



ボランティア通信

長岡市社会福祉協議会 ボランティアセンター
 〒940-0071 長岡市表町 2-2-21
 長岡市社会福祉センター トモシア内
 TEL : 0258-94-5588
 E-mail : vc@nagaoka-shakyo.or.jp



HP : tomoshia.jp/

2024 秋季号



Pick up




今回の Pick up は、夏季号に引き続きイベントボランティア特集です。芸術の秋、スポーツの秋にふさわしいイベントです。中には、ちょっと気の早い年末のイベントもあります。

いずれも単発の参加なので、学生をはじめ誰でもが気軽に参加することができます。



| | 団体名・活動名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|---|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | ジュニアスポーツ フェスタ <10/13(日)> | ささえるスポーツ活動運営スタッフ ・設営、受付等の運営補助 ・イベント来場者の体験補助 上記と同じ | 市内中学・高校・大学・専門学校に在籍する生徒・学生 上記と同じ | いずれかを選択 ① 全日 9:00~16:00 ② 午前 ③ 午後 | 長岡市民協働推進部スポーツ振興課 ☎32-6117  |
| 2 | eスポーツ体験会 <11/16(土)> | 会場設営や受付、出演者誘導やコーヒー販売などのイベント運営補助 ※昼食の用意あり | 高校生以上どなたでも | 9:00~16:30 (予定) | ボランティアセンター |
| 3 | トモシア文化祭 2024 <11/10(日)> | 会場設営や受付、出演者誘導やコーヒー販売などのイベント運営補助 ※昼食の用意あり | 高校生以上どなたでも | 9:00~16:30 (予定) | ボランティアセンター |
| 4 | トモシア クリスマスファミリー コンサート 2024 <12/15(日)> | 会場設営や受付、出演者誘導やコーヒー販売などのイベント運営補助 ※昼食の用意あり 場所：社会福祉センター トモシア |  | 10:00~16:30 (予定) | ボランティアセンター |
| 5 | 新潟アルビレックス BB 運営ボランティア | B. LEAGUE の試合運営ボランティア。プロバスケットボールチームにボランティアとして関わることができ、参加後には選手から感謝を込めて一緒に写真撮影！ 詳しくはアルビレックス BB 公式 HP まで | 高校生以上 (18歳未満は保護者の同意が必要) | ① フルタイム： 7時間以上の活動 ② 試合前： 4時間以上の活動 | bb.staff@albirex.com アルビ BB 公式 HP へ 詳細はこちら  |

<イベント系ボランティア>

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|-----------------|--------------------------------|------------------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | まちなかキャンパス 長岡 | 講座の運営補助（会場設営、 受付等）、レコードの整理等 | 講座やイベン トの企画や運 営に興味のある方 | 都合のつく日時 | HPへ  |

<医療系ボランティア>




| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|-----------|------------------------------------------|-------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 2 | 長岡保健所 榎の会 | パーキンソン病患者さんとその 家族の会の運営補助 | 年齢・資格・ 経験は問わず | 平日年4回 2時間程度 長岡市中央公民館 | 長岡保健所 ☎33-4931 |
| 3 | 長岡赤十字病院 | ①再来受付機周辺での患者さん案内 ②タオル帽子製作 (自宅作業のみ) | 長期間可能な方 (学生不可) | ①午前中 ②任意 | 長岡赤十字病院 ☎28-3600 内線2211 |

<教育・子育てボランティア>

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------|
| 4 | 子育ての駅 ①ちびっこ広場 (大手通り) ②てくてく(千秋) ③ぐんぐん(千歳) | イベントや研修会の運営補助 (子どもの見守り、絵本の読み聞かせ、昔遊び、花植え、野菜栽培等) | | 都合のつく日時 | 子育ての駅てくてく ☎21-3860 |
| 5 | こどもみらい食堂 ～カフェふらっと～ | カフェの接客、話し相手等 | 高校生以上 | 毎週水曜日 14:00～18:00 | ボランティアセンター |
| 6 | こどもみらい食堂 ～宿題サポートカフェ～ | 子どもに寄り添った遊びや学習のサポート | 高校生以上 (履修科目、資格の有無は問わず) | 毎週水・金曜日 18:00～19:20 毎週日曜日 14:00～15:20 15:30～16:50 | ボランティアセンター |

ボランティア募集一覧

令和6年10月現在

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|---------------------------|---------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7 | ひだまりハウス (発達障害児を支える家族会) | 座談会や勉強会、体験会の運営補助 | 子育て支援や教育、福祉に興味のある方 | 月2回 (土・日曜日) | HPへ  |
| 8 | 地域活動支援センターany～えにい～ | 発達障害児の放課後や休日のサポート | 高校生以上 | 水・木・金曜日 10:00～17:00 土曜日 10:00～14:00 | ボランティアセンター |
| 9 | 発達障害のためのコロロ親子の会 | 運動などの親子活動のサポート | 高校生以上 | 第1・第3日曜日 10:00～14:00 場所：三島地域 | ボランティアセンター |
| 10 | 放課後子どもスポーツクラブサポーター | 子どもスポーツクラブでの、運動遊びや軽スポーツのサポート 活動の準備や片付けなど指導者の補助 | 18歳以上 | 平日 14:00～19:00 (週1回～) 市内小学校体育館 | 長岡市スポーツ協会 HPへ  |
| 11 | NPO法人ピュアはーと | 活動補助や話し相手 ①学齢期以降の方へのボランティア ②子どもたちへのボランティア | 利用者の気持ちに寄り添い活動できる方 | 平日 ①10:00～14:30 ②14:30～17:30 長期休暇 10:00～17:00 | HPへ  |

＜子ども食堂ボランティア＞

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|--------------|----------------|------|---------------------------------|------------|
| 12 | 新町みんな食堂 | 調理・配膳・清掃等のサポート | | 第3金曜日 14:00～19:00 | ボランティアセンター |
| 13 | こどもみらい食堂 | | | 第2・第4土曜日 10:00～12:30 | |
| 14 | しろうまる食堂 | | | 第2金曜日 15:00～17:00 | |
| 15 | 与板みんな食堂 | | | 第4金曜日 14:00～17:30 | |
| 16 | まちなかコミュニティ食堂 | | | 第3木曜日 13:00～19:00 都合のよい時間 | |

ボランティア募集一覧


令和6年10月現在

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|---------------|----------------|-------------|----------------------------------------------------------------------|------------|
| 17 | 豊愛おひさまパル | 調理・配膳・清掃等のサポート | 各パートで短時間でも可 | 第4土曜日 9:00～11:30 | ボランティアセンター |
| 18 | 黒条みんなの食堂 | | | 第1金曜日 11:00～ (1時間でも可) | |
| 19 | 来迎寺みんな食堂 | | | 第3金曜日 ①9:00～12:00 ②13:00～17:00 ③17:30～17:30 | |
| 20 | 応援食堂ほっぺばあちゃんち | | | 都合のつく時間で1時間でも可 ①毎週月曜日 9:00～16:00 仕込 ②毎週火・木曜日 15:00～18:00 | |

＜環境系ボランティア＞

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|---------------|----------------|--------|--------------------------------------------------------|------------|
| 21 | NPO法人UNE (うね) | お茶づくり、イベント、清掃等 | どなたでも可 | 平日 9:00～16:00 場所：ウネハウス 栃尾地域 ◎平日は長岡駅東口から無料送迎あり | ボランティアセンター |

＜福祉系ボランティア＞

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|--------------|------------------------------------|---------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 22 | ハート・カーの会 | 車椅子利用者も乗車できる車「ハート・カー」の運転 (長岡市内) | 普通免許取得者 入会は70歳まで | 都合のつく日時 | 募集案内へ  |
| 23 | パソコン・ココの会 | 音声パソコンを操作する視覚障害者への支援等 | パソコンの操作に興味のある高校生以上 | 第1・3日曜日 13:30～15:30 | ボランティアセンター |
| 24 | 高齢者や障害者の福祉施設 | 配下膳、洗濯たたみ、軽作業、楽器演奏、演芸披露、遊び相手(ゲーム等) | 要相談 | 要相談 | ボランティアセンター |

ボランティア募集一覧

令和6年10月現在

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|--------------|----------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 25 | 福祉のカフェりらん | 障害のある実習生の見守りやドリンクづくりなどの補助 | 高校生以上 | 月曜日～金曜日 11:00～15:00 場所：アオーレ長岡西棟1階 エプロン、帽子の貸与 | ボランティアセンター |
| 26 | カフェく・る～む | 配膳・下膳、テーブル消毒等の店舗運営補助 | 高校生以上 | 月曜日～土曜日 11:30～13:30 場所：トモシア1階 エプロン、帽子の貸与 | ボランティアセンター |
| 27 | コロニーにいがた白岩の里 | ①利用者の将棋の相手 ②クリーニングの仕分け ③除草、草花の手入れ ④裁縫（衣服の名札付け等） | 年齢・資格・経験は問わず | ①火・木曜日の午後 ②平日の午後1時～3時 ③④都合のつく時 | コロニーにいがた白岩の里企画調整・事業推進室 ☎75-5081 |

＜文化芸術系ボランティア＞

| NO | 団体名 | 活動内容 | 活動条件 | 時間 | 連絡先 |
|----|---------------|------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------|----------------------|
| 28 | 新潟県立歴史博物館 | 資料整理、体験プログラムでの活動補助、館内案内、イベント等の運営補助 | 年間を通して活動できる方 | 開館日の都合のつく時間 | ボランティアセンター |
| 29 | 桜葉の会 | ①新潟少年学院との交流 ②手芸を通じた福祉活動 | どなたでも可 | ①第2金曜日 10:00～11:30 ②第1・第3金曜日 9:30～15:30 | ボランティアセンター |
| 30 | 長岡民話の会 | 越後に伝わる民話の保存と伝承、民話の語り手など | 民話に関心のある方 | 第2水曜日・第4土曜日 13:30～15:30 さいわいプラザ | ボランティアセンター |
| 31 | 長岡市資料整理ボランティア | 災害・復興に関する新聞資料や古文書等の整理 | | 第2木曜日・第4火曜日 10:00～12:00 | 長岡市歴史文書館 ☎36-7832 |
| 32 | 夢がふくらむ風船アートの会 | バルーンアートで子どもや地域の人を楽しんでもらう活動 | | 第1・第3水曜日 10:00～12:00 | ボランティアセンター |

ボランティアのルール

～活動上で気をつけたい5つのポイント～



1 興味や関心のある身近なことからはじめよう！

せっかく取り組むのであれば、なるべく継続したいものです。今の自分にできる身近なことから参加しましょう。

2 無理をしない！

何事も無理をしないことが大切です。最初から欲張ってたくさんのをしようとせず、余裕をもってできることから始めましょう。

3 約束・ルールは必ず守ろう！

活動には多くの人に関わっています。まわりの人に迷惑がかからないよう、活動に合った服装を考慮するなど、約束やルールは必ず守りましょう。個人情報などの秘密を守ることも大切です。まずはあいさつを忘れずに。

4 相手や関係者の立場を尊重しよう！

ボランティア活動では、様々な立場や思いの人たちが、様々な役割で関わります。相手を尊重しお互いに連携しながら、効果が上がるように活動しましょう。

5 保険にご加入ください！

ボランティア活動中に不幸にして事故が起きることがあります。低額で加入できますので、ぜひ、万が一の備えとしてボランティア活動への保険にご加入ください。申し込みはボランティアセンターで受付しております。

助成金について

ボランティア団体等の助成金情報を、長岡市社会福祉協議会ホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

お問い合わせ等はボランティアセンターまでご連絡ください。



▲長岡市社協ホームページ

申込み、連絡先がボランティアセンターとなっているところは、下記までご相談ください。

長岡市社会福祉協議会ボランティアセンター 〒940-0071 長岡市表町 2-2-21

TEL 94-5588 FAX 32-5210

社会福祉センタートモシア 1階総合窓口

平日 9:00～19:00 土曜日 9:00～17:00