

はじめの一步

下記の内容に関心のある方、ご連絡お待ちしております！

申込み・問合せ先がない募集については、
しずやボランティアセンターにご連絡ください
電話：03-5790-0505



渋谷区けやきの苑・西原

特別養護老人ホームで介護を受けながら生活されている方と、デイサービス（通所介護）を利用されている方の施設です。

さまざまなボランティア活動がありますが、今、下記の内容に関心のある方を特に募集しています。初めての方も、お気軽にお問い合わせください。

- 活動内容：特別養護老人ホームに入所されている方の洗濯物たたみ
- 活動日時：毎週土曜日 13:00～1時間程度
- 活動場所：渋谷区けやきの苑・西原（西原 2-19-1）
- 問合せ：03-5453-0515（前原・榊原）



歌の会(ハーモニーズ) (ボランティアグループ)

高齢者の生きがい活動としてのコーラスグループです。先生の熱心なご指導のもと、高齢者の方々とボランティアが楽しく歌っています。会の運営を一緒に手伝っていただけませんか？

- 活動内容：会場準備、お茶入れ、楽譜のコピーなど
- 活動日時：第1・3木曜 13:00～15:30
(途中参加も可能です)
- 活動場所：上原社会教育館 音楽室（上原 3-13-8）
- 問合せ：03-5371-1836（小口）



おかし屋ぱれっと

おかし屋ぱれっととは知的に障がいのある方が働く福祉作業所です。焼き菓子やヘアアクセサリー、雑貨などの製造・販売を行なっています。今回は作業をお手伝いしてくださるボランティアの方を募集しております。菓子作りや物づくり（手芸や工作）の好きな方、スキルをお持ちの方、そして元気で明るい方大歓迎です。年齢は問いません。ぜひご連絡のほどよろしくお願ひします。

- 活動内容：①おかし屋ぱれっと：焼き菓子製造・販売など
②工房ぱれっと：ヘアアクセサリー・雑貨制作や販売など
- 活動日時：①月～金曜のご都合のよい曜日
10:00～16:00（作業が終わり次第終了）
②火・木・金曜のご都合のよい曜日
10:00～16:00（作業が終わり次第終了）
- 活動場所：おかし屋ぱれっと・工房ぱれっと
(東 3-19-9 恵比寿イーストビル)
- その他：①、②とも時間の相談は可能です。週何回でも可能です。ご都合のよい曜日を固定していただくと助かります。
- 問合せ：03-3797-3374（長澤）

ちょっと読んでみませんか。

センターで貸し出している本の紹介です。



『音のない世界と音のある世界をつなぐ ユニバーサルデザインで世界をかえたい！』

(松森 果林 著 岩波ジュニア新書 2014)

日頃から目にするユニバーサルデザイン。現代ではよく目にするようになってきました。しかし、それは本当に全ての人を使いやすいデザインなのでしょうか。「聞こえる世界」「聞こえにくい世界」「聞こえない世界」を体験し、それを自分の長所と自身と向き合っている著者がいろいろな角度からユニバーサルデザインについて書かれています。“当たり前”が“当たり前”ではない世界。これを読むと街のユニバーサルデザインが気になってしまうのではないのでしょうか？

『暮らしのなかの工夫と発見ノート あなたにありがとう。』(松浦 弥太郎 著 PHP文庫 2012)

とても大切な人なのに、ちょっとしたことで相手を思いやる気持ちを見失ってしまい、「ありがとう」という気持ちが素直に表わせなくなってしまうときはありませんか。そんなとき、旅先でこの本に出会い、苦しい気持ちがふと楽になりました。「ありがとう」は、幸せをもたらす魔法の5文字ですね。言いたいのに言えなくて、心の奥底がモヤモヤと苦しい人。ぜひ読んでみてください。