

★ボランティアできます情報★ (団体) 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

★ボランティアを依頼する場合は、

上越市NPO・ボランティアセンターへご連絡ください

掲示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
1	トライアングル	090-5585-2801 (牧井)	音楽演奏の披露	いつでも (要相談)	上越地域	施設、町内会、子供会等で演奏(ギター・ボーカル・オカリナ)します。童謡、唱歌、演歌、フォーク、クラシック等リクエストにもお答えしたいと思います。
2	上越マジシャンクラブ	090-4932-8154 (高峰)	施設・学校などでのステージショー、福祉施設への慰問や講習会を行います	いつでも	上越地域 (市外でも 応相談)	・マジックショー(ステージ・テーブル・イリュージョン・曲芸など) ・マジックの講習会などの教室
3	NPO・上越椿会	090-8102-1862 (中川)	歌と踊りで各施設への訪問をします。メンバーは40代～70代と年齢層も広く、演歌、民謡、童謡などを歌って踊り、楽しんで頂いています	いつでも (要相談)	上越地域	皆さんも一緒に歌える曲(岸壁の母、別れの一本杉、北国の春など)を披露し、踊りや歌に合わせて衣裳を代え、目で見て楽しんで頂けるよう工夫をしています。年間70件位のボランティアを行っています。
4	タミー・チュータ マジック歌謡ショー	090-2744-3139 (仲田)	前半30分位参加者と一緒に歌ったり、軽い体操で身体をほぐした後、マジックの披露。	いつでも (要相談)	上越、妙高、糸魚川	各町内会の敬老会、忘・新年会、子供会、障害者(児)福祉施設、デイサービス、特養老人ホーム、デイケア、文化祭でのマジック教室など行ないます。 資格:ラジオ体操一級指導員
5	NPO法人 日本車椅子 レクダンス協会 上越支部	090-5557-0900 (吉川)	施設訪問を行い、車椅子ダンスと一緒に楽しんで頂く	いつでも (要相談)	上越市内	全員インストラクター有資格者ですので安全、安心にお相手させていただいております。
6	上越カウンセリング 楽習会 「語らい」	025-230-5320 (荒木)	カウンセリングを行います	いつでも (要相談)	県内外	○被災者を訪ね、被災者に対するカウンセリング ○学校教員に対するグループカウンセリング・研修会 ○あらゆる方々のさまざまな苦悩・不安・迷いに応じさせていただく ○不登校・虐待・引きこもり・いじめ・他者との関係困難・転職のくり返し等のカウンセリングを行います。 * 交通費、宿泊費が必要です(ご相談ください) * 災害の被災者は除く

揭示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
7	市民カラオケ うたおうかい 歌桜会	090-2973-7088 (福神)	高齢者施設の慰問やイベント などで歌、踊りを披露します	火曜日・土曜 日 以外 (要相談)	上越地域	歌唱を中心にマジック、踊りも披露します。
8	ミュージック ボランティア smileすみれ	080-5499-8361 (武田)	参加型歌謡コンサートの出前 をします	いつでも (要相談)	上越地域	歌いながら元気に体を動かしましょう。曲目は唱歌、ナツメロ、演歌からクラシックと何でもできます。リクエストも受け付けます。合唱指導もできます。
9	くろみつ	090-4810-7819 mail:iwgp9632@docomo.n e.jp (黒田) 電話連絡は、平日午後6 時以降、土日はいつでも 可、mailしていただければ、 折り返し連絡を致します。	ギターとハーモニカでの弾き 語り演奏での慰問(演歌・唱歌 ～フォークソングまで)	土・日曜日 (平日要相談)	上越地域	演歌から唱歌、フォークソングなど、音楽を通して 楽しいひとときを。
10	花柳流毬の会	025-543-3887 (小林)	子供向 ワークショップ 大人向 気軽に楽しむ日本舞 踊講座	応相談	上越地域 (学校、幼 稚園、公共 施設)	日本舞踊協会会員 花柳流専門部(師範)
11	オカリナサークル うみかぜ	025-599-2087 (外立)	福祉施設などでオカリナ演奏 をします	土・日曜日、 祝日	上越地域	クラシックから演歌・歌謡曲まで、ご希望の演奏を します。
12	絆withピア	070-2801-9093 (佐藤)	WRAPクラス	いつでも (要相談)	上越地域	* 開催場所までの交通費、資料代が必要です。
13	CAP・じょうえつ	mail: capjoetu@yahoo.co.jp 090-3595-8452 (江村)	人権、暴力防止、安全教室、 講座の紹介案内をします	いつでも (要相談)	上越地域	子どもたちの人権を守り、暴力のない社会を目指 して、自分の力で暴力から身を守るためにできる 事を一緒に考え、伝えます。
14	マリキータ	080-1070-2403 (市川)	南米の竹笛ケーナを中心にし た演奏をします	いつでも (要相談)	上越地域	南米の竹笛ケーナを中心に、また中南米の楽器 も加えて、フォルクローレ(中南米音楽)を演奏し ます。

掲示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
15	上越市 レクリエーション協会	090-7016-7409 (中村)	子供会、老人会、町内会への レク支援・ニュースポーツ体験 活動を行います	いつでも (要相談)	上越地域	経費として5,000円(謝金、交通費込)が必要です ので、ご相談ください。
16	上越尺八クラブ	090-2495-3101 (田中)	学校での尺八体験、介護施 設・高齢者施設などでの演奏 をします	いつでも (要相談)	上越地域	尺八好きのグループです。古典から童謡、現代曲 まで、演奏します。
17	ミュージック ボランティア チャーリー	090-2637-7523 (日高)	オカリナ・ピアノの演奏 歌の伴奏(ギターとピアノ)をし ます	いつでも (要相談)	上越市内 (市外の場合 でもご相談 ください)	オカリナ、ピアノ、ギター演奏などいろんな形で演 奏できます。
18	おはなし会 そらとぶじゅうたん	080-1295-9963 (百沢)	絵本のよみきかせ	いつでも (要相談)	上越地域	絵本のよみきかせで、物語の楽しさをお届けしま す。
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)	ダンススポーツの発表	土・日曜日 (要相談)	上越地域	ダンススポーツの発表、披露します。
20	民謡 米山会	025-534-6920 (小池)	各町内会、老人会などでの民 謡の披露	日曜・祝日 (要相談)	上越市内	新潟県民謡を主として、三味線、尺八、太鼓の伴 奏で民謡を披露します。 *(三味線、尺八、太鼓)の先生謝礼、1人5,000 円が必要です。
21	ふるさとの偉人・ 文化を語りつぐ会	090-4384-0720 (大滝)	「高田城初代藩主松平忠輝公 物語」の紙芝居の上演や上越 の偉人について読み聞かせをし ます	いつでも (要相談)	小学校 放課後児童 クラブ 子ども会な ど	小学校や地域のご要望に応じます。 対象は小学3、4年生で20分程度です。
22	上越 音楽文化振興会	090-9424-4875 (横尾)	学校・幼稚園、施設などでの 「出張コンサート」 ・音楽演奏・・・楽器の説明を 含めて色々な楽器でのコン サート ・童話と音楽・・・未明童話の発 信の為に芸術性の高い朗読 会	土・日以外の 午前を希望 (要相談)	上越市内	交通費が必要です。 (ご相談ください)

掲示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
23	チャイ・ディー	080-5035-0669 (萩原)	タイの楽器・キムの演奏、タイの民族舞踊の披露	土曜日 曜日 祝日	上越市内	施設などにうかがって、タイの楽器「キム」を演奏やタイの民族舞踊を披露します。歌も可。日本の曲も演奏できます。
24	上越消費生活サポーターネット	025-543-5178 (竹山)	悪質商法の被害にあわないための出前講座	いつでも (要相談)	上越市内	出前講座で悪質商法の被害にあわないための啓発講座をします。DVDを観たり、替歌を歌ったり、クイズをしたりして、参加型の楽しい講座をしています。
25	サークル Circle いろは姫	025-526-1839 (日下)	松平忠輝公と五郎八姫の生涯を綴る歌や紙芝居の披露	いつでも (要相談)	上越市内	初代高田城主、松平忠輝公と五郎八姫を顕彰し、その生涯を伝えています
26	ハーモニカ倶楽部 スマイリー	090-2911-8403 (梅山)	ハーモニカの独奏、アンサンブル演奏で福祉施設への慰問	いつでも (要相談)	上越地域	演歌、唱歌、童謡などの演奏で皆さんに、ハーモニカの音色を楽しんで頂きたいです。
27	上越セパタクロークラブ	090-2251-9070 (川上)	体験会の開催	いつでも (要相談)	上越地域	妙高市・糸魚川市・上越市内の小・中・高校・専修学校・大学等の授業、スポーツクラブ、イベントなどで、また各種団体、企業でのイベント、レクリエーションでセパタクロークラブの体験会を出張し行きます。幅広い年齢層の方々に楽しんでもらいたいと思います。
28	読み語り ジャックの会	025-522-1946(FAX共) (高野)	お話し会	いつでも (応相談)	上越市内	子どもからお年寄りまで、学校、施設、サロンなど要望があれば伺います。 (1か月前にお申し込みください) * 交通費(車代)が必要です。(ご相談ください)
29	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	施設の整備	月・水・金 (応相談)	上越市内	施設の草取り、掃除をします。 交通費等、要相談。 およそ1週間前までにご連絡ください。
30	ボイアガナール	070-3861-3939 (植木)	リコーダー、タンバリン、太鼓、大正琴など用いて、歌や踊りの披露をします	いつでも (1ヶ月前に連絡希望)	上越地域 糸魚川 妙高など	リコーダー、タンバリン、太鼓、大正琴など用いて、歌や踊りで1時間程度の演奏やみんなで手足を動かして楽しめる演奏をします。
31	ひまわり	080-3320-1870 (大塚)	福祉施設や学校などを訪問してマジックを披露します	いつでも (応相談)	上越地域	各施設のご希望に合わせたマジックを披露し、皆さんに喜んで頂きたいです。

掲示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
32	NPOお笑い事業団 ニイガタ所属 お笑い&マジシャン 梶小路 はっと	090-1692-6388 (飯田)	お笑いマジック、漫談で防犯、交通安全、振り込め詐欺防止、防災についての話をします	いつでも (応相談)	上越地域	マジックも披露しながら皆さんに笑って頂きたいです。
33	牧フレッシュガールズ	025-533-6691 (清水)	バレーボールの指導	いつでも (要相談)	上越市内 体育館	他の地区でバレーボールのあそびをしたい場合は、出張して指導いたします。声をかけて下さい。
34	NEO 浄興寺プロジェクト	025-530-8013 (綿貫)	発表の場の提供	イベント開催日	浄興寺本堂 ・庫裡	浄興寺で行うのイベント開催時に、文化活動や音楽活動の発表の場を提供します。
35	五智公園を 育てる会	025-543-6040 (石野)	公園内の案内	いつでも (要相談)	五智公園	豊かな里山の自然を持つ五智公園の植物の説明をします。
36	対話絆塾	025-530-2144 (北川)	対話、コミュニケーションの手解き	いつでも (要相談)	上越市内 妙高市内	コミュニケーションについて深く学び練習している経験を活かして、コミュニケーションの仕組みや改善する方法についてお話しできます。60分程の説明と初歩的な手解きを組み合わせ、2時間程です。実費程度の交通費と参加者一人500円の資料代が必要です。
37	Renの会(がんサロン)	090-7812-6530 mail:kazumi4251@gmail.com (坪井)	ピアサポートの場の提供	偶数月 第3土曜日 午後1時30分～3時30分	春日謙信 交流館	がんの当事者(患者、ご家族、支援者)のお話し相手、ピアサポートの場を提供します。
38	上越市太極拳協会	090-2646-5584 (浅野)	太極拳を披露します	いつでも (要相談)	上越市内	太極拳披露します。
39	Dream world	080-6745-0910 mail:1124dancer@gmail.com (黒田)	弾き語り、コーラス、ダンス等の披露	土・日曜日 (平日は応相談)	上越地域	上越地域を中心として地域活性化の為に活動しています。弾き語りやコーラス、ダンス等を披露します。
40	Marching Band BRAVE	080-4808-8204 (関澤)	地域イベントへの参加 子どもたちへのマーチング指導	土・日曜日	上越地域	上越地域を中心に活動する一般マーチングバンドです。地域のイベント出演や、子どもたちへのマーチング指導をします。
41	みんなの集い	090-8006-8101 (大島)	視覚障害を持つ者同士が話し合える場の提供	定例会開催日 (毎月第2 土曜日)	上越市 福祉交流 プラザ	視覚障害となって味わう苦楽や、同じ障害を持つ者同士だから分かり合える事、その他話したい事、聞きたい事等を安心して話し合える場を提供できます。 事前に申し込み下さい

掲示番号	団体名	連絡先	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
42	NPO法人日本ヨーガ療法士協会 新潟上越支部	090-7818-2133 (岩崎)	ヨーガ療法の指導	月曜(午後) 火曜(夕方) 水、金曜日(午前) 土曜(午後)	上越市 または近郊	小・中・高校生全般、不登校児へのヨーガ療法指導、障がい者等医療福祉施設全般、就労支援、企業向け指導、ストレスケア、全般的心身の安定化と健康増進 経費:応相談
43	スマイルバルーン Smile Balloon	090-3647-0352 (田隈)	バルーンアート バルーン装飾、バルーンパフォーマンス、グリーティング、バルーン教室、ワークショップ他	いつでも (要相談)	県内外	ご希望の場所でやらさせていただきます。 クオラテックスバルーンネットワーク(QBN)会員、世界公認バルーンアーティスト(CBA)、Bproギフト&アレンジメント取得、BPAバルーンアート技術検定3級 材料費が必要です。遠方の場合は交通費を負担ください。(ご相談ください)
44	音と絆の会言音 ^{ことね}	080-3375-9676 (ナースの桜幸 ^{さくらこ})	歌、マジックショー、腹話術、健康講座	午後	上越地域	唱歌、讃美歌、歌謡曲、演歌を披露、マジックショー、腹話術・健康講座もできます (カラオケセットが有るとうれしいです)
45	はあとtoは一と	070-9132-0385 (大野)	音楽の演奏	いつでも (要相談)	上越地域	なつかしいフォーク、ニューミュージックの曲を演奏します * 交通費などが必要です(ご相談ください)
46	上越おもちゃ病院	025-526-1515 (上越社会福祉協議会内)	出張病院の開催	いつでも (要相談)	上越地域	ご希望に応じておもちゃの出張病院を開催します
47	JSO fiore violini ^{フィオーレ ピオリーニ}	090-5436-8679 (高松)	弦楽器の小編成アンサンブル	いつでも (要相談)	上越地域	上越交響楽団のメンバーで構成している、弦楽器のアンサンブルです。親しみやすい曲で楽しく演奏して、聴いている人達にも楽しんでもらいたいです。
48	くびき野トルバドゥール	090-8859-0193 (大越)	オカリナ・リコーダー・ギター演奏	いつでも (要相談)	上越地域	オカリナ・リコーダー・ギターなどで昔懐かしい曲や童謡・唱歌〜クラシックなどの名曲の演奏を楽しんでいます。地域のイベント、介護施設への慰問コンサートなど。
49	ハーモニカ・ジージー	090-2911-8403 (梅山)	ハーモニカの演奏(独奏)	いつでも (要相談)	上越地域	デイサービス等施設でのハーモニカ演奏(独奏中心)をします。童謡、唱歌、歌謡曲等の歌の伴奏をします。ハーモニカ倶楽部スマイリーのメンバーです。

★ボランティアできます情報★（個人） R8.1月更新

問合わせ先

上越NPOボランティアセンター（上越市土橋 上越市市民プラザ）

開設時間・・・月～土曜日 午前10時～午後4時

休館日・・・毎月第3水曜日、12月29日～1月3日

★ボランティアを依頼する場合は、

上越市NPO・ボランティアセンターへご連絡くだ

掲示番号	活動内容	年齢	性別	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
1	視覚・知的障害児の指導	80代	男	障害者(児)の心理、福祉制度(特に視覚・知的障害)の知識あり小学校、高齢者施設等で障害者との関わりについて理解を深めたい	いつでも	特になし	在職中は障害児教育に携わり、指導方法や教育相談が専門。
2	紙芝居	50代	女	紙芝居の上演	要相談	上越地域	子どもから大人まで楽しい物語の世界へ！各年代に合わせた内容の紙芝居を用意します。
3	カラオケでの歌の披露、司会もできます。	70代	男	カラオケで歌を歌います。人と話をする事が好きです。司会などもできます。	いつでも	上越地域	演歌、歌謡曲などレパートリーは五木ひろし、氷川きよし、川中美幸、大月みやこ等です。
4	もちつき(イベントなどで)	70代	男	イベントなどでもちつきをします。	いつでも	上越地域	どこでもできます。(屋外、屋内)全国でボランティア経験あります・道具(うす、杵等持参します)必要経費などについては、ご相談ください。
5	そば打ち実演歌と笑いの提供	60代	男	中郷区で「稲荷縄文そば今町屋」を営んでいます。そば打ちの実演は、その場で試食あり。歌と笑いの慰問は、南太郎の名前で活動中です。 *材料費など要相談	月・火曜日または、水～日曜日は午後2時以降	上越地域	18年の実績があります。 第一種衛生管理者・食品衛生責任者資格
6	ギターの弾き語り演奏	60代	男	ギターの弾き語り演奏での慰問(演歌・唱歌～フォークソング・歌謡曲まで)	土・日曜日(平日応相談)	上越地域	演歌から唱歌、フォークソング・歌謡曲と一緒に歌い楽しい時間を送りたい。
7	音楽療法	50代	男	音楽療法、歌唱療法を行います。音楽療法士、歌唱療法士の資格があります。	要相談	上越市内 応相談	呼吸法の指導をしながら、手遊びや合奏で、季節の歌や懐メロを歌います。
8	爪のお手入れ	50代	女	爪のお手入れをします	要相談	上越市内 応相談	高齢者施設などで、利用者や入所者の方の爪を磨いてオイルで仕上げます。
9	鳥獣被害対策	70代 40代	男	鳥獣被害対策相談を行います	いつでも	上越地域	対策などについての相談を無料で応じます。お問い合わせください。

掲示番号	活動内容	年齢	性別	提供内容	希望日時	希望場所	自己PR
10	ファシリテーションを行います	60代	男	①ファシリテーションに関する研修 ②会議などのファシリテーター	いつでも	上越地域	①参加者のアイデアを活かし、チームとしての力が十分に発揮できるような会話などの進め方、もち方に関する研修 ②利害関係のない第三者としての会議の進行、進行に関わる助言をします * 日本ファシリテーション協会 会員 * 参加者一名につき200円程度(資料代など)と会場費実費が必要です。
11	キーボードの弾き語り演奏 肩もみ	70代	男	キーボードでの弾き語り演奏(唱歌～フォークソング・歌謡曲まで)	いつでも	上越地域	キーボードを持参して演奏します。一緒に楽しみましょう。 * 肩もみもできます。 * 交通費を負担ください(応相談)
12	エレクトーン演奏	60代	女	色々なジャンルの曲を演奏します	いつでも	上越地域	エレクトーンを持参して演奏します。懐メロからアニメソングまで幅広く対応します。 * 交通費を負担ください(応相談)
13	ハンド、フェイシャル、フットセラピー	40代	女	ハンド、フェイシャル、フットセラピー、簡単なシニアヨガをします。	土・日曜日 祝日	上越地域	日本介護美容セラピスト協会認定セラピストです。健康寿命延伸を目的に、ハンドセラピー、フェイシャルセラピー、フットセラピーをします。簡単なシニアヨガも出来ます。初回は無料、次回以降は材料費など実費をいただきます。(要相談)
14	小学校低学年 不登校児などの 学習補助	80代	女	小学校低学年・不登校児の児童の学習補助、本の読み聞かせ等	木曜日	上越市内	教員経験あり、小学校低学年の学習の指導補助をします。 また、自宅にて表千家 茶道教室を行っています。

