



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内
TEL:0258-94-5588 FAX:0258-32-5210
E-mail:vc@nagaoka-shakyo.or.jp HP:tomoshia.jp/



合併号
2022

Pick up

新年度に向けてリニューアル!!

今月号からデザインや規格を一新し、掲載内容を見直しました。
今回のピックアップは、コロナ禍でもお弁当作りをがんばっている子ども食堂です。都合のつく時間にお手伝いしてくれるボランティアを募集しています。



長岡市の子ども食堂
についての詳細は、
こちらからHPへ



子ども食堂	所在地	募集内容	開催日時・活動時間
新町みんな食堂	西蔵王 2	① 調理スタッフ ② 食堂の清掃等	第 3 金曜日 14:00~19:00 都合のつく時間
子どもみらい食堂	学校町 1	お弁当の盛り付けやフードパントリーの準備等	第 2 第 4 土曜日 10:00~12:00
しろうまる食堂	四郎丸 1	① 調理 ② 受付、清掃等	第 2 金曜日 15:00~17:00
与板みんな食堂	与板町与板	調理スタッフ (若干名)	第 4 金曜日 14:00~17:30
まちなかコミュニティ食堂	中島 5	調理スタッフ	第 3 木曜日 17:45~19:00
豊愛おひさまバル ~みんなの広場~	栄町 3	調理スタッフ	第 4 土曜日 9:00~11:30
黒条みんなの食堂	黒津町 373	① 調理スタッフ ② 配膳スタッフ ③ 撤収スタッフ	第 1 金曜日 ① 11:00~14:00 ② 15:00~18:00 ③ 18:00~20:00 ※ 1 時間のお手伝い も大歓迎です。





花テラス 花づくり活動ー花テラス・サポーター

「花テラス・サポーター」は、タネから育てる花づくりを学び、花のお世話をしながら楽しく交流の輪を広げる市民ボランティアです。

長岡に花いっぱいの輪を広げる花テラスの活動にあなたも参加してみませんか。

※参加資格：花づくりに興味・意欲のある人（花づくり初心者も歓迎です。）

日時：活動する前月にお知らせ
します（主に9:30~11:00）

場所：長岡市緑花センター
花テラス

連絡先：長岡市緑花センター
花テラス

☎39-8718



詳細はこちらから HP へ

国営越後丘陵公園

通年で活動できる自然が大好きな方、仲間と一緒に活動したい方、公園づくりに参加したい方を募集しています。

ばらボランティア、花の里山ボランティア、フォトボランティアなど、7つのボランティア団体があり、公園の環境整備を行う活動です。

日時：都合のつく日時

場所：国営越後丘陵公園

連絡先：越後公園管理センター
☎47-8002



詳細はこちらから HP へ

子ども運動遊びサポーター

放課後の小学校体育館で、子どもたちが運動遊びや軽スポーツを行う「子どもスポーツクラブ」のサポーターです。スポーツ指導員の補佐をしながら鬼ごっこやボール遊び、体力測定などを行います。

子どもスポーツクラブは栃尾、中之島、小国、三島、越路地域を含む25校区で実施中です。※会場ごとに日時が違います



日時：平日 15:30~18:00 の間
60分程度、週1回

会場：市内各所の小学校体育館

対象：18歳以上（面談あり）

連絡先：長岡市スポーツ協会

☎34-2130



詳細はこちらから HP へ

子育ての駅

就学前のお子さんと保護者が気軽に交流できる子育ての駅内で、見守りや遊びなどで関わりを持ちながら親子をサポートするボランティアです。お気軽にお問い合わせください。

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番地6

ぐんぐん：千歳1丁目3番85号

日時：都合のつく日時

連絡先：子育ての駅千秋
てくてく

☎21-3860



子どもみらい食堂 ~宿題サポートカフェ~

遊びや学習のサポートをするボランティアを募集しています。

子どもたちの未来の可能性を広げるため、皆さんの力が必要です。それぞれの思いを持って集まる仲間とともに、子どもたちに寄り添い、学習のサポートや居場所づくりにご協力ください。



日時：毎週水・金曜日
18:00~19:20

場所：長岡聖契キリスト教会

対象：大学、大学院、高校生
（履修科目・資格の有無などは問いません）



発達障がいのためのコロロ親子の会

コロロ親子の会は、発達障害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）時のサポートをするボランティアを募集しています。



日時：第1・3日曜日
10:00～14:00
場所：三島地域周辺
対象：高校生以上

地域活動支援センター any ～えにい～

地域活動支援センター any ～えにい～は、発達障害のある子どもたちの放課後や休日のサポートボランティアです。経験のない方でも大丈夫です。

日時：火曜日・水曜日・木曜日
10:00～17:00
土曜日・日曜日
10:00～14:00
(上記の中で都合のよい時間)
場所：地域活動支援センターany
対象：高校生以上

ひだまりハウス

ひだまりハウスは、発達障害のある子どもの家族が交流する場です。親子での茶話会中の子どもたちを見守るボランティアを募集しています。

日時：偶数月の第2または第3
土曜日（2時間程度）
時間は時期により変動
場所：下川西コミュニティセンター、トモシア
対象：18歳以上

NPO 法人UNE(うね)

ウネハウスでは、誰もが誇りをもって「しごと」ができ、安心して暮らせる社会を実現するため、様々な活動に取り組んでいます。
現在は、利用者と一緒に農作業・お茶づくり・イベント・清掃等の活動をしてくれるボランティアを募集しています。

日時：平日 9:00～16:00
場所：ウネハウス、栃尾地域
対象：どなたでも可
※活動日（平日）は長岡駅東口から無料で送迎有

カフェく・る～む

社会福祉センタートモシア1階にある障害者も働くカフェで、月1～2回程度、配膳や消毒作業等フロアなどの補助を行うボランティアです。

日時：都合のよい曜日
11:30～13:30
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

カフェりらん

アオーレ西棟1階ホワイエにあるカフェで、月1～2回程度、市内障害者施設実習生の見守りやドリンクづくりなどの補助を行うボランティアです。都合の良い曜日で活動できます。

日時：月曜日～金曜日
11:00～15:00
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

まちなかキャンパス長岡

講座の運営補助（会場設営や受付など）や音楽鑑賞コーナーのレコード磨きを行うボランティアです。
ご自身の予定に合わせて活動することができます。

日時：都合のよい日時
場所：まちなかキャンパス
長岡

詳細はこちらから HP へ





新潟アルビレックスBB運営ボランティア

B. LEAGUE の試合運営ボランティアです。試合を見たいという方は、試合前までの活動として入場口対応や場内案内を行う【ハーフボランティア】、試合終了後に手伝えるという方は、座席の消毒・片付け・会場内清掃等を行う【撤収ボランティア】の2種類があります。



日時：都合のよい日時
場所：アオーレ長岡
対象：16歳以上
(高校生は保護者の同意が必須)
連絡先：bb.staff@albirex.com



詳細はこちらから HP へ

新潟県動物愛護センター

館内案内やイベントのお手伝いなどを行うボランティアです。動物愛護に関心がある方、ぜひご協力をお願いします。

日時：都合のつく時間
場所：動物愛護センター
対象：18歳以上
連絡先：新潟県動物愛護センター
☎21-5501

パソコン・ココの会

視覚障がいのある方が音声パソコン操作を行う際、キーボード操作の補助や資料の読み上げ等サポートするボランティアです。パソコンボランティアに興味をお持ちの方は、ご連絡ください。

日時：第1・3日曜日
13:30~15:30
場所：トモシア
対象：高校生以上



長岡市資料整理ボランティア

古文書等の整理、災害・復興に関する新聞資料の整理などを行うボランティアです。
誰でも楽しく参加できます。

日時：第2・第4木曜日
10:00~12:00
場所：互尊文庫
連絡先：長岡市立中央図書館
文書資料室
☎36-7832

長岡赤十字病院

再来受付機での案内や各科への車椅子介助、小児科外来・病棟での読み聞かせや紙芝居、壁面飾りつけなど、それぞれ得意な分野で患者さんや来院される方の手助けを行うボランティアです。



日時：都合のつく日時
場所：長岡赤十字病院
対象：長期間可能な方
連絡先：長岡赤十字病院
☎28-3600
総務課 内線 2211

フードバンクながおか

生活にお困りの世帯を重点的に、食料品の支援をしているフードバンクながおかでは、随時食品の仕分けや袋詰めをする仕分けボランティアと、活動のPRや企業や個人より寄付食品を引き取る運営スタッフを募集しています。

日時：①仕分けボランティア
毎週火曜日・金曜日
10:00~12:00
②運営スタッフ
1週間に2~3回
場所：フードバンクながおか
連絡先：foodbank.nagaoka@gmail.com



ハート・カーの会

在宅の重度障害者の社会参加を促進するため、車いすのまま乗車できる車「ハート・カー」を運行するボランティアです。

介助者が付き添うため、身体介助等を行う必要はありません。操作講習や安全運転実技講習もありますので、安心して活動を行うことができます。

日時：都合のよい日時
場所：長岡市内
※あらかじめ都合を伺ってから運転を依頼します。

桜葉の会

「桜葉の会」では会員を募集しています。
一緒に手作り手芸を楽しみましょう！作品は福祉の店パレットで販売し、売り上げを寄付しています。
高齢者・障害者施設、新潟少年学院で施設ボランティアもしています。※コロナ禍で休止している活動もあります。

日時：第1第3金曜日
10:00～
場所：トモシア



NPO 法人ピュアはーと

学齢期から社会人まで、障がい等で居場所づくりが必要な方を支えるボランティアを募集しています。

- ① 学齢期の子どもたちへのボランティア
子どもたちと一緒に公園遊びや運動遊び、室内でのおもちゃ遊びなど
- ② 学齢期以降の方へのボランティア
軽作業や趣味や特技を活かした活動やお話し相手など



日時：平日①14:30～17:30
②10:00～14:30
長期休暇①10:00～17:00
上記の中で都合の良い時間帯で構いません
場所：ピュアはーと
対象：利用者の気持ちに寄り添い活動いただける方
※見学・体験OK！



詳細はこちらからHPへ

令和4年度ボランティア保険 随時受付中です



長岡市社会福祉協議会では、ボランティア活動中の万が一の事故に備えて、ボランティア保険や行事保険の加入をお勧めしています。

ボランティア活動保険については、補償開始日からコロナを含む感染症にも対応できる新プランもあります。ボランティアセンター及び長岡市社会福祉協議会各支所で加入できますので、ぜひご検討ください。保険の種類や補償内容等については、ふくしの保険のホームページからご確認いただくか、本会までお問い合わせください。

※申込み、連絡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。

長岡市ボランティアセンター
〒940-0071 長岡市表町2丁目2番地21
☎ 94-5588 ☎ 32-5210

食品の緊急募集

令和4年3月1日～5月31日

食品を集めています。新型コロナウイルスで生活にお困りの世帯や、支援が必要なひとり親世帯へお渡しします。

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。
特に、今回はお米の寄付を募っています。(令和2年産は可)



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

- ・フードバンクながおか(大島本町3-1-57)
- ・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
- ・県長岡地域振興局内県職労働組合事務所前(川崎)
- ・ながおか医療生協わいが家(四郎丸・神田)

※重量物(お米など)持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。



フードバンクながおか
電話 090-2142-6119(山崎)