

2

Feb.

ボランティアあだち

Volunteer information



▶ボランティア紹介コーナー

▶ボランティア募集情報

「コミュニケーションはまず自分から心を開く事」



<写真>

ボランティアグループ「ホーピング」30周年を祝う会





のぞいてみよう！

ボランティアグループ

「ホーピング」について①

①ホーピング発足の経緯

ホーピングは、30年前一人の「ろう重複児」との出会いから始まりました。聴覚障がいと他の障がいも併せ持つ5歳のH子でした。

足立ろう学校幼稚園部の同級生であるS君と2人「たつのこ」という名前のスタートでした。

グループ名を、Hope + ing = Hoping ホーピングと変え、合わせて30年活動を続けています。

私が初めてろう重複児と出会ったのは、人形劇ボランティアグループで障がい児の施設を回っていた時でした。重い障がいを持つ子どもたちでしたが、楽しいと床を叩いたり「オーオー」と声を出したりして反応してくれます。演じている私たちはそれが嬉しくて本当に楽しいボランティアでした。しかし、ある時一人の子どもが全く反応してくれないのに気づきました。施設のスタッフから「ろう重複児」だから人形の動きだけでは理解できないと説明されました。私は何とかその子と話したくて笑顔が見たくて手話を学び始めました。そして、手話通訳になって間もなく出会えたのがH子です。



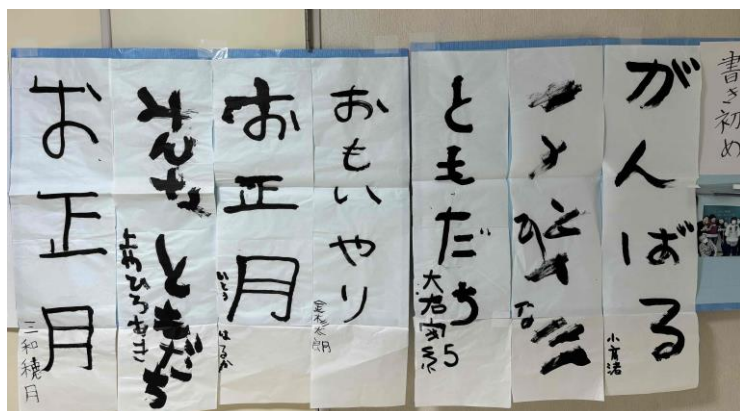
初めて出会った時のH子は、目も合わせてくれませんでした。しかし、その目はキラキラ輝いていて興味深々。この子と話したい！この子のことを知りたい！その「想い」だけでこの活動を始めたのです。「あなたと話したい」「あなたの思いをわかりたい」という私の思いが通じた時、初めて視線を合わせてくれました。

「コミュニケーションは先ずは自分から心を開くこと」だと、私はH子から教えてもらったのです。この時の喜びが原点となり、この活動を続けています。

②活動内容

月に2回 午前10時～正午。ボランティアセンターにて「ろう重複者生活塾ホーピング」として活動をしています。

初めは仲間たちの発表の時間。内容は様々。自分たちの発表したいことを話します。豊かな手話で、絵で身振りで、目を輝かせながら話してくれます。





のぞいてみよう！ ボランティアグループ 「ホーピング」について②

音声言語を聴いたことのない仲間たちにとって「音声言語の単語や文章」は、とても難しいものです。しかし、本当に少しずつ、「想いと言葉」がつながって、今では絵だけではなく「楽しい」「嬉しい」なども書くようになりました。

後半45分間は、制作やゲームの時間です。仲間たちの笑顔が輝く時間です。ボランティアの先生方が様々な制作物やゲームを考えて下さっています。

仲間たちが学習したり、ゲームしている間、お母さん方はロビーで待ちます。そのため終了後はマザーリングをします。各担当の先生方がその日の学習内容や仲間達の様子について、お母さん方に報告したり話し合ったりする時間です。他にも工場見学や料理なども体験しています。



③ 30年活動を続けられた秘訣

ホーピングの活動目的は仲間達の学習だけではありません。お母さん方の「心の拠り所でありたい」との願いです。

お母さん方の心にたまった涙を汲みだせるのは、同じ涙を心に溜めた経験のあるお母さん方だと思います。時には抱き合っ
て泣き、大声で笑い合い、同じように心を震わせ、励まし合っ
ているお母さん方。ここにホーピングを続ける意味があると思
っています。

「心に涙をあふれさせた経験が多い人ほど笑顔が素晴らしい」と私に教えてくれたのも、お母さん方です。そして何より、この活動を続けていけるのは、無償ボランティアであるにも関わらず積極的に参加して下さる先生方のおかげで30年続けることができました。仕事を持ちながら貴重な土曜日をホーピングの先生として頑張っている先生方には感謝しかありません。





のぞいてみよう！
ボランティアグループ
「ホーピング」について③

ホーピングが終わり帰る時の仲間達、お母さん方、先生達の笑顔の素晴らしさ！この笑顔に会えるからこそ続けてこられました。

④ホーピングは常にボランティアセンターの会議室で活動しています。

様々なご配慮をいただいています。環境の変化に対応できない仲間もいるので、常にボランティアセンターに集まることが仲間達の笑顔につながっています。毎年5月の「ボランティアまつり」では、バザーも頑張っています。日常と反対の「主役」になれる手話コーラス発表では、皆の笑顔がひとときわ輝きます。ホーピングを支えて下さっているたくさんの方々に感謝！



*ホーピングよりいただいた文章を掲載しております。

～ボランティア募集情報～

2月6日現在のボランティア募集情報です。応募の際は「ボランティアあだちを見た」とお伝えください。また、掲載の募集情報は、定員に達した時点などで募集が終了となる場合がございます。予めご了承ください。

探し方… 色別に分野を分けています。(下記参照)
興味関心がある分野や日時・場所などを参考にしてください。

■ 子ども分野 ■ 高齢分野 ■ 障がい分野 ■ その他

■ 子ども分野

【中部】 児童福祉施設からしだね		<子ども>
▶場所	足立区梅田7-13-1 (足立区NPO活動支援センター) 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩7分	▶活動内容 小・中・高校生を対象とした学習支援を無料で 行っています。原則的に私塾などを利用してい ない児童が対象です。苦手な教科の予習と復習、 得意な教科のレベルアップを目指して原則的に マンツーマンで指導します。中学生には中間・ 期末テストの準備と高校受験のサポートをして います。
▶日時	毎週土曜日 都合のよい日だけで可 15:00~19:00 ※ 時間相談可	
▶条件	特になし	
▶その他	特になし	
▶問合せ	担当:春見 Tel090-4736-2141	
【中部】 こども食堂ひよこ		<子ども>
▶場所	こども食堂ひよこ 東武スカイツリーライン「五反野」駅または 「小菅」駅より徒歩6分	▶活動内容 子ども食堂でのパントリーの仕分け、配膳、片 づけ等を行っていただきます。高校生以上の学 生さんなら、どなたでも活動していただけます。
▶日時	第1・3火曜日 ※ 時間・頻度応相談 10:00~12:30 16:30~19:00	
▶条件	・学生のみ ・女性のみ ・ボランティア保険必須	
▶その他	・500円まで交通費用弁償あり ・駐輪場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	
【中部】 足立インターナショナルアカデミー (AIA)		<子ども>
▶場所	足立区梅島1-16-21 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩約5分	▶活動内容 ①日本語を学びたい大人の学習者さんへの学習 サポート ②外国にルーツを持つ子どもたちへの教科学習 サポート 専門的な知識は必要ありません。子どもが好き な方、社会貢献に関心のある方は、ぜひご連絡 お待ちしております。
▶日時	火曜日~土曜日 11:00~19:00 ※ 上記の中で参加できる時間帯 ※ 週1時間から可	
▶条件	・資格や経験がない方でも大丈夫です ・中学生、高校生不可	
▶その他	・交通費上限1,500円(往復) ・駐輪場のみあり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【西部】 認定こども園 西新井幼稚園		<子ども>
▶場所	足立区西新井本町1-17-20 東武大師線「大師前」駅より徒歩6分 日暮里・舎人ライナー「江北」駅より徒歩11分	▶活動内容 園児の食事、着替えのお手伝いなどの保育補助や、園児が安全に過ごせるよう園内の環境整備等をお願いします。進路に迷っている中高生の方、保育の現場について知れるチャンスです。学校終わりにぜひ活動してみませんか？
▶日時	月～金曜日 9:00～17:30（何時間でも）	
▶条件	中高生限定	
▶その他	長期休みでの活動も大歓迎	
▶問合せ	担当：遠山 Tel 03-3890-0088	

【北部】 一般社団法人チョイふる あだちわくわく便		<子ども>
▶場所	足立区伊興本町2-8-11 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅より徒歩13分	▶活動内容 食品配達をサポートする運転ボランティア 社会から孤立しがちな子育て家庭とつながり、様々な支援につなげるために、子育て家庭までの食品配達をサポートいただける運転ボランティアの方を募集しています。
▶日時	第1・3土曜日 9:00～13:00	
▶条件	自動車運転免許をお持ちで、普通乗用車を運転できる方	
▶その他	駐車場あり 交通費あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【北部】 一般社団法人チョイふる あだちキッズカフェ		<子ども>
▶場所	①伊興本町2-8-11 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅より徒歩13分 ②中央本町4-15-3 (東都生活協同組合足立センター内) 東武スカイツリーライン「五反野」駅より徒歩19分 ③柳原2-37-7 東武スカイツリーライン「北千住」駅より徒歩12分	▶活動内容 「あだちキッズカフェ」見守りボランティア 社会経済的に困難を抱える親子を地域の中で見守り、様々な支援につないでいく地域包括型の子育て支援です。
▶日時	主に第1・3土曜日 ※ 詳細は団体へお問い合わせください。 ①子ども食堂調理 9:30～14:00 ②子どもの見守り 11:00～17:30 ③送迎ドライバー 16:30～18:00	
▶条件	送迎ドライバー：自動車運転免許をお持ちで普通乗用車を運転できる方	
▶その他	駐車場なし 交通費あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【北部】 あだち子ども食堂		<子ども>
▶場所	東伊興住区センター 足立区東伊興1-5-22 東武バス「聖一之橋」バス停より徒歩5分	▶活動内容 調理 配膳 清掃 子どもと遊ぶ 一緒に運営をしたい方やSNSなど広報のみのボランティアも募集しています。
▶日時	第2・第4水曜日 15:00～19:30でご都合の良い時間	
▶条件	中学生以上 子ども好きの方	
▶その他	学生のみ交通費支給	
▶問合せ	担当：長場 メール：sanx2road@gmail.com	

【北部】 青少年福祉センター自立援助ホーム清周寮		<子ども>
▶場所	足立区保木間2-18-15 東武バス「第四都営住宅」バス停より 徒歩5分	▶活動内容 調理スタッフが不足しているため、夕食の買い出し・調理をお願い致します。 児童との関わりはほとんどありませんが、子どもの健やかな成長を食事面から支えていただきたいです。
▶日時	月1回から可、週2~3回大歓迎 15:00~18:00	
▶条件	社会人(女性のみ)	
▶その他	駐輪場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【北部】 食を育む親子の居場所『すまいる食堂』		<子ども>
▶場所	花畑地域学習センター第1・第2学習室 竹ノ塚駅から東武バス「花畑三丁目」バス停より徒歩7分	▶活動内容 子どもの見守り・あそび、調理、洗い物、準備・後片付け ①すまいる食堂は『食育』をテーマにした子ども食堂です。 ②特定原材料8品目(8大アレルゲン)不使用。食物アレルギーの有無に関係なくみんなで一緒に食事が楽しめます。 ③食の支援、居場所が必要な子育て世帯の大人・子どもは、どなたでも参加できます。 【『体験』を通して学び、楽しんでもらいたい】そんな想いで活動しています。
▶日時	毎月第3火曜または土曜に開催 2月18日(火)・3月25日(火) 15:30~19:30	
▶条件	事前説明会の参加必須 ※ 活動主旨にご理解の頂ける方	
▶その他	食事代(食材費)200円ご負担いただいております	
▶問合せ	担当:阿部 メール:healthy.and.smile.01@gmail.com	

【区外】 特定非営利活動法人 Chance For All (駄菓子屋irodori)		<子ども>
▶場所	東武スカイツリーライン「西新井」駅より徒歩10分	▶活動内容 地域のお兄さん・お姉さんとして、子どもたちが自分の意思で来られる居場所作りに取り組んでいます。子どもが好きな方大歓迎です。
▶日時	平日:15:00~19:00 休日:13:00~18:00	
▶条件	高校生・大学生のみ	
▶その他	スポーツ安全保険は要請側で加入します ※ 継続して3か月以上継続して参加ができる方	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【区外】 特定非営利活動法人 Chance For All (学童保育CFAKids)		<子ども>
▶場所	区内…西新井駅(西新井校、亀田校)、梅島駅(梅島校)、六町駅(六町校)、千住大橋駅(千住校)、綾瀬駅(綾瀬校) 区外…曳舟駅(曳舟校)、押上駅(押上校)	▶活動内容 学童保育(各校舎2~3名募集) 放課後の時間で好奇心や可能性を広げるために、室内でのんびり遊んだり、子どもたちと全力で遊んだり、一緒に楽しい時間を過ごします!
▶日時	平日(週1回~) 13:00~20:00(3時間~) ※ 活動時間相談可	
▶条件	高校生・大学生のみ	
▶その他	スポーツ安全保険は要請側で加入します ※ 継続して3か月以上継続して参加ができる方	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【区外】 特定非営利活動法人 Chance For All (感情図書館hidamari)		<子ども>
▶場所	東武スカイツリーライン「西新井」駅より 徒歩10分 (週1回・ZOOMオンラインMTG)	▶活動内容 本を感情で分類し、本を読むきっかけを届けています。日本中の子どもたちに本との出会いを届けます。一緒に活動してみませんか。
▶日時	平日：15:00～19:00 休日：13:00～18:00	
▶条件	高校生・大学生のみ	
▶その他	スポーツ安全保険は要請側で加入します ※ 継続して3か月以上継続して参加ができる方	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【区外】 特定非営利活動法人 Chance For All (パークリーダー)		<子ども>
▶場所	①水曜日：西新井さかえ公園 (足立区西新井栄町1-19-1) 東武スカイツリーライン「西新井」駅より 徒歩8分 ②木曜日：東綾瀬公園(ハト広場) (足立区綾瀬3-10-20) 東京メトロ千代田線「綾瀬」駅より 徒歩1分	▶活動内容 公園に来てくれた子どもたちと一緒にあそんだり、お話したり、子どもたちの自由な活動を見守っています！子どもが好きな方大歓迎です。
▶日時	①水曜日：16:00～19:00 ②木曜日：16:00～19:00 ※ 季節により活動時間変更あり	
▶条件	高校生・大学生のみ	
▶その他	スポーツ安全保険は要請側で加入します ※ 継続して3か月以上継続して参加ができる方	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【区外】 クラーク国際中等部 東京キャンパス		<子ども>
▶場所	新宿区高田馬場1-16-17(本校) その他各地に校舎あり JR山手線「高田馬場」駅早稲田口より 徒歩5分 東京メトロ東西線「高田馬場」駅7番出口 より徒歩3分	▶活動内容 中学生のフリースクールでの学習サポート ・中学生の個別学習指導、相談相手、話し相手 ・スタッフミーティングや研修への参加(必須) ・引きこもり傾向の子どもへの家庭訪問 中学生と年代の近い学生ボランティアと関わることで、話し相手がいるという安心感から通いやすさを感じてもらうため、学習支援や話し相手、レクリエーション補助等を行います。
▶日時	月～金曜日(週1回以上) 9:00～16:00	
▶条件	・大学生・大学院生のみ ・週に1日以上続けられる方 ・半年以上継続して参加ができる方 ・研修とスタッフミーティングの参加が必須 ※ 活動までに面接あり	
▶その他	・交通費実費支給 ・筆記用具ご持参ください ・直接電話にて詳細確認後に面接の日時を決めます	
▶問合せ	担当：森 Tel 03-5155-8845	

■ 高齢分野

【中部】 ココファン西新井（レクリエーション）

< 高齢 >

▶場所	足立区関原 2-45-23 東武スカイツリーライン「西新井」駅西口 より徒歩15分 東武バス「本木2丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「関原2丁目」バス停より徒歩5分	▶活動内容 レクリエーション活動の提案・お手伝いです。 ご自身の特技や趣味を生かしたい方、一緒に楽しんでいただける方を募集中です。 任天堂スイッチのゲームを使用してご利用者様と一緒にプレイして頂ける方（学生でもOK）等も募集中。特技や演芸等パフォーマンスを披露して下さる方も大歓迎です。
▶日時	曜日指定なし ※ 日時・頻度応相談	
▶条件	・老若男女問わず募集中 ・ボランティア保険必須	
▶その他	・1,000円まで交通費用弁償あり ・上履きをご持参ください ・駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【中部】 ココファン西新井 （移動補助、ラジオ体操の補助）

< 高齢 >

▶場所	足立区関原 2-45-23 東武スカイツリーライン「西新井」駅西口 より徒歩15分 東武バス「本木2丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「関原2丁目」バス停より徒歩5分	▶活動内容 一緒に楽しみましょう！ENJOY！ ①移動スーパー「とくし丸」にかかるご利用者様の移動補助等 ②ラジオ体操の補助（一緒に運動しましょう）
▶日時	①毎週水曜日 10:30~11:00 ②毎日 10:00~10:30 14:00~15:00	
▶条件	・老若男女問わず募集中 ・ボランティア保険必須	
▶その他	・1,000円まで交通費用弁償あり ・上履きをご持参ください ・駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【中部】 ココファン西新井（ものづくり同好会）

< 高齢 >

▶場所	足立区関原 2-45-23 東武スカイツリーライン「西新井」駅西口 より徒歩15分 東武バス「本木2丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「関原2丁目」バス停より徒歩5分	▶活動内容 施設で実施している、「ものづくり同好会」のお手伝い。 工作、手芸、絵手紙、その他。 ※ 趣味で作りものをしている方でも可。 ※ 材料費は依頼者で負担します。
▶日時	毎月第2、第4月曜日 10:30~11:30	
▶条件	・老若男女問わず募集中 ・ボランティア保険必須	
▶その他	・1,000円まで交通費用弁償あり ・上履きをご持参ください ・駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	



【中部】 ココファン西新井（オシャレを楽しむ会）

<高齢>

<p>▶場所 足立区関原2-45-23 東武スカイツリーライン「西新井」駅西口より徒歩15分 東武バス「本木2丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「関原2丁目」バス停より徒歩5分</p>	<p>▶活動内容 ご利用者様とオシャレを楽しむ会。 ※ 詳細内容は要相談（マニキュア等）。 ※ 女性だけではなく、男性も歓迎です。</p>
<p>▶日時 毎月1回不定期</p>	
<p>▶条件 ・老若男女問わず募集中 ・ボランティア保険必須</p>	
<p>▶その他 ・1,000円まで交通費用弁償あり ・上履きをご持参ください ・駐輪場、駐車場あり</p>	
<p>▶問合せ 総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061</p>	

【中部】 ココファン西新井（音楽の泉）

<高齢>

<p>▶場所 足立区関原2-45-23 東武スカイツリーライン「西新井」駅西口より徒歩15分 東武バス「本木2丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「関原2丁目」バス停より徒歩5分</p>	<p>▶活動内容 音楽レクリエーション「音楽の泉」で、ご利用者様と一緒に歌って頂ける方（コーラスの方でも可）、「楽器演奏（三味線等）」ができる方</p>
<p>▶日時 毎月第2、第4土曜日 14:00~15:00</p>	
<p>▶条件 ・老若男女問わず募集中 ・ボランティア保険必須</p>	
<p>▶その他 ・1,000円まで交通費用弁償あり ・上履きをご持参ください ・駐輪場、駐車場あり</p>	
<p>▶問合せ 総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061</p>	

【中部】 医療法人社団福寿会デイサービスうぐいす梅島

<高齢>

<p>▶場所 足立区梅田8-1-3-101 東武スカイツリーライン「梅島」駅より徒歩5分</p>	<p>▶活動内容 ご利用者の方とお話しや一緒にみそ汁作り、料理の盛り付け等をして交流。また、なるべくご本人が行いますが、入浴後のドライヤーかけや食事のお手伝いをしていただきます。その他、ご利用者の方の楽しみのため、手工芸・絵手紙・書道・編み物等、ご自身の趣味や得意を活かした活動をしてくださる方も募集しております。オリエンテーションもありますので、安心してご参加いただけます。</p>
<p>▶日時 月~金曜日（週に一度程度） ・交流活動 10:30~12:00 ・レクリエーション 13:00~14:30 ※ 時間頻度等応相談</p>	
<p>▶条件 施設の活動規約に同意していただける方</p>	
<p>▶その他 オリエンテーションあり</p>	
<p>▶問合せ 担当：秋穂 Tel 090-2878-1337</p>	

【中部】 医療法人社団福寿会 福寿会病院

<高齢>

<p>▶場所 足立区梅田7-18-12 東武スカイツリーライン「梅島」駅より徒歩5分 都営バス「エル・ソフィア前」バス停より徒歩3分</p>	<p>▶活動内容 ・受診案内、外来案内等のインフォメーション業務 ・石鹸、おむつ等の物品補充 ・植栽 ※ 事前に打合せをして、活動内容を決めていきます。</p> <p>地域に根差した活動を、より推進することと、患者様およびご利用者様の満足度向上のためボランティアを募集しています。</p>
<p>▶日時 月1回以上 ※ 要相談</p>	
<p>▶条件 中学生、高校生不可</p>	
<p>▶その他 駐輪場のみあり</p>	
<p>▶問合せ 担当：小林 Tel 03-5681-0336</p>	

【中部】 医療法人社団福寿会 介護老人保健施設しらさぎ		＜高齢＞
▶場所	足立区梅田8-12-10 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩7分	▶活動内容 ・リネン交換 ※ 事前に打合せをして、活動内容を決めていきます。 地域に根差した活動を、より推進することと、患者様およびご利用者様の満足度向上のためボランティアを募集しています。
▶日時	月1回以上 ※ 要相談	
▶条件	中学生、高校生不可	
▶その他	駐輪場のみあり	
▶問合せ	担当：小林 Tel 03-5681-0336	

【中部】 医療法人社団福寿会 (地域密着型らいちょうデイサービスセンター 又は、こまどりデイサービスセンター関原)		＜高齢＞
▶場所	足立区関原3-1-11 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩15分	▶活動内容 ご利用者の方とお話しや一緒にみそ汁作り、料理の盛り付け等をして交流。また、なるべくご本人が行いますが、入浴後のドライヤーかけや食事のお手伝いをしていただきます。その他、ご利用者の方の楽しみのため、手工芸・絵手紙・書道・編み物等、ご自身の趣味や得意を活かした活動をしてくださる方も募集しております。オリエンテーションもありますので、安心してご参加いただけます。 ※ 地域密着型らいちょうデイサービスセンター関原又はこまどりデイサービスセンター関原のどちらかでの活動となります(同一住所内)。
▶日時	月～金曜日(週に一度程度) ・交流活動 10:30～12:00 ・レクリエーション 13:00～14:30 ※ 時間頻度等応相談	
▶条件	高校生以上の方 施設の活動規約に同意していただける方	
▶その他	オリエンテーション有 駐輪場のみ有	
▶問合せ	担当：秋穂 Tel 090-2878-1337	

【中部】 こまどりデイサービスセンター関原		＜高齢＞
▶場所	足立区関原3-1-11-3F 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩12分	▶活動内容 デイサービスセンターでのイベントの為の演芸披露。 ご利用者の方に楽しんでいただけるように、演芸披露してくださる方を募集しています。
▶日時	要相談	
▶その他	駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	担当：仲西 Tel 03-5888-5900	

【中部】 らいちょうデイサービス関原		＜高齢＞
▶場所	足立区関原3-1-11 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩10分	▶活動内容 季節の行事の出し物などで、演芸を披露してくださる方(演奏、歌、ダンスなど)。 認知症のデイサービスです。ご利用者様に楽しんで過ごして欲しいと考えています。
▶日時	水曜日以外 14:00～15:00	
▶条件	・中学生、高校生不可 ・ボランティア保険必須	
▶その他	・駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【千住】 総合ボランティアセンター		＜高齢＞
▶場所	総合ボランティアセンター会議室 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・ 東京メトロ「北千住」駅東口より徒歩7分	▶活動内容 スマートフォン操作でわからないことのご相談を受け、答える。
▶日時	2月16日(日) 10:00～11:30	
▶条件	スマートフォン操作ができる方	
▶その他	月1回、会場の空き状況によって。	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【千住】 介護老人保健施設千寿の郷

<高齢>

▶場所	足立区柳原2-33-6 東武スカイツリーライン「牛田」駅より 徒歩10分	▶活動内容 午後の時間にレクリエーションを楽しんでいます。一緒に楽しんでくださる方を募集します。特に習字、将棋、オセロ、囲碁、トランプ等のカードゲームと一緒にしてくれる方がいましたら是非お待ちしております。
▶日時	月～土曜日の週1～2回 9:00～10:30 13:00～15:00	
▶その他	駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【千住】 地域包括支援センター千住本町

<高齢>

▶場所	足立区生涯学習センター5階 研修室5 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・ 東京メトロ「北千住」駅西口より徒歩15分	▶活動内容 高齢者が気軽に集まって体操しています。DVDの操作ができる方をお待ちしております。
▶日時	第2水曜日、第4木曜日 9:50～11:30	
▶条件	DVDデッキの操作ができる方	
▶その他	DVD操作以外に一緒に体操もできます。その場合は動きやすい服装でお越しください。元気応援手帳をお持ちであればご持参ください。	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【東部】 高齢者デイサービスケアセンターつどい谷中

<高齢>

▶場所	足立区谷中3-8-19 東京メトロ千代田線「北綾瀬」駅より 徒歩5分	▶活動内容 レクリエーション（将棋・麻雀・囲碁、創作活動、体操等）サポート・ご利用者の話し相手など、ご利用者の方は午後の時間にレクリエーションを楽しんでいます。一緒に楽しんでくださる方を募集します。特に将棋・囲碁・麻雀などできる方がいましたら是非お待ちしております。また職員以外との交流を持ち、心の交流の場となっていたきたいと考えています。 ※ 感染症予防のため、活動をお断りすることがあります。
▶日時	月～土曜日 13:30～15:00 ※ 時間・頻度等応相談	
▶条件	火曜・金曜に将棋ができる方、歓迎	
▶その他	※ 身体介助なし	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【東部】 デイサービスつばみ

<高齢>

▶場所	足立区東綾瀬1-8-13 東綾瀬コーポ101 東京メトロ千代田線「綾瀬」駅より 徒歩10分	▶活動内容 歌や音楽の演奏、折り紙や簡単な工作など、日中のレクリエーション活動を披露して下さるボランティアを募集しています。時間や曜日などは活動者様のご都合に合わせてます。お気軽にご連絡ください。
▶日時	月曜～土曜、毎週1回～、 ・10:00～11:30の間 ・14:00～15:30の間 上記の間で、20分程度の活動	
▶その他	・駐車場、駐輪場あり ・交通費要相談（上限有）	
▶問合せ	担当：岡本 Tel03-5856-0647	

【西部】 ヒューマンライフケア西新井

<高齢>

▶場所	足立区栗原1-25-8 ジュナル1階 東武スカイツリーライン「西新井」駅より 徒歩5分	▶活動内容 囲碁のお相手をしてくださる方を募集しております。ご興味のある方はお気軽にご連絡いただけますと幸いです。よろしく申し上げます。
▶日時	毎週月曜日 ※ 時間応相談 12:00~16:00	
▶その他	電車の場合、交通費支給有	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【西部】 そんばの家S扇大橋

<高齢>

▶場所	足立区扇1-15-8 日暮里・舎人ライナー「扇大橋」駅 東口より徒歩7分	▶活動内容 サービス付き高齢者向け住宅で開催するオンライン体操教室でのボランティアです。機器接続等の準備片付けや、体操中のご利用者の見守りをお願いします。接続方法等は職員がしっかりご説明しますので、機械に詳しくない方もご安心ください。 明るく一緒に楽しんでくださる方、思いやりのある優しい方大募集です。
▶日時	木曜日 ※ 第5木曜はお休みです 13:30~15:30	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【西部】 医療法人社団福寿会

<高齢>

おしどりデイサービスセンター		▶活動内容 ご利用者の方とお話しや一緒にみそ汁作り、料理の盛り付け等をして交流。また、なるべくご本人が行いますが、入浴後のドライヤーかけや食事のお手伝いをしていただきます。その他、ご利用者の方の楽しみのため、手工芸・絵手紙・書道・編み物等、ご自身の趣味や得意を活かした活動をしてくださる方も募集しております。オリエンテーションもありますので、安心してご参加いただけます。
▶場所	足立区鹿浜7-25-15 国際興業バス「東京北部病院前」バス停より 徒歩3分	
▶日時	月~金曜日(週に一度程度) 交流活動10:30~12:00 レクリエーション13:00~14:30 ※ 時間頻度等応相談	
▶条件	施設の活動規約に同意していただける方	
▶その他	オリエンテーションあり。駐車場無。	
▶問合せ	担当:秋穂 TEL090-2878-1337	

【西部】 ウォーキングを楽しむ会

<高齢>

▶場所	足立区舎人1-3-26 舎人住区センター内・舎人公園 竹ノ塚駅西口から東武バス03見沼代親水公園 園駅行「西門寺橋」バス停より徒歩4分 日暮里・舎人ライナー「舎人」駅より 徒歩5分	▶活動内容 ウォーキングサロンの講師として、ストレッチ・基礎的な正しい歩き方の指導。 楽しみながらメンバーと長く続けられるよう、変化のある指導をしていただける方を募集しています。
▶日時	木曜日(週1回・月3~4回程度) 10:00~11:30	
▶条件	・学生不可 ・経験者希望 ・交通費支給あり	
▶その他	12月と1月は月3回・8月は全休	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	

【北部】 NP0法人スマイルエイジングパートナー		＜高齢＞
▶場所	足立区一ツ家1-2-1 東武バス「一ツ家三丁目」バス停より 徒歩3分	▶活動内容 デイサービスでの昼食づくり。 認知症高齢者と一緒に昼食の準備と片付け、ご 利用者の方ができることをサポートしていただ きます。ご利用者とボランティアとの交流で、 住み慣れた地域での生活をより楽しめるように 気軽に関わっていただきたいです。
▶日時	月～金曜日 ※ 時間・頻度 応相談 10:00～13:00	
▶その他	食事提供あり	
▶問合せ	担当：荻田 Tel 090-2239-5338	

【北部】 NP0法人スマイルエイジングパートナー		＜高齢＞
▶場所	足立区一ツ家1-2-1 東武バス「一ツ家三丁目」バス停より 徒歩3分	▶活動内容 高齢者デイサービスでの昼食お手伝い・肩たた きを通じてお子様のやる気を育みます。 10回のお手伝いでプレゼントがあります。
▶日時	月～金曜日 ※ 時間・頻度 応相談 10:00～15:30	
▶条件	小学生から中学生、未就学児は保護者同伴を お願いします	
▶その他	保護者の同意が必要です	
▶問合せ	担当：荻田 Tel 090-2239-5338	

【北部】 地域包括支援センター一ツ家（同行）		＜高齢＞
▶場所	足立区一ツ家4-2-15 東武バス「青井六丁目」バス停より徒歩2分	▶活動内容 ウォーキングサロンの同行。 認知症高齢者の自宅から近隣の公園までの同行 と、その公園で行われているウォーキングサロ ンの同行を楽しめる方を募集します。関心のあ る方はぜひ一度ご連絡をお待ちしております。
▶日時	毎週金曜日 9:30～11:30	
▶条件	女性希望	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【北部】 地域包括支援センター一ツ家（サポート）		＜高齢＞
▶場所	そんぼの家S足立保塚 足立区保塚町4-31 つくばエクスプレス「六町」駅より 徒歩10分	▶活動内容 DVDデッキの操作・サポート。 地域の元気な高齢者が集まるサロンでDVD体 操をする際の声かけ、見守り、DVD操作、会 場整備等をお願いします。
▶日時	第1月曜日 14:00～15:00	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【北部】 地域包括支援センター伊興		＜高齢＞
▶場所	足立区伊興3-7-4周辺 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅より 徒歩15分	▶活動内容 地域包括支援センターの職員と一緒に竹の塚周 辺を巡り、多世代交流・地域交流を深めるアイ ディアを出し合しましょう。 また、地域に携わる専門職の話も聞けます
▶日時	月1～4回 要調整 営業時間：9:00～17:00	
▶条件	中学生から活動可能	
▶その他	単発OK・継続OK	
▶問合せ	担当：小山 Tel 03-5837-1280	

【北部】メディス足立（書道）

<高齢>

▶場所	足立区南花畑3-35-10 東武バス「南花畑四丁目」バス停より 徒歩5分	▶活動内容 書道を教えてくれる方。 教えるのが好きな方を求めています。
▶日時	日中 応相談 10:00~11:00 14:00~15:00	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶その他	実費支給あり、駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：岡田・山口 Tel03-5851-3800	

【北部】メディス足立（傾聴）

<高齢>

▶場所	足立区南花畑3-35-10 東武バス「南花畑四丁目」バス停より 徒歩5分	▶活動内容 傾聴ボランティア。 お話の相手をしていただける方を求めています。
▶日時	日中 応相談 9:00~16:00	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶その他	交通費支給あり、駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：岡田・山口 Tel03-5851-3800	

【北部】メディス足立（整容）

<高齢>

▶場所	足立区南花畑3-35-10 東武バス「南花畑四丁目」バス停より 徒歩5分	▶活動内容 整容のお手伝い。 お風呂上りのドライヤーなど身だしなみを整えて くださる方を求めています。
▶日時	日中 応相談 9:00~12:00 13:00~16:00	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶その他	交通費支給あり、駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：岡田・山口 Tel03-5851-3800	

【北部】メディス足立（演芸披露）

<高齢>

▶場所	足立区南花畑3-35-10 東武バス「南花畑四丁目」バス停より 徒歩5分	▶活動内容 施設ご利用者に向けた演芸披露・高齢者向けレ クリエーションを行ってくださる方を募集して います
▶日時	火曜日、水曜日以外の日中 時間は要相談 ※ 1回30分程度	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶その他	交通費支給あり、駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：岡田・山口 Tel03-5851-3800	

【北部】わくわく倶楽部等潤

<高齢>

▶場所	足立区一ツ家4-2-11 つくばエクスプレス「六町」駅より 徒歩10分	▶活動内容 デイサービスご利用者への演芸披露（歌・音 楽・マジックなど）または、折り紙や工作など のレクリエーションの実施 ※ 実施内容・時間は応相談
▶日時	月~土 ※ 祝日も営業いたします 13:00~14:15 ※ 時間応相談	
▶条件	中学生以上	
▶その他	駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：新井・藤原 Tel03-5851-0320	

【北部】 医療法人社団福寿会 こまどりデイサービスセンター		<高齢>
▶場所	足立区西伊興4-7-21 1・2階 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅から 東武バス「はんの木橋」バス停より徒歩6分 「見沼代親水公園」駅から東武バス「はんの 木橋」バス停より徒歩6分	▶活動内容 ・活動内容 演芸（歌、楽器演奏、日本舞踊、 フラダンス等） ※ 事前に打合せをして、活動内容を決めてい きます。 地域に根差した活動を、より推進することと、 患者様およびご利用者様の満足度向上のためボ ランティアを募集しています。
▶日時	要相談（土曜・祝日も歓迎） 14:00～15:00	
▶条件	中学生、高校生不可	
▶その他	駐輪場のみあり	
▶問合せ	担当：小林 TEL03-5681-0336	

【北部】 苑田第一病院		<高齢>
▶場所	足立区竹の塚4-1-12 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅より 徒歩15分 東武バス「保木間仲通り」バス停より 徒歩1分	▶活動内容 患者さんへの外来案内・誘導などのインフォ メーションや面会受付を行っていただきます。 やさしい病院を目指し、ホスピタリティあふれ る対応を充実させるため、お困りの方への温か い対応を求めます。
▶日時	月～土 月2回～週複数回、1回3時間程度 9:00～17:00	
▶条件	18歳以上の健康な方（高校生不可）	
▶その他	駐車場・駐輪場あり	
▶問合せ	担当：高橋 TEL03-3850-5721	

【北部】 特別養護老人ホームタムスさくらの杜花畑		<高齢>
▶場所	足立区花畑3-15-5 東武バス「花畑三丁目」バス停より徒歩3分 東武バス「第五都営住宅」バス停より 徒歩8分	▶活動内容 ご利用者とお話していただける傾聴や、レクリ エーション活動のサポートをしていただける方 を募集します。 特に、手芸・将棋・麻雀・書道・編み物等のク ラブ活動に取り組んでいるため、一緒にお手伝 いしていただける方は是非ご連絡いただけます と幸いです。 その他、折り紙や工作等、ご自身の趣味や特技 を活かした活動も募集しております。活動時間 や曜日等は合わせますので、お気軽にご連絡く ださい。
▶日時	要調整 14:00～15:00	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶その他	中学生以上～年齢上限なし	
▶問合せ	担当：呉屋 TEL03-5851-8028	

【北部】 特別養護老人ホーム 竹の塚翔裕園		<高齢>
▶場所	足立区竹の塚7-19-14 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅 東口より徒歩15分	▶活動内容 施設ご利用者との地域交流 施設ご利用者に向けた演芸披露・高齢者向けレ クリエーションを行ってくださる方を募集して います
▶日時	日付は要相談 14:00～15:00	
▶条件	演芸・レクリエーションを実施してくださる ボランティア	
▶その他	送迎等必要な場合はご相談ください	
▶問合せ	担当：山内 TEL03-5851-6050	

【北部】 SheepLia巻号館

<高齢>

▶場所	足立区保木間1-33-11 第46新井ビル 竹ノ塚駅・六町駅から東武バス「第四都営住宅」バス停より徒歩1分	▶活動内容 施設ご利用者に向けた演芸披露・高齢者向けレクリエーションを行ってくださる方を募集しています
▶日時	応相談	
▶条件	中学生以上	
▶その他	交通費支給あり、駐車場あり	
▶問合せ	担当：松永 Tel080-3702-9432	

【北部】 特別養護老人ホーム六月

<高齢>

▶場所	足立区六月1-6-1 特別養護老人ホーム六月 竹ノ塚駅又は北千住駅から都営バス「平野町」バス停より徒歩5分	ご利用者の生活がより活動的に過ごせるようになっていただく為にボランティアを募集しています。 【主な内容】 話し相手、手工作等の手伝い、将棋相手、アロマセラピー等
▶日時	週1回、月1回でも可能 ① 9:30~13:00 30分から ② 14:00~18:00 30分から	
▶条件	中学生以上	
▶その他	1~4名のボランティアを募集中です	
▶問合せ	担当：大竹 Tel03-5242-0303	

【区外】 デイサービス海（演芸披露）

<高齢>

▶場所	葛飾区南水元4-6-13 金町駅北口アイリスループバス「二丁目東」バス停より徒歩2分	▶活動内容 楽しみ・生きがいを見出し、社会参加への意欲を高めるため、ご利用者の方への余興をお願いしたいです。演芸ボランティアを募集しています。お気軽にご連絡ください。
▶日時	月曜日～日曜日 ※ 日時相談可 14:00~15:00 (30分~60分程度)	
▶条件	演芸（楽器演奏、マジック、その他余興）ができる方	
▶その他	駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【区外】 デイサービス海（お手伝い）

<高齢>

▶場所	葛飾区南水元4-6-13 金町駅北口アイリスループバス「二丁目東」バス停より徒歩2分	▶活動内容 食器洗いや洗濯物干しのお手伝いをお願いできればと思います。 地域の方との繋がりを大切にしています。介護業界どこも人手不足だと思います。お力をどうぞお貸し下さい。
▶日時	月曜日～日曜日 ※ 日時相談可 12:30~15:30	
▶条件	性別不問	
▶その他	駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

障がい分野

【中部】 足立区青少年課青少年育成係

<障がい>

▶場所	エルソフィアほか区内施設 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩5分	▶活動内容 「あだち日曜教室」は特別支援学級および特別支援学校（知的障がい）などを卒業した35歳までの方が、生涯学習の一環として仲間づくりや学び、レクリエーション等をする場です。学習の補助、移動やトイレの見守りのボランティアを募集しています。学習等の補助や見守りをお願いすることで、安全に楽しく受講してもらいたいと考えています。※ ただし、新規受講の申し込みは29歳までの方が対象です。
▶日時	原則毎月第2日曜日 9:00~14:00 毎月参加できなくても大丈夫です	
▶条件	知的障がい者への理解がある方をお願いしたい	
▶その他	・謝礼あり ・駐輪場、駐車場あり	
▶問合せ	担当：大塚 Tel 03-3880-5275	

【中部】 青井地域福祉事業所（公園清掃）

<障がい>

▶場所	足立区青井5-10-2 プランドール加甚Ⅱ 1階 つくばエクスプレス「青井」駅より 徒歩10分	▶活動内容 身体障がい者（車いす）の方の公園清掃をサポート、一緒に清掃（ゴミを集める、取るお手伝い）をやっていただける方。
▶日時	水曜日（2週間に1回程度） 30分~45分程度 ※ 時間については要相談	
▶その他	駐車場・駐輪場どちらもあり	
▶問合せ	担当：磯部 Tel 03-6807-2982	

【中部】 病院への車いす介助と付き添い（女性）

<障がい>

▶場所	依頼者宅（梅田）~都内病院（足立区内、豊島区巢鴨、その他） ※ 応相談	精神障がい者手帳1級、愛の手帳4度です。身体の不調が酷くなり、動くことが難しくなっています。近所の病院、高田馬場、巢鴨の病院まで月2~4回、各別日に車いすを押してもらって連れて行ってほしいです。よろしくお願ひします。
▶日時	月2~4回（平日もしくは土曜日） 応相談（可能であれば午後希望）	
▶条件	・女性のみ ・ボランティア保険必須	
▶その他	電車、バス料金の交通費支給有	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【東部】 社会福祉法人あいのわ福祉会 綾瀬あかしあ園

<障がい>

▶場所	足立区綾瀬7-2-5 つくばエクスプレス「青井」駅より 徒歩10分	▶活動内容 ご利用の方とお話しをしていただきます。園に興味がある方、大歓迎です。お話し内容は自由です（園で育てている植物のことや日常の活動のこと等）。ご利用の方のために交流や楽しみを増やすことを目的としています。ぜひ一度ご連絡をお待ちしております。
▶日時	月~金曜日 月1回程度 13:00~14:00 ※ 時間相談可	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【東部】 綾瀬こころのクリニック

<障がい>

▶場所	足立区綾瀬3-3-2 第一星ビル302 東京メトロ千代田線「綾瀬」駅より徒歩1分	▶活動内容 患者様と一緒にプログラム（音楽鑑賞、脳トレゲーム、お買い物等）に参加していただいたり、お話し相手になっていただけるボランティアを募集しています。たくさんコミュニケーションをとっていただける方、大歓迎です。
▶日時	火曜日、木曜日 13:00~14:30	
▶条件	ボランティア保険の加入必須	
▶その他	駐車場・駐輪場なし	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【西部】西部クローバーの会

<障がい>

▶場所	江北地域学習センター 日暮里・舎人ライナー「江北」駅より 徒歩15分 東武バス「椿二丁目」バス停より徒歩5分	▶活動内容 失語症や構音障がいなど、言葉の障がいのある方たちが交流する際の支援ボランティアを募集します。口の体操、音読、外出活動があります。活動開始前には不安のないように障がいや対応方法について事前に説明させていただきます。 ※ 身体介助はありません
▶日時	木曜日 ※ 頻度応相談 10:00~11:30	
▶その他	駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【西部】パワフルキッズ

<障がい>

▶場所	足立区入谷1-16-13 竹ノ塚駅西口から東武バス「中入谷」バス停より徒歩5分 日暮里・舎人ライナー「舎人」駅より徒歩3分	▶活動内容 ・小学1年生～高校3年生の知的障がいを持つ子どもたちと一緒に遊びます（外出活動の場合は、公園や屋内施設等。室内活動の場合は、おやつ作り、音楽活動等）。 ・土曜日は子どもたちと一緒に昼食を食べてから、外出又は室内活動をして遊びます。 ・平日は、子どもたちが下校した後におやつを食べてから、遊んだりします。 ・学校が春休み、夏休み等の長期休業の場合、活動時間が11:00～17:00までになります。 少しでも興味がある方や、子どもと遊ぶのが好きな方はお気軽にご連絡ください。
▶日時	毎週土曜日 11:00～15:00 ※ 12:00～14:30の時間帯は必ずご参加いただくと助かります 月曜日、火曜日、水曜日、金曜日 13:00～18:00 または 16:00～18:00 に参加可能です	
▶条件	高校生以上、40歳以下の方 ・11時から活動にご参加の場合、お弁当が出ます。 ・アクセサリを外す、長髪の場合は髪を束ねる、爪を切る等お願いします。 ・動きやすい服装、運動靴でお越し頂きますようお願いいたします。 ・ボランティア保険は要請側で加入	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【北部】社会福祉法人あしなみ ふれんどりい

<障がい>

▶場所	足立区竹の塚6-18-4 東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅より徒歩6分	▶活動内容 初心者向けの簡単なヨガを担当してくださる講師の方を探しています。 ご利用者の皆様が気軽にヨガに参加でき、心身のリフレッシュができればと思います。
▶日時	第2土曜日または日曜日 14:00～15:00 ※ 日時相談可能	
▶条件	社会人希望	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

【北部】公益社団法人日本ダーツ協会

<障がい>

▶場所	足立区竹の塚7-19-7 社会福祉法人あだちの里 竹の塚ひまわり園・竹の塚福祉園 東京スカイツリーライン「竹ノ塚」駅東口より徒歩15分 東武バス「大曲」バス停より徒歩2分	障がい者ダーツ大会の運営補助 選手の呼出し・サポートが必要な参加者に3本のダーツを1本ずつ手渡しなどの活動です。交通費の支給はありません。お弁当と飲み物を支給します。 上履き・マスクの持参をお願いします。
▶日時	3月16日(日) 10:00～16:00	
▶条件	中学生以上	
▶その他	5～10名程度のボランティアを募集中です	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061	

▶場所	埼玉県八潮市大字浮塚980-3 つくばエクスプレス「八潮」駅より 徒歩18分 綾瀬駅から東武バス「神明町（足立区）」 バス停より徒歩8分	▶活動内容 ご利用者のお話し相手やお散歩の同行を通して一緒に楽しい時間を過ごしていただける方を募集しています。ご利用者が色々な人と関わることで自立に向けて一歩を踏み出せることを目的としています。活動時間や頻度についてはご相談の上決めさせていただきます。まずはお問い合わせください。
▶日時	土曜・日曜・祝日 ※ 日時相談可 10:00~16:00	
▶条件	・高校生以上（高校生も相談可） ・ボランティア保険必須 ・簡単な履歴書をお持ちください	
▶その他	費用弁償あり、駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL 03-3870-0061	

◆総合ボランティアセンターにて、 ペットボトルキャップを回収しています

集めたキャップはリサイクル業者に売却し、その後ワクチン購入資金としてJCV（世界の子どもにワクチンを日本委員会）へ寄附します。

約670個のキャップで、ポリオワクチン1人分になります。ぜひご協力をお願いいたします。

※ 飲料用のみ（調味料やお酒のキャップは回収できません）。



■ その他

【中部】 キッズサポート（資源回収）

<その他>

▶場所	島根1丁目周辺 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩15分	▶活動内容	「キッズサポート」での資源回収サポートを募集します。 30年以上続く地域の資源回収です。各ご家庭を回り地域の方々と繋がり、他の地域活動に原資を使っていくことで地域に還元していきます。
▶日時	毎月第3土曜日 12:30～（30分～40分程度）		
▶問合せ	担当：磯部 Tel080-6516-2977		

【中部】 キッズサポート（紙芝居）

<その他>

▶場所	ベルモント公園北側 東武スカイツリーライン「梅島」駅より 徒歩5分	▶活動内容	ベルモント公園北側にて紙芝居を開催します。 紙芝居運営のお手伝いのボランティアを募集しています。
▶日時	偶数月第2日曜日 10:00～12:00		
▶問合せ	担当：磯部 Tel080-6516-2977		

【中部】 青井地域福祉事業所（フードパントリー）

<その他>

▶場所	足立区青井5-10-2 プランドール加甚Ⅱ 1階 つくばエクスプレス「青井」駅より 徒歩10分	▶活動内容	生活困難者を対象としたフードパントリーの運営。現在はパントリーの運営のみですが、地域食堂も開設予定です。開設後は地域食堂の調理手伝いをお願い出来る方を探しています。 街づくりを生業としているワーカーズコープ・センター事業団の事業所です、パントリーを通して障がいや引きこもりで地域社会から孤立している方々と地域資源(福祉等)がつながるキッカケ作りをしたいと思います。よろしくお願いします。
▶日時	毎月第2土曜日 15:00～16:30		
▶その他	駐車場・駐輪場どちらもあり		
▶問合せ	担当：磯部 Tel03-6807-2982		

【千住】 足立野宿者支援の会さくら

<その他>

▶場所	総合ボランティアセンター 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・ 東京メトロ「北千住」駅より徒歩7分	▶活動内容	組織内における人員不足の解消と雰囲気改善、更にはボランティアを通じて社会貢献を目指す方に活躍の場を提供できればと思います。関心のある方はぜひ一度ご連絡をお待ちしております。
▶日時	2月23日（日） 12:30～ 月に1回		
▶その他	月1回、会場の空き状況によって空室のある日曜日 ※ 給食提供有		
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel03-3870-0061		

【千住】 日本語教室しんでん

<その他>

▶場所	新田地域学習センター 都営バス・国際興業バス「環七新田」バス停 より徒歩5分	▶活動内容	地域に住む外国の方に日本語を教える活動です。 国籍、年齢、日本語レベルなど多様な方達が教室を訪れますが、日本語支援を通して交流しています。メンバーや学習者と友好的に接して下さる方をお待ちしています。
▶日時	月曜日（祝日、休館日除く） ※ 月3回程度 9:30～12:30		
▶条件	特別な資格は要りません。		
▶その他	活動の見学及び参加を数回した上で、入会をお願いします。 ※ キャンセルする場合は必ずご連絡ください。		
▶問合せ	担当：坂田 Tel090-7226-6227 メール：yumi28820@yahoo.co.jp		

【千住】 足立区新田地域学習センター

<その他>

▶場所	足立区新田地域学習センター 都営バス・国際興業バス「環七新田」バス停より徒歩5分	▶活動内容 毎週日・月曜日に開催している講座「囲碁・将棋サロン」の運営をしてくれる方をお待ちしています。 ※ 夏休み・冬休みに開催する教室（年2回）、将棋大会、囲碁大会などでの補助
▶日時	毎週日・月曜日（主に日曜日の午前が活動日となります） 10:00～14:00	
▶条件	囲碁・将棋ができる方（どちらかだけでも可）で初心者や子どもへの指導が可能な方。	
▶その他	元気応援手帳をお持ちであればご持参ください。	
▶問合せ	担当：伊藤 Tel 03-3912-3931 メール：shinden@grandio.co.jp	

【千住】 スクール足立

<その他>

▶場所	千住1-4-1 東京芸術センター9階会議室「多文化共生係用」 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・東京メトロ「北千住」駅西口より徒歩7分	▶活動内容 外国人の皆さんに日本語を教えてくれるボランティアを募集しています。特に必要な資格はありません。外国人と交流したい方、外国語を使って活動したい方、気長に続けていただける方、大歓迎です。
▶日時	毎週日曜日 10:00～12:00	
▶条件	大学生以上	
▶その他	特別な資格は要りません。	
▶問合せ	担当：宮地 Tel 090-7280-0694 または 080-1258-3233 メール：yamataikokuhimiko2@yahoo.co.jp	

【千住】 エコール足立

<その他>

▶場所	千住1-4-1 東京芸術センター9階会議室「多文化共生係用」 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・東京メトロ「北千住」駅西口より徒歩7分	▶活動内容 外国人の皆さんに日本語を教えてくれるボランティアを募集しています。特に必要な資格はありません。外国人と交流したい方、外国語を使って活動したい方、気長に続けていただける方、大歓迎です。
▶日時	毎週日曜日 13:30～15:30	
▶条件	大学生以上	
▶その他	特別な資格は要りません。	
▶問合せ	担当：宮地 Tel 090-7280-0694 または 080-1258-3233 メール：yamataikokuhimiko2@yahoo.co.jp	

【千住】 男ボラ粋生き倶楽部

<その他>

▶場所	総合ボランティアセンターB会議室 常磐線・東武線・つくばエクスプレス線・東京メトロ「北千住」駅東口より徒歩7分	▶活動内容 （使用済み・未使用）切手整理作業を行います。それ以外にイベントを企画し、実施することもあります。 お気軽にご参加ください。
▶日時	2月21日（金） ※ 毎月第三金曜日 18:00～19:00	
▶条件	どなたでも参加できます。もちろん女性も参加できます。	
▶その他	特別な資格はいりません。	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【東部】 団塊綾瀬ネットワークだんだん

<その他>

▶場所	プルミエまたはギャラクシティ プルミエ（東京メトロ千代田線「綾瀬」駅西口より徒歩5分） ギャラクシティ（東武スカイツリーライン「西新井」駅東口より徒歩3分）	▶活動内容 サロンに参加されている方々と英語と一緒にしゃべりさせていただきます。日常会話を英語でお話できる方の参加をお待ちしております。外国人の方も歓迎！ English speaking persons wanted.
▶日時	月曜日・水曜日・土曜日 ※ 週に一度程度、応相談 10:00～12:00	月曜（プルミエ）： さわやかサロン、綾瀬サロンにて活動
▶条件	英語の話せる方（英検2級程度以上）	水曜（プルミエ）： 花鳥サロン、風月サロンにて活動
▶その他	特になし	土曜（ギャラクシティ）： Tokyoサロン、だんだんサロンにて活動
▶問合せ	担当：宮地 Tel 090-7280-0694 メール：yamataikokuhimiko2@yahoo.co.jp	

【東部】 ◎日本（にじゅうまるにっぽん）

<その他>

▶場所	プルミエ 東京メトロ千代田線「綾瀬」駅西口より徒歩5分	▶活動内容 外国の方に、日本語を教えてください。ボランティアを募集しています。参加者とマンツーマンで関わりたい方や英語や中国語を話せる方、楽しく教えてください。大歓迎です。特に資格は必要としていません。 （希望があれば、区役所 多文化共生課主催の研修会に参加できます）
▶日時	毎週水曜日 ※ 週に一度程度、応相談 13:30～15:30	
▶条件	どなたでも	
▶その他	詳しくはHPをご確認ください。 https://nijyumarunippon.jimdofree.com/	
▶問合せ	担当：宮地 Tel 090-7280-0694 メール：yamataikokuhimiko2@yahoo.co.jp	

【東部】 NPO法人ぷらちなくらぶ

<その他>

▶場所	足立区加平1-8-23 東京メトロ千代田線「綾瀬」駅より20分 東京メトロ千代田線「北綾瀬」駅より7分 不定期	▶活動内容 生活困窮者に対するフードパントリーの食材調達、仕分、運営等の簡単なお手伝い。 新たにフードパントリーを始めるため、一緒に協力してもらえ方を探しています。地域に対しての関わりも一緒に考えて頂けると嬉しいです。
▶日時	食材仕分け：可能な日どこかで1～2時間 パントリー：月1～2回、基本土日開催	
▶条件	中学生以上対象	
▶その他	駐輪場・駐車場あり、ボランティア保険は要請側で加入	
▶問合せ	担当：小谷 Tel 03-5697-9200 メール：pantry@platina-club.org	

【東部】 あやせコミュニティパーク

<その他>

▶場所	足立区谷中1-17-7 東京メトロ千代田線「北綾瀬」駅より徒歩7分	▶活動内容 パークの屋上花壇で野菜を育てる活動に参加していただける園芸ボランティアを募集しています。
▶日時	月～日曜日 週2～3日 9:00～12:00の間 1～2時間程 ※ 午後は要相談	
▶条件	中学生以上 ボランティア保険加入している方	
▶その他	駐輪場あり。交通費支給（上限あり）	
▶問合せ	担当：野崎 Tel 03-5613-5506 メール：hanakaidou@chojumura.or.jp	

【東部】日本語ボランティアグループ ドメニカ

<その他>

▶場所	足立区東和3-12-9 東和地域学習センター JR常磐線「亀有」駅より徒歩17分	▶活動内容 外国籍の人達とやさしい日本語でお話しをします。まずは実際の日本語ボランティア教室を体験ください。日本語が話せれば外国語は不要です。一緒に活動できる方のご連絡をお待ちしています。
▶日時	毎月第1日曜を除く日曜日 13:30~17:00 (授業時間は14:30~16:00)	
▶条件	大学生以上	
▶その他	駐車場、駐輪場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【東部】弘道第一小学校 コアラくらぶ

<その他>

▶場所	足立区弘道1-20-8 東武スカイツリーライン「五反野」駅より徒歩10分	▶活動内容 学校の畑の整備や野菜作りをしています。現在、2名で畑を管理していますが、人手があれば色々な野菜作りができるので、一緒に活動してくれるボランティアを募集しています。収穫は子ども達が中心となって行い、体験学習の一つにもなっています。月1回午前中に子ども達も集まり、畑作業を共に行っています。
▶日時	月~土曜日 週1回程度	
▶条件	中学生以上から	
▶その他	駐輪場のみの有	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【西部】東京女子医科大学附属足立医療センター

<その他>

▶場所	足立区江北4-33-1 日暮里・舎人ライナー「江北」駅 西口より徒歩6分	▶活動内容 ・外来受診案内 ・自動再来受付機、自動精算機の使用方の説明、補助 ・からだ情報館の整備、ご利用者の見守りなどをお願いします。 ボランティアの方々には、病院内の緊張感を和らげてくれる人として、かけがえのない役割を果たしていただいております。興味・関心のある方はぜひご連絡をお待ちしております。
▶日時	月~金曜日 9:00~16:00の中で1~3時間程度	
▶条件	・大学生以上 ・半年以内の新型コロナワクチン接種およびインフルエンザワクチンを接種された方	
▶その他	駐車場あり	
▶問合せ	総合ボランティアセンター Tel 03-3870-0061	

【西部】日本語教室「日本と世界」

<その他>

▶場所	ギャラクシティ 東武スカイツリーライン「西新井」駅 東口より徒歩3分	▶活動内容 日本に来られた外国の方々に日本語を教えてください。特別な資格は必要ありません。希望者は協議会の研修会に参加することができます。皆さまに楽しく学んで頂くようコミュニケーション取っていただきたいと思ひます。
▶日時	土曜日 13:30~15:30 ※ 時間応相談 詳しくはHPをご確認ください。	
▶その他	https://nippon-to-sekai-nihongo.jimdofree.com/	
▶問合せ	担当：山根 Tel 03-3853-3740 メール：yamane@hkg.odn.ne.jp	

【西部】ケアホーム足立

<その他>

▶場所	足立区入谷1-8-15 日暮里・舎人ライナー「舎人」駅より徒歩2分	▶活動内容 施設内で運営する駄菓子屋での会計、袋詰め、売り上げ計算、開店閉店作業をお願いいたします。
▶日時	月・火・木 15:30~16:30	
▶条件	ボランティア保険加入必須	
▶問合せ	担当：安田 Tel 03-3853-6800 メール：adachi@tokuyou.jp	

【西部】 日の出公園ボランティア花壇

<その他>

▶場所	足立区入谷 日の出公園 (別名：ロケット公園) 日暮里・舎人ライナー「舎人」駅より 徒歩5分 ユニクロ入谷店真裏 舎人公園と舎人駅の中間	▶活動内容 公園の花壇を綺麗にすることで、花を育てる大切さや街を綺麗にする大切さ、自分が手入れした花壇を見に来た人に喜んでもらえる嬉しさなどを知っていただきたいです。 小学生から参加できます。お子様のみの参加、親子での参加(見学)どちらも大歓迎です。 無理のない範囲で楽しく活動しましょう。 舎人センターのボランティア花壇活動「とねりガーデナーズ」にも参加しています。詳細は舎人センターにお問い合わせください。 LINEに登録いただくと色々な情報をお知らせします。 活動日は変動があります。詳細はInstagramをご確認ください。
▶日時	9:00~18:00の間で都合がいい時にスケジュール調整して行います。 ご都合の曜日・時間を教えてください。 不定期の為、InstagramやLINEにて日程告知します。	
▶条件	小学生以下は保護者の同意が必要	
▶その他	軍手やガーデニング手袋、ゴム手袋など持参。 汚れてもいい服。飲み物。	
▶問合せ	Instagram https://instagram.com/flowersmilepark ★LINE公式アカウント https://lin.ee/LCXfjQh	
	Instagramまたは下記公式LINEを追加してご連絡ください。	

【西部】 日の出公園ボランティア花壇
(あだちご近所マルシェ)

<その他>

▶場所	足立区入谷1-8-15 ケアホーム足立 ・日暮里・舎人ライナー「舎人」駅より 徒歩2分 ・国際興業バス川口駅東口発川14番系統 バス「入谷一丁目」バス停より徒歩2分	▶活動内容 日の出花壇の花などで作成した、雑貨販売のお手伝いなどを募集しております。 「あだちご近所マルシェ」の情報は、ケアホーム足立のサイトにも掲載していただいています。 活動日は変動があります。詳細はInstagramをご確認ください。
▶日時	毎月第2木曜日 11:30~14:30 奇数月第4土曜日 11:00~14:30	
▶条件	小学生以下は保護者の同意が必要	
▶問合せ	Instagram https://instagram.com/flowersmilepark ★LINE公式アカウント https://lin.ee/LCXfjQh	
	Instagramまたは下記公式LINEを追加してご連絡ください。	

【西部】 ハピネスあだち

<その他>

▶場所	足立区江北3-14-1 日暮里・舎人ライナー「江北」駅より 徒歩10分	▶活動内容 花壇の草花の手入れの手伝いをお願いします。 週一回程度の見守りと、その際に必要なら水やりと雑草とりをしていただきたいです。 時折の苗植えにも参加いただけます。 地域交流の場と外出の理由や楽しみ、交流の機会となれば幸いです。
▶日時	週一回程度 明るいうちかつ、施設の開所時間内であればいつでも ※ 時間、曜日はご都合に合わせます	
▶条件	【募集期間】 ~令和7年3月31日	
▶その他	水道・ジョウロ・軍手は施設のものを使用いただけます。	
▶問合せ	担当：高橋 TEL 03-5839-3640 メール：houkatsu@family-wf.jp	

【西部】 高齢者在宅サービスセンター西新井本町
友興の園

<その他>

▶場所	足立区西新井本町4-13-16 ①日暮里・舎人ライナー「江北」駅 東口より徒歩11分 ②東武大師線「大師前」駅 より徒歩12分 東武バス「興野公団住宅」バス停より 徒歩5分 東武バス「西新井小学校」バス停より 徒歩5分 東武バス「病院前」バス停より徒歩6分 ③日暮里・舎人ライナー「高野」駅 西口より徒歩15分	▶活動内容 ハンドメイド創作(ブレスレット・置物・ 小物など)・絵手紙・書道・体操(高齢者向 け)・トールペイントなど 上記の内、どれか一つをお手伝いしてくださる 方を募集しています。
▶日時	毎月1日から(不定期でも可) 月曜日～土曜日 13:35～14:30	
▶条件	社会人の方	
▶その他	ハンドメイド創作の場合、作品一点につき 500円を材料費として支給します 担当：早坂	
▶問合せ	TEL03-3890-0705 メール：gureisuhayasaka5@gmail.com	

【西部】 江北地域学習センター

<その他>

▶場所	足立区江北3-39-4 日暮里・舎人ライナー「江北」駅より 徒歩10分 東武伊勢崎線(東武スカイツリーライン) 「西新井駅」西口より国際興業バス赤27 系統「椿二丁目」バス停より徒歩4分	▶活動内容 事前オリエンテーションにご参加いただく必要 がございます。 3月8日(土)に実施する江北センター主催の 「江北さくらマルシェ」の準備、運営ボラン ティア。 (1)受付スタッフ・駐輪場・駐車場整理・会 場準備・会場整備 (2)ワークショップ内での子どもたちとの工 作指導 (3)マルシェ当日の様子動画、写真撮影と 編集 (4)レクリエーションホールでイベントの司 会・解説・誘導 ※ (1)～(4)のうち、どれか一つをご担 当いただきます。
▶日時	■事前オリエンテーションと準備 説明と飾りつけ、会場整備などの準備手伝い を3時間程度。 下記いずれかにご参加をお願いします。 ・3月1日(土)13:00～17:00 ・3月2日(日)10:00～17:00 ・3月7日(金)13:00～17:00 ※ 上記日程でのご参加がむずかしい場合に はご相談ください。 ■イベント当日 ・3月8日(土)9:00～17:00	
▶その他	3月8日(土)は7時間以上の場合、軽食か 食券を配布します 担当：大野・阿部・廣澤	
▶問合せ	TEL03-3890-4522 メール：info-kohoku@abox3.so-net.ne.jp	

【北部】 個人(女性)

<その他>

▶場所	区内公共施設内のフリースペース	▶活動内容 傾聴
▶日時	未定 要相談 活動していただける方のご都合に合わせてます。	
▶条件	優しく会話して下さる方	
▶その他	特になし	
▶問合せ	総合ボランティアセンター TEL03-3870-0061	