

	内 容	担当	問合せ先
	鑑文(本紙)	—	—
1	防犯啓発チラシ	生活安全課	内線494
2	介護フェア 2025	社会福祉協議会	3803-6221
3	魅力発信事業	文化交流推進課	3802-3795
4	ころばん体操	健康推進課	内線432
5	ネズミ駆除	生活衛生課	内線426
6	あらんてあ ※	社会福祉協議会	3802-2794



安全安心あら坊ニュース

回覧用

令和7年度 9月

第6号

荒川区 生活安全課

再生数・閲覧数が多い ✓

高評価のコメントが多い ✓

ブックマーク・いいねが多い ✓

有名人もやってる ✓

高評価だし、
成功コメントも多いな…
芸能人もやってるのか！

コメントしたらDMが来た！
投資の初期費用？振込か…
けっこうかかるんだな…
でもこれで儲かるんだ!!

うわ
うわ
うわ

今が投資チャンス

芸能人の
アノ人も始めた
噂の投資方法教えます

コメントくれた人
限定でDMします

▶ 143.9k 5329 ♥ 3043



マジで稼げました！😄😄



1ヶ月で200%行けました！



こんにちは！初心者です
投資に興味あります！



初心者歓迎です👍👍

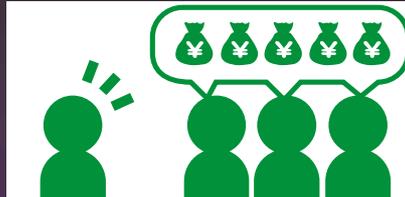
しっかり稼ぎましょう！👍

これが SNS型投資詐欺の入口

インターネット上に著名人の名前・写真を悪用した嘘の投資広告を出したり、「必ずもうかる投資方法を教えます」などとメッセージを送るなどして、SNSに誘導し、投資に関するメッセージのやりとりを重ねて被害者を信用させ、最終的に「投資金」や「手数料」などという名目で、ネットバンキングなどの手段により金銭等を振り込ませる詐欺です。



取引業者が金融商品取引業者等に
登録されているかを調べる



DM やグループチャットでの
儲け話には要注意！



「個人名義の口座」には
お金を振り込まない！

お問合せ

荒川区役所 生活安全課生活安全係 03-3802-4652

自転車での

単独転倒事故は

近年増加傾向にあり

命を落とした方も

います。

自転車に関わる交通事故
死亡原因第一位 「頭の怪我」

自転車に乗るときは安全のために 必ずヘルメットをかぶりましょう



荒川区では
自転車ヘルメットが
割引で買えます!

その場で **得**
2000円引きで
購入できます

得

ご自身及び同居のご家族使用分のみが割引対象となります!

荒川区 ヘルメット 割引

自転車用ヘルメット割引制度に関する詳細や、最新情報は荒川区ホームページをご確認ください。

お問合せ 荒川区役所 生活安全課交通安全係 03-3802-3067

来て見てはわって

あら坊・あらみい
がやってくる!!



あら坊 あらみい
©荒川区7-0008 ©荒川区7-0008

「あらチャレ」
ポイント貯まるよ

介護フェア

令和7年10月17日(金)、18日(土)

午前10時～午後4時

入場無料

(手話通訳あり)

内容

17日限定展示!
最新福祉用具が
目白押し!



あなたは大丈夫?
血管・骨密度
年齢測定



実際に現場ではたらく人と介護についてお話しができます!

必聴! 行政からの**最新介護情報**

その他バラエティー豊かな☆イベント盛りだくさん☆

ド迫力!

和太鼓演奏(18日)
豪華景品、チャリティー
抽選会!



早い者勝ち!
おむつ試供品
無料提供



会場/アクロスあらかわ (荒川区立障害者福祉会館)



アクロスあらかわ
荒川区荒川 2-57-8
(町屋駅から徒歩5分)
Tel.03-3803-6221
FAX 03-3803-6222

※お車の来場は「手話通訳あり」



主催：荒川区介護サービス事業者連絡協議会
：荒川区社会福祉協議会
共催：アクロスあらかわ
後援：荒川区

↑↑↑
詳しくはHPまで

荒

ARAKAWONDERLAND

川

昭和百年・生バンドバックに百名歌い踊る区民ミュージカル



魅力発信ーあらかわワンダーランド

あらかわ宝物さがし物語

PART3

- ・作/演出 寺本建雄
- ・振付 さやか
- ・プロデュース そふえ真奈

ちかごろ あらかわあたりがとてもおもしろい

最近流行超面白荒川周辺

2025年12月14日(日) 手話通訳有り

会場 サンパール荒川大ホール

1回目公演 11:00 開演 当日指定席引換え 10:00 ~

2回目公演 15:00 開演 当日指定席引換え 14:00 ~

料金

- ★大人 3,500円
- ★小中高校生 2,000円
- ★親子 4,500円

(大人1名と小中高生1名)

※ACC友の会1割引
 ※未就学児の入場はご遠慮ください。
 予約制の託児をご利用ください。
 ※詳細は、ホームページをご覧ください。

チケット発売時期: 10月1日より(予定)



主催: 荒川区地域魅力発信実行委員会 共催: 荒川区、荒川区芸術文化振興財団 制作: LALALA Office LLC
 お問い合わせ: 荒川区地域魅力発信実行委員会事務局
 荒川区地域文化スポーツ部文化交流推進課文化振興係内 (03-3802-3795)



荒川ころばん体操 リーダー養成講座

7回制

【共催】東京都立大学
健康福祉学部

全国にその名をとどろかすご当地体操の
元祖「荒川ころばん体操」を支える
リーダーとして、活動してみませんか？
区内19会場25グループで、約130名
のリーダーがお待ちしております。

リーダーになって良かったこと

- ☺ 筋力アップ、腰痛・膝痛解消！
- ☺ 生活に張り合いができた！
- ☺ 友達がたくさんできた！ 等

- 対象：区内在住・在勤の方
- 定員：30名程度(申込順)
- 日時：10月21日(火)、10月24日(金)、
10月28日(火)、11月5日(水)
11月19日(水)、11月21日(金)、
11月28日(金) (全7回)
10時～12時

※10月21日(火)のみ9時30分～

- 場所：北庁舎、峡田ふれあい館 等
- 内容：体操や栄養・口腔などの講話
- 参加費：無料
- 申込方法：電話・電子申請・窓口

詳細及び申請
はこちら



【問合せ・申込先】

荒川区健康部健康推進課 荒川ころばん体操担当
〒116-8507 荒川2-11-1がん予防・健康づくりセンター
☎ 03-3802-3111 内線432

回覧板（ご覧になられた方はサインか押印をお願いします）

一斉ねずみ駆除のお知らせ

区では、ねずみ用薬剤（殺そ剤）を使用して、地域ぐるみでのねずみ駆除を推進しています。
地域で一斉に使用することにより駆除の効果を上げることができます。

そこで自宅にねずみが入りてお困りの方（世帯）に、町会（自治会）の協力を得て、殺そ剤を配付しますので、下欄の枠内に氏名を記入してお申し込みください。

実施期間： **令和7年12月1日（月）から12月31日（水）までの期間です。**

使用薬剤： リン化亜鉛を主成分とする薬剤（**1世帯につき1袋の配付となります**）

1袋に2つ薬剤が入っています。1つで1～2匹を駆除できます。

そのため1袋で2～4匹に対し効果があるとされています。

配付時期： **11月30日（日）までに町会・自治会から各世帯へ配付されます。**

回覧期限： 月 日（ ）までに班長さんへ回覧板を戻してください。

班長さんは、集計担当者の方へお渡しください。

回覧後、殺そ剤が必要になった場合は各自班長さんへお知らせください。

薬剤配付希望者の記入欄

町会名（自治会名）：		班長名：	
氏 名	氏 名	氏 名	氏 名

～ボランティアをしたい人と必要とする人をつなぐ情報誌～

あらんてあ

◆創刊1984. 10. 9◆

9月号

「あらんてあ」とは、あらかわのボランティアの造語です。
荒川区内を中心にボランティア活動の情報を、区外のイベント情報や助成金の情報を提供しています。

令和7年8月大雨

災害支援金の寄付を受け付けます！

2025 7 8 月6日からの大雨災害により、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます

各被災地域では、災害ボランティアセンターが順次開設され、被災家屋の片づけや、修理、被災された方の心身のケアなどの支援が始まっています。

荒川区でも、被災地でのこうした支援活動をサポートするため、公共施設での寄付受付を行います。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

- 荒川区内の各区立図書館（図書サービスステーションを含みます）

3

皆様からのご寄付は、中央共同募金会「災害ボランティア・NPO活動サポート募金（ボラサポ）」を通じて、被災地での支援活動に役立つURL

<https://www.akaihane.or.jp/saigai-news/vorasapo/41778/>

TEL:3802 3338 FAX 3802 3831

Mail:vorasen@arakawa-shakyo.or.jp



荒川ボランティアセンター公式LINEはこちらから！



目次

- P2・3・4★荒川区内情報
- P5・6★あらかわ地域活動サロン
ふらっと、フラット
- P7★サマーボランティアスクール 2025

- P8★傾聴ボランティア講座 報告・あらかわ子ども応援ネットワーク
- P9★活動団体クローズアップ・あらんてあ配布先
- P10★ユニバーサルウォーク参加者募

荒川区内情報



このコーナーでは、社協で主催するものはもちろんのこと、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動・イベント等にご協力をいただける方は、**各問合せ先まで、以下の内容のご連絡をお願いします。**

①イベント名②住所③氏名④連絡先(電話、FAX、mail)



ボランティア情報誌「あらんてあ」 組み作業・発送準備のお手伝い

みんなで楽しく「あらんてあ」を折り、組み、完成させています。ボランティアが初めての方にもオススメ。申込不要です。直接会場にお越しください。

【日時】9月25日(木)13:00~14:30

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン

【問合せ】荒川ボランティアセンター

TEL:3802-3338 FAX:3802-3831

読むことに不便を感じている方へ 音訳「カナリアの会」対面音訳サービス

本・雑誌やご希望の資料(新聞・取扱説明書など)を対面にてお読みいたします。当日ご持参ください。

※音訳ボランティア(特に録音作業)に興味がある方も、お待ちしております。

【日時】9月21日(日)14:00~16:00

【場所】アクロスあらかわ 2階 対面朗読室

【締切】9月18日(木)

【申込・問合せ】アクロスあらかわ

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

話すって、元気のスイッチ！ 傾聴サロン サロン三ノ輪橋

ひとり暮らしの方、ご高齢の方、話す機会が減っている方、おしゃべりしにいらっしゃいませんか？ 医学や心理学でも「人と話すことには心と体を元気にする力がある」と言われています。個人情報厳守いたします。直接対面とオンライン(ZOOM)から選べます。

※無料。ZOOMは通信料のみ各自ご負担いただきます。

【日時】9月9日・10月14日・11月11日

毎月第2火曜日 13:30~14:30

【場所】荒川区社会福祉協議会 3階 活動サロン

【定員】対面4名、オンライン3名

【締切】開催日前日

【主催】ダンボの会 傾聴サロン「サロン三ノ輪橋」

【申込・問合せ】荒川区社会福祉協議会 地域福祉支援係

TEL:3802-3338 FAX:3891-5290

Mail:jigyo@arakawa-shakyo.or.jp

より良い人間関係を作るための コミュニケーション教室

うれしいことは身の回りにきっとたくさんあります。うれしいことを見つけると楽しくなり、やる気も出ます。見つけたうれしいことをもっとうれしくするコーチングです。

【日時】9月3日(水)・10月1日(水)・11月5日(水)
19:00~21:00

【テーマ】9月:もっとうれしく、もっと楽しく
10月:話し上手より聴き上手になる
11月:信頼関係を作る話の聴き方

【場所】町屋文化センター 3階(荒川7-20-1)

【定員】20名 【費用】700円(資料代)

【申込・問合せ】コーチングスポット 担当:森戸

TEL:3895-5353

Mail:a.morito@kra.biglobe.ne.jp

にっぽり♪ホリデー・パーク ボランティア募集！！

子どもから大人まで地域のさまざまな世代が集まり、遊び・食・文化を通じて交流を楽しむとともに、日暮里駅前の活性化を目的としたイベントです。

【日時】毎月第3土・日曜日(9月は20日・21日)
8:00集合 18:00解散

【場所】日暮里駅前イベント広場

【内容】

- 受付…来場者への案内やチケット確認
 - 運営サポート…会場設営・撤収、来場者サポート
 - ステージ補助…パフォーマーのサポートや進行管理
 - 子どもエリアのケア…ゲームの説明や安全管理
- その他、テント設営や子どもエリアで一緒に遊ぶ、経験豊富な方にはまとめ役やアドバイザーとして、サポートをお願いすることがあります。

※詳細な役割分担や注意事項は当日の朝礼時にお伝えします。

【申込方法】申込フォームより

<https://forms.gle/cBh67yJ2RopHjhZb9>

【問合せ】NPO法人バイタル・プロジェクト

TEL:080-7439-0415

Mail:vital.project.0415@gmail.com





荒川区内情報

このコーナーでは、地域で開催される講座や講演会および各活動団体の募集記事やお知らせなど、区内の情報をお知らせします。活動イベント等に参加希望またはご協力をいただける方は、各問合せ先まで、ご連絡をお願いします。



「たんぽぽフェスタ」開催のお知らせ

地域の方々に施設の事業を広く知っていただくため、「たんぽぽフェスタ」を開催します。

【日時】10月11日(土) 10:00～15:00

(雨天の場合も実施します)

【場所】荒川たんぽぽセンター(荒川1-53-20)

【内容】ペアレントメンター講演会(10:30～12:00)

バリアフリーピクス体験(13:00～15:00)

クラフトバンド体験(10:00～12:00)

事業紹介、子ども運動遊びコーナー、教材展示、給食展示、DVD上映など

【問合せ】荒川たんぽぽセンター

TEL:3891-6824 FAX:3807-8483

「ふれあい祭り」開催のお知らせ

施設公開「ふれあい祭り」を開催します。

【日時】10月11日(土)10:30～14:30

【場所】荒川区立荒川生活実習所・

荒川区立荒川福祉作業所(荒川1-53-9)

【内容】●荒川生活実習所…スヌーズレンや創作体験、ゲーム、自主製品販売等

●荒川福祉作業所…作業体験、自主製品販売等

●その他…「福祉の何でも相談会」や福祉避難所の物品紹介、保護者会主催の出し物等

※ボランティア若干名募集します。

【問合せ】荒川生活実習所

TEL:3891-6915 FAX:3891-6826

荒川福祉作業所

TEL:3807-3442 FAX:3891-6826

「たんぽぽフェスタ」と「ふれあい祭り」は同時開催のイベントです!

認知症講演会

「ぼけますから、よろしくをお願いします」と気兼ねなく言い合える街に…。

【日時】10月9日(木)14:30～16:30(14:00開場)

【場所】サンパール荒川 3階 小ホール

【対象】区内在住・在勤・在学の方 ※手話通訳あり

【内容】認知症家族の介護体験のほか、認知症になっても、ならなくても声をかけ合える街についての講演

【講師】信友 直子氏(映画「ぼけますから、よろしくをお願いします。」監督)

【定員】100名(申込み順) 【費用】無料

【持ち物】筆記用具・飲み物

【申込・問合せ】電話・FAX・区役所窓口・電子申請で

荒川区高齢者福祉課介護予防事業係

TEL:3802-4034 FAX:3802-3123

障がいのある当事者(ピアカウンセラー)による相談会

【日時】9月13日(土)10:00～15:00

【場所】荒川たんぽぽセンター(荒川1-53-20)

【内容】肢体不自由者、聴覚障がい者による相談

【申込・問合せ】9月1日(月)から来所・電話・FAXで荒川たんぽぽセンターまで

TEL:3891-6827 FAX:3891-6828

低栄養予防講演会

～毎日元気に過ごすために～

「食品摂取多様性から始めよう!

【日時】10月2日(木)14:30～16:30(14:00開場)

【場所】サンパール荒川 3階 小ホール

【対象】区内在住・在勤の65歳以上の方、高齢者の食生活に関心のある方 ※手話通訳あり

【内容】高齢者のフレイル予防、食生活の重要性

【講師】本川 佳子氏

(東京都健康長寿医療センター研究所)

【定員】100名(申込み順)

【費用】無料

【申込・問合せ】電話・FAX・区役所窓口・電子申請で荒川区高齢者福祉課介護予防事業係

TEL:3802-4164 FAX:3802-3123

障がい者向け「アロマ体験」

アロマスプレーをつくりませんか。好きな香りの組合せが楽しめます。

【日時】10月12日(日)14:00～15:50

【会場】アクロスあらかわ 1階ホール

【講師】明田 瑠美氏

(アロマスクール「クラリクララ」)

【対象】18歳以上で障害者手帳または愛の手帳をお持ちの方

【定員】12名(多数の場合抽選)

【費用】1,000円

【締切】9月28日(日)

・手話通訳・ヒアリンググループあり

【申込・問合せ】電話、FAX、メール及び窓口にて「住所、氏名、年齢、電話番号、障がいの種類・程度」をお知らせください。

アクロスあらかわ(荒川2-57-8)

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

Mail:across@arakawa-shakyo.or.jp



荒川区内情報・

助成金情報



JR 貨物フェスティバル ボランティア募集

鉄道貨物輸送やイベント運営に興味がある方、地域の方とふれあうことが好きな方、大歓迎です！

【日時】10月26日(日) 9:00～15:00

※イベントは10:00開始

【場所】JR貨物隅田川駅 ※集合:すし銚子丸 南千住店前

【対象】中学1年生以上の方

【内容】①フェスティバル会場内の環境整備
②救護テント等での運営補助
※昼食が支給されます。
※駐輪場あり。自転車または公共交通機関でお越しください。

※スタッフTシャツの支給はありません。

【定員】20名(申込み順)

【服装】動きやすい服装・運動靴

【主催】日本貨物鉄道株式会社 関東支社隅田川機関区

【申込・問合せ】荒川ボランティアセンター

TEL:3802-3338 FAX:3802-3831

Mail:vorasen@arakawa-shakyo.or.jp

「思い出語り」リーダー養成講座

～脳を活性化する荒川版『回想法』～ 「思い出語り」で案内役となり、思い出を語るきっかけとなる映像の説明をし、参加者のみなさんが楽しく交流できるよう配慮するリーダー役として活動してみたいという方向けの講座です。

【日時】10月8日(水) 14:00～16:00

【場所】サンパール荒川 4階 第1集会室

【内容】講演『回想法とは』と実習「思い出語り」

【講師】山田 拓実氏

(東京都立大学健康福祉学部 名誉教授)

【定員】30名(申込み順)

【費用】無料

【締切】10月7日(火)

【持ち物】筆記用具

【申込・問合せ】「思い出あらかわ」事務局
(あらかわ地域活動サロン
ふらっと.フラット内)

「ステージ発表会」 観覧希望者募集

アクロスあらかわを拠点に活動している団体の紹介や交流を兼ねて、日頃の活動の成果発表を行います。

【日時】9月27日(土) 13:00～15:50

【場所】アクロスあらかわ 1階 多目的ホール

【内容】ばん座位体操・楽器演奏・コーラス・手話音楽・フラダンス・合唱等を予定
※手話通訳・要約筆記あり

【定員】会場観覧 70席(当日先着順)

【費用】無料

【問合せ】アクロスあらかわ

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

Mail:across@arakawa-shakyo.or.jp



助成金情報

草の根助成のお知らせ

【対象団体】活動の場が「都内」もしくは「アジア」を主な活動地域とする非営利市民団体で、対象とする活動テーマ・内容は特に特定・制限してありません。

【助成額】1団体に対して上限50万円

※アジア助成の2年目継続団体は、別途助成額が計上されています。

【対象期間】2026年4月～2027年3月(都内)

2026年4月～2028年3月(アジア※原則2年間継続)

【締切】申請:9月29日(月)～10月27日(月)

応募:11月4日(火)

【詳細】右の二次元コードより

【問合せ】NPO法人まちぼっと

草の根市民基金ぐらん事務局

TEL:5941-7948

Mail:information.grand@gmail.com

あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

ボランティアのためのオープンスペース

さまざまな理由で、十分に義務教育を受けられなかった人たちが通う「夜間中学」。都内にある8つの公立中学校夜間学級のうち、荒川区にあるのが「荒川区立第九中学校」です。外国籍の生徒、不登校で学び直しをする生徒など、10代から70代までの人たちが一緒に学んでいます。

「どうしてもここで教えたい!」と、熱い想いで同校へ赴任してきた歳納隼人先生に、日々生徒たちに向き合う中で感じていること、地域で必要とされる夜間学級の現状についてお話を伺います。

2025年

9/21(日)

14:00～16:00 (受付開始13:30)

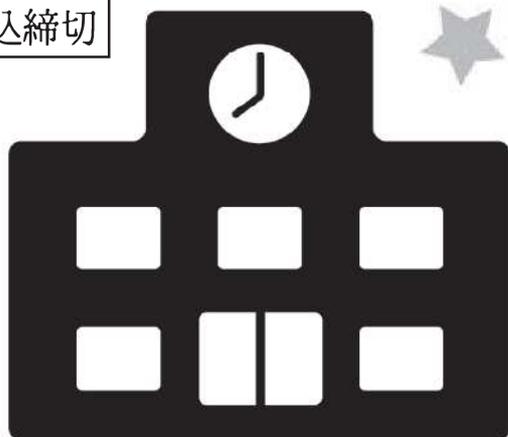
ゆいの森ホール

おはなし・歳納隼人さん

(荒川区立第九中学校主任教諭)

無料・定員50名(手話通訳・要約筆記あり)

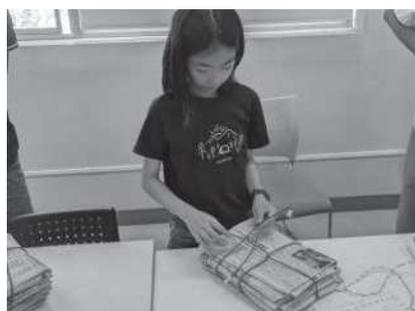
9/11(木)申込締切



第1・3水・金は13:00～21:00まで開室しています。日中、時間がとれないという方でも、ボランティア保険や地域活動のご相談にぜひお越しください!

多様な学びをささえる 荒川九中夜間学級の今

ご報告!



7/26(土)サマーボランティアスクール 2025「災害時にも役立つロープワーク」を行いました!

今年のふらっとのプログラムとして、「災害時にも役立つロープワーク」を行いました。ボランティア団体・川はともだちのメンバーが講師となって、もやい結びや自在結びなど、基本のロープワークを体験。ふだん段ボールを束ねるときから、災害時にテントを張ったり大きなものを結わえる場面までを想定しながら教えてもらい、実践的なプログラムとなりました。参加した小学生は複雑そうな結び方もすぐにできるようになり、頼もしい限り!日頃から、ぜひ使ってほしいです。

ボランティア講師の活動場所としてご利用頂いています。
 教えた方も、教わりたい方もご連絡おまちしております！
 毎月開催予定です(一部のぞく)

すべて申込制(先着順)です

※お申込みの際に定員に達した講座もありますが、ご了承ください。

■草笛
 9/3・17(水)
 15:00~17:00
 無料

■フラット英会話
 9/5・12・19(金)
 16:30~18:30
 500円

■いけばな 龍生派
 9/30(火)
 15:30~17:00
 申込締切:9/26(金)
 持ち物:花ばさみ
 (お持ちの方)
 1,000円程度

■楽しく合奏
 9/9(火)
 15:30~17:30
 持ち物:得意な楽器
 無料

■『思い出語り』
 脳を活性化する回想法
 今月はお休み

■絵手紙
 9/25(木)
 13:30~15:30
 200円

■b.bウクレレ倶楽部
 9/5・19(金)
 13:00~14:30(0から始める入門講座)
 14:30~16:00(初級ゆっくり講座)
 9/12・26(金)
 13:00~14:30(初級ステップUP講座)
 15:00~16:30(経験者ウクレレサロン)
 持ち物:ウクレレ(貸出あり)
 無料

■あらにん会勉強会
 今月はお休み

■フラワーアレンジ
 9/10(水)
 13:00~15:00
 1,300円

■はじめてのスマートフォン
 9/22(月)
 13:00~14:30
 無料

■服の困りごと相談会
 9/18(木)
 13:30~15:00
 無料

■福祉ネイル体験
 9/2(火)
 13:00~13:30
 13:30~14:00
 14:00~14:30
 各回2名、300円

■折り紙教室
 9/2(火)
 15:00~17:30
 無料

■大正琴教室
 9/8・29(月)
 13:30~15:00(初級)
 15:00~16:30(中級)
 持ち物:大正琴(貸出あり)
 100円

■コミカレ折り紙クラブ
 9/16(火)
 15:30~17:00
 100円

■癒されよう!
 アロマの香り、スプレー作り他
 9/18(木)
 15:00~16:00
 500円

■懐かしの歌謡曲を聴く会
 9/22(月)
 14:30~16:00
 無料

■はじめての複音ハーモニカ
 9/30(火)
 13:00~15:00
 持ち物:複音ハーモニカ
 C調21穴、卓上用の譜面台、
 筆記具
 無料

■b.b日本のフォークソング
 ギター教室
 9/26(金)
 17:00~18:00
 持ち物:ギター(貸出あり)
 無料

■アクセサリーDEカフェ
 9/5(金)
 19:00~21:00
 200円

■マジック
 9/24(水)
 15:00~17:00
 持ち物:トランプ(お持ちの方)
 無料

■健康・生きがい講座
 9/17(水)
 13:30~15:00
 100円

■大人が絵本を楽しむ会
 9/3(水)
 13:00~15:00
 持ち物:シェアしたい絵本
 無料

■三河島編物クラブ
 9/16(火)
 13:00~15:30
 持ち物:毛糸、編み針
 無料

■スマホお困り相談
 9/11・25(木)
 16:00~17:30
 無料

★これから安心して暮らす
 ために~介護のこと、ちょっと
 知っておこう~
 9/8(月)
 17:00~18:30
 申込締切:9/5(金)
 無料

★は新講座



あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

TEL 03-3891-8571

FAX 03-3891-8572

flat_flat@arakawa-shakyo.or.jp

荒川3-49-1生涯学習センター1階(JR「三河島」徒歩5分)



www.arakawa-shakyo.or.jp/flat/

平日13:00~19:00(第1・3水・金は13:00~21:00)

サマーボランティアスクール 2025

たくさんのチャレンジ・たくさんの初めてがあった、あついあつい夏でした！！

サマボラ 2025 報告(8月15日現在)

活動プログラム数… **65** 個

参加者 延べ人数…**339** 名



初めての音訳
見えない方に本の内容を
伝える難しさは想像以上！

皆さんのコメントや
活動の様子の一部を
掲載します。



おもちゃ図書館の
ボランティア。赤ちゃんとの
ふれあいにドキドキ



作業所のボランティアにチャレンジ
真剣な顔でパウンドケーキ作り



初めてのサマボラ
施設の活動にチャレンジ

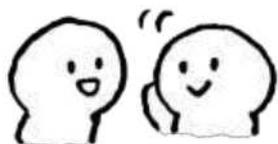


お話しながら創作活動。
得意なことでボランティア
ができると思った夏休
み。また来年も行く！



将来の仕事について
考えるきっかけになった

参加者の皆さんのチャレンジや新たな体験がボランティア活動に繋がり、誰かのための活動が地域に広がっている
2025



『傾聴とは、心を込めて気持ちを聴くこと』

～傾聴ボランティア養成講座報告～



『傾聴とは、心を込めて気持ちを聴くこと』
この短い言葉のとても深い意味
傾聴には日々の心掛けと鍛錬が必要なこと
話を聴くことで人が癒される力があることを
実感する講座となりました。



お話を聴くボランティアを始めたい方16名が参加し、6月26日から全5回の講座を実施しました。

第1回～4回は、「NPO法人パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション」から講師をお招きし、傾聴についての講義やロールプレイなどを行い、第5回は傾聴ボランティアグループ「ダンボの会」の活動の実際についてお話を伺いました。

受講生の感想

- 自分は話を聴くのは得意と思っていたけれど、傾聴は想像以上のことで大変勉強になった
- つい励まそう、アドバイスしようとしてしまい、相手のマイナスな気持ちに寄り添うことができていることに気づいた
- 「深い穴にいる人の景色を一緒に見て寄り添う」そんな私になれたらいいなと思った
- 「受容・否定しない」のポイントが分かった、言葉に詰まっても話しやすいことが分かった



～講師のご紹介～

NPO法人パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション

傾聴ボランティアの育成のため「傾聴」を学ぶ研修会を実施。毎年100回以上の講座を各地のボランティアセンターや社会福祉協議会、傾聴ボランティアグループと協力して行っています。

傾聴ボランティアグループ「ダンボの会」

メンバーは傾聴ボランティア養成講座の受講生。2人一組でご自宅等を訪問する傾聴活動を20年以上荒川区内で続けられています。会員同士が学び合い支え合いながら活動しています。

「傾聴ボランティア」に興味がある方は
ボランティアセンターにお声掛けください。

あらかわ子ども応援ネットワーク（AKON）～ご協力の報告～

7月にあらかわ子ども応援ネットワークの定例会を行い、39 団体、78 名の団体、機関の方々が参加しました。区内の活動状況等の共有と「無意識に子どもを傷つけてしまわないために」をテーマに子どもとの関りの距離感等についての研修会をしました。

また、川崎にあるフリースペース理事長をお招きして、「子どもを真ん中にみんなで手をつなごう」をテーマに川崎の取り組みについての講演会を開催し、大勢の方達のご参加がありました。

8月には、各団体で、「親子お料理教室」を企画したり、団体同士でのコラボイベントをする等、子ども達にとって思い出になる活動を行いました。

～あなたも子どもたちを応援しませんか？～
主に3つの応援の方法があります。

①寄付金、寄付で応援

②物資、食材で応援

③ボランティア参加で応援



皆様のできる形で、ご協力の程よろしくお願ひ
します。



「あらかわぼうさいの会」は荒川区の減災に取り組む防災士のグループです。防災士は防災に関する知識を持ち、地域や家庭の安全のために活動をしています。私たちはこの荒川区で暮らす皆さんと共に、防災を自分事として考え、備えるきっかけを作ることを目的に活動し

災害時に「備えてよかった」と思える人を一人でも増やし

らすことが多くなってきています。「何から始めればいいのか」という声も多く聞かれます。そこで皆さんと気軽に学び、

2020



DIG

防災講座の開催、イベントでは携帯トイレの体験や災害時の知識を学び体験してもらうアクションゲームブースを出展
新しい知識や事例を学びあいながら活動の幅を広げています。

防災についての講座を開催したい方、ぜひお声がけください。

arakawabousai2020@gmail.com

**あらんてあ
配付先**

【南千住地区】★荒川ボランティアセンター★荒川おもちゃ図書館★にこにこサービス★荒川総合スポーツセンター★ふとんの店おかもと89★バーバーショップAB★ヘアーサロンサイトウ★イチハラ美容室★南千住病院★いつか堂★都立荒川工科高等学校★都立産業技術高等専門学校★三田理容所★マキタ理容室★ミナト理容室★ヘア・スタジオアムドール★Lore hair lounge1935★理容浅原★バーバーニューライト★ヘアーサロン・マツダ★草津湯★延命寺★なにかし堂★野田屋酒店★TOKIAS クラブフォレスト★南千住病院★とりふじ★コーヒーハウスあめみや★三ノ輪新開地

【荒川地区】★アクロスあらかわ★荒川生活実習所★荒川福祉作業所★荒川区役所本庁舎(広報課・情報提供コーナー・障害者福祉課・高齢者福祉課・区民課)★生涯学習センター★たんぼセンター★サンパル荒川★町屋文化センター★荒川保健所★区役所北庁舎★がん予防健康づくりセンター★荒川さつき会館★子ども家庭総合センター★荒川老人福祉センター★荒川郵便局★東京広域勤労者サービスセンター★歯科医師会★荒川生協病院★カットスタジオイヅカ★早師理容★ヘアーサロンキタジマ★ヘアーサロンハナシマ★理容リリー★シラウメ理容店★ヘアーサロンかわはら★HAIR 春風★feliz ヘアーサロン★小川理容室★理容コタカ★藤の湯★ハミング

【町屋地区】★ムーブ町屋(3階)★リサイクルショップ・なんでもや★ガスト荒川町屋店★ヘアーサロン matuba★板垣理容室★小川理容店★ヘアーサロン英★理容コタカ★バーバーアタミ★リリー★みんなの実家@まちや★押江クリーニング店★ブラックホールコーヒーロースター★ホットステーション★喫茶ふくか★荒川区心身障害者事業団★TOKYO L.O.C.A.L BASE

【尾久地区】★あらかわ希望の家・分場★アクト21★シルバー人材センター★都立大学荒川キャンパス売店★フェルメール★宮ノ前診療所★支援センターアゼリア★ヘアーサロンリリー★ヤマダ理容★理容イワサキ★バーバー小宮★ヘアーサロンキムラ★理容さくら★理容ヨコタ★エリ美容室★北珍★ブードル★いけだ鳥肉店★ニュー恵美須★梅の湯★千代の湯★神田湯★デイサービス尾久の家★北豊島中学校・高等学校★鈴木商店★MOMO の小屋★尾久の原公園サービスセンター★まる福ホームクリニック★美容室マズミ★OGU-MAG★鍼灸中澤治療院(田端新町)

【日暮里地区】★東日暮里整形外科★道灌山保育福祉専門学校★ステーションガーデンタワー★日暮里サニーホール★日暮里上宮病院★関川病院★理容キリン★理容フジ★髪ファッション四季★ヘアーサロンソエダ★カワタ理容店★理容ホワイト★理容ナメカワ★idoya★水天軒★さくら美容室★浅川接骨院★丸長鮨★鮎忠★(株)トマト★ヘア&エステティック清水和子の店★高野クリーニング★キクヤ洋品店★中国料理美寿治★JOBサポートあらかわ★都立竹台高等学校

【その他】★区民事務所★区立図書館★ふれあい館★ひろば館★区内小中学校★区内福祉施設★ボランティアグループ など

ユニバーサルウォーク～防災まち歩き～ 参加者募集!!



子どもから高齢者、障がいのある人もない人もみんなで一緒に交流しながら「防災」をテーマに荒川のまちを歩きます。
災害時に役に立つ、街なかにある防災関連施設や広場や、災害時に設置される災害ボランティアセンターの場所、避難移動時に支援が必要な方が注意したいポイント等を知ること、自身の安全や周囲の人たちとの助け合いに繋がっていきます。※小雨決行・参加無料



昨年度のまち歩きの様子
防災ポイント等をチェック

実施日 令和7年10月19日(日)

9:10 受付開始(荒川工科高校)

9:30~11:30 防災まち歩き(経由地:荒川総合スポーツセンター)

ゴール地点の生涯学習センターでは、救急救命・初期消火の訓練等を行います。

【共催】あらかわボランティアネットワーク

【問合せ・申込み】荒川ボランティアセンター 荒川区南千住 1-13-20

TEL:3802-3338 FAX:3802-3831

Mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp

申込フォーム <https://forms.gle/rNurJihAZVR5Yrjd7>

はがき: 氏名・電話番号・年齢・配慮事項(障がいや車イス使用の有無等)

申込み締切: 10月10日(金) 必着



★ユニバーサルウォーク リーダー養成講座

19日当日の防災まち歩きの案内役を担う「ボランティアリーダー」も募集しています。

【リーダー養成講座 内容】

・荒川区の被害想定 ・「防災まち歩き」の視点 ・コースのポイントなどの説明とコース設定

※リーダー養成講座のみの参加は出来ません。

日時: 令和7年10月9日(木) 19:00~21:00

会場: 荒川総合スポーツセンター 4階第2多目的室

リーダー・サブリーダーのみなさんは、まち歩き終了後、振り返りをする懇談会にご参加いただけます。

申込み: ①氏名(ふりがな) ②電話番号 ③メールアドレス ④年齢

⑤配慮事項(障がいや車イス使用の有無等)

をご記入の上、申込フォーム・電話・FAX・Eメール・はがきにて荒川ボランティアセンターまでお申込みください。

申込締切: 10月1日(水) 必着



昨年度のリーダー講座の様子
避難所内テント組み立て訓練