

はじめの一步

下記の内容に関心のある方、ご連絡お待ちしております！

申込み・問合せ先がない募集については、
しゅやボランティアセンターにご連絡ください
電話：03-5790-0505



渋谷区けやきの苑・西原

特別養護老人ホームで介護を受けながら生活されている方と、デイサービス（通所介護）を利用されている方の施設です。

さまざまなボランティア活動がありますが、今、下記の内容に関心のある方を特に募集しています。初めての方も、お気軽にお問い合わせください。

■活動内容：特別養護老人ホームに入所されている方の洗濯物たたみ

■活動日時：毎週土曜日 13:00～1時間程度

■活動場所：渋谷区けやきの苑・西原（西原 2-19-1）

■問合せ：03-5453-0515（前原・榊原）



ケアステーション笹幡デイサービス

利用される方に下記の内容で関わってくださるボランティアの方を探しています。ご興味のある方、まずはお気軽にお問い合わせください。

■活動内容：①夕食準備

②ドライヤーかけ

③傾聴等

④その他時間帯により、雑用あり

■活動日時：①15:00～18:00

②11:00～12:30 13:30～15:00

③9:30～11:30

13:00～14:00

17:00～18:00

（曜日はいずれも相談）

■活動場所：渋谷区ケアステーション笹幡高齢者在宅サービスセンター（幡ヶ谷 2-21-9）

■その他：②は女性の方を希望します。

■問合せ：03-5308-4332（アルセニヨ）



歌の会(ハーモニーズ) (ボランティアグループ)

高齢者の生きがい活動としてのコーラスグループです。先生の熱心なご指導

のもと、高齢者の方々とボランティアが楽しく歌っています。会の運営を一緒に手伝っていただけませんか？

■活動内容：会場準備、お茶入れ、楽譜のコピーなど

■活動日時：第1・3木曜 13:00～15:30

（途中参加も可能です）

■活動場所：上原社会教育館 音楽室（上原 3-13-8）

■問合せ：03-5371-1836（小口）

ちょっと読んでみますか。

センターで貸し出している本の紹介です。



『461個の弁当は、親父と息子の男の約束。』（渡辺 俊美 著 マガジンハウス 2014）

いつも大切に想っている、ということを手伝って伝えるのは大事なことです。その伝え方は人によってさまざま。言葉ではないこともあります。この本は、ミュージシャンの父親がシングルファザーとなり、息子が高校に通う3年の間、不規則な仕事の合間を縫って毎朝、息子に弁当を作り続けた記録です。成分の100%が愛情といってもいい本、だと思います。弁当を作り時間、食べる時間、それぞれ別のところにおいても、時間を共有している幸せを感じます。息子さんの書いたコラムも、泣けます。

『キレる女 懲りない男 一男と女の脳科学』（黒川 伊保子 著 ちくま新書 2012）

男女間で「なんで怒っているの？」「なんでわかってくれないの？」とお互い思うことはないでしょうか？男女の脳はそもそもの仕組みが違うので同性で当たり前のことが異性では当たり前でなくなるのです。そんな男女の脳の違いをわかりやすく説明している本です。これを読みながら「うん、うん、わかる！」と納得する部分もたくさん出てくるでしょう。お互い分かり合うための処方箋。ぜひお読みください。