

# ボランティアだより

【すみだボランティアセンター】 墨田区東向島 2-17-14

TEL:03 (3612) 2940 FAX:03 (3610) 0294 E-mail vc@sumida-shakyo.or.jp

【すみだボランティアセンター分館】 墨田区亀沢 3-20-11 関根ビル 4階

TEL:03 (5608) 2940 FAX:03 (5608) 2944 E-mail bunkan@sumida-shakyo.or.jp

## ボランティア交流会のお知らせ

いよいよ東京オリンピック・パラリンピック目前となりました。今回の交流会では、ボランティアセンター式のオリパラの楽しみかたを、みんなで語り合います。そして、「東京五輪音頭-2020-」をマスターして盆踊りデビューをしてみませんか？

みなさんお誘い合わせの上、お越しください。

TOKYO 2020



【日時】 2月29日 土曜 10:00~12:00

【場所】 すみだボランティアセンター 3階

【内容】 「今からでも間に合う！オリパラの楽しみかた！！」

(墨田区 地域力支援部オリンピック・パラリンピック準備室)

グループに分かれての交流・意見交換

体験「一緒に踊ろう！東京五輪音頭 2020-ゆうゆうバージョン-」

(指導協力：墨田区民謡連盟)

【参加費】 無料

【定員】 先着40名(ボランティア登録者のみ)

【申込み】 すみだボランティアセンターへ

Tel:03-3612-2940

月曜~金曜(祝日除く)9:00~17:30



〔前回 交流会の様子〕

## ボランティアセンターで開催される行事のお知らせ

ボランティアセンターでは、2月・3月に様々な講座や講習会を開催します。詳しい日程は6面をご覧ください。気になる企画がありましたら遠慮なくお尋ねください。

# ボランティア募集

## 高齢者関係

### 特別養護老人ホーム 和翔苑 (八広6丁目)

- 【内容】 ①洗濯物たたみ  
②音楽療法の補助  
③集団リハビリテーションの補助
- 【日時】 ①ご都合の合う時間で応相談  
②毎週月曜 14:00～15:00  
③毎週火曜・金曜 11:00～ 30分程度

【場所】 施設内

【申込】 すみだボランティアセンターへ

☆ ご都合に合わせて活動していただけます。  
まずはご見学、ご相談ください。未経験のかたも大歓迎です。

☆ 交通費は自己負担でお願いします。

### グループホーム 東京墨田の家 (八広1丁目)

- 【内容】 囲碁の相手
- 【日時】 月曜・木曜除く 午後 応相談
- 【場所】 施設内

【申込】 すみだボランティアセンターへ

☆ 明るくアットホームな施設です。

### 介護付き有料老人ホーム ライフ高石 (文花1丁目)

- 【内容】 ①歌や楽器演奏等の演芸披露  
②傾聴
- 【日時】 ①金曜を除く 13:00～15:00の間  
②10:00～17:00 都合のよい時間

【場所】 施設内 ①多目的ホール

【申込】 直接施設へ

TEL 03-3619-3225 担当 中原

☆ お気軽にお問合せください。

### せらび両国 (石原2丁目)

- 【内容】 ①音楽、楽器演奏、演芸披露  
②レクリエーション補助、話し相手  
体操、書道、作品づくり(絵画、貼り絵)

【日時】 火曜・木曜・土曜・日曜 13:30～14:30  
(曜日は応相談)

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-5608-4165 担当 村田

☆ ショートステイの施設です。ご利用者さんと一緒に楽しんでいただけるかた、お待ちしております。

☆ 公共の交通機関の交通費は支給します。

### 介護付き有料老人ホーム すみだ明生苑 (東墨田2丁目)

- 【内容】 ①イベント時の出し物(歌・踊りなど)  
②将棋の相手
- 【日時】 曜日問わず  
①14:00～15:00  
②9:00～17:00 で都合の良い時間

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-5630-6010 担当 柳澤

### すみだ福祉保健センター (向島3丁目)

- 【内容】 ①日中活動補助(お茶の準備、話し相手)  
②趣味・特技を教えてください(書道、楽器演奏等応相談)

【日時】 月曜～土曜 10:00～15:00(応相談)

【場所】 施設内 2階ダイルーム

【申込】 すみだボランティアセンターへ

☆ 初めてのかたもお待ちしております。

<<下記の高齢者施設でも、ボランティアを募集しています。>>

○グループホームかねがふち ○特別養護老人ホーム 木下川吾亦紅 ○東京清風園  
○特別養護老人ホーム はなみずきホーム ○よりあいデイ・つくし ○ワゲン本所

詳しくは、ボランティア掲示板をご覧ください⇒ <https://www.sumida-shakyo.or.jp/board>

# 高齢者関係

## 特別養護老人ホームケアホームズ両国

### (両国2丁目)

【内容】①日中活動の補助、見守り、傾聴

②詩吟を教えてください

【日時】 曜日、時間は応相談

【場所】 施設内

【申込】 すみだボランティアセンターへ

## 介護老人保健施設 ろうけん隅田秋光園

### (横網2丁目)

【内容】 ①演芸披露(踊り、歌、演奏など)

②おはなしボランティア

(折り紙、将棋、オセロの相手)

【日時】 13:30~14:30(曜日は応相談)

【場所】 施設内

【申込】 すみだボランティアセンターへ

☆ 単発での活動も可能です。

☆ 交通費は自己負担でお願いします。

## うめわか高齢者在宅サービスセンター

### (墨田1丁目)

【内容】 デイサービスの活動補助、お茶の準備、

昼食の下膳、利用者の話し相手

【日時】 月曜~土曜 10:00~16:30の間で応相談

【場所】 施設内

【申込】 すみだボランティアセンターへ

☆ 未経験のかた、学生のかた大歓迎です。

## 桜花乃郷 墨田の家(墨田3丁目)

【内容】 ①傾聴

②楽器演奏、歌などの披露

③特技の披露、レクリエーション補助

【日時】 ①曜日問わず 10:00~17:00

(都合のよい時間 応相談)

②③火曜以外 14:00~16:00

(曜日、時間は応相談)

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-6657-0218 担当 的場

☆ 小規模のデイサービスでとてもアットホームな施設です。皆さんとても歌の好きなかたばかり集まっています。お気軽にご連絡ください。

☆ 往復で500円までの交通費は負担します。

## クオリティライフ両国(両国3丁目)

【内容】 ①楽器、歌、演芸等の披露

②趣味や特技を教えてください

③野菜作りの指導およびお手伝い  
(プランター使用)

④お話し相手

【日時】 曜日問わず 時間は応相談

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-6666-9941 担当 橋本

☆ JR両国駅から徒歩3分、明るくサロンのようなサービスです。

☆ お気軽にお問合せください。

☆ 交通費は500円まで支給、材料費等は実費支給(事前に要打合せ)

## ヒューマンライフケア墨田グループホーム

### (京島1丁目)

【内容】 ①話し相手 ②フロア美化

③歌や楽器演奏などの演芸披露

【日時】 毎日(時間は応相談)

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-3614-5601 担当 名取

☆ 幸せいっぱいグループホームです。お気軽にご連絡ください。

## 介護付有料老人ホーム プレザンマン墨田立花

### (立花3丁目)

【内容】 ①話し相手、活動補助

②演芸、楽器演奏、歌などの披露

【日時】 曜日を問わず 10:00~17:00で都合の良い時間

【場所】 施設内

【申込】 直接施設へ

TEL 03-5655-2021 担当 大塚

### 【問合せ先】

すみだボランティアセンター

TEL: 03-3612-2940

すみだボランティアセンター分館

TEL: 03-5608-2940

紙面に掲載できなかったボランティア募集は、墨田区社会福祉協議会のホームページ「ボランティア掲示板」からもご覧いただけます。

<https://www.sumida-shakyo.or.jp/board>

# 地域での活動

## ミニ・デイサービス よらっしょ

### ①亀沢3丁目 ②文花1丁目

【内容】①昼食作りの手伝い  
②利用者と共に行う活動のお手伝い  
(手芸、折り紙、俳句など種類は問いません)

【日時】①毎週金曜 10:00~15:00(第5週は休み)  
②毎週火曜 10:00~15:00(第5週は休み)  
①②とも時間は応相談

【場所】①すみだボランティアセンター 分館内  
②いきいきプラザ 交流活動室

【申込】墨田区社会福祉協議会  
TEL 03-3614-3900 担当:地域福祉活動

☆ 料理の好きなかた、手先を使う活動が好きなかた、大歓迎です。

## すみだボランティアセンター(東向島2丁目)

### みどりコミュニティセンター(緑3丁目)

【内容】おもちゃサロンの準備・片付け、子どもたちの見守りなど

【日時】①毎週金曜 9:45~16:00  
毎月第3月曜 9:45~16:00  
②毎月第4水曜 9:45~16:00  
①②とも時間は応相談

【場所】①すみだおもちゃサロン  
すみだボランティアセンター1階  
②みどりおもちゃサロン  
みどりコミュニティセンター3階 和室

【申込】墨田区社会福祉協議会  
TEL 03-3614-3900 担当:地域福祉活動

☆ 子どもが好きなかた、お待ちしております。

## すみだボランティアセンター(東向島2丁目)

【内容】「すみだボランティアだより」の封入れ・発送

【日時】2月27日(木) 9:30~11:00

【場所】すみだボランティアセンター 3階学習室

【申込】不要。当日直接お越しください。

☆ 封筒への宛名シール貼り、たよりの封入れなど初めてのかたでも簡単に、座ってできる作業です。

☆ 「すみだボランティアだより」は、毎月多くのボランティアのご協力で封入れ・発送されています。いつもありがとうございます。

## 『隅田川怒涛』事務局(両国3丁目)

【内容】音楽とアートのお祭り『隅田川怒涛』運営サポーター(会場設営・撤去、来場者対応、誘導、外国語、手話など)

【日時】①4月13日 月曜 ~17日 金曜  
8:30~21:00の間で応相談  
②4月18日 土曜、19日 日曜  
8:00~22:00の間で応相談

【場所】①隅田公園(向島1-2-5)  
②隅田川周辺流域  
(詳細は下記WEBサイトをご確認ください)

【対象】・2020年4月1日以降に18歳以上のかた  
・サポーター説明会に必ず1日参加できるかた  
説明会:3月21日 土曜、22日 日曜  
3月28日 土曜、29日 日曜  
(時間は担当までお問合せください)

【申込・問合せ】<https://dotou.tokyo/>  
担当:NPO 法人トッピングイースト 宮崎  
メール:[vc@dotou.tokyo](mailto:vc@dotou.tokyo)  
TEL:080-9671-7507  
(月~金 10:00~18:00)

☆ 謝礼、交通費・食費なし  
☆ 参加者特典進呈  
☆ 本番会期中、最低1日ご参加ください  
☆ 経験がないかたも、お気軽にお問合せください

# 障害児・者関係

## すみだステップハウスおおぞらひだまり(文花1丁目)

【内容】園芸活動のお手伝い  
(花だんの花植え、土おこし など)

【日時】月曜~金曜 10:00~15:00  
(曜日、時間は応相談)

【場所】施設内及び文花宮前橋公園

【申込】すみだボランティアセンターへ

☆ 園芸活動のお手伝いをしてくださるかた、お待ちしております

# 病院関係

## 東京都リハビリテーション病院

(堤通2丁目)

【内容】①傾聴ボランティア(患者さんの話し相手)  
②患者さんの院内移動のお手伝い

【日時】①13:00~17:00  
(都合のよい時間)  
②9:00~11:00、13:00~15:00  
(都合のよい時間、応相談)

【場所】施設内

【申込】すみだボランティアセンター

- ☆ リハビリ訓練をしているかたのお手伝いをしませんか。
- ☆ 活動は短時間でも可能です。

# 児童関係

## フレンドリープラザ立川児童館

(立川1丁目)

【内容】午前中:乳幼児の保育補助  
放課後:児童館や学童クラブの子どもたちの遊び相手や見守り  
夕方以降:中高生の話し相手や見守り

【日時】10:00~21:00の間で応相談

【場所】施設内

【申込】直接施設へ

TEL 03-3633-2874 担当 山本

- ☆ 子どもが好きなかた、お待ちしております。
- ☆ 様々な年代の子どもたちと遊びを通して関わることができます。

## 「ボランティアスクール」開催のお知らせ

ボランティア活動を継続するにはどうすればよいのでしょうか？

今回の講座では、長年社会参加の大切さについて研究をしている野中久美子氏にその秘訣についてうかがいます。

【日時】2月22日 土曜 10:00~12:00  
【場所】すみだボランティアセンター 3階 学習室  
【内容】講話「ボランティア活動を長続きさせるために」  
講師:野中 久美子 氏

(東京都健康長寿医療センター研究所  
社会参加と地域保健研究チーム)

【対象】現在ボランティア活動や地域活動をしているかた  
これからボランティア活動や地域活動をしようと考えているかた

【定員】先着40名 【参加費】無料

【申込み】すみだボランティアセンターへ



〔前回「精神保健福祉ボランティア講座」〕

## ボランティア説明会のお知らせ

ボランティア説明会は、ボランティアを始めるかた向けの説明会です。

「ボランティアとは、から、活動の際の注意事項、ボランティア保険の説明、活動先の紹介をします。関心を持たれたかたは、お気軽に下記へご連絡ください。

【日時】2月21日 金曜 13:30~15:00  
【場所】地域福祉プラットフォーム ガランドール  
石原4-11-12  
【申込み】電話ですみだボランティアセンターへ  
TEL:3612-2940



# すみだボランティアセンター 令和2年2月・3月 行事予定

	日時	内容
2月	21日 金曜 13:30~15:00	ボランティア説明会 ※開催場所：ガランドール（石原4-11-12）⇒ 5面へ
	22日 土曜 10:00~12:00	ボランティア・スクール 「ボランティア活動を長続きさせるために」⇒ 5面へ
	29日 土曜 10:00~12:00	ボランティア交流会 「ボランティアセンター式 オリパラの楽しみかた」⇒ 1面へ
3月	7日 土曜 14:00~16:00	音訳・点訳 合同体験講座
	10日 火曜 10:00~11:00	手話体験講座 ※開催場所：ボランティアセンター分館 （亀沢3-20-10 関根ビル4階）
	11日 水曜 18:45~19:45	手話体験講座
	14日 土曜 10:00~12:00	災害ボランティア講座 気象予報士とつくる「マイ・タイムライン」
	16日 月曜 14:00~15:30	ハンディキャブ安全運転講習会
	19日 木曜 10:00~11:30	ボランティア説明会

※開催場所：すみだボランティアセンター（東向島2-17-14）[2/21、3/10 除く]

☆気になる企画がありましたら、気軽にお問合せください

【申込み・問合せ】 すみだボランティアセンターへ

tel: 03-3612-2940 月曜~金曜（祝日除く）9:00~17:30

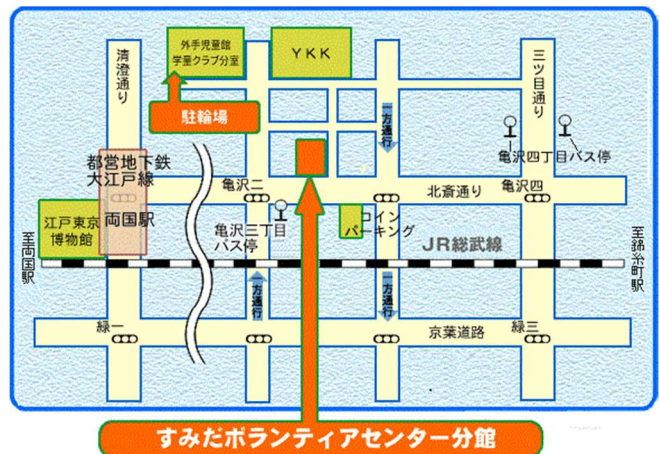
## 交通のご案内

### すみだボランティアセンターのご案内



駐車スペースが少ないため、徒歩か自転車での来所をお願いします。お車で来所の場合、近隣は道が狭いのでご注意ください。

### すみだボランティアセンター分館のご案内



分館には駐輪場がありません。外手児童館学童クラブ分室の駐輪場をご利用ください。駐輪場に関してご不明な点があればボランティアセンター分館までお問合せください。