

ボランティア情報紙「ポポラーレ」

NAKAHARA Popolare Vol.78

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。

2026年1月

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/>
Mail nakahara-vc@csw-kawasaki.or.jp

なかはらボランティアセンター主催

傾聴ボランティア入門講座 あなたでもできる傾聴



より良いコミュニケーション【傾聴】(けいちょう)。「傾聴ってなんだろう?」「わたしにもできるかな?」まずは、最初の一歩から。あなたでもできる傾聴を、いっしょに学んでみませんか?

日 時▶令和8年2月16日（月）14時～16時30分

会 場▶福祉パルなかはら（中原区今井上町1-34）

20人（※定員を超えた場合、抽選）

対 象▶地域福祉に興味のある方

参 加 費▶無料

申込方法▶窓口配布・HP掲載の専用申込書に必要事項を記載し、電話、FAXまたは来所にてお申込みください。

申込期間▶令和8年2月2日（月）

問合せ・申込み

中原区社会福祉協議会 なかはらボランティアセンター

TEL 044-722-5581・5500

FAX 044-711-1260

メール nakahara-vc@csw-kawasaki.or.jp

ボラ嬢クイズ

Q.中原区社会福祉協議会、PR大使【中原パルるん】

（相性：パルるん）の顔周りの黄色い部分は
なんの花をあしらっているでしょう？

- ①パンジー ②ひまわり ③菜の花

答えは紙面のどこかにあります☆探してみてね☆



中原パルるん



原案:ポポラーレ編集委員
イラスト:モモリアキヨ



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。

なからボランティアセンター主催で開催した講座のご報告です

♪ボランティア基礎講座 開催報告♪

ボランティアの基礎について学び、実際にボランティア体験ができる講座を全3回の連続講座で開催しました☆

[STEP1] 社会学博士・牧岡英夫先生【ボランティアって?】の講義、ボランティア団体のポーラスター代表・宇賀さん、ひまわりの会代表・児玉さんによる、活動報告に耳をかたむけ、ボランティアを楽しむ術を学びました。

[STEP2] 参加者それぞれが、体験してみたいボランティアを選び、デイサービス、子ども食堂、イベントのお手伝いなど、楽しんで活動を体験することができました。

[STEP3] それぞれ参加したボランティア体験を振り返り、楽しく語り合いながら、ボランティア初体験を通して交流を深めることができました。

【受講者の感想】

- ・自発の心の大しさに気づけました。人との交流が自分の成長に繋がり、お互いの存在に気づけると感じました。
- ・ボランティアがテーマの講座は少なく、実際に活動されている方達のお話を聞けて、貴重な機会でした。体験もさせていただけてありがとうございます。グループワークも楽しかったです。

STEP1～講義～



STEP 2～体験～



STEP 3～振り返り～



☆災害ボランティア講座 開催報告☆

こちらの講座では、SL防災ボランティアネットかわさきの植田氏を招き、災害時のボランティア活動についての基礎知識を学びました。

また、令和7年9月11日に起きた、大雨災害時における中原区の被害状況、その際の川崎市の対応説明もあり、いつ起こるかわからない自然災害への対応について、身近なこととして学ぶことができました。

【受講者の感想】

- ・災害ボランティアについて、難しく考えていましたが、身近なことでできることもあるということを知りました。
- ・とても分かりやすく、タイムリーでよかったです。



ボラ情ひろば



・ボランティア・メンバー募集・

まちづくり推進委員会ゆかりの会

団体紹介 中原区をより住みやすい街にするための地域コミュニティづくりや世代間交流を進める活動をしています。そのきっかけづくりとして、中原区内のイベントにて昔遊び体験を実施し、来場者にかざぐるま作り、竹とんぼ作り、ベーゴマ、けん玉などを体験してもらっています。

活動内容 イベントなどでの昔遊び体験で、来場者に遊び方を教えたり、一緒に遊んで交流していただける方を募集しています。

時間 イベントにより異なる

条件 中原区内で活動できる方

問合せ Mail : hanakona@fg7.so-net.ne.jp
【担当】濱岡

・ボランティア募集・

デイジー川崎

NEW

団体紹介 簡単なパソコン作業で誰でも取り組める内容です。自宅でもパソコンがあれば編集作業がおこなえます。本を読むのが好きな人、いろんな本に出会えますよ！

活動内容 視覚障害者をはじめ、読むことが困難な方のために、パソコンを使って録音済みデータの編集を行います。

時間 火曜 13:00～16:00

活動場所 ふれあいプラザかわさき3階

条件 パソコンをお持ちの方。年齢性別不問。

問合せ 担当者宛メールアドレス
daisykawasakihp@gmail.com



桜の風もみの木

団体紹介 「桜の風」は地域生活を目指す心身に障がいのある方達が、生活訓練をするための通過型施設です。様々な障害をお持ちの方が利用する施設ですが、「もみの木ユニット」は、精神障がいをお持ちの方を対象にした支援を行っております。

活動内容 ①精神障がい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、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毎週水曜日9:30～12:00 ②もみの木の行事・プログラムは不定期で実施 ③平日（14:00～16:00）

交通費 無し

問合せ TEL 044-920-9006

神奈川県立中原支援学校

団体紹介 肢体不自由・知的障がいのある、児童生徒が通う、特別支援学校です。

活動内容 初心者から経験者、教員免許保有者など、特別支援学校でのボランティアに興味がある方（事前面接あり）

時間 平日 9:00～17:00

行事等開催される場合は、別途随時募集。

問合せ TEL 044-755-8889
nakahara01-sh@pen-kanagawa.ed.jp
【担当】支援連携グループ地域支援課



『ボラ情ひろば』に記事を載せてみませんか？

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？ 希望する団体さんはご連絡ください！



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。



福祉パルなかはら内ロッカー・棚の一般貸出申込受付について

中原区社会福祉協議会では、福祉パルなかはらを拠点に活動するボランティア・当事者のグループ・団体に対し、使用の公平を図るため要項を定め、登録及び更新制でパルなかはら内にあるロッカー及び棚の貸出を行っております。この度、下記のとおり次期の使用申込の受付を開始します。
使用をご希望のグループ・団体は申込手続きをよろしくお願ひいたします。

使用概要 毎回持ち運びすることが困難で活動に必要な資材を保管できる

使用期間 令和8年4月1日～令和10年3月31日

申込期間 令和8年1月19日(月)～2月28日(土)

決定 登録申込み状況によって調整を行い、申込多数の場合は抽選により決定した上で、3月中旬までに結果を通知いたします。

※新たに使用を希望されるグループ・団体につきましては、区社協窓口で配布している申込用紙にてお申込みください。

※現在使用しているグループ・団体につきましては、継続使用（更新）について通知にてお知らせいたします。



問合せ・申込み 中原区社会福祉協議会 地域課

住所：〒211-0067 中原区今井上町1-34 和田ビル1階

電話：722-5500 FAX：711-1260

ボラ娘クイズの答え▶A,① パンジー

顔周りには中原区の花「パンジー」をあしらっており、5枚の花びらは、区内5地区社協を表していて、胸の名札は中原区の木「モモ」をモチーフとしています。
応援よろしくお願いします☆



地域のおまつりやイベントで
みつけたらぜひ声をかけてね

なかはらボランティア
LINE公式
アカウント
友達登録募集中！



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。

平日～土曜日 9:00～17:00

電話：044-722-5581

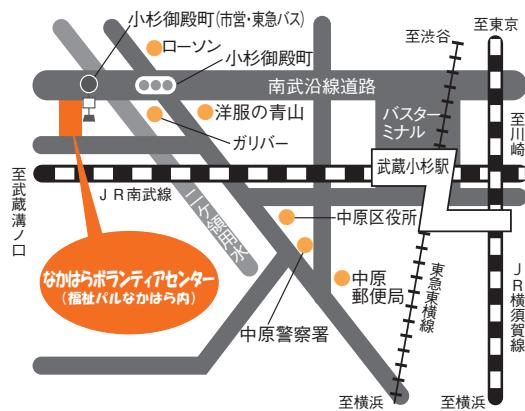
FAX：044-711-1260

メール：nakaharaku-vc@csw-kawasaki.or.jp

ポポラーレを紹介してみませんか？

- ・ポポラーレを置いてくださる施設やお店
- ・ポポラーレをご自身のブログやホームページで紹介してくださる方を募集しています。

希望や興味のある方はお気軽にご連絡ください。



なかはらボランティアセンターへの アクセス

【公共交通機関】

J R 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、車での来所は
ご遠慮ください。

編集後記

コロナとインフルエンザの予防接種を受けました。マスクに手洗い続けています。

編集会議で「パルるん」推しで盛り上がりました！

皆様が2026年も穏やかに過ごせますようにと願っております。(N)

次号は令和8年4月発行です