

豊島区民社会福祉協議会が実施しているボランティア活動です。フローチャートの結果は、そのボランティアしかできないというものではありません。やりたい思いと活動の目的に共感できれば、どなたでも好きな活動ができるのがボランティアです。ボランティア活動をはじめるヒントにしてみてください。



リボンサービス



人と接するのが好きな方・

整理整頓が好きな方にオススメ

【活動内容】

日常生活で不便を感じている高齢の方・障がいのある方のご自宅で掃除などの家事サポートや病院などの外出同行です。

好奇心旺盛な方、人と接するのが好きな方、整理整頓が得意な方、優しい方！一つでも当てはまったあなたは、リボンサービスの協力会員にぴったりです。連絡お待ちしています♪

【対象】

18歳以上で地域福祉に理解のある健康な方

問合せ：リボンサービス
03-3981-9250

～先輩からメッセージ～
体と相談しながら
まずはやってみて！



▲協力会員のY.Kさん



困りごと援助サービス



体を動かすのが好きな方・

まずは活動してみたい方にオススメ

【活動内容】

軽量な物の移動や体調不良時の買い物、蛍光灯の交換など、30分以内で終わる継続性のない活動です。

例えば、「足が痛いからミシンを隣の部屋に運んでほしい」「電球を換えたいけれど、椅子から落ちたらと思うと怖い」という相談が高齢の方や障がいのある方からあります。
あなたも協力員になって活動してみませんか？

【対象】

18歳以上で地域福祉に理解のある健康な方

問合せ：困りごと援助サービス
03-3981-3166



災害ボランティア



チームで活動することが好きな方にオススメ

【活動内容】

大規模災害が発生した時に、災害ボランティアセンターのスタッフとして活動したり、被災現場に行って活動したりしていただくボランティアです。

緊急時でないときは、災害に備えて研修会や訓練も実施しています。

【対象】

区内に在住・在勤・在学の方

問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375



ハンディキャブ



運転・車好きの方にオススメ

【活動内容】

障がいのある方や高齢の方が、車いすに乗ったまま乗り降りできるリフト付き自動車の運行をする活動です。現在、自動車メーカーの営業やディーラーをご退職された方、福祉施設の送迎ドライバー業務と掛け持ちをされている方等、車や運転が好きな方にご活躍頂いております！

好きなことを生かしてボランティア活動をしてみませんか？

【対象】

自動車運転免許をお持ちの方。
登録日の年齢が21歳以上65歳位の方。

問合せ：ハンディキャブ 03-5396-4954



家でできるボランティア



一人で活動したい・
家でできる活動をしたいという方にオススメ

【活動内容】

ボランティア活動に行く時間はないけれど、地域の役に立ちたい。自分のペースで活動したい。知らない人と話すのは緊張するので、一人で活動したいという方には、家でできるボランティアや間接的に地域の力になれる活動があります。地域を陰で支える縁の下の力持ちになってみませんか？

【家でできること】

- ・クラフトマスクや雑巾などを手作りして社協に寄付
- ・社協会員になって社協の事業を応援
- ・赤い羽根募金（10月実施）、歳末たすけあい募金（12月実施）に協力



問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375

それぞれの活動の詳細については、HPやパンフレットをご覧ください。
◆パンフレットは当センター事務所で配布しています。
◆HPへは右記QRコードからアクセスできます。



【社協 HP QRコード】

豊島区高齢者元気あとおし事業



いろいろな活動をしてみたい方にオススメ

【活動内容】

元気あとおし事業では、施設でのボランティアから地域でのボランティアまで、幅広いメニューが用意されています。今後も増えていく予定です。また、手帳にポイントを貯めていくことで、自分の活動を目記録できます。同じ手帳を持っていることで、活動先でお友だちができる方も多数いらっしゃいますよ。

【対象】

60歳以上の健康な区民。または
介護予防サポーター等。

問合せ：豊島ボランティアセンター
03-3984-9375

