



こうえんじにゅーす 高円寺NEWS

なつ 夏のボランティア体験2021



さんか に参加しました！！

すぎなみ 杉並ボランティアセンター主催、夏のボランティア体験「施設に贈る飾りを作ろう」にすまいる高円寺も
さんか 参加をしました。8月19日のK木会から8月31日ボランティア体験までの間に約10名の方に参加して
いただき、あき めぐ 秋の恵みがたくさん実った立派な木が完成しました！！



さんかしや 参加者からは「楽しい」「色とりどりで
きれい」「簡単だった」「こういう形で
貢献できて、充実感があつた」との
感想をいただきました！



できあ 出来上がった作品はボラン
ティアセンターから区内の
高齢者施設へ届けられる
予定です。喜んでもらえ
たら嬉しいです。

かつどう

ボランティア活動のすすめ



ボランティアって、なんだろう…？



ボランティアとは、誰もが、自分でできることを自分の意志で周囲と協力しながら無償で行う活動のことをいいます。地域や社会をよりよくしていくことに役立つとともに、活動する自分自身も豊かにしてくれる力を持っています。例えば…

人間関係
が広がる

「ありがとう」
と言われる

スキルが
身につく

自分に
自信がつく



ボランティアセンターへ
取材に行ってきました



～ピアスタッフより～

ボランティア活動は「社会との関わりを持つこと」や「生活のリズム作り」として活用できると感じました。
今回ボランティアに参加し作品を完成させ、達成感を感じました。
ボランティアに関わることでいろいろな人と出会い学ぶこともあったと思いました。



Q 障害や病気がある人もボランティア活動に参加ができますか？

A 実際にボランティア活動に参加されている方もいます。

こういった配慮が必要かボランティアセンターから受け入れ側に伝えることもできます。

Q ボランティア情報はどこにありますか？

A ボランティアセンター情報誌「ボラン・て」やホームページに情報があります。

ボランティアセンター窓口でも相談ができます。

★ ★ ～ボランティアセンター職員より～ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

ボランティアはハードルが高いと思われるがちですが、楽しい、新しい自分の発見や、人との繋がりもできます！気軽にボランティアセンターにお問い合わせ下さい。できることはたくさんあります。ボランティアセンターも一歩を踏み出すお手伝いをします。お気軽にご相談下さい。



おすすめ！

いえ 家でもできる身近な

ボランティア



使用済み切手

集まった切手は整理、仕分けされて切手収集家によって購入されます。購入された切手の使い道のひとつとして、切手を小さく切り、貼っていくことで切手アートとして新たな作品になります！
杉並ボランティアセンターでも使用済み切手を回収しています。



エコキャップ運動

エコキャップ運動は、ペットボトルのキャップを集めてリサイクルし、海外の子ども達にワクチンを提供しようという活動です。キャップ860個で約20円となり、ポリオワクチン一人分の支援となります。



8・9月の活動報告

けーもくかいかつどうほうこく K木会活動報告

9月は防災月間として、防災にちなんだお話し会やクイズを行いました。

防災についてのクイズ



Q 電気が止まったときに使えないもの

→ テレビ、照明、冷蔵庫、洗濯機、エアコン、炊飯器、パソコン…

Q 家においておく役立つグッズ

→ ラップ、新聞紙、体拭きウェットタオル、ポリ袋、カセットコンロ、非常食、水、携帯トイレ、LEDランタン、歯みがき用ウェットティッシュ



○ハンドメイド報告

8月24日(火)のハンドメイドではビーズでストラップ作りをしました。カラフルなビーズを選び、テグスに通していきました。きれいなストラップが完成し「楽しかった」という声もありました。



10月の活動予定

けーもくかい K木会

10月7日(木) 曲当てクイズ

10月14日(木) 創作活動 皆さんで1枚の

大きな秋の絵を作りましょう

10月21日(木) 散歩

10月28日(木) ボッチャ体験



※活動内容により2部制になります。

ハンドメイド

10月26日(火)

フェルトで小物入れ作り



すまいるサロン

10月19日(火)のテーマ

『一度は行きたいスポット』



ぶどうの会

10月10日(日)のテーマ

『コロナ禍の過ごし方』



きづきの会

10月6日(水)のテーマ

『最近あった楽しかったこと』

10月9日(土)のテーマ

『コロナ禍で新しく始めたこと』



引き続き、感染症予防をしながら…
Go to すまいる!

<委託法人> 社会福祉法人 東京都手をつなぐ育成会

<開所時間> 平日9:00~19:00/土日9:00~17:00

<休所日> 月曜日・祝祭日・年末年始

<住所> 〒166-0003 杉並区高円寺南2-24-18 4階

<連絡先> 電話番号:03-5306-6381/FAX番号:03-5306-6383

<アクセス> JR高円寺駅から徒歩7分 東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅から徒歩5分



ホームページがあります
【すまいる高円寺】で検索
してください!

けー がつ よてい
Kすくえあ 10月の予定

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日
	★印、活動はすべて予約制です。 活動によって定員があります。参加のご希望、キャンセル、 質問など、電話や来所にてお気軽にご相談下さい。 ニュース発行後から予約を受け付けます。(発行の目安は20日 です。)			1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
やす 休み	★女子会 10:30~11:00 ピア相談 13:30~17:00	★当 きづきの会 16:00~ 16:45	★K木会 曲当てクイズ 14:30~15:00 15:15~15:45		★当きづきの会 14:00~14:45 ピア相談 13:30~17:00	★当ぶどうの会 10:30~11:15 ★パソコン 13:20~14:20 14:30~15:30
11	12	13	14	15	16	17
やす 休み	ピア相談 13:30~17:00		★K木会 創作活動 (秋の絵) 14:30~15:00 15:15~15:45		ピア相談 13:30~17:00	★パソコン 13:20~14:20 14:30~15:30
18	19	20	21	22	23	24
やす 休み	★すまいるサロン 10:30~11:00 11:15~11:45 ピア相談 13:30~17:00		★K木会 散歩 (高円寺) 15:00~15:45		ピア相談・来所は、予約制です。 詳細はお問い合わせください。	
25	26	27	28	29	30	31
やす 休み	★ハンドメイド フェルトの小物入れ 10:30~11:00 ピア相談 13:30~17:00		★K木会 ボッチャ体験 15:00~15:45		ピア相談 13:30~17:00	

けー りようあんない
~Kすくえあ ご利用案内~

活動にはサポートがつかますので、どなたでもご参加いただけます。

※当は当事者の会です。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、活動が中止・変更となる場合があります。

ご了承ください。

《フリースペースの利用について》

利用可能な曜日・時間 ※○印の枠が利用可能です。

	日	月	火	水	木	金	土
①10時~11時半				○		○	○
②14時半~16時			○	○		○	
③16時半~18時			○	○		○	

※毎月第1水曜日(祝日の場合は第2水曜日)は、

②の時間帯が14時半~15時半、

③の時間帯が17時~18時になります。

利用方法 1枠5名 1人1日1枠(最大90分まで)入替制。

予約は要りません。

※尚、プログラムの時間帯は、密となるため、

フリースペースは閑所とさせていただきます。

○来所時の手洗い、消毒、検温、マスクの

着用にご協力ください。

○37度5分以上の発熱や、体調が悪い

場合は、ご利用をお断りする場合があります。

感染症拡大防止に
ご協力ください

