

1 から始めるボランティア



～ボランティアのこと、一緒に聞いて話して知ろう！～

これからボランティアをする方、ボランティアをしたいと思っているけど何をしたら良いのかわからない方、お休みしていたけれどボランティアを再開しようと考えている方、どなたでも大歓迎♪
ぜひご参加ください！

この機会にみんなでボランティアについて考え、もう1歩踏み出してみましょう！

ボランティアを始める第1歩として、まずはオリエンテーションにご参加ください！

オリエンテーションでは、活動までの流れや活動する上で大切にしてほしいこと、基本的なマナーをお話します。「先輩ボランティアさんのお話」では、活動を始めたきっかけ、どんな活動から始めたのか、活動していると思うことや感じることをお話していただきます。みなさんからも、活動を始めようと思ったきっかけや活動に対する不安や期待などをお聞きしたいと思っています。

① 2月22日（水） 19:00～21:00

先輩ボランティア



こば やすよし さん
小林 靖佳 さん

VCM 活動会員

- ・ Zoom レクチャー
- ・ 公園整備活動
- ・ 家具の組み立て など



むら まみ さん
茅村 夔美 さん

成蹊大学学生ボランティア

- 本部 Uni. 所属
- ・ 地域イベントの手伝い
- ・ 古本回収 など

② 2月25日（土） 10:00～12:00

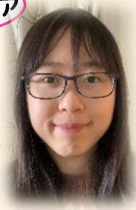
先輩ボランティア



ますだ たかし さん
増田 崇 さん

VCM 活動会員

- ・ 公園の整備活動
- ・ 代わりに薬局へ行く など



しよ けん さん
謝 慧恬 さん

VCM 活動会員

- ・ 通院の付き添い
- ・ 買い物の付き添い など

- 内 容 ・ 活動までの流れや心構え等のお話
・ 過去の活動例の紹介や
現在募集している活動の案内
・ 先輩ボランティアさんのお話
・ 交流会（みんなでボランティアについて
お話ししよう♪）
- 対 象 以下のいずれかに当てはまる方
・ 初めてボランティアをする方
・ 久しぶりにボランティアを再開しよう
と考えている方
- 会 場 市民社協会議室
- 定 員 6名 ※要申込み。受付は先着順
- 申込み ①～⑤を電話・メール・FAX

申込フォームのいずれかで
VCM（下記連絡先）まで、
ご連絡ください。

申込フォームは
こちらから



- ①名前 ②住所
- ③連絡先（電話またはメールアドレス）
- ④ボランティア活動の経験の有無
- ⑤参加理由

- 連絡先 社会福祉法人 武蔵野市民社会福祉協議会
ボランティアセンター武蔵野（VCM）
TEL：0422-23-1170
FAX：0422-23-1180
MAIL：vcm@shakyou.or.jp