



北沢ビューロー ボランティアだより



2025 年

6

月

世田谷ボランティア協会は、1981年に設立された民間のボランティア活動推進機関です。
区内に5つある、ボランティア活動の相談を受け付ける地域拠点の1つが「北沢ボランティアビューロー」です。
ボランティアしたい人とボランティアを必要としている人や団体をコーディネートし、活動のご相談に応じています。
発行：(社福) 世田谷ボランティア協会 北沢ボランティアビューロー 〒154-0022 世田谷区梅丘1-8-9 TEL. 03-3420-2520

北沢ボランティアビューロー ご近所カフェ

場所：北沢ボランティアビューロー1階

参加費：100円(茶菓代)

6月21日(土)

13:30~16:00

「ゆるヨガを体験
しませんか？」

～何歳でもOK！初心者向け～

区内在住のヨガインストラクターと一緒に
「ゆる～いヨガ」を体験してみませんか？
体が硬くても大丈夫！動かせる部分をつかって
少しずつ、小さな動きと呼吸法でゆったり
整えることができます！

- ①(約30分)椅子にすわって…ゆるヨガ
- ②(約30分)床で……ゆるヨガ
- ◆持ちもの：バスタオル(床のゆるヨガ用)



7月19日(土)

13:30~16:00

「あなたの思い出の歌
一緒に歌ってみませんか？」

～生ピアノ伴奏で、
楽しい夏のひと時を～

あなたの思い出の歌は何ですか？
生ピアノ伴奏で、みんなで歌えば、
楽しさ倍増！
さあ♪思いっきり
歌いましょう。



申込み時にリクエスト曲をお知らせください

事前申込制 ☎ 03-3420-2520

✉: kitabora@otagaisama.or.jp

社会福祉法人 世田谷ボランティア協会

北沢ボランティアビューロー

住所：〒154-0022 世田谷区梅丘1-8-9

(小田急線「梅ヶ丘駅」南口より徒歩5分)

TEL：03-3420-2520 FAX：03-3706-2854

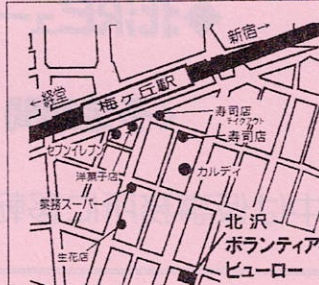
メール：kitabora@otagaisama.or.jp

ブログ：http://blog.canpan.info/bureau/

開館時間：10時～17時(日曜日・祭日を除く)



世田谷ボランティア
協会 ホームページ



小学生 夏休みボランティア体験



ナツボラ・ジュニア

～ささえあい生きるちから～



対象者：世田谷区に在住・在学の小学生

申込み開始：7/5(土)10:30～

体験期間：7/19(土)～8/31(土)

参加費：1人 500円

※プログラムは6月後半にボランティアビューローや各小学校・児童館で配付します。
また、協会HPにも掲載する予定です。

中学生以上の夏のボランティア体験

「ナツボラ」も開催予定。



プログラムや申込等の詳細は6月中旬頃、
世田谷ボランティア協会のホームページにて

ぷらっと

～使用済み切手整理ボランティア～

何かボランティア活動をしたいと思っている方、ちょっと時間がある方、ぷらっと北沢ビューローまで足を運んでみませんか？

切手整理のお手伝いにご協力下さい。

第1・第3木曜日：6/5・6/19・7/3・7/17

時間：10:30～12:00

場所：北沢ボランティアビューロー2階

参加費：無料 途中入退出 OK です

ケアマフをつくろう

マフに興味のある方、作り方を知りたい方、マフを編みながらおしゃべりしたり、作り方を教え合ったりしながらボランティアをしましょう。

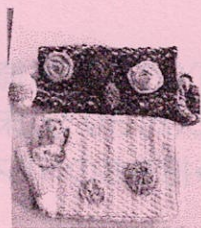
6/7(土)・7/5(土)

時間：13:30～16:00

場所：北沢ボランティア
ビューロー1階

参加費：100円

(資料・茶菓)



◆北沢ビューロー改修工事に伴う長期休館のお知らせ◆

＜予定期間＞ 2025年9月～2026年3月末

工事中は仮事務所に移転する予定です。詳細は追ってお知らせいたします



北沢ボランティアビューロー 03-3420-2520 【月～土曜 10時～17時】