

つながろう
つなげよう！



9月号
No.216
2026.9.15

Let's ボラ



ボランティアセンター通信
「Let'sボラ」

発行月：奇数月（予定）

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

あなたのちょっとした「スキマ時間」 誰かのためにつながるかも！

ボランティアセンターとは？

社協の事業の1つでもあるボランティアセンターは、ボランティアへ興味がある方やボランティアに来ていただきたいと思っている方をおつなぎする窓口です。「ボランティアをしてみたいけど、どうしていいかわからない」「ボランティアさんをお願いできる事はこういった事が教えて欲しい」等、様々な相談を受け付けています。お気軽にご来館・お問い合わせください。

ボランティア インタビュー

石井 清子 さん

今回は“ボランティア広報紙 Let'sボラ”の封入作業を長年続けながら、
様々なボランティアをされている石井さんにお話を伺いました！



Q：ボランティアを始めたきっかけを教えてください

A：近所で「一緒に病院へ付き添ってくれる人がいない」と困っている方がいて、付き添ったことがきっかけです。それから、ボランティアとして病院への付き添いを始めるようになりました。もう少し活動を広げたいと思い、ボランティアセンターに相談したところ「広報紙の封入作業」「山下公園清掃ボランティア」を紹介され、色々な活動を経験することができました。現在は、障害のある方の外出付き添いやケアプラザで行われる事業のお手伝いを行っています。

「お互いさま」の精神で様々なボランティア活動を10年以上続けてこれました！

Q：ボランティア活動をしていて嬉しかったことはありますか？

A：嬉しかったことは「人との出会い」です。年齢関係なく様々な方と喜怒哀楽を共にして活動できることがとても嬉しく、感謝の言葉やお相手が笑顔になる姿を見るとやりがいを感じます。ボランティアで知り合った方が、まちで声をかけてくれることもあり、人とのつながりが広がっていることを実感します。

Q：これからボランティア活動をはじめる方に一言お願いします

A：最初は「人のために」と思い活動していたボランティアですが、結局、自分のための活動になっていることに気づきました。今、元気でいられるのも長年のボランティア活動で色々な方と出会い、パワーをいただいたからです！「今、できる時にできることを！」気負わずに始めてみてほしいです。

インタビューにご協力いただきありがとうございました！皆さまが広報紙を通じてボランティアを始めるきっかけになると嬉しいです。

中区ボランティアセンター通信

◇問い合わせ・申込先：中区社会福祉協議会 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



10月1日から赤い羽根共同募金運動がはじまります

皆さまよりお寄せ頂いた募金は、毎年区内施設や団体の活動費・助成金として配分され、地域福祉活動に役立てられています。

中区では、**10月1日(木)**を中心に区内各地で「街頭募金」を実施予定です。

ご協力をお願いいたします。



2026年
共同募金PR大使
野毛山動物園の
レッサーパンダ
「イチゴ」



2026年版
マリノスケ
ピンバッジ！



募金を500円以上ご協力いただいた方に
ピンバッジをお渡しできます

今月のボランティア情報&開催講座のご報告

YNBS・中区ボランティアセンター 共催

募集中! 山下公園通り海側歩道 グリーンアップボランティア

【日 時】 10月17日 (土)

11月21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

【定 員】 各日 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



予約フォーム

グリーンアップボランティア 開催!

7月18日(土)に「山下公園海側歩道の清掃活動」を学生限定で開催。清掃後はミニ講座を開き、学生に紹介できるボランティア情報の紹介等を行いました。

共催：ボランティア団体YNBS



ボランティア広報紙(Le't'sボラ)

募集中! 発送作業のお手伝い

11月16日(月)10:00~

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

なかふく夏休みふくし体験講座2026 開催!

7月29日(水)「中途障がいの方とのボッチャ体験」

7月30日(木)「視覚障がい者サポート体験」を

開催。当日は、当事者の方からのお話や障がいについて学ぶことができる体験プログラムを行いました。参加者からは「障がいある・なし関係なく、みんなで楽しみながら体験できて良かった」「当事者の方から貴重なお話を聞いて勉強になった」等、感想をいただきました。



協力：中途障害者地域活動センター チャレンジ新生
ボランティア団体 KAMEの会

おいせ

ボランティア交流会を開催します! 詳細は追ってホームページに掲載しますのでご確認ください。

【日時】12月12日 (土) 10:00~12:00 【場所】中区福祉保健活動拠点なかふく