

いえ か おせわ
家のことや家ぞくのお世話をひとりでがんばっていませんか？

毎日のように家族のお世話をしている、自分の時間や勉強する時間がとれなかったりする人はいませんか？その状況、ヤングケアラーかもしれません

幼い兄弟・姉妹の世話をしている



病気のある家族の看病をしている



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている



料理・買い物・洗濯など



家族のためにお世話をすることは大切なことです。でも、勉強や友だちと遊ぶことも大切です。悩みや不安な気持ちがあったら、ひとりで悩まず、周りの大人に話をしてみてください

「ヤングケアラー」って？毎日のように、大人がするような家のことや家族のお世話をしている子どものことです

★相談できる場所★



●習志野市役所 子育て支援課
☎047(453)7322

ひとりで悩まないで相談してね
あなたと家族にとって一番良い暮らし方を一緒に考えてくれるよ

●千葉県ヤングケアラー総合相談窓口 アトリエ
☎080(7480)7881

✉atelier@diversitykobo.org
@633oxohq QRコードで友達登録→
受付時間:9:00 - 20:00(土日祝、年末年始を除く)



こども食堂



「子ども食堂」って、どんなところ？

「子ども食堂」は、子どもが一人でも行ける無料または少ない金額で食事がとれる場所のことです。家族揃ってご飯を食べることが難しい人でも、友達や地域の大人たちと一緒にしゃべりをしたり、遊んだり、食事をしながら楽しい時間を過ごすことができます

習志野市内にもいくつかの「子ども食堂」があり、団体によってその活動内容は様々ですが、地域の子どもたちに温かい食事と、学校や家庭以外の居場所を提供しています

★「習志野子ども食堂ネットワーク」に加入している団体を紹介しします(加入団体のうち掲載可能な団体のみ)

●こども食堂 tetote 費用:子ども200円、大人300円
場所:谷津コミュニティーセンター
日時:毎月 第2日曜日(中学生以下の子どもがいる世帯対象)
※事前予約が必要。予約方法は Instagram アカウント「tetote.narashino」でご確認ください

●ならしの袖っ子テーブル 費用:100円(中学生以下)
場所:袖ヶ浦公民館
日時:毎月 第2・第4木曜日18:00~19:00
※事前予約が必要

●秋津みんな食堂
費用:高校生以下 200円、未就学児無料、大人300円
場所:秋津小学校コミュニティルーム
日時:毎月 第1水曜日 17:40~(長期休暇・祝日等要問合せ)

●ななしのこども食堂 費用:子ども無料、大人300円
場所:プラッツ習志野 南館 1階調理室
日時:不定期(月1回程度 土日・祝日開催)10:00~15:00

●あいこカフェ 費用:100円(中学生以下)
場所:中華蘇洲(東習志野 2-18-14)
日時:毎月 第4水曜日16:30~18:30

●ブレーメン子ども食堂
費用:幼児100円、子ども200円、大人300円
場所:地域交流プラザブレーメン習志野内 レストランクック(東習志野 2-10-3)

日時:毎月 第2金曜日16:50~18:30頃
※事前予約が必要



「習志野子ども食堂ネットワーク」は、市内の子ども食堂運営団体によって構成されたネットワークです。フードパントリー等のイベントや、食品等の提供、寄附、ボランティアの受け入れ、子ども食堂の開設・運営に関する相談支援等を行なっています【問合せ】習志野子ども食堂ネットワーク(ブレーメン習志野内) ☎047(470)5511

編集後記 たくさんの情報を届けてくれた紙面がぎゅうぎゅう詰めでなりました。特に、このページ↑の内容は、たくさんの方に知ってもらいたいです。身近に家族のことや食事のことで悩んでいる子がいたら「こんなところがあるよ!」と、そっと『風車』を渡してください。(M)

習志野市ボランティア・市民活動センター(社会福祉法人 習志野市社会福祉協議会内)

〒275-0025 習志野市秋津3-4-1(総合福祉センター2階 いずみの家)

TEL 047(451)7899 月~金 8:30~17:00(祝日・年末年始を除く)

FAX 047(451)8211

24時間テレホンサービス 047(452)3999

Eメール info@nashakyo.jp ホームページ http://www.nashakyo.jp/

習志野市社協 検索



メルマガ登録

ボランティア・市民活動センターだより

風車



令和6年6月
NO. 94

かざぐるま

学生向けの夏休みボランティア 夏ボラ特集➡

夏休みのボランティア活動を『夏ボラ』と呼んでいます 詳細は中面を開いてご覧ください

大人のためのボランティア講座
『シニアサポーター養成講座』参加者募集

市内の在宅高齢者に対して買い物や掃除、話し相手などの「生活援助」をするボランティアの養成講座です

日時: 令和6年 ①6月11日(火)9:30~12:30
②6月18日(火)9:30~12:00
③6月25日(火)9:30~12:00
④8月 9日(金)9:30~12:00

※先輩シニアサポーターの活動に同行する実習あり(7月)

対象: 市内在住
ボランティアとして高齢者のサポートをする意欲のある方
全4回の受講と、実習に参加できる方

※受講できなかった回は11月の講座(東習志野開催)で補講しますので、2回目以降からの参加も可能です

場所: 谷津コミュニティセンター1階会議室(谷津5-16-33)

費用: 無料

持ち物: 筆記用具

定員: 15名(先着順)

申込み: 習志野市ボランティア・市民活動センター

☎047(451)7899

修了後の活動例

①掃除 1回1~2時間 ②話し相手 1回1時間

●都合の合うときだけでOK 無理のない範囲で活動できます

●不定期・単発の活動もあります

※市内の「生活援助訪問型サービス事業所」で就労することも可能です

お父さんもボランティアの巻



ボランティア活動のお問合せは
習志野市ボランティア・市民活動センター
☎047(451)7899 へ

ボランティア・市民活動センターのことを「ボラセン」と呼んでいます
みんなも、そう呼んでね



令和6年度

わくわく夏ボラ 2024 参加者募集!!

わくわくを体験しませんか？

小学生から高校生の皆さん、交流しながら楽しくボランティアについて学び、体験しましょう!!

Aコース ^{ぼうさい} ^{さいがい} 防災&災害ボランティア体験教室

Bコース ^{おくりもの} 贈り物ボランティア体験教室



コース	Aコース	Bコース
日時	令和6年7月23日(火) 13:30~15:45 (高校生のみ 13:15集合)	令和6年7月25日(木) 13:30~15:45 (高校生のみ 13:15集合)
場所	総合福祉センター2階 いずみの家 (秋津 3-4-1)	
内容	^{ぼうさい} ^{さいがい} 防災&災害ボランティア体験教室 体験を通じて交流しながらボランティアについて学びます	贈り物ボランティア体験教室 ボランティアグループ『手芸ボランティア』のメンバーに教わり、手縫いでぞうきんを作ります 出来上がったものを市内福祉施設へ寄付します
対象	※両コースとも、高校生は運営への参加、小学生のサポートなどをお願いします 習志野市内在住・在学の小学4年生～高校3年生	
定員	各コース 25名 ※申込みが定員を上回った場合は抽選とさせていただきます 抽選は、それぞれのコースで行ないます 結果は申込み者全員に郵送します(7/5(金)に発送予定)申込書に記入された住所に郵送します	
参加費	無 料 (申込みに必要な郵送料はご自身で負担してください)	
申込方法	スマホやパソコンからインターネット(Google フォーム)で申込み 各コースの URL にアクセスしていただくか QR コードをご利用ください ※Google フォームでの申し込みが難しい方は、お問い合わせください	
	 Aコース	 Bコース
締切日	令和6年6月28日(金)17:00	
その他	参加者全員に「ボランティア体験修了証」を発行します	

お問合せは 習志野市ボランティア・市民活動センター ☎047 (451) 7899へ

自宅でできる『おうちで夏ボラ』

★「おうちで夏ボラ」

自分のペースで、自宅でゆっくり取り組むことができるボランティア活動です

Cコース 『手紙で♥気持ち♥を伝える』ボランティア

Dコース 『赤い羽根 ^{ひょうご} 共同募金 標語で PR』ボランティア



おうちで夏ボラ

Cコース 『手紙で♥気持ち♥を伝える』ボランティア

市内の福祉施設(高齢・障がい)の利用者や職員、ひとり暮らしの高齢者に手紙を書いてみませんか？

ボランティア・市民活動センターがあなたに代わってお届けします
受け取った方が、笑顔になれるような手紙を、おまちしています

★応募方法★

- ① 習志野市ボランティア・市民活動センターのホームページから所定の応募用紙をダウンロードする
- ② 手紙(イラストや色紙を貼ったりも OK)を書き、その他の必要事項を記入する
- ③ 8/18(日)までにポストに投函する⇒送付先などは、ホームページで確認してください(郵送料は、ご自身で負担してください)



詳細は
ホームページで
確認してね!



昨年の夏休みに
皆さんから届いた
手紙の一部です
今年も、こころ温まる
手紙をおまちして
います

Dコース 『赤い羽根 ^{ひょうご} 共同募金 標語で PR』ボランティア

赤い羽根共同募金をクイズで学び、募金活動を多くの人に知ってもらうための標語を考えて応募してください

- ① 習志野市ボランティア・市民活動センターのホームページへアクセスする
『クイズde赤い羽根共同募金!!』にチャレンジする
- ② 赤い羽根共同募金について、募金活動を多くの人に知ってもらうための標語を考える
- ③ 8/19(月)17:00までにGoogleフォームに必要事項を入力して送信する
※Google フォームのURLは、ホームページで確認してください

あなたの真実
みんなの笑顔
つくりだす

インターネットで
申込み

Cコース・Dコースの詳細は、ホームページで確認してください

■イベント・講座のお知らせ欄に掲載しています

習志野市ボランティア・市民活動センターホームページURL

http://www.nashakyo.jp/04_vc_top.html

※希望者には、ボランティア体験修了証を発行します(習志野市在住・在学に限る)



ボラセン