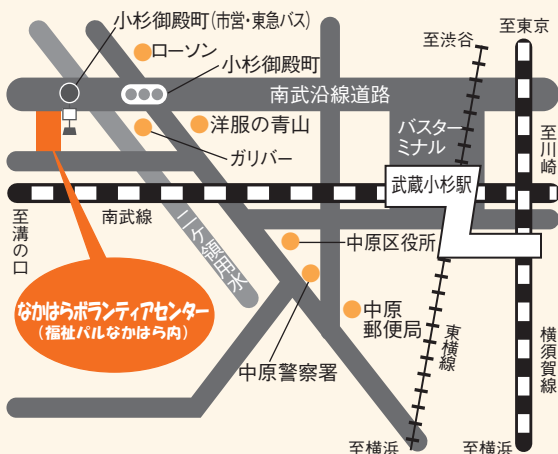
●災害ボランティアセンターの目的

⇒近隣住民の助け合いが災害により機能しないところをボランティアの力を借りて、復旧・復興に向けて被災者が自立・生活再建することを目指す

編集後記 少しずつ行動の制限が緩和されてきましたね。

夏休みを利用したボランティア活動を考えている方も多いかと思います。今回ご紹介した注意事項などを参考にして、思い出に残るボランティア活動をしてくださいな(∩o∩) (H)

なかはらボランティアセンターへのアクセス



住所 川崎市中原区今井上町1-34 和田ビル1階
(中原区社会福祉協議会内)

【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。