

報告

令和8年度お役立ち講座

ボランティアで健康アップ！
自分が輝けるヒント

講師

NPO法人
宮ノマエストロ
高橋裕子さん

令和8年6月19日（金）10:00～12:00 会場：泉ふれあいホーム 団体交流室

NPO法人宮ノマエストロ代表高橋裕子さんを講師にお迎えし、ボランティア活動を通じた健康づくりや地域とのつながりについて学びました。講話やグループワークを通して、「やってみたい」「続けたい」という前向きな気持ちが沢山生まれる時間となりました



参加者の声



今回話を聞いて、何かに参加したいと思いました！

無理なく、楽しく、自分らしくが大切だと思いました。

皆さんのお話を聞いてわくわくしました！健康にも心にも良いと改めて思いました。

ボランティアセンターってどんなところ？

こんな相談を受け付けています！

ボランティアをはじめたい



活動を探したい



ボランティアを依頼したい



イベントのお手伝いをしてほしい



地域の活動・団体を知りたい



問い合わせ

泉区ボランティアセンター(泉区社会福祉協議会内)
横浜市泉区和泉中央南5-4-13 泉ふれあいホーム内
(相鉄いずみ野線「いずみ中央」駅前相鉄ライフM3階)

電話：045-802-2150 E-mail：izumiku01@yokohamashakyo.jp

泉区ボランティアセンター
ホームページ



グループ紹介

いずみ無料塾

ボランティア・参加者募集中！

学習支援を通して
子どもたちの居場所づくりを行っています。
地域の大人や学生ボランティアが、一人ひとりに寄り添いながら活動をしています。



どんな活動をしていますか？

学習支援



子どもの 居場所づくり



季節の イベント



2024年9月に発足し、まもなく3年目になります。
小中学生の学習支援、子どもたちの居場所づくり、
季節のイベントや交流を通して、日常生活を豊かに
することを目的に活動しています。

大人10名、高校生11名のボランティアが活躍中！
毎週火16:30～20:00に
泉ふれあいホームで活動しています。

ボランティアさんは どんなことをしていますか？



勉強のお手伝い

分からない所を一緒に考えたり、
サポートします。



子どもとお話

子どもたちのお話を聞いたり、
会話をしています。



イベントのお手伝い

季節のイベントや交流の準備・
運営のサポートをします。

やりがい



一緒に成長できる！

子どもたちから刺激を貰って、
元気になります。
教えられることも多いです。
一緒に成長しましょう。

ボランティア登録更新の お願い

送付時期 令和8年9月以降発送

更新方法 後日発送する依頼文
から2次元コード・
返送にて

2年に1回ボランティア登録
の更新を行っています。
引き続き活動していただける
方は、更新をお願いします。

ボランティア保険 について

安心してボランティア
活動を行うために、
保険の加入をおすす
めしています。

受付：月～土
9:00～17:00
※日祝・年末年始を除く

ボランティア センタースタッフ 紹介

令和8年度メイン担当
どい ゆづき
が「土居柚月」に変わ
りました。

相談は引き続き、
コーディネーター
「谷本・中嶋・松本」
がお受けします！