

題字・イラストはボランティア活動を
されている高木さんに描いていただき
ました。



地域情報紙「ばとん」は3ヶ月に1回発行します。
ボランティア活動者の声やメッセージを届け、
つなぎ(ばとん)ます。

地域でこんな活動をしています！

講座受講後の活動者にインタビュー

新宿区社会福祉協議会では、ボランティア活動に役立つ様々な講座を開催しています。
今回は、講座を受講されて、実際にボランティア活動をしている方にお話を聞きました。

若松町 地区

ナカムラ ヒサコ

中村 尚子さん



■どのような講座に参加されましたか？

「地域コーディネーター講座（ファシリテーション講座）※1」と「災害ボラン
ティア養成講座※2」を受講しました。0歳児の子育て支援プログラムのファシリテ
ーターをすることがあり、今一度、学び直すために、受講しました。

■受講後、ボランティア活動にどのように役立ちましたか？

私は、0歳児とママを支援するプログラムの講師をしながら、地域の子育てサロン
「0っこ（ゼロっこ）ひろば」の代表として、ボランティア活動をしています。また
東京で災害が起きた時、“赤ちゃんがいる家庭は災害弱者になりうる”ということ
を伝え、具体的なイメージをもって、サポートできるようになりました。

■活動者からのメッセージ

私がボランティアを続けられるのは、楽しいから！赤ちゃんが好きだから！です。
お金をもらわなくても、自分のやりたいことができるのは幸せなことです。

大久保 地区

テイ チケン

鄭 智献さん



■どのような講座に参加されましたか？

「地域コーディネーター講座※1」を受講しました。いずれ、コーディネーター
として、活動したいと考えています。

■受講後、ボランティア活動にどのように役立ちましたか？

西新宿シニア活動館で台湾独自の言葉・文化・生活を知る「台湾文化を学ぼう」という
講座で講師をしています。この活動で、自分の力を発揮できる機会だけではなく、地域と
のつながりを作るという視点を持って挑み、実践できました。

■活動者からのメッセージ

数多くのボランティア活動への参加は難しいと思いますが、単発の活動でも社会貢献
になります。休日に参加できるボランティア活動もありますよ！

戸塚 地区

モリタ マサコ

森田 マサ子さん



■どのような講座に参加されましたか？

「認知症サポーター養成講座※3」を受講しました。その他にも、「地域
コーディネーター講座※1」や、新宿区社会福祉協議会で開催する講座に、
可能な限り参加しています。

■受講後、ボランティア活動にどのように役立ちましたか？

「健康マージャン憩いのサロン」を立ち上げました。一人暮らしの高齢者や、
孤立してしまう高齢者が多いですが、講座で学んだことを活かし、皆さんが
孤立せずに、交流できる場としてサロンを活用してもらっています。

■活動者からのメッセージ

サロンに参加している方は年配の方が多く、来てくださった時にこちらか
ら声をかけるようにすると、相手の方は歓迎されている気持ちになります。

サロンでは、「オアシス」（おはよう・ありがとう・しつれい・すみません）
をモットーに運営をしています。

※1）地域でのネットワーク作りの視点をもって活動するコーディネーター養成講座 ※2）災害時、被災地で活動するボラン
ティアの基本を学ぶ講座 ※3）認知症に対する理解・対応方法を学び、本人や家族を支援するサポーターになる講座

～活動や講座にご興味がある方は、裏面連絡先ボランティア・コーナーにご連絡ください～

若松町

第8回 箱根山駅伝大会が開催されました

3月5日（日）、毎年恒例の箱根山駅伝大会が開催されました。当日は、雲ひとつない晴天で、春を感じられる穏やかな駅伝日和でした。

走者は、5人1チームとなり、小学生の部15チーム、一般の部16チーム、町会・自治会の部13チームが参加しました。東戸山小学校をスタートし、箱根山を駆け抜けます。大人も子どもも一丸となり、一人約1,000Mを走り、次の走者にタスキをつなぎました。

走り終えた方からは、「思っていた以上に登り坂がきつかった。」や、「今年も参加できて、楽しかった〜！」との声がありました。応援の方も、たくさん来場していて、沿道からは、「がんばれー！あと少し〜！」など、力強い声援が飛び交っていました。

完走後には、各チーム互いの健闘を称え、キラキラした笑顔がたくさん見られました。



一般の部
スタート！



小学生の部
箱根山を
走り抜けます！



熊本地震に対する支援への
お礼のため、熊本県から
「くまモン」も登場しました！

大久保

「五月まつり」に出展します

第24回「五月まつり」が大久保地域センターにて、開催されます。

毎年5月に行われる地域センターのお祭りで、3階では子ども向けの遊びや体験のコーナーや食べ物の販売があります。4階多目的ホールでは大久保地区ならではのブラジルの格闘技の紹介、韓国の舞踊など多文化な催し物の披露があります。

新宿区社会福祉協議会では、「福祉・バリアフリーを楽しく学べる間違い探しゲーム」を出展します。是非、お気軽にご来場ください。

<日時>

5月20日（土）
午前10時～午後3時半

<場所>

大久保地域センター



福祉・バリアフリー間違い
探しゲームをします！

戸塚

「わくわくサロン」の紹介

★活動内容紹介

まず、体操をして、身体をほぐします。その後、みなでお茶を飲みながら、楽しくおしゃべりをします。最後は、ピアノ伴奏に合わせて、童謡や唱歌等、参加者全員で合唱します。

★活動者からのメッセージ

地域にお住まいのシニアのみなさまを中心に、気軽に集まっていたいただき、顔の見えるコミュニティを作りたいと願い、サロンを開催しています。

<日時>

毎月第3火曜日 午前10時～正午
（8月・12月はお休み）

<開催場所>

東京YMCA
山手コミュニティーセンター

<参加費>

300円（保険・茶菓子代）



サロンの様子
気軽にいらしてください！

新宿ボランティア・市民活動センター

[場所]新宿区高田馬場1-17-20 新宿区社会福祉協議会内
[開庁時間]月～土曜日（日・祝除く）午前8時半～午後5時
※毎週火曜日 ボランティア・市民活動相談 午後7時まで

[TEL]03-5273-9191

[FAX]03-5273-3082

☆ボランティア活動に関する相談やお問い合わせは、
どうぞお気軽にお寄せください☆

大久保ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場所]新宿区大久保2-12-7 大久保特別出張所内
[開庁時間]月～金曜日 午前10時～午後5時

[TEL/FAX]03-3209-8851

若松町ボランティア・地域活動サポートコーナー

[場所]新宿区若松町12-6 若松町特別出張所内
[開庁時間]月～金曜日 午前10時～午後5時

[TEL/FAX]03-6380-2204