

～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～

◆創刊1984. 10. 9◆

# あらんてあ

## 5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。  
荒川区内を中心としたボランティア活動の情報やイベント情報、助成金の情報を提供しています。



昨年度の講座の様子

## 受講者募集!

## 傾聴ボランティア養成講座

相手に寄り添いながら、言葉に込められた想いに耳を傾ける『傾聴(けいちょう)』。自分の話を、じっくり聞いてもらうことで、心がとても軽くなり、元気になったことはありませんか?

「傾聴ボランティア」は、高齢の方や障がいのある方の話を聴くことで、心をケアする活動です。あなたも「耳できく」「目できく」「心できく」ことを学び、傾聴ボランティア活動を始めませんか。講座では、コミュニケーションの大切さをあらためて確認し、傾聴の大切さを学ぶことができます。是非、一緒に学び、地域での活動に取り組んでみませんか?

- 日時** 5月28日、6月4日、11日、18日、25日(全5回) 毎週木曜日  
13:30~16:00
- 会場** 荒川区社会福祉協議会2階多目的ホール 荒川区南千住1-13-20  
(都電三ノ輪橋電停から徒歩1分)
- 講師** 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(P.L.A)  
傾聴ボランティアグループ「ダンボの会」
- 申込み** FAX・メール(件名に「傾聴ボランティア養成講座」と明記)・ハガキ・申込フォームで  
①氏名 ②ふりがな ③住所 ④電話番号 ⑤メールアドレス(ある場合) ⑥年齢 を  
記入し、荒川ボランティアセンター(下記)に申込してください。

※5月14日(木) 締め切り



← ↓ 申し込みフォーム  
<https://forms.gle/855RBgmjXbQTpb5x5>

〒116-0003 荒川区南千住1-13-20  
TEL: 3802-3338 FAX: 3802-3831  
E-mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp

P2・3・4★荒川区内情報・情報あれこれ  
P5・6★あらかわ地域活動サロンふらっと. フラット  
P7★ベルマーク収集・整理活動

P8★地域福祉活動助成金  
P9★ボランティアセンター職員紹介  
P10★ユニバーサルウォーク  
～防災まち歩き in 日暮里～

荒川ボランティアセンター  
公式LINEはこちらから!





# 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、ご連絡をお願いします。



## 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、完成させていきます。ボランティアが初めての方にもオススメです。

申込不要です。直接会場にお越しください。

【日時】5月26日(火)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】5月17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】5月14日(木)

【申込・問合せ】

アクロスあらかわ

TEL:3803-6221 FAX:3803-6222

## 荒川区いきいきボランティア制度説明会 参加者募集!

区が指定する介護施設や子育て支援施設などでボランティア活動を行うと、現金に交換できるポイントが貯まります。活動内容は、レクリエーション補助や話し相手など、施設によってさまざまです。登録には説明会への参加が必要です。参加ご希望の場合は開催日の前日までに、お申し込みください。

【日時】毎月1回開催(8月、3月を除く)

今回は5月27日(水)14:00~

【場所】荒川区役所 3階 305会議室

【対象】区内在住の65歳以上の方

【申込・問合せ】

介護保険課介護給付係

TEL:3802-4952



## 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】5月9日(土)10:00~15:00

【場所】荒川たんぼセンター(荒川1-53-20)

【内容】肢体不自由者による相談

【申込・問合せ】

来所・電話・FAXでご連絡ください。

荒川たんぼセンター

TEL:3891-6827 FAX:3891-6828

## デイサービス千恵の輪

### 【寄り添いボランティア】募集

西日暮里6丁目にあるデイサービス千恵の輪では、高齢者に寄り添って、お話をしたり、傾聴したり、活動のサポートをしてくださるボランティアを募集します。

【活動日】

月~金 週1回からご都合がつく曜日

【時間】9:00~17:00の中での出来る時間帯で可

(お昼に係る場合はランチ付き)

【問合せ】

デイサービス千恵の輪(西日暮里6-15-11)

TEL:6807-6883 担当:来島(きじま)

## 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

「私の話を聴いてくれない」と感じたとき、二人の間の信頼関係は壊れています。信頼関係は話を聴くことから始まります。自分の話を聴いてくれるから、相手を信頼して、相手の話を聴くことができます。

【日時】5月6日(水)・6月3日(水)・7月1日(水)

19:00~21:00

【テーマ】

5月:信頼関係があれば話が伝わる

6月:あなたと私、『当たり前』は違う

7月:あなたと私の『違い』が、気づきを生む

【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



# 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、ご連絡をお願いします。

## 最初は気軽に、体験から 傾聴サロン「サロン三ノ輪橋」

人と話す時間を大切にする取り組みが、少しずつ広がっています。話すことには、気持ちがホッとしたり、元気がでたりする力があるといわれます。「最近、話す機会が減ってきたな」「ちょっと誰かと話してみたいな」そんなふうを感じている方も無理のない範囲で、今の気持ちや近況を、ゆっくりお話してみませんか。一人でも、お友達と一緒にでも大丈夫です。まずは体験から、お気軽にご参加ください。あたたかく、ゆるやかな雰囲気の中でお待ちしております。お話の内容は大切に扱いますが、安心して過ごしていただける時間を目指します。対面と、オンライン(ZOOM)でのご利用をお選びいただけます。オンラインは、スマートフォンでも気軽にご参加いただけます。

【日時】5月12日・6月9日・7月14日  
毎月第2火曜日 対面…13:30～14:30  
オンライン…13:15～14:30

【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

【費用】無料  
オンライン(ZOOM)の通信料は参加者負担

【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:5604-5863 FAX:3891-5290  
Mail:jigyoo@arakawa-shakyo.or.jp

## 令和8年度 第1回あらかわふれ愛マーケット開催

荒川区内の障がい者施設がつどい、利用者の方々が作成した商品(食品・手芸品・アクセサリ・雑貨等)を販売いたします。

【日時】5月26日(火)10:00～14:00  
※手作りパンの販売は11:00からです。

【場所】荒川区役所前荒川公園内展示場(荒川2-2-3)

【問合せ】  
荒川区障害者福祉課障害サービス係  
TEL:3802-3417 FAX:3802-0819

## 多文化共生センター東京 「ボランティア講座」

多文化共生センター東京の紹介、土曜日の学習支援教室のボランティア活動の紹介を行います。

【日時】5月16日(土)10:40～12:00

【場所】多文化共生センター東京事務所  
(荒川3-74-6メゾン荒川2-201)

【対象】多文化共生センター東京でのボランティア活動に継続して参加できる方(高校生以上)  
☆数学や理科の勉強もサポートできる方歓迎!

【費用】1,000円(資料代)

【定員】15名(定員になり次第締切)

【申込方法】

右の二次元コードから →→



【締切】5月13日(水)10:00

※講座終了後、ご希望の方は13:00からのボランティア教室を見学していただけます。  
※参加申込締切後に、別途ご連絡のメールをお送りします。

【問合せ】

多文化共生センター東京  
TEL:6807-7937 Mail:info@tabunka.or.jp

〈土曜日の学習支援教室とは?〉

外国にルーツを持つ小学生から高校生、その保護者を対象に日本語習得や学校の勉強を1対1でサポートしています。

- ①親子日本語クラス 13:00～15:00
- ②子どもプロジェクト 15:30～17:30

## リハビリ講習会 「バリアフリービクス」

バリアフリービクスは、障がいの有無に関わらず自分のペースで参加できるエアロビクスです。楽しい音楽に合わせて、一緒に体を動かしましょう。

【日時】5月8日～7月10日 毎週(金) 全10回  
10:00～12:00

【場所】あらかわエコセンター2階 環境実習室  
(荒川1-53-20)

【対象】区内在住・在勤で身体に障がいのある方

【定員】15名(申込順) 【費用】無料

【講師】バリアフリービクス協会チーフインストラクター  
清宮 薫氏

【申込・問合せ】

来所・電話・FAXでご連絡ください。  
荒川たんぽぽセンター  
TEL:3891-6827 FAX:3891-6828



# 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、ご連絡をお願いします。



## 介護予防普及啓発(口腔・栄養・認知症) 講演会「人生100年時代への備え」

- 【日時】6月8日(月) 14:00~16:00(開場 13:30)
- 【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
- 【内容】人生100年時代を自分らしく生きて行くために今からできることについて、口腔・栄養・運動・認知症・社会参加・フレイルの視点でのアプローチ
- 【講師】東京都健康長寿医療センター研究所 副所長  
東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター長 藤原佳典氏
- 【定員】250名(申込順) ※手話通訳・要約筆記あり
- 【費用】無料
- 【その他】

同日開催で個別(口腔・栄養・認知症)相談会を実施

- ①【午前】受付時間:10:30~11:30  
内容:口腔・栄養・認知症  
定員:各10名(申込順)
- ②【午後】受付時間:13:00~13:15  
内容:口腔・栄養 定員:各5名  
(申込順)

※対象:区内在住 65歳以上  
(無料・予約制・1人15分程度)  
個別相談会のみ参加可能

- 【申込・問合せ】  
電話・FAX・電子申請・来所で区役所2階  
高齢者福祉課介護予防事業係  
TEL:3802-4034(直通)・3802-3111(代表)  
FAX:3802-3123  
講座名・住所・氏名・電話番号・年齢を記載

## 子ども食堂・子どもの居場所等 ボランティア活動説明会

- 【日時】6月14日(日) 14:00~16:00
- 【場所】サンパール荒川 4階 第2 第3集会室  
(荒川1-1-1)
- 【内容】区内の子どもたちへのボランティア活動(食事の提供や勉強を教えたり、ゲームで遊んだりする等)についての説明とボランティアの募集
- 【定員】なし ※対象なし
- 【費用】無料
- 【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」をお知らせください。  
荒川ボランティアセンター(南千住1-13-20)  
TEL:3802-3338 FAX:3802-3831  
Mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp

## 障がいのある方とない方の交流イベント「モルック体験会」

- 【日時】5月31日(日)14:00~15:40
- 【内容】人気上昇中のモルックを体験できます。初めての方もぜひご参加ください。
- 【場所】アクロスあらかわ 1階多目的ホール
- 【講師】あらかわモルックの会
- 【対象】区内在住・在勤・在学の方(障がいのある方・ない方いずれも) \*手話通訳・ヒアリンググループあり
- 【定員】20名(応募者多数の場合抽選。応募者には抽選結果をお知らせします)
- 【費用】無料
- 【申込期間】5月22日(金)まで
- 【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、要配慮事項、障がいの有無・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

## 荒川ばん座位体操 リーダー育成研修

荒川ばん座位体操の効果や介助の仕方を学ぶとともに、リーダーとして活動できる方を募集しています。

- 【日時】全6回 <14:00~16:00>  
6月12日(金)・6月26日(金)・6月30日(火)  
7月3日(金)・7月7日(火)・7月10日(金)
- 【場所】アクロスあらかわ 1階 多目的ホール  
(荒川2-57-8)
- 【講師】・東京都立大学准教授 信太 奈美氏  
・東京都立大学准教授 藺牟田 洋美氏  
・東京都障害者スポーツ指導員協議会荒川健康運動指導士 神保 秀久氏
- 【対象】区内在住・在勤で全6回参加できる方
- 【定員】20名(申込順)
- 【費用】無料  
※なお、上記以外に荒川ばん座位体操実施拠点にて、体験・演習に参加していただきます。
- 【申込・問合せ】  
荒川区障害者福祉課 相談支援係  
佐々木・清原  
TEL:3802-4057 FAX:3802-0819

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

新年度の  
ボランティア保険の  
受付を開始しました!

ふらっとワークショップ

# こころ整う、会話が弾む コラージュ講座



5/23 土

異なる素材を切り貼りして作品を創るコラージュ。今回は、名刺サイズのカードにシールを貼って、オリジナルカードを作ります。自分で楽しむのはもちろん、葉にしたりメッセージカードにして贈り物にしても喜ばれそう!

教えてくれるのは、コラージュにはまって、モチーフや素材などいろいろなシールをコレクションしたという高野寛子さん。シールを組み合わせるのが楽しくて、気分転換にもうってつけなんだそう。いま流行りのシールを使って、大人も子どもも一緒に遊びませんか?

日時・2026年5月23日(土)10:00~11:30

(9:45受付開始)

場所・あらかわ地域活動サロンふらっと.フラット

講師・高野寛子さん(図書館司書)

参加費・無料

持ち物・カード以外の台紙に貼りたい方は

ご持参ください

定員・10名(親子参加可)

申込・5月15日(金)まで(申込多数の場合は抽選)



※高野さんの作品の一部

## お知らせ!

5月からふらっとの開所時間が変わります!

【変更前】平日13:00~19:00 第1・3水・金は13:00~21:00

【変更後】平日13:00~19:00 第1・3金・第2・4水は13:00~21:00

※カレンダーによって変動があります。

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。  
教えたい方も、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  
今月はお休み

■福祉ネイル体験  
5/14(木)  
17:30~18:00  
18:00~18:30  
申込締切:5/13(水)  
各回1名、300円

■いけばな 龍生派  
5/26(火)  
15:30~17:00  
申込締切:5/22(金)  
持ち物:花ばさみ  
(お持ちの方)  
1,000円程度

■『思い出語り』  
脳を活性化する回想法  
5/27(水)  
13:30~14:30  
無料

■絵手紙ボランティア  
5/28(木)  
13:30~15:30  
200円

■b.bウクレレ倶楽部  
5/1・15(金)  
13:00~14:30(初級講座)  
14:30~16:00(中級講座)  
5/8・22(金)  
13:00~14:30(ステップUP講座)  
14:30~16:00(0から始める入門講座)  
持ち物:ウクレレ(貸出あり)  
無料

■あらにん会勉強会  
5/7(木)  
15:00~17:00  
無料

■フラワーアレンジ  
5/13(水)  
13:00~15:00  
1,500円

■はじめてのスマートフォン  
5/21(木)  
13:00~14:00  
無料

■服の困りごと相談会  
5/14(木)  
14:00~15:00  
無料

■フラット英会話  
5/1・8・15(金)  
16:00~18:00  
500円

■楽しく合奏  
5/19(火)  
15:30~17:30  
持ち物:得意な楽器  
無料

■大正琴教室  
5/18(月)  
13:30~15:00(初級)  
15:00~16:30(中級)  
5/25(月)  
14:30~15:30(初級)  
15:30~16:30(中級)  
持ち物:大正琴(貸出あり)  
100円

■折り紙教室  
5/12(火)  
15:00~17:30  
持ち物:竹串、ハサミ、のり  
無料

■スマホお困り相談  
5/11・25(月)  
13:00~14:30  
無料

■はじめての複音ハーモニカ  
5/26(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フォークソングギター  
初心者教室  
5/22(金)  
16:30~18:00  
持ち物:演奏したい曲の楽譜、  
ギター(貸出あり)  
無料

■マジック  
5/27(水)  
15:00~17:00  
持ち物:トランプ(お持ちの方)  
無料

■アクセサリーDEカフェ  
今月はお休み

■大人が絵本を楽しむ会  
5/7(木)  
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  
5/19(火)  
13:00~15:30  
持ち物:毛糸、編み針  
無料

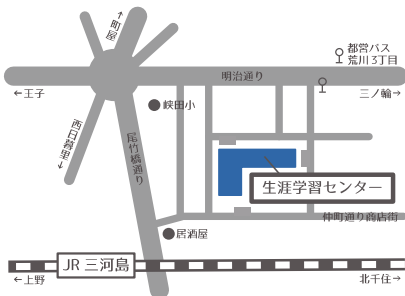
■健康・生きがい講座  
5/20(水)  
13:30~15:00  
100円

■子育てが楽しくなる!  
コミュニケーション体験会  
今月はお休み

★アロマ(スプレー、クリーム)  
作ろう!  
5/21(木)  
14:00~15:00  
申込締切:5/20(水)  
500円

★高校生によるエレキギター  
教室  
5/7・21・28(木)  
17:30~18:30  
ギター貸出あり  
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

TEL03-3891-8571

FAX03-3891-8572

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)  
平日13:00~19:00(※5/1(金)・5/15(金)・5/20(水)は21:00まで)



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



# ～ベルマーク特集～



「すべての子どもに等しく、豊かな環境の中で教育を受けさせたい」

ベルマーク運動は、そんな願いを込めて1960年に始まりました。参加団体のボランティアで生み出された資金（ベルマーク預金）で学校の設備や教材をそろえ、さらに国の内外でハンディを背負いながら学んでいる子どもたちに援助の手を差し伸べます。マーク集めから始まる誰でも気軽に参加できるボランティアです。



令和7年度は19086,5点あつまりました！

荒川ボランティアセンターでもベルマークを集めております。昨年度は19086,5点集まりました。ご寄附して下さった皆さん、ありがとうございます！

荒川区社会福祉協議会では、いただいたベルマークのポイントを被災地の学校へ寄付をしております。

文房具や食料品、日用品等の身近なものにベルマークがついています。もしかしたら皆さんの家に眠っているかもしれません。ぜひ探してみてください！



ボランティアさんが協賛会社ごとに分けています！  
1円でも届いてほしいという想いで分けていただいています。

## ベルマークの活用

皆さんからいただいたベルマークについてどういったものに使われているのかお伝えします！



集めると小中学校に必要な教材や備品など1点＝1円と交換できます。ペンやテーブル等の日用品や、ボールや一輪車の屋内外遊具、体育器具等、子どもたちのための物になります。



協賛会社や特定のベルマークによって、期限のあるものがありますのでお早めに持ってきていただくと助かります。

## 令和8(2026)年度 地域福祉活動助成金 応募受付中!

地域団体、ボランティアグループ、障がい者等の当事者団体やそれらが協働するネットワーク組織体などが行う、荒川区の地域福祉を増進する事業・活動を対象とした地域福祉活動助成を実施します。

助成率は基本的に助成対象経費の4分の3です。但し、立上げ後1年未満の事業の場合、複数の団体等が協働して実施する事業の場合は、助成対象経費の全額100%（助成上限あり）とします。

詳しくは、荒川ボランティアセンターまたはホームページから入手できる「[助成金のしおり](#)」と「[申請書等関係書類](#)」をご覧ください。

しおり・申請書類等は[こちら](#)



【助成総額】750,000円

【応募方法】

- ・所定の申請書に必要事項を記入の上、団体の活動の概要や申請内容を説明する資料を添え、郵送又は直接持参で申請して下さい。

【申請締切】令和8年6月10日（水）

※郵送の場合は必着。持参は16時半まで。

★申請にあたっては事前にご相談をお願いします。

【注意点】

- ・助成対象となる事業・活動区分、対象経費、上限額をご確認ください。
- ・原則、助成率がある一部助成で自己負担金が発生します。
- ・講演会、勉強会等への講師招聘も締め切りまでにお申し込みください。
- ・パソコンやタブレット等の汎用性の高い備品購入は原則対象外です。

【問合せ】荒川ボランティアセンター（住所・TEL等10ページ参照）

【助成内容と金額】

令和7年度は、計13の団体が実施する事業活動を対象に助成金を交付しました。

その概要は、令和8年2月15日発行の「[あらかわ社協だより](#)」2面をご参照ください。

「[あらかわ社協だより](#)」は、荒川区社会福祉協議会のホームページからもご覧いただけます。



助成対象事業・活動区分		活動内容の例示	助成基準額 (円)	助成上限額 (円)	助成率並びに助成額
①地域福祉の普及・啓発活動	ア. 一般の方を対象とした場合	●講演会や講習会、学習会の開催（団体構成員を講師とする場合は対象外）	60,000	45,000 (60,000)	●事業予算のうち、 助成対象経費の4分の3と、 助成上限額（上段）とを比較して少ない方の額とする。  ●ただし以下に該当する場合は、 事業予算のうち、 助成対象経費の4分の4と、 助成上限額（下段）とを比較して少ない方の額とする。  i) 事業の立ち上げ後1年未満の団体等が実施する場合 ii) 複数の団体等が協働で実施する場合
	イ. 団体内の講習会等の場合	●地域福祉活動を広報するためのリーフレット等の発行	20,000	15,000 (20,000)	
②地域福祉に関する調査・研究・報告活動	●報告書の発行、報告会の開催	60,000	45,000 (60,000)		
③地域での助け合い活動や地域の福祉課題に対応する各種福祉活動	●困りごとを抱える人の見守りや支え合い ●多世代の人の交流の場や若者等の活躍の場づくり ●何らかの生きづらさを抱える人への支援 ●その他、地域で必要とされる新たな福祉活動、支援活動など	140,000	105,000 (140,000)		

# 令和8年度荒川ボランティアセンター職員紹介

令和8年度となりました。今年度も、皆さまと様々な活動に取り組んでいければと思います。ボランティア活動の相談や保険の加入など、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

## ★はじめまして★



ボランティアセンター長  
鈴木 大介



ボランティアセンター  
齋藤 浩樹



ボランティアセンター  
山本 叶歩

地域の土台を大切に、よりよい福祉の街づくりとなるよう取り組んでまいります。よろしくお願いいたします。

今年度からよろしくお願いいたします！  
皆さんと一緒に様々な活動に取り組みたいと思います！

皆さまと安心して暮らせるまちをつくれるよう努めます！どうぞよろしくお願いいたします☆彡



丹羽 貴之



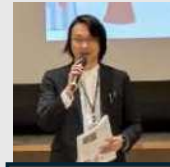
小林 桐子



福田 めぐみ

### 荒川 ボランティア センター

### 地域活動 サロン ふらっと、 フラット



清水 暁泰



安江 めぐみ

## 新たな スペース 誕生★



2階多目的ホールの様子  
様々なイベント等を行うことができます

新たなスペースとして、1階には食材等を保管する「パントリー」と小さな講座や打合せ、作業等が行える「ランチルーム」が、2階には音楽演奏や大人数でのイベント開催が可能な「多目的ホール」ができました。今後、様々なかたちでボランティア活動を広めていきます。



パントリー  
ランチルーム

- あらんてあ** 【南千住地区】★荒川ボランティアセンター★荒川総合スポーツセンター★ふとんの店おかもと89★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★とりふじ★コーヒーハウスあめみや★三ノ輪新開地★理容室マキタ★三田理容所★ロア・ヘアラウンジ★ヘアサロンミナト  
★バーバーニューライト★ヘアサロンサイトウ★理容浅原★ヘアサロンマツダ★ヘアサロンマンドール ★バーバースタジオAB ★バーバー斎藤
- 配付先** 【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★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★ヘアサロンキタジマ★ヘアサロンハナシマ★理容リリー★シラウメ理容店★ヘアサロンかわはら★HAIR 春風★小川理容室★理容コタカ  
★藤の湯★ハミング★ヘアサロンハナシマ★早師理容★ヘアサロンキタジマ★ヘアサロン丸菱本店★ヘアサロンかわはら★HAIR 春風  
★ヘアコミュニティ okaghe★カットスタジオイヅカ★トップノート
- 【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★ヘアサロン matuba★板垣理容室★小川理容店★ヘアサロン英★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★スタートまちや  
★TOKYO.LOCAL.BASE★コタカ ★シラウメ理容店★バーバーアタミ★髪 styLe & spa ほらん×ほらん★オガワ理容室 ★ヘアサロンマツバ ★イタガキ  
★ヘアサロン HANABUSA
- 【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  
★エリ美容室★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★OGU-MAG★鍼灸中澤治療院(田端新町)★ヘアサロンキムラ★理容さくら  
★ヘアサロンコミヤ★ヘアサロンセキグチ★理容イワサキ★ヘアサロンスカイ★理容ヨコタ★理容アイザワ★ヘアサロンヤング★ヘア・ファッション  
★フジ理容室★ヘアサロンリリー ★髪切虫尾久さくら通り店
- 【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  
★ひぐらしの里★さくら美容室★浅川接骨院★丸長館★アトスプラズタワー★鮎忠★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★ホワイト★水天軒★カットサロンアライ★髪ファッション四季★理容フジ★理容キリン  
★理容イドヤ★ヘアクリニックカラム★ヘアサロンソエダ★川田理髪店
- 【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

あらんてあ

【発行】荒川区社会福祉協議会 荒川ボランティアセンター  
 〒116-0003 荒川区南千住 1-13-20 3階 TEL03-3802-3338 / FAX03-3802-3831  
<http://www.arakawa-shakyo.or.jp/> E-mail: vorasen@arakawa-shakyo.or.jp  
 情報掲出希望の方は、前月10日締切です。詳細は、お問合せください。

## ユニバーサルウォーク ～防災まち歩き in 日暮里～

災害や防災について  
 考えませんか♪

一緒に歩いて

子どもから高齢者・障がいのある人もない人もみんなと一緒に交流しながら「防災」をテーマに歩くウォークラリーです。今回は日暮里地区（日暮里駅周辺）を歩きます。お一人でも、ご家族・ご友人とでもぜひご参加ください。



昨年度のユニバーサルウォークの様子

- 【日時】 令和8年5月31日(日) 9:30～11:30  
 【集合】 ふらっとにつぼり3階ホール 荒川区東日暮里 6-17-6  
 ＊雨天時 室内プログラム(ふらっとにつぼりにて)  
 【参加費】 無料  
 【定員】 50名  
 【スケジュール】  
 9:30～ 集合(ふらっとにつぼり3階ホール)  
 9:40～ まち歩きのポイント説明  
 10:00～ まち歩きスタート(1キロ程度の行程)  
 11:00～ ゴール!(ふらっとにつぼり) 解散



### まち歩きをすることで

普段気にしていない災害対策道具に目がとまったり、避難するときの道がどのような状況になるのかがとてもイメージしやすくなります。また、いろいろな立場の人たちの参加によって、災害が起きた時のそれぞれの困りごと等を共有しあう機会にもなります。

- 【共催】 あらかわボランティアネットワーク  
 【後援】 荒川区町会連合会／荒川区民生委員・児童委員協議会／  
 荒川区心身障害児者福祉連合会／NPO 法人荒川区高年者クラブ連合会

### 【問合せ・申込み】

- ①お名前 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) 以上をご記入の上、電話・FAX・Eメール・申込フォームよりお申し込みください。

### 【締切】 5月21日(木)

荒川ボランティアセンター (荒川区社会福祉協議会)  
 荒川区南千住 1-13-20

TEL 03-3802-3338 FAX 03-3802-3831

Mail [vorasen@arakawa-shakyo.or.jp](mailto:vorasen@arakawa-shakyo.or.jp)

<https://forms.gle/sLKmbwaxRrSj6AZJ8>



申し込みフォーム ↓ ↑

