

The background features a light gray pattern of various snowflake designs. Overlaid on this are several semi-transparent circles of different sizes and shades of gray, creating a layered, festive effect.

ボランティアガイドブック

社会福祉法人 魚沼市社会福祉協議会

# ボランティアガイドブック活用にあたって

このガイドブックは、平成 30 年 12 月現在において魚沼市社会福祉協議会に登録している地域活動団体の活動内容等を集約したものです。

主な活動ごとにまとめ掲載しております。

## 地域活動をしたいと考えている方へ

自分にあったよさそうな地域活動団体が見つかりましたら、魚沼市社会福祉協議会へご相談ください。

### も く じ

- 1 ボランティアって何？活動のポイント …… p.1
- 2 活動紹介
  - 多目的 …… p.2
  - 調理 …… p.3
  - 配達 …… p.4
  - 施設慰問 …… p.4
  - 災害支援 …… p.5
  - 子ども …… p.5
  - その他 …… p.6
  - 茶の間 …… p.8
- 3 地域の茶の間貸出備品 …… p.26
- 4 ふれあい講座 ～ふくしの宅急便～ …… p.27

## ボランティアって何？

### 自分の意志で行う

自分で考えて積極的に行う活動だからこそ、人の心に働きかける力を持っています。

### さまざまなことが得られる

感動や喜び、充実感、達成感などが得られ、活動そのものが楽しみになります。

### 共に支え合う

活動を通じ、知り合い、協力し合うことで、人とのつながりを広げることが出来ます。

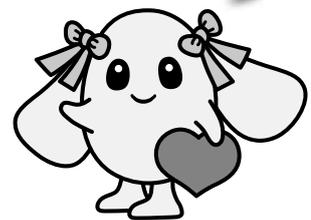
### よりよい社会をつくる

何が必要なのかを考え実施する活動が、よりよい社会を生み出すことに繋がります。

## ボランティア活動のポイント

- ❁ 身近なことからはじめる
- ❁ 無理をしない
- ❁ 相手の気持ちを大切に
- ❁ 約束や秘密は必ず守る
- ❁ 自分を成長させる
- ❁ 周囲の理解を得る

ひとりの力が  
大きな力に!!



—— 相談・問合せ先 ——

社会福祉法人 魚沼市社会福祉協議会 地域支援係

魚沼市小出島1240番地2（小出ボランティアセンター内）

電話：792-8181 FAX：792-8812

【相談受付時間】 月曜日～金曜日、午前8時30分～午後5時30分  
※土日、祝祭日、12月29日～1月3日はお休みです。

## 多目的

結成年月日:昭和56年4月1日

### 堀之内ボランティアの会



活動場所	堀之内社会福祉センター ・六花園	会員の 主な年代	60代もしくは 70代～80代
活動者数	12人	活動回数	月1回 (第4木曜日)
【主たる活動内容】			
① 福祉バザー ② 六花園のクラブ(習字・手芸・生け花)活動に協力する ③ 六花園祭のお手伝い ④ 六花園クリスマス、忘年会に参加、一緒に楽しみます ⑤ 堀之内ボランティア交流会に参加 ⑥ 会員と視察研修、施設見学(主に福祉施設訪問)(年1回)			

## 多目的

結成年月日:昭和63年6月1日

### 小出地区地域友愛ボランティアの会



活動場所	小出地区	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	203人	活動回数	通年
【主たる活動内容】			
・総会研修会 ・茶の間「ゆうあい」開催 ・配食弁当配達、友愛訪問、地域清掃活動(各17班) ・やいろの里、なないろとの交流事業 ・小・中学校への協力 ・ふれあい福祉フェスティバルへの参加			

## 多目的

結成年月日:平成元年4月1日

### 並柳ひまわりの会



活動場所	美雪園、広神老人福祉センター、 小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	65歳～75歳
活動者数	10人	活動回数	週1回
【主たる活動内容】			
・美雪園でたたみ物などのお手伝いをしています。 ・生きがいデイ誕生会のお弁当の調理やふれあい配食サービスの調理や配達もしています。			

## 多目的

結成年月日:平成5年11月18日

### 栃の実会



活動場所	農林会館と施設	会員の 主な年代	70代～87歳
活動者数	7人	活動回数	年3回
【主たる活動内容】			
アルミ缶回収、切手収集、施設の掃除を行っています。			

## 調理

結成年月日:平成元年7月1日

### 小出地区給食ボランティアの会



活動場所	小出ボランティアセンター 給食室	会員の 主な年代	70代
活動者数	115人	活動回数	週1回 (配食サービスにて調理)
【主たる活動内容】 主に社協の配食サービス事業に週に1度協力しています。 年に1度の総会では衛生や調理に関する研修会も行い、安心・安全でおいしいお弁当作りに努めています。			

## 調理

結成年月日:昭和58年4月1日

### 湯之谷地区調理ボランティアの会



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	64人	活動回数	週1回(毎週金曜日)
【主たる活動内容】 一人暮らしの高齢者や身体の不自由な方に、週1回届けるお弁当を作っています。 地域ごとに班を作り、持ち回りで年に3～4回程度の軽い負担です。 決められたメニュー、レシピに従って、およそ2～3時間内の作業で、お弁当が出来上がります。			

## 調理

結成年月日:平成9年4月1日

### 施設給食ボランティア



活動場所	湯之谷工芸	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	13人	活動回数	年6回
【主たる活動内容】 湯之谷工芸の昼食準備のお手伝い。 9時15分～12時半頃まで2ヶ月に1回程度でボランティア2名ずつでの食事の手伝いです。その後で職員利用者の方と一緒に昼食をいただくのですが、わずかな時間です。おいしいですか?とか声かけの大切さ。御馳走様でしたと笑顔で声をかけていただける。笑顔は人の心の気助けになる。そんな時間もてるこのボランティアに感謝しています。			

## 調理

結成年月日:平成24年4月1日

### 花みずきの会



活動場所	小出ボランティアセンター 広神老人福祉センター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	11人	活動回数	週1回配達 3ヶ月に1回の調理
【主たる活動内容】 ・ふれあい配食サービスのお弁当の調理と配達(安否確認も) ・生きがいデイ誕生会のお弁当の調理 会員は調理や配達など、できる事でボランティアに参加しています。配達だけ、調理だけ、調理と配達の両方といろいろです。調理で新しい料理を教えてもらいながら楽しく作っています。「ありがとう」の声を励みに明るく元気に届けたいと思います。			

## 配達

結成年月日:平成元年6月1日

### 小出地区運転ボランティアの会



活動場所	小出地区	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	15人	活動回数	週1回(毎週金曜日)
【主たる活動内容】 ふれあい配食弁当を高齢者や障がい者のお宅に配達し、見守りを行っています。			

## 配達

結成年月日:平成6年4月1日

### 湯之谷地区配達ボランティアの会



活動場所	湯之谷地区	会員の 主な年代	60代
活動者数	21人 (現在配達登録者数)	活動回数	5班編成当番制 (毎週金曜日)
【主たる活動内容】 給食ボランティアの皆さんから作っていただいたお弁当を利用者の皆様に安否確認を兼ねてお届けしています。 利用者の皆様は、配達時間を楽しみにしておられるようで、お届けすると「ありがとう」と声をかけられ、何故か「ホッ」としています。年間をともし事故のないように注意してお届けできるようにしています。			

## 施設 慰問

結成年月日:平成16年11月1日

### はつらつすみれ会



活動場所	魚沼市内の福祉施設	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	11人	活動回数	年10回程度
【主たる活動内容】 ・魚沼市内の福祉施設を訪問し、歌・踊り・フラダンスを披露しています。時には入所者の皆さんと一緒にお茶を飲みながら話したりしています。 ・赤い羽根共同募金にも参加しています。			

## 施設 慰問

結成年月日:平成15年4月10日

### 魚沼なかよしボランティア



活動場所	市内福祉施設	会員の 主な年代	70代以上
活動者数	10人	活動回数	月3～5回
【主たる活動内容】 カラオケ、踊り、手品の披露 利用者と一緒に楽しく過ごしています。			

## 施設 慰問

結成年月日：昭和56年4月1日

### 行事ボランティア



活動場所	養護老人ホーム南山荘、 うおの園	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	8人	活動回数	年2～3回 (初夏、初秋)
【主たる活動内容】 今年南山荘、うおの園の夏祭り、秋まつりのお手伝いに参加させて頂きました。手伝いの内容は、ゲームの手伝いと下準備、話し相手や車椅子での移動等です。難しいことはないのですが、守秘義務が必要となります。			

## 災害 支援

結成年月日：平成24年5月22日

### 入広瀬地区災害ボランティア



活動場所	入広瀬地区	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	12人	活動回数	年2回
【主たる活動内容】 災害時に出来る範囲で手伝いをしています。 年2回総会と反省会の集まりがあります。(総会と反省会)			

## 子ども

結成年月日：昭和59年4月1日

### よい子の読書会



活動場所	市内小学校 町内よってげ亭	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	11人 (賛助会員含む)	活動回数	年40回 月3～4回
【主たる活動内容】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・堀之内小学校読み聞かせ・・・18回 2,160名</li> <li>・学童保育読み聞かせ・・・9回 173名</li> <li>・クリスマス会・・・1回 36名</li> <li>・街頭募金活動手伝い・・・1回 3名</li> <li>・事業打ち合わせ・連絡会議等・・・11回 88名</li> </ul> <p style="text-align: right;">実施回数&amp;参加者数 40回 2,460名</p>			

## 子ども

結成年月日：平成9年4月10日

### とんとんお話の部屋



活動場所	広神コミュニティセンター 他	会員の 主な年代	平均64歳
活動者数	10人	活動回数	月平均6回
【主たる活動内容】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・読み聞かせ定例会  <ul style="list-style-type: none"> <li>…毎月第2土曜日 1:30～3:00 広神コミュニティセンター</li> <li>親子対象に絵本、昔ばなし、紙芝居、季節のあそび</li> </ul> </li> <li>・出前お話し会  <ul style="list-style-type: none"> <li>…保育園・幼稚園・小学校・福祉施設・地域の茶の間など</li> <li>絵本、昔ばなし、紙芝居、手作り人形劇、ペープサート、オカリナ、マジックなど</li> </ul> </li> <li>・図書館の手伝い  <ul style="list-style-type: none"> <li>…ブックスタート、図書館探検、だっこでおはなし、工作教室、人形劇、大人のためのおはなし会など</li> </ul> </li> <li>・ひとみ座人形劇公演  <ul style="list-style-type: none"> <li>…平成31年3月2日(出) 1:30～3:00 小出ボランティアセンター多目的室</li> <li>「へっこき嫁ご」「くまさんのさかなつり」</li> </ul> </li> </ul>			

その他

結成年月日:昭和30年4月1日

城下地区自然を守る会



活動場所	根小屋地内 (城山、薬師平 他)	会員の 主な年代	30代～80代
活動者数	57人	活動回数	年20回
【主たる活動内容】			
4月 薬師平・城山冬囲い外し、案内看板設置 総会、花見会		7月 薬師平つつじ畑草刈・城山遊歩道草刈	
5月 遊休農地利用の花畑(約20a)耕耘・マルチ掛け		8月 花畑・コスモス畑中耕除草・草刈	
6月 薬師平つつじ畑草刈・城山遊歩道及び旧道整備 花畑へ花苗(ブルーサルビア・マリーゴールド他)約1,600本定植 薬師平つつじ畑草刈・城山遊歩道草刈、コスモス苗定植(約3a)		9月 花畑・コスモス畑中耕除草・草刈 10月 花畑花見会 「緑の募金」記念植樹「ヤマモミジ5本」「花桃10本」 11月 薬師平・城山冬囲い 3月 決算監査及び役員会	
※ 他に花畑等の中耕除草・草刈等を適宜実施。			

その他

結成年月日:平成20年4月1日

心と香りの会



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	30代～50代
活動者数	9人	活動回数	月1回(介護施設での活動は休業中。年に数回アロマハンドトリートメントの養成講座実施)
【主たる活動内容】			
「心と香りの会」では、主にアロマやハーブを使って活動しています。 アロマ(香り)と植物オイルを使った「アロマハンドトリートメント」をメインにリラックスやリフレッシュを感じていただける様に、介護施設や老人ホームなど、災害時(災害ボランティアセンター、避難所、仮設住宅)でのボランティア活動には実績があります。			

その他

結成年月日:平成11年4月1日

湯之谷工芸喫茶



活動場所	湯之谷工芸	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	7人	活動回数	月1回(第1金曜日午後)
【主たる活動内容】			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・月1回の喫茶の日にボランティアとして参加しています。利用者さんは100円でコーヒーか紅茶のチケットを買って、用意された数種類のおやつを自分で選びます。皆さん、ニコニコ楽しそうに食べられ見ている感じがいいですよ。</li> <li>・ボランティアの活動は、コーヒー、紅茶の準備と職員の方が用意してくださるおやつをお皿に盛り来店を待ちます。食べ終わると、片付けです。皿やカップを洗いきれいに拭いて収納します。</li> <li>・後片付け後のボランティア参加者同士のお茶の時間があり、反省会、世間話しとにぎやかなとてもいい時間が過ごせます。気楽なボランティアです。参加して下さる方大歓迎です。</li> </ul>			

その他

結成年月日:昭和56年4月1日

収集ボランティア



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	8人	活動回数	月1回(毎月第3火曜日)
【主たる活動内容】			
使用済切手、周囲8mm正方形に切り取る (まわりのギザギザが欠けているもの、破れたり傷ついた部分があるものの分類をする)			

## その他

結成年月日:平成7年4月1日

### 縫い物ボランティア



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	50代～70代
活動者数	10人	活動回数	年間4回(3ヶ月に1回) (依頼があれば何時でも)
<b>【主たる活動内容】</b> ・主な仕事はタオルでミトンを作ること ・その他、依頼に応じて、クッションカバー、ソファーカーバー、布巾作り等を行っています。 ・会員数も増えて作業の進み具合もよく、和気藹々とやっていることがとても良いことと思っています。			

## その他

結成年月日:平成5年10月1日

### 魚沼市手話サークル



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	40代～70代
活動者数	16人(サークル会員)	活動回数	月3回 (第1、2、3金曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> 手話の学習会を重ね、社会福祉協議会のイベントなどに協力しています。 福祉学習支援として、学校などで手話を教えています。			

## その他

結成年月日:昭平成元年4月1日

### 魚沼音声訳の会



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	50代～70代
活動者数	15人	活動回数	月1～4回(定例会1回と情報音声の必要な時)
<b>【主たる活動内容】</b> ・視覚障害者の方々に対し、市報・こんにちは魚沼市議会です・社協だよりなどの市内情報を音声CDとして、製作し届けています。 ・年1回ふれあい福祉フェスティバルにおいて、市民体験会を実施しています。 ・音声訳ボランティア募集と音声技術向上のための勉強会を実施しています。			

## その他

結成年月日:昭和59年4月1日

### 「希会」ボランティア



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	7人	活動回数	月1回(第2水曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> ボランティアの役割 1. 安全面 ・安全にすごして頂くための支援 ・自身で、出来ることはして頂く(見守り) 2. 運営面 ・要望を聞いて、やりたいことや出かけた所を決める。 ・実施するために必要な準備(物・確認他) 3. 会場準備と片付け ・ボランティアセンターでの準備(机・椅子・湯茶) ・年一度のバス旅行のための下見と施設確認(車椅子・トイレ等)			

その他

結成年月日:平成30年4月1日

ポッチャクラブ



活動場所	堀之内体育館、 魚沼学園体育館	会員の 主な年代	小学校低学年～50代
活動者数	25人	活動回数	月1回 (毎月第3土曜日)
【主たる活動内容】 ポッチャとは、パラリンピックの正式種目となっている障がい者スポーツです。年齢や障がいの有無、程度問わず、ポッチャに興味がある方々がプレーや交流を楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成28年4月1日

寿はつらつ会 (小町・下町)



活動場所	堀之内老人憩いの家	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	16人	活動回数	月1回 (第3金曜日)
【主たる活動内容】 ・月1回第3金曜日の午後に集まり、 ・健康で毎日を過せる様に準備体操(手や足の運動)から始め、ラジオ体操(第一、第二)を行い、北国の春を歌いながら魚沼元気体操を行います。 ・その後、脳トレでしりとりをやったり、お手玉とボールで楽しみながら遊びます。 ・今年は芝桜の中を歩こうと計画しましたが、残念ながら雨の為、見るだけでした。楽しく元気になる会です。			

茶の間

結成年月日:平成27年4月1日

じよんのび会 (小町・下町)



活動場所	堀之内老人憩いの家	会員の 主な年代	70代～85歳
活動者数	22人	活動回数	月1回 (第3日曜日)
【主たる活動内容】 ・月1回第3日曜日の午後、200円の会費を持ち ・お茶を飲みながら、おしゃべりやカラオケに合わせて踊ったりしています。 ・今年の春からは若い会員さんよりフラダンスを習ったりして、皆若返った気分になってフラダンスのスカートをはいて楽しんでいます。 ・12月は忘年会を町内のスナックで行っています。 ・月により人数の変動があるのが悩みです。			

茶の間

結成年月日:平成16年4月1日

寄らっしゅい (稲荷町・関下町・春日町・山ノ手町)



活動場所	東南コミュニティセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	15人	活動回数	月1回 (第3水曜日)
【主たる活動内容】 和気あいあいとお茶を飲み、日により、歌の日・小物作りの日・昔話りの日・市の出前講座で学んだり、楽しんだりしています。			

茶の間

結成年月日:平成9年4月1日

まめだった会 (堀之内町部全体)



活動場所	学校町集会所	会員の 主な年代	60代～90代
活動者数	20人	活動回数	年8回(4～11月第2火曜日)
【主たる活動内容】 みんなでお茶のみをしたり、歌をうたったり 講師の話を聞いたり楽しみながらワイワイやっています。 いつでも待っています。			

茶の間

結成年月日:平成14年4月1日

城下お茶会 (根小屋)



活動場所	各集落集会所持ち回り	会員の 主な年代	70代
活動者数	43人	活動回数	月1回(1、2月は休み)
【主たる活動内容】 恒例となった年1回のレストランでの昼食会、料理に舌鼓を うちながら、会話も弾んで楽しい時間を過ごします。			

茶の間

結成年月日:平成30年4月1日

城下はつらつ会 (新田・寺村・本村)



活動場所	新田集会所・本村集会所	会員の 主な年代	65歳以上
活動者数	22人	活動回数	月1回(12月～3月まで月3回)
【主たる活動内容】 ラジオ体操第一、第二で体を鍛える ボール、お手玉を歌に合わせて送る、手指の脳トレ 地域の行事で魚沼元気体操を披露しています。 会員の融和をはかるため年2回の懇親会を実施しています。 主たる目的は健康を持続させる事です。			

茶の間

結成年月日:平成13年6月1日

竜光なごみの会 (竜光)



活動場所	竜光区民会館	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	12人	活動回数	月1回(第2水曜日)
【主たる活動内容】 ニギニギ棒を使つての軽い運動の後、ゲームや手芸等をして います。 茶話会ではお茶飲みとおしゃべりを楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成28年6月15日

**下新田新和会 (下新田)**



活動場所	下新田集落センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	11人	活動回数	月1回
【主たる活動内容】 月1回の集まりですが、皆んなその日を楽しみに待っていて「ここに来るのが楽しみだて…」と言って来てくれます。お手玉渡しでは腹を抱えて笑ったり、健康体操は真面目に…カラオケは賑やかに…と楽しくやっております。			

茶の間

結成年月日:平成24年4月1日

**白山茶話会 (田川)**



活動場所	田川集会所	会員の 主な年代	65歳～75歳
活動者数	20人	活動回数	月2回
【主たる活動内容】 仲間とおしゃべり、笑いながらの軽体操 大勢で食べる昼食会を楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成9年12月1日

**原ふれあい茶話会 (原)**



活動場所	原ふる里会館	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	20人～25人	活動回数	月1回(第3土曜日)
【主たる活動内容】 私達のモットーは「和」とし、男性の方々からも気持ちよく参加いただき、体操、歌、ダンス、ゲーム等お茶を飲みながらおしゃべりを楽しみ和やかな空気の中で笑い合っています。健康につながることを願っています。			

茶の間

結成年月日:平成28年12月20日

**魚野地クローバ会 (魚野地)**



活動場所	魚野地コミュニティセンター	会員の 主な年代	70代
活動者数	12人	活動回数	年4回金曜日(4～11月 休み)
【主たる活動内容】 男性でも気軽に集まる茶の間です。 主にお茶飲み、脳トレ、体操を行っています。 みんなで集まって楽しく世間話をしています。			

茶の間

結成年月日:昭和62年4月1日

すみれ会 (本町・小出稲荷町)



活動場所	稲荷町コミュニティセンター	会員の 主な年代	70代
活動者数	30人	活動回数	年4回 (6、7、9、10月)
【主たる活動内容】 会員約20名が3組に分かれて、1回ずつ町内の茶の間に参加しています。最後の10月は全員が参加しています。 茶の間は各班で考えた昼食と軽い遊びとお喋りをして、2時間～2時間半を過ごしています。 踊りの練習を不定期ではありますが、希望者参加で踊りの練習をしています。 男性会員が少ないことが悩みです。			

茶の間

結成年月日:平成17年4月1日

らくちん会 (大塚町・諏訪町・あけぼの町・三番町・四番町)



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	60代～90代
活動者数	40人	活動回数	年2回 (春茶話会、秋食事会)
【主たる活動内容】 春:茶話会、談話や歌、終了際は「よいよさ」を踊っています。 秋:昼食を摂り、他町の方々のボランティアさんの踊りを見たり、軽いゲームを行っています。			

茶の間

結成年月日:平成5年6月1日

浦町地域友愛ボランティアの会 (浦町)



活動場所	浦町公民館	会員の 主な年代	60代～100歳
活動者数	55人	活動回数	月1回 (5～11月は第2木曜日、 4・8・12～3月は第1木曜日)
【主たる活動内容】 脳トレやカラオケ、そしてお弁当を食べながら、みんな笑顔で楽しく過ごしています。 冬場も「お茶のみ広場」を開き、みんなでおしゃべりを楽しまします。			

茶の間

結成年月日:平成17年4月1日

たんぽぽの会 (東町・南本町・柳原)



活動場所	小出ボランティアセンター 小出中央公民館	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	30人	活動回数	年2回
【主たる活動内容】 茶の間、手品、踊り、ピンゴゲーム みんなで歌を歌っています。			

茶の間

結成年月日:平成9年4月1日

川西にここにこ会 (向山・小出旭町・川西)



活動場所	松島屋	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	20人	活動回数	年3～4回
【主たる活動内容】 皆さん、いつも楽しみに来てくださいます。 話はずみ、お茶を飲んで昼食を食べて、楽しく過ごしています。			

茶の間

結成年月日:平成26年4月1日

横町お茶の間サロン (横町・中ノ島・日渡・谷地町)



活動場所	横町公民館	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	26人	活動回数	年2回(6月と10月)
【主たる活動内容】 おしゃべり、認知症予防対策の体操や頭の体操、合唱、ゲーム等、当番の人に任せて、集まった人が楽しく時間を過ごせるようにと考えてます。同時に当番ボランティアさんの負担にならず、且つ自分達も楽しめるようにと思って運営しています。サロンに来て下さる方が限定されてるので、参加者を増やしたいと声掛けや回覧板を回しても効果が少ないのが今後の課題です。			

茶の間

結成年月日:平成12年4月1日

羽根川友愛ボランティアの会 (羽根川)



活動場所	羽根川公民館 他	会員の 主な年代	50代～90代
活動者数	40人	活動回数	年4回 春2回、秋2回 (うち2回は80歳以上昼食会)
【主たる活動内容】 「明るく、楽しく」をモットーに年4回活動しています。 写真にもある様に人形劇鑑賞、手品、三味線の演奏を楽しんだり、皆さんで唄を歌ったり、体操をしたりします。 年2回は80歳以上対象として、お弁当や手作り汁などを一緒に食べる昼食会を行っています。			

茶の間

結成年月日:平成17年4月1日

陽だまりの会 (四日町)



活動場所	四日町集落開発センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	30人	活動回数	年4回
【主たる活動内容】 年4回の活動ですが、 内の1回は80代の方々を対象にしてランチ会を行います。 ボランティアスタッフが貝だくさんのけんちん汁を作っておいしいランチで楽しく会話がはずみます。 あとの3回の活動は、動きが不足がちになる冬場に開きます。 歌をうたったり、軽体操(頭の体操)したり、春に向け気持ちを明るくするようにスタッフは考えています。			

茶の間

結成年月日:平成7年4月1日

青島お茶のみサロン (青島)



活動場所	青島婦人の家	会員の 主な年代	80代
活動者数	58人	活動回数	年5回(5月、6月、7月、 9月、10月 第2次曜日)
【主たる活動内容】 元気の源は、おしゃべりをする事です。 みんなで歌い、踊り、食べ、ちょっと昼寝をしたりと楽しい時間を過ごしています。			

茶の間

結成年月日:平成15年4月1日

のんびりサロン (沢田・明神・大清水住宅・沢田住宅)



活動場所	沢田公民館	会員の 主な年代	70代以上
活動者数	20人	活動回数	月1回(毎月20日) (8月・1月は休み)
【主たる活動内容】 「できる人ができることを楽しみながら」を大切に。 いろいろな人と交流し、おしゃべりすることを楽しみにしています。			

茶の間

結成年月日:平成元年4月1日

古新田友愛ボランティア (古新田)



活動場所	古新田公民館	会員の 主な年代	70代
活動者数	9人	活動回数	年7回(8月と12月~3月 は休み)
【主たる活動内容】 お茶会(年7回) 年1~2回の老人施設へのボランティア 社協を通してのボランティア その他(公民館大掃除、小出まつり子供みこしカレー作り、 座布団カバー入替)			

茶の間

結成年月日:平成5年4月1日

お茶のみサロン (佐梨)



活動場所	佐梨集落センター	会員の 主な年代	70代~80代
活動者数	20人	活動回数	7月~12月 第1月曜日
【主たる活動内容】 お茶をのみながら、お菓子や持ち寄り品のごちそうを食べながらおしゃべりをして、その後、お手玉を使った遊び、昔話しの朗読をして頂いたり、しりとり、童謡を歌ったり、当番になった人達がいろいろ考えてやっています。			

茶の間

結成年月日:平成22年4月24日

大河原の茶の間 (大河原)



活動場所	大河原集会所(公民館)	会員の 主な年代	70歳～83歳
活動者数	17～20人	活動回数	年11回(8月は休み)
【主たる活動内容】			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・会の始まりからスタッフはなしで、会員全員で当番2～3人で、交替でやっています。</li> <li>・年2回昼食、汁付でやっています。</li> <li>・12月はクリスマスを演出しています。</li> </ul>			

茶の間

結成年月日:平成9年4月1日

中原友愛ボランティアの会 (中原)



活動場所	中原公民館	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	21人	活動回数	月1回(第3金曜日)
【主たる活動内容】			
<p>活動の内容は主に参加者同士の楽しい会話です。時には出前講座を実施し、新しい知識も吸収しています。常に25～27名の参加があり、男性も5～6名出席しています。お茶、コーヒー、お茶菓子を提供し、時には漬物やケーキの差し入れもあります。年1～2回カレーライスのお昼を出しています。11月は敬老会と言う名目で75才以上の方に、お弁当と女性ボランティアによる一品料理持ちよりでアトラクションを見ながら、楽しい一日としています。一人でも多くの方が参加出来るよう声かけをし、「おしつけ」ではなく、気楽な場にしたいと思っています。</p>			

茶の間

結成年月日:平成7年4月1日

干溝茶の間ボランティアの会 (干溝)



活動場所	干溝集落センター「やまびこ」	会員の 主な年代	60歳～92歳
活動者数	40人	活動回数	年4回
【主たる活動内容】			
<ul style="list-style-type: none"> <li>・スタッフ持ちよりのごちそう、飲み物</li> <li>・スタッフのオカリナ演奏</li> <li>・会員から自然に出る歌、おどり</li> </ul> <p>一堂に会しておしゃべりをしたり、歌ったりして仲良く過ごせるよう和と笑顔を大切にしています。</p>			

茶の間

結成年月日:平成7年4月1日

ほほえみの会 (虫野・伊勢島)



活動場所	伊米ヶ崎公民館	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	54人	活動回数	年4回 (5,7,9,11月 第2日曜日)
【主たる活動内容】			
<p>午前10時頃から集まり始めておしゃべりに花を咲かせてもらい、お昼は手作りの食事をみんなで食べます。その後又おしゃべりなどをしたり、歌をうたったり、又はボランティアの方に踊りなどを観せてもらっています。食中毒などおこさないように気をつけてます。</p>			

茶の間

結成年月日:平成元年4月1日

なごみの会 (板木)



活動場所	森山里子 宅 板木集落開発センター	会員の 主な年代	80代
活動者数	33人	活動回数	月1回(第2月曜日)
【主たる活動内容】 お茶飲み、おしゃべり とにかくお茶と手づくりのお茶うけでのおしゃべりが何よりも毎月1回集まり3時間のおしゃべりが続きます。			

茶の間

結成年月日:平成9年4月1日

大浦茶の間会 (大浦)



活動場所	まちの駅雲蝶の郷 内田邸 及び、大浦集落センター	会員の 主な年代	70代~80代
活動者数	25人	活動回数	月1回(5月~10月)
【主たる活動内容】 5月から10月までまちの駅雲蝶の郷 内田邸の座敷で原則月1回茶飲み、昼食会、軽体操等目的に集まって交流しています。8月だけは夏休みの児童も一緒に大人数のため集落センターで行っています。 今年は、見晴らしの湯「こまみ」への入浴付茶の間とチマキ作り茶の間を開催して喜ばれました。			

茶の間

結成年月日:昭和53年4月1日

十日町茶の間会 (十日町)



活動場所	十日町集落センター	会員の 主な年代	70代~80代
活動者数	12人	活動回数	月1回(毎月21日)
【主たる活動内容】 私たちの茶の間会は、仲間を大切にしてお茶とおしゃべりを一番の楽しみにして、元気に和気あいあいとやっております。			

茶の間

結成年月日:平成28年4月1日

ゆうあい



活動場所	小出ボランティアセンター	会員の 主な年代	60代~80代
活動者数	30人	活動回数	月1回(第2木曜日)
【主たる活動内容】 地域や年齢に関係なく誰でも集える茶の間です。心の拠り所としての居場所作りを目指しています。和を大切にしています。			

茶の間

結成年月日:平成11年7月1日

じよんのびサロン (上ノ原)



活動場所	湯之谷老人福祉センター	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	30人	活動回数	月2回 (第2火曜日、第4土曜日)
【主たる活動内容】 唄や踊りをはじめ、エンジョイスportsの体操等、月2回皆さんと集まれることを楽しみにしています。			

茶の間

結成年月日:平成28年4月1日

大沢さわやかひろば (大沢)



活動場所	大沢公民館	会員の 主な年代	70代
活動者数	45人(参加者は動き有、最高は50人)	活動回数	月1回(第1火曜日)
【主たる活動内容】 月1回の定期的に朝9:00～11:30位の間簡単な運動とボランティアの人達から手品、紙芝居、大正琴、他、カルタ大会と、月々の催しを年間計画を立ててやっております。 スタッフ手作りによる季節ごとの軽食も好評です。			

茶の間

結成年月日:平成30年4月1日

葎沢みんなの茶の間 (葎沢)



活動場所	葎沢集落センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	20人	活動回数	月1回(第3土曜日)
【主たる活動内容】 ・健康体操(ラジオ体操第1、魚沼元気体操) ・脳トレ(ゲーパ、後出しジャンケンなど) ・ゲーム(あんたがたどこさ、クイズ漢字(魚編、野菜編、花編)、しりとり、紙コップで玉送り、ポッキーで輪ゴム送り、二人羽織) ・うた ※無理をせず、楽しくて、又来たくなるような茶の間にしたいと考えています。			

茶の間

結成年月日:平成28年7月1日

湯之谷芋川茶の間会 (湯之谷芋川)



活動場所	湯之谷芋川公民館、グラウンド	会員の 主な年代	60～85歳
活動者数	20人	活動回数	月3回
【主たる活動内容】 みんなが集まり、話ができる居場所を作る事を目的に活動しています。最初は健康体操から始まり、念仏の練習・踊りの伝承・冬の囲碁・夏のマレットゴルフといろんな人が参加できるようになりました。また講師を呼んで、小出病院の院長先生の健康講座、昔話の語り部の方から来て頂いたりして楽しんでいます。集落・市・社会福祉協議会から夏場のエアコン設置・茶の間室新設・マレットゴルフ場の新設など環境整備ができました。まだまだ、参加者が固定している中、活動の輪を広げるために役員の方々ががんばって推進してくれています。			

茶の間

結成年月日:平成28年3月8日

宇津野こぶし会 (宇津野)



活動場所	宇津野公民館	会員の 主な年代	60代～90代
活動者数	11～12人	活動回数	月1回(第2火曜日)

【主たる活動内容】

- ・80～90代が多く公民館だから一人で行けると言う事なので、皆で体操第1、第2をしてからお茶にしています。
- ・お茶菓子は出来るだけおいしいのと初物のくだものとか心がけています。
- ・家庭菜園の話で勉強になります。

茶の間

結成年月日:平成26年9月1日

結の会 (下折立)



活動場所	旅館「長者」	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	20人	活動回数	月1回

【主たる活動内容】

出前講座、食に関する実技講習など、さまざまな分野を取り入れて、お昼付お茶会を行っております。昼食はおかみさん特製の「お汁」と皆さんでにぎる「おにぎり」で大変好評です。楽しくやっています。

茶の間

結成年月日:昭和27年12月1日

上折立シニアお茶クラブ (上折立)



活動場所	上折立集落センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	14人	活動回数	月1～2回

【主たる活動内容】

- ストレッチ体操
- ラジオ体操
- 魚沼十種体操(一部内容を変えて実施)
- 脳トレ(あんたがたどこさ、他)
- お茶飲み(世間話し)

などを楽しく行っています。

茶の間

結成年月日:平成26年12月4日

雪華の会 (大湯温泉)



活動場所	大湯温泉協同浴場	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	14人	活動回数	月2回 (第2、4木曜日)

【主たる活動内容】

魚沼元気体操、椅子を使って筋トレ、ストレッチ体操、ラジオ体操等軽い体操で体をほぐします。  
春は山菜祭りでチマキを作って売ったり、夏は盆おどりの時「大湯音頭」を踊り、春、秋のお弁当等、一年を通じてみんなで楽しんでいます。

茶の間

結成年月日:平成28年1月13日

金ヶ沢洗心クラブ (金ヶ沢)



活動場所	金ヶ沢公民館	会員の 主な年代	65～80代
活動者数	15人	活動回数	月1回(第3火曜日)
【主たる活動内容】 皆さんが、気軽に集まれて笑みが生まれる茶の間会を目指しています。			

茶の間

結成年月日:平成26年4月1日

老笑会 (親柄)



活動場所	親柄集落開発センター	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	23人	活動回数	月1回(第2木曜日)
【主たる活動内容】 体操、クイズ、しりとり、歌、おて玉とボールを使って遊び等々あとは、お茶のみをしています。(年に1～2回 芋煮会(汁)、おしるこ、その他)			

茶の間

結成年月日:平成28年6月15日

雁坂下茶の間会 (雁坂下)



活動場所	雁坂下コミュニティセンター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	16人	活動回数	月1回(毎月15日)
【主たる活動内容】 お茶のみやレクリエーションを中心に毎月1回行っており、参加者の笑いの絶えない楽しい茶の間です。			

茶の間

結成年月日:平成27年6月3日

小平尾茶の間会 (小平尾)



活動場所	小平尾研修集会センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	35人	活動回数	月2回 (第1、第3水曜日)
【主たる活動内容】 9:00にあいさつ、しばらくはお茶をのみながら話をしてもらう。 9:40 唄を2～3曲唄う。そのままラジオ体操、魚沼元気体操、ほとんどの人が行ってくれる。 10:00 カルタとり、ゲーム、又は2～3ヶ月に1回講演会、昔話かたりなどを行ってもらう。 11:00 ヨイヨーオーサを踊って、終了となります。 ※ 運営スタッフが作ってくれる惣菜は好評です。 社協の貸出備品を借りて楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成27年12月21日

山口さくら会 (山口)



活動場所	下四ヶ区開発センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	9人	活動回数	月2回(土曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> お茶菓子を食べながら指先を使って折り紙等をし、うまくいかないのと笑う。 爺さん婆さん達と月に2回行っています。			

茶の間

結成年月日:平成28年4月1日

ひまわりの茶の間 (並柳)



活動場所	並柳担い手センター	会員の 主な年代	65～75歳代
活動者数	10人	活動回数	月1回(第3月曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> 茶話会を中心として交流を深めています。 その都度、季節の行事を取り入れ、又、脳トレ、軽体操、出前講座などを取り入れ飽きない様楽しい時間を通してもらう様努めています。 年齢、性別、問わずどなたでも気楽に参加して頂ける様、スタッフ全員ががんばっています。			

茶の間

結成年月日:平成28年8月1日

和田絆の会 (和田)



活動場所	和田集落センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	12人	活動回数	月1回
<b>【主たる活動内容】</b> 体操、お茶会(紙しばい、とんとんむかし)  茶のみや軽体操をはじめ、最近では講師を招き口腔ケアの研修を実施するなど、参加者の意見を取り入れた楽しい茶の間です。			

茶の間

結成年月日:平成26年7月1日

新保の茶の間 (新保)



活動場所	新保ふれあいセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	30人	活動回数	月1回(毎月1日)
<b>【主たる活動内容】</b> 1. 魚沼元気体操をしたり手足の指をもんで血行を良くしたり 2. カルタをしたり、トランプをしたり和気あいあいに 3. 他人の悪口は言わない事			

茶の間

結成年月日:平成28年1月1日

ふれあい茶の間 (山田)



活動場所	山田構造改善センター	会員の 主な年代	60代～90代
活動者数	15人	活動回数	月2回(第2水曜日と 10日後の土曜)
【主たる活動内容】 笑顔を合言葉に始めた茶の間、健康講座や、自発的な折り紙、 笹団子づくり、クラフト手芸などを楽しむ会になりました。			

茶の間

結成年月日:平成26年1月7日

はつらつ会 (中家)



活動場所	中家生活改善センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	20人	活動回数	週1回(木曜日)
【主たる活動内容】 脳トレ、ストレッチ、筋力 ラジオ体操、魚沼元気、レク(お手玉、ボールを使って、他) 等を行っています。			

茶の間

結成年月日:平成29年2月1日

池平の茶の間 (池平)



活動場所	池平集落開発センター	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	24人	活動回数	月1回(毎月10日。但し 5月は31日、8月は1日)
【主たる活動内容】 茶話会中心にゲーム、トランプ等を行っています。 また、頭の体操として間違い探し等も行っていきます。			

茶の間

結成年月日:平成30年4月1日

あかっちクラブ (赤土)



活動場所	赤土コミュニティセンター	会員の 主な年代	50代～60代
活動者数	20人	活動回数	月1回(第2日曜日)
【主たる活動内容】 毎回、参加者が興味のある事に話合いの場をつくっています。 6月は農協営農課の方から、野菜栽培技術について、7月は須 原駐在さんから魚沼市内の交通事故、交通安全、詐欺被害等 のお話し等、又センター2階に卓球台を入れ、運動をして楽 しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成26年5月13日

大倉達者会 (大倉)



活動場所	大倉集落センター	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	15人	活動回数	年5回(第3火曜日)

【主たる活動内容】

心豊かに楽しむことを大切にしています。手話を交えての「今日もしゃべっちゃしょう」で始まり、笑いがいっぱいです。

茶の間

結成年月日:平成29年10月1日

西村お茶会 (西村)



活動場所	西村コミュニティセンター	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	15人	活動回数	月1回(第4月曜日)

【主たる活動内容】

平成29年10月から地域の茶の間を始めた1年生です。気軽に集まってお茶のみとおしゃべりを楽しみに過ごしたいと思います。

茶の間

結成年月日:平成23年4月1日

宮原いきいきクラブ (守門宮原)



活動場所	宮原コミュニティセンター	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	13人 (特に限定していません)	活動回数	月1回(毎月17日)

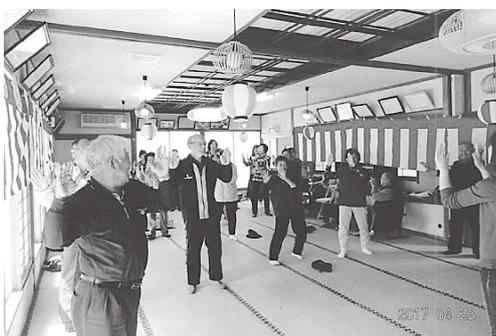
【主たる活動内容】

一番はお茶をいただきながらのオシャベリで、春の花見、12月の茶話会では、豚汁の野菜刻み、すいとん汁のすいとんこね、野菜刻み、希望ある時は、うどんこね、チマキ、笹団子作り、広告紙で箱(コミ)作り等、「魚沼元気」体操で身体をほぐし、少し脳トレ等々で過ごしています。

茶の間

結成年月日:平成28年4月1日

大谷内きらくサロン会 (大谷内)



活動場所	大谷内生活改善センター	会員の 主な年代	70代
活動者数	20人	活動回数	年6回(4月、6月、8月、10月、12月、2月)

【主たる活動内容】

サロンを始めて3年目です。サロンの雰囲気にも大部なれて来て楽しみにしている人もいます。大体来てくれる人も決まって来た様に感じます。主な内容は「おしゃべり」の時間が半分以上で皆んな大きな声で「おしゃべり」をしてストレスの解消になっている様です。今までにも紙芝居や社協職員からも来て話しを聞いたりゲームや積雪クイズなど毎回違う内容で皆さんの来るのを待っています。魚沼元気体操も大部覚えてもらいました。今後も来て楽しんでもらえるサロンのためにスタッフも一生懸命考えています。

茶の間

結成年月日:平成24年3月1日

細野サロン会 (細野)



活動場所	細野活用センター	会員の 主な年代	70代
活動者数	13人	活動回数	月1回(毎月8日)
【主たる活動内容】 お茶のみと市の出前講座・脳トレ等で毎月1回ボケ防止に努めています。細く長く続く会にしたいですね。			

茶の間

結成年月日:平成24年4月1日

福山新田よらん会 (福山新田)



活動場所	克雪センター ほごん処(福山体育館)	会員の 主な年代	70代
活動者数	20人	活動回数	月2回 (第2、4水曜日)
【主たる活動内容】 みんなで集まって、季節に合わせた催しをしています。苔玉作りやそうめん流し、ぶどう狩りなどで楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成27年8月3日

渋川お達者会 (渋川)



活動場所	渋川集落開発センター	会員の 主な年代	70歳~85歳くらい
活動者数	約20人	活動回数	年10回(基本毎月第1月曜日、冬休み有り)
【主たる活動内容】 1. 深呼吸・軽〜い体操、大笑い(発声練習) 2. みんなで唄おう合唱タイム(3曲程度) 3. 企画タイム(昔語り、マジックショー、交通安全、オレオレサギ防止講座、転倒防止講座など) 4. お楽しみクイズ、ゲームタイム など 12月は通常1回100円を300円として、ちょっと早いけど雑煮餅、ぼた餅などをおいしく頂いています。			

茶の間

結成年月日:平成26年8月1日

長鳥長生き会 (長鳥)



活動場所	長鳥集落センター	会員の 主な年代	70代~80代
活動者数	約20人	活動回数	月1回 (毎月第4月曜、年12回)
【主たる活動内容】 出前講座を年4、5回お願いしています。 カラオケ、マジック、昔語りも楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成28年1月1日

荒貫ふれあい会 (高倉 (荒貫))



活動場所	荒貫公民館	会員の 主な年代	80歳
活動者数	6人	活動回数	月1回(第2水曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> ・お茶飲みと会話 ・ゲーム ・折り紙 ・手芸			

茶の間

結成年月日:平成27年11月8日

笑宿 (高倉 (大宿))



活動場所	大宿集落センター	会員の 主な年代	70代後半
活動者数	9人 時々参加2名	活動回数	月1回(第3水曜日)
<b>【主たる活動内容】</b> お茶のみと笑いの絶えない雑談、ボケ防止の軽い体操、時にはミニ講座等で名のとりの笑い宿として楽しんでいます。			

茶の間

結成年月日:平成28年10月1日

二分お茶の会 (高倉 (二分))



活動場所	二分集落センター	会員の 主な年代	60代~80代
活動者数	10人	活動回数	月1回
<b>【主たる活動内容】</b> 季節、時期ごとの話題で楽しく過ごしております。 春はこれからの農作業等の事など、夏は畑の野菜、田の成長(稲)の成長具合など、秋には収穫祭、クリスマス会、新年には新年会、四月には毎年小旅行、今年は1泊でスカイツリー(東京見物)を行いました。			

茶の間

結成年月日:平成30年6月1日

魅力アップお茶会 (主に守門地区)



活動場所	守門公民館	会員の 主な年代	30代~40代
活動者数	17人	活動回数	年3回
<b>【主たる活動内容】</b> ・地域の魅力アップ ・参加者の魅力アップ をテーマにしたお茶会と簡単なワークショップ等。  各参加者の方がもっと魅力をより引き出していくことで、地域の活性化につなげていけるような会を目指していきます。			

茶の間

結成年月日:平成27年4月25日

陽だまりサロン (穴沢)



活動場所	ふれあい館	会員の 主な年代	70代～80代
活動者数	25人	活動回数	月1回 (第3金曜日/冬期休み)
【主たる活動内容】 月1回、何もしないお茶のみですが、皆さん誘い合っ て来られます。笑い声や色々な話が出て、良い雰囲気です。			

茶の間

結成年月日:平成27年5月1日

柿の木お茶のみサロン (柿の木)



活動場所	柿の木集落所	会員の 主な年代	60代～104歳
活動者数	10人	活動回数	月1回 (第1月曜日)
【主たる活動内容】 昔話に花が咲いたり、102歳の方が野菜作りに励んでおられ ますので「見習わなくては」と日々思っています。			

茶の間

結成年月日:平成27年6月10日

大栃山楽茶の会 (大栃山)



活動場所	大栃山 農林会館	会員の 主な年代	60代～70代
活動者数	18人	活動回数	月1回
【主たる活動内容】 月1回皆んなで笑顔と軽体操、ゲーム、お茶を飲みながら、 笑い絆がたっぷりの茶の間です。			

茶の間

結成年月日:平成27年6月10日

とわの会 (大栃山)



活動場所	大栃山 農林会館	会員の 主な年代	70代
活動者数	13人	活動回数	月1回 (最後の週の 火曜日)
【主たる活動内容】 月1回、集まって雑談をし健康でいられるように体操をした り、脳トレをやって楽しんでいます。 又、春は花見、秋は紅葉狩り、12月はクリスマス会で楽しん でいます。			

茶の間

結成年月日:平成27年10月5日

平野又お茶友の会 (平野又)



活動場所	睦館	会員の 主な年代	65歳～85歳
活動者数	12人	活動回数	年9回(冬はなし)

【主たる活動内容】

4月～12月まで活動しています。  
冬場は行く道中足元が心配なため、スタッフと相談して、集まった人達にも聞き、出られる日を選ぶようにしています。  
楽しく続けたいと考えています。

茶の間

結成年月日:平成26年5月8日

横根集落地域の茶の間 (横根)



活動場所	横根みずほ館	会員の 主な年代	70代～90代
活動者数	10人	活動回数	月1回(第3木曜日)

【主たる活動内容】

月1度のお茶会は、和気あいあいと茶飲み話に花を咲かせたり、季節に合わせて花壇づくりやちまきづくりなどを行います。

茶の間

結成年月日:平成27年12月9日

仲良し会 (中手原芋鞘)



活動場所	平成館	会員の 主な年代	
活動者数	9人	活動回数	月1回(毎月20日)

【主たる活動内容】

私達の茶の間は、おしゃべりを中心に毎月1回開催し、楽しく過ごしています。

茶の間

結成年月日:平成26年5月9日

大白川お茶会 (大白川)



活動場所	大白川山菜会館	会員の 主な年代	60代～80代
活動者数	12人	活動回数	月1回

【主たる活動内容】

皆さんでお茶のみながらいろいろ話をしながら、2時間アツと言うまに過ぎてしまいます。  
又、春と秋にはチョッと遠い所おいしいものを食べに行ったりしています。(バスをたのんで)  
今年は浅草山荘の方へ紅葉を見に行きます。

活動場所	手仕事手ほどき館	会員の 主な年代	80代
活動者数	15人	活動回数	月1回(12~2月はお休み)
【主たる活動内容】 お茶を飲みながら皆でおしゃべりを楽しんでいます。 季節の山菜・野菜・気候について、楽しいこと、大変なこと、害虫、害獣など毎回話題に出ては、良い方法など教えあっています。 手作りの美味しい昼食があります。			



## 地域の茶の間 貸出備品

### 歌唱カルタ 2セット

なつかしい曲を聴いて  
カルタを取りましょう！



### とと合わせ 2セット

絵合わせカルタです。  
神経衰弱やババ抜きも！



### 黒ひげ危機一髪 2セット

いつ飛び出すか  
ハラハラドキドキ！



### 歌パズル 4セット

歌いながら歌詞カードを  
完成させましょう！



### ビンゴ 2台

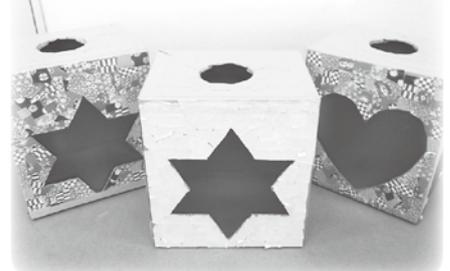
何番が出るか楽しみ♪



※ビンゴカードはついておりません。

### つかみ取りボックス 5箱

お菓子のつかみ取りや  
クジ引きにピッタリ！



### ノーパンクボール 24個

やわらかくて弾みます！



### 玉入れ 1組

チーム対抗で  
盛り上がりましょう！



### にぎにぎ棒 36本

肩を叩いてもよし、  
持って体操してもよし！



貸出備品は  
最寄の  
社協支所へ  
お届けします！

他に、  
お手玉と紙芝居  
があります。

お申込み先

魚沼市社会福祉協議会 地域支援係

(小出ボランティアセンター内) 電話 792-8181



# ふれあい講座 ～ふくしの宅急便～

出前講座を行っております。  
お気軽にお申込みください。

## ふれあい講座メニュー 一覧表

- 自分の町を良くするしくみ ～共同募金のつかいみち～
- 「地域の茶の間」をつくってみたい！
- みんなで考えよう権利擁護
- 生活に困っている人を支えるしくみ ～安心な暮らしのお手伝い～
- ボランティアについて学ぶ！
- 災害ボランティアセンター ～しくみと役割を学ぶ～
- ころとからだで覚える福祉学習体験
- 介護保険制度の内容を教えて
- おうちで出来るらくらく介護 ～知って楽する介護実践～
- 必要な介護サービスを上手に利用する為に



こんな話が聞きたいんだけど！

手話を教わりたいけど、講師の方を紹介してもらえますか？

“終活”について聞きたい！

魚沼市  
社協



などのご要望にも応じます！！

は市民のみなさまの福祉の学びを応援いたします。

The background features several overlapping hearts of various sizes. The largest heart in the center is filled with a pattern of white snowflakes on a light gray background. Other hearts are smaller and some are solid light gray, while others are white with faint snowflake patterns. The overall aesthetic is clean and winter-themed.

ボランティアガイドブック