

2026年
春号

出会い、つながり、広がる 笑顔

ボランティアコミュニケーション

今号のトピックス

ボランティア、 はじめてみませんか?



皆様のご参加、
待ってます!



大田区社会福祉協議会イメージキャラクター
あいちゃん



問合先

社会福祉法人 大田区社会福祉協議会

おおた地域共生ボランティアセンター

TEL.03-3736-5555 FAX.03-3736-5590

〒144-0051 大田区西蒲田7-49-2 大田区社会福祉センター5F

開所日時: (月)~(土) 8:30~17:15 《日曜日・祝日・年末年始を除く》

メール : voc@ota-shakyo.jp



ボランティア、はじめてみませんか？



春になり、「なにか新しいことをはじめてみたい」と、心も体も動き出したいくなる季節ですね。ボランティアはひとりでも、すぐにはじめられます。

特技を活かした活動をされる方、地域のゆるやかなつながりを目指す団体、期間限定のボランティア体験など、当センターは様々なボランティア活動を応援しています。これをきっかけにボランティアをはじめてみませんか？



現在活動中のボランティアさんにインタビューしました！

ミシンボランティア はら かずよ 原 和代さん

ボランティアを始めたきっかけは何ですか？

もともとミシンが大好きでミシンを使う店で働いていました。仕事を辞める前に、「地域で活動したいが、何かお役に立てることはないか？」と社協に相談しました。

ボランティアをしてみてよかったことは何ですか？

自分のやりたい気持ちと、それを実現できる場所に巡り合えてとても幸せです。参加者が最初は緊張した面持ちでも、最後は笑顔になって帰ってもらえると嬉しいですね。



何を大切にボランティアをしていますか？

来て下さった方に、笑顔で帰って頂くことです。何回も自分でサンプルを作り、準備に時間をかけます。自分で間違えてみて、初めて参加者の間違えるポイントが分かります。

ボランティアをされていて大変だったことは何ですか？

自分の好きな活動なので、大変だと思ったことはないですが、例えば高齢者施設だと針が使えないところもあり、条件とマッチしないこともありましたね。

これからボランティアを始めたい人に一言

参加して下さる方に楽しんでもらいながら、ご自身も楽しんでください。自分の「やってみたい気持ち」を大切に、社協のドアをたたいてみてはいかがでしょうか。

Cleanup & Coffee Club 池上 なが いけ りょう 永池 亮さん



ボランティアを始めたきっかけは何ですか？

ゴミ拾いとコーヒータイムでゆるくつながるCleanup & Coffee Club (CCC) の活動に共感したことです。

何を大切にボランティアをしていますか？

まず楽しみながら参加することが大切だと感じています。小さな活動でも続けていくことも大切ですね。

ボランティアをしてみてよかったことは何ですか？

多くの人との出会いや気づきがあることです。ボランティア活動が自分の視野を広げてくれていると思います。

ボランティアをされていて大変だったことは何ですか？

ゴミ拾いを始めてから町のゴミが気になるようになったことです。ゴミを減らすことも、大切だと感じます。

これからボランティアを始めたい人に一言

ボランティアの領域は広いので、ぜひ興味がある分野で最初の一步を踏み出してみてください！

夏！体験ボランティア

てらした るい 寺下 琉生さん (大学1年生)

ユニバーサルこども食堂、はるはうすkids武蔵新田、新井宿福祉園、上池台障害者福祉会館、特別養護老人ホーム好日苑、さぽーとぴあ

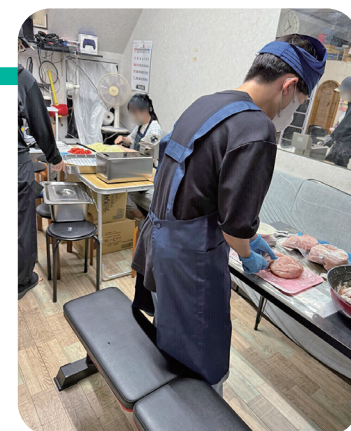
に参加しました

ボランティアを始めたきっかけは何ですか？

大学で福祉を学びたい気持ちが強まり、実際の現場はどうなっているのか知りたくてボランティアを始めました。

ボランティアをしてみてよかったことは何ですか？

色々な人と触れあい、関わりの中で自分の視野が広がり、多くの気づきを得られたことです。自分も励まされながら成長を実感できたことが一番の喜びという感じです。



何を大切にボランティアをしていますか？

相手の気持ちに寄り添い、その人のペースを大事にしながら、自然な形で関わることを心がけています。

ボランティアをされていて大変だったことは何ですか？

相手が何を考えているのかわからず、対応に手間取ってしまうこともありました。ボランティアは簡単そうで難しいと感じました。

これからボランティアを始めたい人に一言

最初から完璧じゃなくて大丈夫。経験を重ねる中で成長し、新たな発見に出会えます。ためらわず一度やってみてください。

災害ボランティア

災害の発生に伴い、「なにか自分が役立てることはないか」という気持ちを行動に移し、支援する活動を「災害ボランティア」と呼んでいます。大田区社協ではさまざまな取り組みをとって「災害ボランティア」を応援しています。



大田区災害ボランティア 登録事業

大田区が被災したときには状況に応じて「災害ボランティアセンター」が設置されます。大田区社協では平時から「災害ボランティア」として登録して下さる方を募集しています。登録して下さった方には研修や訓練のご案内をさせていただきます。大田区のために、ぜひご登録をお願いします。

災害ボランティア 応援助成事業

被災地支援を目的に現地の災害ボランティアセンターで支援活動を行う区民の方に、現地までの交通費や宿泊費の一部を助成しております。活動前の事前申請が必要となりますので、ボランティア活動の前にお問い合わせください。

都内一斉街頭募金

令和7年台風22号及び23号の被害により、八丈島や青ヶ島では多数の家屋が損壊、停電や断水の被害がありました。都内の社会福祉協議会では、さまざまな団体と協働で一斉街頭募金を実施しました。大田区社協でも、災害ボランティアに登録されている方にお声かけをし、蒲田駅前街頭募金を行い、被災された方などにエールを送る機会となりました。



担当者の声 被災地支援のあり方はひとつではありません。被災地での災害ボランティア活動だけでなく、募金活動や物資の支援など、ご自身のたすけあいのお気持ちを大切に、できることから始めてみてください！



ボランティアセンター 一同、皆様をお待ちしています！

おおた地域共生ボランティアセンター(ボランティア担当)

☎ 03-3736-5555 FAX:03-3736-5590

Mail : voc@ota-shakyo.jp



令和7年度 おおた地域福祉フォーラム 報告

令和8年2月8日(日)に「おおた地域福祉フォーラム～つながりを力に。地域みんなで築く 共生社会の未来。～」を開催しました。

第1部 講演:「多様なつながりが拓く地域共生社会の未来」 講師:永田 祐 教授(同志社大学)

永田先生からは、地域づくりを「郷土料理」に例えたお話がありました。他の成功事例をそのまま真似するのではなく、その地域にしかない「素材(人)」を活かして作ることが大切だと教えていただきました。福祉という枠組みに縛られず、地域の中に眠る「宝さがし」をすること。そして、異なる個性を持つ素材を組み合わせること。それが、大田区らしい地域共生の第一歩になります。

「違いがあるからこそ、面白い」。多様な人々が自然に混ざり合い、誰もが自分らしくいられる場の作り方について、考える良い機会となりました。



第2部 地域福祉コーディネーター事例報告 グループディスカッション

地域福祉コーディネーターからは、ネットワークづくりの事例とたすけあいプラットフォームの事例を報告しました。今回は、活動の様子や参加されている方の声を動画で紹介したほか、実際に活動されている住民の方にもご登壇いただきました。

「誰かのために始めたことが、いつの間にか自分自身の楽しみや生きがいになっていた」
「仲間がいるから、何かあっても大丈夫だと思える」

そんな力強い言葉が印象的でした。誰かの「やりたい」という気持ちや「楽しさ」が人と人を結びつけ、その「つながり」が、いざという時の地域の「力」に変わっていく。こうした温かな循環が、区内各所で動き出しています。



会場の様子

グループディスカッションでは、講演や事例報告を聞いての感想などを共有しました。

住民の皆さんからいただいた意見をご紹介します。

「人と人とのつながり」が大切。自分に何ができるか考え続けたい。



地域福祉コーディネーターって何している人?とよく聞かれることが多いので、今日のような会に来ていただくのが良いと思います。

地域の中で規模が小さくてもいいから「居場所がいくつかあること」「自由度が高い場所」が必要。



おおた地域福祉フォーラムの内容を動画配信します! 配信予定日:令和8年4月中旬頃から

動画はこちらに掲載予定です▶



絆サポート事業 令和7年度

第3回 Bカフェ 報告

令和8年2月16日(月)に令和7年度第3回Bカフェを開催しました。Bカフェは、絆サポーターのスキルアップ及びモチベーション維持を目的として行う研修・交流会です。今回は、「地域の中でじぶんらしく暮らしていくために、わたしたちができること」をテーマに高齢福祉課、地域包括支援センター、大田区社協それぞれから情報提供を行い、グループに分かれて懇談しました「他の方のサポートの話が聞けてよかった」「とても勉強になった、自分なりに長く続けていきたいと思った」「高齢者の対応についてもう少し研修して欲しい」などの感想をいただきました。皆さまのご感想を参考にし、今後もBカフェを開催していきます。

絆サポーターの活動に興味のある方は、定期的に説明会を開催しておりますので、お気軽にご参加ください!



絆サポーター登録説明会

日程 毎月第2・4 火曜日:10:00~11:00 (祝日の場合は、木曜日:14:00~15:00 (開催いたしません))

会場 大田区社会福祉センター5階(大田区西蒲田7-49-2)

申込 予約制 (日程が合わない方はご連絡ください)

問合せ おおた地域共生ボランティアセンター ☎ 03-5703-8230



絆サポーター募集

ボランティア活動を始めるなら ボランティア保険への加入を! ボランティア保険・行事保険のご案内

ボランティア保険とは

- ① ボランティア活動中の偶然な事故によりボランティア本人がケガをした
- ② ボランティアの方々がボランティア活動により他人に対して損害を与えたことにより、損害賠償問題が生じた

①、②の場合を補償する保険です。

ボランティア保険の対象となる活動: 日本国内で、「個人の自発的な意思により他人や社会に貢献することを目的とする活動」で、「無償の活動(交通費・食事代・材料費など費用弁償程度の支給は、無償の範囲とされる)」

保険期間: 毎年4月1日から翌年3月31日(中途加入の場合は、加入日の翌日から当該年度の3月31日)

補償内容・保険料

全プラン(基本コース・天災コース)とも熱中症も補償対象となります! プラン内容が昨年と変わっていますのでご確認ください。



補償内容	プラン	基本コース			天災コース 地震・噴火・津波によるケガも補償!		
		Aプラン	Bプラン	Cプラン	天災Aプラン	天災Bプラン	天災Cプラン
傷害補償	死亡・後遺障害保険金額	650万円	850万円	1,200万円	640万円	1,530万円	2,230万円
	入院保険金日額	9,000円	12,500円	18,000円	9,000円	13,000円	20,000円
	手術保険金	入院中に受けた手術の場合: 入院保険金日額の10倍 それ以外の手術の場合: 入院保険金日額の5倍					
	通院保険日額	3,000円	5,000円	7,000円	4,000円	6,000円	7,000円
	特定感染症による後遺障害保険金、通院保険金、入院保険金	上記、死亡保険金を除く、後遺障害、入院通院保険金額に同じ					
賠償責任補償	特定感染症による葬祭費用保険金	300万円限度					
	身体障害・財物損壊共通	1事故につき(支払限度額)5億円					
	人格権侵害						
1名あたりの年間保険料		350円	500円	700円	600円	1,000円	1,400円

行事保険・行事保険(当日参加対応型)とは

国内において、福祉活動やボランティア活動などを目的として、または市民活動の一環として、非営利の団体が主催する行事参加中に

- ① 行事参加者が偶然な事故でケガをした場合の傷害補償
- ② 行事主催者が行事参加者など他人の身体や財物に損害を与え、行事主催者が法律上の賠償責任を負った場合の賠償責任補償

の2つの補償がセットになった保険です。

- 参加者人数5名から対象となります。
- 行事保険(当日参加対応型)は、当日にならないと名簿が作れない行事に対応できます。宿泊を伴わない事業であり、行事保険の1日行事区分「a行事」の範囲になります。

行事保険は参加者全員を特定できることが前提です。名簿の取扱いとは右記の通り

	行事保険	行事保険(当日参加対応型)
名簿の作成	申込時には参加者全員の名簿を作成ください(事故発生時に参加者全員を確認いたします)	当日、参加者全員の名簿を作成ください(事故発生時に参加者全員を確認いたします)
名簿の提出	1日行事の場合は申込時に提出義務はありません 宿泊行事の場合は申込時に窓口へ提出ください	申込時に提出は不要です
名簿の項目	氏名・住所・電話番号	氏名のみで可

補償内容・保険料

! お気を付けください!
行事保険は、開催日の1週間前を目処に手続きを完了してください。

保険金の種類		補償プラン		
		Aプラン	Bプラン	Cプラン
傷害補償	死亡・後遺障害保険金額	300万円	550万円	1,000万円
	入院保険金日額	3,300円	4,000円	4,900円
	通院保険金日額	2,200円	2,300円	2,600円
	手術保険金	入院中に受けた手術の場合: 入院保険金日額×10倍 それ以外の手術の場合: 入院保険金日額×5倍		
賠償責任補償	身体障害(対人)賠償補償	1名につき 1億円		
	財物損壊(対物)賠償補償	1事故につき 2億円限度		
		1事故につき 1,000万円限度		
1日行事保険料(1名・1日あたり)	a行事	33円	43円	62円
	b行事	129円	181円	271円
	c行事	250円	354円	534円
宿泊行事保険料(1名あたり) 行事区分なし	1泊2日まで	224円	276円	372円
	2泊3日まで	275円	338円	455円
	3泊4日まで	282円	345円	462円

※10泊以上の場合は、代理店・取扱者までお問い合わせください。

ボランティア保険・行事保険のお申込みは、おおた地域共生ボランティアセンターで

郵送・オンラインでは申し込みません。

ボランティア保険...窓口でお支払いいただけます。

行事保険...予め払込みを済ませ、払込受付証明書をお持ちください。3か月先の行事までまとめて払うことができます。

保険の詳細は、(有)東京福祉企画のホームページをご覧ください。http://www.tokyo-fk.com/volunteer/index.html



あなたにも できることが きっとみつける!

大田区のボランティアさん 募集

📅 活動日時 📍 住所・活動場所 🧑 募集人数・対象(男女は限定時表記) 🚗 交通費 🗨️ 問合せ先 📌 担当者

活動を希望される方は、詳しくは大田区社協ホームページ等でご確認いただくか、各施設等へ直接電話等でお問い合わせください。

高齢者の方との活動

「ゴールデン鶴亀ホーム」は、特別養護老人ホーム、ショートステイ、デイサービス、居宅介護支援事業の複合施設です。「心暖まる」より良いサービス向上のため、お話相手、レクリエーション補助、ゲーム手伝い、おしぼりたたみ、お茶出し等の軽作業のボランティア活動です。



📅 毎週月曜日～土曜日
10:00～12:00・13:00～15:00 時間応相談
📍 矢口1-23-12
東急多摩川線「武蔵新田駅」徒歩5分
🧑 数名 高校生不可
🚗 なし
🗨️ 社会福祉法人白陽会「ゴールデン鶴亀ホーム」
☎ 03-3758-1810
📌 かわだ・しだ

「みすず荘」は、住宅型有料老人ホームです。少しの助けを得られれば安心して生活できる、という方向けに運営しています。温かい手作りの食事を提供するので、調理の好きなボランティアの方をお願いしたいです。



📅 毎週月曜日～金曜日 15:00～16:00 時間応相談
📍 大森北4-15-9
JR「大森駅」徒歩9分
🧑 1名 高校生不可 エプロン・スリッパ持参
🚗 なし
🗨️ 株式会社GOOD LIFE「みすず荘」
☎ 03-5767-9229(事務所)
📌 さしだ(なかの)

障がい児・者との活動

「大田区立志茂田福祉センター」で、利用者の方の「働く」を支えるボランティアをしてみませんか。就労支援B型作業所での軽作業の補助や自主生産品の販売等の補助、利用者の方と交流して下さる方を募集しています。



📅 毎週月曜日～金曜日 9:00～16:00 日時応相談
📍 西六郷1-4-27 JR・東急「蒲田駅」徒歩15分
🧑 数名 高校生不可 上履き持参・動きやすい服装・マスク着用
🚗 なし
🗨️ 「大田区立志茂田福祉センター」
就労継続支援B型事業所
☎ 03-6715-9375
📌 とま

こども支援の活動

子どもの居場所「すけっとくらぶ」では、東蒲田で子どもたちを見守ってくれるボランティアを募集しています。

読書(どんな本を読むべきか一緒に考える)、学習(宿題や勉強の支援)、遊び(ゲームやお話をする)などを、積極的に支援している人を探しています。



📅 毎週水曜日 15:00～21:00
第2水曜日は17:00～21:00
📍 東蒲田1-19-22
大田区立蒲田図書館多目的室(EBARA WAVEアリーナおおた(大田区総合体育館)の裏)
JR「蒲田駅」徒歩15分 京急線「梅屋敷駅」徒歩5分
🧑 若干名 高校生可
🚗 なし
🗨️ きねまくんプロジェクト ☎ 090-4132-8618
📌 にいくら

地域における活動

「フードバンク大田」は、「食」を通じて子どもたちや生活に困っている方を支援することを目的に、企業・個人から寄贈された食品を、地域の福祉施設や支援団体等に配布し、必要としている方へ届ける活動を行っています。



食品を受取先へ運ぶ際、スタッフと一緒に車で配送のお手伝いをしてくださる方を募集します。

📅 不定期 主に日中
📍 中央4-32-8 東急バス「大田文化の森」徒歩3分
🧑 数名 高校生不可 自動車運転免許証必要
🚗 なし
🗨️ 特定非営利活動法人フードバンク大田
☎ 080-5541-4669
📌 すずき

「東京都立荏原病院」は、東雪谷の閑静な住宅街にある都立病院です。

花壇の水やり、花の植え替えなど。外来や病棟の本棚の整理、カートによる病棟への本貸出巡回など。院内のご案内、診療申込書の記入方法説明等の活動です。お友達と一緒に活動も大歓迎です。



📅 毎週月曜日～金曜日 10:00～16:00
(曜日は固定 隔週・月1回も可)
📍 東雪谷4-5-10 東急池上線「洗足池駅」徒歩10～15分 東急バス「荏原病院前」
🧑 若干名 高校生不可 飲み物持参・動きやすい服装
🚗 なし
🗨️ 東京都立病院機構「東京都立荏原病院」計画課
☎ 03-5734-8000(代表)
📌 たかはし

令和8年度 地域福祉活動団体支援事業 及び 「つどいの場」運営支援事業 のご案内

地域福祉活動団体支援事業			
	①通年事業助成	②イベント助成	③トライアル助成
目的	3 カ月以上活動実績があり年間を通じて行う <u>地域福祉活動の経費</u> に対する助成	地域福祉の推進を目的として区内で開催する <u>イベント経費</u> を助成	地域福祉の推進を目的に行う事業を助成申請年度に新たに <u>立ち上げる際の経費</u> を助成
内容	年度10万円以内の助成		年度20万円以内の助成
募集期間	令和8年4月6日(月)～4月30日(木)		

「つどいの場」運営支援事業	
「つどいの場」活動助成	「つどいの場」保険
目的 身近な場所で継続的に行う住民主体の「つどいの場」の活動経費を助成	目的 住民主体の「つどいの場」の活動を安全に実施できるよう支援
内容 月1～3回活動 年度3万円以内 月4回以上活動 年度5万円以内	内容 サロン保険代を社協が負担
募集期間 令和8年3月2日(月)～3月19日(木) ※募集期間を過ぎておりますが、申請については、ご相談ください	

地域福祉のために活動したい!
そんなあなたを応援する助成事業です。

通年事業助成
ボランティア団体で年間を通して活動している!

イベント助成
子育て世代を集めたイベントをやりたい!

トライアル助成
大田区でボランティア団体を立ち上げたい!

「つどいの場」運営支援事業
仲間と週一回集まって、健康教室を開きたい!

詳しい助成条件等はHPまたはお問い合わせください。

社会福祉法人 大田区社会福祉協議会
おおた地域共生ボランティアセンター
☎ 03-3736-5555



ボランティアさん募集の最新情報は、
大田区社協HPでもご覧になれます



// ちょっと気になる団体紹介 //

ボランティア スポット



地域共生社会を目指して

おおたラーメンこども食堂

武井 恵美子

「地域で暮らす人と素敵な時間と場所を作り出せたらいいな」「みんなで美味しいごはんタイムを分かち合いたいな」「みんなの家事負担が減ったらいいな」との想いから、「おおたラーメンこども食堂」を始めました。



最初は手探り、手作りでもなんでも協力し合って活動を始め、様々な経験を積ませて頂きました。ここまで続けられたのは、地域の方のご理解や、家族の支援があったからだと思います。蓄積されたノウハウは目には見えないですが、自分たちの財産だと思っています。

ある日、「べっこうアメを食べてみたい」と言ってきた子がいました。その子に内緒で、調理場でこっそり作って出しておあげました。「自分のために、作ってくれたの!!」渡した時の嬉しそうな表情は、今でも忘れられないですね。それ以降、その子の態度が変わりました。

また別の日には、お菓子の大きさと喧嘩が起きた時、間に割って入った子がいました。「二人が仲悪くなるぐらいなら、自分のをあげるから喧嘩しないで」。仲たがいをしてい

た三人組が、仲良くなった場面もありました。そんな、子どもたちの変化の可能性を感じる経験は、活動の大きなモチベーションになります。



活動して8年。課題もあります。ボランティアでできる人がいないと、こども食堂のような活動が広がらない事、続かない事です。こども食堂誕生のきっかけとなった「困っている人がいたら、身近な人で助け合いができる」が当たり前になるような、理想の地域共生社会は、まだ程遠いかもしれませんが、これからも、「みんなで子どもを見守れる社会」を目指し、地域に根差した活動をしたいと思っています。



問合せ おおたラーメンこども食堂・武井

メール ramen.37365@gmail.com

★「つどいの場運営支援事業」を活用して頂いている団体です

特技ボランティアさんご紹介

ホームページに特技ボランティア一覧を掲載しました。

問合せ:おおた地域共生ボランティアセンター ☎03-3736-5555



緑・じょいんとプロジェクト 代表 小川 隆

演奏会を通じて施設の皆様と演奏ボランティアの方をつなぐ活動をしています。

主に高齢者施設で懐メロ、童謡などの演奏をして参加された方々が1つになって楽しめるようにしています。基本はウクレレ演奏で、その時々様々な楽器や歌で参加するボランティアの方がいらしゃいます。演奏側、聴く側双方からのお声がけをお待ちしています。



サキソレンジャー 代表 稲葉 久美子

皆さんこんにちは。サキソレンジャーと申します。「サクソ奏でて世直し中」をモットーに、サクソ5人とカホン(ミニドラム)1人の6人で活動しています。演歌、ポップス、ジャズなど色々な曲をお届け致します。音を楽しむ、音楽大好き、楽しい時間を一緒にすごしませんか。



編集後記

「おおたボランティアハンドブック」には、ボランティアとは、個人が自発的に、自分以外の誰かのために、見返りや報酬を求めずにする、よりよい社会をつくるための活動のこと、と記載しています。

これは、「ボランティア活動の4つの原則」といわれる

- ①自主性・主体性、②社会性・連帯性、③無償性・無給性、④創造性・開拓性、を説明しています。

そして、全国ボランティア・市民活動振興センター初代所長である故木谷宜弘氏は、「ボランティアはなんだか楽しい、自由であるから楽しい。自由であるから、続けることができる。」と、述べていました。

この自由性・継続性なども大切にしながら、ボランティアコーディネートをすすめていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。(1ボランティア担当者)