



# 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 冬季号

### Pick up



今回の Pick up は、冬ならではのイベントや募集を行うボランティア活動等を掲載しました。

単発の活動でなく、継続できる活動など様々な活動があります。「こんな活動がしたい！」など、希望の活動がありましたらご相談ください。



	団体名・活動名	活動内容	活動条件	時間	連絡先
1	ささえるスポーツ活動 あそびバ! in 長岡 <1/18(土)> 	親子での運動、遊びのプログラム(あそびバ)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 場所: アオーレ長岡アリーナ 申込期日: 1/14(火)	市内中学・高校・大学・専門学校に在籍する方	8:00 ~12:00	長岡市民協働推進部スポーツ振興課 ☎32-6117 申込フォーム 
2	長岡雪しか祭り 雪あかりボランティア <2/15(土)> 	雪あかりの会場準備・撤収 場所: 千秋が原ふるさとの森 ※ボランティア認定書発行可 ※ほかにも雪しか祭りの会場設営・交通誘導などのボランティアも募集しています 申込期日: 1/17(金)	高校生以上どなたでも ※詳細は HP に掲載	14:00 ~19:30	一般社団法人長岡観光コンベンション協会 ☎32-1187 HPへ 
3	スノーフェスティバル in 越路 <2/8(土)> 	スタッフと共に雪遊び広場内での子どもアクティビティの運営補助(ダーツアーチェリー、トラックアウト、そり遊びなどのサポート) 場所: 成出運動広場付近 ※来迎寺駅までの送迎あり ※昼食支給 申込期日: 1/31(金)	1日屋外での活動なので、体力に問題のない方	9:30 ~17:30	スノーフェスティバル in 越路実行委員会 ☎92-5903

<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	新潟県立歴史博物館	資料整理や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など。 登録：原則1年間 (R7.4/1~R8.3/31) 申込:1/12(日)~2/16(日)	・高校生以上 ・健康で通う事の出来る方 ・3/2(日)の事前説明会に参加できる方	9:30~16:00の間 で都合のつく時間	新潟県歴史博物館 ☎47-6135
2	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！	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@albir ex.com アルビBB公式HPへ 
3	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
4	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
5	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
6	ゆいジョブながおか	子どもの仕事体験の補助 (お住まい周辺の就労体験事業所)	どなたでも可	平日の夕方もしくは は土日(月1回1時間程度)	ゆいジョブ事務局 ☐ yuijobunagaoka@gmail.com

# ボランティア募集一覧

令和6年12月現在

NO	団体名	活動内容	活動条件	時間	連絡先
7	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
8	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
9	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 
10	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
11	発達障害のためのコロコロ親子の会	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
12	放課後こ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 
13	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
14	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
15	こどもみらい食堂			第2・4土曜日 10:00～12:30	

ボランティア募集一覧

令和6年12月現在

NO	団体名	活動内容	活動条件	時間	連絡先
16	しろうまる食堂	調理・配膳・清掃等のサポート		第2金曜日 15:00～17:00	ボランティアセンター
17	与板みんな食堂			第4金曜日 14:00～17:30	
18	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	
19	豊愛おひさまパル			第4土曜日 9:00～11:30	
20	黒条みんなの食堂			第1金曜日 11:00～ (1時間でも可)	
21	来迎寺みんな食堂		各パートで短時間でも可	第3金曜日 ①9:00～12:00 ②13:00～17:00 ③17:30～17:30	
22	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
23	長岡市緑化センター花テラス	年間を通しての花づくり (タネから花を育てる)	年間を通して活動できる方	9:30～11:00	☎39-8718 HPへ 

<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
24	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73歳まで	都合のつく日時	募集案内へ 
25	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

ボランティア募集一覧

令和6年12月現在

NO	団体名	活動内容	活動条件	時間	連絡先
26	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
27	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
28	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
29	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都合のつく時間	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
30	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
31	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
32	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
33	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に楽しんでもらう活動	どなたでも可	第1・第3水曜日 10:00～12:00	ボランティアセンター

## <地域福祉ボランティア>

NO	活動名	活動内容	活動条件	活動時間	連絡先
34	ボランティア銀行 	専門技術は不要。軽易な日常生活のお手伝い（洗濯、調理、掃除、買い物、ゴミ出し、話し相手等、 冬季：玄関前の雪かきなど） ・謝金あり（1回250円～）。	活動に理解いただける方	利用者の希望日時と協力者の活動可能な日時をもとに調整	長岡市社会福祉協議会地域福祉課 ☎33-6000
35	ふれあい型食事サービス 	ひとり暮らし高齢者等を対象としたお弁当の調理や配達等 ・集まって食べる会食型、お弁当配達の配食型があり、形態は地区によって異なります	活動に理解いただける方	活動地区によって、活動日時が異なります。	  HPへ 
36	福祉送迎サービス 	自家用車を用いて、高齢者や障害者等の通院送迎 ・燃料費助成あり（20円/km）。	74歳以下の健康な方	利用者の希望日時と、協力者の活動可能な日時をもとに調整	

## <災害ボランティア>

NO	活動名	活動内容	活動条件	活動時間	連絡先
37	災害ボランティア（事前登録） 	がれき撤去や泥出し、除雪作業など <活動の流れ> ・事前登録→活動要請→活動へ	活動に理解いただける個人・団体等（ボランティア活動保険加入）	活動要請時に決定	ボランティアセンター ☎94-5588 

## 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 興味や関心のあることから始めよう！**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。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！**無断でお休みはNG。活動で知った個人情報などは秘密厳守です。
- 4 相手や関係者の立場を尊重しよう！**様々な立場、思いで参加しています。お互いに尊重を。
- 5 保険にご加入ください！**活動中の事故やケガに備えて加入をお勧めしています。

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