



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
TEL0258-94-5588 FAX0258-32-5210
E-mail: vc@nagaoka-shakyo.or.jp



HP: tomoshia.jp/

1 月号

2021 年

各種情報

お知らせ	カフェ く・る・む *新春特別メニュー* お正月をお祝いし、甘酒を提供します。 1 杯 100 円（税込み） 期間限定 1 月 4 日（月）～15 日（金） コロナ禍を吹き飛ばし、飛躍の一年となりますように！今年もよろしくお願いいたします。	営業日時：トモシア開館日 10:00～16:00 
お知らせ 参加者募集！	ボランティアトークカフェ ☆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、やってみたくてちょっと…、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。気軽にゆるるボランティアトークカフェです。	日時：1 月 28 日（木） 13:30～15:00 会場：トモシア 参加費：無料
お知らせ 	トモシア利用のお願い 長岡市社会福祉センタートモシアでは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、利用にあたっては次の対策を行っております。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 ・「新しい生活様式」に合わせた利用ルールがあります。 ・体調の悪い方は利用を控えてください。 ・利用時間は必要最低限の時間をお願いします。 ・貸室の利用人数制限を行っています。 ・利用者名簿の提出をお願いします。 ・フリースペースの利用は休止しています。 ・閉館時間を変更しています。（午後 9 時閉館）	◆問い合わせ先 長岡市社会福祉センター トモシア TEL 32-5200 FAX 32-5210 ※今後の状況により変更が生じる可能性がありますので、随時情報をご確認ください。

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気軽にご相談ください。

一部、コロナ禍により休止している活動もありますが、新たな情報も入ります。お問い合わせください。

募集期間 随時	カフェ く・る～む 社会福祉センタートモシア 1 階にあるカフェです。月 1～2 回程度のボランティアを募集中です！フロアでの配膳などのお手伝いです。	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
募集期間 随時	カフェ りらん http://caferiran.info/ 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。月 1～2 回程度。市内障害者施設からの実習生の見守りボランティアです。（ドリンク作成等の補助）	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
募集期間 随時	トモシアサポートクラブ 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、トモシアの活動の支援を目的に発足したクラブです。	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
募集期間 急募	ハート・カーの会 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。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！	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。
募集期間 急募	フードバンクにいがた 長岡センター 長岡センターに寄付された食品の整理、配送準備、配送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。	日時：毎週火、水曜日※変更あり 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 foodbank.nagaoka@gmail.com または長岡市ボランティアセンター
募集期間 随時	パソコン・ココの会 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！	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
募集期間 随時	発達障がいのためのコロロ親子の会 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。	日時：第 1・3 日曜日 10:00～ 対象：高校生以上 人数：若干名

できるときに! できることを! できるだけ!

あなたのお力を少しお貸してください！

募集期間 随 時	地域活動支援センター any ～えにい～ 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！	場所：地域活動支援センター 対象：高校生以上 人数：若干名								
募集期間 随 時	特定非営利活動法人 UNE 農園芸を通じて誰もが、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！	日時：平日 9:00～16:00 場所：荷頃地区、信濃川左岸、川の駅福祉市民体験農園 等								
募集期間 随 時	新潟県動物愛護センター 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！ 活動は、館内案内やイベントのお手伝いなどです。	日時：都合のつく時間 場所：動物愛護センター 対象：原則 18 歳以上 連絡先：21-5501 新潟県動物愛護センター								
募集期間 随 時	長岡戦災資料館 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！ ※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。	期間：通年 場所：長岡戦災資料館 対象：大学生、専門学校生 連絡先：39-2203 長岡市庶務課								
募集期間 随 時	長岡市文書資料室 ～資料整理ボランティア～ 誰でも楽しく参加できます！ 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。	日時：第 2 木曜日など 場所：互尊文庫 連絡先：36-7832 長岡市中央図書館 文書資料室								
募集期間 随 時	長岡赤十字病院 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。 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。	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：28-3600 長岡赤十字病院 総務課 内線 2211								
募集期間 随 時	子育ての駅 <table><tr><td>子育ての駅</td><td>住 所</td></tr><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 番地 6</td></tr><tr><td>ぐんぐん</td><td>千歳 1 丁目 3 番 85 号</td></tr></table> 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。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。 サポーター登録をしていただければ定期的に募集案内を送付します。	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 番地 6	ぐんぐん	千歳 1 丁目 3 番 85 号	連絡先：21-3860 子育ての駅千秋 てくてく
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 番地 6									
ぐんぐん	千歳 1 丁目 3 番 85 号									

※申込み、問い合わ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。

募集期間

随 時

子ども食堂

下記の食堂でボランティアを募集しています。

名 称	募集内容	実施日時 活動時間(＊)
子どもみらい食堂	①一緒に食事する ②勉強を一緒にする。子どもたちと話しをする(次の募集欄を参照) ③缶詰や食材の寄付	毎月第4土曜日 11:00～13:00
新町みんな食堂	①調理スタッフ ②一緒に食事をする ③食堂の清掃	毎月第3金曜日 17:00～19:00
与板みんな食堂	調理スタッフ(若干名)	毎月第4金曜日 16:00～19:00
まちなかコミュニティ食堂	調理スタッフ	毎月第4水曜日 17:45～19:00
しろうまる食堂	調理、受付、清掃等	毎月第2金曜日 16:00～19:00
豊愛おひさまバル みんなの広場	①調理スタッフ ②設営、子どもと遊ぶ	第4土曜日 ① 9:00～12:30 ②10:00～14:00
黒条みんな食堂	①調理ボランティア ②配膳ボランティア	第1金曜日 ①14:00～19:00 ②17:15～19:00

＊ ボランティアの活動時間は目安です。活動内容や応募者の実情に合わせ、調整が可能ですので、ボランティアセンターまでご相談ください。



募集期間

随 時

子どもみらい食堂～宿題サポートカフェ～

子どもと一緒に宿題やテスト勉強をしたり、話し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に、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共に本気で向き合い、子どもたちの人生を変えるお手伝いをしませんか。

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、大学院生、高校生（文系・理系、学部、教員免許・教育課程履修の有無など問いません）

お知らせ

アールブリュット常設展

障害のある市内の作家が、ありのままの感性で表現し、作り出した独創的な作品を展示しています。

アールブリュットとは

アールは「芸術」。ブリュットは「磨かれていない（加工されていない）生のままの」という意味のフランス語。文化的な伝統や流行、教育などにとらわれず、独自の発想と方法で作成した作品を指します。

観覧可能日時：

トモシア開館日
9：00～21：00



お知らせ

福祉の店パレット長岡

福祉の店「パレット長岡」では、障害のある方の自立と社会参加を目指し、障害のある方々が心を込めて作った製品を販売しています。

販売している品目は、お菓子やエコバック、人形、アクセサリー、石鹸等多岐にわたっています。

トモシアにご来館の際は、ぜひお立ち寄りください。

営業日時：トモシア開館日
10：00～16：00



今月のピックアップ

学校の手話教室で活躍しています

12月17日（木）、上川西小学校の3年生を対象に行われた手話の授業で、「手話サークルあゆみ」から6人の皆さんが講師として参加しました。

手話体験学習では、一人一人の子どもたちの名前を手話で伝える活動が行われ、子どもたちは熱心に手話に取り組んでいました。

多くの子どもたちが、手話のすばらしさや難しさに触れ貴重な体験ができました。「手話サークルあゆみ」の皆さん！ありがとうございました。

★「長岡市手話サークル」や「手話サークル虹」の皆さんも市内の小・中・特別支援学校等に講師として出向くなど活躍しています。



長岡市ボランティアセンターの紹介

トモシア1階の長岡市ボランティアセンターでは、ボランティアについて知りたい、やってみたいという相談や、ボランティアを必要とする方の相談を受け付けています。

- ・ボランティアをしてみたい
- ・ボランティアをお願いしたい
- ・ボランティアについて知りたい
- ・ボランティアグループの設立や運営の相談をしたい
- ・ボランティア保険に加入したい

など



＜ボランティア相談受付時間＞

受付時間 9:00～19:00（月～土曜日）

※日曜・祝日または時間外の相談については事前にご予約ください。

休館日 12月29日～翌年1月3日

「ボランティア通信」を一緒に作りませんか！

取材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活動です。
- ・活動日時は不定期ですが、できるだけ、あなたの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。



☆☆☆ ボランティア通信はこちらに置いてあります☆☆☆

○各公共施設 ○各医療機関 ○各福祉施設関係 ○各高等学校、専門学校、高等専門学校、大学 ○お店関係など

※ 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ご連絡ください。

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。



<http://p-navi-nagaoka.jp/>