

# ★★★ボランティア募集情報★★★ R8.1月更新

問い合わせ先

上越NPOボランティアセンター(上越市土橋 上越市民プラザ)  
 開設時間・・・月～土曜日 午前10時～午後6時  
 休館日・・・毎月第3水曜日、12月29日～1月3日  
 TEL 025-527-3613 FAX 025-522-8240  
 E-mail info@hand-shake.jp

【ボランティアのお問い合わせについて】

感染症拡大防止など、状況によって受入れを休止している場合があります。  
 ボランティアセンター又は、施設・団体に必ず受け入れについてお問合せをお願いします。

## 介護施設等

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	ツクイ北城 デイサービスセンターふれあい	025-521-3018	北城町1	【利用者の補助等】 身体介護を伴わない補助 【特技の披露等】 会話、将棋、オセロ、ダンス、音楽、手品など	いつでも(要相談) 午後
2	ツクイ 上越 つちはし	025-521-5312	土橋	【利用者の補助等】 話相手、お茶出し、折り紙やぬりえ、手芸、将棋、オセロ等、一緒に楽しむ 【特技の披露等】 歌・踊りなどの得意なことの披露	いつでも(要相談) 午後2時～3時
3	高田福祉会 デイサービスセンター悠久の里	025-522-0033	とよば	【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露	日曜以外の午後2時～3時位
4	高田福祉会 特別養護老人ホーム悠久の里			【利用者の補助等】 話相手、手作業や手遊びの相手、散歩の付き添いなど 【施設の整備等】 居室の環境整備(シーツの交換や窓拭き等) 【特技の披露等】 書道、歌、陶芸等のクラブ活動の手伝い	いつでも(要相談) いつでも(要相談) 日曜以外の午後
5	高田福祉会 ケアホームあいびす			025-527-2236	とよば
6	グループホーム なかよし寿の家	025-520-3675	北新保	【施設の整備等】 施設の窓拭き、草刈り(外回り)	いつでも(要相談)
7	介護老人福祉施設 太陽と緑の家今泉	025-521-0334	今泉 (通所介護) 今泉	【利用者の補助等】 話相手など 【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露 【利用者の補助等】 話相手、見守りなど 【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露 【施設の整備等】 車椅子の清掃やリネン交換、布切りなど	いつでも(要相談)
8	サービス付き 高齢者向け住宅 絆の家	025-520-8262	今泉	【特技の披露等】 音楽・ダンス・手品・手芸・習字・絵などの披露や指導 【施設の整備等】 施設のガラス拭きやベランダの清掃	いつでも(要相談)
9	だいにちスローライフビレッジ	025-523-0741	大日	【利用者の補助等】 話相手、見守りなど 【特技の披露等】 簡単なレクリエーション 【施設の整備等】 草取りなど	いつでも(要相談)
10	上越老人福祉協会 特別養護老人ホーム 新光園	025-545-1531	新光町3	【施設の整備等】 車いす掃除、窓ふきなど	午前10時～11時 午後2時～4時
11	上越老人福祉協会 ケアハウス上越	025-545-1611	新光町3	【特技の披露等】 歌・踊り、手品などの披露 【施設の整備等】 草取り、花壇の整備など	いつでも(要相談)
12	上越ケアセンター そよ風	025-531-0620	安江	【利用者の補助等】 利用者の趣味の活動の指導をする。体操、ゲーム、民謡、着付け、書道など	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時

13	愛の家グループホーム上越源	025-539-0260	下源入	【施設の整備等】 施設内の清掃や周辺の草取りなど	いつでも(要相談)
				【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏、手品などの披露	
14	特別養護老人ホーム 沖見の里	025-529-3160	牧区大月	【施設の整備等】 施設内や車椅子の掃除等	いつでも(要相談)
15	ショートステイ・デイサービス サンクス柿崎	025-535-2510	柿崎区柿崎	【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏、マジックなどの披露	いつでも(要相談)
16	愛の家グループホーム上越吉川	025-539-3255	吉川区下町	【施設の整備等】 草取り、外回りの掃除など	いつでも(要相談)
				【特技の披露等】 マジックショー、歌・踊りなどの披露などレクリエーション	
17	グループホームだんらん	025-530-7055	頸城区 北方	【利用者の補助等】 話相手、見守り	いつでも(要相談)
				【利用者の補助等】 外出支援(車椅子の補助、近辺の散歩など)	午前10時~12時
18	特定非営利活動法人 結縁 地域共生型デイサービスよいさ	025-512-7170	頸城区 花ヶ崎	【利用者の補助等】 話相手、見守り、外出支援(散歩の付き添いなど)	いつでも(要相談)
				【特技の披露等】 室内での出し物、レクリエーション	
19	にいがた寿会 特別養護 老人ホーム いたくら桜園	0255-81-4848	板倉区曾根 田	【利用者の補助等】 話相手、散歩の付き添いなど	いつでも(要相談)
				【施設の整備等】 花壇の草取り、車椅子の整備など	
				【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露、各クラブ活動の指導や補助	
20	特別養護老人ホーム みねの園	025-528-3000	清里区岡野 町	【利用者の補助等】 話相手、お茶出し、軽作業の補助など(ボランティア保険加入)	いつでも(要相談)
				【施設の整備等】 洗面台や施設内の掃除(ボランティア保険加入)	
21	デイサービスセンター 三和愛宕の園	025-529-2525	三和区野	【利用者の補助等】 話相手、整容の手助け、活動の手助け	午前
				【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露	午後
22	村松福祉会 グループホーム ぬくもりの里	025-532-2870	三和区水科	【利用者の補助等】 話相手、レクリエーションの補助	いつでも(要相談)
				【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露	
				【施設の整備等】 施設内の草取り	
23	新井頸南福祉会 みのりの丘中郷	0255-74-2525	中郷区藤沢	【施設の整備等】 敷地内の畑作業、草とり、芝刈り、洗車、ガラス拭き、その他屋外作業	いつでも(要相談)
24	介護付有料老人ホーム はなことば妙高	0255-78-7744	妙高市栄町	【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露	いつでも(要相談)
25	スローライフ デイサービスセンターくりはら	0255-70-0808	妙高市栗原	【利用者の補助等】 話相手、見守りなど	いつでも(要相談)
				【施設の整備等】 施設内外の清掃、草取り、畑・庭作業など	いつでも(要相談)
26	上越あたご福祉会 ケアハウス新井 (デイサービスセンター新井 グループホーム新井)	0255-70-6564	妙高市高柳	【利用者の補助等】 話相手、見守りなど	いつでも(要相談)
				【施設の整備等】 車椅子の整備、施設内外の清掃、窓拭き、敷地内の草取り	
				【特技の披露等】 歌・踊り、楽器演奏などの披露	
27	新井頸南福祉会 特別養護老人ホーム 名香山苑	0255-86-5321	妙高市大字 関川	【施設の整備等】 シーツ交換、草取り、草刈り、窓拭きなど	いつでも(要相談)

障がい者施設等

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	南さくら工房	025-526-6060	大手町	【利用者の補助等】 一緒に作業、休憩時や作業時の話相手	平日 午前9時30分～ 午後3時30分 の時間内で
				【特技の披露等】 演奏、踊り、紙芝居の披露	
				【利用者の補助等】 イベントや行事の準備、手伝いや車椅子使用者の介助など	ササンビックフェスタ などのイベント時 (要問合せ)
2	上越音声訳マザーテープの会	025-523-2603 (高田図書館)	高田図書館 自宅	【利用者の補助等】 高田図書館や社会福祉協議会依頼の図書を音声訳し、録音図書を作成する。会員になって一緒に活動してみませんか。	第4木曜 午後1時～定例会 他
3	音訳ボランティア あしびの会	025-522-2778 (早川)	福祉交流プラザ 自宅	【利用者の補助等】 一緒に音訳活動しませんか。文字情報が読みにくい方のために、本や雑誌、資料を音訳して録音します。(主に広報上越などの音訳)	いつでも(要相談)
4	(社) さくら園 さくら工房	025-522-1721	高土町	【利用者の補助等】 軽作業(贈答品包装、ダンボール組み立てなど)	平日 午前9時～午後4時
5	認定NPO法人 日本車椅子レクダンス協会 上越支部	090-5557-0900 (吉川)	上越市福祉 交流プラザ 体育館	【特技の披露等】 車椅子ダンスのインストラクターの資格を取得し、一緒に活動してくれる方	活動日 (日程など要問合せ)
6	かなやの里更生園	025-522-1961	下馬場	【利用者の補助等】 本の読み聞かせ、散歩の付き添い	いつでも(要相談)
				【利用者の補助等】 余暇活動補助(散歩、ドライブの付き添いや談話室でのカラオケの手伝いなど)	
				【施設の整備等】 風呂掃除、ガラス拭き、掃除、草取り等	土・日曜日 午前9時～午後4時の 間
7	社会福祉法人 上越妙高福祉会 ワークライフ・ポニーズ	025-523-8874	大字大日	【利用者の補助等】 ワークライフ・ポニーズ(障害者就労移行支援事業)での各種作業補助。主に、農場の水やり、草とり、ハーブの手入れ等の園芸作業	月～金曜日 午前9時～12時 2時間程度(要相談)
8	さくら園 北さくら工房	025-545-2230	西本町1	【利用者の補助等】 軽作業の補助、定期活動者は保険加入	平日 午前9時～午後4時
9	板倉ふれあい工房	0255-78-4870	板倉区宮島	【利用者の補助等】 各種作業やお出かけ、健診時などの見守り、補助	いつでも(要相談)
				【特技の披露等】 音楽、美術、茶道、裁縫、写真、映像、体操などの披露	
				【施設の整備等】 畑や施設の除草作業。野菜の栽培、収穫助言や補助。施設や小屋、車両のDIYやメンテナンスなど	
				【その他】 パソコンや料理、アロマやガーデニング、建築、地域文化や伝統、デザインや販売、SNSのことなど皆様の好きなことや専門性で応援してください。	
10	社会福祉法人やまびこ会	025-532-4332	三和区:やまびこ 頸城区: くびきふれあい	【利用者の補助等】 軽作業のお手伝い	午前9時～12時
				【利用者の補助等】 食事の見守り	午前11時30分～ 午後12時30分
				【施設の整備等】 畑の草取りなど	午前9時～12時
11	上越あご福祉会 生活介護 おもむき倶楽部	025-520-7213	五智 2	【利用者の補助等】 レクリエーションや創作活動、体操やゲームを一緒に楽しむ	平日 午後1時30分～ 午後3時の時間内で
				【特技の披露等】 歌・楽器演奏、踊りなどの披露	

その他福祉関係

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	常設型地域の茶の間 デイサロンほんちょう	025-523-1077	本町3	【利用者の補助等】 高齢者の話し相手、外出同行、トイレの介助、周辺の送迎、調理など *交通費支給あります	いつでも(要相談)
2	じくの家	090-1933-1607	東本町2	【利用者の補助等】 利用者の話し相手や活動の補助 *誰でも気軽に集まれる、地域の居場所です。	開所日:月、金、土、 日曜日 午前10時～午後3時の間 都合の良い日時で要相談
3	NGO Kubikino前島密くらぶ	025-522-6639	NPO・ボランティア センター又は くびき野NPO サポートセンター	【その他】 使用済み切手の持ち込み *上越市NPO・ボランティアセンター内に回収箱を設置してあります	第3水曜以外: 午前8時30分～午後10時 (NPO・ボランティアセンター) 平日:午前9時～午後5時 (くびき野NPOサポートセンター)
4	絆withピア	070-2801-9093 (佐藤)	上越市 市民プラザ	【利用者の補助等】 障がい者の話し相手	随時(活動日)
5	どうぶつ愛護福祉研究所	080-2676-5409 (多田)	市内	【その他】 ・飼育困難になった動物の一時預かり ・支援物資(エサ、猫砂、ケージ等) ・作業ボランティア ・手術費用などの寄付 ・愛玩動物の殺処分0を目指す仲間を募集	随時(活動日)
6	新潟県立柿崎病院	025-536-3131	柿崎区柿崎	【利用者の補助等】 ・外来の患者の案内誘導 ・車椅子利用者・障害者等の介助 ・初診患者の診察申込書記載の説明や代筆、 乳幼児の世話 ・患者の荷物の運搬 など	平日午前8時30分～正午 (都合の良い時間で)
				【施設の整備等】 ・花の水かえ、本棚整理、掲示物(写真・絵画・作品)の 整理 ・屋外のごみ拾い、草取り など	平日8時30分～午後4時 (都合の用意時間で、2時 間位～)
7	しっぽのなかま上越	070-2318-4599 (団体担当者)	上越地域 (ご自宅 他)	【その他】 ・動物(主に猫・犬)の一時預かり ・活動全般(譲渡会のお手伝い、啓発・イベントでのお手伝い、リー フレット・募金箱の設置など)	いつでも(要相談)
8	NPO法人 骨髄バンクサポート新潟	025-546-7337	事務局他	【その他】 ・事務局のお手伝い ・ドナー登録会やイベント開催時のお手伝い	随時(活動日)
9	上越市 高齢者支援課	025-520-5704	上越市内	【その他】 地域福祉ボランティア:介護保険施設や障害者福祉施設などの福祉施 設等でのボランティア活動。 (活動例) ・レクリエーション等の指導及び参加支援 ・施設及び事業所の催事に関する手伝い ・話し相手 ・お茶出し、配膳等の補助 ・清掃及び園芸の補助、洗濯物の整理等 ・特技の披露 など	いつでも(要相談)
10	Renの会(がんサロン)	090-7812-6530	春日謙信 交流館	【その他】 がん患者の方々のピアの会のお手伝い (会場の準備、片付け、お茶出し、運営サポート)	偶数月 第3土曜日 午後1時30分～3時30分
11	NPO法人 チャリティーサンタ上越支部	mail joetsu@vol.charity-santa.com	上越 教育大学	【その他】 ①クリスマスイブの活動を行うあたって準備等をサポートしてくださ る方、②クリスマスイブ当日にサンタクロースとしてご家庭を訪問し てくださる方を募集しています。募集期間は①通年、②10月31日(木) までとさせていただきます。	令和7年12月24日 他活動日

環境関係

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	NPO法人かみえちご山里ファン倶楽部	025-541-2602	上越市くわどり市民の森・中ノ俣の「角間の棚田」	<p>【施設の整備等】 「上越市くわどり市民の森」にて、動力を使わない森林整備活動、散策道整備活動</p> <p>【施設の整備等】 中ノ俣の「角間の棚田」にて、動力を使わない田んぼ作業 ○どちらもある専門的な知識や道具は必要ありません。どなたでも気軽にご参加ください。</p>	いつでも(要相談)
2	緑化ボランティア「花うえ隊」(上越市都市整備課内)	025-526-5111	高田公園	<p>【施設の整備等】 高田公園第8駐車場(高田郵便局斜め向かい)にある花壇の花の植え込みなど *ボランティア活動保険料と用具が必要です ○春の植栽 ○秋の植栽 ○除草・水やりなど花壇の管理:5月~10月の間に7回程度</p>	活動日(要問合せ)
3	桜プロジェクトJ事務局(上越市都市整備課内)	025-526-5111	高田公園他	<p>【その他】 桜プロジェクトJメンバー募集: *小学3年生以下は保護者同伴 高田公園の桜の保護、育成作業、情報発信、研修会、視察など 5月~7月、9月~11月、翌年2月(または3月)の各月1回(全7回)</p>	活動日(要問合せ)
4	エコ・グリーン	090-3314-6749(鈴木)	高田公園他	<p>【その他】 高田公園の桜の保全活動(根元の保護、切り口・傷口の保護、堆肥作り)・環境保全の啓発活動(観察会、講演会、研修会、出前講座)</p>	活動日(要問合せ)
5	五智公園を育てる会	025-543-6040(石野)	五智公園	<p>【施設の整備等】 ・五智公園の整備作業(メリケンカルカヤ、ブタナ、ワルナスなど外来植物の除去、クズやササ類の除去) ・桜の植樹作業 ・桜の育樹作業(施肥・枯れ枝切除) *整備作業を希望する団体、個人の受け入れをします</p>	活動日(要問合せ)
6	みずもりサポーターの会(新潟県立大潟水と森公園)	025-534-6190(担当:小松)	大潟水と森公園	<p>【施設の整備等】 ・植物・施設の手入れ ・植生復元活動 【その他】 ・イベント時のサポート など</p>	活動日(要問合せ)

国際交流関係

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	公益財団法人 AFS 日本協会 上越支部	070・1501・3475(事務局) mail: info-joetsu@afs.or.jp	市民プラザ他	<p>【その他】 ・ホストファミリー、留学生のお世話、サポート係 ・交流会、歓迎会、送別会、伝統文化体験などの企画・運営 ・食料品・寄付金の提案や募集、仲間集め など</p>	いつでも(活動日)
2	J O I N 生活日本語	025-527-3615	市民プラザ内	<p>【その他】 ・地域在住外国人への日本語支援 ・5~6月の日本語ボランティア教師養成講座(5回)を受講後にスタッフとして参加できます</p>	活動日(要問合せ)

その他のボランティア

	団体・施設名	問合せ先	場所	主な活動内容	時間等
1	上越市 教育委員会 スポーツ推進課	025-545-9246	上越市内	【その他】 スポーツボランティア：市、地域または競技団体が主催するスポーツイベントの運営補助（高田城ロードレー大会、上越市ファミリー綱引大会など）	スポーツイベント 開催日
2	高田世界館 (NPO法人街なか映画館 再生委員会)	090-4492-4092 (上野)	本町6	【その他】 映画館の掃除、雑務	いつでも(要相談)
3	CAP・じょうえつ	mail: capjoetu@yahoo.co.jp 090-3595-8452 (江村)	上越地域	【その他】 子どもへの暴力防止啓発活動、Web発信等PR手伝い、講座準備など	いつでも(要相談)
4	上越若者みらい会議	090-2492-9418 (伊崎)	上越市内	【その他】 ・四季を通じて、ビーチクリーン等の環境ボランティア等（若者が楽しく集まれて交流できる活動をしています） ・企画やイベントのスタッフとしてのお手伝い	いつでも(要相談)
5	NPO法人 キッズ スマイル	090-4366-0175 (関根)	市民プラザ	【利用者の補助等】 小学生、中学生への学習サポート (経済的事情で学習塾に通うことが困難な子供達に対しサポート) 教科は主に国語、数学、英語	実施日(要相談)
6	おはなし会 そらとぶじゅうたん	080-1295-9963 (百沢)	高田図書館 内	【その他】 絵本のよみかかせのメンバーとして、活動を一緒に楽しんでみませんか	火曜 午後4時～4時30分
7	上越セパタクロークラブ	090-2251-9070 (川上)	高士小学校 諏訪小学校 体育館	【その他】 練習補助 (ボール投げ、見守り、用具修理等)	日曜：午前9時～ (高士小学校) 月曜日：午後7時～ (諏訪小学校)
8	上越アヒムサ生活学校	090-4095-0707 (景山)	上越市東城町 板倉区久々野	【施設の整備等】 (4月～11月) 畑の手入れ・環境整備	随時 (予定:毎月末日曜日)
9	つなげよう脱原発の輪 上越の会	090-4962-9633 (植木)	イベント会場 他配達先	【その他】 イベントスタッフ 会報誌の配達	随時
10	さくらんぼくらぶ	mail: green.aya27@gmail.com (中島)	市民プラザ 子どもセンター	【利用者の補助等】 双子たちの見守り、親の手助け(荷物持ちなど)	サークル活動日
11	「四季の縁日」実行委員会	080-1040-4793 (仙田)	上越市 市民プラザ	【その他】 ・イベント当日の会場準備(机・イス運搬、掲示物貼り) ・イベント当日のスタッフ、後片付け(物販、机・イス運搬、清掃)	イベント前日 当日
12	NEO浄興寺プロジェクト	025-530-8013 (綿貫)	浄興寺境内	【その他】 「浄興寺de縁日」開催の会場サポート、フェイスブックなどの発信	イベント開催日等
13	NPO法人 雀新会	090-4746-0411 (宮川)	上越市 市民プラザ	【その他】 健康麻雀指導のお手伝い	随時
14	NPO法人 くびき野NPOサポートセンター	025-522-6639 (平日午後2時～6時) mail: info@kubikino-npo.jp	上越市 市民プラザ 他 保管倉庫	【その他】 食品や日用品の整理 (フードバンクじょうえつへ市民の方々や企業から寄付された食品や日用品などの整理)	月～土曜日 午前10時～午後4時 (要相談)
15	一般社団法人 あにまるシェルターひだまり	080-2298-6934 mail: info@animal- hidamari.com	上越市内 (シェルター)	【その他】 犬や猫を保護しているシェルター内の清掃活動など	土曜日又は日曜日の 午前中、都合の良い時間
16	ワッカ WaccA ものとひと	080-5465-2666 (小林)	イベント 開催会場内	【その他】 イベント時の来場者の見守り	イベント開催日

17	上越名家ネットワーク	mail: supporter@joetsu-meika.com	上越市内 (各邸)	【施設の整備等】 【その他】 ・貴重な建造物や庭園を後世に継承する保存活動のための清掃や公開イベントのお手伝い (サポーターズクラブに登録して、提供される活動情報の中から興味を持って無理のかからないサポート活動に参加)	活動日(要問合せ)
18	ママのつながる場所 アプローズ Applause	mail: y.s.march.678@gmail.com	活動場所 (主に寺町等)	【その他】 ・★さらに★の会場準備や片づけ(どちらかでOK) ・お子さんの見守りサポート ・ママさんとおしゃべり (お子さん連れでのお手伝い大歓迎です)	随時 (活動日)
19	上越ジュニア ダンススポーツクラブ トッキー's	025-523-3762 (長澤)	上越市ファームセンター 他施設	【その他】 ・子どもたちと一緒に活動してくれる方 ・ジュニア指導に興味のある方 (踊れなくても一緒に覚えていただけます) *高校生可	毎週土曜日 午前中
20	NPO法人ふあみりり	mail: famireli.joetsu@gmail.com	上越市 市民プラザ	【その他】 ・一緒に活動を行う ・イベント等開催時の運営スタッフ	随時 (活動日)
21	読み語りジャックの会	025-522-1946 (高野)	上越市内	【その他】 一緒にお話会の仲間になりましょう	毎月第二木曜日定例会、 土曜日午後2時～ 高田・直江津図書館 「土曜おはなし会」
22	花柳流蓑の会	025-543-3887 (小林)	上越地域	【その他】 イベント等開催時補助	随時 (活動日)
23	Marching Band BRAVE	080-4808-8204 (関澤)	上越市内 体育館または コミュニティ プラザ	【その他】 楽器指導(管楽器、打楽器)、音楽指導(合奏) バンド運営のスタッフ(イベント補助、撮影、衣装作成、ショー道具作成)	随時 (活動日)
24	寺町まちづくり協議会	090-1939-3930 (西山)	上越市内	【その他】 ・イベントなど開催時の手伝い ・環境整備活動 随時受け入れをします	随時 (活動日)
25	清里いばしょベースCha-ya	090-7512-9078 (高木)	上越市清里区 武士1216	【その他】 こども食堂運営のお手伝い ・調理スタッフ ・食材提供 ・こどもへ遊びや体験の提供 ・運営事務 他あなたがやりたいと思うことがあればご相談ください スペースの活用についてのアイデアも募集します	こども食堂は 毎月第一土曜日のお昼
26	上越おもちゃ病院	025-525-1515 上越市 社会福祉協議会内	リージョン プラザ 市民プラザ	【その他】 おもちゃ病院開催時の治療受付、治療ボランティア	第2日曜日、第4日曜日 午後1時から2時30分まで
27	上越ゲートボールサポート	080-6586-2528 (南雲)	高田西ゲート ボールハウス (大貫2-3-22)	【その他】 ・大会などの写真撮影(カメラ好きな方) ・活動者との話し相手や交流など	活動日(要問合せ)

