

静岡市のボランティア情報紙

はとな通信



「はとな通信」は、静岡市社会福祉協議会に寄せられた市内のボランティア情報を掲載しています♪

～ ボランティアインタビュー ～



●杉山とみ子さん

すぎやま
エリアボランティア 杉山とみ子さん

「エリアボランティア」とは、城東保健福祉エリア内の地域福祉交流プラザを中心に、市民に親しみのある施設を目指して活動するボランティアです。

今回は、エリアボランティアの杉山さんと菊地さんにお話を伺いました。

Q.ボランティア活動を始めたきっかけは？

●仕事が一段落し、自分の時間がとれるようになりました。何か自分でもできることはないかとボランティアセンター葵に相談し、エリアボランティアを紹介していただきました。（杉山）

●定年退職後第2の勤めを10年続け、辞めたとき、社会に何か恩返しができないかという気持ちでいたところ、社会福祉協議会でボランティア募集のお知らせを見て応募しました。（菊地）

きくちとしあき
菊地敏明さん



●菊地敏明さん

Q.ボランティア活動のやりがいは？

●人に必要とされていると感じられることが、何よりです。（杉山）

●当初は受付のお手伝いから始まり、車いすの点検や市民の皆さんが利用される場所の清掃などに変わっていきました。車いすの点検は、自然に私の担当になり、今も続いています。役に立てればという事です。（菊地）



Q.ボランティア活動に興味がある方々へ一言

●どんなボランティアがあるか自分なりに情報を集め、自分のできることや好きなことを見つける事です。（杉山）

●活動は、欲を出さずマイペースが良いと思います。自分の特技や趣味を活かせられれば望ましいと思います。（菊地）



エリアボランティア入門講座を開催します

10月19日（月）にエリアボランティア入門講座を開催します。ボランティアに関心のある方はこの機会にご参加ください！※詳しくは裏面葵区の記事をご覧ください

【問合せ】

静岡市地域福祉交流プラザ（担当：大場）TEL：054-249-3183 / FAX：054-209-0128

「点字講習会 静岡地区」

受講生募集！

点字の基本を一緒に学んでみませんか？言葉を点であらわす「点字」は視覚障がいのある方にとって重要な情報源です。この講座では、「点字」の基本を学び視覚障がいのある方を支えるボランティアを育成します。電話または下記 QR コードからお申し込みください。



と き：11月11、18、25日
12月2、9、16日
いずれも水曜日、18：45～20：45
全6回

と ころ：城東保健福祉エリア 保健福祉複合棟

講 師：静岡点訳奉仕の会

対 象：市内在住または通勤
通学している方30名



締 切 日：11月2日(月)必着

参 加 費：テキスト代として590円

問 合 せ：ボランティアセンター葵

T E L：054-249-3183（担当：伊藤）

「エリアボランティア入門講座」

受講生募集

この講座では、ボランティアについてのお話や城東保健福祉エリアの見学ツアーなどを行います。あなたの力をボランティア活動に活かしてみませんか？ボランティア初心者の方も、この機会に、ぜひご参加ください！



と き：10月19日(月) 13：30～15：30
と ころ：城東保健福祉エリア3階 第3研修室ほか
内 容：・ボランティアの心構え

・エリアボランティアの活動について

・先輩ボランティアからのお話 他

対 象：ボランティア活動に関心のある方
20名 ※先着順

参 加 費：無料

申 込 み：10月12日(月)までに電話または
FAXにて、お申し込みください。

問 合 せ：静岡市地域福祉交流プラザ

T E L：054-249-3183

F A X：054-209-0128（担当：大場）

無料相談会を開催します ～きみのスペース まんま～

きみのスペースまんまは、葵区銭座町にある『不登校ひきこもりの居場所（フリースクール）』です。毎月第3水曜日に無料相談会を開催いたします。お気軽にご相談ください。

と き：10月21日(水)、11月18日(水)、12月16日(水) 10：00～15：00 予約制

と ころ：きみのスペース まんま（葵区銭座町98-4）

対 象：中高生世代の不登校生徒およびそのご家族

※小学校6年生はご相談ください

※本人、保護者だけのご相談も受け付けます。

問 合 せ：下記に電話またはメールで

T E L：050-5849-9409（担当：黒川）

受 付：平日10-16時 出られない場合は折り返します。必ず名前と電話番号をお伝えください。

メ ー ル：info@kiminospacemanma.org ※必ず名前と電話番号を記載してください。

W e b：http://kiminospacemanma.org Facebook：https://fb.me/kiminospacemanma



New

視覚障がい者のテニス フラインドテニスをやってみませんか

目が見えなくてもテニスができるよう工夫された“フラインドテニス”という競技を知っていますか？「たのしく テニスを やろうよ」の頭文字をとって「TTY」（ティーティーワイ）というグループがあります。視覚障がい者と一緒にテニスをやりながら活動をお手伝いしてくれる人を募集しています。一緒にテニスを楽しみましょう！



短時間でも大丈夫なので、ぜひお問合せください！

と き：毎月第2日曜日 13：00～17：00

ところ：静岡県総合社会福祉会館（シズウェル）
（葵区駿府町 1-70）

と き：毎月第4日曜日 10：00～17：00

ところ：西豊田小学校 体育館
（駿河区曲金 2-8-80）

持ち物：体育館シューズ、飲み物、動きやすい服装

問合せ：駿河区地域福祉推進センター

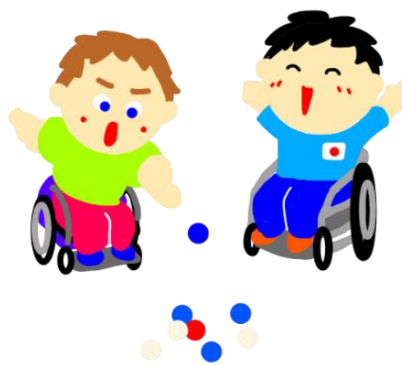
T E L：054-280-6150（担当：大石）

New

パラスポーツ ポッチャを一緒にやってみよう！

ポッチャとは、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。

そのポッチャを障がいのある人たちと交流しながら一緒に体験してみませんか？



と き：10月24日（土）10：30～12：00

ところ：みなくる（駿河区南八幡町 3-1）

講 師：生活介護事業所 それいゆ

対 象：小学4年生以上 12名

持ち物：飲み物、マスク

問合せ：駿河区地域福祉推進センター

T E L：054-280-6150（担当：中村）



New

駿河区生活支援ボランティア養成講座を開催します

目 的：高齢者が抱える日常生活上の困りごとや支援が必要な現状について学び、ボランティアとして課題の解決に取り組むことができる人材の育成を目的とした講座です。

と き：①10月13日（火）、②20日（火）、③27日（火）、④11月4日（水） 全4回
※いずれも 10：00～12：00

と ころ：静岡市地域福祉共生センターみなくる会議室（駿河区南八幡町 3-1 南部図書館 2 階）

内 容：①ボランティア活動、支え合い活動についての導入

②居場所「かがやき」の活動について

③ささえあい丸子協議会の活動について

④生活の困りごとから考える支え合い活動について

対 象：ボランティアや福祉活動に関心のある市民 20名

申 込 み：10月2日（金）までに、電話またはFAXにてお申し込みください

問 合 せ：駿河区地域福祉推進センター（担当：池谷）

T E L：054-280-6150 / F A X：054-286-9545



New

ニット工房ライク

編み物の簡単作業ボランティア募集

障がいのある人もない人も一緒に物作りを楽しみませんか？ 仲間たちが機械編みした製品をとじる作業を手伝って頂ける方を募集しています。空いた時間や都合のいい時間にお手伝いをお願いします。詳細はお気軽にお問合せください。

と き：月 1 回～、何回でも・短時間でも OK
と ころ：ニット工房ライク

清水区草薙一里山 26-9(南幹線沿い)

※自宅でも作業できます

人 数：1 人でもグループでの参加も OK

問 合 せ：社会福祉法人共生会ライク

T E L：054-347-7337（担当：増田）



コラム

ボラセン清水のちょっとイイ話

7 月のある日、ボランティアグループ「すっきりサロン」の皆さんから「はーとぴあ清水」のデイサービスの職員にメモ帳と鍋敷きをいただきました。このメモ帳は、コロナ禍で活動できない時期に各ボランティアさんたちがご自宅で作られたものです。紙を裁断し、表紙にはステキな絵や言葉が書かれています。

チラシを小さく折った物をいくつも繋げて輪の様に仕上げた鍋敷きは、すっきりメンバーの旦那さんによるもの。自宅で作業する奥様を見て「自分も何かできることをしよう」と、挑戦してくださいました。どちらも大切にに使わせていただきます。ありがとうございました。



いただいた鍋敷き(左)とメモ帳(右)です

New

心明会

精神の病をもつ家族による学習会

「ひとりで悩んでいませんか？」精神の病をもつ家族がお互いに学び合う学習会です。同じ悩みをもつ者同志、お互いの経験を共有しながら正しい知識や対応の仕方を学びます。内容は「統合失調症を知りましょう」「統合失調症の治療と支援」「家族自身が元気をたもつために」など。統合失調症など精神の病をもつ人の家族が対象です（定員 10 名）。詳細は気軽にお問合せください。

と き：10月10日(土)、31日(土)
11月7日(土)、14日(土)
12月5日(土)、※12日(土)
13:00～16:00（全6回）
※12日のみ 11:00～14:00

と ころ：辻生涯学習交流館 2 階第 3 会議室

参 加 費：1,500 円（テキスト代を含む）

対 象：統合失調症など精神の病をもつ人の家族
（全 6 回参加できる方）

問 合 せ：心明会(理事長:久保田)

T E L：054-385-3409
090-7039-3665



運転ボランティアも募集中！

リフト付・スロープ付車両操作講習会

清水区地域福祉推進センターでは、車いすや寝たきりの方の外出支援として「リフト付・スロープ付車両」の貸出しを行っています。貸出しには運転される方の車両操作講習会への参加が必要です。障がい者や高齢者の送迎支援活動を行う「運転ボランティア そよかぜの会」のメンバーも募集中！講習会に参加して一緒に活動しませんか？

と き：10月31日（土）
13：30～15：30



と ころ：はーとぴあ清水 3階大会議室

対 象：ご家族や身近な方との外出をお考えの方
普通自動車運転免許（AT 限定可）を取得してから1年以上の方
運転ボランティアに興味のある方
（健康状態が良好な 70 歳までの方）

締 切：10月28日（水）

持 ち 物：筆記用具と運転免許証

問 合 せ：清水区地域福祉推進センター

T E L：054-371-0291（担当：櫻田・大石）

点訳・音訳・ガイドヘルプ体験も♪

アイボランティア入門講座

「視覚障がいとは？」実際に視覚障がい者の方々と交流しながら点訳・音訳・ガイドヘルプなどの体験を行い、視覚障がいについて理解を深める講座です。電話または下記 QR コードから申し込みできます。お気軽にお問合せください。

と き：11月10日（火）、17日（火）、21日（土）
24日（火）、12月1日（火）
8日（火）、15日（火）
18：30～20：30（全7回）
21日（土）のみ 10：30～12：00

と ころ：清水社会福祉会館 はーとぴあ清水

対 象 者：市内在住または通勤・通学している方

定 員：30名

締 切 日：10月30日（金）必着

参 加 費：無料

問 合 せ：ボランティアセンター清水

T E L：054-371-0290

（担当：村松）



New

「赤い羽根共同募金」街頭キャンペーンボランティア募集！



今年も『赤い羽根共同募金』が始まりました。そこで、街頭で一緒に募金を PR してくれるボランティアを募集します。活動内容は赤い羽根共同募金の PR や呼びかけなどです。下記日程（「」内は会場）からご都合の良い日を選んで、活動日の7日前までに直接お電話にてお申込みください。

日 時：①10月1日（木）「清水駅」16：00～17：00

②10月2日（金）「草薙駅」16：00～17：00 ③「新清水駅」16：00～17：00

④10月3日（土）「ベイドリーム清水」10：00～11：00

⑤10月3日（土）「エスパルスドリームプラザ」13：30～14：30

⑥10月4日（日）「ザビック蒲原」10：30～11：30

⑦10月4日（日）「フレスポ静岡」10：30～11：30

⑧10月10日（土）「ベイドリーム清水」10：00～11：00

申し込み：清水区共同募金委員会事務局（静岡市社会福祉協議会清水区地域福祉推進センター内）

T E L：054-371-0291（担当：佐藤・望月し）



新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください！

参加者もボランティアも安全に活動できるよう、ボランティアの皆さまのご協力をお願いします

活動する 前に…

○衛生関連の消耗品等を準備する

(アルコール消毒・ペーパータオル・体温計・マスク・ゴミ袋など)

○参加者やそのご家族、ボランティアに発熱(37.5℃以上、もしくは平熱+1℃以上)、風邪の症状がある場合は発症後一週間の間は参加を見合わせる。症状の重症化または軽度の症状が4日以上続く場合は、帰国者・接触者相談センター等に必ず相談する。



37.5℃以上は
活動をお休み



活動中

○参加者とボランティアはマスクを着用し、咳エチケット、換気をこまめに行う。
○人と人との間隔を2m 空ける(最低 1m)



活動終了後

訪問活動終了後および帰宅時に手指の消毒、手洗いを徹底する。

ボランティアセンター葵



静岡市葵区城東町 24-1

城東保健福祉エリア 保健福祉複合棟 1 階

静岡市地域福祉交流プラザ内

TEL:054-249-3183

aoi@shizuoka-shakyo.or.jp

ボランティアセンター駿河



静岡市駿河区南八幡町 3-1

静岡市立南部図書館 2 階

静岡市地域福祉共生センター「みなくる」内

TEL:054-291-5288

suruga@shizuoka-shakyo.or.jp

ボランティアセンター清水



静岡市清水区宮代町 1-1

静岡市清水社会福祉会館

「はーとぴあ清水」1 階

TEL:054-371-0290

vc-shim@shizuoka-shakyo.or.jp

【発行】(社福) 静岡市社会福祉協議会



はとな通信の発送に多くの方のご協力をいただきました。誠にありがとうございました。

ボランティアセンターイメージキャラクター「はとな」

はとな通信は、赤い羽根共同募金の配分金により発行しています。

