

イマから。ココから。
できることから。
あなたの一歩を
応援します。

イマカラ・ココカラ

2019年4月号（毎月5日発行）

編集発行／いたばし総合ボランティアセンター

実感

発見

つながる



第6回

いたばし結まつり

5月11日 土

—出会い— 輝く明日へ（みらい） 10:30～15:30 雨天決行

創る

グリーンホール（栄町36-1） & 大山公園 （栄町35-1）

はじける

桜が咲いて、春がやって来て、ゴールデンウィークが終わると、、、「結まつり」の季節がやってきます！
「結まつり」は実行委員会を中心に、参加団体・個人が協力して、企画から運営まで参加者全員で作りに上げていくボランティアイベントです。板橋区内で、地域貢献や社会課題の解決に向けて活動しているボランティア団体、NPO法人、企業が魅力いっぱいのステージ・パフォーマンス、体験ブースや模擬店で皆さんをお待ちしています。

今年のテーマは、「—出会い—輝く明日（みらい）へ」です。お子さんからシニアまで、「結まつり」で素敵な出会いが生まれるように『出会いステーション』という特別企画も行います♪
おひとりでもお仲間同士でも大歓迎！気軽に会場にお越しください♪

ステージ・パフォーマンス

出会いステーション

活動紹介

阿波踊り！

体験いろいろ♪

模擬店！



CONTENTS

4

APRIL

センターの講座や
セミナーに興味がある！👉 P2

ボランティアをしたい！👉 P4～7

センター以外の講座・イベント
にも参加したい！👉 P3

4月のスケジュール👉 P8

第6回結まつり

開催まで、あと約1か月となりました
「第6回 結まつり」！
当日ボランティア募集中！一緒にお祭りを盛り上げませんか？

👉 P2



いたばし総合ボランティアセンターでは、ボランティアや市民活動に役立つ講座やプロジェクトなど、さまざまな事業を行っています。気になるものを見つけたら、まずはお気軽にお問い合わせください！

第6回 結まつり当日ボランティアを募集しています！

【日時】5月11日（土）9：00～16：00 ※時間は応相談（おまつりは10:00～15：30の開催です）

【場所】グリーンホール（栄町36-1）、大山公園（栄町35-1）

★活動内容♪（予定）



本部手伝い（受付・スタンプラリー景品交換）、企画コーナーのサポートや見守り、記録（カメラ）、ゴミステーションの巡回、駐輪場の誘導・整理など

公募事業学習会 / ボランティア・NPO 応援講座

活動PRでハートをつかめ！

「伝わるプレゼンテーション講座」

自分たちのボランティア活動や市民活動をもっと多くの人に知ってもらうために、プレゼンテーションは重要な要素です。人前で話す際の心構えや、話の構成、パワーポイントの有効活用などを通じて、「伝わるプレゼンテーション」を学んでいきます。ぜひ、ご参加ください！

【日時】4月26日（金）19：00～21：00

【講師】（特非）コミュニティビジネスサポートセンター
宮本 諭さん 原島 仁さん

【対象】公募事業申請者（団体）※
NPO、ボランティア団体のリーダーの方

【定員20名（申込順）】 【費用】無料

【場所】ボランティアセンター

【申込・問合せ先】 電話またはメールにて 担当 磯部

※「ボランティア・NPO 活動公募事業」
…いたばしボランティア基金による助成金支援事業

いたばし災害ボランティアセンター 災害ボランティア定例会

今年度の災害ボランティアセンター事業について事務局よりご説明をします。意見交換、情報交換をしながら今年度の定例会の活動を話し合っていきます。

【日時】4月27日（土）14：00～16：00

【場所】ボランティアセンター

【内容】今年度の活動について

【申込・問合せ】担当 門脇

《今後の災害ボランティア定例会予定》

6月15日（土）

8月17日（土）

10月29日（土）

12月21日（土）

2月15日（土）



成増まちの学校NMK 4月開催のお知らせ

この4月から「いたばしまちの学校」の運営母体が各地区のまちの学校に移行しました。成増まちの学校もミッションを引き継ぎ、新しいチームを立ち上げます。みなさんがまちの先生として未来を担う子供達の応援団になってみませんか。

一緒になって、まちの学校を創りましょう。新しく住民になられた方大歓迎です。

【日時】 4月19日（金） 18:30～ 【場所】 赤塚高台集会所（赤塚3-6-19）

【問合】 陶山（すやま）孝一 Tel：090-8055-7781
Mail：kouichi_suyama@icloud.com



はぐるま「春の朗読会」

春の朗読会のご案内です。物語、童話、随筆、小説などなど、多彩な世界をお楽しみいただければ、心から幸せに思います。どうぞお出かけください！

<朗読の演目>

老人ホームの素敵な話、新年の客、スーホの白い馬、あるはれたひに、キジとヤマバト、
「でんでんむしの かなしみ」より、すうすうすう、糸車

【日時】 4月27日（土） 13:30～ 開演 13:00

【場所】 志村コミュニティホール3階 第1ホール（小豆沢1-8-1）

【参加費】 無料

【問合せ】 横山真由味 Tel：03 - 3956 - 7541



2019板橋区長選挙 公開討論会

～区長候補者が語る、57万区民そして板橋の未来～

【日時】 4月12日（金） 19:00～21:00（開場 18:00）

【場所】 板橋区立文化会館 小ホール（大山東町51-1）

【参加費】 500円（学生無料） ※当日直接会場へ

【出演】 坂本たけしさん、松島みちまささん(3/20時点 50音順)

【主催】 板橋フォーラム

【問合】 飯島 Tel：080 - 1182 - 1610

URL <http://itabashi-forum.com/>



高齢者／外出訓練

日比谷公園への外出訓練のボランティアさん募集

デイケア（予防）を利用されている方の外出訓練の付き添いを募集しています。

- 【名称】 高島平診療所デイケア室 （高島平 8-1-1）
- 【内容】 ほとんどの方は、お一人でも行動が可能な方です。
- ・電車内団体行動、現地日比谷公園内の行動の中で、1対1の付き添いをお願いします。
 - ・車椅子を押していただく方もいます。
- 【日時】 5月22日（水）9:00～14:00 頃
- 【場所】 高島平診療所～日比谷公園 （雨天時はミッドタウン日比谷）
- 【申込・問合せ】 担当：鈴木 Tel：3932-3394 4月中旬までにご連絡をいただけたらと思います。

子ども／図書館

東板橋図書館 「こども図書館祭り」 ボランティアを募集

幼児から小学6年生までの子どもを対象とし、読み聞かせや工作・ゲーム・昔あそびを通して、図書館を親しんでもらう企画です。子どもたちと一緒にお祭りを楽しみ、見守りをするボランティアをお願いします！基本的には1時間単位ですが、半日、一日参加も大歓迎です。ご希望の日時をご連絡ください。

- 【名称】 こども図書館祭り
- 【日時】 4月27日（土）・28日（日） 10:00～17:00
- 【場所】 東板橋図書館 3階視聴覚室 （加賀 1-10-15）
- 【内容】 紙の魚釣りや、ペットボトル・ボーリング等のゲーム補助。塗り絵（鯉のぼりのしおり等）を中心とした工作コーナーの見守り。昔遊びコーナーで一緒に遊びながら子ども達を見守る。
- ※多数応募がある時間帯は、移動をお願いする場合があります。
- 【申込期限】 4月14日（日）
- 【申込・問合せ】 担当：柿塚（かきざかい） Tel：3579-2666

子ども／団体

子ども食堂「にっこりキッチン！」がボランティアを募集

子どもや一人暮らしの高齢者などのために、おいしい食事と楽しい交流を提供したいと思っています。

- 【名称】 あじさいの集い 富士見「にっこりキッチン！」
- 【日時】 第2、4水曜日 15:00～20:00
- 【場所】 富士見町 17-15
- 【内容】 食事の準備、配膳、片付け、ミーティング
- 【連絡先】 代表 小池妙子
- Tel:090-5490-3510
- E-mail：Koike504taeko@kem.biglobe.ne.jp



子ども／保育園

保育のお手伝いをしてくださる方を募集しています

- 【名称】 社会福祉法人 有隣社福祉会 風の子保育園
【日時】 随時 要相談
【内容】 乳幼児のお世話や一緒に遊ぶお手伝い
【場所】 風の子保育園 (仲町 14-15) 大山駅または中板橋駅徒歩 8 分
【対象】 18 歳以上で子どもが好きな方、健康な方
【申込・問合せ】 担当：鈴木敦美 Tel：3956-4433



障がい／スポーツ

視覚障がい者の卓球の練習を お手伝いしてくださる方募集

短時間でも構いません。ご自分のペースでお手伝いください。見学大歓迎です。
ぜひ一度お越しください。

- 【名称】 I P C (いたばしピンポンクラブ)
【内容】 視覚障がい者のための卓球 (サウンドテーブルテニス) の練習のお手伝い
台の設置・球拾い・ラリー相手など
【日時】 土曜日・日曜日 (不定期)
【場所】 障がい者福祉センター 4 F (高島平 9 丁目)
【条件】 資格・年齢不問ですが、初回に簡単な面接をさせて頂き
【申込・問合せ】 磯田俊一郎 spring-shun@nifty.com
(東京・和歌山・愛媛国体東京都代表選手)



障がい／施設

障がいのある方と一緒に 軽作業やお話をしてくださる ボランティアを募集

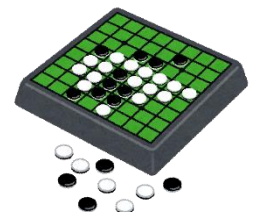
ボランティアの方との交流を通じて、利用者の方にたくさんの経験をしてもらいたいと思います。

- 【名称】 就労者育成会
※私たちは、企業の就労をめざす障がいのある方々のための、就労移行支援事業所です。
【内容】 チラシの封入や封緘、シール貼りなどの軽作業を利用者の方と一緒にしてくださる方、休憩時間に
楽しくおしゃべりをしてくださる方を探しています。
【日時】 ご希望日をお聞かせください
【場所】 大谷口上町 21-6 日大病院前
【連絡先】 Tel: 3955-8145 E-mail: syu.iku.kai@gmail.com
(時間：月～金、10：00～16：00)





1 お話し相手 (担当：柳澤) 施設に入所されている 90 代の女性が、お話し相手を募集しています。お話好きで、興味深い話をうかがえます。 【日時】 応相談 (週 1 回程度) 【場所】 特別養護老人ホーム あずさわの里 (小豆沢 4-14-3)	2 お話し相手 (担当：磯部) 施設に入居しているお話好きな 80 代の女性のお話し相手を募集しています。 【日時】 応相談 【場所】 三園の里 (三園 2-15-22)
3 代読・代筆・掃除のチェックなど (担当：門脇) 蓮根に引っ越してこられた視覚障がいをお持ちのご夫婦がボランティアを募集しています。 【日時】 月・火・水 時間応相談 【場所】 坂下 3 丁目のご自宅	4 外出同行 (担当：門脇) 障がいを抱える 60 代の女性が、美術館や博物館、映画館などに同行してくださる女性の方を募集しています。 介助等は不要です。 【日時】 日曜日 10:15~14:00 頃 * 月に 1~2 回希望 【場所】 上板橋⇄上野や東武練馬
5 移動支援・学校内の補助 (担当：柳澤) 車椅子を利用している小学 2 年生の男の子の自宅から学校までの送迎、学校内のサポート (移動、トイレ介助、見守りなど) をしてくださる方を募集しています。 【日時】 応相談 【場所】 小竹向原	6 移動支援 (担当：飯野) 病気をしして歩行が不自由な 40 代女性が、近所の散歩に同行してくれる方を募集しています。 自宅の前が急坂なため、1 人では出かけられず、困っています。 【日時】 応相談 【場所】 西台 (自宅周辺)
7 移動支援 (担当：飯野) 疾患を抱える 30 代女性が仕事を継続するために、通勤サポートをしてくださる方を募集しています。 【日時】 火~土曜で応相談 (行き 9:00 帰り 18:00) ※週 1 回、往路のみ、復路のみでも助かります 【場所】 高島平~小豆沢(都営三田線本蓮沼駅)	8 お話し相手 (担当：涌井) 100 歳代の女性がお話しや、オセロのお相手をしてくださるボランティアを募集しています。 【日時】 応相談 【場所】 自宅 (富士見町)
9 お話し相手 (担当：涌井) 90 歳代の女性に話しかけてくださるボランティアさんを募集しています。 【日時】 応相談 30 分~1 時間 【場所】 若葉ゆめの園 (若木)	10 お話し相手 (担当：涌井) 80 代後半のご夫婦が、お話し相手をしていただける方を募集しています。近所に知り合いの方がいないので、お話し相手を探しています。男性のボランティアをご希望です。 【日時】 応相談 【場所】 自宅 (稻荷台)



11 お話し相手（担当：磯部）

施設に入居しているお話好きな
80代の女性のお話し相手を募集
しています。

【日時】 応相談（月2回位から）

【場所】 特別養護老人ホーム若葉ゆめの園
(若木)



◆5月号「ボランティア募集」の記事掲載を希望される 個人、団体の皆様へ

5月は大型連休となるため、編集・印刷・発送作業が通常より前倒しのスケジュールとなります。5月号の掲載希望の締め切りを**4月17日（水）**とさせていただきます。ご理解・ご協力よろしくお願いします。メールかFAXでセンターに情報をお寄せください。 ※6月号以降は、通常の毎月20日締め切りとなります♪

センター内で出来るボランティアがあります！

活動名	日時	内容
使用済み切手整理	4/12、26（金） 10:00～15:00	使用済み切手の仕分けをしたり、周りを切り取る作業です。都合の良い時間だけでOK。ご自分の都合やペースに合わせて、気軽に作業に参加してみませんか？
情報紙発送	5月号の発送 4/24（水） 10:00～ 終わり次第終了	情報紙『イマカラ・ココカラ』の丁合（ページ揃え）や発送用のラベル貼り等の作業にご協力ください！！ ※5月号は連休明けの5/7（火）発行です。
手作り ボランティア (ハッピーハンド♪)	4/5（金）、 16（火）、19（金） 10:00～15:00	手芸のお好きな方、手作りの楽しさを再発見しませんか？ 製作した作品をイベント等で販売し、売上をボランティア活動推進のために役立てます。
布の絵本 (板橋 てのひらの会)	4/6（土）、9（火）、 23（火） 13:30～15:30	紙の絵本とはひと味違う、触れて楽しむ布の絵本をつくる作業です。ボランティアさんたちが一針一針縫いあげて、子どもたちへ届けます。

使用済み切手、インクカートリッジ等のご寄付ありがとうございました！

いただいたご寄付は、車椅子の修理費用・貸出物品の購入に使わせていただきます。
(株) 燦光板橋・深川やすらぎの園、板橋バレーボール連盟、板橋保育園、板橋区新河岸団地郵便局、かがやき8、JKK 東京募集センターお客様係様、板橋第2中学校様、加賀福祉園様、下赤塚小学校様、特別養護老人ホームいずみの苑様、上板橋郵便局様、徳丸ふれあい館様、(公社) 板橋青色申告会、板橋区民生・児童委員協議会様、他にも個人の方5名、匿名の方7名、区役所各部署、施設、社会福祉協議会の皆さんからいただきました。ご協力ありがとうございました。(平成31年2月21日～3月20日)

2019 年 4 月 スケジュール

○…センター主催の講座や訓練など

●…センター共催・協力事業

☆…センターでの定期的なボランティア活動

…センター事務所休み

月	火	水	木	金	土	日
4/1	2 ☆情報紙 発送作業	3	4	5 情報紙 4月号発行 ☆手作り	6 ○結まつり 事前準備会 ○布の絵本	7
8	9 ○布の絵本	10	11	12 ☆切手	13 ○結まつり 事前準備会	14
15	16 ☆手作り	17	18	19 ☆手作り	20 ○結まつり 事前準備会	21
22	23 ○布の絵本	24 ☆情報紙 発送作業	25 ○結まつり実行 委員会⑤	26 ☆切手 ○公募事業 学習会	27 ○災害ボラン ティア定例会	28
29	30	5/1	2	3	4	5
6	7 情報紙 5月号発行	8	9	10 ☆切手 ○結まつり 前日準備	11 ○結まつり	12

情報紙の置いてある場所（全 214 カ所）※場所の詳細はホームページでご確認ください

板橋区公共施設：地域センター・ホール（18 カ所）、体育館（4 カ所）、図書館（11 カ所）、区民事務所（6 カ所）、健康福祉センター（5 カ所）／その他の施設（17 カ所）／都営三田線（11 駅）／医療機関（5 カ所）／郵便局（46 カ所）／銀行・信用金庫など（10 カ所）／区内大学・専門学校（4 カ所）／ファミリーマート（32 カ所）／店舗・事務所・施設（45 カ所）



◆いたばし総合ボランティアセンター◆

〒173 - 0001 東京都板橋区本町 24-1
TEL : 03-5944-4601 FAX : 03-5944-4602
E-mail : ita-vc@violin.ocn.ne.jp
URL : http://www.ita-vc.or.jp

電車の場合 都営三田線
「板橋本町駅」A1 出口より徒歩 7 分
東武東上線
「中板橋駅」北口より徒歩 20 分
バスの場合 国際興業バス
「大和町」「上宿」下車徒歩 7 分