

NAKAHARA Popolare

Vol.79

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」という思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/>

Mail nakahara-vc@csk-kawasaki.or.jp



なかはらボランティアセンター主催

「いざ」というときに、地域を支える力に 災害ボランティア養成講座のご案内

地震や台風、豪雨などの災害が起きたとき、地域で支え合う力がとても大切です。

この講座では、災害ボランティアの基礎知識を深め、災害が起こった際の災害ボランティアセンター運営、災害ボランティア活動の実践的な内容を学びます。

※本講座をご参加された方は、10/25(日)開催の川崎市総合防災訓練に運営ボランティアとして、ご参加が可能です。

日 時 ▶ 9月26日(土) 10時～12時

会 場 ▶ 福祉パルなかはら(中原区今井上町1-34 和田ビル1階)
20人(※定員を超えた場合、抽選)

対 象 ▶ 中原区及び近隣に在住、在学、在勤の方で、災害ボランティアに興味がある方

参 加 費 ▶ 無料

申込締切 ▶ 9月4日(金)

申込方法 ▶ 右記の申込フォームよりお申込みいただくか、窓口配付・HP掲載の専用申込書に記入し、電話・FAX・来所にてお申し込みください。



問合せ・申込み

なかはらボランティアセンター(中原区社会福祉協議会内)
TEL 044-722-5581・044-722-5500
FAX 044-711-1260
メール nakahara-vc@csk-kawasaki.or.jp

No79

情熱大陸ボラ嬢!!!



原案:ポポラーレ編集委員
イラスト:モモリアキヨ

ボラ嬢クイズ

Q.災害に備えて、備蓄していくことを何というでしょう?

- ①ローリングストック
- ②ローリングストーンズ
- ③ウッドストック

答えは紙面のどこかにあります。探してみてくださいね!



なかはらボランティアセンター主催 過去に開催した講座のご報告

車いすボランティア養成講座

令和7年12月8日、中原支援学校の先生方をお迎えし、ご講義いただきました。

前半では、車いすの操作の仕方、介助の仕方などをお話いただき、後半は実際に、車いすを2人1組で交代しながら、介助、車いすに乗るといふ、会場近辺の公道を使つての体験が出来ました。参加された方からも、とても貴重な経験が出来た、などの声を多くいただきました。



【受講者の感想】

- ・実践することができ、とてもわかりやすかったです。
- ・介助する側、される側のコミュニケーションが大切と感じました。
- ・車いすに乗る側の気持ちも分かって良かったです。

傾聴ボランティア入門講座 ～あなたでもできる傾聴～

令和8年2月16日、傾聴ボランティアグループ【ほほえみの会】中村さん、津田さんにご講義いただきました。

初歩的な傾聴の知識、より良いコミュニケーションについて、わかりやすくお話していただきました。

傾聴は近年とても関心が高く、中原区でははじめての開催でしたが、講義終了後も残って先生方にお話を伺う参加者さんが多く見られました。

【受講者の感想】

- ・とても良い学びの機会でした。
- ・傾聴を様々な役割や場面、分野からの解説が具体的でわかりやすく、傾聴のハードルが下がりました。
- ・傾聴は、長い時間聴き続けるのは良くないことが分かりました。



ボラ情ひろば



* ボランティアします *

プアウクレレ

団体紹介 ウクレレを演奏しながらの歌を参加者と一緒に歌って楽しめます。

活動内容 平均年齢80歳前後のメンバーで活動。男性3名、女性6名で月に4回の稽古をし、15年以上の経験あり。童謡、唱歌、歌謡曲を楽しく演奏します。

時 間 ご要望を検討します

活動場所 いこいの家等

条 件 自転車や交通の便が良い場所

問合せ なかはらボランティアセンター



* ボランティア募集 *

生活介護事業所Vivo

団体紹介 武蔵新城サンモール商店街の中にある、生活介護事業所です。近隣の飲食店より、廃油をいただき、せっけんをご利用者の方と一緒に作って販売しています。

活動内容 利用者様とのレクリエーション、散歩、作業の手伝い、昼食の配膳。

時 間 月曜～金曜 10時～15時

活動場所 生活介護事業所Vivo

条 件 健康で明るい方

問合せ TEL 090-9284-8520 (担当:遠藤)

FAX 050-3173-5548

Mail vivo@arika.email



* メンバー募集 *

なかはらパンジー隊

団体紹介 中原区のご当地体操(介護予防体操)

活動内容 月1回活動、1回あたり半日単位でできる活動です。

ご家庭の状況、ご自分の体調に合わせて…

地域の人と交流したい方、体を動かし健康づくりをしたい方。

時 間 午前10:00～11:00

定例会月1回(第4月曜)

フローレンス地域交流センター

活動場所 中原区内 いこいの家

問合せ TEL 044-411-4416

(代表:田中)

脳トレ桜クラブ

団体紹介 2018年に発足した脳や体のトレーニングを通じて認知症などの予防活動をしています。とても楽しい集まりですのでお気軽に見学にきてください。お待ちしております。

活動内容 読み書き・計算・体操・ゲームなど(問題作成やストレッチ・簡単な体操等を活動時間内に組み立てて行う)

時 間 第2・4木曜日 10:00～11:30

活動場所 等々力いこいの家

問合せ TEL 044-434-5657

(担当:山田)



『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。



☆第30回なかはら福祉健康まつりを開催いたします☆

日 時▶令和8年11月15日(日) 午前10時～午後2時

会 場▶中原区役所・別館(雨天決行)

「なかはら福祉健康まつり」は区内の福祉や健康に関わる約50の施設や団体が参加し、実施しているイベントです。地域の皆さんに福祉と健康づくりについて知ってもらおうと、活動の発表や手作り製品の販売など、各団体が趣向を凝らし、まつりの準備をすすめております。

今年度は、記念すべき、第30回目☆

まつり当日、みなさまのご来場、お待ちしております☆

なお、まつりの詳しい内容、最新の情報につきましては、中原区社会福祉協議会のホームページにてご案内しておりますので、あわせてご覧ください。

問合せ

中原区社会福祉協議会 TEL 722-5500

中原区役所地域ケア推進課 TEL 744-3239



☆第29回なかはら福祉健康まつりの様子☆

ボラ嬢クイズの答え▼

①ローリングストック

※災害が起きたときに最低3日分、できれば1週間の食品備蓄が大切です。常に一定量の備蓄が家庭にある状態を保つことで、災害時にも役立ちます。



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

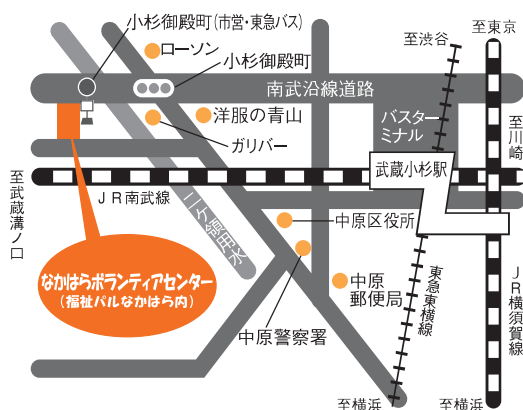
FAX: 044-711-1260

メール: nakaharaku-vc@cs-w-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
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へのアクセス

【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、車での来所はご遠慮ください。

編集後記

災害時の備え、していますか?
備蓄はバッチリ!という方も、ローリングストックで備蓄品をいつでも使える状態にしておきたいですね。
人間の備蓄品よりも飼い猫の備蓄品の方が充実している我が家も、「備蓄してるぞー」と満足せずにそろそろキャットフードの賞味期限をチェックせねば!(ハマー)

次号は令和8年11月発行です