



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/



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。

外へ出て、ボランティアしませんか！
自分のできることからチャレンジ!!

◆屋外での活動を希望される方へ◆

国営越後丘陵公園

7つのボランティア団体があり、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てみませんか？ 通年で活動できる方を希望しています！



名称	募集内容	実施日時 活動時間
ばらボランティア	ばらを育てたい、ばら好きの仲間が欲しい方！ 香りのばら園の手入れやガイド	2～12月の火・木・日曜日（週3回） 10:00～12:00
フラワーボランティア	お花が好きで、ガーデニング仲間が欲しい方！ 花の手入れやハンキングバスケットづくり	3～12月の火・木曜日 月2～3回土・日曜日 10:00～12:00
里山づくりの会	里山の自然を保ち、育てたい方！ 探勝路沿いの林の手入れやガイド	毎週木曜日 月1～2回土・日曜日 10:00～15:00
花の里山ボランティア	郷土の山野草や植物に興味がある方！ 里山の山野草を守り育てる	4～11月の水・土曜日（週2回） 10:00～12:00
パークフィットネスボランティア	トレイルランニングに興味がある方！ トレイルランニングコースづくり・メンテナンス	4～11月の毎週日曜日 1～2月の土・日・祝日 9:45～
フォトボランティア	写真が好きな方！ 撮影した写真を公園のHPやポスター用に提供	各自の都合の良い日に来園して自由に撮影
えちご親子昆虫クラブ	生きものに興味がある方！ 親子で生きもの観察・採集、飼育補助を行なう	4～11月の第2土曜日 10:00～14:30 ◆募集2月～3月上旬（先着6組）

注）新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載されている情報は停止あるいは延期になる場合があります。最新情報は下記のボランティアセンターまでご確認ください。

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



特定非営利活動法人 UNE

特定非営利活動法人 UNE（ウネ）は旧栃尾地域の荷頃地区で活動する NPO です。

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。

外での農園芸、加工、調理、事務、掃除等を障がい者、生活困窮者、高齢者の方々と一緒になって活動してくれる方を募集しています！また、そういった方々をサポートして頂ける方も大歓迎です。

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

対象：基本的にどなたでも可

※見学と利用体験してから活動開始となります

※活動日(平日)は長岡駅東口から無料で送迎いたしますので、お気軽にお問い合わせください。

◆募集期間：随 時◆

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。

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。

フードバンクながおか

寄付された食品の整理、配送準備、配送などを行なうスタッフボランティア（週2回）と一般ボランティア（月1～2回）です。

また、寄付も受け付けています。現在、ひとり親家庭への支援米も募集中です。

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

※都合によって変更もあります。

場所：フードバンクながおか

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

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、配膳などのお手伝いをするボランティアです。

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

<http://caferiran.info/>

アオーレ西棟1階ホワイエにあるカフェです。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。（ドリンクづくりなどの補助）

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

まちなかキャンパス長岡

まちなかキャンパス長岡主催講座の運営補助（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のボランティアです。

ご自身の予定に合わせて活動することができます。

日時：毎月送付する予定表の中から都合のよい日をお選びください。

場所：まちなかキャンパス長岡

申込：<https://www.machicam.jp/volunteer.html>



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ボランティアです。経験のない方でも大丈夫です。活動時間等は応相談！

日時：都合のつく時間
場所：地域活動支援センター
対象：高校生以上

新潟県動物愛護センター

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。
動物愛護に関心がある方、募集中です。

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：新潟県動物愛護センター
☎21-5501

長岡戦災資料館

来館者案内や、事業の補助ボランティアです。次世代を担う若者のアイデアを取り入れて、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。

日時：都合のつく時間
場所：長岡戦災資料館
対象：大学生、専門学校生
連絡先：長岡市庶務課
☎39-2203

長岡市文書資料室 ～資料整理ボランティア～

古文書等整理、災害に関する資料の目録作成、整理作業や講座・研修会などの補助ボランティアです。
誰でも楽しく参加できます！

日時：第 2 木曜日など
場所：互尊文庫
連絡先：長岡市中央図書館
文書資料室
☎36-7832

長岡赤十字病院

現在の活動は、再来受付機での案内のお手伝いです。



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

子育ての駅

※サポーター登録をす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：子育ての駅千秋
てくてく
☎21-3860



子供と一緒に遊ぶなど、子供の見守りボランティアです。空いている時間で、お手伝いをしませんか。

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。

日時：平日 15:30～18:00 の間
60 分程度、週 1 回
※会場ごとに日時が違います
会場：市内各所の小学校体育館
(詳しい実施場所についてはお問い合わせください)
連絡先：長岡市スポーツ協会

20 歳以上で子どもたちと一緒に楽しく運動遊びをしていただける方を募集しています。無資格でも OK です。
※面談があります。

☎34-2130



チラシ QR コード



子ども食堂

名 称	募集内容	実施日時 活動時間
子どもみらい食堂 長岡聖契キリスト協会 (学校町 1-10-31)	①一緒に食事しながら子どもたちと話を ②遊びや学習のサポート 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 蔵王地区集会所 (西蔵王 2-6-19)	①調理スタッフ ②食堂の清掃等	毎月第3金曜日 14:00~19:00
まちなかコミュニティ食堂 表町コミュニティセンター (中島 5-7-7)	調理スタッフ	毎月第4水曜日 17:45~19:00
しろまる食堂 四郎丸コミュニティセンター (四郎丸 1-11-20)	調理、受付、清掃等	毎月第2金曜日 16:00~19:00
黒条みんな食堂 下々条町公民館 (下々条町 2833)	①調理スタッフ ②配膳スタッフ	第1金曜日 ①14:00~19:00 ②17:15~19:00
(栃尾)豊愛おひさまバル みんなの広場 総合子育て支援施設豊愛子どもの森 (栄 3-4-7)	①調理スタッフ ②設営、遊びのサポート	第4土曜日 ① 9:00~12:30 ②10:00~14:00
(与板)与板みんな食堂 与板本願寺新潟別院 (与板町与板乙 4356)	調理スタッフ(若干名)	毎月第4金曜日 16:00~19:00

◆活動日が土・日に限るもの◆

パソコン・ココの会

障害のある方のパソコン操作のお手伝いです！
パソコン・ココの会は、視覚障がい者音声パソコンボランティアグループです。声を聞き、パソコンを操作します。



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

発達障がいのためのコロロ親子の会

親子活動(運動など)時のサポートです。
コロロ親子の会は、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。

日時：第1・3日曜日
10:00~14:00
対象：高校生以上

ひだまりハウス

親子での茶話会中の子どもたちを見守るボランティアです。
障がいのある子どもの家族が交流する場を開催しています。

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：市内コミセン等
対象：原則18歳以上

※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