

いたばし
ボランティア
市民活動
ガイド
2021-2023

いたばし総合ボランティアセンター

「いたばしボランティア・市民活動ガイド 2021-2023」 発刊にあたって

いたばし総合ボランティアセンターで発行している「いたばしボランティア・市民活動ガイド 2021-2023」をお届けします。

この冊子は2年ごとに発行し、板橋区のさまざまな活動を紹介しています。活動のPRの場、連携・協働の相手方を探す資料、新たに地域活動に参加しようとする区民の皆様にご利用いただくことを目的に作成しました。

ボランティア・市民活動は、昨年末からの新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響を受け、活動が大きく制約されています。

その一方で、複雑化する地域課題は制度や行政サービスだけで解決することは難しくなっており、ボランティアグループ・市民活動団体、地域住民、企業などが取り組んでいる地域活動、社会貢献活動への期待がますます高まっています。

コロナ禍にあって、ボランティア活動や市民活動を止めないために、多様な団体の皆様と力を合わせ、活動を進めていき、この厳しい状況を乗り越えていきたいと考えております。

本冊子がボランティア・市民活動における協働の新たな展開や板橋区の地域活動の発展に寄与することを願っています。

最後になりましたが、お忙しい中、本冊子作成にご協力いただきました各団体の皆様に心より感謝申し上げます。

2021年3月

いたばし総合ボランティアセンター

●本冊子をご覧になるみなさまへ●

本冊子は板橋区内で活動するボランティアグループ・NPO法人等を掲載しています。作成にあたっては、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の影響により、やむを得ず団体活動の自粛・延期・休止を判断している団体、活動の目途が立たず掲載を断念された団体もごさいます。何卒状況をご理解いただき、活用時は各団体へのお問い合わせなどご留意いただけますようお願い申し上げます。

いたばし ボランティア・市民活動ガイド 2021-2023

目次

ご挨拶「いたばしボランティア・市民活動ガイド 2021-2023」発刊にあたって	2
● 高齢者 介護予防 介護家族	4
様々な場所での高齢者支援や、介護予防、介護をしている家族へのサポートなど	
● 障がい 当事者団体 支援団体	11
障がいや生きづらさを抱える方々の当事者団体やサポートをする支援団体など	
● 子ども 若者	17
子どもたちに安定した日々を、よりよい明日を。悩みや孤独に寄り添う団体や若者の生きづらさに寄り添う支援団体など	
● 多文化共生 国際協力 外国人支援	21
外国人の人権擁護や日本語教室など。外国につながる子どもたちへの支援も	
● まちづくり 地域活性 暮らし	24
地域づくりや日々の困りごと相談、まちの課題解決やコミュニティ・ビジネス支援など	
● 社会教育 平和 人権	27
平和・人権などの啓発活動、複雑化する社会問題への課題提起。	
● 環境保全 リサイクル	29
公園清掃、木々の手入れや植物観察、リサイクルやエネルギー問題など地球を守る活動。 環境教育や人材育成も	
● 文化 スポーツ 特技	31
文化・芸術・スポーツなどの普及や支援活動。特技や経験を生かした地域貢献活動	
INDEX／索引	35

〔連絡先〕が記載されていない団体へのお問合せは、
いたばし総合ボランティアセンターまでご連絡ください。

TEL:03-5944-4601 FAX:03-5944-4602
メール:info@ita-vc.or.jp

誰かの困りごとが、誰かの可能性を発揮する

Arch

活動内容

地域住民の誰もが気軽に立ち寄ることができるコミュニティカフェが併設されたデイサービス「キーステーション」を交流拠点に様々な活動をしています。



いくつになっても、介護が必要になっても、お互い支え合い生きていく。子どもから高齢者まで集まり安心できる地域の拠点となる場所です。



日時 毎週月～金曜日 9:00～17:00
(年末年始を除く)
場所 デイサービス キーステーション
発足年月 2019年6月
会員数 30名
代表 中里 芳浩
住所 板橋区桜川 3-12-5 アソルティ上板橋203
キーステーション
連絡先 090-8310-8243
メール nakazato-ysh@keystation.city

皆様と共に楽しいひとときを！

歩みの会

活動内容

童謡、歌謡曲、懐メロ、演歌、三味線、ハーモニカ、ギター演奏、かっぽれ、新舞踊、南京玉すだれ、マジック、漫談、リズム着付けなど、多彩な演目でデイサービス施設中心に活動しています。



昔の童話や昭和歌謡などのリクエストにお答えしています。



日時 不定期
場所 デイサービス施設、ふれあい館(志村)
発足年月 2012年9月
会員数 18名
代表 戸川 朱美
住所 板橋区高島平 9-1-5-405
連絡先 03-6316-7254

高齢者 介護予防 介護家族

作って楽しい遊んで楽しい
布の絵本♪
板橋・てのひらの会

活動内容

布絵本の製作[フェルトやボタン、紐などを使い、子供たち・大人も触れながら遊び、読める布の絵本]



手ざわりや暖かさ、布絵本ならではの、の感触を楽しんでください。愛情をこめた布絵本は区内福祉・教育施設に寄贈しています。



日時 毎月第1土曜日、第2・4火曜日
13:30～15:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2012年2月
会員数 20名
代表 岡田 美枝子
メール ookinakabu.mieko@ezweb.ne.jp

一人で抱え込まないで！
板橋介護家族と
サポートボランティアの会

活動内容

介護情報の交換、介護相談会、介護電話相談、介護家族懇親会



高齢者を介護している方、介護している方をご存知の方、ぜひ、当会までご連絡ください。



日時 毎月第3火曜日 10:00～15:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2002年11月
会員数 150名
代表 内田 和正
住所 板橋区仲町 30-1
連絡先 090-4134-7077

家族の介護をしている方の交流や
学習の場を提供しています
いたばし介護者支援サロン

活動内容

介護の知識と経験のあるメンバーが、運営しているサロンで、会員、参加者が茶話会、学習会などで交流しています。



当サロンで介護仲間を作りませんか？
入退室自由です。会員同士が意見を出して
語り合えます。

日時 毎月第2土曜日 14:00~17:00(8月は休み)
場所 上板橋まもりん坊ハウス(上板橋1-26-8)
発足年月 2014年5月
会員数 8名
代表 尾門 逸子
HP <http://itabashikaigosyasien.hatenablog.com/>
連絡先 090-7198-9754
メール mokamimokami@yahoo.co.jp

元気な高齢者の団体です
**板橋区高齢者スポーツ大学
同窓会**

活動内容

ボウリング(西台トミコシ)、ゲートボール、グランドゴルフ
(小豆沢野球場)、ハイキング、卓球(区内体育館)、吹矢。



スポーツを通して運動不足を解消しましょう！

※「高齢者スポーツ大学同窓会」とは、板橋区高齢者スポーツ
振興事業の一つである「高齢者スポーツ大学」の修了者によ
る自主活動グループです。

日時 月~金曜日(午前中) ※活動内容による
場所 区内施設等
発足年月 1982年1月
会員数 356名
代表 大谷 正子

みんなの健康長寿を応援します！
**いたばし鍼灸マッサージ
推進機構**

活動内容

区内在住在勤者の健康寿命延伸に貢献するため、はり師、
きゅう師、あん摩マッサージ指圧師が技術・知識を共有し、
健康講座や認知症サポーター養成講座を開催しています。



人の人生に寄り添い
ながら、一人一人の心身
全体の状況に合わせて
健康を支援します。



日時 随時
場所 区内
発足年月 2016年2月
会員数 17名
代表 田村 憲彦
住所 板橋区赤塚3-37-16-103 田村はり治療院内
連絡先 03-6795-4189

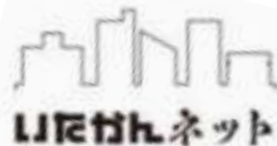
マンション管理組合における健全な運営を支援
**板橋マンション管理組合
ネットワーク**

活動内容

マンションのお悩みごと、
何でもご相談ください。



毎月第1木曜日にボラセンにて連続座談会
を開催しています。また年2回の交流会の実
施や広報紙の発行にも注力しています。



日時 毎月第1木曜日、第2金曜日
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2003年6月
会員数 44名
代表 成島 圭子

動物介在活動をボランティアの飼い主も一緒に楽しもう 板橋ワンニャンサークル

活動内容

主に犬を連れて高齢者施設、療育医療センター等でふれあい活動を行っています。



私たちのサークルは「動物介在活動」の目的を十分理解したふれあい活動を行っています。



日時 2021年は調整中
場所 前野高齢者在宅サービスセンター
都立北療育医療センター
発足年月 2000年4月
会員数 12名
代表 事務局 鈴木 美枝子
HP <https://itawnc.wixsite.com/itabashiwan2>

みんな笑顔で元気よく

1・2の3歩の会

活動内容

板橋区「10の筋トレ」をしています。活動中のおしゃべりでは、近況報告などでなごんでいます。



週に一度、ゆっくり集まって体操しています。一緒に体を動かしませんか？



日時 毎週火曜日 13:30~14:30
施設が利用できない場合は休止や振替
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2020年
会員数 6名

いつまでもいきいきと社会参加を！

ウインターズ

活動内容

老人ホームでの喫茶サービス(コーヒー・紅茶)、自主活動として、公園の清掃、動物園でのサービスガイド、福祉の森運営等を実施しています。



老人ホームでのボランティア活動は、人のお役に立てること、喜んでもらえることを実感します。



日時 毎月第4火曜日 13:00~16:00
場所 特別養護老人ホームみどりの苑
(前野町5丁目)
発足年月 2013年5月
会員数 9名

お達者体操は介護予防と認知症予防も兼ねた体操です お達者手帳クラブ

活動内容

歌や手話を交え全身を使って介護予防体操・認知症予防体操を行います。



筋力の低下・認知機能の低下を遅らせる体操を楽しく学べます。



日時 会場予約が取れた日の10:00~
場所 仲町地域センター4F 洋室第2ルーム
(仲町20-5)
発足年月 2005年2月
会員数 14名
代表 長島 弘起
住所 板橋区志村1-12-27-1303
連絡先 03-3965-2574
メール muminpapa_bbh1@yahoo.co.jp

ひとりで気兼ねなく、
コーヒー片手に過ごせる居場所
喫茶ひとりじかん

活動内容

『喫茶ひとりじかん』は地域の高齢者が安心して本格的なコーヒーを楽しみながら、ひとりで気軽に過ごせる「居場所」で、個々がより豊かな「ひとり時間」を過ごすことで生きがいをもって日々を送れるよう支援するための新たなレクリエーションです。



レクリエーション介護士の資格を持つ2名で活動しています。地域参加の仕組みをつくることを目的としています。



日時 不定期(HPをご覧ください)
場所 MUJicom 光が丘ゆりの木商店街など
発足年月 2019年6月
会員数 2名
代表 岩間 洋介
HP <https://kissahitori.tumblr.com/>
メール kissahitori@gmail.com

話そうよ！
思いを伝えるその言葉
傾聴ボランティアいたばし

活動内容

板橋区を中心に、高齢者施設・病院などへの訪問傾聴や、年齢性別を問わずどなたでもご利用いただける傾聴サロン、電話傾聴(もしもし傾聴・電話でおしゃべり20分♪)、アロマセラピー、傾聴コミュニケーション講座などを実施しています。



当たり前の日常のありふれたお喋りから、疲れた心を癒すまで…
私たちは常に相手に寄り添う傾聴を行っています。



傾聴 **いたばし**
ボランティア

日時 毎月1回 定例会・勉強会を実施。
各活動についてはお問合せください。
場所 施設・病院
いたばし総合ボランティアセンター
まもりん坊ハウス 等
発足年月 2016年2月
会員数 13名
代表 あらい 淑禾
HP <https://keichoitabashi.jimdoofree.com/>
連絡先 080-3084-4638
メール keichoitabashi@gmail.com

私どもを待っている方々の
笑顔がたくさん作ろう！
傾聴ボランティア「こだまの会」

活動内容

会員が個人宅を訪問し、対面・電話傾聴活動を実践する。いたばし総合ボランティアセンター主催「電話でおしゃべり20分♪」に毎月数名で参加。偶数月に定例会開催によりスキルアップを図る。



当会で一緒に活動しませんか？講師を招いた勉強会やメンバーによる情報交換会で傾聴力向上！見学OK！



日時 定例会は偶数月の第2火曜日
13:30~15:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2009年4月
会員数 26名
代表 祢津 喜久子
住所 板橋区加賀 1-15-6-702
連絡先 03-3964-4797
FAX 03-3964-4797

元気で100歳の朝を迎えよう
げんき100！

活動内容

季節に応じてバラエティーに富んだメニューで、なかでも介護予防に力を入れて楽しく活動しています。また、毎回、童謡・唱歌なども歌います。お気軽にご参加ください。



体操や趣味活動を通じて、心身ともに健康で過ごしていくことを目的として活動しています。



日時 毎月第1木曜日 10:00~11:30
場所 大谷口北町集会所
発足年月 2002年4月
会員数 20名
代表 安藤 一恵

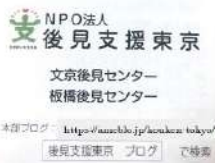
成年後見制度の普及に取り組みます
NPO法人後見支援東京

活動内容

成年後見サロンを毎月2回開催しています。文京後見センターは知的障がい者施設を毎月訪問し、文京区社会福祉協議会の諸活動に協力しています。



熱意ある者たちの集まりです。市民後見人としてお役に立てる存在となるべく努力しています。



日時 通年
 場所 板橋区内、文京区内
 発足年月 2013年6月
 会員数 10名
 代表 奥村 憲一
 HP ブログ
<https://ameblo.jp/kouken-tokyo/>
 住所 文京区春日2-14-6(本部)
 連絡先 03-3812-3082
 メール koukenshien@yahoo.co.jp

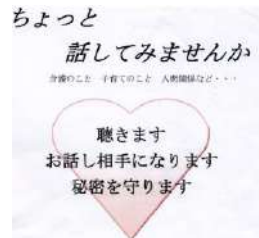
傾聴と茶話会でちょこっと話してみませんか？
 お聴きいたします
聴の会

活動内容

日頃、誰にも言えない…でも聴いて欲しい、何か話したい、話し相手がいてくれたら…そうしたあなたの気持ちをうけとめて、誠実にお話をお聴きします。



答えが出なくても話すことで気持ちの整理がついたり、気が楽になったりしていただければ、限らない喜びです。



日時 毎月第3水曜日 13:30~16:00
 場所 いたばし総合ボランティアセンター
 発足年月 2014年6月
 会員数 5名
 代表 渡邊 恵美子

みんなで楽しみながら手芸ボランティア
手作りの会 しあわせ

活動内容

手芸ボランティアを基本として活動しています。特別養護老人ホームでの裁縫ボランティア。作った作品は、区民祭りのイベントで販売し、一部を社会福祉協議会に寄付しています。



高齢者のメンバーが多いので、おしゃべりをしながら、のんびりと手芸を楽しんでいます。イベント出店も製作の励みです。



日時 毎月第3水曜日 10:00~14:00
 場所 いたばし総合ボランティアセンター
 特別養護老人ホーム みどりの苑
 発足年月 1993年1月
 会員数 15名
 代表 森 道子

詩吟を吟じてみよう！
ピア詩吟会

活動内容

老人ホームを訪問して詩吟を一緒に楽しんでいます。



歌謡、民謡入り詩吟を楽しみましょう



日時 月曜日 13:00~
 場所 いたばし総合ボランティアセンター
 発足年月 2013年8月
 会員数 6名
 代表 大原 和子

穏やかに過ごすひとときを大切にしています

NPO 法人
福祉ボランティアコモンズ

活動内容

定例食事会(月2回)、認知症カフェ(月1回)、手づくりサークルなどもあります。



長年住み慣れた地域で、安心して穏やかに過ごせる居場所を目指しています。



日時 月7回
場所 福祉ボランティアコモンズ事務所
(蓮沼町 16-11-104)
発足年月 2001年12月
会員数 30名
代表 此村 未松
HP <https://ciohks.jimdofree.com/>
連絡先 03-3967-8419
メール commons@biscuit.ocn.ne.jp

やっぱりいいネ。皆してうたいましょう。

ホロホロ15

活動内容

ウクレレを弾いて、一緒にうたいます(高齢者施設)



大きな声でかつての歌を歌いましょう
(もやもやがとんでいきますよ)



日時 平日不定期 午後1時間程度
場所 小茂根の郷
発足年月 1998年10月
会員数 8名
代表 関根 文子
住所 板橋区小茂根 4-19-13
連絡先 03-3955-1259

“笑顔は魔法の鏡”の言葉どおり

本町このゆびと～まれ

活動内容

おしゃべりをしながら、健康体操講座等を楽しむ時間としています。



月1回第4金曜日に健康体操講座等、四季折々活動しています。



日時 月1回 第4金曜日
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2016年12月
会員数 20名
代表 西山 周子
住所 板橋区本町 14-7
連絡先 090-5314-0753
FAX 03-3961-9043

脳を生き活きさせよう

NPO 法人
みんなの広場ひびき

活動内容

毎回、楽しいイベントと脳トレ、そして10の筋トレ。楽しく汗を流した後は、みなさんで会食です。



イベントは、書道、手話、手芸、料理、様々な学習会など毎回飽きずに楽しめます。お話も弾み和やかな雰囲気です。



日時 毎週火・木曜日 10:00~13:00
場所 徳丸 3-1-4 竹内ビル、徳丸 6-13-18
発足年月 2018年10月
会員数 65名
代表 秋元 すがよ
HP <https://hiroba-hibiki.com/>
住所 板橋区徳丸 6-13-18
連絡先 03-6313-6356
メール info-mail@hiroba-hibiki.com

「笑顔で長寿」笑って生きよう

NPO 法人
ゆずり葉

活動内容

毎日がサロン・健康長寿 100 万歳・10 の筋トレ・
認知症カフェ・皆で食べると美味しいね 550 円ランチ・
子供の居場所作り募金活動等・
箸を使って、脳トレをしながら級・段に挑戦しましょう



誰もが主役になり手
を取り合う。そんな居
場所を、居酒屋笑い処
を借りて行っています。



日時 毎週月・火曜日 11:00～
毎週金・土・日曜日 13:00～
場所 笑い処(居酒屋) 高島平 8-4-8
発足年月 2014 年 9 月
会員数 102 名
代表 齊藤 敦子
HP <http://yuzuriha-takashimadaira.com/>

参加者一人ひとりが主役です

ロンポワン地域福祉を考える会

活動内容

月 1 回のコミュニティサロンはランチを挟んで、さまざま
なプログラムを行っています。週 1 回のミニサロンは、体
操や歌声喫茶、大小気楽なお話し合いができる場です。車
椅子の貸出や地域のイベント参加などもしています。



高齢者が増えた地域社会で、住民同士が触
れ合い、支え合うコミュニティです。健康長寿を
目標にして活動しています。



日時 毎月 第3月曜日 10:00～14:00
毎週 木曜日 10:30～12:00
場所 サンシティ A 棟集会所 中台 3-27-1
発足年月 1991 年 10 月
会員数 約 60 名
代表 吉村 英子
住所 中台 3-27-1

笑いじわのできる地域活動でありたい！！

板橋区肢体不自由児者父母の会

活動内容

定例会、日帰りバスハイク、新春のつどい等、行政への要望書提出など。



同じ悩みを共有しています。みんな集まって笑顔で活動しています。福祉増進のために。

日時 年 7 回
 場所 主に板橋区立障がい者福祉センター
 発足年月 1958 年 3 月
 会員数 111 名
 代表 藤井 亜紀子
 住所 板橋区高島平 2-26-4-309
 連絡先 03-3559-5380
 FAX 03-3559-5380

ダウン症をもって生まれてきた人たちのことを
 もっと知ってほしい！

板橋区ダウン症児・者親の会 「ほほえみの会」

活動内容

「乳幼児部」、「学童部」、「青年部」と、年齢で分かれて活動しています。また、「おしゃべり会」や様々なイベント、保護者等を対象に勉強会やセミナーも行っています。



昭和 61 年に保健師さんと保護者によって設立され、ダウン症を知っていただくための啓発活動も行っています。



日時 不定期
 場所 板橋区立障がい者福祉センターほか
 発足年月 1986 年 11 月
 会員数 130 名
 代表 齊藤 明子
 HP <https://itabashi-hohoeminokai.jimdosite.com>

障がい 当事者団体 支援団体



知的障がいのある人の
 家族および支援者の会

板橋区手をつなぐ親の会

活動内容

障がい児者の幸せを願う親の思いを基本に、障がいのある一人ひとりの人格と意思を尊重し、あらゆる分野に参加する機会を得て、主体性をもって生活を送ることができるよう、それぞれの自立に向けた活動をしています。



保護者や関係者向けの研修会、施設見学など、また、親子で参加できるイベントも行っています。親同士のつながりはとても心強く安心していろんなことが話せます。子どもたちのこと、一緒に語りあいましょう。



日時 不定期(広報誌・HPを参照ください)
 場所 活動による(広報誌・HPを参照ください)
 発足年月 1956 年 4 月
 会員数 440 名
 代表 渡邊 理津子
 HP <http://oyanokai-ita.com>
 連絡先 080-5540-0637
 メール tewotsunagu@ezweb.ne.jp

難病のあなたへ

板橋区難病団体連絡会

活動内容

①総会・記念講演②要望・陳情活動③「板橋区難病者の集い」開催④「デイサービスおむすび」の利用⑤板橋区の行事に参加⑥ピアカウンセリングの開催



私たちは難病患者とその家族が病気を乗り越えるために手をつなぎます。力を合わせ支え合い、励ましあって会を運営しています。

日時 毎月第 3 日曜日 14:00~15:00
 場所 板橋区立障がい者福祉センター、ファミレス
 発足年月 1996 年 11 月
 会員数 70 名
 代表 糸賀 久夫
 HP <http://www.itananren.jp/>
 住所 板橋区板橋 1-4-7-15-305
 連絡先 03-3579-6558
 メール itogatry@gmail.com

日々の生活に明るさを取り戻そう！ 板橋区中途失聴・難聴者 シュワシュワの会

活動内容

何らかの原因で耳が聞こえなくなった方、聴力が落ちて聞こえ難くなった方…、当会は中途失聴者・難聴者向けの会です。月1回の定例会、手話学習やBBQ交流などを開催しています。



聞こえの障害は見てわからないため、なかなか理解してもらえません。視覚でのコミュニケーションで生活に明るさを！



耳マーク

日時 毎月第3土曜日 13:30~15:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2006年
会員数 約20名
代表 江尻 智行
メール tomprize@gmail.com

失語症会話パートナーとゆっくりとお話しませんか？

板橋失語症会話パートナー 「笑顔」

活動内容

失語症の方が安心してお話しできる場として、サロン「朝顔」ほか数か所のサロン、失語症の方の自主グループを各所で開設し、「笑顔」の会話パートナーが支援・運営を行っています。



失語症はなかなか理解してもらえない障がいです。会話パートナーが寄り添い、一緒に会話を楽しんでいます。



日時 サロン「朝顔」
毎月第3月曜日 13:30~15:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2003年4月
会員数 78名
代表 浜 世津子

失語症者と支える人々が交流しながら失語症への理解を深める社会啓発を行っています

板橋失語症虹の会

活動内容

月2回定例会開催。「虹の会便り」発行。都失語症者向け意思疎通支援者養成講座実習生受入。板橋区失語症会話パートナー養成講座実習生受入。



虹の会で、失語症を理解する人を増やす活動に加わりませんか。きっと、あなた自身にも役立つことでしょう。

日時 毎月第1・3金曜日
場所 板橋区立障がい者福祉センター
発足年月 2003年3月
会員数 45名
代表 小國 富喜夫
住所 板橋区大谷口2-64-6 本山千恵子宅
連絡先 03-3974-7344
FAX 03-3974-7344

点字学習を楽しく続けましょう！

板橋点訳サークルてんてん

活動内容

書物等の点訳点字印刷のボランティアをしています。また、区内小中学校での総合学習の指導をしています。



新たな点訳に応じるため、学習会で勉強し、みんなで情報共有しています。書物等の点訳を通して、漢字の意味や難しい地名等の読みも学んでいます。

日時 毎月第2・4木曜日 18:30~20:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 1975年3月
会員数 15名
代表 松尾 美和子

盲ろう者の自立と社会参加 板橋盲ろう者の会

活動内容

月1回の交流会開催、盲ろう者のコミュニケーション方法を学ぶため「コミュニケーション教室」開催



盲ろう者の支援者が、相互の交流を通じて、盲ろう者の自立支援と社会参加を促進することを目的としています。



日時 毎月第3水曜日
13:30~15:30 16:30~18:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2000年6月
会員数 正会員5名 賛助会員約70名
代表 川崎 美知夫
住所 板橋区相生町 23-2-601
連絡先 03-5399-5270(FAXのみ)

誰でも気軽に話せる「こころ休まる」ところで こころのフラット

活動内容

こころのおくに「悩みや悲しみ」をおもちの方とお茶を飲みながら、会員や参加者同士の会話を通して、毎日明るく、楽しく過ごせるよう、お手伝いしています。



10年以上の活動を続けております。
悩みをおもちの方の立場で、お話をお聴きしています。
会員は板橋区心の健康サポーター講座修了者で、常に自己研鑽に励んでいます。



日時 毎月第1火曜日(1月はお休み)
14:00~16:30
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2008年2月
会員数 13名
代表 桜井 敏夫
連絡先 080-5412-9960

ネットワーク OI 特定非営利活動法人 骨形成不全症協会

活動内容

本人・家族、医療関係者など多くの人々に対して、骨形成不全症の広報啓発、調査研究、国際交流などの事業を行い、社会全体の利益に貢献することを目的としています。



OIに関する情報交換を目的としています。オンラインでの交流の場やイベントを企画しています。多くの方の参加大歓迎です。



日時 随時
場所 板橋区富士見町 25-2
発足年月 1994年7月
会員数 374名
代表 河村 進吾
HP <http://www.network-oi.com>
連絡先 03-3961-1985
メール info@network-oi.com

聴覚障がい者との コミュニケーションを大切に 手話グループ

活動内容

手話学習(自己研鑽)、基礎単語、短文手話表現、新しい手話表現等の学習をしています。

日時 毎週木曜日 10:00~12:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2002年6月
会員数 11名
代表 あきもと のぼる

支援を必要とする人の地域生活を考える 板橋福祉のまちをつくろう会

活動内容

「年齢を重ねてもハンディがあっても、当たり前で暮らせる板橋をつくりたい」と願う人たちが集まり、学習・調査・研究を行い、毎年地域福祉シンポジウムを開催しています。地域福祉ガイドブックを発行する予定です。



どなたでも参加できます。
新しいつながりができます。
新会員を歓迎します!!



日時 原則毎月第1木曜日
場所 常盤台 3-27-12(ときわの杜内)
※会場についてはお問合せください
発足年月 1990年4月
会員数 30名
代表 白井 良夫、勝沼 深、塩尻 輝雄(共同代表)
住所 板橋区常盤台 3-27-12(ときわの杜内)
連絡先 03-5939-8994

和気あいあい、楽しい仲間たち いたばしボランティアグループ キンコンカン

活動内容

タバコの落ち殻拾い活動(毎月1回)/特別養護老人ホームみどりの苑喫茶コーナーでの活動(毎月1回)/いたばし結まつりへの参加(毎年)



ボランティア活動とあわせ、飲み会、食事会、散策等盛りだくさんです。一緒に活動してみませんか。

日時 第3土曜日 9:00~10:00(落ち殻拾い)
第3火曜日 13:00~16:00(喫茶コーナー)
場所 区内都営三田線 11 駅周辺
特別養護老人ホームみどりの苑
発足年月 2011年4月
会員数 12名
代表 村石 貢一・村上 慎一(共同代表)

共に生きみんながハッピーなまちづくり SDGsいたばしネットワーク 大谷口・桜川・仲町ブロック

活動内容

- ・SDGs学習会及び地域交流会
- ・ボランティア互助輸送運行
- ・生活支援サービス



SDGs17 目標に基づく学習会で地域課題を掘り下げ、解決への行動を起こす! ボランティア互助輸送を実証実験から本格運行へ!!



日時 毎月第1土曜日(原則)
場所 コーシャハイム向原コミュニティサロン
発足年月 2019年11月
会員数 16名
代表 上杉 博史
住所 板橋区大谷口北町 67-1
連絡先 03-3974-3036(林)
FAX 03-3974-3036(林)

「耐震」を通じて持続可能な社会「SDGs」へ貢献 NPO 法人 日本耐震防災事業団

活動内容

- ①耐震診断②耐震防災の観点からの地域安全化の活動
- ③耐震防災の啓発④安価な耐震工法の技術改革
- ⑤耐震プランナーの育成



行政の下支え、身近な相談窓口、資金計画、補助金申請支援、技術指導



日時 365日/年
場所 事務局:板橋区上板橋 2-24-6
※関東近県伺います
発足年月 2001年3月
会員数 900名
代表 小口 悦央
HP <http://www.nittaihou.jp>
連絡先 03-3559-7221
メール info@nittaihou.jp

「地域と共にこれまでもこれからも」
～SV 板橋結成 30 周年に向けて～

ボランティアグループSV板橋

活動内容

板橋区内で主に「ハンドベル活動」(交流とふれあい)や「落ち殻」(落とされている吸殻の除去)などを展開しています。「落ち殻」は区からの公認事業となりました。18名の会員や会友の方々と楽しく進めています。



「ハンドベル」演奏は福祉施設や各種イベントで人々とのふれあいを行います。「落ち殻」は路上に投げ捨てられている吸殻を拾い集めポイ捨て防止を呼びかけます。皆さんもお気軽に「SV板橋」にご参加ください。



日時 毎月第2土曜日 9:30～定例会→各活動
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 1996年4月
会員数 会員18名 会友1名
代表 松本 和夫
連絡先 03-3964-1491
メール Kazu0811kazusann0811@r9.dion.ne.jp

自分らしく暮らせるまちを、みなさんと
一緒に育てていきたいと思えます

みんボラ・いたばし

活動内容

多様な世代、人が出会い、ともに語り、それぞれが気づいたことを行動に移すきっかけを作り、そのような自主的、主体的なボランティア・市民活動を支えることを通して、誰もが希望を持てる社会を目指していきます。



民間の中間支援組織です。「みんボラ」の「みん」は、みんなのため・みんなでやろう・民間の「みん」。中間支援は「地域や社会に希望の花を咲かせる大地を耕すお手伝いをする。」お手伝い希望の方はお問合せください。



日時 毎月第1水曜 19:00 定例会
不定期に学習会
場所 いたばし総合ボランティアセンター
地域センター、グリーンホールなど
発足年月 2019年7月
会員数 20名
代表 齋藤 博
SNS Facebook
メール mv.itabashi@gmail.com

心にホッと一息。 一緒に WakuWaku しませんか？ WakuWaku サロン

活動内容

毎月アルバムづくり、クラフト、アート、健康、子育てに関する様々なイベントを開催しています♪ママやパパ、子ども達の居場所になるような、ちょっと生活が楽しくホッとできるようなサロンです。



どのイベントも、初めての方でも大丈夫。お一人で、お子さんやお孫さんと、お気軽にご参加ください(*^-^)/\(^-^*)「WakuWaku サロン 板橋区」で検索を!



日時 不定期
場所 蓮根駅周辺
(集会所、ロータスホール、地域センター)
発足年月 2015年
会員数 10名
代表 塩澤 美由紀
SNS <https://www.facebook.com/waku2salon/>
<https://www.instagram.com/waku2salon>
メール waku.waku.salon2019@gmail.com

ひきこもりの生きづらさを和らげる活動 生きづらわーほりプロジェクト

活動内容

毎月1回、ひきこもり当事者・経験者で就労している方や就労の話に興味がある方々が集まり、日頃の想いをみんな対話し共有するイベント「こやど」を開催しています。オンラインで、ラジオ感覚で話を聞く「ヒルトーク」、当事者・経験者が企画・運営側となり多様な場づくりを行う「ゆ～る links」等の活動を行っています。



日頃孤独を感じているひきこもり経験者・当事者の方、ここに来て一緒に気持ちを分かち合いませんか？みなさんにとってここが癒しの場になればという想いで活動しています。



日時 「こやど」毎月第2火曜日 19:00～21:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2016年7月
会員数 1名
代表 富安 義樹
HP <https://ikizura-wh.jimdofree.com/>
SNS Twitter・Facebook
メール zurahori@yahoo.co.jp

板橋の郷土史を楽しく勉強する会です いたばしまち博友の会

活動内容

- 1.古文書の解読・郷土史勉強会・史跡めぐり
- 2.板橋区教育委員会が行う文化財公開の解説ガイド
- 3.会報の発行



2022年は会創立35周年にあたります。また、2017年には桜井徳太郎賞郷土文化賞を受賞しました。



日時 資料研究会 毎月1回、史跡めぐり 年5回、郷土史勉強会 年3回他
場所 まなぼーと成増、郷土資料館他
発足年月 1987年7月
(区教育委員会主催の所定講座修了者により結成)
会員数 約50名
代表 江口 清(会長)
住所 板橋区中台 3-27 H-1602
連絡先 03-3559-0778

社会教育

平和/人権



あいキッズの子ども達に、AED体験講習会を開いています。

NPO 法人 AED無料設置 普及推進協議会

活動内容

東日本大震災支援活動を行ってきましたが、10年を過ぎ、現在は、小学校あいキッズの子ども達に、人形を使ったAED体験講習会を用いています。



AED体験講習会は依頼があれば、どこにでも伺いますので気軽に連絡ください。



日時 常時
場所 板橋区常盤台 1-38-9
会員数 10名
代表 飯田 勝洋
住所 練馬区田柄 2-37-25
連絡先 090-3089-4455

生活の向上、女性の権利、子どものしあわせのために力をあわせます

新日本婦人の会 板橋支部

活動内容

サークル活動、男女平等、消費者問題、NO₂、放射線量測定、環境についての学習、平和のための署名活動



全国に班、要求サークルがあり、くらし、子育て、平和など、女性の願いで行動しています。「新婦人しんぶん」を週刊で発行。国連 NGO として世界の女性と交流しています。

日時 不定期
場所 区内地域センター、集会所
まなぼーと大原・成増、各駅、公園
発足年月 1962年10月
会員数 832名
代表 山内 朋子
住所 板橋区双葉町 36-6 あーちぷらざ 3F
連絡先 03-3961-6589
メール s-fujinn-itabasi@athena.ocn.ne.jp

セカンドライフを元気に楽しく

虹の会

活動内容

会員が、地域でのボランティアな活動を通じて、地域社会に貢献するとともに、会員相互の親睦ならびに情報交換を通じて、セカンドライフの充実を図って行けるよう勉強会やイベント等を開催しています。



平成 25 年度第 7 回シニアのための地域入門講座を受講した参加者有志の会として、折角同じ講座に参加して出会った縁を大切に、交流を続けながら、元気に楽しく年を重ねていきたいと願いながら活動しています。



日時 4月・7月・10月・1月に定例会を開催
場所 いたばし総合ボランティアセンター 他
発足年月 2014年4月
会員数 19名
代表 福手 美喜

もったいないから、おせっかいしておすそわけ

フードバンクいたばし

活動内容

様々な理由で、まだ食べられるにもかかわらず、処分されてしまう食品「食品ロスと表現されています」を、食べ物に困っている施設や団体に届ける活動。



食品ロス解消の活動が、そのままコロナ禍等で苦しむ方々の為の活動になります。持続可能な活動を行っています。宜しければ。



日時 平日 9:00~17:00
場所 前野町 5-41-5 昌玲寺内
発足年月 2017年3月
会員数 50名
代表 藤村 行一
住所 板橋区前野町 5-41-5 昌玲寺内
連絡先 03-3965-2780
HP <https://foodbankkitabashi.jimdofree.com/>

「学び合い 舟渡に繋がる 大きな輪」

まちの学校舟渡

活動内容

2015年開校以来、舟渡町・蓮根町の子ども達と大人が様々なテーマで、協働学習を実施してきました。学習効果を高める為にイベント開催の時は、部外の講師をお呼びしております。



私たちの団体は、地域に関係なく、どなたでもいつでも参加できます。自分の意見を言う・人の意見を聞く・みんなで創ることを、モットーにしております。お気軽に参加してください。



日時 毎月第4水曜日 18:30~
場所 舟渡ホール
発足年月 2015年2月
会員数 22名
代表 山崎 洋子
FAX 03-3966-1681
連絡先 090-4742-5785
メール hothot.yo-ko.vv@docomo.ne.jp

四季折々の変化を楽しみながらみどりを守る いたばし環境ボランティア 「みどりの手」

活動内容

- 都立赤塚公園城址地区斜面の手入れ活動
- ・雑木林復活プロジェクト
- ・区の花ニリンソウ保護活動協力
- ・ジロボウエンゴサク、ギンラン、ウラシマソウ等、野草の保護活動



四季折々の植物や自然の手入れを楽しみながら行っています。



日時 第4日曜日 10:00~12:00
 場所 都立赤塚公園赤塚城址斜面
 発足年月 2007年4月
 会員数 20名
 代表 飯島 弘
 住所 板橋区中板橋 3-9 飯島気付
 連絡先 080-1182-1610(飯島携帯)
 メール h-iiijima@peach.ocn.ne.jp

歴史を学びながら、地域を愛しきれいにしよう

板橋石神井川クラブ

活動内容

- ・月1回土曜日の朝、石神井川沿いの清掃
- ・半年に1回のファミリークリーンイベント
(石神井川沿いを清掃しながらの、楽しいスタンプラリー)
- ・不定期での勉強会



世代を越えて、地域を愛し歴史を学ぶコミュニティです。どなたでも気軽にご参加ください。



日時 月1回土曜日(基本第2か第3)9:30~
 場所 板橋(区の由来の橋)から石神井川沿い
 発足年月 2017年3月
 会員数 名10名
 代表 榊田 俊雄
 HP <https://nakajuku-syakujiigawaclub.jimdosite.com/>

環境保全 リサイクル

身近な野草や生き物と友だちになろう いたばし水と緑の会

活動内容

身近な自然を取り戻す活動をしている。
①赤塚城址で、生き物達の草原(バッタ広場)と池(トンボ池)をつくり維持管理している。②区立公園の自然(崖線樹林地)の観察。③自然情報誌「みずみどり」を隔月発行している。



きれいに掃除してしまうと生き物はすめません。私たちは、公園の片隅に手作業で草や木を程々に刈り、生き物達の暮らしを守りながら、その出会いを楽しんでいます。

日時 第1・2日曜日、第4土曜日
 10:00~11:30
 場所 赤塚城址、赤塚ため池公園、日暮台公園
 発足年月 1997年4月
 会員数 33名(2020年度)
 代表 瀬田 政江
 住所 板橋区前野町 5-31-7 瀬田方
 連絡先 090-1423-9894
 HP <http://mizumidori2.eco.coocan.jp>

地球環境と人々の暮らしを守る
国際環境 NGO
認定 NPO 法人

FoE Japan



活動内容

地球上のすべての生命(人・民族・生物・自然)が互いに共生し、尊厳をもって生きることができる、平和で持続可能な社会を目指し、脱原発・エネルギーシフトを実現するための活動の他、気候変動や途上国での大規模開発による環境・人権問題への取組みなど、幅広く政策提言活動を行っています。



社会をどのように変えていくかは、私たち一人一人の選択にかかっています。未来の地球のために今なすべきことを、提言・発信していきます。

日時 平日
 場所 FoE Japan 事務所
 発足年月 1980年1月
 会員数 450名
 代表 ランダル・ヘルテン
 HP <https://www.foejapan.org/>
 Twitter, Instagram, Facebook
 YouTube
 住所 板橋区小茂根 1-21-9
 連絡先 03-6909-5983
 メール info@foejapan.org

環境出前講座、ワークショップ、EA21 活動
NPO 法人
東京城北環境カウンセラー協議会
板橋部会

活動内容

地域社会に密着して自ら環境保全活動に取り組むとともに、助言、指導、支援



地域住民ならびに事業者(企業)、教育・行政機関、団体等に対する環境保全活動



日時 随時
場所 東京都内
発足年月 2001年3月
会員数 10名
代表 我田 美福
住所 板橋区高島平 3-10-1-715
HP <https://itbs-ecopo.jp/event/known/post-22885/>
FAX 03-3975-8267

ゆっくり、じっくり楽しく活動しています

にりんそう 5

活動内容

年4回例会(集い)を開催。例会では外部から講師をお招きしたり、グループ内から講師を立てて健康、環境問題、民生委員制度等、身近なことについて多岐にわたり認識を深めています。またお花見や都内及び区内の名所巡り、ハイキングを開催して楽しんでいます。情報交換を通じてお互い視野を広げております。



自由闊達な雰囲気の中で活動しています。集いに参加するかどうかは自由です。集い終了後は毎回懇親会を行っております。みなさんからのご意見要望をくみ取り活動しています。



日時 4月、7月、10月、1月に例会開催
場所 主に区内の集会所
発足年月 2012年5月
会員数 21名
代表 小野澤 博

豊かな自然が続くように
海の声が届けていきたい

NPO 法人
水未来人(みずみくにん)

活動内容

『水を通じて人も地球も元気になる』を合言葉に、自然と人との調和を大事に海辺の環境教育・自然体験活動を行っています。



『海！お届けします』
“漂着物を使った工作教室”など、街にいながら自然の楽しさを感じられるプログラムを通年開催しています。出張講座も致します。実際の海でのプログラムは伊豆半島などで行っています。



日時 不定期
場所 板橋区内、伊豆半島
発足年月 2014年6月
会員数 5名
代表 矢作 裕子
ブログ <http://mizumikunin.blog.fc2.com/>
連絡先 090-8949-3718
メール mizumikunin@gmail.com

夏を涼しく、
緑のカーテンのある暮らしを広めよう

NPO 法人
緑のカーテン応援団

活動内容

緑のカーテンハンドブック配布/講演・講習会、ワークショップ開催および開催支援/自宅・学校・職場での緑のカーテン実施および実施支援/CSR サポート/全国緑のカーテンフォーラム開催/緑のカーテン東京フォーラム開催/「仮設住宅×緑のカーテン」プロジェクト実施



「自分たちの学校は、自分たちで涼しくしよう！」をテーマに小学校での応援をスタート。学校、家庭、地域で取り組める地球温暖化防止活動として全国へ広め、また、東日本大震災後、各地の仮設住宅へ緑のカーテンをお届けしています。



日時 随時
場所 全国各地
発足年月 2007年1月
会員数 正会員 33名
賛助会員(個人)2名(団体)22団体
代表 鈴木 雄二(理事長)
住所 板橋区東坂下 2-8-1
榊タニタハウジングウェア内
連絡先 03-3968-1455
メール midorinoka-ten@livlan.com

足腰を鍛え、楽しい仲間づくり
板橋区フォークダンス友の会

活動内容

世界の音楽でフォークダンスを踊ります。脳の活性化と体力の向上をめざし、親善の輪を広げていきます。



初めての方でもわかりやすく教えます。リズムに乗って体を動かせば、自然と笑顔が出てきます。初心者大歓迎です。さまざまなイベントにも参加しています。



日時 毎週土曜日 18:30~20:30
第5土曜日は14:00~16:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 1952年
会員数 19名
代表 仁平 栄子

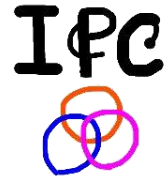
サウンドテーブルテニスを通じて地域での輪づくり
常にポジティブ
いたばしピンポンクラブ(IPC)

活動内容

IPCは視覚障がい者の卓球の強化選手を育成する目的で2014年に結成しました。ボランティアの方には、ボール拾いやボールの軌道の説明、ラリーの相手など、選手の成長に繋がるお手伝いをして頂いています。無理せずして頂くことを最も大切にしています。



オリジナルラケット販売も開始いたしました。



(販売店 URL)
<https://pinpon-kids.ocnk.net/product-list/180>

日時 月2回土曜日(不定期)
場所 板橋区立障がい者福祉センター
発足年月 2014年4月
会員数 12名
代表 礪田 俊一郎

**文化
スポーツ
特技**

多世代交流で「まちの歴史」を再編集する
いたばしものがたりプロジェクト

活動内容

板橋区の「まちの歴史を語る・歩く・描く・食べる」をコンセプトに、郷土史や文学史研究者、公共図書館、飲食店、企業とコラボレーションした多世代で楽しめる地域イベントを企画運営しています。

[題材実績]縁切榎・近藤勇・太宰治 他多数



with コロナ時代ならではの、ネット配信などオンラインを活用した展開を含めて、区外にも板橋の歴史と魅力を積極的に発信していきます。歴史に詳しくなくても歴史イベントが楽しめる・親子でも参加できる、「いたばしものがたり」の強みを活かして活動中。

2021年からは、一緒に活動していただける仲間も年齢問わず募集中!

日時 不定期
場所 板橋区内
発足年月 2018年9月
会員数 5名
代表 トモタ 佳
HP <https://chiiku.info>
メール itabashi@chiiku.info



そばを自分で打って、食べて、感動して、仲間をつくって、生活にうらおいを
江戸流手打ちそば「二・八の会」

活動内容

板橋文化祭でのそば打ち体験のような行政主体の区内催事での講座の開催。福祉施設での訪問出店体験教室。農業まつりへの出店などを通じ、地域の活性化、人との交流を図りながら、江戸流そば文化の普及発展に努めています。



そば打ちは、趣味として奥が深く、家族・周囲にも歓迎され飽きがきません。一緒に仲間をつくって、生活に張り合いを求めてみませんか。

日時 毎月第1土曜日、第3日曜日
9:00~16:00
場所 まなぼーと成増 3F 調理室
発足年月 1998年4月
会員数 40名
代表 安井 良博
HP <http://soba28.blog.jp/>

読み聞かせて
絵本の楽しさと笑顔をお届けします
おはなしフレンズ・いたばし

活動内容

区「シニアの絵本読み聞かせ講座」修了者が、子育て支援施設、児童館、小学校、あいキッズ、図書館、高齢者施設等で、絵本や紙芝居を読み聞かせしています。



定期的にグループで施設を訪問し、楽しく交流しています。勉強会で技術の向上も図っています。板橋区「シニアの絵本読み聞かせ講座」を修了され、一緒に活動してくれる方をお待ちしています。



日時 施設が希望する日時
場所 勉強会等は、主にいたばし総合ボランティアセンター
訪問先は子育て支援施設ほか上記
発足年月 2016年4月
会員数 70名
代表 星野 紀

サッカーを通じて
子どもの成長を手助けする団体
NPO 法人
九曜クラブ

活動内容

サッカーの練習・試合、あいキッズへのボランティア指導など



サッカーだけでなく、地域へのボランティア活動や、社会性を身につけるためのレクリエーションも行っています。



日時 学年などにより異なります
場所 志村地域を中心に活動しています
発足年月 2003年9月
会員数 約250名
代表 松田 博康
HP <http://www.kuyoh.luflos.co.jp/>
連絡先 03-5915-2997
メール kuyoh.ohtawa@yahoo.co.jp

一緒にハーモニーを奏でましょう
コールハーモニーの和

活動内容

様々なジャンルの合唱曲を練習し、老人ホーム等で披露しています。



年齢、性別を問わず、歌の好きな方が集まっています。



日時 団員が希望する日時にて不定期
場所 まなぼーと大原
発足年月 2018年8月
会員数 10名
代表 渡邊 麻美

歌をとおして、生きる喜びに繋がりたい！
スジーナビアンカ

活動内容

合唱曲、唱歌、ジブリ、JPOPなど、メンバーが歌いたい曲を練習しています。老人ホームに訪問して一緒に歌ったりします。



歌を歌ったり聞いたり、一緒に音楽を楽しみましょう！



日時 毎週木曜日 19:00~21:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2008年4月
会員数 7名
代表 鬼海 留美
連絡先 03-3579-7663
FAX 03-3579-7663

5才～85才までの元気な男女、
太鼓、踊りが初めての方

日本民謡櫓太鼓鼓道

活動内容

青少年育成と生涯学習を大目的として、板橋区に数多くある民謡のような日本古来の伝統音楽文化芸能を、後世に伝承し全世界に広め発展させるべき努力をしております。福祉施設などの諸行事、地域祭り、町内盆踊りなどにも参加しています。



音楽を聴きながら手を動かすことで認知症予防に効果があり全身を動かし体力増進に効果が有ります。皆さん笑顔で楽しめますよ。



日時 第1・3日曜日
第2・4土曜日 13:00～16:00
場所 板橋区立郷土芸能伝承館
発足年月 1991年11月
会員数 60名
代表 萩原 政行

「笑いヨガ」は世界中で話題の「笑う健康体操」です。
笑ってみんなで元気に！

花咲き笑いヨガクラブ☆板橋

活動内容

「笑う体操」をして身も心もリフレッシュした後はリラックスタイム。シンキングボールの音色を聞きながらゆったりとした気持ちを1日頑張った自分へプレゼント！



☆クラブテーマ☆
あなたが笑えば
あなたの心と
みんなの心に
きれいな花が咲く。
自分の心に
きれいな花を
咲かせよう！



日時 第1日曜日 15:30～16:45
場所 前野いこいの家
発足年月 2015年2月
会員数 5名(随時参加型)
代表 鄭
HP <http://ameblo.jp/hanasaki-waraiyoga-club>
連絡先 090-4615-2371
メール chong.fashil@gmail.com

日本と中国の文化・芸術交流を通して相互理解と
友好を育み、民間レベルの平和的共存に寄与しよう。

NPO 法人 文化中国交流協会

活動内容

日本と中国の、芸術家・文化人・学生等の交流活動



当法人は、日中間交流のお役に立ちたいと思っています。特に、地元板橋は在日中国人の方も多くお住まいなので、板橋での活動を積極的に行いたいと思っています。



日時 10:00～17:00
場所 大山金井町 56-9TMビル 5F
発足年月 2020年9月
会員数 10名
代表 玉城 理恵
住所 板橋区大山金井町 56-9
連絡先 03-5926-5305
メール info@tmc21.com

声を出して楽しく元気に！！

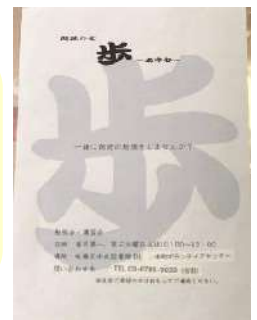
朗読の会“歩”

活動内容

毎月2回、朗読の勉強をしています。子ども、そして高齢者を対象に読み聞かせボランティアを行っています。



板橋朗読交流会にも所属していて、年に3回ほど朗読会を開いています。ただ今会員募集中です。皆さま、一緒に朗読をしませんか。



日時 毎月第1・3火曜日 10:00～12:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター、中央図書館
発足年月 2007年4月
会員数 7名
代表 吉田 幸子
住所 板橋区前野町 1-45-22-111
連絡先 03-6789-3838
メール ayumu.sachiko.y@gmail.com

朗読で心も身体もリフレッシュ

朗読の会「はぐるま」

活動内容

物語、童話、随筆、小説などを朗読します。月2回の定例会と、年2回の朗読会を開催しています。発声練習もしています。



春の朗読会、6月のおはなしおばさんの会、秋の朗読会にぜひ、いらしてください。心が癒されます。



日時 毎月第2・4水曜日 13:30~16:30
 場所 まなぼーと大原
 いたばし総合ボランティアセンター
 発足年月 2000年11月
 会員数 9名
 代表 船木 身知子

本冊子は、いたばし総合ボランティアセンターホームページからもご覧いただけます。

ホームページにアクセス
<http://ita-vc.or.jp/>



トップページメニュー
 「ボランティア・NPO 情報」



「ボランティア・NPO リスト」

下記 QR コードからもご覧いただけます。



『いたばしボランティア・市民活動ガイド 2021-2023』

- ◆発行日 2021年4月
- ◆編集・発行 いたばし総合ボランティアセンター
- ◆表紙デザイン・イラスト 山田モエコ

いたばしボランティア・NPOガイド2021-2023

INDEX/索引 (50音順)

アルファベットは音読みを50音表記にしています。

高：高齢者・介護予防・介護家族 / 障：障がい・当事者団体・支援団体 / 子：子ども・若者 / 多：多文化共生・国際協力
 ま：まちづくり・地域活性・暮らし / 社：社会教育・平和・人権 / 環：環境保全・リサイクル / 文：文化・スポーツ・特技

あ	分野	団体名	頁	さ	分野	団体名	頁	
あ	高	Arch	4	し	子	Si's	18	
		I do hair donation	17			子	受験専門無料塾ミンゼミ	19
	ま	赤塚歩こう会	24	障	手話グループ	13		
		赤塚まちの学校	24		障	自立生活センター板橋	14	
	多	明るい社会をつくる板橋区民の会	24	社	新日本婦人の会板橋支部	27		
	多	ASIAN COMMUNITY TAKASHIMADAIRA	21	す	障	スイスイの会(板橋区失語症若者の会)	14	
	多	ASIAN PEOPLE'S FRIENDSHIP SOCIETY	21	文	スージーナビアンカ	32		
	高	歩みの会	4	た				
	い	社	生きづらわーほりプロジェクト	27	た	多	WFWP いたばし	22
			板橋・てのひらの会	4	ち	障	地域活動支援センター ロッキー・チャック	14
子	いたばしアレルギーの会	17	多	地球家族	22			
高	板橋介護家族とサポートボランティアの会	4	多	「地球の仲間」日本語教室	22			
高	いたばし介護者支援サロン	5	障	中途障害をもつ人のデイサービスをつくろう会	14			
環	いたばし環境ボランティア「みどりの手」	29	高	聴の会	8			
高	板橋区高齢者スポーツ大学同窓会	5	て	高	手作りの会 しあわせ	8		
障	板橋区肢体不自由児者親の会	11	障	点字楽譜普及会「トニカ」	15			
障	板橋区ダウン症児・者親の会「ほほえみの会」	11	と	環	東京城北環境カウンセラー協議会 板橋部会	30		
障	板橋区中途失聴・難聴者シユワシユワの会	12	多	ドリームタウン	22			
障	板橋区手をつなぐ親の会	11	な					
障	板橋区難病団体連絡会	11	に	社	虹の会	28		
文	板橋区フォークダンス友の会	31	多	日本遣華帰国者 日中友好之会	23			
子	いたばし子育て支援・フラワー	17	多	日本語教室あい	23			
子	板橋子ども文化祭事務局	17	障	日本肢体不自由教育研究会	15			
子	いたばしサイエンスアートLabo.	18	ま	日本耐震防災事業団	25			
障	板橋失語症会話パートナー「笑顔」	12	文	日本民謡櫓太鼓鼓道	33			
障	板橋失語症虹の会	12	環	にりんそう5	30			
環	板橋石神井川クラブ	29	ね	子	neruco 広場	19		
高	いたばし鍼灸マッサージ推進機構	5	は					
ま	板橋生活と健康を守る会	24	は	障	はずね会	15		
障	板橋点訳サークルてんてん	12	文	花咲き笑いヨガクラブ☆板橋	33			
文	いたばしピンポンクラブ(IPC)	31	ひ	高	ピア詩吟会	8		
ま	板橋福祉のまちをつくろう会	25	多	PIARAS	23			
ま	いたばしボランティアグループ キンコンカン	25	障	ひきこもりアノニマス(HA)板橋本町グループ	15			
社	いたばしまち博友の会	27	ふ	社	フードバンクいたばし	28		
高	板橋マンション管理組合ネットワーク	5	高	福祉ボランティアコモンズ	9			
環	いたばし水と緑の会	29	障	福祉用具活用相談センター	16			
障	板橋盲ろう者の会	13	障	ブリッジ	16			
文	いたばしものがたりプロジェクト	31	子	プレイフルいたばし	19			
高	板橋ワンチャンサークル	6	文	文化中国交流協会	33			
高	1,2の3歩の会	6	ほ	ま	ボランティアグループ SV 板橋	26		
う	高	ウインターズ	6	高	ホロホロ15	9		
		え	社	AED 無料設置普及推進協議会	27	高	本町このゆびと〜まれ	9
ま	SDGsいたばしネットワーク	25	子	ほんわかスマイル	19			
文	大谷ロ・桜川・仲町ブロック	25	ま					
環	FoE Japan	29	ま	社	まちの学校舟渡	28		
お	高	お達者手帳クラブ	6	み	環	水未来人(みずみくにん)	30	
		おはなしフレンズ・いたばし	32	環	緑のカーテン応援団	30		
か				障	みんなのセンターおむすび	16		
か	子	考える物作り教室	18	高	みんなの広場ひびき	9		
き	高	喫茶ひとりじかん	7	子	みんなの広場ひびき	20		
子	共同保育室 たんばば保育園	18	ま	みんぼう・いたばし	26			
く	文	九曜クラブ	32	や				
け	高	傾聴ボランティアいたばし	7	ゆ	高	ゆずり葉	10	
		傾聴ボランティア「こだまの会」	7	ら				
高	げんき100!	7	ら	子	Learning for All	20		
こ	高	後見支援東京	8	ろ	文	朗読の会「歩」	33	
		文	コールハーモニーの和	32	文	朗読の会「はぐるま」	34	
多	KOKOの会	21	子	朗読わの会	20			
障	こころのフラット	13	高	ロンポワン地域福祉を考える会	10			
障	骨形成不全症協会	13	わ					
多	ことばのひろば「日本語わいわい」	21	わ	ま	WakuWaku サロン	26		

「地域と共にこれまでもこれからも」
～SV 板橋結成 30 周年に向けて～

ボランティアグループSV板橋

活動内容

板橋区内で主に「ハンドベル活動」(交流とふれあい)や「落ち殻」(落とされている吸殻の除去)などを展開しています。「落ち殻」は区からの公認事業となりました。18名の会員や会友の方々と楽しく進めています。



「ハンドベル」演奏は福祉施設や各種イベントで人々とのふれあいを行います。「落ち殻」は路上に投げ捨てられている吸殻を拾い集めポイ捨て防止を呼びかけます。皆さんもお気軽に「SV板橋」にご参加ください。



日時 毎月第2土曜日 9:30～定例会→各活動
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 1996年4月
会員数 会員18名 会友1名
代表 松本 和夫
連絡先 03-3964-1491
メール Kazu0811kazusann0811@r9.dion.ne.jp

自分らしく暮らせるまちを、みなさんと
一緒に育てていきたいと思えます

みんボラ・いたばし

活動内容

多様な世代、人が出会い、ともに語り、それぞれが気づいたことを行動に移すきっかけを作り、そのような自主的、主体的なボランティア・市民活動を支えることを通して、誰もが希望を持てる社会を目指していきます。



民間の中間支援組織です。「みんボラ」の「みん」は、みんなのため・みんなでやろう・民間の「みん」。中間支援は「地域や社会に希望の花を咲かせる大地を耕すお手伝いをする。」お手伝い希望の方はお問合せください。



日時 毎月第1水曜 19:00 定例会
不定期に学習会
場所 いたばし総合ボランティアセンター
地域センター、グリーンホールなど
発足年月 2019年7月
会員数 20名
代表 齋藤 博
SNS Facebook
メール mv.itabashi@gmail.com

心にホッと一息。 一緒に WakuWaku しませんか？ WakuWaku サロン

活動内容

毎月アルバムづくり、クラフト、アート、健康、子育てに関する様々なイベントを開催しています♪ママやパパ、子ども達の居場所になるような、ちょっと生活が楽しくホッとできるようなサロンです。



どのイベントも、初めての方でも大丈夫。お一人で、お子さんやお孫さんと、お気軽にご参加ください(*^-^)/＼(^-^*)「WakuWaku サロン 板橋区」で検索を!



日時 不定期
場所 蓮根駅周辺
(集会所、ロータスホール、地域センター)
発足年月 2015年
会員数 10名
代表 塩澤 美由紀
SNS <https://www.facebook.com/waku2salon/>
<https://www.instagram.com/waku2salon>
メール waku.waku.salon2019@gmail.com

ひきこもりの生きづらさを和らげる活動 生きづらわーほりプロジェクト

活動内容

毎月1回、ひきこもり当事者・経験者で就労している方や就労の話に興味がある方々が集まり、日頃の想いをみんな対話し共有するイベント「こやど」を開催しています。オンラインで、ラジオ感覚で話を聞く「ヒルトーク」、当事者・経験者が企画・運営側となり多様な場づくりを行う「ゆ～る links」等の活動を行っています。



日頃孤独を感じているひきこもり経験者・当事者の方、ここに来て一緒に気持ちを分かち合いませんか？みなさんにとってここが癒しの場になればという想いで活動しています。



日時 「こやど」毎月第2火曜日 19:00～21:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2016年7月
会員数 1名
代表 富安 義樹
HP <https://ikizura-wh.jimdofree.com/>
SNS Twitter・Facebook
メール zurahori@yahoo.co.jp

板橋の郷土史を楽しく勉強する会です いたばしまち博友の会

活動内容

- 1.古文書の解読・郷土史勉強会・史跡めぐり
- 2.板橋区教育委員会が行う文化財公開の解説ガイド
- 3.会報の発行



2022年は会創立35周年にあたります。また、2017年には桜井徳太郎賞郷土文化賞を受賞しました。



日時 資料研究会 毎月1回、史跡めぐり 年5回、郷土史勉強会 年3回他
場所 まなぼーと成増、郷土資料館他
発足年月 1987年7月
(区教育委員会主催の所定講座修了者により結成)
会員数 約50名
代表 江口 清(会長)
住所 板橋区中台 3-27 H-1602
連絡先 03-3559-0778

社会教育

平和/人権



あいキッズの子ども達に、
AED 体験講習会を開いています。

NPO 法人 AED無料設置 普及推進協議会

活動内容

東日本大震災支援活動を行ってきましたが、10年を過ぎ、現在は、小学校あいキッズの子ども達に、人形を使ったAED体験講習会を用いています。



AED 体験講習会は依頼があれば、どこにでも伺いますので気軽に連絡ください。



日時 常時
場所 板橋区常盤台 1-38-9
会員数 10名
代表 飯田 勝洋
住所 練馬区田柄 2-37-25
連絡先 090-3089-4455

生活の向上、女性の権利、子どもの
しあわせのために力をあわせます

新日本婦人の会 板橋支部

活動内容

サークル活動、男女平等、消費者問題、NO₂、放射線量測定、環境についての学習、平和のための署名活動



全国に班、要求サークルがあり、くらし、子育て、平和など、女性の願いで行動しています。「新婦人しんぶん」を週刊で発行。国連 NGO として世界の女性と交流しています。

日時 不定期
場所 区内地域センター、集会所
まなぼーと大原・成増、各駅、公園
発足年月 1962年10月
会員数 832名
代表 山内 朋子
住所 板橋区双葉町 36-6 あーちぷらざ 3F
連絡先 03-3961-6589
メール s-fujinn-itabasi@athena.ocn.ne.jp

セカンドライフを元気に楽しく

虹の会

活動内容

会員が、地域でのボランティアな活動を通じて、地域社会に貢献するとともに、会員相互の親睦ならびに情報交換を通じて、セカンドライフの充実を図って行けるよう勉強会やイベント等を開催しています。



平成 25 年度第 7 回シニアのための地域入門講座を受講した参加者有志の会として、折角同じ講座に参加して出会った縁を大切に、交流を続けながら、元気に楽しく年を重ねていきたいと願いながら活動しています。



日時 4月・7月・10月・1月に定例会を開催
場所 いたばし総合ボランティアセンター 他
発足年月 2014年4月
会員数 19名
代表 福手 美喜

もったいないから、おせっかいしておすそわけ

フードバンクいたばし

活動内容

様々な理由で、まだ食べられるにもかかわらず、処分されてしまう食品「食品ロスと表現されています」を、食べ物に困っている施設や団体に届ける活動。



食品ロス解消の活動が、そのままコロナ禍等で苦しむ方々の為の活動になります。持続可能な活動を行っています。宜しければ。



日時 平日 9:00~17:00
場所 前野町 5-41-5 昌玲寺内
発足年月 2017年3月
会員数 50名
代表 藤村 行一
住所 板橋区前野町 5-41-5 昌玲寺内
連絡先 03-3965-2780
HP <https://foodbankkitabashi.jimdofree.com/>

「学び合い 舟渡に繋がる 大きな輪」

まちの学校舟渡

活動内容

2015年開校以来、舟渡町・蓮根町の子ども達と大人が様々なテーマで、協働学習を実施してきました。学習効果を高める為にイベント開催の時は、部外の講師をお呼びしております。



私たちの団体は、地域に関係なく、どなたでもいつでも参加できます。自分の意見を言う・人の意見を聞く・みんなで創ることを、モットーにしております。お気軽に参加してください。



日時 毎月第4水曜日 18:30~
場所 舟渡ホール
発足年月 2015年2月
会員数 22名
代表 山崎 洋子
FAX 03-3966-1681
連絡先 090-4742-5785
メール hothot.yo-ko.vv@docomo.ne.jp

四季折々の変化を楽しみながらみどりを守る いたばし環境ボランティア 「みどりの手」

活動内容

- 都立赤塚公園城址地区斜面の手入れ活動
- ・雑木林復活プロジェクト
- ・区の花ニリンソウ保護活動協力
- ・ジロボウエンゴサク、ギンラン、ウラシマソウ等、野草の保護活動



四季折々の植物や自然の手入れを楽しみながら行っています。



日時 第4日曜日 10:00~12:00
場所 都立赤塚公園赤塚城址斜面
発足年月 2007年4月
会員数 20名
代表 飯島 弘
住所 板橋区中板橋 3-9 飯島気付
連絡先 080-1182-1610(飯島携帯)
メール h-iiijima@peach.ocn.ne.jp

歴史を学びながら、地域を愛しきれいにしよう

板橋石神井川クラブ

活動内容

- ・月1回土曜日の朝、石神井川沿いの清掃
- ・半年に1回のファミリークリーンイベント
(石神井川沿いを清掃しながらの、楽しいスタンプラリー)
- ・不定期での勉強会



世代を越えて、地域を愛し歴史を学ぶコミュニティです。どなたでも気軽にご参加ください。



日時 月1回土曜日(基本第2か第3)9:30~
場所 板橋(区の由来の橋)から石神井川沿い
発足年月 2017年3月
会員数 名10名
代表 榊田 俊雄
HP <https://nakajuku-syakujiigawaclub.jimdosite.com/>

環境保全 リサイクル

身近な野草や生き物と友だちになろう いたばし水と緑の会

活動内容

身近な自然を取り戻す活動をしている。
①赤塚城址で、生き物達の草原(バッタ広場)と池(トンボ池)をつくり維持管理している。②区立公園の自然(崖線樹林地)の観察。③自然情報誌「みずみどり」を隔月発行している。



きれいに掃除してしまうと生き物はすめません。私たちは、公園の片隅に手作業で草や木を程々に刈り、生き物達の暮らしを守りながら、その出会いを楽しんでいます。

日時 第1・2日曜日、第4土曜日
10:00~11:30
場所 赤塚城址、赤塚ため池公園、日暮台公園
発足年月 1997年4月
会員数 33名(2020年度)
代表 瀬田 政江
住所 板橋区前野町 5-31-7 瀬田方
連絡先 090-1423-9894
HP <http://mizumidori2.eco.coocan.jp>

地球環境と人々の暮らしを守る
国際環境 NGO
認定 NPO 法人

FoE Japan



活動内容

地球上のすべての生命(人・民族・生物・自然)が互いに共生し、尊厳をもって生きることができる、平和で持続可能な社会を目指し、脱原発・エネルギーシフトを実現するための活動の他、気候変動や途上国での大規模開発による環境・人権問題への取組みなど、幅広く政策提言活動を行っています。



社会をどのように変えていくかは、私たち一人一人の選択にかかっています。未来の地球のために今なすべきことを、提言・発信していきます。

日時 平日
場所 FoE Japan 事務所
発足年月 1980年1月
会員数 450名
代表 ランダル・ヘルテン
HP <https://www.foejapan.org/>
Twitter, Instagram, Facebook
YouTube
住所 板橋区小茂根 1-21-9
連絡先 03-6909-5983
メール info@foejapan.org

環境出前講座、ワークショップ、EA21 活動
NPO 法人
**東京城北環境カウンセラー協議会
板橋部会**

活動内容

地域社会に密着して自ら環境保全活動に取り組むとともに、助言、指導、支援



地域住民ならびに事業者(企業)、教育・行政機関、団体等に対する環境保全活動



日時 随時
場所 東京都内
発足年月 2001年3月
会員数 10名
代表 我田 美福
住所 板橋区高島平 3-10-1-715
HP <https://itbs-ecopo.jp/event/known/post-22885/>
FAX 03-3975-8267

ゆっくり、じっくり楽しく活動しています

にりんそう 5

活動内容

年4回例会(集い)を開催。例会では外部から講師をお招きしたり、グループ内から講師を立てて健康、環境問題、民生委員制度等、身近なことについて多岐にわたり認識を深めています。またお花見や都内及び区内の名所巡り、ハイキングを開催して楽しんでいます。情報交換を通じてお互い視野を広げております。



自由闊達な雰囲気の中で活動しています。集いに参加するかどうかは自由です。集い終了後は毎回懇親会を行っております。みなさんからのご意見要望をくみ取り活動しています。



日時 4月、7月、10月、1月に例会開催
場所 主に区内の集会所
発足年月 2012年5月
会員数 21名
代表 小野澤 博

豊かな自然が続くように
海の声が届けていきたい

NPO 法人
水未来人(みずみくにん)

活動内容

『水を通じて人も地球も元気になる』を合言葉に、自然と人との調和を大事に海辺の環境教育・自然体験活動を行っています。



『海！お届けします』“漂着物を使った工作教室”など、街にいながら自然の楽しさを感じられるプログラムを通年開催しています。出張講座も致します。実際の海でのプログラムは伊豆半島などで行っています。



日時 不定期
場所 板橋区内、伊豆半島
発足年月 2014年6月
会員数 5名
代表 矢作 裕子
ブログ <http://mizumikunin.blog.fc2.com/>
連絡先 090-8949-3718
メール mizumikunin@gmail.com

夏を涼しく、
緑のカーテンのある暮らしを広めよう

NPO 法人
緑のカーテン応援団

活動内容

緑のカーテンハンドブック配布/講演・講習会、ワークショップ開催および開催支援/自宅・学校・職場での緑のカーテン実施および実施支援/CSR サポート/全国緑のカーテンフォーラム開催/緑のカーテン東京フォーラム開催/「仮設住宅×緑のカーテン」プロジェクト実施



「自分たちの学校は、自分たちで涼しくしよう！」をテーマに小学校での応援をスタート。学校、家庭、地域で取り組める地球温暖化防止活動として全国へ広め、また、東日本大震災後、各地の仮設住宅へ緑のカーテンをお届けしています。



日時 随時
場所 全国各地
発足年月 2007年1月
会員数 正会員 33名
賛助会員(個人)2名(団体)22団体
代表 鈴木 雄二(理事長)
住所 板橋区東坂下 2-8-1
緑タニタハウジングウェア内
連絡先 03-3968-1455
メール midorinoka-ten@livlan.com

足腰を鍛え、楽しい仲間づくり
板橋区フォークダンス友の会

活動内容

世界の音楽でフォークダンスを踊ります。脳の活性化と体力の向上をめざし、親善の輪を広げていきます。



初めての方でもわかりやすく教えます。リズムに乗って体を動かせば、自然と笑顔が出てきます。初心者大歓迎です。さまざまなイベントにも参加しています。



日時 毎週土曜日 18:30~20:30
第5土曜日は14:00~16:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 1952年
会員数 19名
代表 仁平 栄子

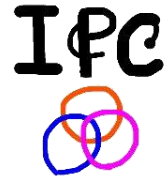
サウンドテーブルテニスを通じて地域での輪づくり
常にポジティブ
いたばしピンポンクラブ(IPC)

活動内容

IPCは視覚障がい者の卓球の強化選手を育成する目的で2014年に結成しました。ボランティアの方には、ボール拾いやボールの軌道の説明、ラリーの相手など、選手の成長に繋がるお手伝いをして頂いています。無理せずして頂くことを最も大切にしています。



オリジナルラケット販売も開始いたしました。



(販売店 URL)
<https://pinpon-kids.ocnk.net/product-list/180>

日時 月2回土曜日(不定期)
場所 板橋区立障がい者福祉センター
発足年月 2014年4月
会員数 12名
代表 礪田 俊一郎

文化
スポーツ
特技

多世代交流で「まちの歴史」を再編集する
いたばしものがたりプロジェクト

活動内容

板橋区の「まちの歴史を語る・歩く・描く・食べる」をコンセプトに、郷土史や文学史研究者、公共図書館、飲食店、企業とコラボレーションした多世代で楽しめる地域イベントを企画運営しています。

[題材実績]縁切榎・近藤勇・太宰治 他多数



with コロナ時代ならではの、ネット配信などオンラインを活用した展開を含めて、区外にも板橋の歴史と魅力を積極的に発信していきます。歴史に詳しくなくても歴史イベントが楽しめる・親子でも参加できる、「いたばしものがたり」の強みを活かして活動中。

2021年からは、一緒に活動していただける仲間も年齢問わず募集中!

日時 不定期
場所 板橋区内
発足年月 2018年9月
会員数 5名
代表 トモタ 佳
HP <https://chiiku.info>
メール itabashi@chiiku.info



そばを自分で打って、食べて、感動して、仲間をつくって、生活にうらおいを
江戸流手打ちそば
「二・八の会」

活動内容

板橋文化祭でのそば打ち体験のような行政主体の区内催事での講座の開催。福祉施設での訪問出店体験教室。農業まつりへの出店などを通じ、地域の活性化、人との交流を図りながら、江戸流そば文化の普及発展に努めています。



そば打ちは、趣味として奥が深く、家族・周囲にも歓迎され飽きがきません。一緒に仲間をつくって、生活に張り合いを求めてみませんか。

日時 毎月第1土曜日、第3日曜日
9:00~16:00
場所 まなぼーと成増 3F 調理室
発足年月 1998年4月
会員数 40名
代表 安井 良博
HP <http://soba28.blog.jp/>

読み聞かせで
絵本の楽しさと笑顔をお届けします
おはなしフレンズ・いたばし

活動内容

区「シニアの絵本読み聞かせ講座」修了者が、子育て支援施設、児童館、小学校、あいキッズ、図書館、高齢者施設等で、絵本や紙芝居を読み聞かせしています。



定期的にグループで施設を訪問し、楽しく交流しています。勉強会で技術の向上も図っています。板橋区「シニアの絵本読み聞かせ講座」を修了され、一緒に活動してくれる方をお待ちしています。



日時 施設が希望する日時
場所 勉強会等は、主にいたばし総合ボランティアセンター
訪問先は子育て支援施設ほか上記
発足年月 2016年4月
会員数 70名
代表 星野 紀

サッカーを通じて
子どもの成長を手助けする団体
NPO 法人
九曜クラブ

活動内容

サッカーの練習・試合、あいキッズへのボランティア指導など



サッカーだけでなく、地域へのボランティア活動や、社会性を身につけるためのレクリエーションも行っています。



日時 学年などにより異なります
場所 志村地域を中心に活動しています
発足年月 2003年9月
会員数 約250名
代表 松田 博康
HP <http://www.kuyoh.luflos.co.jp/>
連絡先 03-5915-2997
メール kuyoh.ohtawa@yahoo.co.jp

一緒にハーモニーを奏でましょう
コールハーモニーの和

活動内容

様々なジャンルの合唱曲を練習し、老人ホーム等で披露しています。



年齢、性別を問わず、歌の好きな方が集まっています。



日時 団員が希望する日時にて不定期
場所 まなぼーと大原
発足年月 2018年8月
会員数 10名
代表 渡邊 麻美

歌をとおして、生きる喜びに繋がりたい！
スジーナビアンカ

活動内容

合唱曲、唱歌、ジブリ、JPOPなど、メンバーが歌いたい曲を練習しています。老人ホームに訪問して一緒に歌ったりします。



歌を歌ったり聞いたり、一緒に音楽を楽しみましょう！



日時 毎週木曜日 19:00~21:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター
発足年月 2008年4月
会員数 7名
代表 鬼海 留美
連絡先 03-3579-7663
FAX 03-3579-7663

5才～85才までの元気な男女、
太鼓、踊りが初めての方

日本民謡櫓太鼓鼓道

活動内容

青少年育成と生涯学習を大目的として、板橋区に数多くある民謡のような日本古来の伝統音楽文化芸能を、後世に伝承し全世界に広め発展させるべき努力をしております。福祉施設などの諸行事、地域祭り、町内盆踊りなどにも参加しています。



音楽を聴きながら手を動かすことで認知症予防に効果があり全身を動かし体力増進に効果が有ります。皆さん笑顔で楽しめますよ。



日時 第1・3日曜日
第2・4土曜日 13:00～16:00
場所 板橋区立郷土芸能伝承館
発足年月 1991年11月
会員数 60名
代表 萩原 政行

「笑いヨガ」は世界中で話題の「笑う健康体操」です。
笑ってみんなで元気に！

花咲き笑いヨガクラブ☆板橋

活動内容

「笑う体操」をして身も心もリフレッシュした後はリラックスタイム。シンキングボールの音色を聞きながらゆったりとした気持ちを1日頑張った自分へプレゼント！



☆クラブテーマ☆
あなたが笑えば
あなたの心と
みんなの心に
きれいな花が咲く。
自分の心に
きれいな花を
咲かせよう！



日時 第1日曜日 15:30～16:45
場所 前野いこいの家
発足年月 2015年2月
会員数 5名(随時参加型)
代表 鄭
HP <http://ameblo.jp/hanasaki-waraiyoga-club>
連絡先 090-4615-2371
メール chong.fashil@gmail.com

日本と中国の文化・芸術交流を通して相互理解と
友好を育み、民間レベルの平和的共存に寄与しよう。

NPO 法人 文化中国交流協会

活動内容

日本と中国の、芸術家・文化人・学生等の交流活動



当法人は、日中間交流のお役に立ちたいと思っています。特に、地元板橋は在日中国人の方も多くお住まいなので、板橋での活動を積極的に行いたいと思っています。



日時 10:00～17:00
場所 大山金井町 56-9TMビル 5F
発足年月 2020年9月
会員数 10名
代表 玉城 理恵
住所 板橋区大山金井町 56-9
連絡先 03-5926-5305
メール info@tmc21.com

声を出して楽しく元気に！！

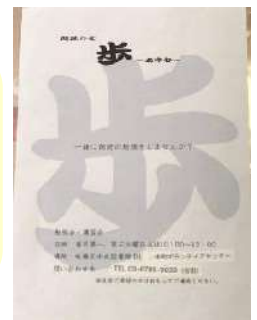
朗読の会“歩”

活動内容

毎月2回、朗読の勉強をしています。子ども、そして高齢者を対象に読み聞かせボランティアを行っています。



板橋朗読交流会にも所属していて、年に3回ほど朗読会を開いています。ただ今会員募集中です。皆さま、一緒に朗読をしませんか。



日時 毎月第1・3火曜日 10:00～12:00
場所 いたばし総合ボランティアセンター、中央図書館
発足年月 2007年4月
会員数 7名
代表 吉田 幸子
住所 板橋区前野町 1-45-22-111
連絡先 03-6789-3838
メール ayumu.sachiko.y@gmail.com

朗読で心も身体もリフレッシュ

朗読の会「はぐるま」

活動内容

物語、童話、随筆、小説などを朗読します。月2回の定例会と、年2回の朗読会を開催しています。発声練習もしています。



春の朗読会、6月のおはなしお婆さんの会、秋の朗読会にぜひ、いらしてください。心が癒されます。



日時 毎月第2・4水曜日 13:30~16:30
 場所 まなぼーと大原
 いたばし総合ボランティアセンター
 発足年月 2000年11月
 会員数 9名
 代表 船木 身知子

本冊子は、いたばし総合ボランティアセンターホームページからもご覧いただけます。

ホームページにアクセス
<http://ita-vc.or.jp/>



トップページメニュー
 「ボランティア・NPO 情報」



「ボランティア・NPO リスト」

下記 QR コードからもご覧いただけます。



『いたばしボランティア・市民活動ガイド 2021-2023』

- ◆発行日 2021年4月
- ◆編集・発行 いたばし総合ボランティアセンター
- ◆表紙デザイン・イラスト 山田モエコ

いたばしボランティア・NPOガイド2021-2023

INDEX/索引 (50音順)

アルファベットは音読みを50音表記にしています。

高：高齢者・介護予防・介護家族 / 障：障がい・当事者団体・支援団体 / 子：子ども・若者 / 多：多文化共生・国際協力
 ま：まちづくり・地域活性・暮らし / 社：社会教育・平和・人権 / 環：環境保全・リサイクル / 文：文化・スポーツ・特技

あ	分野	団体名	頁	さ	分野	団体名	頁		
あ	高	Arch	4	し	子	Si's	18		
	子	I do hair donation	17		子	受験専門無料塾ミンゼミ	19		
	ま	赤塚歩こう会	24		障	手話グループ	13		
	ま	赤塚まちの学校	24		障	自立生活センター板橋	14		
	ま	明るい社会をつくる板橋区民の会	24		社	新日本婦人の会板橋支部	27		
	多	ASIAN COMMUNITY TAKASHIMADAIRA	21		す	障	スイスの会(板橋区失語症若者の会)	14	
	多	ASIAN PEOPLE'S FRIENDSHIP SOCIETY	21		文	スージーナビアンカ	32		
	高	歩みの会	4		た				
	い	社	生きづらわーほりプロジェクト		27	た	多	WFWP いたばし	22
		高	板橋・てのひらの会		4	ち	障	地域活動支援センター ロッキー・チャック	14
子		いたばしアレルギーの会	17	多	多	地球家族	22		
高		板橋介護家族とサポートボランティアの会	4	多	多	「地球の仲間」日本語教室	22		
高		いたばし介護者支援サロン	5	障	障	中途障害をもつ人のデイサービスをつくろう会	14		
環		いたばし環境ボランティア「みどりの手」	29	高	高	聴の会	8		
高		板橋区高齢者スポーツ大学同窓会	5	て	高	手作りの会 しあわせ	8		
障		板橋区肢体不自由児者親の会	11	障	障	点字楽譜普及会「トニカ」	15		
障		板橋区ダウン症児・者親の会「ほほえみの会」	11	と	環	東京城北環境カウンセラー協議会 板橋部会	30		
障		板橋区中途失聴・難聴者シユワシユワの会	12	多	多	ドリームタウン	22		
障	板橋区手をつなぐ親の会	11	な						
障	板橋区難病団体連絡会	11	に	社	虹の会	28			
文	板橋区フォークダンス友の会	31	多	多	日本遣華帰国者 日中友好之会	23			
子	いたばし子育て支援・フラワー	17	多	多	日本語教室あい	23			
子	板橋子ども文化祭事務局	17	障	障	日本肢体不自由教育研究会	15			
子	いたばしサイエンスアートLabo.	18	ま	ま	日本耐震防災事業団	25			
障	板橋失語症会話パートナー「笑顔」	12	文	文	日本民謡櫓太鼓鼓道	33			
障	板橋失語症虹の会	12	環	環	にりんそう5	30			
環	板橋石神井川クラブ	29	ね	子	neruco 広場	19			
高	いたばし鍼灸マッサージ推進機構	5	は						
ま	板橋生活と健康を守る会	24	は	障	はずね会	15			
障	板橋点訳サークルてんてん	12	文	文	花咲き笑いヨガクラブ☆板橋	33			
文	いたばしピンポンクラブ(IPC)	31	ひ	高	ピア詩吟会	8			
ま	板橋福祉のまちをつくろう会	25	多	多	PIARAS	23			
ま	いたばしボランティアグループ キンコンカン	25	障	障	ひきこもりアノニマス(HA)板橋本町グループ	15			
社	いたばしまち博友の会	27	ふ	社	フードバンクいたばし	28			
高	板橋マンション管理組合ネットワーク	5	高	高	福祉ボランティア commons	9			
環	いたばし水と緑の会	29	障	障	福祉用具活用相談センター	16			
障	板橋盲ろう者の会	13	障	障	ブリッジ	16			
文	いたばしものがたりプロジェクト	31	子	子	プレイフルいたばし	19			
高	板橋ワンチャンサークル	6	文	文	文化中国交流協会	33			
高	1,2の3歩の会	6	ほ	ま	ボランティアグループ SV 板橋	26			
う	高	ウインターズ	6	高	高	ホロホロ15	9		
	え	社	AED 無料設置普及推進協議会	27	高	高	本町このゆびと〜まれ	9	
		ま	SDGsいたばしネットワーク		子	子	ほんわかスマイル	19	
		大谷ロ・桜川・仲町ブロック	25	ま					
文	文	江戸流手打ちそば「二・八の会」	31	ま	社	まちの学校舟渡	28		
環	環	FoE Japan	29	み	環	水未来人(みずみくにん)	30		
お	高	お達者手帳クラブ	6	環	環	緑のカーテン応援団	30		
	文	おはなしフレンズ・いたばし	32	障	障	みんなのセンターおむすび	16		
か				高	高	みんなの広場ひびき	9		
か	子	考える物作り教室	18	子	子	みんなの広場ひびき	20		
き	高	喫茶ひとりじかん	7	ま	ま	みんぼう・いたばし	26		
子	子	共同保育室 たんばば保育園	18	や					
く	文	九曜クラブ	32	ゆ	高	ゆずり葉	10		
け	高	傾聴ボランティアいたばし	7	ら					
高	高	傾聴ボランティア「こだまの会」	7	ら	子	Learning for All	20		
高	高	げんき100!	7	ろ	文	朗読の会「歩」	33		
こ	高	後見支援東京	8	文	文	朗読の会「はぐるま」	34		
	文	コールハーモニーの和	32	子	子	朗読わの会	20		
多	多	KOKO の会	21	高	高	ロンポワン地域福祉を考える会	10		
障	障	こころのフラット	13	わ					
障	障	骨形成不全症協会	13	わ	ま	WakuWaku サロン	26		
多	多	ことばのひろば「日本語わいわい」	21						

いたばし総合ボランティアセンター

〒173-0001 板橋区本町 24-1

電話 03-5944-4601 FAX 03-5944-4602

メール info@ita-vc.or.jp HP <http://ita-vc.or.jp>



- 施設開館 月曜～日曜 9:00～21:30
- 施設休館 年末年始、施設点検日(3回/年)
- 事務所開所 火曜～日曜 9:00～19:00
(月曜祝日の場合は翌平日がお休み)

◆交通のご案内◆

- 電車 都営三田線「板橋本町駅」徒歩 7分
A1、A3 にはエレベーターがあります。
東武東上線「中板橋駅」徒歩 20分
- バス 国際興業バス「上宿」徒歩 7分
国際興業バス・都営バス「大和町」徒歩 7分

