

## 連携団体のボランティア情報リストについて

2022年9月

パルシステム東京の施設や関係のある団体の活動をご紹介します。

関心のある団体、お近くの団体などありましたら是非見学から参加してみませんか。

パルシステム東京の事務局が団体との取次ぎを行います。流れは以下のとおりです。

### パルシステム東京関連のボランティア、体験・参加の流れ

連携団体リストをご確認ください。

状況により、活動を休止している場合がございます。何卒、ご了承ください

興味のある団体ございましたら、パルシステム東京組合員活動サポートラインへ連絡をお願いします。後ほど、折り返しにてパルシステム東京事務局担当者（以下、事務局）より連絡を行いご希望内容を聞き取ります。

事務局にて、希望する団体へ見学・体験などの調整をします。もしくは、団体の連絡先をお伝えします。

事務局より、確定した日程、場所等を連絡します。もしくは、団体と組合員にて日程を調整していただけます。

参加日当日、組合員がボランティアの見学・体験をします（事務局は同行しません）

以降は、組合員と団体にてご調整の上、ご参加ください。

### ご注意点

体験・参加されるボランティアにおける、事故や怪我・病気などについて責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。事前にボランティア保険へのご加入を推奨します。免責事項については、参加団体へご確認ください。

【お問い合わせ先】  
組合員活動サポートライン  
（月～金 / 9:30～17:00）  
\*TEL : 03-6233-7607  
\*FAX : 03-4570-5699  
\*E-mail : paltokyo-call@pal.or.jp

パルシステム東京関連団体のボランティア情報リスト 2022年7月1日更新

- ・団体の詳細に関しては、各団体のホームページもご確認ください（※ホームページがない団体もございます）
  - ・ボランティアにご参加いただく場合、免責事項や参加条件、待遇（交通費支給の有無など）については、各団体の運用に準じます。
  - ・事前にボランティア保険へのご加入を推奨します。「東京ボランティア・市民活動センター」のHPなどにて紹介しております。https://www.tvac.or.jp/shiru/hajime/insurance.html
  - ・ボランティア中の事故や怪我・病気などについて、当生協では責任を負いかねますことをあらかじめご了承ください。
  - ・掲載団体へのボランティア参加に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。（団体への直接連絡はお避けください）
- 【組合員活動サポートライン】 TEL 03-6233-7607(月～金/9:30～17:00) : FAX 03-4570-5699 : E-mail: paltokyo-call@pal.or.jp

NO	分野	団体名	場所	団体からの活動内容紹介	ボランティア内容・条件	団体からの備考	ボランティア受け入れ	見学受け入れ
1	子ども食堂	ほっとねっとキッチン	①大田区西馬込2丁目 ②大田区中央2丁目	2019年から細々と続けている子ども食堂です。子どもは遊ぶ場所が欲しい、おとなは気軽におしゃべりする場を求めている、子どもの遊び場付きのこども食堂を運営しています。	活動日は第3土曜日9時～15時。野菜切り、味付け、子ども達の見守り(ワークショップ有)配膳、片付け、フードパントリーの仕分け。時間はフルでなくてもOKです。9～15時の間で1時間でもOKです。	電話番号、お名前の確認。マスク、エプロン、三角巾、ハンカチを持参	可能	可能
2	子ども食堂	せたがや子どもバル・虹	①世田谷区下馬2丁目 ②世田谷区太子堂2丁目	公共施設・個人宅などをお借りして、月2回子ども食堂を開催しています。2020年3月以降はコロナの影響で施設閉鎖や会食制限などを受けた為、新たに知り合いの飲食店にてお弁当配布(中学生以下の子ども無料・付添の大人は一食¥300)の形をとり活動中です。	当日の作業としては、お弁当箱への盛り込みと寄付品の配布作業があります。念のためエプロンをお持ちください。ボランティア参加、活動見学どちらも前の週末までご連絡いただくと助かります。	現時点ではワクチン2回接種済み、もしくは感染後治癒された方のみでの参加とさせていただきます。ご理解とご協力をお願い致します。	可能	可能 見学のみの方は17時以降にお願いします。
3	子ども食堂	子ども食堂キタクマ	北区豊島5-3-13	子ども食堂、お弁当・食品配布(フードパントリー)、日用品のリサイクルや衣類のおさがり活動を実施しています。子育て経験から、社会、地域が貧しくなると子どもに影響があることを感じ、家以外の地域に頼れる所として活動を開始しました。近隣のママ友2～3人と60～70代のボランティアで常時10名ほどが活動中。現在はコロナの影響でキッチンが使えない為、お弁当の配付を行っています。	現在は食堂を停止していますが、食堂の再開後は歓迎します。また、物資運搬の支援をいただける方がいましたらありがたいです。		可能	可能
4	子ども食堂	がきんちよ地域食堂	①足立区六月2丁目 ②足立区保塚町7-16	現在は子ども食堂ではなく(コロナのため)、お弁当を調理して配布しています。	基本的にはボランティアを受け付けておりますが、事前に要確認が必要です。見学はどなたでも自由です。	今年度の活動日は、1/5(水)、2/2(水)、3/2(水)となっております。エプロンや三角巾など要持参。	可能	可能
5	子ども食堂	フードバンク八王子	八王子市中町 2-9ランメンビル3階	フードバンク八王子へ提供品目をご連絡いただき、それを食堂のネットワークで共有し、各食堂からの申込みを取りまとめ、申請をさせていただきます。フードバンク八王子で一括して受取をし、各食堂へ渡しています。	子ども食堂(八王子市:24団体)については各団体の特色もありますので、年齢・エリア等を考慮して、対応させていただきます。※コロナの状況によります。	来年(2022年)以降になりますが、ボランティアスタッフのマッチングページをfacebookで作成する予定です。見学の場合は、少人数(4名以下)でお願いします。	現在は不可	可能
6	子ども食堂	すぺーすまゆだま	青梅市友田町3-96-1	私たちは友田小学校の4年生から6年生の子ども達を対象に、10名程度を募集して、毎週金曜日に子ども食堂「すぺーすまゆだま」を運営しています。子ども達の居場所づくりとみんなで食べる楽しい食事の提供を行っています。「すぺーすまゆだま」は子どもたちの「見守りスタッフ」と食事を作る「調理スタッフ」とで運営されています。この「すぺーすまゆだま」は「こども達が学校でも無く家庭でも無く」一緒に宿題や遊び、食事を一緒にしてくれるボランティアの方たちと一緒に「明るく伸び伸び」出来る居場所づくりをしています。	①見守りスタッフ10名程度②調理スタッフ6名程度。これまで支えてくれた方のうち、仕事や家庭の関係で続けることが出来なくなった人達がいて、まゆだまを継続するためにボランティアスタッフを募集しています。詳しくはHPをご覧ください。	活動日:毎週金曜日午後4時～午後7時	可能	可能

7	子ども食堂	らいおんはーと	江戸川区鹿骨2丁目	孤食児童(生徒)に食事の大切さと楽しさを感じてもらう。また様々な事情のもと、安心した場所として拠り所となるよう365日の開催を実施しています。	調理、フードパントリー作業(食材の仕分け、各パントリーへの配達など)		可能	可能
8	子ども食堂	「みんなの家」子ども食堂	練馬区光が丘 2-8-2-210	・食事の提供(バランスのとれた)・交流 ・大人のやりがい 役割づくり 地域で顔見知りになる、声かけができる、お互い様の関係が作れる場所。	特にありません。 単発でも受け入れOKです。 お手伝い内容はフードバンクで野菜販売のお手伝い(受付、レジ、案内等)など様々。	「みんなの家」は平成29年より活動しています。 正会員:17名、参助会員:約65名。 開催場所の関係で開催日時が流動的になります。	可能	可能
9	子ども食堂	子ども食堂 としま虹	北区豊島3-6-5 豊島虹センター	開設して5年目となります。働く親への応援として弁当(手作り)を作っています。安心・安全の食材、調味料を使用した栄養・色どりのよい弁当を、月2回テイクアウトとして実施しています。1企画では約70食を提供しています。	応相談		条件付き可能 ※人数制限あり	可能
10	子ども食堂 地域の居場所	みなと子ども食堂	東京都港区東麻布1丁目	生活に困窮する家庭の子ども達に、食事や学習指導、居場所を提供し、子どもたちの豊かで充実した生活と社会づくりに寄与すること。	(コロナの感染状況が改善されたという条件で)会場設営と撤収、ご寄付いただいた食材の運搬・仕分け、来場者の誘導・案内、その他こちらから依頼した運営に関する事項。なお、参加条件は特設設けておりません。	ボランティアスタッフに関しては感染状況が改善されない間は原則お断りしています。見学についてはお受けしておりますので事前にお知らせください。(参加人数にご配慮ください)	現在は不可	可能
11	子ども食堂 地域の居場所	れんげの会子ども食堂 withおとな	大田区西馬込2丁目	子育て支援、多世代の居場所づくりとしての食事の提供と食材配布の活動を行っています	現在、ボランティアの受け入れは行なっておりません。	見学は2回のワクチン接種を終えた方。	不可	条件付き可能
12	だれでも食堂	楽ちん堂カフェ	世田谷区野毛 2-28-23	「楽ちん堂」は、世田谷区野毛にあるコミュニティカフェです。必要とする人がいる限り、24時間365日、いつでもだれでも受け入れる。来た人は、いつでも食事が食べられる、子ども食堂にとどまらない、いわば「いつでも、誰でも食堂」の側面を持っています。ごちゃまぜだからこそ、よりよく生きる。一人ひとりの幸せを見つけらえると信じて、民間総合福祉事業としての挑戦を行っています。	子どもからお年寄りがいらっしゃる場所なので、お話相手、子どもの見守り、遊び相手などをして下さると、ありがたいです。 ・不登校の子や障害(精神・知的)のある方がいらっしゃるので、自然体で強引に接することなく過ごしていただければと思います。(理解や興味のある方、歓迎です) ・ボランティアでいらっしゃる場合は、事前に一度遊びにきていただけると見学と説明ができます。	その他の活動 ・子供向けのさんすう教室実施(週1回) ・フードドライブ、フードパントリーなど持続可能な食材配布の仕組みを検討中	可能	可能
13	だれでも食堂	清瀬食育の会 キッチンプラットホーム	清瀬市元町 1-18-11	毎月1回、清瀬市消費生活センター調理実習室を借用し、食材費一人当たり500円で夕食の提供を行っています。 担い手は、消費生活センターで活動している市民を中心に知り合いの高齢者に声をかけ、約8名のボランティアで行っています。概ね時間帯を前半・後半に分け、前半は高齢のボランティア、後半は仕事帰りのボランティアが担っています。		ボランティアの募集はしておりません。お客さんとしてのご参加をお待ちしています。	不可	可能
14	おうち食堂	パティチーム	江戸川区	子育て支援・虐待防止を目的に家庭訪問型の支援活動を行うNPO法人です。複雑な事情を抱えるご家庭が子育てができるよう、家庭を訪問して保育や家事などの具体的な手伝いをしながら、家庭の孤立を防ぎ親子を支える活動を行っています。江戸川区食事支援ボランティア派遣事業(おうち食堂)にて、江戸川区に登録したボランティアが定期的に利用家庭に訪問し、子どものために夕食の調理を行っています。	応相談	ボランティアについては、研修を受講した方に限ります。	条件付き可能 ※要研修受講	条件付き可能 ※江戸川区との相談が必要

15	フードバンク	フードバンク目黒	・祐天寺 (目黒区中目黒5-24-53) ・サレジオ教会 (目黒区碑文谷1-26-24)	・原則第2・第4日曜日に無料食品配布会開催 ・家庭で食べきれない食品や企業での余剰食料品の受け入れ	・毎月第2、第4日曜日(予定)に開催する食品配布会での食品運搬・配布準備・配布・寄付品受け入れ ・平日における事務連絡、食品運搬、食品在庫棚卸し ※配布会におけるボランティアの人数制限あり	見学に関しては下記の条件で受入れます。 ・写真撮影はご遠慮頂く。 ・密にならないよう人数制限あり。 コロナ禍の状況にて、活動に制約が生じるかもしれませんが、一方でコロナ禍だからこそ困窮者支援を行う必要性も高まっております。ボランティアの参加がなくては運営が難しいため、状況に応じて人数制限を設けながら募集し続けます。	可能	可能
16	地域の居場所	地域の寄り合い所 「また明日」	小金井市貫井南町 4-14-14	介護保険、地域福祉、子育て支援の3つの事業を1つ屋根の下で行っています。	現状、近隣の方のご協力や学生アルバイトによりスタッフは足りていますが、この場所に来たいという方がいれば受け入れは可能です。傾聴が得意な方が喜ばれます。	見学の場合は、1~2名の少人数でお願いします。	可能	可能
17	地域の居場所	えん	江東区辰巳1丁目	・オレンジカフェを地域で毎月1回開催。 ・多世代交流ひろばの運営、地域住民を対象にしたサロン活動のサポートや講座開催。 ・女性のキャリアや心身の健康づくりのための講座を一部開催。	コロナ終息後の再開後となりますが、歌のサロンは歌の好きな方、楽器の演奏など出来れば尚可です。 食事は調理や配膳などの補助が可能な方、スマホ講座のお手伝い。 以上、全て高齢者対象の企画です。		可能	可能
18	地域の居場所 (中高生がメイン)	KuKuNa2	江東区東砂7丁目	コロナ禍を経験した今年度、お世話になった地域へ中高生達の手を借りながらボランティア活動を行いました。 中高生版こども食堂の経験から、食育交流を重ねるうちに、食を大事に、そしてエコ、ムダ、ロス、この3つを中高生の子ども達と一緒に考えてまいりました。	当日の子ども食堂のお手伝い等	現状、12月、3月に行う事は確定していますが、日程は未定です。	可能	可能
19	地域の居場所	コミュニティ・ネットワーク・ウェーブ	世田谷区駒沢	高齢者・障害者の支援をはじめ、差別や偏見による人権の問題、家庭内での暴力の問題、環境保護に関わるリサイクルなど、さまざまな問題に取り組み、その解決に向けて努力を重ねています。不安の多い世の中において、心のよりどころを求めている多くの人たちのオアシスになれることを願って活動しています。	調理は大歓迎。その他は応相談。	活動の一部として、駒沢区2丁目の空き店舗(元寿司屋)を改修して、地域の居場所活動を運営しております。	可能	可能 ※事前に連絡ください
20	児童館業務	キッズドア	江戸川区松島1丁目	子どもの貧困課題解決に取り組むNPO法人です。江戸川区事業として、2019年までは江戸川区上一色コミュニセンター「eりびんぐ」にて経済的困難家庭の子ども居場所事業を行っていました。2020年からは江戸川区共育プラザ中央という児童館運営業務を行っています。	ボランティアスタッフですが、現在人手が必要な場面がありませんので、不可となります。	見学については、内容によるところがございますので、ご相談ください。	不可	条件付き
21	学習支援	でんでん子ども応援隊	北区十条仲原1丁目	・小・中学生対象の学習支援、個別指導・個人指導「学習サポート教室」 ・小・中学生・社会人対象の生涯学習支援、書と表現の教室「書DOUプラス」	・書DOUプラスの授業で子どもが使用した用具を洗う。片付け。 ・広報用フライヤー等の作成。 ・無償ボランティアのみ受入れ可。 ・コロナ禍の為、通勤時間30分程度の方 ・新型コロナワクチンを二回接種済みの方。 ・書道経験者又は子どもに関わる活動・仕事経験のある方。		可能	可能

22	子育て支援	特定非営利活動法人 野沢3丁目遊び場づくりの 会	世田谷区野沢3-14-22 の ざわテットーひろば内	「地域みんなで子育てを楽しくできる広場」を開 催する団体。地域の親子を緩やかに巻き込みな がら住宅街の一角で自然あふれる子育て広場を 開催している ・来園者有志で構成する「テットーはたけ部」を中 心に、畑やちいさな里山づくり等の取り組み ・子育て支援にかかわる各種イベント・講座の実 施(毎月のべ5回程度実施)	受け入れ条件・内容等を公表していませんが、 ボランティアをご希望の場合、ご相談に応じて、 双方の可能な範囲で受け入れさせていただきます。 (対応例) ・「テットーはたけ部」のメンバーとして、畑や里 山づくりを担う ・当会の運営会員(ささえ手会員)に登録し、月 例ミーティング(毎月第1金曜日の午前に実施) への参加を通してひろば運営を担う ・ひろばお当番スタッフ(有償ボランティア)とし て、場づくりを担う ・年間の大きなイベント(バザー等)の当日ス タッフとして、運営補助を担う	新型コロナウイルス感染症は終息していません が、感染症対策に取り組みながら、日々開園し ています。 ボランティア、見学・視察等の受け入れについ ては、コロナ禍で対応しておりますので、何かあ りましたらご連絡ください。 コロナが終息に伴い飲食や調理を伴うイベン トの定例開催を予定しています。視 察を希望の場合は、あらかじめ、視察予定日 の1ヶ月前までに視察依頼書を提出していただき ます。また、視察に際しては視察料をいただい ております。	可能	可能 開園日・時間 (毎週木曜・日 曜を除く10時~ 17時)であら ば、いつでも可 能です。視察を 希望の場合 は、あらかじ め、視察予定 日の1ヶ月前ま でに視察依頼 書を提出して いただきます。 また、視察に際 しては視察料を いただいております。
23	子育て支援 (発達障がい)	ポレポジさぼーと2	八王子市長池公園自然館 八王子市別所	・発達障害のお子さんの学習支援(毎週水曜日 の午後) ・保護者との「ティータイム」と称するざっくばら んな面談(学期に一度) ・お楽しみ会(学期に一度)	見学していただき、学習支援をしていただけ るようであれば、お願いいたします。教職の経験 者またはお子さんの多様性に理解を示してい ただける方であればどなたでもお声かけくださ い。	見知らぬ人の入室に過敏なお子さんもいま すので、見学には事前のご相談をいただき、見 学の際はそっと空気のように室内に居いただけ ると有り難いです。	可能	可能
24	障がい支援	精神障害当事者会 ポルケ	大田区池上3丁目	・精神障害を対象とした場づくりの活動 ・障害理解啓発活動	映画上映会に際しての受付・誘導係を3名程度 募集します。特に条件はありません。実施日時 は2022年2月12日(土)17時-21時。会場は大 田区民プラザになります。 交通費含めて謝金の用意はあいにくできませ んが、映画上映会企画にはご招待(無料参加) いたします。映画は「不安の正体」というドキュ メンタリーになります。	精神障害当事者会ポルケのメンバーが参画す る「障害者理解啓発グループおた〜ツタエル チカラ〜」が、主催する映画上映会の企画にな ります。主に精神障害の障害者団体、家族会、 福祉、医療関係など様々な立場の人が関わっ ています。大田区近隣の方や領域に関心のある 方に来ていただくと幸いです。	可能	不可
25	障がい支援	高次脳機能障害者小金井 友の会 いちごえ会	小金井市本町2-20-9-103	①交流会(オンラインZoom) 1回/年(12/19) ②茶和会(オンラインZoom) 1回/年 ③相談会(オンラインZoom) 複数回 ④役員(理事)会(オンラインZoom) 6回/年 ⑤会報発行 2回/年 ⑥ホームページ随時 更新 ⑦講演会(オンラインZoom) コロナ終息がハッキリすれば①は3回/年。②も3 回/年。③④は同じ程度。⑤は3回/年。リアル開 催する予定。他に小規模な「ほっとかふえ」、総会 時講演会なども予定しています。	現時点では、実際(リアル)の催しがないので、 ボランティア受け入れは停止中です。見学であ れば、例えば開催時にZoom視聴で様子を見て 頂く形となります。 当会も会費10年ということで家族や手伝い 賛助者の高齢化が著しく、この先コロナ終息の 際には、ボランティアの方に当会の障害当事者 の世話を頂く(世話がが必要なケースは極め て稀)ということより、会の行事開催の際に発生 する会場までの用具・機器の移動や、会場設営 や撤収作業のお手伝いを頂けると大変助かり ます。この場合どなたでも有難いですが、特に 小金井市や近隣在住の方がよいのではないかと 考えます。	ここまでそしてこの先、恐らくまだ来年春以降ま での長期に渡るコロナ自粛で、社会全体や他 の諸団体と同じく当会も会活動そのものや、会 員一人ひとりに於いての生活(ニーズ)も夫々変 化し、心理的にも大きな影響を受けたことによ り、終息後すぐに何か以前のように風には いかないとの思いがあります。そんな中、今 回のパルシステムの積極的な形でのアンケート のお問い合わせ、何か大きな応援(エール)を頂 いたような気持ちになりました。	現在は不可	可能 (オンライン)
26	障がい支援	だれでもアート国分寺	東京都国分寺市西町 2-17-1	・毎月2回の定期的な創作活動 ・来年度(令和4年)に市内のギャラリーで展覧会 を予定。 ・地域のお祭りなどが再開したら、積極的に参加 予定。		2年間の活動停滞で参加者も減少し、大学のボ ランティアサークルとのつながりも途絶えてしま いました。来年度、コロナ感染がおさまるよう であれば、地域に向けての活動を積極的に行い たいと希望を持っています。	不可	可能
27	ミニデイ	ご近所ミニデイ ゆらり	東京都江東区亀戸2-6	・ご近所ミニデイ(参加者10数名、スタッフ6名) ・週1回火曜日 11:00~14:00(3時間)開催 (昼食提供あり) ・毎回30分から1時間の体操及びレクリエーシ ョンあり	・高齢者の見守り、話し相手、レクリエーション 参加 ・スタッフの補助をお願いする事もあります。	介護区分の要支援者を対象とした、ご近所ミニ デイとして活動しています。 介護に興味のある方は、入り易いかと思われま す。コロナ終息後は、地域ボランティアとの交流 や月替わり、季節ごとのイベントを予定してい ます。	可能	可能

28	難病支援	筋無力症患者会	八王子市みなみ野4丁目	1.重症筋無力症患者・家族の個別相談、交流、相互協力事業 2.患者・家族を対象とした医療講演会、医療相談会、懇談会等の開催 3.機関誌発行などによる情報提供と社会啓発活動 4.重症筋無力症患者・家族の医療と福祉の向上を目指した要望活動、連帯活動・会報作成、発送	会報作成の校正をしていただける方については、メールでのやり取りでお願いできます。発送作業をお手伝いいただける方は、八王子の事務所まで来ていただいて、封筒に入れたり封をする作業です。 ※参加条件は特にありません。 見学は可能ですが、現在、コロナで見学できる活動は行っていません。	コロナが落ち着いたら、病気の子どもたちを連れてお泊り交流会を再開したいと考えています。その際には、よろしく願い申し上げます。その他、コロナ終息に伴い予定している活動は、講演会、総会、交流会、ランチ会などです。	可能	可能
29	難民支援	ミナー	足立区関原3-6-14 (西新井ベース)	・難民への生活相談・家庭訪問 ・日本語オンラインレッスン ・海外ルーツをもつ子どもへの学習教室 コロナ終息に伴い予定している活動としてグループアクティビティの実施		活動見学については、春日部市で実施している学習教室で随時受け入れ可能です。見学後にボランティア希望についてなどお話しさせていただいた上で、ボランティアをお願いする場合があります。	不可	可能
30	貧困相談・支援	自立生活サポートセンター・もやい	東京都新宿区山吹町362	私たちは、貧困を「経済的な貧困」と「つながり（人間関係）の貧困」という二つの視点でとらえ、その解決を目指しています。 前者に対しては、生活相談・支援事業と入居支援事業で生活基盤の回復を、後者に対しては交流事業でつながりと自尊心の回復をお手伝いしています。	相談会実施にかかわる活動(準備・片づけ、食料配布、相談対応補助など)。ボランティア参加の条件としては、オンラインセミナー( <a href="https://www.npomoyai.or.jp/tag/もやいセミナー">https://www.npomoyai.or.jp/tag/もやいセミナー</a> )の受講をお願いしております。	詳しくはホームページもご確認ください。	可能	可能