



ボランティアの たまご



10月号
NO.251

編集・発行／四日市市ボランティアセンター 令和8年9月20日発行

サマーチャレンジ2026 活動報告

今年の夏休みも、たくさんの高校生・大学生・専門学生がボランティアに挑戦しました。
今号では、活動の様子をお伝えします！



ssピンポン



誰もが対等にできる
ところや、スポーツを
通してコミュニティが
広がるところがとて
も素晴らしいと思い
ました！

競技のルールや、道具の工夫を教えてもらい
ながら、ボランティア団体のみなさんと試合を
通じて交流しました。



みなさんがアートを通し
て笑顔になるのを見て、
素敵な活動だなと思い
ました。感想を伝えあ
うことで、自分自身も感化
されました。

作業所 来夢

利用者のみなさんと一緒に「夏」をテーマに
絵を描きました。コミュニケーションを取りな
がら、思い思いの作品づくりに励みました！



海岸を豊かにする活動に参加しよう

海岸清掃



学習会では、海岸に流れ着くさまざまなごみに
ついて学びました。また、マイクロプラス
チックを使った万華鏡作りのワークショップも実施。
ごみが生まれ変わる「アップサイクル」を体験しました。
翌週には実際に海岸に赴き清掃活動を行いました。学習
会で学んださまざまなごみを集めることができました。

家庭生活でプラスチックについて意識することや、この活動
で学んだことを家族に共有することなど、できることから始
めたいです。



学習会



桜ボランティア協会 カフェサロン

カフェサロンでは、注文を聞いて
配膳するお手伝いをしながら、地域の
高齢者やボランティアのみなさんとお話しました。笑い声が飛び交う和やかな時間を一緒に
過ごしました。

利用者のみなさんからたくさん話題を
振ってもらえたので、とても話しやす
かったです。

よっかいち諧朋苑

レクリエーションを通して、利用者と交流しました。利用者のみなさんと
同じ食事を食べる貴重な体験もできました。



みえ川村老健

相手の表情を見ながら接することで、
どのように感じているのか考える
ことができると学びました！

レクリエーションや夏祭りを通して、利用者と交流しました。
この日は夏祭りが開催され、法被やお面を身に着けながら
屋台のゲームと一緒にチャレンジして楽しみました。





子どもたちの自由な発想が
とてもおもしろいなど
思いました。

おもちゃ図書館

おもちゃ図書館では、未就園児の子どもや保護者と
おもちゃを通じてふれあいました。

まなびやでは、学童の子どもたちの仕事をサポート
し、かき氷を食べながら仲良くおしゃべりしました。

まなびや



北部児童館、塩浜児童館では、子どもたちと一緒に
卓球やボードゲームなどで遊びました。

子どもたちはみんな自然に受け入れてくれ、元気に
接してくれたので、楽しく活動することができた。



時間が経つにつれて子ども達が心を
開いてくれている感じがして、
嬉しかったです。



塩浜児童館



北部児童館

今年度は延べ約160名に参加いただきました。来年度もみなさんの参加お待ちしております。
また、受入いただいた団体・施設のみなさま、ありがとうございました。

ボランティア募集

● SSピンポン練習のお手伝い

依頼団体：三重県SSピンポン協会

日 時：10月4日（日）

13:00～16:00 ※13:00現地集合

行 事 名：SSピンポン練習会

場 所：ヘルスプラザ2階 軽運動室

持 ち 物：動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物

そ の 他：ヘルスプラザ卓球使用料280円が必要
（中学生以下140円）

申込締切：9月30日（水）



● ボッチャ練習のお手伝い

依頼団体：ボッチャサークル きらら

日 時：10月10日（土）

13:45～15:45 ※13:45現地集合

場 所：四日市市障害者体育センター

持 ち 物：動きやすい服装、上履き

申込締切：10月7日（水）

● 障害者スポーツ大会のお手伝い

依頼団体：四日市市身体障害者団体連合会

日 時：10月18日（日）

10:00～15:30 ※10:00現地集合

行 事 名：スポーツレクリエーション大会

場 所：四日市障害者体育センター

持 ち 物：動きやすい服装、上履き

そ の 他：昼食は依頼者側が準備

申込締切：9月30日（水）



● ボラ友あめ袋詰めのお手伝い

依頼団体：四日市市ボランティアセンター

日 時：10月21日（水）

13:30～15:30 ※13:30現地集合

場 所：四日市市総合会館 3階 軽作業室

申込締切：10月20日（火）

● 託児のお手伝い

依頼団体：NPO法人四日市まんなかこどもステーション

日 時：①10月21日（水） ②10月31日（土）

9:30～12:30 ※9:30現地集合

行 事 名：①カフェまんなか ②おうちカフェ

場 所：四日市まんなかこどもステーション

持 ち 物：動きやすい服装

申込締切：①10月16日（金） ②10月28日（水）

● 秋祭りのお手伝い

依頼団体：特別養護老人ホーム うねめの里

日 時：11月14日（土）

10:00～15:30 ※9:30現地集合

場 所：うねめの里

持 ち 物：動きやすい服装

そ の 他：昼食は依頼者側が準備

申込締切：11月6日（金）

お問い合わせ・申込は、
ボランティアセンターまでお願いします。



はじめてのボランティア説明会のお知らせ

「ボランティアってよくわからない」という人も参加OK！一緒に自分に合った活動を見つけていきましょう！

日程：10月 6日（火）19:00～20:30

10月20日（火）10:00～11:30

10月24日（土）13:30～15:00

11月 7日（土）13:30～15:00

11月10日（火）19:00～20:30

11月17日（火）10:00～11:30

※参加ご希望の方は事前にボランティアセンターまでご連絡ください。

*その他のボランティア募集や助成金情報、イベント・講座情報はホームページにも掲載しています。

SNS(InstagramとFacebook)も随時更新中！「いいね」を押してね！ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒

*『ボランティアのたまご』に関する問い合わせ・申し込みは、ボランティアセンターまでお願いします。

*『ボランティアのたまご』を掲示していただける場所や、置かせていただける場所を募集しています。

心当たりの場所がございましたらご紹介ください。

ボランティア活動をはじめたい人、ぜひボランティアセンターまでお問い合わせください！

四日市市ボランティアセンター 住所 〒510-0085 四日市市諏訪町2-2(四日市市総合会館2階)

TEL 059-354-8144 FAX 059-354-6486 E-mail y-vc@m3.cty-net.ne.jp

