

ボランティア通信



タマボラ君

発行 社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会
多摩ボランティア・市民活動支援センター(通称「多摩ボラセン」)
TEL 042-373-6611 FAX 042-373-6629
<https://tamavc.jp/>



ボラセンホームページ
QRコード



特技・芸能 ボランティアカタログ 発行しました！

特技・芸能ボランティアカタログについての詳細は 2面をご覧ください



▼▼▼ contents ▼▼▼

- ◇登録団体表彰のお知らせ/ボランティア保険の受付開始/
特技・芸能ボランティアカタログについて P.2
- ◇にゃんともTAMARボランティアポイント説明会/PC相談 P.3
- ◇春のボランティア出張相談会のご案内/トルコ・シリア地震救援金他 P.4
- ◇ボランティアさん出番です! P.5
- ◇多摩ボラセンからのご報告 P.6
- ◇多摩市からの情報/助成金情報 P.7
- ◇多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第34弾 P.8

多摩ボラオリジナルキャラクター
タマボラ君LINEスタンプ
配信中心!

Let's ボランティア

お役れさまです

LINE STOREから→
購入できます

多摩ボラセンからのお知らせ

多摩ボラセンの登録団体が表彰されました

★第71回東京都社会福祉大会において、下記の2団体に感謝状が贈られました。

○小さな天使 ○メイクボランティアげんき手！

★多摩市市制施行50周年記念感謝状が、下記の23団体に贈られました。

○うたごえランド ○ボランティアサークル絵手紙くるくる ○おもちゃ病院 kebo ○多摩市手話サークル「クローバー」

○メイクボランティア げんき手！ ○パソコン点訳サークルこがめ ○多摩市災害ボランティアの会

○NPO 法人シニアサポート多摩 ○たま介護会 ○多摩社会福祉士会

○NPO 法人多摩生活サポートセンター ○多摩たけのこ ○小さな天使

○「なかまの会」白楽荘グループ ○南京玉すだれ多摩お江戸隊 ○にじいろの会

○風船隊バルバル ○ひなの会 ○傾聴ボランティアグループ「福寿草」 ○マジックエコー

○南多摩日本語の会 ○NPO 夢のマネージメント社 ○リフォームおはりばこ

★令和4年度多摩市社会福祉協議会福祉大会において、下記の7団体が表彰されました。

○NPO 法人多摩生活サポートセンター ○NPO 夢のマネージメント社

○NPO 法人シニアサポート多摩 ○シニアITクラブ ○多摩社会福祉士会

○多摩市災害ボランティアの会 ○南多摩日本語の会

(順不同)

表彰された団体の皆さま、誠におめでとうございます！



令和5年度ボランティア保険の受付を開始しました

◆令和5年度のボランティア保険の受付を3月2日(木)より開始しました

ボランティア保険は、令和5年4月1日から令和6年3月31日までの1年間の保険となります。

現在活動中の方、活動を予定されている方は是非更新、ないしはご加入をお願い致します。

▶受付場所 ①多摩ボラセン(聖蹟桜ヶ丘・ヴィータ・コミュニネ7階)

②多摩市社会福祉協議会(二幸産業・NSP健幸福祉プラザ3階・7階事務室)

令和5年度版の特技・芸能ボランティアカタログを発行しました

特技・芸能ボランティアとは楽器演奏や、落語、マジック、バルーンアートなどの特技を、無償(実費はケースバイケース)で各種イベントや福祉施設で披露したり、教えたりする活動です。

多摩ボラセンでは、こうした活動者やグループを集めたカタログを作成し、年に一度更新しています。最新版のカタログはボラセンで配布の他、ボラセンホームページでも公開しています。「今度のイベントに、こんなパフォーマンスをしてくれる人はいないかな」「お祭りを企画しているんだけど、内容で悩んでいる」などにお応えできる内容です。是非ご覧ください。

ボラセンホームページ特技・芸能カタログはこちらから→



問合せ 多摩ボラセン ☎042-373-6611 FAX042-373-6629

※各種イベント等は、諸事情(新型コロナウイルスの感染拡大など)により中止となる場合があります

多摩ボラセンからのお知らせ

多摩市介護予防事業「にゃんともTAMARボランティアポイント」はじめての登録説明会

にゃんともTAMARボランティアポイント(介護予防ボランティアポイント)は、指定された多摩市内の施設などでボランティア活動することでポイントが貯まり、そのポイントに応じた交付金を受けられる取り組みです。

元気に楽しみながらボランティア活動をはじめませんか

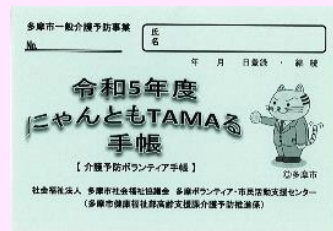
- ▶日時 3月9日(木) 14:00～1時間程度
- ▶会場 多摩ボランティア・市民活動支援センター 活動室3
(関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階)
- ▶対象 65歳以上で多摩市に介護保険料を納めている方
- ▶持ち物 筆記用具・介護保険被保険者証
- ▶申込み 開催日の2日前までに多摩ボラセンへご連絡ください。



登録者の皆さまへ

「令和5年度にゃんともTAMAR手帳」の配布が始まりました。した。多摩ボランティア・市民活動支援センター窓口と出張相談会でお渡ししています。

令和5年度の手帳は水色です。



にゃんともTAMARボランティアポイントの対象施設に下記の活動先が加わりました!

～多摩市愛宕児童館～

活動場所：愛宕児童館（愛宕1-65-3）
 活動内容：花壇・植栽の手入れ
 活動日や時間は応相談、花や植木が好きな方、子どもが好きな方大歓迎です。



パソコン相談 ～トラブル相談・ティーチャー～ (★印は障がい者向けパソコン相談会)

パソコンでお困りの方、お気軽にご相談ください。無料でご相談に応じます。

- ▶会場 多摩ボランティア・市民活動支援センター
(関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階)
- ▶備考 相談時間はおひとり30分間です。お申込みは不要。
 下記時間内にご来所ください。先着順に対応いたします。
 ★印は障がい者向けパソコン相談会です。お申込みが必要です。
 ⇒お申込み先 ☎042-356-0307(法人管理課 センター係)



			PCティーチャー (Word, Excelなど)		PCトラブル(ソフトのインストール、トラブルやハード面)	
3月	7	火	シニアITクラブ 13:00～15:00		多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	8	水			多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	14	火	パソコンボランティア多摩 10:00～12:00 ★①13:30～②14:30～		多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	28	火			多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
4月	4	火			多摩生活サポートセンター	10:30～14:30

問合せ 多摩ボラセン ☎042-373-6611 FAX042-373-6629

※各種イベント等は、諸事情(新型コロナウイルスの感染拡大など)により中止となる場合があります。

多摩ボラセンからのお知らせ

春のボランティア出張相談会のご案内

ボランティアに関する相談、ボランティア保険の加入手続、65歳以上を対象にした「にゃんともTAMAるボランティアポイント」の登録、ポイント活用申請の受付等を、下記の日程で行います。どうぞお気軽にお越しください♪ なお、ボランティアポイントのポイント活用申請は4月からとなります。開催時間は会場とも14:00～15:30です。
 ※「二幸産業・NSP健幸福祉プラザ会議室」は10:30～12:00の開催となります。
 ※「とよよん」は13:30～15:00の開催となります。



会場	日程
永山公民館	3月27日(月)・4月24日(月)
愛宕かえで館	3月23日(木)・4月20日(木)
ひじり館	3月22日(水)・4月26日(水)
大栗川・かるがも館	3月28日(火)・4月25日(火)
トムハウス	3月16日(木)・4月13日(木)
※二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ 7階	3月23日(木)・4月27日(木)
※健幸つながるひろば とよよん (豊ヶ丘商店街内)	3月20日(月)・4月17日(月)

NPO・ボランティア・市民活動 個別相談会終了のお知らせ

令和元年9月より実施しておりました「NPO・ボランティア・市民活動個別相談会」は令和5年3月22日(水)をもって終了とさせていただきます。
 令和5年の4月以降で「NPO・ボランティア・市民活動等」でお悩みの方は、お気軽に多摩ボラセンへご相談ください。
 なお、3月のNPO・ボランティア・市民活動 個別相談会のお申込みについては、予約が上限に達したため受付終了とさせていただきます。あらかじめご了承ください。



【2023年トルコ・シリア地震救援金にご協力ください】

多摩市では、トルコ南東部のシリア国境付近を震源とする地震被害を受け、現地での救援活動を支援するため、救援金の受付を行っています。多摩ボラセンにおいても救援金の募金箱を設置していますので、皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。お寄せいただいた救援金は、多摩市を通じてすべて日本赤十字社へ送金します。

★多摩市での救援金受付は以下のとおりです。

○期間：令和5年5月24日(水)まで

○受付場所：市役所4階健康福祉部福祉総務課 8時30分～17時(土曜、日曜及び祝日は除く)

○募金箱の設置(領収書が不要の方は、次の場所に募金箱が設置されていますので、ご利用ください)

募金箱設置場所	受付時間
多摩市役所(本庁舎1階ロビー)	平日8時30分～17時 ※土曜、日曜及び祝日は除く
多摩センター駅出張所	平日・土曜8時30分～17時 ※日曜及び祝日は除く
永山公民館(3階受付)	平日・土曜・日曜・祝日9時～17時 ※休館日は除く
二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ(総合福祉センター)	平日・土曜8時30分～17時 ※日曜及び祝日は除く
多摩ボランティア・市民活動支援センター	平日9時～19時 土曜、第1・3日曜9時～17時 ※第1・3月曜、第2・4・5日曜及び祝日は除く

※詳細は多摩市のホームページをご覧ください



※日本赤十字社へ直接お振込みを希望される方は、日本赤十字社のホームページをご覧ください



問合せ 多摩ボラセン ☎042-373-6611 FAX042-373-6629

※各種イベント等は、諸事情(新型コロナウイルスの感染拡大など)により中止となる場合があります

ボランティアさん出番です！

ボランティアを募集します！

活動によっては見学や体験参加も可能です。
こちらに掲載していない活動もあります。
遠慮なくお問合せください。ご相談だけでも構いません。



…継続ボランティア



…単発ボランティア

移動スーパーでの買い物支援



- ▶日時 毎週月曜日（販売日）のうち月1回程度
15:25～16:00頃
- ▶内容 移動スーパーで買い物をした高齢の方の荷物を自宅まで運ぶお手伝い
- ▶活動場所 豊ヶ丘5丁目
- ▶募集人数 6～7名
- ▶備考 どなたでも
- ▶その他 マスク着用をお願いします。37.5度以上風邪症状のある方はご遠慮ください。

市内の子ども食堂に食品を届ける
フードバンク活動です

- ▶日時 不定期（平日の日中、木・金曜日午後の場合が多いです。1回2時間程度）
- ▶内容 市内の複数の子ども食堂や、その他協力団体から依頼を受け、食品の引き取りや配送・配布を行います。
- ▶活動場所 市内各所
- ▶備考 自家用車を使用して継続的に参加できる方。特に平日動ける方歓迎。月2回以上参加が可能な方を求めています。

デイサービスでマシンなどの
アルコール消毒拭きのお手伝い

- ▶日時 毎週木曜日 10:00～12:00
毎週月・木・金曜日 14:00～16:00
- ▶内容 施設内のマシン等のアルコール消毒拭きをお願いします。
- ▶会場 あいフィットネスサロンさくら
(関戸1-2-11スマイラス聖蹟桜ヶ丘1階)
- ▶募集人数 各1名（学生は事前に要相談）

子ども・誰でも食堂の調理の補助
をお願いします

- ▶日時 毎週土曜日 13:00～16:00
- ▶内容 子ども・誰でも食堂の調理の補助
- ▶活動場所 ゆづり葉の家（連光寺2-31-23）
- ▶募集人数 2～3名
- ▶対象 高校生以上
- ▶持ち物 エプロン、バンダナ

車いすの清掃や整備を
お手伝いいただけませんか？

- ▶日時 毎月第3火曜日 10:00～11:00
- ▶内容 多摩社協が貸し出している車いすや、市内施設の車いすの清掃（ふき取りや消毒）、整備等
- ▶活動場所 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ
(多摩市総合福祉センター) 3階
(南野3-15-1)
- ▶募集人数 若干名
- ▶備考 特別な技術は必要ありません。



東京ヴェルディのホームゲームでの高齢者、障がい者のサポートを募集します



- ▶日時 3月25日 11:00 集合
4月12日 15:00 集合
(いずれも活動時間6時間程度)
 - ▶内容 ○車いす来場者の付き添い
○お手伝いが必要な方のサポート
○高齢者、障がい者の歩行必要時の見守り等
- 注1：直近2週間前からの体調管理が必須となります。
注2：当日、対象者がいない場合は東京ヴェルディ運営ボラとしての活動になります。
- ▶活動場所 味の素スタジアム(京王線飛田給駅徒歩5分)
 - ▶募集人数 5名
 - ▶条件 介護経験のある方、福祉を学んでいる、あるいは学びたい方（資格不要）
 - ▶備考 交通費一律1000円、および弁当支給
ボランティア保険加入が必要です。ボラセンで承ります。

問合せ先のない活動は多摩ボラセンへ！ ☎042-373-6611 FAX042-373-6629

※各種活動は、諸事情(新型コロナウイルスの感染拡大など)により中止となる場合があります

多摩ボラセンからのご報告

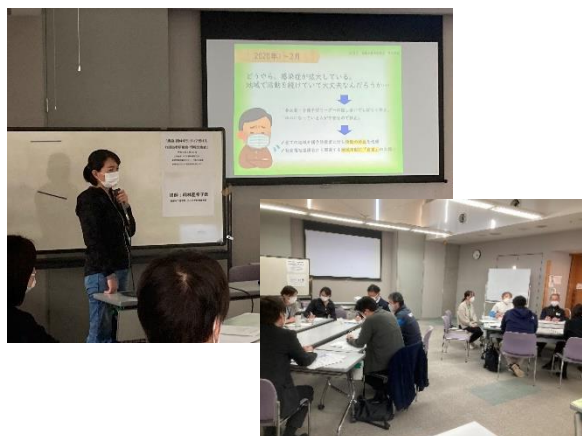
和田中学校の生徒がボラセンで職場体験を行いました



1月17日(火)～20日(金)の4日間、和田中2年生の阿部さんがボラセンの窓口で座って、利用者対応などの職場体験を行いました。仕事の楽しさや充実感など、普段の授業とは違う学びになったのではと思います。4日間お疲れさまでした！

はじめは緊張したけど、事務作業のスタンプ押しや手紙を折る仕事楽しかったです。

施設・団体ボランティア受け入れ担当者研修会・情報交換会～終了しました！



2月16日(木)施設や団体でのボランティア受け入れのご担当者に向けた、研修会・情報交換会を二幸産業・NSP健幸福社プラザで実施しました。対面での開催は実に4年振りです。

講師の桐林亜希子氏(多摩市介護予防・フレイル予防推進員)から多摩市の高齢者のフレイル状況を伺った後、参加者間でボランティア受け入れの事例報告や、課題に対してのグループワークなど、具体例を交えて活発な意見交換が行われました。

コロナ禍以降の生活様式の変化に対応しつつ、新たなボランティア活動を模索する、熱のこもった研修会となりました。

ボラ活しよう！市民活動入門講座
～バルーンアート編～終了しました！

大妻女子大学バルーンアート同好会「ばろん。」のみなさんは多摩市内のイベント装飾でも活躍中。ご協力ありがとうございました！

1月26日より全3回で市民活動入門講座を実施しました。講師は多摩市にある大妻女子大学のバルーンアート同好会「ばろん。」のみなさん。12名の方々にご参加いただきました。参加者がボランティア活動を始めるきっかけとなり、今後、バルーンアートを使った活動に繋がることを目的に開催しました。今回の講座はバルーンアートの基本的な作り方を学ぶことから始まり、最終日には参加者と講師が一緒となって、大型装飾作品を作成しました。バルーンアートはご存じの通り、各所イベントで子供たちに大人気♪講座では犬やキリン、ウサギ、剣、クマ、お花などたくさん作って、ボラセン入口に「ご自由にどうぞ」と設置するとあっという間に無くなりました。やはりバルーンアートは人気ですね。受講後はフォローアップ講座を経て、3月開催のこどもまつりイベント無料ブースの出展を企画中です。今後の皆さんの活躍に期待が高まります♪



初日は、エアを入れるのも結ぶのも一苦労でしたが、最終日にはみなさん、職人のような手さばきに。

ボラ活しよう！

多摩市にはいろいろなボランティアがあります。

はじめることに年齢は問いません。

やりたいと思ったらまずはボラセンへ♪

無理のない範囲で活動できるメニューをご紹介します。

ボランティアコーディネーターが皆さんをお待ちしております♪



多摩市からの情報

「令和5年度 食品スクリーニング検査業務委託」の受託者を募集します！

【内容】多摩市役所では、市民のみなさんから依頼された食品の放射線物質の検査を令和5年度も市民協働指定事業として実施を予定しています。受託を希望する団体は、次の日程で仕様書を配布しますので多摩市役所東庁舎「環境政策課」までご来庁ください。なお、契約は最低価格をお見積りいただいた団体と行います。

- ▶仕様書配布期間：3月9日（木）9時から3月15日（水）16時まで（閉庁日除く）
- ▶仕様書配布場所：多摩市役所東庁舎1階「環境政策課」
- ▶見積書の提出期限：3月22日（水）16時まで
- ▶見積の方法：仕様書の配布時にお知らせします。
- ▶契約締結の予定日：4月3日（月）

【問い合わせ先】多摩市環境部環境政策課 電話042-338-6831（直通）

助成金情報 ※詳細は主催団体のHPをご確認ください

地域活動団体への助成事業「生活学校助成」

近所のお年寄りや子どもたちの見守り、ごみの回収や資源リサイクル活動など、身近な地域や暮らしの問題に取り組むグループの皆さま、生活学校に参加してみませんか？生活学校としてご参加いただいた地域活動団体には、当協会から、活動経費の助成を行います。

- ▶対象団体（①及び②の両方に該当する団体）①身近な地域や暮らしの課題解決に取り組む地域活動団体
②全国の生活学校が連携して行う全国運動に参加する意向のある地域活動団体
- ▶助成金額・生活学校への参加 6万円（初年度3万円、2年目3万円）・全国運動への参加 上限5万円（現在のテーマは「食を通じた子どもの居場所づくり」）
- ▶応募締切 令和5年4月30日
- ▶申請書の入手方法 下記問い合わせ先までメールでご連絡のうえ、申請書類をお取り寄せください。
- ▶申請方法 次の書類を合わせてメールでご提出ください。①申請書（所定の書式に必要事項を記入）
②活動の様子がわかる会報または資料等（A4サイズ1～2枚程度）
- ▶問い合わせ先 公益財団法人あしたの日本を創る協会 生活学校募集係 〒113-0033 東京都文京区本郷 2-4-7 大成堂ビル 4階 TEL 03-6240-0778 FAX03-6240-0779 メール ashita@ashita.or.jp
ホームページ <http://www.ashita.or.jp>

予告

令和5年度多摩市社会福祉協議会 ボランティア活動等振興助成金について

令和5年度多摩市社会福祉協議会 子ども・若者応援助成金について

多摩ボラセンでは、ボランティア・市民活動団体が行う公益的な事業に対して助成金を交付しています。また、子ども・若者が、地域で安心して過ごすことのできる居場所づくりなどの取り組みを行う団体に対しても事業助成金を交付します。

詳細はボランティア通信4月号に掲載いたします。

多摩大学 経営情報学部
中村その子ゼミ企画

三寒四温といいますが、まだまだ春は遠いこの時期、冬眠している動物や虫たちもまだ起きそうにないですね。亀も冬眠するって知っていましたか？
今月号は中原^{なかほらあやか}彩花さんのグループが考えた「暗号クイズ」です。
今回はプレゼントを用意いたしましたので、ぜひご応募ください！！

【暗号クイズ】

それぞれの動物が右側の記号で表される場合、①②③④は ABCD のどの動物になるでしょうか。

小さい○には小さい文字が入ります。

ヒント：動物を英語でカタカナにすると・・・



= ○ ④ ○



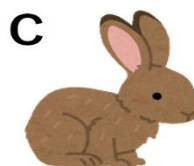
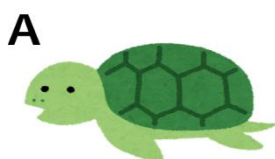
= ○ ○ ○ ③



= ○ ○ ○ ②



= ① ○ ○ ○



何の動物が分かりましたか？

正解者の中から抽選で以下の賞品をプレゼント

賞品 1 永山健康ランド「竹取の湯」ご招待券(2枚組) 5名様

賞品 2 市内福祉作業所のお菓子詰め合わせ 10名様

応募方法は、はがき、ファックス、Eメール

(tamavc@tamashakyo.jp)のいずれかで、

①暗号クイズの答え、②欲しい賞品名、③ボランティア通信の感想、

④郵便番号・住所、⑤氏名、⑥電話番号をご記入の上

「V通信3月号プレゼント係」へご応募ください。

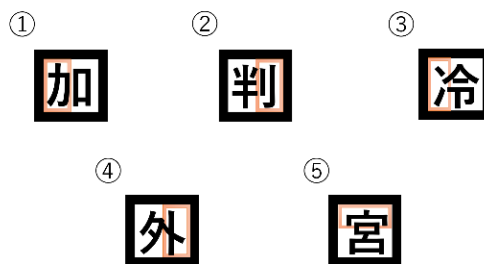
応募締め切り3月24日(金)必着！

当選の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



多摩市在住のイラストボラ
栗さんのタマボラ君です。

V通信2月号「漢字部分クイズ」
回答はこちら！



正解は

カレントウ



♪多摩ボランティア・市民活動支援センター

月～金9:00～19:00、土・日曜日9:00～17:00

※第1・3月曜日、第2・4・5日曜日、祝日、年末年始を除く

〒206-0011 多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニエ7階

(京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」下車 徒歩2分)

☎ 042-373-6611 FAX 042-373-6629