



バトンをつなげる
～ボランティア活動者の声～

地域でボランティアとして活躍している「活動者」を
リレー方式で紹介します。

「さきちゃんち運営委員会」代表の八木晶子さんからのバトン
を受け取った、活動を通して「近所を耕したい」とおっしゃる
「ぶんたねこいしか和」代表の高嶋弘子さんにお話を伺いました。



高嶋弘子さん

Q 「ぶんたねこいしか和」とは、どのような経緯でかわり始めたのですか。

以前から、こども食堂にお手伝いに行きたいと思っていました。文社協に紹介してもらえるか聞いたところ、小石川地区にはちょうどないからやりませんか？と逆に言われたんですよ。自分で始めるつもりは全くありませんでしたが、7年前に立ち上げました。その当時から地域づくりには興味があって、延長のような形で地域の居場所もしたいね、という話が出ていたそのタイミングで、地域福祉コーディネーターの方から「ここに地域の居場所ができますよ」と話があり、絡ませていただくことになりました。

ぶんたねこいしか和
の紹介ページは
こちらから！



Q あらゆる分野で、精力的に活動されている高嶋さんの原動力を教えてください。

楽しんでいるからでしょうね。ここは地域のみなさんの居場所なんです、私の居場所にもなっています。だから、用のない時でもここに来て、お茶飲んでくつろぐのが私の過ごし方になっています。

Q 地域で活動される中で、いま課題に感じることは何ですか。

1つは子どもたちです。みんなものすごく忙しくしてるので、見てるこっちが息苦しくなることがありますよ。勉強や習い事は大事だけど、遊ぶ時間や子ども同士で関われる時間も大事だと思っています。もう1つは、居場所に自ら出てこれない高齢者に、どう一歩踏み出してもらえるかという課題を感じています。

Q たくさんの方々と出会い、印象に残るできごとがありますか。

子どもの頃からいろいろと気にかけていた近所の子が、少し離れた別の地域の高校に進学するので引越したんです。もう関係が切れてしまうのかなと思っていたら、高校卒業後、遊びに来てくれるようになったんです。これがすごく嬉しくて。

Q これから何かチャレンジしたい方に向け、メッセージをください。

チャレンジしたい気持ちが1ミリでもあったら、私がそうだったように、とりあえず一歩踏み出して、自分の気の合う人と好きなことから始めてみてください。

※次回は高嶋弘子さんよりバトンを引き継いだ、「おかえりごはん」で活動されている菅 完治さんを紹介いたします。



「どっとフミコムは」、文京区で活動されているボランティア団体、NPO法人、企業、学生団体などが行っている地域活動の情報を掲載しているポータルサイトです。ボランティア・スタッフ募集の最新情報は、右記二次元コードをご覧ください。



こんな情報が
掲載中！

募集中の
ボランティア情報！

文京区の地域活動に
関連したイベント情報

活動団体の情報

文京区の企業の
CSR・CSV情報

気になる情報の詳細やボランティア活動に関心のある方、
何かやってみたい方など、ボランティア活動についての
質問や問合せは、地域連携ステーションボランティア担当まで
ご相談ください。

発行 社会福祉法人 文京区社会福祉協議会 地域連携ステーション <https://www.bunsyakyo.or.jp>
〒113-0033 東京都文京区本郷4-15-14 文京区民センター地下1階 TEL 03-3812-3114 FAX 03-5800-2966

開所時間：月～金 9:00～19:00／土 9:00～17:00／日・祝 9:00～17:00(施設利用のみ)

休館日：12月28日～1月3日 ※毎月第4月曜日は17:00まで

ぼらんていあニュースは、封入ボランティアの皆さんのご協力のもと、お届けしています。いつもご協力ありがとうございます。

あなたらしく。はじめる、つながる。きっかけ応援誌！

TAKE
FREE

ご自由
にお持ち
ください

ぼらんていあ 冬 ニュース



令和7年12月発行

TOPICS

1 ふみこむフェスタ 2025

2 ボランティア募集情報

3 ボランティア基礎講座 開催報告

4 バトンをつなげる～活動者の声～

文京区に

ふみこむフェスタ

地域で“何かしたい”人、“活躍する”人、大集合！
文京区にふみこむフェスタ2025を開催します！



このイベントは、区内でさまざまな活動に取り組む団体や企業等がブースを出展し、それぞれの取り組みについてPRします！区内の団体について知りたい方、地域活動に興味がある方、これから地域活動に参加してみたい方など、たくさんの方のご来場をお待ちしています！

2 / 28 (土) 10:00 ~ 12:30
文京区民センター 3階(文京区本郷4-15-14)
※当日、直接会場へお越しください。

参加
無料



昨年のブース出展の様子

参加団体：文京区内で活動するNPO法人、地域活動団体、
学生団体、企業・法人、町会・自治会

12月26日
イベントページ
オープン予定



ふみこむフェスタでは、地域活動のはじめの一歩を応援する、「ボランティア体験コーナー」もあります。このコーナーでは聴覚障害の方とのコミュニケーションツールのひとつである手話や視覚障害の方へ音声で情報をお届けする音訳、新聞紙で災害時に役立つスリッパづくりなどが体験できます。ご興味のある方はぜひお越しください！

※このイベントは2024年度まで「活動見本市」として開催していましたが、今回愛称をリニューアルしました！

問合せ 地域連携ステーション 電話 03-3812-3044・03-3812-3114

募集中!

文京後見カフェ 参加のご案内

後見支援東京



住み慣れた地域で安心して暮らしていけるお手伝いができるよう、定期的の後見カフェを開いて、皆さんとお話できるふれあいの場を設けています。1人ひとりのご不安などをお聞きしながら、必要に応じて、成年後見制度に関連する知識や情報を提供するとともに、将来のことを一緒に考える取組みを行っています。是非お気軽にご参加ください。

開催日時 毎月第3日曜日 13:30 ~ 15:30

費用 無料 (予約不要)

開催場所 区民センター 4階活動室 等

備考 どんなお話をしてもOKです。

定員 数名

対象 どなたでも大歓迎、入退室自由です。

問合せ・申込 **メール** tkuyoshizawa@gmail.com (吉澤) **電話** 090-4392-4269 (奥村)



申込受付中

Restart!

点訳講習会 ~言葉を点で表す世界~

サークル・六点会

点字は視覚に障がいのある方が触って読む文字で、文字を点字に翻訳することを点訳といいます。サークル・六点会は文京区を拠点に点訳・触図製作を行うボランティア団体です。令和8年1月から、サークル・六点会主催で目の不自由な方に、文章などを点訳（点字化）するための基礎知識や技術を学べる初心者向けの「点訳講習会」を開催します。

点訳に興味がありボランティア活動をしたい方はどなたでも受講できます。

日時 令和8年1月13日(火)~3月24日(火) 10:00~12:00
(1/13・1/20・2/3・2/17・2/24・3/3・3/17・3/24 全8回)

講師 河野 孝志氏
(文京区視覚しょうがい者協会副会長)

会場 区民センター4階活動室・区民センター会議室

定員 10名

申込 下記二次元コードからお申込みください。

費用 「初めての点訳第3版」テキスト代として、770円(税込)
※講習会中の点字器、点筆、点字用紙は当方で用意いたします。

締切 12月16日(火)
※申込者には締切後、結果をお知らせします。

対象 視覚障がいについて関心があり、講習会終了後は点訳ボランティア活動に参加することが可能な方、パソコンを使用するためWindowsの基本操作に慣れた方歓迎。
年齢制限なし

主催 サークル・六点会

ホームページ <https://6tenkai.com/>



募集中!

障がい児のためのサッカースクール ボランティアスタッフ募集

子どもたちと楽しく活動したい方なら、どなたでも歓迎します!

Pigeon

障がいを持つ子どもたちを対象に、スポーツを通じた交流や学習支援を行う活動です。主な活動内容は、サッカー・体操・リレーなど、子どもたちが楽しめる運動のサポートです。子どもたち一人ひとりのペースに合わせて寄り添い、共に身体を動かすことで、笑顔と成長を見守ります。

活動場所 東京都立文京盲学校(文京区後楽1丁目7-6)
目白台運動公園フットサル場

費用 交通費支給、一律1,000円
参加無料

募集要件 運動できる格好で参加できる方
事前の知識や経験は不問です。
スポーツ経験なしの初心者OK

その他 単発でのボランティア参加もOK
ボランティア保険は任意(自己負担)

問合せ **メール** share@pigeon-2ndplace.org



外国人をサポートする ボランティア基礎講座 ~“やさしい日本語”を学ぼう!~

文京区社会福祉協議会では、時代のニーズに合わせてボランティア活動者のための講座を行っています。外国人、外国ルーツの方の人口が増えている中で、そうした方々と日本人、日本ルーツの方が日本語で交流する機会はあまり多くないのが現状です。この講座は、マイノリティーを支援するボランティア活動を推進し、地域共生社会の実現に関わる人を増やすことを目的として開催しました。

やさしい日本語は、わかりやすく伝える工夫をしながら、人を思いやり、人と交流する考え方です。ボランティア活動においてまさに大切なことだと思いますので、皆さんにもぜひやさしい日本語を学んでもらいたいです。



講師:村田陽次さん

Q この講座に参加してみたいかがでしたか。

すごく面白かったです。私もずっと日本語を使っているのですが、やはり日本語を勉強し始めたころを思い出しました。あらためて勉強になりました。

Q 日本人の方と交流してみたいかがでしたか。

とてもいい経験でした。最初は緊張している人もいましたが、だんだん話がはずんで、楽しく交流できました。自己紹介では、お互いの趣味や好きなことについて話しました。それで、いい雰囲気になりました。日本人の考え方についても、新しいことを知ることができて、勉強になりました。



外国ルーツのボランティア
ウィン・ミンさん

Q やさしい日本語と、敬語や慣用句など日本人がよく使う表現のどちらが良いと思いますか?

敬語もいいですが、やさしい日本語の方が、伝えたいことがはっきり伝わって、お互いによく分かり合えると思います。
特に、何かをお願いしたい時や、しっかり話し合いたい時には、やさしい日本語が役に立つでしょう。日本人も外国にルーツを持つ人も、一緒にやさしい日本語を学べば、もっと会話がスムーズに楽しめるようになると思います。

Q この講座に参加してみたいかがでしたか

いただいたチラシを見て参加を決めました。職場などの身の回りに外国籍の方とのやり取りをする場面があるため、講座を受けることでコミュニケーションを学びたいと思い、申込みしました。はじめてこういった講座に参加したのですが、『シンプルに伝える』ことの難しさを実感しました。



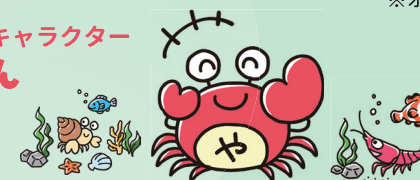
日本人参加者
稲福さん

Q グループワークで外国籍の方とのやり取りをしてみたいかがでしたか

「ブランコ」のような単語を短く説明する、「オノマトペ」を説明する、というワークがありましたが、普段何気なく使っている言葉を目の前の方にわかりやすく伝えるってこんなに難しいんだ...と改めて思いました。これから日常生活の中でもシンプルに伝えるということは取り入れられそうですし、わかりやすく伝えるにはどのような言葉を使えばいいのかを考えるきっかけになりました。

※オノマトペ...生き物や物事の音声や様子を言葉で表現したもの

やさしい日本語キャラクター
やさカニくん



やさしい気持ちで
いごまではっきり
んたん
に!!

来年度も日本語ボランティア講座を開催する予定です。

夏頃に開催予定です。文社協だよりやチラシをご覧ください。
また、ポータルサイト「どっとフミコム」を随時更新しますので、そちらも併せてご確認ください。



どっとフミコム
イベント情報は
こちら