



上越支所だより
ダウンロードページ



上越支所だより

特集

ボランティア 相手のため + 自分のため



ボランティアとは？

ボランティアの語源は、ラテン語の“voluntus”と言われ、「自発的」「自由意志を持って」という意味があります。

地域活動の
お手伝い

募金活動

ごみ拾い
リサイクル活動

災害支援

防犯・防災活動

子どもも
楽しみながら！



自分の経験にもなる

スキマ時間に…

誰かのために
自分のために

ボランティア活動は、
だれでも！どこでも！
いつでも！
参加できる活動だね



ボランティアのちょっといい話

地域サロン スタッフ

普段の生活のなかで、子育てなど、地域にとてもお世話になったので、今度は自分も地域を支えたい、地域へ恩返ししたいという思いがありました。

自分が駆け出しの民生委員だった頃、地域のことをもっと知りたいと思い子育てサロンと高齢者サロンを立ち上げ、今でもボランティアスタッフとしてかかわっています。

サロン活動は、ご近所の方と顔なじみになる機会となり、さまざまな世代とかかわることが自分にとってよい刺激となりました。参加者から「なんでも話せる場所（サロン）があってよかった」との声があり、サロンが地域での心の拠り所になっていると嬉しく感じています。

交通安全 見守りボランティア

通学中の子供たちを横断歩道で見守る活動を十年以上続けています。地域の人たちに育てられた人生の恩返しになるのかとの想いで続けていたら、いつのまにか、高齢者サロンのスタッフや立哨のおじさんになっていました。

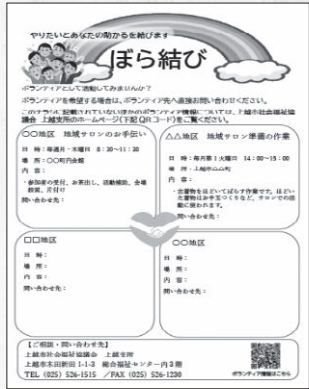
ある日、下校中の子供たちに呼び止められ自由研究の話を聞かせてもらいました。50歳を過ぎた息子の姿を思い出し、終始目を細め、新しい知識に驚き、流行りものに触れ、ずいぶん若返った気持ちになりました。自分が心身共に元気であることは毎朝の立哨に始まり、地域の先輩方に学ぶ、地域ボランティアの活動があるからだと思います。ボランティア活動は、自分のためにも「若さ」と「知識の豊かさ」を与えてくれていると感じます。

ボランティア活動を通じて、さまざまな人と出会い、仲間ができ、経験や技術を身に着けることができる…いつの間にか相手にも自分にもプラスになっているのがボランティア活動なんだね！





上越支所では、あなたのやりたいをつなげたい(隊) ボランティア情報チラシ「ぼら結び」を発行しています。



自分の余暇時間を
活かしませんか!
ボランティアに
定年はありません!



Q: どんな活動がありますか?
A: 地域サロンのお手伝い。
有償によるボランティア活動など

Q: 社協はなにをしてくれますか?
A: 活動のご相談やご紹介。
安心してご活動いただくため
ボランティア保険の加入手続きも
行っています。
その他養成講座や研修会も実施!

令和6年度 サロンボランティア研修会のご案内

迷ったら…
研修会へGO!

【日時・会場・定員】 *各回先着順となります。申し込みは各回1週間前までにお願いします。

	開催月日	時間	会場	主な内容	定員
①	10月10日(木)			聞いてみよう♪ わがまちの ベテランサロンとわかばマークサロン 講師 子安・とよばいきいきサロン 様 北城サロン 様	20人
②	10月30日(水)	10:00 }	上越総合福 祉センター 201 研修室	すごい! 身近にある物がレク材料に! 講師 妙高市レクリエーションインストラクター 外谷 静代 様	20人
③	11月15日(金)	11:30		第1部: 楽しく学ぼう♪ 聞き方・伝え方講座 第2部: なるほど!いつものおやつが素敵に♡ 講師: 上越市社会福祉協議会 上越支所	20人
④	11月26日(火)			明日使える+サロンで役立つレクリエーション! 講師 上越市レクリエーション指導者クラブ 様	20人
⑤	令和7年 3月5日(水)	14:00 } 16:00		カフェ ア・ポアン (福祉交流 プラザ内)	ふれあいサロン交流会 それぞれの活動の工夫や取り組みを、お互いに情報 交換します。おいしいお茶とケーキ付です♪

【参加費】 ①～④ 無料 / ⑤ 参加費 500円

【持ち物】 マスク、内履き、筆記用具等

【申込み】 上越市社会福祉協議会 上越支所 / 電話 526-1515

*会場は福祉施設併設のため、マスクの着用をお願いいたします。また、体調に不安のある方は参加をご遠慮ください。

皆様のご意見をお待ちしております

上越支所

〒943-0806 上越市木田新田1-1-3 上越総合福祉センター内3階 電話 526-1515 FAX.526-1230