



ボランティア

11
2025



チャンネル登録
お願いします



【特集】杉並ボランティアセンター
YouTubeチャンネル

3面・・・ボランティア情報 瓦版
食料等寄附のお願い

4面・・・令和8年度 地域福祉活動費助成金
申請団体の募集

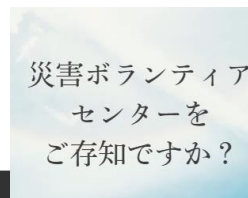
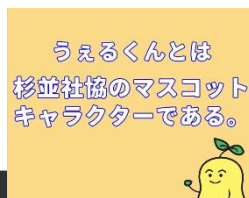
杉並ボラセン YouTubeチャンネル 随時更新中

杉並ボランティアセンターでは、より多くの区民の方々にボランティアについて知っていただきたく、YouTubeを含めたSNSに力を入れています。今年度からボラン・て予告等のショート動画を中心に投稿をしています！災害ボランティアセンターの紹介をしたショート動画は2000回再生を突破しました。

今月は、YouTubeでのラジオ配信を通してボランティア活動を行う団体「FMすぎなみ」の中で、本情報紙ボラン・てを毎月取り上げてくださっている番組「ラジオ ボラン・て」を紹介させていただいております。ぜひご覧ください！

また、杉並区内にある東放学園専門学校 放送技術科の学生の皆さんに、動画を作成していただきました。学生さんたちは、杉並ボラセンや杉並社協について調べ、ボラセンや社協の周知、ボランティア活動の推進になるような動画を考えてくださいました。作成いただいた「うえるくん」の紹介動画は、11月11日公開です！

今後も、ボランティア活動への後押しになる内容や、杉並ボランティアセンターの取り組みに関する動画をあげていきますので、チャンネル登録と高評価をお願いいたします。



「多文化共生防災ワークショップ」開催レポート

災害が起こった際に想定される、外国人の困りごとを学び、災害時の対応について参加者同士で理解を深めることを目的に、多文化共生防災ワークショップを9月13日(土)に実施しました。

明星大学の菊池哲佳(きくち あきよし)准教授を講師にお招きし、「多文化防災ワークショップNICE!」というゲームを行いました。参加者からは「普段得られない気づきがあった」、「地域に外国人は多いのに、知り合う機会が少ない」、「このようなワークショップがもっとあると良い」等の感想をいただいています。今回のワークショップを通して、お互いに助け合える日々の関係性を築くことが災害時においても大切だとわかりました。また、企画実施にあたっては、杉並区交流協会にご協力いただきました。

今後もボランティアセンターとして、外国人の方々との接点を増やし、住民同士の支え合いにつながるよう、多文化共生の取り組みを進めていきたいと考えています。

【参加者】23名(日本人)6名(外国人:中国、台湾、タイ、カナダ)





書道・将棋・オセロ・編み物・絵・ フラワーアレンジ等のボランティア

上高井戸大地の郷みたけでは、午後のひとときをご利用者様と一緒に過ごして下さるボランティアを募集しています。書道活動のお手伝い、将棋やオセロのお相手、製作（絵手紙・編み物・縫い物・フラワーアレンジメント）など「趣味や得意なことを誰かの笑顔につなげたい」という方、大歓迎です！経験・資格の有無は問いません。

【日時】書道…隔週水曜日 他曜日応相談 13:30～15:00

将棋・オセロ…月曜・火曜を除く13:30～16:00

活動する曜日・時間などは応相談

製作…曜日問わず13:30～15:30 時間など応相談

【会場】上高井戸大地の郷みたけ（上高井戸2-12-1）

【対象】書道のみ18歳以上、その他年齢不問

【申込】電話またはメールにて

【その他】一通りの物品は揃っていますが、朱墨汁の準備はありません。製作で揃える必要のある物品は事前に準備いたします。

【問合せ】上高井戸大地の郷みたけ（担当：久保山・後藤）

☎：03-3334-6655 ✉：daichi@mitake.or.jp



福祉施設等の緑の環境ボランティア

植木応援団は、区内の福祉施設や公園の植木の手入れや花壇づくりをして、区の緑の保全・育成に貢献するグループです。現在20名程度の参加者が、年間を通し活動しています。一緒に活動していただける方を募集します。

【日時・会場】全て午前中のみ

・浴風会（高井戸西1-12-1）…第3・4日曜日 10:00～

・なのはな生活園（宮前2-22-4）…第2火曜日10:00～

・ゆうゆう高井戸東館（高井戸東3-14-9）

…第1土曜日 11:00～

【対象】緑の好きな方、園芸が好きな方、軽剪定をやってみたい方

【申込】電話またはメールにて

【問合せ】植木応援団（担当：横山・佐倉）

☎：090-6794-1360 ☎：090-1047-2916

✉：keyakikoubou2002@gmail.com

✉：sakura.saku.pat0103@gmail.com



みんなで掃こう！落ち葉感謝祭2025

落ち葉に感謝し、自然へ還していく「みどりのリサイクル」の考え方を広めることを目的に、区内の公園で落ち葉掃きとリサイクル作業を行います。お気軽にご参加ください。

※井草森公園でのお楽しみイベントの詳細は、杉並区ホームページまたは、広報すぎなみ11月15日号をご覧ください。

【日時】12月13日（土）①9:00～ ②10:00～

【会場】①蚕糸の森公園（和田3-55-30）・大田黒公園（荻窪3-33-12）・杉並児童交通公園（成田西1-22-13）

・井草森公園（井草4-12-1）・天沼弁天池公園

（天沼3-23-1）・桃井原っぱ公園（桃井3-8-1）

・下高井戸おおぞら公園（下高井戸2-28-23）

・阿佐谷けやき公園（阿佐谷北1-1-1）

・すぎはち公園（高円寺南2-40-8）

②柏の宮公園（浜田山2-5-1）・塚山公園（下高井戸5-23-12）

・馬橋公園（高円寺北4-35-5）

・三井の森公園（高井戸東1-28-2）

【対象】どなたでも

【その他】軍手、ほうき、ちりとり等は各自でご持参ください。

【申込】申込フォームまたは電話にて

【問合せ】落ち葉感謝祭実行委員会事務局

杉並区みどり公園課北公園緑地事務所

☎：03-3396-5261



高齢者施設での麻雀ボランティア

荻窪にあるデイサービスです。1日の様々なプログラムの中で午後の楽しみとして、ご利用者様をお相手に麻雀をしてくださる方を募集しています。ぜひお力をお貸しください。詳細は、お電話にてご相談させていただきます。

【日時】毎週火曜日・木曜日 13:00～16:00

【会場】松溪ふれあいの家（荻窪2-3-1）

【対象】18歳以上

【申込】電話またはメールにて

【問合せ】松溪ふれあいの家（担当：松本）

☎：03-5347-1178 ✉：npo-ikigai@bronze.ocn.ne.jp

【イラスト協力】
女子美術大学
武藤亜美さん



お願い

食料等寄附のお願い

生活にお困りの相談者へお渡しする食料等の寄附を募集しています。皆さまのご支援をお待ちしております。

受付期間 令和7年11月1日（土）～令和8年1月31日（土）9:00～17:00
※日・祝、年末年始（12/29～1/3）除く

対象品 【食品】未開封で賞味期限が明記されており、期限まで3カ月以上あるもの
缶詰、レトルト食品、インスタント食品、栄養補助食品、野菜ジュース、パックごはん、アルファ化米（防災用品）

【生理用品】未開封で製造日から3年以内のもの

受付・問合せ 杉並社協 ぐらしのサポートステーション係（ウェルファーム杉並1階）
TEL:03-3391-1751 ※土曜日は杉並ボランティアセンターで受付

分野マーク

福祉 ♥ 芸術・文化 ✂

環境・自然 🌿

その他の情報は、杉並ボランティアセンターホームページ内「ボランティア掲示板」もチェックしてください！



おもい まち
募金が地域をよくするしくみ

令和8年度 地域福祉活動費助成金 申請団体の募集

「地域福祉の推進」と「団体の自立性を促進すること」を目的として、地域でのつながりづくりを行う地域福祉活動のための活動費を助成します。

この助成金の財源は「歳末たすけあい運動」で集められた募金です。

対象団体

杉並区内で地域福祉活動を行っている、または活動開始を予定している民間非営利団体

対象事業

令和8年4月1日から令和9年3月31日までに完了もしくは実施する事業で、地域福祉活動を推進する発展性のある事業

助成の種類と上限額

- (1) チャレンジ応援助成：1団体 上限50万円
 - 新規に立ち上げる事業、
 - または立ち上げから3年未満の事業
- (2) 定例活動活性化助成：1事業 上限30万円
 - 既存の活動を活性化して行う事業

申請方法

申請書類を作成の上、添付書類を添えて
杉並ボランティアセンターへメール、郵送、
または持参してください。
書類を確認後、申請内容について面談します。

申請期間

令和7年12月2日(火) から
令和8年1月17日(土) 午後5時まで(必着)

募集要項等

令和7年12月2日から杉並ボランティアセンターで配布。
ホームページ(<http://www.borasen.jp/>)からも
ダウンロードできます。

問い合わせ

社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会
杉並ボランティアセンター

説明動画を 掲載します

- ・12月2日(火)から杉並ボランティアセンターのホームページに説明動画を掲載します。
- ・動画をご覧になれない方は窓口でご説明しますので、事前にお問い合わせください。

事前相談を お受けします

- ・事業計画や予算書の考え方、書類の作成方法についても、ご説明します。
- ・申請を検討中の方も、ご相談ください。



杉並のボランティア情報紙「ボラン・て」

発行：社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会
杉並ボランティアセンター

〒167-0032 杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並4階
TEL: 03-5347-3939 FAX: 03-5347-2063
メール: info@borasen.jp ホームページ: <http://borasen.jp>

うえるくん
杉並協のイメージキャラクター

開所時間：火～土曜日
8:30～17:00

* 祝日・年末年始はお休みです。



情報紙「ボラン・て」は、次の区内各所にも置いてありますのでご利用ください。区役所・区民集会所・区民事務所・地域区民センター・一部のゆうゆう館・図書館・駅スタンド(区内JR、地下鉄丸の内線など)・他