

# 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

## 離れていてもつながれる

# 夏のボランティア体験

# 2022

リアルな活動プログラムに加え、With コロナの時代に対応した「オンラインや自宅で参加できる活動プログラム」も用意しました。この夏、ボランティアの最初の一步を踏み出してみませんか？

**参加費無料!**

7月15日(金)から  
申込受付をはじめます。

[後援]  
多摩市教育委員会

活動プログラム (詳細は裏面をチェック)

- Zoom で手話体験～はじめての手話～
- キワニスドール作り体験～小児病棟に届ける人形を作ろう～
- お手紙・折り紙作品を高齢者施設に届けよう!
- 千羽鶴で想いをつなげよう! ～平和の祈り～

### ▼▼▼ contents ▼▼▼

夏のボランティア体験2022 活動プログラム P.2

講座・イベント情報 P.3

ボランティアさん、出番です! P.4・P.5

多摩ボランティア・市民活動支援センターの登録団体のご紹介 P.6

助成金情報&地域の情報コーナー P.7

多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第26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!  
Let's ボランティア  
お疲れさまです  
了解!!  
LINE STOREから→  
購入できます

## 講座・イベント情報

## コロナ禍でもできる！夏のボランティア体験2022 活動プログラム

## Zoomで手話体験～はじめての手話～

7月15日(金) 受付開始!

内容：聞こえないってどういう事？手話であいさつしてみよう！

日時：①8月24日(水) ②8月25日(木) 各回14:00～15:00 ※どちらかをお選びください。

参加対象：どなたでも。親子での参加も歓迎です。手話を学んだことのない方が優先になります。

各回先着3組

活動場所：ご自宅（ご自身のパソコンやタブレットなどでZoomのつながる環境でご参加下さい。画面が大きいと手話が伝わりやすいです。また、ネット接続の通信費は自己負担になります）

申込方法：7月15日(金)より各回専用の申込みフォーム（多摩ボラセンHPに掲載）からお申込みください。

共催：多摩市手話サークル「クローバー」



## キワニドール作り体験～小児病棟に届ける人形を作ろう～

内容：『キワニドール』とは小児病棟で子どもたちを見守る小さな人形。小児科の医師が、子どもたちを怖がらせないように、ドールを使って問診や、治療の説明をします。また、子供たちにとっては入院生活の中で家族や友達の代わりにもなります。小児病棟に届けるためのキワニドールを作ってみませんか？

日時：①8月9日(火) ②8月20日(土) 各回14:00～16:00 ※どちらかをお選びください。

参加対象：小学5年生以上 各回先着10人 活動場所：多摩ボラセン 活動室1

申込方法：7月15日(金)より多摩ボラセンまでお電話でお申込みください 共催：小さな天使



## お手紙・折り紙を高齢者施設に届けよう！

内容：お手紙は夏をテーマに、専用用紙（ボラセン、多摩社協で配布。ホームページからダウンロードもできます）に思い思いのメッセージを書いてください。イラストや絵、押し花入りも喜ばれます。

折り紙は専用の用紙はありません。秋～冬をテーマに、施設の壁面やお部屋の飾ることのできる程度の大きさの作品（例：コスモスなどの植物や、お月見など行事をモチーフにしたもの）が喜ばれます。

募集期間：7月15日(金) 受付開始～8月16日(火) までに完成品を多摩ボラセンへご持参ください。

参加対象：どなたでも。人数制限なし！ 申込方法：申し込み不要！

活動場所：ご自宅

協力：市内の高齢者施設



## 千羽鶴で想いをつなげよう！～平和の祈り～

内容：広島市の平和記念公園内にある「原爆の子の像」には、8月6日の原爆の日に向けて、世界各地から平和を願う千羽鶴が届きます。ボラセンで無料配布する作業セット（作業手順説明書・折り紙30枚・止め用ビーズ）を使用し、ご自宅で千羽鶴を作ってボラセンまでお届けください。多摩市の小中学生8名が広島での平和記念式典に参加、献納します。あなたの気持ちを被爆地に届けませんか？

募集期間：7月15日(金)～7月25日(月) 参加対象：どなたでも。先着20人

申込方法：7月15日(金)よりお電話の上、多摩ボラセンへお越しください。作業セットをお渡します。

活動場所：ご自宅

共催：多摩市平和人権課



必ず『コロナ禍でもできる！夏のボランティア体験パンフレット』をご覧になってから、お申込み・ご参加ください。  
パンフレットは、7月上旬に多摩ボラセン及び多摩市社会福祉協議会事務所（二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ7階）で配布、多摩ボラセンHPに掲載しています。

※各種プログラムは、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。

※電話申込みのプログラムについて、聴覚障害がある方など、お電話が難しい場合 FAX も可能です。

## 講座・イベント情報

## 無料学習会『第2回「睡眠」と「健康」の知恵袋講座』の参加者募集！

多摩ボラセンでは多摩市内でボランティア・地域活動をしている方を対象に、ゆるたまネット（多摩地域企業・大学等連絡会）参加団体や、ボランティア団体と連携した学習会を実施中です。第2回目のテーマは「睡眠と健康」です。

- ▶日時 7月20日(水) 13:30～15:00
- ▶会場 多摩ボラセン活動室①②
- ▶対象 多摩市内でボランティア・地域活動をしている概ね65才以上の方
- ▶定員 40名（申込先着順）
- ▶参加費 無料
- ▶内容 最適な「睡眠」を考え、よい睡眠環境を知る、眠りと健康の関係を学ぶ講座です。
- ▶講師 明治安田生命職員
- ▶主催 多摩ボランティア・市民活動支援センター/ 多摩ボラセン登録団体等連絡会
- ▶持ち物等 当日はペットボトル等の蓋つきの飲み物をご持参ください。
- ▶申込み 7月13日（水）までに、下記の電話か、もしくはEメール(tamavc@tamashakyo.jp)で、多摩ボラセン宛にお申込み下さい。①講座名②氏名③電話番号④所属団体または活動内容
- ▶協力 明治安田生命保険相互会社（ゆるたまネット会員）

## 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(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。下記へお申込みが必要です。  
⇒☎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) |              |              |
|----|----|-------------------------|--------------------------------|------------------------------|--------------|--------------|
| 7月 | 5  | 火                       | 10:00～12:00<br>★①13:30～②14:30～ |                              | 多摩生活サポートセンター | 10:30～14:30  |
|    | 12 | 火                       |                                |                              | パソコンボランティア多摩 |              |
|    | 13 | 水                       | シニアITクラブ                       | 13:00～15:00                  | 10:30～14:30  |              |
|    | 19 | 火                       | 10:00～12:00<br>★①13:30～②14:30～ |                              |              |              |
|    | 26 | 火                       |                                |                              | パソコンボランティア多摩 | 多摩生活サポートセンター |



## 多摩市介護予防事業「にゃんともTAMAるボランティアポイント」登録説明会

にゃんともTAMAる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ライフをおくりましょう！

- ▶日時 7月14日(木) 14:00～ 1時間程度
- ▶会場 多摩ボラセン 活動室2
- ▶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1ヶ月前～2日前までに下記へご連絡ください。

## 令和3年度にゃんともTAMAるボランティアポイント登録者の皆さまへ

スタンプが10個以上貯まっていて、ポイント活用申請を希望される方は、所定の「多摩市介護予防ボランティアポイント活用申請書」に「令和3年度にゃんともTAMAる手帳」を添えて令和4年12月末までにご提出ください。後日、多摩市より交付金が振り込まれます。※上記以外に、介護保険被保険者証、振込先口座がわかるもの(通帳など)をお持ちください。

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ができます。  
詳しい説明をしますので、遠慮なくお電話ください。  
ご相談だけでも構いません。  
掲載していない活動もありますのでぜひお問い合わせを！

★…継続ボランティア

♣…単発ボランティア

## 学童クラブで活動してみませんか？



- ▶内容 学童クラブに通う子ども達との関わり  
①宿題の手伝い・見守り、②お手玉、折紙、紙芝居・読み聞かせ等、③裁縫（お手玉や、人形の服）、④清掃活動（帰宅した後の消毒）
- ▶日時 学校がある日:14:00～18:00  
学校がない日:10:00～18:00
- ▶会場 貝取小学童クラブ  
(貝取 3-9 貝取小学校内)
- ▶募集人数 1～2人(1日)
- ▶備考 ①・④高校生以上 60歳位まで  
②・③元気な方
- ▶その他 感染症対策として検温・消毒・マスク着用をお願いします。

市内の子ども食堂やご家庭に食品を届ける  
ボランティアです

- ▶内容 市内の複数の子ども食堂やフードバンクから依頼を受け、食品の引き取りや配送を行います。
- ▶日時 不定期（平日の日中、土曜日午後の場合が多いです。1回2時間程度）
- ▶活動場所 市内各所
- ▶募集人数 何人でも
- ▶備考 自家用車を使用して継続的に参加でき方。特に平日動ける方歓迎です。月2回程度参加可能な方を求めています。



## 放課後子ども教室ボランティアさん大募集！



小学校の校庭等で、子ども達の自由な遊びの場を提供し、地域と子ども達との関係を広げることを目的に放課後子ども教室を運営しています。自身の経験や学びの成果を生かして、子ども達と一緒に楽しく活動をしませんか。

- ▶内容：参加する子ども達の受付、活動の準備・片付け、校庭・体育館・図工室で遊ぶ子ども達の見守り
- ▶日時：水曜日の13:30（または14:30）～16:00まで  
※日によって時間は異なります。
- ▶場所：東寺方小学校（校庭、体育館、図工室）
- ▶謝礼：1回につき1,000円が多摩市より支給されます。
- ▶応募要件：①満18歳以上の方  
②子どもが好きで、一緒に楽しく活動したい方、  
③ボランティア精神で児童の安全の見守り等の活動ができる方
- ▶申込み・問合せ：東寺方小学校世話人会 ☎:terashosewaninkai@yahoo.co.jp



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

## ボランティアさん出番です！

## 永山で子ども食堂のお手伝い



- ▶ 内容 ①調理補助、設営、配膳、見守り  
②撤収、配膳、見守り
- ▶ 日時 ①毎月第4日曜日 9:00～12:00  
②毎月第4日曜日 12:00～15:00
- ▶ 会場 福祉亭（永山 4-2-3-104）
- ▶ 募集人数 ①・②いずれも2人程度
- ▶ 備考 ①は継続的に活動できる方、②は中学生以上

## 子どものひろばで活動してみませんか？



- ▶ 内容 遊び相手や宿題の手伝い、後片付けなど
- ▶ 日時 水曜日を除く平日 8:00 から 20:00 までの間、1時間以上から可
- ▶ 会場 リバティ（諏訪 5-6-2-101）
- ▶ 募集人数 2～3名
- ▶ 備考 高校生以上



## VITA（ヴィータ）ふれあいまつり運営ボランティア



- ▶ 内容 前日は会場設営および準備（ある程度力仕事になります）。本番当日は会場内の案内・当日の各ブースフォローおよび終了後の片付けまで。
- ▶ 日時 前日 8月6日（土）13:00～17:00  
本番 8月7日（日）9:00～18:00
- ▶ 会場 関戸公民館（関戸 4-72）  
※両日、市民ロビー前集合
- ▶ 募集人数 両日、各4～5人
- ▶ 条件 18才以上、イベントボランティア経験者優先  
当日、食事等各自持参。適宜休憩あり  
詳細は個別の事情により応相談
- ▶ 応募・問合せ 関戸公民館 042-374-9711

東京ヴェルディホームゲームでの  
高齢者、障がい者のサポート

- ▶ 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など  
（当日、対象者がいない場合は東京ヴェルディ運営ボランティアとして活動いただきます）
- ▶ 日時 ・7月16日（土）14:10 集合  
・7月24日（日）14:10 集合  
・8月6日（土）14:10 集合  
※活動時間 6時間程度
- ▶ 会場 味の素スタジアム  
（京王線飛田給駅徒歩5分）
- ▶ 条件 介護経験のある方、福祉を学んでいる方  
これから福祉を学びたい方（資格不要）  
交通費一律1,000円及び弁当の支給有  
※初めてのの方は、事前に多摩ボラセンでボランティア登録、  
ボランティア保険加入後より活動可能  
※直近2週間前からの体調管理が必須
- ▶ 主催 東京ヴェルディ(株)



©TOKYO VERDY

## 空いた時間にボランティア通信の配架



## を手伝っていただけませんか？

- ▶ 内容 市内の数か所にボランティア通信の配架をお願いします。
- ▶ 日時 毎月第1木曜日（年末年始やGWなどは、ずれる場合もあります）
- ▶ 活動場所 多摩センター駅付近他、市内数か所
- ▶ 募集人数 2～3人
- ▶ 備考 1か所でも可能です。ボラセンまでボランティア通信を取りに来ていただき、市内の配架ラックに置いて来ていただきます。  
継続的に参加していただける方



## 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



- ▶ 内容 施設内のマシン等のアルコール消毒拭きをおねがいします。
- ▶ 日時 毎週水曜日 14:00～16:00  
毎週金曜日 10:00～12:00
- ▶ 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人
- ▶ 備考 ボランティアポイント登録者以外でも可能です。

## ボランティアを募集したい！という皆さま

「ボランティアさん出番です！」に掲載をご希望の方は、掲載希望月の前月5日までにご連絡ください。  
なお、原稿はその月の紙面の都合により、記事を縮小、もしくは掲載できかねることもあります。ご了承ください。

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



## 助成金情報 ※詳細は主催団体のHPにてご確認ください

## Panasonic NPO/NGOサポートファンド for SDGs 〔国内助成〕2022年募集

「貧困の解消」に向けて取り組むNPO/NGOを対象に、「海外助成」「国内助成」の2つのプログラムで、組織課題を明らかにする組織診断や、具体的な組織課題の解決、組織運営を改善するための組織基盤強化の取り組みに助成します。

- ▶ **対象**：国内の貧困の解消または貧困と関連のある問題の解消に向けて、組織診断や組織基盤強化を通して地域または社会全体の貧困解消力を高めたいNPOのうち、以下の要件を満たす団体を対象とします。
  - ① 国内に主たる活動と事務所を有する民間非営利組織であること
  - ② 団体設立から3年以上が経過し、有給常勤スタッフが1名以上であること
  - ③ 政治・宗教活動を目的とせず反社会的な勢力とは一切関わりがないこと
- ▶ **助成金額**：組織診断からはじめるAコース：1件あたり上限100万円（1年目）  
組織基盤強化からはじめるBコース：1件あたり上限200万円（各年）
- ▶ **申請締切**：2022年7月31日（日） 必着
- ▶ **申込み**：パナソニックのウェブサイトからダウンロードしてください。  
[https://holdings.panasonic.jp/pnsf/npo\\_summary/2022\\_recruit.html](https://holdings.panasonic.jp/pnsf/npo_summary/2022_recruit.html)
- ▶ **問合せ**：特定非営利活動法人市民社会創造ファンド  
Panasonic NPO/NGOサポートファンド for SDGs 国内助成・協働事務局(担当 霜田・坂本)  
☎: 03-5623-5055(月曜日～金曜日10:00～17:00)  
✉: support-f@civiltfund.org

## 地域の情報と催し

### 児童養護施設で生活している子どもたちのフレンドホームを募集しています。

様々な事情により家庭で生活できない子どもたちが、乳児院や児童養護施設で生活しています。そのような子どもたちを、学校がお休みの期間などに、皆さまのご家庭で数日間お預かりいただくのが“フレンドホーム”です。

- ▶ **交流する期間**：週末、祝祭日、夏休み、冬休み、春休みなど
- ▶ **申込方法**：施設に直接お申込みください。フレンドホーム担当職員から制度についての説明を受け、申請書に必要な事項を記載して、施設に提出してください。
- ▶ **その他**：条件や登録、子どもの紹介、謝礼、損害賠償保険の加入など詳細については下記にお問い合わせいただくか、東京都福祉保健局のHPをご参照ください。  
([https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/satooya/seido/hotfamily/f\\_home.html](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/satooya/seido/hotfamily/f_home.html))
- ▶ **問合せ**：児童養護施設 二葉学園 フレンドホーム担当 田淵  
☎:042-482-2578 ✉:gakuen@futaba-yuka.jp 二葉学園HP



多摩大学 経営情報学部  
中村その子ゼミ企画

猛暑到来となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。  
今年度の夏のボランティア体験もリモートを中心に開催しますが、対面での活動もご用意しましたのでぜひ参加ください！  
さて、今月は高田和真さんたかたかずまによる『文字穴埋めパズル』です。

【文字穴埋めパズル】 □ に適切な文字を入れ単語を完成させよう！

|   |    |     |     |    |    |               |   |   |
|---|----|-----|-----|----|----|---------------|---|---|
| 1 | □  | りーぶ | □   | いる |    | →             | □ |   |
| 2 | しよ | □   | がっこ | □  |    | →             | □ |   |
| 3 | ひ  | □   | うし  | □  | うじ | □             | う |   |
| 4 | □  | □   | ろの  | □  | り  | (心配・残念に感じること) | → | □ |
| 5 | □  | のびあ | □   |    |    | →             | □ |   |
| 6 | □  | □   | おど  | □  |    | →             | □ |   |

例

□じゃ□

<じゃ<

組み換えて単語を作成せよ。

上の表から下記のヒントに従って、文字を探してみましょう！

ヒント

1. □ に文字を入れて埋めて単語を作りましょう。
2. 1～6のそれぞれの□には同じひらがなが入ります。
3. 答えの6つのひらがなを並べ替えると、二つの調味料が現れます。その二つの調味料は何でしょう？



多摩市在住のイラストボラさんタマボラのタマボラ君です。

ボランティア通信 6月号の『文字探しゲーム』回答！

文字探し 県庁所在地 解答

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| か | み | な | は | ぬ | う | こ | ゆ | よ | さ |
| ん | え | が | あ | わ | じ | う | ば | に | い |
| そ | ま | え | ば | し | す | べ | ほ | ど | た |
| よ | こ | ふ | い | く | ろ | ひ | ち | れ | ま |
| き | に | い | が | た | せ | ろ | ば | じ | わ |

前月号の正解はこちら！



♪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・コミュニネ7階

(京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」下車 徒歩2分)

☎ 042-373-6611 FAX 042-373-6629