



# ボランティア通信

ボランティア通信 長岡市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  
TEL0258-94-5588 FAX0258-32-5210  
E-mail : vc@nagaoka-shakyo.or.jp



HP : tomoshia.jp/

# 9 月号

## 2020 年

### 各種情報

## ボランティア大学 初心者講座

～障害のある方を支えるボランティア～

初めての方、興味のある方ならどなたでも！！

### 点字

視覚障害者のために必要な情報を点字にして伝えます

- ・日時  
10/7、10/14、10/21、10/28、11/4、  
11/11、11/18、11/25 (計8回)  
毎回水曜 13:30～16:00

- ・講師  
長岡点訳の会



### 音声訳

視覚障害者のために必要な情報を音声にして伝えます

- ・日時  
10/13、10/20、10/27、11/4、11/10、  
11/17、11/24、12/1 (計8回)  
毎回火曜 10:00～12:00

- ・講師  
長岡音声訳の会



### 手話

聴覚障害者のために手の動きや手の形で意味を表し伝えます

- ・日時  
10/14、10/21、10/28、11/4、11/11、  
11/25 (計6回)  
毎回水曜 13:30～15:30

- ・講師  
長岡市手話サークル



### 要約筆記

聴覚障害者のために話している内容を要約し、文字にして伝えます

- ・日時  
10/7、10/14、10/21、10/28 (計4回)  
毎回水曜 10:00～12:00

- ・講師  
長岡要約筆記サークル



**受講料** 無料 (材料費等、若干の実費がかかる場合があります)

**定員** 5～10名程度 **締切** 各講座初回の1週間前まで

**会場** 長岡市社会福祉センタートモシア

<申込み・問い合わせ先> 長岡市ボランティアセンター



申込QRコード

## お知らせ

参加者募集！

**先輩ボランティアのトーク！etc**  
これから活動する方や現在活動している方の話を聴いて、何でも質問してみよう！  
ボランティアについて知りたい、やってみたいけどちょっと、今やっている方も、どなたでも参加OK！  
申し込み不要。ドリンク・お菓子あります。気軽によれるボランティアトークカフェです。

日時：9月28日(月)  
13:30～15:00

会場：トモシア

参加費：無料

申込み：不要

## お知らせ

申し込み受付中！



上のQRコードからも申し込みできます。

## 傾聴ボランティア講座

傾聴の基礎を学び、ボランティア活動をはじめませんか。

長岡傾聴ボランティアサークルがあなたの活動をバックアップします。

### 1回目 活動をはじめするためのファーストステップ

相手に寄り添いながら話を聴くためのスキルを学びます。

### 2回目 知識向上のためのスキルアップ

前回の講義で学んだスキルを用いて、事例に基づいたロールプレイを行います。

主催：長岡傾聴ボランティアサークル  
共催：長岡市ボランティアセンター

日時：

1回目 10月2日(金)  
10:30～16:30

2回目 11月20日(金)  
13:00～16:30

会場：トモシア

定員：25人

参加費：毎回1,000円

申込み：

9月25日(木)まで  
長岡市ボランティアセンターにハガキまたはFAX、左のQRでお願いします。

## お知らせ

### AI体温計



正常な体温です！

## トモシア利用のご案内

長岡市社会福祉センタートモシアは、新しい生活様式に沿った利用制限をお願いし、ご協力いただいています。

- ・3密を避ける。
- ・利用時間は必要最小限に。人との間隔は2m。
- ・必ずマスクの着用を。手指の消毒・手洗い。
- ・館内入口での「AI体温計」による検温。
- ・体調不良の方は入館をご遠慮ください。
- ・フリースペースは当面の間利用できません。

**利用時間は当面の間9時から21時までです。**

○利用のルールは、新型コロナウイルスの感染状況により変わりますので、ご了承ください。

詳細は、長岡市社会福祉センタートモシアにお問い合わせください。

電話：32-5200

FAX：32-5210

# ボランティア情報



興味がある情報など、長岡市ボランティアセンターにお気軽にご相談ください。(連絡先は最下段に記載)

一部、新型コロナウイルス感染症関連で、休止している活動もありますが、新たな情報も入ってきます。お問合せください。

募集期間 随時	<p><b>カフェ く・る～む</b></p> <p>社会福祉センタートモシア 1階にあるカフェです。ボランティアを募集中です！ 現在20人程度のボランティアが活動中です。</p>	<p>日時：都合のよい曜日・時間 場所：カフェ く・る～む 服装：エプロン、帽子を貸与 対象：高校生以上</p>
募集期間 随時	<p><b>カフェ りらん</b> <a href="http://caferiran.info/">http://caferiran.info/</a></p> <p>アオーレ西棟1階ホワイエの カフェりらん でボランティア募集中です。7月20日に再開しました。月1～2回程度。1か月前に予定を組みますので、ご都合をお聞かせください。</p>	<p>日時：月曜日～金曜日 11:00～15:00の間 場所：カフェ りらん 服装：エプロン、帽子を貸与 対象：高校生以上</p>
募集期間 随時	<p><b>トモシアサポートクラブ</b></p> <p>トモシアが多くの市民の方に活用され、福祉やボランティアの交流の場となるよう、応援や支援を目的に活動するクラブです。</p>	<p>場所：トモシア 対象：高校生以上 内容：フリースペースの飾りつけ、イベントや講座のサポートなど</p>
募集期間 <b>急募！</b>	<p><b>ハート・カーの会</b></p> <p>福祉車両「ハート・カー」の運転とリフト操作のボランティアです。ご利用者を介助する方が一緒に乗車しますので、運転に専念できます。 運転ボランティア募集中！</p>	<p>日時：都合のよい日時 あらかじめ都合を伺ってから運転を依頼します。</p>
募集期間 <b>5ページもご覧ください。</b>	<p><b>フードバンクにいがた 長岡センター</b></p> <p>長岡センターにご寄付いただいた食品の整理、配達準備、配達などのボランティアです。 また、現在、ひとり親家庭への支援のお米を募集しています。長岡市ボランティアセンターまたは社会福祉協議会各支所へお持ちください。</p>	<p>日時：毎週火、水曜日 変更有り 場所：フードバンクにいがた 長岡センター 連絡先：メールのみ <a href="mailto:foodbank.nagaoka@gmail.com">foodbank.nagaoka@gmail.com</a> または長岡市ボランティアセンター</p>
募集期間 随時	<p><b>パソコン・ココの会</b></p> <p>視覚障がい者音声パソコンボランティアグループです。音声を聞き、パソコンを操作します。 障害のある方のパソコン操作のお手伝いです！</p>	<p>日時：第1・3日曜日 13:30～15:30 対象：高校生以上 場所：トモシア</p>
募集期間 随時	<p><b>発達障がいのためのココロ親子の会</b></p> <p>発達障がいのある子どもをもつ親同士が、悩みや日頃感じていることを話し合っている会です。 親子活動(運動など)時のサポートです。</p>	<p>日時：第1・3日曜日 10:00～ 対象：高校生以上 人数：若干名</p>

**できるときに! できることを! できるだけ!**

このページの募集情報の申込み、問合せは、下記の長岡市ボランティアセンターにお願いします。

長岡市ボランティアセンター 〒940-0071 長岡市表町2丁目2-2 1 94-5588 ☎32-5210

# あなたのお力を少しお貸してください！

募集期間 随時	<p><b>地域活動支援センター any ~えにい~</b></p> <p>発達障がいのある子どもたちの放課後や休日のサポートです。ボランティア経験のない方でも大丈夫です。活動時間等は応相談！</p>	<p>場所：地域活動支援センター any</p> <p>対象：高校生以上</p> <p>人数：若干名</p>								
募集期間 随時	<p><b>特定非営利活動法人 UNE</b></p> <p>農園芸を通じて誰もが、誇りを持って「しごと」ができ、安心して暮らせる社会の実現を目指し活動しています。一緒に活動してくれる方を募集！</p>	<p>日時：平日9:00～16:00</p> <p>場所：荷頃地区、信濃川左岸、川の駅「福祉市民体験農園」等</p>								
募集期間 随時	<p><b>新潟県動物愛護センター</b></p> <p>動物愛護に関心がある方の館内ボランティアを募集しています！</p> <p>活動は、館内案内 イベント 犬の散歩 トリミング などです。</p>	<p>日時：都合のつく時間</p> <p>場所：動物愛護センター</p> <p>対象：原則18歳以上</p> <p>連絡先：21-5501 新潟県動物愛護センター</p>								
募集期間 随時	<p><b>長岡戦災資料館</b></p> <p>次世代を担う若者のアイデアを取り入れて、長岡空襲を次世代に語り継いでいくための学生ボランティアを募集します！</p> <p>長岡市ボランティアセンターに専用応募用紙があります。</p>	<p>期間：1年間 更新有り</p> <p>場所：長岡戦災資料館</p> <p>対象：大学生、専門学校生</p> <p>連絡先：39-2203 長岡市庶務課</p>								
募集期間 随時	<p><b>長岡市文書資料室 ~資料整理ボランティア~</b></p> <p>誰でも楽しく参加できます！</p> <p>活動は、古文書等整理、東日本大震災避難所資料の目録作成、災害に関する新聞資料の整理、資料整理に関する講座・研修会などのお手伝いです。</p>	<p>日時：第2木曜日など</p> <p>場所：互尊文庫</p> <p>連絡先：36-7832 詳細は長岡市中央図書館文書資料室に問合せください。</p>								
募集期間 随時	<p><b>長岡赤十字病院</b></p> <p>活動は、再来受付機での案内のお手伝いです！そのほかのボランティアは現在休止中です。</p> <p>再開後は、車いす介助や小児病棟でのボランティアなどがあります。</p>	<p>日時：都合のつく日時</p> <p>場所：長岡赤十字病院</p> <p>対象：長期間可能な方</p> <p>連絡先：28-3600 長岡赤十字病院 総務課 内線2211</p>								
募集期間 随時	<p><b>子育ての駅</b></p> <table border="1" data-bbox="443 1624 1045 1854"> <thead> <tr> <th>子育ての駅</th> <th>住 所</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ちびっこ広場</td> <td>大手通2丁目5番地</td> </tr> <tr> <td>てくてく</td> <td>千秋1丁目99-6</td> </tr> <tr> <td>ぐんぐん</td> <td>千歳1丁目3-85</td> </tr> </tbody> </table> <p>活動は、子供と一緒に遊んだり抱っこしたり、子供の見守りを行っています。</p> <p>生活の空いている時間で、子どもの見守りのお手伝いをしませんか。</p>	子育ての駅	住 所	ちびっこ広場	大手通2丁目5番地	てくてく	千秋1丁目99-6	ぐんぐん	千歳1丁目3-85	<p>申し込み、問い合わせは、子育ての駅千秋 てくてく TEL:21-3860 に お願いします。</p>
子育ての駅	住 所									
ちびっこ広場	大手通2丁目5番地									
てくてく	千秋1丁目99-6									
ぐんぐん	千歳1丁目3-85									

申込み、問合せ先等の記載がない情報は、下記の長岡市ボランティアセンターにお願いします。

## 今月のピックアップ

非営利活動法人 希望の会福祉会 ～就労継続支援B型 のぞみの家～

障害者就労施設ののぞみの家で行っている、パソコンの分別作業についてお話を聞きました。

不要となり寄附されたパソコンやその周辺機器は、解体・分別した後、再資源化されます。作業は障害者が行い、作業で得た収益は全て障害者へ支給されます。環境保全や社会貢献にもなっています。不要なパソコンなどがあつたら是非、寄附してほしいそうです。



個人の方はお持込みをお願いします。  
回収品目は変更することがあります。  
不明な点はお問合せください。

日時：平日 8:30～16:30

場所：のぞみの家

長岡市城内町 3 - 5 - 13  
吉川ビル1F

対象品目：パソコン及び周辺機器（ハードディスク、ルーター、ハブなど）、携帯電話、スマートフォン、SDカード、USBメモリ、ゲーム機等

連絡先：32 - 5183

担当 / 喜多村、広島、荒木

## 食品の緊急募集

集められた食品は、新型コロナウイルスで生活にお困りの世帯や、子ども食堂、福祉施設等にお渡しします。

### ご寄付をお願いしたい食品

保存性があり、賞味期限が1か月以上、残っているもの

例：お米(玄米可)、インスタントラーメン(カップ、袋)、レトルト食品(カレー、中華丼他)、乾麺(そば、うどん、素麺、冷麦)、スパゲッティ、調味料、他

### 受付場所

・長岡市社会福祉センタートモシア(表町 2-2-21)

・長岡市社会福祉協議会 各支所

※重量物(お米など)、持ち込みが難しい場合は下記までご連絡ください。回収に伺います。

**フードバンクにいがた長岡センター**  
電話 090-2142-6119 (山崎)

協力：長岡市社会福祉協議会



レトルト食品



乾麺類



カップ麺



缶詰類



お菓子類

# 「ボランティア通信」を一緒に作りませんか！

- ・取材、編集、印刷、発送など一緒にやってみたい方を募集しています。
- ・「ボランティア活動を応援する」とてもやりがいのあるボランティアです。
- ・活動日時は不定期ですが、できるだけ、あなたのご予定に合わせて調整します。
- ・謝金や交通費などの支給はありません。

希望の方はボランティアセンターに連絡ください。



## 【ボランティア通信はこちらに置いてあります】(敬称略、順不同)

ボランティア通信を置いていただけるお店等を募集しています。ご協力いただける方は長岡市ボランティアセンターにお申し出ください。

### ○公共施設、医療機関、福祉施設関係

長岡市社会福祉センタートモシア、アオーレ長岡 市民協働センター、長岡市社会福祉協議会各支所、各コミュニティセンター、各体育館、各図書館、各子育ての駅、新潟県動物愛護センター、新潟県長岡健康福祉環境事務所、新潟県教育庁中越教育事務所、長岡市医師会、長岡赤十字病院、長岡中央総合病院、立川総合病院、長岡西病院、新潟県立精神医療センター、吉田病院、田宮病院、リハビリセンター王見台、長岡保養園、ながおか医療生活協同組合、特別養護老人ホームまちだ園、特別養護老人ホーム岡南の郷、特別養護老人ホームかつぼ園、特別養護老人ホーム槇山けやき苑、特別養護老人ホームこぶし園、特別養護老人ホーム縄文の杜関原、特別養護老人ホーム美沢、特別養護老人ホーム千秋、老人保健施設やすらぎ園、老人保健施設サンプラザ長岡、老人保健施設悠遊苑、老人保健施設桃李園、ケアハウス西長岡、ケアハウス桃李、ケアハウスけやきの杜、ケアハウス岡南、ケアハウス福戸、ケアハウスしなの、かきのみ園、桐樹園、長岡療育園、あけぼの園、桜花園、もみの木工房、野いちご工房、こぼと、さんわ工房

### ○学校関係

長岡技術科学大学、長岡造形大学、長岡大学、長岡工業高等専門学校、長岡情報ビジネス専門学校、日本ビジネス公務員専門学校、晴陵リハビリテーション学院、長岡赤十字看護専門学校、晴麗看護学校、中央看護専門学校、悠久山栄養調理専門学校、北陸福祉保育専門学院、長岡看護福祉専門学校、県立長岡高等学校、県立長岡大手高等学校、県立長岡向陵高等学校、県立長岡商業高等学校、県立長岡工業高等学校、県立長岡農業高等学校、県立長岡明德高等学校、帝京長岡高等学校、中越高等学校

### ○お店関係

ヘアデザインジョイ、カイズ美容室



長岡市社会福祉センタートモシアは、いろいろな市民活動に利用できます。市民活動の使用料は無料です。詳細はトモシアのホームページ(1ページ最上部QRコード)でご確認ください。

なお、当センター専用駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用いただくか、近隣の有料駐車場(右QRコード参照)をご利用ください。

