



傾聴ボランティア養成講座

「話を聴く方法」を学び、ボランティア活動において人との関わり方を体験できる実践的講座です。

【講座】講座とは別に施設体験があります

日程：10月20日(水)21日(木) 22日(金) 11月11日(木)

時間：14時～16時30分

場所：地域交流センター大向 区民交流室（渋谷区松濤 1-26-6）

講師：NPO 法人 P.L.A



【申込方法】電話・窓口にて受付

渋谷区社会福祉協議会

しぶやボランティアセンター

渋谷区宇田川町1-1 渋谷区役所2階

TEL:03-5457-2200

【施設体験】施設体験のみオンライン予定

期間：10月25日(月)～11月5日(金)

【申込概要】

参加費：2,000円 定員：15名(先着順)

対象：区内在住、在勤、在学でボランティア活動に関心があり、

全4回の講座と施設体験(いずれか一日)に出席できる方

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によって中止の可能性があります。予めご了承ください。

ボランティアオリエンテーション

「ボランティア活動を始めてみたいけどどうしたらいいの?」「どんなボランティア活動があるの?」
ボランティアに関するご質問にボランティアセンターのスタッフがお答えし、活動の紹介や活動時に
気をつけたい事などをご説明します。

日時・場所 ※5つの日程からご都合の良い日にちをお選びください。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によってオンライン以外の日程は中止の可能性があります。予めご了承ください。

- ① 11月23日(火・祝) 11時～12時 **オンライン(ZOOM)**
- ② 11月24日(水) 14時～15時 ひがし健康プラザ ボランティア室
- ③ 11月25日(木) 14時～15時 ケアステーション笹幡 ボランティア室
- ④ 11月26日(金) 14時～15時 総合ケアコミュニティ・せせらぎ ボランティア室
- ⑤ 11月29日(月) 14時～15時 ケアコミュニティ・原宿の丘 ボランティア室

定員 ①は30名 ②～⑤は各5名 ※すべて先着

【申込方法】電話・メールにて受付

名前・電話番号・希望参加日
をお伝えください。

費用 無料※オンライン通信費は自己負担

対象
・初心者大歓迎! ・年齢不問
・ボランティア活動に関心のある人
・地域の中で新しい関わりをもちたい人

募集期間 11月15日(月)～11月18日(木)

渋谷区社会福祉協議会
しぶやボランティアセンター
TEL:03-5457-2200



メール申込用 URL

メール: vc-shibuya@tokyo.email.ne.jp

イベント&ニュース

しぶや。

参加費無料！事前申し込み制になります。

もったいないマーケット

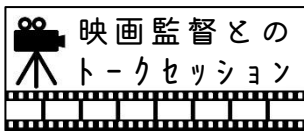
ONLINE 10月16日(土) 13時~16時

10月16日の「世界食糧デー」に合わせて、食品ロスの削減を中心に3R推進を広く区民に呼びかけます。プログラムを通じてフードロスや3R推進の大切さについて考えていきましょう。



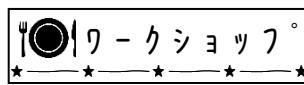
「カレーライスを一から作る」^{いち}

武蔵野美術大学の課外ゼミの一環で、すべて自分たちで一から作る計画をたてた関野吉晴氏。「食べる」「生きる」という人間にとって基本的な営みを見つめ直すドキュメンタリー映画です。



ゲスト 映画監督 前田亜紀さん

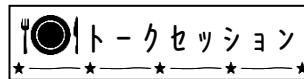
映画作成にいたった背景や作成秘話、食べ物の大切さという観点からフードロスの問題に対して家庭で出来ることなど。



野菜を無駄にしない「とっておきレシピ」講座

講師 キューピー株式会社 矢島里香さん

家庭で出来るフードロス対策！野菜を無駄にしないレシピを学べます。



渋谷区のリサイクルの取り組みについて

渋谷区役所清掃リサイクル課課長 村山英樹さん

渋谷区でのリサイクルの取り組みについてお話いただきます。

主催：しぶや・もったいないマーケット実行委員会 共催：渋谷区 視聴方法：ZOOM ウェビナー

問合せ先：しぶや・もったいないマーケット事務局 TEL：03-6427-1085 MAIL：shibuya.mottainai@gmail.com



秋のスイーツ特集



渋谷区内には丁寧に作った美味しいお菓子を販売している障がい者施設がたくさんあります！コロナ禍でお祭りなどの販売機会が減っており、みなさんにお届けしきれっておりません…

そこで！しぶやボランティアセンターホームページ内に「秋のスイーツ特集」と題し、特設ページを作成しました！ぜひ「お気に入りスイーツ」見つけてみてください。

掲載例



作業所名 ぱれっと

商品例 ハッピーハートきんちゃく
(クッキー2袋入り)

カラー ベージュ

特徴 ギフトにもおすすめ！1点ものの
きんちゃくにお好きな味のクッキー
を選んで入れられます。



ホームページ

URL：<http://vcshibuya.jp/>



はじめてみませんか

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 03-5457-2200



すみれ工房での ボランティア

恵比寿にある主に精神障がいのある方の就労継続支援
B型事業所です。日頃の作業や自主製品(焼き菓子)に
関わってくださる方を募集しています。

■活動内容

①軽作業のお手伝い

受け取り後、在宅での作業も可能です。

◇活動日時:

月曜日から金曜日(午前・午後の2部制)

午前:10時~12時(水曜日は11時30分まで)

午後:13時~15時(水曜日は14時30分まで)

②製菓ボランティア

メンバーと一緒に自主製品(焼き菓子)作りを
お手伝いして下さる方
(パウンドケーキやクッキーの袋入れや計量等)
未経験でも大丈夫です！

◇活動日時

月・火・木曜日(午前・午後の2部制)

午前:10時~12時/午後:13時~15時

■その他:資格、年齢は問いません。

交通費実費支給(上限500円まで)
曜日等応相談。

■活動場所:すみれ工房(恵比寿南2-23-12)

■問合せ:担当:日下^{くさか} 電話03-6303-2441



特別養護老人施設での 洗濯ボランティア

渋谷区西原にある高齢者施設、けやきの苑・西原では、
洗濯たたみボランティアをして下さる方を募集しています。

■活動内容:特養入居者の洗濯済の衣類たたみと
ご利用者ごとの仕分け作業

■活動日時:火・木・金・土曜日

12時~13時30分

■活動場所:けやきの苑・西原(西原2-19-1)

■募集人数:1人

■その他:活動人数は3~4人位の少人数、
ご利用者の方との関わりはなし。

■問合せ:担当:竹田^{たけだ} 電話:03-5453-0515



幡ヶ谷1丁目在住 60代男性

身体が不自由なため、コインランドリーで乾燥機を
かけたり、簡単な家事のサポートをして下さる方を
募集しています。

■活動内容

①自宅付近のコインランドリーで乾燥機をかける

②洗い物やゴミ出し、お風呂掃除等

■活動日時:相談の上 月1~2回 1時間程度

■活動場所:自宅、自宅付近コインランドリー

■その他:詳しくはボランティアセンターまで
お問い合わせください。



日本赤十字社総合福祉センターでのボランティア

渋谷区広尾にある日本赤十字社総合福祉センターでは、
月~金曜日の9時~16時の間(数時間)でボランティアを募集しています。

〈7階庭園の手入れや管理/敷地内の草刈りや整備〉

■活動内容:施設内にある草木の手入れになります。

施設の人たちの癒しになります。

■その他:汚れてもよい服装・日焼け、虫対策・
軍手をご用意ください。



※写真はコロナ禍前の様子になります。

〈オンラインを使用した音楽ボランティア〉

■活動内容:ZOOM を利用し、離れた場所から
でも音楽を通じて交流しましょう。

■その他:配信準備が自身でできる方希望。
通信費等の負担はありません。

■活動場所:広尾4-1-23

※オンラインの場合は自宅から参加

■問合せ先:日本赤十字社総合福祉センター
事務局 企画調整課 担当:新舂^{しんます}
電話:03-6861-4800(平日 9時~16時)

ボラセンの軌跡 ～福祉体験授業へいってきました！～

9/14 千駄ヶ谷小学校

4年1組・2組の授業の様子です。視覚障がい者についての理解を深める授業の一環として「白杖体験」をおこないました。また、当会と障がい者の方との関わり合いについてもお話ししました。



授業では、まず「白杖の扱い方」と、「アテンド(付き添い)の仕方」について学んだ上で、実際に白杖に触れてもらいました。

白杖の折りたたみ方や扱いの難しさなど、いろいろな体験ができたようです。



ボランティア室情報

新型コロナウイルス感染症に注意をして、10月は下記の曜日、時間の開室といたします。

最新の状況につきましては、ボランティアセンターへお問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。ボランティア室では、ボランティアアドバイザーがボランティア活動の相談を受けています。また、活動を安心安全に行うためのボランティア保険の受付も行っています。

開室時間 13時30分～15時30分（相談・ボランティア保険受付は15時まで）

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 電話:03-3406-6252

開室日:水曜日 ※月・金曜日は当面休止

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 電話:090-2307-7580

開室日:木曜日 ※月曜日は当面休止

9/16 幡代小学校

4年1組・2組の授業の様子です。肢体不自由者について学び調べたことを、ポスターや動画にまとめ、発表しました。どれも素晴らしい発表でした！



当会の職員にゲスト講師として参加してもらい、みなさんの発表についてコメントをもらいました。



授業のあとも、講師を囲み普段の生活のことなど、熱心にたくさんの質問をしていました。



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】月曜日～金曜日 8時30分～17時 ※土・日、祝日休み

【住 所】〒150-8010 渋谷区宇田川町1-1 渋谷区役所2階

【電 話】03-5457-2200 【F A X】03-3476-4904

【メー ル】vc-shibuya@tokyo.email.ne.jp 【ホ-ム-ヱ-ジ】http://www.vcshibuya.jp/



【ちょっと一言】秋の気配も次第に濃くなり、穏やかな季節となってきました。秋といえば、食欲の秋、芸術の秋、読書の秋、スポーツの秋・・・など秋の心地よさ、快適さからなのか四季の中でも、「〇〇の秋」と表現されることが多いですね。いろいろな楽しみがいっぱいの秋。みなさんはどんな秋を過ごしますか？いつもは専ら「食欲の秋」な私ですが、今年は「食」以外の身近な秋を見つけに、散策してみようと思います。(り) 🍁🍁🍁🍁🍁