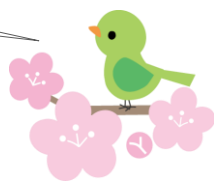


しぶや 2Feb ボランティア センター情報

2016年2月5日発行 【発行部数4000部】

編集発行：社会福祉法人 渋谷区社会福祉協議会しぶやボランティアセンター

梅の香が風にのる春、の号



【目次】

- 2 ボランティア募集
- 3 せせらぎまつり参加団体募集
- 4 助成金情報、図書紹介ほか
- 5 イベント&ニュース、「知的障害のある人との接し方講座」、1月のカレンダーから
- 6 ボランティア室情報ほか
(ボランティア室の開室日)

今月のボラ選 <<河津桜>>

平成25年5月に植樹した、せせらぎの「河津桜」
1月末現在、つぼみが膨らみ始め、一部開花しています。

この桜は開花期間が
1ヶ月と長いので、こ
れからゆっくりと見ご
ろを迎えます。まだま
だ小さな樹ですが、
ぜひご覧ください。



2月ぼらせんカレンダー

【V=ボランティア】

- 5日 Vアドバイザー全体会
- 8日 ひがしV室連絡会
- 11日 建国記念の日（センターはお休みです）
- 12日 せせらぎまつり広報部会
- 16日 せせらぎまつり企画部会
- 19日 せせらぎまつり代表者ミーティング



- 20日 知的障害のある人との接し方講座
- 22日 笹幡V室地域交流会しゃべり場
笹幡V室連絡会
- 23日 せせらぎV室連絡会
Vセンター運営委員会
さわやか信用金庫福祉体験講師派遣
- 24日 さわやか信用金庫福祉体験講師派遣

～原宿の丘ボランティア室 地域交流会しゃべり場～

美食 ～ 身体の中から美しく～

健康のためには何を食べたらいいいのか、健康になれば見た目も美しく・・・なんてことがあるかもしれません。

春を目前に楽しく料理をして、身も心も美しくなりませんか？

【日 時】 3月7日(月)
14:00～16:00

【場 所】 ケアコミュニティ・原宿の丘 2階
(神宮前 3-12-2)

【内 容】・健康になる食事の話
・調理（桜餅・卵を使ったアイデア料理）

【講 師】 一般社団法人 栄養改善普及会

理事 稲川 貴美子氏

【対 象】 主に渋谷区在住・在勤・在学

【定 員】 20人（先着順）

【参加費】 300円

【持ち物】 エプロン、三角巾

【申込み】 電話にてボランティアセンターへ
お申し込みください。

電話 03-5790-0505

＜問合せ＞ しぶやボランティアセンター

電 話 5790-0505
FAX 5790-7521
メール shibu-vc@u06.itscom.net

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、
しぶやボランティアセンターにご連絡ください

電話：03-5790-0505

個人

富ヶ谷2丁目在住 32歳女性

話し相手をしてくださる方を探しています。移動の際には電動車いすを使用しています。

- 活動内容：話し相手
- 活動日時：相談の上 月1~2回 2時間程度
- 活動場所：自宅周辺（自宅以外を希望）
- その他：ゆったりとしたペースで一緒に時間を過ごして下さる女性（できれば同年代ぐらいの方）を希望します。

個人

千駄ヶ谷5丁目在住 20歳女性

下肢に障害があり、車いすを使用しています。外出して散歩やお話をしたり、車いすを押したりして下さる方を募集しています。

- 活動内容：外出の際の車いす介助
- 活動日時：その都度、相談
1回の外出は、1時間から1時間半程度
- 活動場所：自宅（千駄ヶ谷5丁目）まで迎えに行き、帰りは自宅まで送り届けます。
- その他：同年代の方と楽しく過ごしたいです。20代~30代の女性を希望します。外出先はその都度ご相談します。

個人

本町4丁目在住 12歳男児

特別支援学級に通級しています。学校間の送りをしてくださる方を募集しています。

- 活動内容：特別支援学級から在籍している学校までの送り
- 活動日時：第3・4（ある場合は第5）週の木曜日
13:00~30分程度
- 活動場所：初台1丁目付近から本町4丁目付近まで
- その他：第3~5週のいずれか1回でもかまいません。活動は3月までの予定です。

障害

知的障害のある人の余暇支援

知的障害者幡ヶ谷教室G A Y Aでは、障害のある人もない人も『わいわい、がやがや』集まって、料理・スポーツ・音楽など、さまざまなプログラムを通じて仲間づくりをしています。みんなで楽しい日曜日を過ごしませんか。下記の内容に関心のある方、ご連絡をお待ちしています。

- 活動内容：参加者のサポート、季節のプログラム、料理、クラフト、ダンス等のサポート
みんなでプログラムを盛り上げる。
- 活動日時：原則毎月第1日曜日 4~5時間
※ 1月、11月は第2日曜日、
8月はお休みになります。
- 活動場所：渋谷区幡ヶ谷社会教育館
（幡ヶ谷 2-50-2）
- その他：おおむね高校生以上の方を希望します。
プログラムの内容によって、食費・材料費等の実費がかかる場合があります。
- 問合せ：渋谷区役所 生涯学習振興課
03-3463-3049（竹嶋・吉野）

ボランティア募集の情報掲載について

掲載をご希望の方は、毎月20日までに掲載希望内容（活動内容、日時、場所、問合せなど）をFAX・Eメール・郵便のいずれかにてお送りください。なお紙面の都合により掲載できない場合もございますので、ご了承ください。

＜あて先＞

〒151-0066 渋谷区西原 1-40-10
渋谷区総合ケアコミュニティせせらぎ2階
しぶやボランティアセンター情報紙係 宛
【FAX】03-5790-7521
【Eメール】shibu-vc@u06.itscom.net



第17回せせらぎまつり 参加団体・ボランティア募集！

合言葉は「せせらぎへ行こう！」

【日時】 平成28年5月8日(日) 10:00~15:30

【場所】 総合ケアコミュニティ・せせらぎ

【参加団体募集】

■申込み方法

所定の参加申込書に必要事項を記入の上、FAX または、ボランティアセンター窓口持参にてお申込みください。(窓口受付 月~金 9:00~19:00 土 9:00~18:00 日・祝休)
詳しくは「第17回せせらぎまつり参加団体募集要項」をご覧ください。(配布先は下記参照)

■申込み締切

2月29日(月) 19:00 必着

■参加費

①発表、展示、無料の体験交流 1団体 1,000円

②販売、有料の体験交流 1団体 1,500円

■配布先

ボランティアセンター、総合ケアコミュニティ・せせらぎ1階事務室、渋谷区社会福祉協議会、図書館、社会教育館、出張所 他

【ボランティア募集】

せせらぎまつりでボランティアしませんか？
お申し込みはボランティアセンターまで！

■4月26日から5月7日までの事前ボランティア

- ①コンポスト(せせらぎでできた再生肥料)の袋詰め作業
- ②スタンプラリー参加賞の袋詰め作業
- ③前日の設営

※時間と日程は活動によって異なりますので、お問い合わせください。

■当日のボランティア

- ①写真撮影 ②来場者アンケート ③駐輪場での自転車整理 ④場内お掃除隊など
- ぜひ、ご協力ください！



申込み・問合せ先

せせらぎまつり実行委員会 事務局

しぶやボランティアセンター内

電話：03-5790-0505

FAX：03-5790-7521

歳末たすけあい運動募金活用事業

平成28年度 渋谷区社会福祉協議会 福祉活動助成募集

渋谷区内における地域福祉活動の発展を図るため、民間の施設、地域団体およびボランティアグループの活動に対して資金面での活動支援を行ないます。

【助成金額】 1 グループ 10 万円を限度

【助成対象】 4 月 1 日～平成 29 年 3 月 31 日の期間に実施する活動

渋谷区内で福祉活動を進めている団体・グループを対象とします。

【申込方法】 申請用紙に記入し、必要書類を添付の上、社会福祉協議会まで持参または郵送してください。

【申込期間】 3 月 15 日（火） ※ 必着

【申請書配布先】 渋谷区社会福祉協議会、しぶやボランティアセンター、出張所、社会教育館、図書館にて配布中

【選考方法】 申請書類にもとづき審査のうえ決定します。

【問 合 せ】 社会福祉法人 渋谷区社会福祉協議会 地域福祉課

〒150-0042 宇田川町 5-2

電話 03-5457-2200 F A X 03-3476-4904

ちょっと読んでみませんか。
センターで貸し出している本の紹介です。



『長いお別れ』（中島 京子 著 文藝春秋 2015）

家族が認知症…時にはまるで別人のように感じるし、介護は決してきれいごとではありません。この本の中の家族も、それまで過ごした時間と幸せな記憶の積み重ねを大切に、夫として、父としてのひとりの男性との長いお別れに向かって、いろいろな想いを抱きながら過ごしていきます。何を忘れていたとしても、目の前にいるのは、変わらず大切な人なんですよ。

『一〇三歳になってわかったこと 人生は一人でも面白い』（篠田 桃紅 著 幻冬舎新書 2015）

自らを解き放って生きるということは、強さがなければできないことだと、篠田さんの言葉に触れて感じます。そして本当の強さとは、しなやかで、おおらかで、自由である自分のままであること、心が揺れるのをいとわないこと、信念を持って行動できること…とてもそうは生きられないとわかっている、素敵な人生のエッセンスを学んで、ほんの少し、キラリと光る毎日を送れたらと思います。

読み終わった本を寄付して、応援しよう。

お部屋の整理などで、本を売ったり、処分したりという方へ。その本が障害のある人や子どもたち、海外の支援へとつながる仕組みがあります。ぜひ寄付してみませんか？

Re Book ろうきんエコブック制度 http://chuo.rokin.com/about/csr/re_book.html

（福祉施設への寄贈で障害のある人の働く場を作り出す、中央労働金庫による社会貢献活動）

ボランティア宅本便 http://www.bookoffonline.co.jp/files/guide/bolcsr_personal.html

（ブックオフオンライン株式会社による、買い取った本や CD の査定金額を提携団体に寄付する仕組み）

詳しくは、それぞれのホームページをご覧ください。ボランティアセンターにお問い合わせください。



イベント&ニュース

ふれあい・いきいきサロン 報告・説明会 広げていこう 楽しいしぶやの居場所づくり

【日 時】2月27日（土）13:00～14:30

【場 所】渋谷区総合ケアコミュニティ・せせらぎ 2階会議室（西原 1-40-10）

【内 容】その1「実際に活動しているサロン団体の方より活動発表」

発表団体：@ほーむえびす、ハラッパーズ

＊サロンをもっと楽しむ秘けつここにあり！

＊サロンがきっかけで・・・広がるしぶやの和（輪）

その2「サロンで役立つレクリエーション」

講師：おもて参道訪問看護ステーション 所長 高橋 洋子さん

＊体をちょっと動かしてみませんか

＊みんなに教えたい簡単体操



【定 員】50人 先着順

【参加費】無料

【申込み】2月19日まで 電話、FAX、社会福祉協議会事務局窓口にて

【問合せ】渋谷区社会福祉協議会 地域福祉課 電話 03-5457-2200

渋谷区社会福祉協議会は、
地域のサロンづくりを応援します。

コミュニティカフェ情報

ささはたカフェ 2月15日（月）11:00～15:00 笹塚十号坂商店街事務所にて

ほっとカフェ 2月22日（月）14:00～16:00 せせらぎ2階ラウンジにて

ボランティアセンターより

「知的障害のある人との接し方講座」みんなと一緒にクッキング！

区内で知的障害のある人たちを支援している職員から話を聞くとともに、知的障害のある人と一緒に昼食や料理をつくり、交流を持つ講座です。

【日 時】2月20日（土）10:30～15:30

【会 場】総合ケアコミュニティ・せせらぎ 2階大会議室（西原 1-40-10）

【プログラム】午前 講義「知的障害について」

昼食 皆さんと一緒に食事

午後 マフィン作り

【講 師】区内福祉施設職員

【参加費】700円（昼食代、材料費）

服部栄養専門学校

【定 員】先着15人

【共 催】NPO 法人渋谷なかよしぐるーぷ／NPO 法人絆の会福祉作業所ふれんど／NPO 法人あさのはネット
ワークワークささはた／しぶやボランティアセンター

【協 力】学校法人 服部学園 服部栄養専門学校

【申込み】電話にてボランティアセンターへお申し込みください。

1月のほろせんカレンダーから「ボランティア交流会 ありがとうパーティー」準備会

日頃からボランティア活動されているみなさんに感謝をこめて！ボランティアアドバイザーを中心に準備会を1月18日開催。元宝塚歌劇団の方の歌とトークやクイズ大会、児童合唱など楽しい企画を準備中！

【日 時】3月13日（日）10:30～15:00

【会 場】総合ケアコミュニティ・せせらぎ

【参加費】700円

【対 象】個人、団体登録ボランティア

ボランティア室 情報

開室時間 13:30～16:30

(相談やボランティア保険受付は16:00まで 祝日はお休みです。)

ボランティアアドバイザーが相談を受けています！

- ☆ボランティア活動に関心がある人
- ☆ボランティアの手助けを必要としている人
- ☆活動先の相談、紹介
- ☆ボランティア保険の受付など

ひがし健康プラザボランティア室

場 所：東 3-14-13 地下1階

開室日：月・水・金曜日

電 話：03-3406-6252

メール：shibu-vchigashi@a-net.e-mail.ne.jp

その他 月、水、金曜日使用済切手整理日

2月22日おしゃべりサロン

アドバイザー 大塚・岡・早川・多田・大澤

ケアコミュニティ・原宿の丘ボランティア室

場 所：神宮前 3-12-8 2階

開室日：月・第1、3金曜日

電 話：090-2309-5917

アドバイザー 石田・鹿濱・柳瀬・関間・内藤

ケアステーション・笹幡ボランティア室

場 所：幡ヶ谷 2-21-9 4階

開室日：月・木曜日

電 話：090-2307-7580

アドバイザー 櫻井・黛・大澤・磯野・武藤

総合ケアコミュニティ・せせらぎ ボランティア室

場 所：西原 1-40-10 2階

開室日：火・金曜日

電 話：03-5790-0505

アドバイザー 上瀧・新井・小竹・熊岡・平島



「地域交流会しゃべり場」を 開催します

◆2月22日(月) 14:00～16:00

ケアステーション笹幡ボランティア室

今、渋谷区の災害対策を知ろう！

～家族と地域のために～

各地で起こる大災害…決して他人事ではなく、明日にでもわが身にやってくるかもしれない危機です。この機会に、日頃からやっておける「備え」をみなさんで考えませんか？

講師：渋谷区 防災計画課職員

会場：ケアステーション笹幡 4階ボランティア室

(幡ヶ谷 2-21-9 4階)

定員：15名 参加費：無料

問合せ・申込み しぶやボランティアセンター



情報紙を読めるお店は こちら！

【クリーニングふかの】

住 所：上原 1-18-7

第5大貴ビル1階

営業日：月～水 8:30～19:30 金・土 8:30～20:00

日・祝 10:00～19:00

定休日：木曜日



以前は運営委員としてボランティアセンターを支えてくださった深野さん。「システムだけでは成り立たない社会だからこそ、ボランティアの力は大切。企業ボランティアの推進など、ネットワークによる地域力アップを」とのお話をいただきました。がんばります！

～しぶら日記～ お弁当は、一緒に食べなくても、作る人と食べる人の想いがその小さな箱を介して行ったり来たりします。いろいろな角度からお弁当文化を研究した本『おべんとうと日本人』に触発されて、しばらくお休みしていたお弁当作りを再開しました。フタを開けると、そこには自分の愛情いっぱいのお弁当が…それってどうなのでしょうね。ま、細かいことは気にせず、お弁当マスターを目指します。(き)

情報紙を置いてくださるお店を募集しています！

【問合せ先】ボランティアセンター 03-5790-0505

発行：社会福祉法人 渋谷区社会福祉協議会 しぶやボランティアセンター

【開所時間】 月～金：9:00～19:00 土：9:00～18:00

【住 所】 〒151-0066 東京都渋谷区西原 1-40-10 総合ケアコミュニティ・せせらぎ 2階

【電 話】 03-5790-0505 【FAX】 03-5790-7521

【E-mail】 shibu-vc@u06.itscom.net 【ホームページ】 <http://www.vcshibuya.jp/>

