

かも

ボランティアをしたいと  
思っている人が見る本

ボラ  
ボラ

Kanagawa  
Volunteer's  
Guidebook

since 2020

# ボランティアを始めたいあなたへ

「ボランティアってどんなことがあるのかな？」

「私にもできるかな？」

「興味はあるけど、何から始めればいいのか？」

本冊子には、ボランティア活動に興味はあっても活動への一歩がなかなか踏み出せないあなたへの活動をはじめするためのヒントについて書かれています。

ボランティア活動への“はじめの一歩”を一緒に踏み出してみませんか？

## もくじ

ボランティアって何？ .....

3

どんな活動があるの？ .....

7

- ・ 外国籍や不登校の子どもの学習支援
- ・ 障がい福祉とアートの普及・啓発活動
- ・ NPO 法人の情報ネットワークのシステム管理
- ・ 援農ボランティア
- ・ 子ども支援・異世代交流
- ・ まちづくり・地域の見守り支援活動
- ・ 高齢者の居場所「社家サロン」の運営

ボランティア活動を始める前に  
知っておきたい4つのこと .....

12

あなたのボランティア活動 .....

14

ボランティアセンターって .....

15

相談フローチャート .....

18

あなたのまちの  
ボランティアセンター .....

19

# ボランティアって何？

あなたにとって、どんなイメージ？

福祉施設で、高齢者や障がい者に関わる活動

自然や環境に関する活動

災害に見舞われた被災地での活動

どんな人がボランティアの活動をしていると思う？

特別な知識や資格がある人

とても大変で、難しい活動？

実は…

ボランティアは、あなたが「何かしてみたい!」と思ったなら、あなたの身近な地域で、あなたの時間を活用して、いろいろな種類のボランティア活動から選択して、ボランティアができます。

もちろん、あなたの特技や技術を活かす、ボランティアもあります。

あなたの子カラが、あなたの小さなチャレンジが、誰かのため、地域のために、そしてあなた自身に、活かされるかもしれません。



## ボランティアのはじまり

ボランティアの語源は、ラテン語の VOLO（ウォロ・意志する）。この言葉が、VOLUNTAS（ウォルンタース・自由意志）に派生し、人を表す VOLUNTEER となりました。ボランティアとは、私たちひとり一人の自由意志に基づいて、選び、行われる活動です。

VOLO  
VOLUNTAS  
VOLUNTEER

## ボランティア活動の原則

自主性・主体性

自分の意志で行うもの

社会性・公共性

互いを尊重し支え合い・学び合いながら  
進め、自分のため社会のためになるもの

無償性

活動を通して、報酬を求めないもの

創造性・開拓性・先駆性

制度や既存のサービスにとらわれず、必要  
としている支援、社会を創っていくもの



## 新たな時代 期待される「ボランティア」という生き方

今日、少子高齢化、国際化、地域のたすけあい機能の低下等、社会のあり方が変化するなか、人々は心の豊かさを求めるようになりました。

また、人生 100 年時代を迎え、高齢者が社会との関わりを維持し、活力を持ち生きることができるようにすること、青年期や壮年期であっても、エイジレスに社会の一員として生きていくために、学齢期以外にも、人生の途中で、知識や情報を得たり、新たな人と出会う機会が必要となっています。

こうした社会の状況を背景に、ボランティア活動への関心は高まり、ますます多様化する社会のニーズや、複雑化する課題を解決していくために、ボランティア活動の果たす役割も広がっています。



## ボランティアの活動によってもたらされるもの

### 共に生きる活力ある地域づくり

社会全体で支え合うことなしに、安心と活力ある地域社会を創ることはできないでしょう。

ボランティア活動は、人と人とのつながりを生み出し自らの意志で、自らの有する想いや力を提供しあうことで、共に生きる活力ある地域社会を創り出すことができます。

### 心豊かな生きがいのある暮らし

ボランティア活動への参加は、活動を通じて新たな世界に触れ、様々な人と出会い、学びを得て、生きがいのある暮らしをもたらします。

変化の著しい社会の中で、人生の様々なステージを豊かに意義あるものにし、次のステージへと歩ませ、充実した暮らしの実現に繋がるものです。

## ボランティア活動で変わる社会

神奈川では昔からボランティア活動が盛んです。その中にはボランティアたちが中心になって専門職等と一緒に、社会的な動きやしくみにまでつながっていった取り組みもあります。ボランティア活動は、だれかのためになり、自分のためになり、地域のためにもなり、そうやって、社会全体を変えていく力ももっているのです。

### 神奈川から全国に広がった 精神保健ボランティア

精神に障がいのある人の「居場所」が住み慣れた地域になかった1980年当時、彼らは「かながわボランティアセンター」を訪れて、心の痛みや悩みを話していました。しかし、声に耳を傾けるものの、悩みを解決する方法も紹介できる社会資源もありませんでした。1984年、全国で初めて「精神衛生ボランティア講座」を「社会の一員として、精神障がい者と共に、自分の時間・技術・労働を生かしたい」と考える人を対象に行われました。1988年には、この講座修了者を中心に、「神奈川県精神保健ボランティア連絡協議会（精ボ連）」が設立され、「ボランティアでなければならない活動を」を理念に、通信の発行、調査研究活動、交流会、研修会、講師派遣等、活発に活動を行いました。

これらの活動は、県内の市町村へ、そして全国へと波及していきました。

### 外国籍住民と共生をテーマとするボランティア

神奈川は、全国で4番目に外国人が多く、多文化共生のボランティア活動が盛んな県です。1980年当時、外国籍住民の多くが文化や習慣、言葉の違いによって、医療機関につながれないなどの実態が明らかになりました。その後、医療機関調査プロジェクトがボランティア等を中心に誕生し、多言語対応の医療機関リストや医療通訳ボランティアのガイドラインなどの作成、医療通訳のしくみがつくられていきました。



# ボランティアのはじめの一步は、 こんなことから始まります

学校や仕事以外の  
人に出会いたい

人・地域・社会の  
色々を知りたい

自分の知識や経験を活かしたい

共感しあえる場所  
や仲間が欲しい

人や社会の役に  
たちたい



# どんな活動があるの？

その人らしいボランティアのかたちがきっと見つかります。

## 知識や技術を活かす

- ・ 外国語や数学が得意。子どもたちに学習指導
- ・ 包丁研ぎで、施設の厨房を支える
- ・ 無事故無違反、安全運転で移動支援
- ・ SEだった経験から、PCメンテのお手伝い



## 自分らしく

- ・ 人見知りの自分でも何か役に  
 たちたい
- ・ 病気を乗り越え、これからの  
 自分に自信をつけたい
- ・ 趣味の手芸や陶芸を教えたい



## 空いている時間で

- ・ 出勤前に登校の見守りや声掛け
- ・ 帰宅時にちょっと声掛け（安否確認）
- ・ 近所の高齢者のゴミも一緒に「ポイ」



## 地域や社会と関わる

- ・ ひとり暮らしの高齢者へカレンダーを  
 お届け
- ・ 空きテナントを交流スペースとして提供
- ・ 贈答品を子ども食堂の食材に



## 外国籍や不登校の子どもの学習支援



木下 日菜子さん (21歳) ボランティア先: おっち一塾 (横浜市戸塚区)

横浜市戸塚区の市民活動センターで行っている学習支援「おっち一塾」で活動しています。

今年2月、フィリピンのボランティアツアーに参加して、スラム街のゴミ山で無邪気な笑顔で遊ぶ子ども達と知り合いました。国際政治を学んでいることがきっかけで参加したのですが、新たな自分を発見する旅になりました。子ども好きでもなく、普段、子どもと話すこともない私が、フィリピンの子ども達と一緒にいる時間を楽しみ、いつの間にか笑顔で話しをしていて驚きました(笑)

帰国して、日本の人々の暮らしを知りたいと思い、ボランティア活動を探し、出会ったのが「おっち一塾」です。外国籍の子どもや不登校の子ども達が通っていますが、明るい笑顔の子ども達が多いです。以前、

不登校だったけれど今は通学できるようになった子どももいます。学生を含め幅広い年齢、また、さまざまな職業の人がボランティアとして、子ども達を待っています。学習もしますが、ここに来れば、いろいろな人と話をして影響を受け、やりたいことが思い描けるようになるのだと思います。私にとって、ボランティアは、多様な出会いの中で、学びながら、新しいことに挑戦する気持ちが沸く活動です。



学習支援の様子



コロナ禍では、リモートでゲームを楽しむ

## 障がい福祉とアートの普及・啓発活動



山本 宣子さん (55歳) ボランティア先: NPO 法人 スローレーベル (横浜市神奈川区)

ひとり息子の<sup>ふさき</sup>総来 (24歳) は重度の障がいがあります。彼が、特別支援学校の高等部の頃、NPO 法人スローレーベルがボランティアを募集



パラトリエンナーレの展示品「whitescaper」を公開制作中

していることを知りました。当時スローレーベルは障がい者作業所の製品をより魅力的にする試みをプロのアーティストとコラボして行っておりましたが、ここ数年はヨコハマパラトリエンナーレの開催に合わ

せて横浜を拠点にした市民参加型の魅力的なワークショップを開催しています。

ボランティアはそのワークショップのサポートです。ものづくりの好きな私は、障がいのある息子とは別の自分の活動として参加してみたいと思いました。日本大通りの象の鼻テラス等でのワークショップには、洗練されたアートに関心のある方が多数訪れますが、魅力ある作品を見るために、障がいの有無に関係なく一般の方々も訪れ、それがとても良い普及・啓発になっていると思います。

ボランティア活動は、今や多種多様です。自分らしい活動を見つけられたら、暮らしが豊かに生き生きしてくるように思います。



自分の技術を社会に活かす

## NPO 法人の情報ネットワークのシステム管理



**勝田 泰輔さん** (81歳) ボランティア先：認定 NPO 法人 横浜移動サービス協会 / 認定 NPO 法人 市民セクターよこはま / NPO 法人 よこはま地域福祉研究センター (横浜市内)

横浜市内の複数の NPO 法人の IT 関係のシステム管理のボランティア活動をしています。

私は、通信、コンピューター端末の開発をする仕事をしていました。子どものころからのづくりが好きでしたが、私が企業で働いていた 30 年余りの時代は、コンピューター関係の仕事が大きく発展した時代で、忙しくもありましたが、充実した会社員生活を送ることができました。

ボランティア活動のはじまりは、定年後、64 歳の時。HP で、横浜の NPO 法人が、ネットワークづくりをするボランティアを募集しているのを見つけたことがきっかけです。この時の「ネットワーク」

は、システムネットワークではなく、人や組織をつなぐソフトの取り組みのことで、私は大間違いをしていたのですが (笑)。でも、これがご縁で、NPO 法人のシステム管理的なボランティアをするようになり、今は、複数の NPO 法人で活動しています。私にとって、福祉関係の NPO 法人の取り組みは未知の世界。私ができることを NPO に、私の方も、NPO から社会の今や、福祉の今を教えてもらっています。現在、妻の介護もしていますが、介護に関する情報のほとんどをボランティア活動の場で得ることができました。社会全体で助け合っていくことの大切さを感じています。

農作業・地産地消促進活動

## 援農ボランティア



**末木 亮史さん** (44歳)

ボランティア先：農園 (横浜市内)

横浜市内で、100 年以上続く農家さんのお手伝いをするようになって 9 年になります。ボランティアというより、気のおけない親戚のおじさんの家の手伝いをさせてもらっている…という感覚です。活動日や時間は自由なので、行けるときに行っています。作業は、草取り、種まき、収穫、袋詰め、出荷準備など色々です。

私は、普段、精神障がいの方々が通所する施設やひきこもりの若者の施設等で非常勤職員として勤務するほか、フリーで、主として福祉関係団体の Web 等の広報物を制作する仕事をしています。大学を卒業した後、様々な仕事を経験するなかで、自分ができること、したいことと、社会が求めていることをつなぎ合わせ、模索を続けて今があります。



農業ボランティアの魅力は色々あるのですが、黙々と草取りをするのも好き。「草取り」は奥が深く、プロの農家さんいわく、農業の基本で最も大切な仕事だそうです。農家さんと「手作りの野菜料理でたまに晩酌」も幸せだし、柏餅づくりや地域のお祭り・収穫祭などに参加するのも楽しいです。複数の仕事をしていても味わえない時間、ボランティアをしていなかったらできなかったらう経験を、懐の深い農家さんが私に与えてくれています。農業は高齢化が進み、農作業の外部化など、農家を支える援農活動が重要になっていると聞きます。市町村によっては援農ボランティアを育成する仕組みもあるようです。そんなことは、まったく知らず、飛び込んだ活動ですが、今では、もっと地域の生産をボランティアが支えることができたらとも考えるようになりました。





伊藤 稔さん (23歳)

ボランティア先：子ども夢パーク KAISEI (足柄上郡開成町)



とクッションを置いて、また、向き合うといいよ」とアドバイスしてくれました。高校に入って、自分がやりたいこと、将来の仕事を考えたときに、何も実現しそうでなくて絶望しそうなときにも、このアドバイスが僕を支えてくれたと思います。僕は今、開成町で母と「お食事処 きずな」を営んでいます。魚好きの僕は、魚の仕入れ、サバキ、料理、なんでもやりま

プレイパーク、子ども夢パーク KAISEI は、子どもの頃から大切な居場所です。開成町は、小さな町。住んでいる人同士の距離が近くて自然が豊か。僕が好きなプレイパークでの遊びは川遊びで、特に魚とりが好きでした。

僕は、中学生になってから発達障がいの診断を受けたのですが、中学から高校にかけて、学校が行きたい場所ではなくなっていました。好きなこと、関心があることは、どこまでも知りたいし、考えるけど、なんでもまんべんなく学ぶことが辛く、先生や友達との関係もうまくいかなくなりました。

そんな時もプレイパークに救われました。子どもの頃からの僕を知るプレイパークを運営する親たちやプレイリーダーの人たち、そして、年齢の異なる沢山の子どもは、僕と共に居て、時には一緒に遊び、時には相談に乗ってくれる人達でした。プレイパークの会長を続けている小田さんは、学校でうまくいかない僕に、「大丈夫」とは言わなかったけど「苦手なことにぶつかったら、突き詰めすぎず、ちょっ

す。魚好きから、よりおいしい料理をつくるために、板前の修業も受けています。僕の日常は、今、月～土曜日がお店での仕事、日曜日はプレイパークのボランティアで充実しています。

かつての僕のように居場所が必要な子どもがたくさんいます。特に小学校高学年から中学・高校生の時期、友達関係や勉強や、将来について悩みが深くなって、信頼のある人間関係が必要なのです。見守ってくれる大人や地域が子どもの育ちには必要だと思います。そう考える中で、将来、子ども食堂をやってみたい、様々な経験ができるキャンプなども地域の子もたちとやりたい。僕を育ててくれたプレイパークは、相変わらず僕を育ててくれています。



## まちづくり・地域の見守り支援活動

満田 賢さん (72 歳)

養沢寺久保塚越町内会  
会長 (横浜市中区)



この地域で育ち、暮らしています。昔からの知り合いは皆、「ケンちゃん」と呼びます。横浜市中区、今は森林公園、昔は競馬場があった私たちの地域は山坂が多い町です。戦後は多くの外国人も住んでいて、「馬力屋」「押し屋」など荷物を運ぶ仕事や「植木屋」「外国人世帯の家政婦」等、地域独特の仕事に従事する住民も多数いました。職住が同一地域にあって、自然に、住民同士の助け合いもあったと思います。時代は変わり、かつての仕事はほとんどなくなり、外から移り住む人も多い今、人のつながりを創り、つなげていくためには新たな時代の工夫が必要です。行事を大切に、助け合って行き、みんなが参加できるように心がけています。住み続けたいと思う町ならば、きっと皆が幸せです。この町が好きで、大切だから、みんなの想いをつなぐ役割を町内会長として果たして行きたいと思っています。

長沼 敏恵さん (63 歳)

中区第6地区民生委員児童委員協議会  
会長 (横浜市中区)



夫の転勤で九州からこの地に移り住み 30 年になります。地域活動のはじめは、幼い娘が所属する子ども会の役員から。民生委員は 7 年目です。満田さんがお話されるように、地域で育ち、暮らし続ける方が多いところですが、他から移り住む人、以前は家族と暮らしていたけれど、今はひとりで暮らす人も多くなって、地域の中での人のつながりを絶やさないう、意識を持って取り組んでいくことが大切になっていると思います。満田さんは、地域を大切にされ、住んでいる皆さんに心配りされています。素敵なことだと思います。私たち、民生委員は、困りごとのある人を見守るなどの支援をしていきます。自分たちが暮らす地域を守り、育てる活動が、様々な地域の担い手たちが手を携えてできるといいと思っています。

### 高齢者支援

## 高齢者の居場所「社家サロン」の運営



安田 定三さん (71 歳) ボランティア先：社家サロン (海老名市)

海老名市の社家という町に高齢者の居場所「社家サロン」を立ち上げました。

サラリーマン時代は金融関係の仕事をしており、会社と家の往復で、4 人の子とも達が育った海老名ですが、地域のことは、ほとんど知りませんでした。定年後、以前から行ってみたかった四国 88 か所霊場巡りの旅に出ました。旅の間、同世代、若い人、外国人、いろいろな人と知り合い言葉を交わしました。改めて様々な人に出会い、経験ができたことをきっかけに、また、次の挑戦をしてみたいと考えました。そんな時、海老名市社会福祉協

議会で「いきいきカレッジ」という、65 歳以上の高齢者が一年間学び、地域でのボランティア活動デビューを応援してくれるという講座を知り、応募したのです。

このカレッジでも、様々な人と知り合い、知らなかった様々なことを学びました。今行っている「社家サロン」はその時の仲間と共に立ち上げたサロンです。今の暮らしは、家庭菜園に公園ゴルフ、福祉ボランティア等、いろいろなことをしています。一歩踏み出す勇気の大切さを感じます。踏み出すから出会い、心動かされ、次の行動につながります。

# ボランティア活動を始める前に

気になる

## 知っておきたい4つのこと

Q1



仕事や学校が忙しい

続けるといけないのかな

A1

ボランティア活動には、短時間でも参加できる活動や1日限定の活動などさまざまな活動があります。

また、ボランティア活動への参加や続けるかどうかは自ら決めることができます。他の活動に参加してみたり、いったん活動をお休みしてみたり、無理のない範囲で自分のことから始めてみましょう。

Q2



得意なことがないけど...

自分の趣味や特技を活かせるのかな

A2

活動をはじめるときは「自分のため」「人や社会のため」どちらでもかまいません。また「〇〇のため」ということが明確になっていないこともあります。

自分の好きなこと・得意なことから活動を見つけてみたり、もしくはまだ体験したことのないことにチャレンジしてみたりすることもできます。活動に参加することで、出会いや人とのつながり、感動や喜び、充実感や達成感、自分や人・社会に対する新たな発見や知識など、得られるものも多くあり、活動そのものが楽しみになることもあるでしょう。

Q3



いきなり活動に参加できるかな

知らない人と話せるかな

A3

どんな人でも初めて出会う人と初めての場所で過ごすことは不安があることでしょう。

活動には、個人でできる活動などさまざまな活動があります。また、事前に見学をしたり、一人で参加することが不安な場合は友達を誘って一緒に参加することも方法の一つです。

こうして活動に参加することで、人や興味のあるテーマに出会い、不安が薄れチャレンジしたいことなどが出てくるかもしれません。まずは、無理のない範囲で自分に合った活動を探すことから始めましょう。

Q4



お金かかるのかな

ケガをしたらどうしよう

A4

ボランティア先に行くまでの交通費の負担や活動に必要な装備や道具等の貸出のある活動もありますが、ボランティア自身が負担したり、準備する場合があります。また、活動中のケガなどに備えて事前にボランティア活動保険（下記参照）に加入することをおすすめします。

活動前に自身で準備することなど活動に必要なことを確認しておきましょう。

## ボランティア保険

ボランティア活動中の事故によるケガや、他人にケガを負わせたり他人の物を壊したりなど、損害賠償責任を負われた場合に保険金が支払われます。

ボランティア活動保険

ボランティア個人またはボランティアグループなどが加入申込人となり、ボランティア個人を被保険者とする保険です。

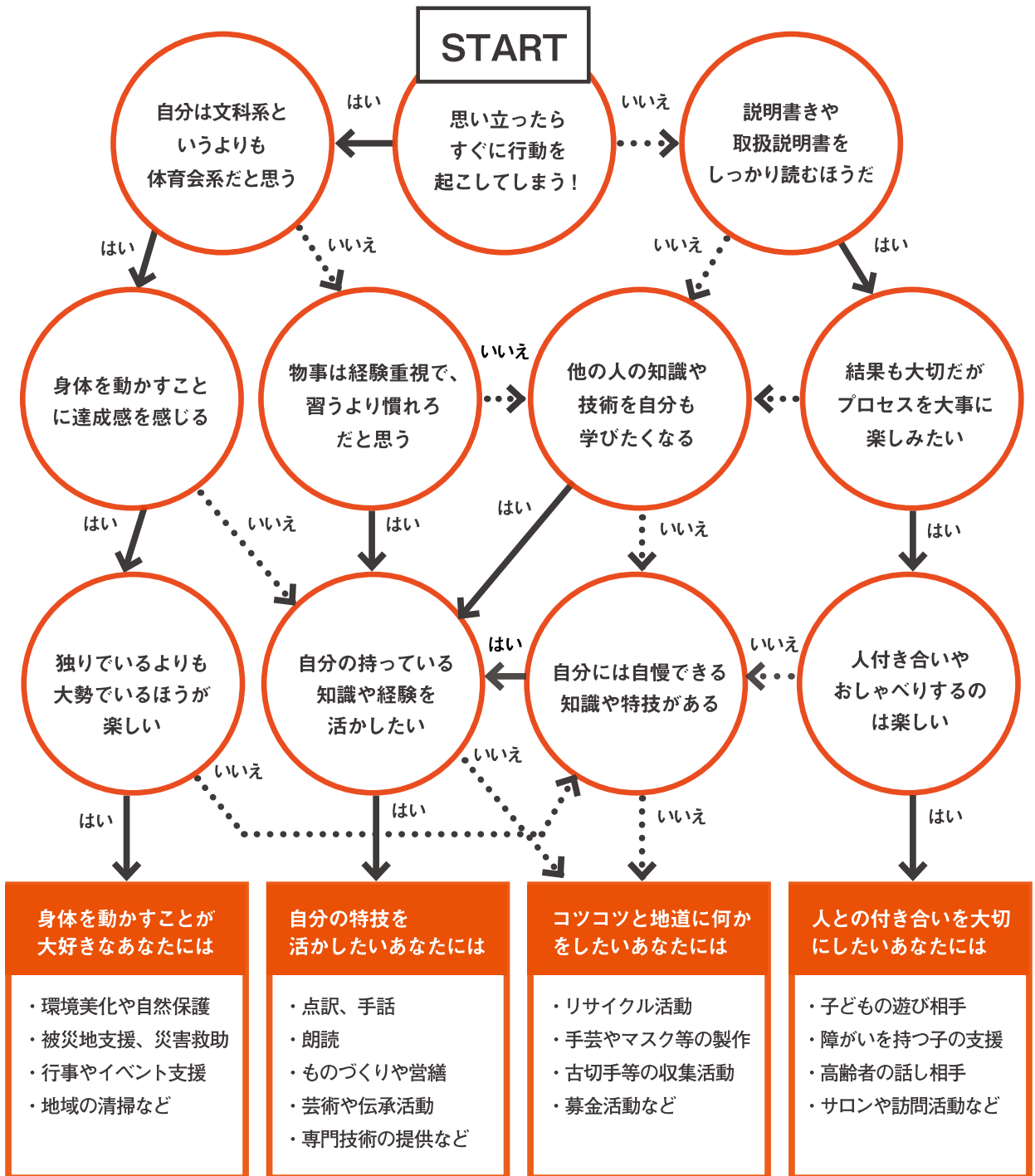
ボランティア行事保険

ボランティア行事を実施する主催者ならびにその行事の参加者を被保険者とする保険です。

対象となるボランティア活動や補償内容など、詳しくは最寄りの各市区町村社協（P19）の窓口にご相談ください。

# あなたのボランティア活動はどのタイプ？

ボランティア活動を試みようと思っている皆さん！ボランティア活動は、たくさんの領域や内容、フィールドをもっています。このチャートで皆さんにあった活動をお探してください。



# ボランティアセンターって どんなところ？



ボランティアに  
支援してほしい

と



ボランティア活動  
に興味がある

を

つなぐところですよ。

## ボランティアセンターは、活動の入口

「知りたい」「探したい」「学びたい」「体験したい」  
をしっかりサポート！

ボランティア活動に興味がある、ボランティア活動してみたい、ボランティア活動してみたらと勧められた…。活動への入り口は様々です。「何をしたらいいの?」「自分に合った活動は何だろう?」「活動に必要な知識や情報はどこで得たらいいの?」「実際にどんなことをするの?」。

そんな皆さんの、「知りたい」「探したい」「学びたい」「体験したい」をしっかりサポートするのが、ボランティアセンターです。

一方で、ボランティアセンターには、「ボランティアに支援してほしい」という様々な生活相談や施設・団体支援の相談も入ります。

ボランティアセンターは、ボランティアを求めている個人や団体、施設などからの相談やオーダーに対して、必要な人や物などの社会資源を探し、組み合わせ、課題解決に向けて調整をしたり、情報を集めて発信したり、学びや交流、情報交換の場をつくるなどの仕事をしています。





## “ボランティアコーディネーター” があります

相談者とボランティアを結びつけたり（マッチング）、ボランティアだけではなく、制度や様々なサービス、専門機関や専門職との連絡調整（コーディネート）を行うのが、ボランティアコーディネーターです。

ボランティアコーディネーターは、ボランティア活動をしたいと考えている皆さんに向けて、活動を紹介するだけではなく、一人ひとりの希望や悩みに寄り添い、情報を提供したり、学びや交流の場をつくったり、具体的なボランティア活動の場面を提供したり、活動後のフォローを行っています。

ちなみに、ボランティアセンターに入る生活相談や支援のオーダーは多岐にわたっており、そこにはきっと皆さんの希望に合う活動が見つかるはずです。

### ボランティアコーディネーターのしごと



- ニーズと活動のマッチング  
活動（者）の紹介

- 学びや交流の機会の  
提供や誘い

- 個別相談・説明  
寄り添い支援

# 相談フローチャート



たとえば、  
このような  
相談があります

- 障がいをもつ児童の通学に付き添ってほしい
- 講演会に参加する保護者の代わりに保育をしてほしい
- こども食堂を運営しているが食材の提供や運搬をしてほしい
- 夏休みに小学生の宿題を指導してほしい
- 外出時に車いすを介助してほしい
- 障がいをもつ人やひとり暮らし高齢者の話し相手になってほしい
- 高齢者の将棋や囲碁、散歩の相手をしてほしい
- 体調不良で外出が出来ないので犬の散歩をしてほしい
- 資源回収のステーションまでゴミを運んでほしい
- 児童や生徒に手話や車いす介助などを教えてほしい
- 施設のイベントを歌や踊り、演芸などで盛り上げてほしい
- 庭の草むしりをしてほしい
- 買い物や通院などの外出支援をしてほしい
- 電球の取り換えをしてほしい

# あなたのまちのボランティアセンター

ボランティアセンターは、各市区町村にあります。

名称	TEL	名称	TEL
神奈川県協 かながわボランティアセンター	045-312-4815	相模原市社協 相模湖地域事務所	042-649-0202
横浜市社協 横浜市ボランティアセンター	045-201-8620	相模原市社協 藤野地域事務所	042-687-3361
鶴見区社協 ボランティアセンター	045-504-5625	横須賀市社協 よこすかボランティアセンター	046-821-1303
神奈川区社協 ボランティアセンター	045-322-2897	平塚市社協 ボランティアセンター	0463-33-0007
西区社協 ボランティアセンター	045-450-5005	鎌倉市社協 かまくらボランティアセンター	0467-23-1075
中区社協 ボランティアセンター	045-681-6664	藤沢市社協 ふじさわボランティアセンター	0466-26-9863
南区社協 ボランティアセンター	045-260-2531	小田原市社協 ボランティアセンター	0465-35-4000
港南区社協 ボランティアセンター	045-841-0256	茅ヶ崎市社協 ボランティアセンター	0467-85-9650
保土ヶ谷区社協 ボランティアセンター	045-332-2412	逗子市社協 ボランティアセンター	046-873-8037
旭区社協 ボランティアセンター	045-392-1133	三浦市社協 三浦市ボランティアセンター	046-888-7347
磯子区社協 ボランティアセンター	045-751-0739	秦野市社協 はだのボランティアセンター	0463-84-7711
金沢区社協 ボランティアセンター	045-784-2222	厚木市社協 ボランティアセンター	046-225-2789
港北区社協 ボランティアセンター	045-547-2238	大和市社協 やまとボランティアセンター	046-260-5643
緑区社協 ボランティアセンター	045-935-7807	伊勢原市社協 ボランティアセンター	0463-94-9600
青葉区社協 ボランティアセンター	045-972-7018	海老名市社協 ボランティアセンター	046-232-1600
都筑区社協 ボランティアセンター	045-943-4058	座間市社協 ボランティアセンター	046-266-2002
戸塚区社協 ボランティアセンター	045-866-8483	南足柄市社協 みなみあしがらボランティアセンター	0465-72-2299
栄区社協 ボランティアセンター	045-894-8521	綾瀬市社協 あやせボランティアセンター	0467-70-3210
泉区社協 ボランティアセンター	045-802-2150	愛川町社協 あいかわボランティアセンター	046-285-2111
瀬谷区社協 ボランティアセンター	045-361-2117	清川村社協 ボランティアセンター	046-287-1118
川崎市社協 ボランティア活動振興センター	044-739-8718	葉山町社協 はやま住民福祉センター	046-875-9889
川崎市社協 ボランティアセンター	044-246-5500	寒川町社協 ボランティアセンター	0467-72-3721
幸区社協 ボランティアセンター	044-556-5500	大磯町社協 ボランティアセンター	0463-61-9390
中原区社協 なかはらボランティアセンター	044-722-5500	二宮町社協 ボランティアセンター	0463-73-0294
高津区社協 ボランティアセンター	044-812-5500	中井町社協 ボランティアセンター	0465-81-2261
宮前区社協 ボランティア活動振興センター	044-856-5500	大井町社協 ボランティアセンター	0465-84-3294
多摩区社協 ボランティアセンター	044-935-5500	松田町社協 ボランティアセンター	0465-82-0294
麻生区社協 ボランティア活動振興センター	044-952-5500	山北町社協 ボランティアセンター	0465-75-1294
相模原市社協 中央ボランティアセンター	042-786-6181	開成町社協 開成町ボランティアセンター	0465-82-5222
相模原市社協 南ボランティアセンター	042-765-7085	箱根町社協 ボランティアセンター	0460-85-9000
相模原市社協 緑ボランティアセンター	042-775-1761	真鶴町社協 ボランティアセンター	0465-68-3313
相模原市社協 城山地域事務所	042-783-1212	湯河原町社協 ボランティアセンター	0465-62-3700
相模原市社協 津久井地域事務所	042-784-3393		

(2020.8.1現在)

わく  
わく

# ボラボラ



企画・制作：社会福祉法人 神奈川県社会福祉協議会・特定非営利活動法人 よこはま地域福祉研究センター  
デザイン：特定非営利活動法人 よこはま地域福祉研究センター  
発行：社会福祉法人 神奈川県社会福祉協議会（令和2年11月）



本冊子は共同募金配分金により作成しています。