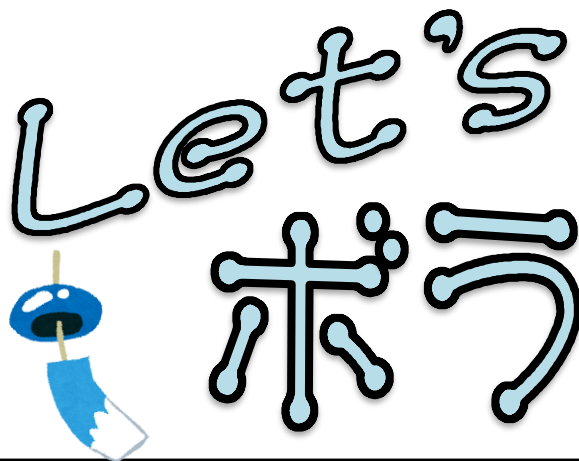




横浜市中区社会福祉協議会

7月号

第209号  
2025.7.15



## ボランティアセンター通信 「Let's ボラ」

発行者： 中区社会福祉協議会

連絡先： 中区社会福祉協議会  
ボランティアセンター

TEL： 681-6664

FAX： 641-6078

発行： 奇数月（予定）



# 「スキマ時間」を生かして ボランティア活動 してみませんか？

社会福祉協議会の事業の1つでもある「ボランティアセンター（通称：ボラセン）」はボランティアをしたい人とボランティアが必要な人をつなぐ窓口です。

ボランティアに関するご相談をお受けしております。

ご興味がある方は、中区ボランティアセンターまでご連絡ください♪



中区でボランティア活動をしている方にインタビュー

**注目!**

## ボランティアさんのご紹介 江内 恵子 さん



**Q：どのようなボランティア活動をされていますか？**

A:障がいのある方の外出の付き添いを支援をする「ガイドボランティア」を長く続けています。その他、子どもたちの居場所づくりや、高齢者のサポート、災害ボランティア、地域イベントのお手伝い等を行っています。

**Q：ボランティア活動をしたと思ったきっかけは何ですか？**

A:中学校の養護教諭を退職後、働きながらガイドヘルパーや訪問介護ヘルパーの資格を取得しました。元々、教育や福祉等に興味があったので、資格を活かしながら地域のためになることができたと思い、ボランティアをはじめました！

**Q：ボランティア活動をしていて嬉しかったことや、やりがいを教えてください！**

A:感謝されることが嬉しいですね!活動をしていると関わった方からの“ありがたい気持ち”が身に染みるほど伝わってくるんです。障がいのある方は本人も大変ですが、ご家族も大変だと感じるので活動を続けていくと身内のような気持ちになります。心から元気でいて欲しいなと思います！

**Q：これからボランティア活動を始めの方にひとことお願いします。**

A:まずは楽しみながらボランティア活動をして欲しいですね。無理してやることではないです。私はボランティア活動をする際、お相手とは対等の立場で一人一人の個性を大切に接しています。ルールやマナーを守り、どなたでも同じように接してみてください！

# 中区ボランティアセンター通信

◇問い合わせ・申込先：中区福祉協議会 中区ボランティアセンター◇

電話 (681) 6664 FAX (641) 6078 Eメール: [nakavolunteer@yokohamashakyo.jp](mailto:nakavolunteer@yokohamashakyo.jp)



## 夏ボラ！最新情報

### なかく夏休み福祉体験講座2025

予約フォーム



#### いざという時に役立つ！手当て体験

応急処置の仕方を学べる体験講座！  
日本赤十字社神奈川県支部（情報  
プラザ内）の見学もできます♪

【日時】 7月30日(水)

10:00～12:00

【場所】 日本赤十字社神奈川県支部

【対象】 小学生以上(小学4年生以下保護者同伴)

【定員】 16名（先着順）

【申込】 電話または右上予約フォーム



#### 視覚障がい者 サポート体験

誘導体験や当事者の方からのお話を  
聞き、「福祉」について関心をもつ  
きっかけになる体験講座です♪

【日時】 7月31日(木)

10:00～12:00

【場所】 中区福祉保健活動拠点なかふく

【対象】 小学生以上(小学4年生以下保護者同伴)

【定員】 16名（先着順）

【申込】 電話または右上予約フォーム



#### YNBS、中区ボランティアセンター 共催

募集中!

学生限定

#### 山下公園通い海側歩道 グリーンアップボランティア

【日時】 8月16日(土)

10:00～11:45ごろ ※雨天中止

【集合場所】 中区福祉保健活動拠点なかふく

【持ち物】 飲み物・軍手・帽子（必要に応じて）

【申込】 電話または  
右記予約フォーム

予約フォーム

【定員】 30名（先着順）

※小・中学生の方は高校生以上の  
人と一緒に参加してください



募集中!

#### ◎調理補助ボランティア!

精神障がいの方が通う作業所で昼食作りお手伝い

エリア： 中区松影町

活動内容： 昼食の調理。お米を研ぐ、野菜やお肉を  
切る等家事の延長的な内容。ボランティ  
アさん1名と利用者さん2名で約15名分  
を作る。施設内には職員が必ず常駐。

活動曜日： 金曜日（他の曜日は要相談）

活動時間： 10時15分～12時

謝 礼： 交通費実費

募集人数： 1名

#### ◎事務所内補助ボランティア!

中途障がいの方が通う作業所で茶碗洗いや作業補助

エリア： 中区山下町

活動内容： 利用者さんが使用する茶碗を洗ったり、  
封入等の作業をお手伝い。

施設内には職員が必ず常駐。

活動曜日： 水曜日または金曜日（両日も可能）

活動時間： 10:00～13:00、12:30～15:30  
（半日または一日）

謝 礼： 半日500円、一日1,000円

募集人数： 1～2名

ご興味ある方はボランティアセンターまで  
お問合せ下さい!

募集中!

#### Let'sボラ発送作業のお手伝い

9月16日(火)10:00～

集合場所： 中区福祉保健活動拠点なかふく  
ご参加頂ける方は、団体交流室まで  
お越しください!