

# “いるかバンク” に登録してボランティアを始めよう!

ボランティアセンターでは「何か自分でできることをやってみたい」というご相談に応じ、一人ひとりが力を発揮できるボランティア活動の場を見つけるためのお手伝いをしています。

## ボランティア活動例や関連する講座・イベント

### ● 高齢・障がいのある方・子どもたちなどのふれあいやお手伝い

- ・趣味・余暇活動支援 (囲碁・将棋等趣味のお相手、パソコン指導)
- ・話し相手
- ・外出付添い (散歩・通院等の付添い)
- ・草むしり・ゴミ出し
- ・障がい児支援 (通学や外出の付添い、遊び相手)
- ・子どもの居場所づくり (子ども食堂や学習支援の手伝い)



### ● 福祉施設・障がい者グループ利用者とのふれあいやお手伝い

- ・イベント支援 (お祭り・外出レクリエーション等施設行事のお手伝い)
- ・日課活動や創作活動補助 (入浴後のドライヤーかけ、お茶出し、話し相手、絵手紙や書道の指導等)
- ・障がい児グループのレクリエーション補助、外出行事の付添い
- ・誕生日会やクリスマス会などでの演芸披露や楽器演奏



### ● ボランティアセンターで開催する講座など

- ・これからボランティア活動を始めよう人に向けたセミナー
- ・中学生・高校生が福祉施設や市民活動に参加するボランティア体験
- ・災害ボランティアに関する講座
- ・ボランティア同士の交流会やテーマごとの勉強会



## いるかバンクの登録方法

### 登録できる人

- ボランティア活動をしてみたいという個人の方
- サークルや部活等で練習している楽器演奏やマジック、ダンスなどを福祉施設等で披露、指導してみたいという団体・個人の方

### 登録の方法

- お近くのボランティアセンター (裏表紙参照) で、登録票を記入するだけです!
- 楽しく活動するためのポイントや保険等についてお伝えします。

登録無料

「いるかバンク」は相模原市社会福祉協議会ボランティアセンターが運営するボランティア登録の仕組みです。

これだけで!

登録完了⇒ ボランティア活動の紹介

### ～ボランティア活動の情報提供～

いるかバンクに登録すると登録情報をもとにボランティアセンターから電話等で活動をご紹介します。個人の会員には最新のボランティア活動情報を掲載した「いるかバンク通信・ボランティア情報」をはがきやLINEで毎月お届けします。

おつかれさまです



おたがいさま



## ～「にこまる」LINEスタンプ 誕生～

相模原市社協のマスコットキャラクター「にこまる」のLINEスタンプが誕生しました。コミュニケーションが弾むゆるくてかわいいスタンプが40種類!

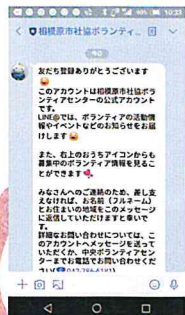
ぜひご購入ください! (購入画面には、右の二次元コードからアクセスできます。)

いいひとだねえ





ボランティア活動の情報はこちらから



### 「市社協ボランティアセンター LINE公式アカウント」

※いるかバンク登録者には、別途登録いただくアカウントがあります。



### 「広報紙 みんないいひと」

全市版（年3回発行） 区版（年3回発行）



### 市社協SNS（ブログ、ツイッター、インスタグラム等）

ボランティア活動や福祉イベント等の情報を紹介



### ボランティア活動団体の情報検索

主に、福祉や医療等の分野で活動する団体を紹介



## ボランティア活動に関するお問合せ先

最寄のボランティアセンターへ  
お気軽にお立ち寄りください!!

#### 中央ボランティアセンター

相模原市中央区富士見6-1-20 あじさい会館2階  
TEL 042-786-6181 FAX 042-786-6182  
E-Mail: svc@sagamiharashishakyo.or.jp  
開設時間：月～金 9:00～19:00 土 9:00～17:00

#### 南ボランティアセンター

相模原市南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター1階  
TEL 042-765-7085 FAX 042-748-4419  
E-Mail: smvc@sagamiharashishakyo.or.jp  
開設時間：月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:00

#### 緑ボランティアセンター

相模原市緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎2階  
TEL 042-775-1761 FAX 042-774-7160  
E-Mail: sgvc@sagamiharashishakyo.or.jp  
開設時間：月～金 9:00～19:00 土・日・祝日 9:00～17:00

#### 城山地域事務所

相模原市緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所第1別館3階  
TEL 042-783-1212 FAX 042-782-4050  
開設時間：祝日除く月～金 8:30～17:15

#### 津久井地域事務所

相模原市緑区中野633 津久井総合事務所3階  
TEL 042-784-3393 FAX 042-784-6142  
開設時間：祝日除く月～金 8:30～17:15

#### 相模湖地域事務所

相模原市緑区与瀬896 相模湖総合事務所3階  
TEL 042-649-0202 FAX 042-649-0200  
開設時間：祝日除く月～金 8:30～17:15

#### 藤野地域事務所

相模原市緑区小淵2000 藤野総合事務所3階  
TEL 042-687-3361 FAX 042-687-4049  
開設時間：祝日除く月～金 8:30～17:15

# ボランティアのすすめ

ボランティア活動を始めたいあなたへ

●ボランティア活動に参加している皆さんの声●

お年寄りの笑顔に出会えるので、ボランティアが楽しみ！自分が住んでいる地域を改めて知るきっかけにもなりました。

障がい児とのふれあいから元気もらっています。ずっと、成長を見守っていききたいな。

趣味の音楽を通じて交流しているの。発表する機会も増えたわ！



定年後にボランティア活動に参加して、生きがいを見つけたんだ。仲間もできました。

部活の仲間と放課後にボランティア。学校以外にも新しい世界が広がっています！

相模原市協  
マスコットキャラクター



にこまる

社会福祉法人  
相模原市社会福祉協議会  
http://www.sagamiharashishakyo.or.jp/

みんないいひと

検索

