



ご自由に
お持ちください
**TAKE
FREE**

ぼらんていあ ニュース

あなたらしく。
はじめる、つながる。
きっかけ応援誌！

災害ボランティアって何？ ～災害ボランティアのはじめ方～

Q1 災害ボランティアとは、 どんな活動をするの？

大規模な自然災害が発生した際、被災した地域や住民が、1日でも早く元の生活に戻れるようお手伝いすることを目的に力仕事・事務作業・心のケアなどさまざまな活動があります。

【主な活動例】

がれきの撤去・分別

室内清掃



泥だし

引っ越しの手伝い

炊き出し



イベントや
サロン活動の支援

物資・衣類の
仕分け

災害ボランティア
センター運営の手伝い
など

Q2 被災地に行く前に 準備することは？

災害が発生したら、すぐに駆け付けたいという思いがあると思いますが、求められるニーズは、災害や被災地によって異なりますので、全国社会福祉協議会などのSNSやウェブサイトでの最新情報を必ず確認してください。

■ 状況に合わせて準備

- 帽子、ヘルメット
- マスク
- 軍手やゴム手袋
- タオル
- 長袖・長ズボン
- 着替え
- 食べ物・飲み物
- 常備薬、目薬など

Q3 被災地で 実際に活動するには？

災害ボランティアセンターで受付し、オリエンテーションを受けてから活動をはじめます。

※災害ボランティアセンターは、災害時に被災地の社会福祉協議会を中心に設置され、ボランティアの受付、被災者の要望(ニーズ)とボランティアの調整(マッチング)を行い、両者をつなぐ役割を果たします。



文京ボランティア支援センター TEL 03-3812-3114 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp



どっとファミコムでは、ボランティア情報やワークショップ・イベント、文京区で活動されている団体の紹介など、さまざまな地域活動の最新情報を見ることができます。気になる情報は、どっとファミコムのサイトでチェックしてみてください！



<https://d-fumi.com>

ご相談
ください

ボランティアに関心がある方、興味を持った方、

やってみたい！

してほしい

話を聞きたい！

など、ボランティアについての質問や問合せ、ご相談を下記の文京ボランティア支援センターまでご連絡ください。

発行 社会福祉法人 文京区社会福祉協議会 文京ボランティア支援センター

<https://www.bunsyakyo.or.jp>

〒113-0033 東京都文京区本郷4-15-14 文京区民センター4階

開所日 月～金曜日(祝日年末年始除く)

TEL 03-3812-3114 FAX 03-5800-2966 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp

窓口開所時間 8:30 ~ 17:15

ぼらんていあニュースは、封入ボランティアの皆さんのご協力のもと、お届けしています。いつもご協力ありがとうございます。

TOPICS

- 1 「ツキイチ」がきっかけで、地域に仲間ができました
- 2 ボランティア募集情報 / ボランティア保険
- 3 「ツキイチ」ボランティア
- 4 災害ボランティアって何？



「ツキイチ」がきっかけで、地域に仲間ができました

文京ボランティア支援センターでは、ボランティア活動を気軽にはじめていただくことを目的に「ツキイチ」を実施しています。今回は仕事や家庭の事情で地域になじめずにいたけれど、「ツキイチ」に参加したことがきっかけで、地域に仲間ができたというUさん、Tさんのお二人にお話をうかがいました。



家族の介護を10年間続けてきましたが、一段落ついたこともあり、何かはじめようかと思っていたところ、「ぼらんていあニュース」を目にし、これなら何のスキルがなくても大丈夫だと思い、参加しました。

(Uさん)



Tさんと同じく「こまじいのうち」*で活動を続けていますが、気軽に参加できてとても居心地がいいです。自分の孫は大きくなり、子どもたちと接する機会が無くなっていましたが、「こまじいのうち」の活動に参加したことで、今では小さなお子さんの笑顔に癒されています。

(Uさん)

「ツキイチ」に参加した
きっかけを教えてください



「ツキイチ」に参加する
前と後で
どんな変化がありましたか

「ツキイチ」については3面へ

文京区に30年以上住んでいながら、職場と家の往復だけで地域のことは何も知らないし、誰とも関わりを持ってきませんでした。

ボランティアについては、これまで職場の近くで活動してきましたが、定年退職となり、コロナ禍での外出制限なども重なり、地元の活動に目を向けるようになった頃に

「文社協だより」を見て、参加してみようと思いました。

(Tさん)



現在は「こまじいのうち」*という地域の居場所を文京ボランティア支援センターより紹介され、Uさんと一緒に活動を続けています。これまでの活動とは趣が異なり、少し戸惑った部分はありましたが、今ではすごく居心地の良い場所になりました。

型にはまった活動内容ではなく、ゆったりとした空気間の中で自由にさせていただいています。また、地域にも仲間ができてとても良かったです。

(Tさん)

*「こまじいのうち」は、赤ちゃんから高齢者まで多世代がゆるくつながる居場所です。

文京ボランティア支援センター TEL 03-3812-3114 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp

COME ON ボランティア 小石川植物祭・外周清掃ボランティア募集

本年も開催予定の「小石川植物祭」の企画・運営に携わるボランティアを募集します。
また、小石川植物園外周の落ち葉掃き・ゴミ拾いのボランティアも合わせて募集しますので、お気軽にお問い合わせください。
※外周清掃ボランティアは植物園がボランティア保険に加入しますので、個人で加入いただく必要はありません。

1 企画・運営ボランティア

- 日時 随時
- 場所 小石川植物園など(文京区白山3-7-1)
- 内容 祭の企画・運営
- 対象 高校生以上
- 問合せ・申込み KASA Eメール: info@kovalevasato.com



2 外周清掃ボランティア

- 日時 毎月第2、4土曜日 9:30~11:30(※途中参加・終了も可能)
- 場所 小石川植物園外周(文京区白山3-7-1)
- 対象 10歳以上の活動できる方
- 定員 20名程度
- 問合せ 東京大学植物園後援会事務局 TEL:03-3814-2625 ※10:30~16:00「月曜日」
Eメール: koenkai@ns.bg.s.u-tokyo.ac.jp
- 詳細・申込み <https://www.bg.s.u-tokyo.ac.jp/common/koenkai>



ボランティア保険のご案内

ボランティア保険は、ボランティア活動中の偶然な事故により、ボランティアで自身が被った「ケガ」、およびボランティア活動により他人に対して損害を与えたことによって生じた「賠償責任」に対する補償をセットにした保険です。



加入方法はこちら

- 文社協窓口で加入書類(加入申込書・保険料払込用紙)を入力し、記入
- 保険料を郵便局もしくは銀行にて払込み、支払証明書を受領
※現金支払いは、別途手数料が発生します。
- 文社協窓口にて申込書と振込控えを提出

加入前にご確認ください

- ▶文社協窓口では保険料のお振込みを承っておりません。
- ▶保険期間は年度毎です。毎年度ご加入ください。
- ▶令和5年3月31日以前にご加入の場合は、令和5年4月1日0時から令和6年3月31日24時までの1年間補償されます。令和5年4月1日以降にご加入の補償期間は、加入手続き完了日の翌日0時から令和6年3月31日24時までとなります。
※令和5年度の申込用紙は、3月下旬からのお渡しを予定しています。

文京ボランティア支援センター TEL 03-3812-3114 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp



「ツキイチ」ボランティアに参加してみませんか?

1度だけでも。

1時間だけでも。

「ちょっと覗いてみよう」からはじまるボランティア、あります。



文京ボランティア支援センターでは、ボランティア活動は敷居が高いと思っている方、まずはどんなものか体験してから活動に参加したいと思っている方などが、参加しやすくなるよう月に1回「ツキイチ」ボランティアを実施しています。内容は月ごとに変りますが、主に創作活動(折り紙でアジサイを作成し、施設に寄贈するなど)を行っています。区内在住・在勤・在学の方でしたらどなたでも、1度だけでも、1時間だけでもご参加できるボランティア活動です。見学もご自由ですので、お気軽にご相談ください。

- 実施日 令和5年 4月21日(金) 5月22日(月) 6月27日(火)
7月26日(水) 8月30日(水) 9月22日(金)
10月23日(月) 11月21日(火) 12月20日(水)
令和6年 1月26日(金) 2月28日(水) 3月25日(月)

場所 文京区社会福祉協議会 ボランティア活動室
文京区本郷4-15-14 文京区民センター4階

時間 「知る」ツキイチ 13:30~14:30
「やる」ツキイチ 14:45~16:45 ※退出自由

参加対象 区内在住・在勤・在学の方

申込締切 各実施日の前日(実施日が月曜日の場合は、前の週の金曜日)までに、下記までお申込みください。



文京ボランティア支援センター TEL 03-3812-3114 Eメール vorasen@bunsyakyo.or.jp