

活動内容は人さまざま あなたにあったボランティア活動をさがします

サンフレンズでボランティア体験してみませんか？



利用者さん(おとしよりの皆さん)と笑顔のキャッチボール

笑顔は、心の潤いの象徴です。
ボランティアさんの笑顔は、利用者さんの笑顔を呼び、
利用者さんの笑顔は、ボランティアさんの笑顔を呼びます。
あなたも「笑顔のキャッチボール」を楽しんでみませんか？

サンフレンズでは、ボランティア活動を大切にしています

サンフレンズは、杉並区内で複数の施設・事業を運営しています。
お近くにお住まいの皆さん、近隣の学校等、地域の皆さんにとって、
「お気軽に訪ねていただける施設」でありたいと考えています。
同時に、利用者さんにも、施設の中だけでなく、
地域の皆さんとのふれあいを持っていただきたいと考えています。
こうしたことから、サンフレンズではボランティア活動を大切にしています。

たとえばこんな活動です

- お話し相手
- トランプ、将棋、囲碁、マージャンなどのゲームのお相手
- プログラム活動（音楽、俳句、詩吟、体操、調理、絵手紙、折り紙、貼り絵、手工芸、手芸、書道、茶道、生花、ダンス等）のご指導やお手伝いをしていただける方
- お食事、おやつ、お茶などの配膳をお手伝いしていただける方
- 近所へのお散歩などをお手伝いしていただける方
- 音楽や演芸などを披露していただける方
- 施設行事、イベントへの参加
- 小動物の世話
- 高齢者等の日常生活上のちょっとした困りごとのお手伝いができる方
- 上記の他にもボランティアさんの時間、特技、性格に合わせた活動を紹介します。
「お話しが苦手の人」や「人と接するのが苦手な人」向けの活動もさがします。

グループでの
参加もアリ！



ボランティアさんの笑顔は、利用者さんの笑顔を呼び、
利用者さんの笑顔は、ボランティアさんの笑顔を呼びます。

★★★★★お問合せ★★★★★

まずご連絡ください。活動前にご相談をさせていただきます。上記以外の活動内容についても、気軽にご相談くださいませ。担当（コーディネーター）：金子穂純

fff 社会福祉法人 サンフレンズ **法人事務局地域福祉推進担当**

〒167-0023 東京都杉並区上井草 3-33-10

☎ 03-3394-9833 Fax 03-3394-9834

メール hozumi-kaneko@3friends.or.jp

ホームページ <http://www.3friends.or.jp/>