



いしかわ社協 地域福祉・ボランティアセンターだより

# てるぼ通信

編集・発行

社会福祉法人 市川市社会福祉協議会  
地域福祉・ボランティアセンター

所在地：市川市東大和田1-2-10

連絡先：047(320)4002

ボランティアの皆さまには、いつもご協力いただきありがとうございます。  
新型コロナウイルスの影響でボランティア活動が休止になっていた時もありましたが、この3年間で少しずつボランティア活動が再開してきています。「人と話す機会が減ってしまった。話し相手に来て欲しい」というコロナ禍ならではのボランティア依頼も増えてきております。  
今回は新たに登録され活動している個人・団体を集めました。皆さまの活動の参考になれば幸いです。

## ～コロナ禍でも元気に活動中！ボランティア紹介～

### 登録ボランティアグループ ベリーグッド



Q. 「ベリーダンス」とはどんな踊りでしょうか？

A. 中東発祥と言われていて、セクシーなイメージがありますが、上半身と下半身を別々に動かしたり、お腹（ベリー）を小刻みに震わせるのが特徴です。

Q. どんな活動をしていますか？

A. 高齢者や障がい者等の施設に訪問して、踊りを披露しています。利用者さんたちと会話を楽しんだり一緒に踊ったりもしています。グループを立ち上げて3年、当時は踊れる曲も3曲でした。今では7曲に増え、すべてが粕谷さん（代表）のオリジナルの振り付けです。



Q. 活動のやりがいや良かったことは何ですか？

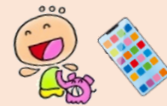
A. 皆さんに「素敵」「綺麗」など喜んでもらえるところです。楽しい時間を共有できて練習の励みにもなります。

Q. 今後はどのような活動を考えていますか？

A. 施設等を訪問して、ベリーダンスの楽しさと元気を届けたいです。そのためにも仲間の輪を広げていきたいので、興味のある方の参加をお待ちしています。

- 練習日：月に2回
- 主な練習場所：曾谷公民館
- 問い合わせ先：地域福祉・ボランティアセンター

### 登録個人ボランティア 田原真理さん



～ボランティアは元気をもらえる活動～

Q. 活動を始めたきっかけは？

A. 仕事でキャリアを積んでいましたが、平成23年の東日本大震災をきっかけに「このまま仕事だけ続けていてもいいのか…」と思うようになり、広く社会に貢献するためにボランティア活動を始めました。

Q. どのような活動をされていますか？

A. お話し相手のボランティアを月1回しています。元々は、スマホの操作の仕方を教えて欲しいとボランティアの依頼を受け、「正直私にできるのか」と思いながら引き受けました。操作のボランティア活動は数回で終了しましたが、そのままお話し相手のボランティアとして続けることになり毎月とても楽しい時間を過ごしています。他にも、心身の相談をお受けするみんなの保健室、地域ネコの保護活動、子ども食堂など色々な活動をしています。

Q. 長く活動を継続する秘訣は何ですか？

A. ボランティアは、してあげるのではなく、自分が元気をもらえることです。こんなに楽しい活動はありません。また、ストレスのあるボランティアは長続きしないし、合うかどうか自由選択できるのがボランティアの良いところです。「どうかなあ」と思っても活動してから決めればよいと思います。



お話し相手ボランティアの活動先での田原さん（左）

令和5年度(4月1日以降の)「ボランティア活動保険」の加入受付が始まります

保険料(1名あたり)	
基本プラン	350円
天災・地震補償プラン	500円
特定感染症重点プラン	550円

※基本プラン、天災・地震補償プランに年度途中の加入をした場合、特定感染症に罹患しても補償開始日より10日間は補償範囲外となります。「特定感染症重点プラン」の場合は、特定感染症に罹患すると補償開始日より補償されます。

※被災地でのボランティア活動を行う場合は、二次被害への備えとして天災プランにご加入いただくようお願いいたします。(加入プランを変更する場合は、改めて新規に加入手続きが必要です。)

3月上旬より受付開始

【補償期間】

加入日翌日から年度末(令和6年3月31日)まで  
令和5年3月31日までに加入いただくと  
4月1日から1年間の補償期間となります。

【手続き方法】

ボランティア活動保険の受付は、窓口にお越しいただき、現金のみの取り扱いとなります。予めご了承ください。

◆受付窓口 … 地域福祉・ボランティアセンター  
行徳ボランティアセンター



はじめてみようボランティア講座

～子ども食堂とフードバンクの活動について～

市川市内の子ども食堂やフードバンクについて、取り組みや現状を学び、出来ることからボランティアを始めてみませんか?

日時: 令和5年2月26日(日) 14:00~16:00

場所: 勤労福祉センター本館 3階 大会議室(南八幡2-20-1)

講演①: 「子ども食堂の活動について」

講師: 市川子ども食堂ネットワーク代表 渡邊 裕美氏

講演②: 「いちかわフードバンクの取り組みについて」

講師: 市川市社会福祉協議会 職員

申込み先 地域福祉・ボランティアセンター (047-320-4002)

定員 100名

参加費無料

ぞうきん・タオル寄付のお願い

令和4年2月より始まった「自宅deボランティア」の活動により、1300枚以上のぞうきん・タオルが集まりました。

これまでに23の施設へお届けし、「大変ありがたい」と感謝の言葉をいただいています。今後もこの活動を継続していきますので、ご協力をよろしくお願いいたします。



ボランティア募集情報

施設名: (福)市川レンコンの会  
レンコンの駅 中山店  
日時: 週1回(木) 10:00~11:30  
内容: 散歩の際の見守り、ごみ拾い  
場所: 下総中山駅周辺  
問合せ: 地域福祉・ボランティアセンター  
～障がいのある方たちと楽しく活動しませんか?～

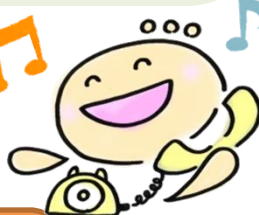
法人名: NPO法人 <sup>みののさと</sup> 實埜里  
日時: ①週1回(土) 9:00~15:00  
②時間は応相談  
内容: ①一緒に歌を歌う、食事作りのお手伝いなど  
②作業所内で製造した物の写真撮影をする  
場所: ①②ともに作業所内(本北方)  
問合せ: 地域福祉・ボランティアセンター  
～趣味や特技を生かして、障がいのある方へのサポートをお願いします～

ボランティアコーディネーターのつづき

コロナ禍の中で活動されているボランティアさん、本当にありがとうございます。年がかわり少しずつですが普通の生活に戻りつつあります。しかし、まだまだ油断できない状況です。ところで皆さん、最近はお家に閉じこもりがちになっていませんか?外に出て、近所の方や子どもたちに挨拶してみましょう。だれでもすぐにできるボランティアです。陽の光を浴び、人と話をする普通の生活がいかに大切だったか...実感中!!

施設名: NPO法人千葉精神保健福祉ネット  
ハピネス行徳そと  
日時: 週1回(平日) 9:00~17:00の間  
内容: お話相手、作業補助、学習支援  
場所: 施設内(塩焼)  
問合せ: 行徳ボランティアセンター  
～障がいのある方と楽しくお話をしませんか?～

一緒にやってみよう!



ボランティアに関するお問い合わせは...

地域福祉・ボランティアセンター  
(市川市社会福祉協議会内)

住所: 〒272-0026

市川市東大和田 1-2-10

電話: 047(320)4002

開所時間: 月~金 8:40~17:40

行徳ボランティアセンター  
(行徳支所内)

住所: 〒272-0121

市川市末広 1-1-31

電話: 047(356)0007

開所時間: 月~金 9:00~17:00

※土日祝祭日、年末年始(12月29日~1月3日の期間)は、お休みです

