

# ボランティア通信

2

Feb.2023



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

**ゆるたまネット** (多摩地域企業・大学等連絡会) 主催の「**学習会**」を行います!

第1回テーマは『**企業・大学等ができる災害時の連携について学ぼう**』

この学習会は、多摩地域の企業・大学と、ボランティア活動者が、地域についての課題を共に学び、連携した社会貢献・地域貢献活動を目指すものです。現在、団体等に所属して地域で活動している方であれば、どなたでもご参加いただけます。詳細は2面をご覧ください!



## ▼▼▼ contents ▼▼▼

『企業・大学等ができる災害時の連携支援について学ぼう』他 P.2  
 施設・団体ボランティア受入れ担当者研修会・情報交換会他 P.3  
 NPO・ボランティア・市民活動 個別相談会他 P.4  
 ボラセン出前講座のご報告/お詫びと訂正 P.5  
 ボランティアさん出番です! P.6  
 多摩ボラセン新規登録団体&更新団体の申請受付開始他 P.7  
 多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第33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

お疲れさまです

LINE STOREから→  
 購入できます

## 講座・イベント情報

## ゆるたまネット（多摩地域企業・大学等連絡会）主催 第1回学習会

## 「企業・大学等ができる災害時の連携について学ぼう」



令和元年度ゆるたまネットの様子

- ▶日時 2月24日(金) 14:00～16:00
- ▶内容 ①多摩市の災害の特徴について（講師：多摩市防災安全課 職員）  
②企業・大学等の災害支援ネットワークについて（講師：JVOAD 職員）  
③多摩社協との連携について（講師：国土舘大学 防災・救急救助総合研究所 所員）
- ▶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）  
活動室 1・2 又はオンライン（ZOOM）
- ▶対象 災害時の連携について関心のある企業・大学・事業所・団体等の方
- ▶定員 会場 30名（申込先着順）※オンライン（ZOOM）は定員なし
- ▶費用 無料
- ▶申込み 2月2日（木）より 右のQRコードからお申込みください。  
\* 新型コロナウイルスの感染状況等により急遽、延期となる場合があります。



申込みはこちら→

## 多摩ボラセン主催 令和4年度 第5回学習会

## 「大人のためのおなかの菌学」

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、ゆるたまネット参加団体と連携して実施する無料講座です。

- ▶日時 2月24日(金) 10:00～11:15
- ▶内容 消化管のしくみや腸内フローラ等、おなかの健康について学ぶ講座です。
- ▶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）活動室 1・2
- ▶対象 多摩市内でボランティアや地域活動をされている、あるいは始めようと思っている、概ね 65 才以上の方
- ▶定員 40名（申込先着順）
- ▶費用 無料
- ▶持ち物 特にありません。飲み物持参の場合は**ペットボトル等の蓋つきの飲み物**に限ります。
- ▶申込み 2月17日（金）までに、下記の電話か、もしくはEメール(tamavc@tamashakyo.jp)にて講座名/氏名/電話番号/所属団体または活動内容をお知らせいただき、多摩ボラセン宛にお申込み下さい。右のQRコードからも申込み可能です。
- ▶協力・講師 西都ヤクルト販売株式会社（ゆるたまネット会員企業）

こちらからも申込みできます→



## 「ゆるたまネット」に参加しませんか？

ゆるたまネット（多摩地域企業・大学等連絡会）は、多摩市内を中心にボランティア活動や地域・社会貢献活動に取り組んでいる **36** の企業や大学、団体等で構成されたネットワークです。事務局は多摩ボラセンに置いています。ゆるたまネットは、「ゆるやかにつながり」「無理なく」「できるときに参加・活動する」をキーワードに、地域(支援がほしい)と企業・団体など(支援したい)がつながり、協力し、共に学び合いながら、支え合いの輪を広げる場を目指しています。ぜひ「ゆるたまネット」にご参加ください！



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

## 講座・イベント情報

## 施設・団体ボランティア受入れ担当者研修会・情報交換会

施設・団体のボランティア受入れ担当者向けの研修会・情報交換会です。

「コロナ禍で施設のボランティア受入れはどうすればいい?」「ほかの団体ではどんなメニューでボランティアを受け入れているだろう」など、コロナ禍での施設・団体のボランティア受入れの現状や、多摩市高齢者におけるフレイルの現状について、講義や事例報告、グループワークを通じて、施設や団体がボランティアを受け入れる役割について理解を深めていきます。

▶日時 2月16日(木) 14:00~16:00

▶内容 講義「多摩市高齢者におけるフレイルの状況について」

講師:桐林亜希子氏(多摩市介護予防・フレイル予防推進員)

事例報告(コロナ禍でも工夫をしながらボランティアを受け入れている施設などからの報告 ※3団体予定)

グループワーク(テーマ:コロナ禍でもボランティアを受け入れられるメニューを考えてみる)



▶会場 二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階研修室(南野3-15-1)

▶対象 施設・団体のボランティア受入れ担当、管理者等

▶定員 40名



申し込みはこちら

▶申込み 2月13日(月)までに右の専用申込フォームでお申し込みください。

▶備考 研修会終了後「多摩市介護予防ボランティアポイント事業新規受け入れ説明会」を行います。多摩市介護予防ボランティアポイント事業受入れ施設として、登録希望またはご興味のある施設・団体は、ぜひご参加ください。

### 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」 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を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 2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。



多摩市広報キャラクター  
にゃんともTAMAR 三郎

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。

## 講座・イベント情報

## NPO・ボランティア・市民活動 個別相談会

「会計について教えて!」「NPO 法人を立ち上げたい」など、団体の会計や運営や NPO 法人の設立に関することなどのご相談にのります。



会計に詳しい者がおらず、消費税や寄付金の扱いなども知ることができて良かったです。



NPO法人と一般社団法人の違いなども教えていただき、はじめの一步を踏み出せそうです。

- ▶日時 3月22日(水) ①10:00～ ②11:00～
- ▶参加費 無料
- ▶会場 多摩ボランティア・市民活動支援センター 活動室2
- ▶定員 先着1日2組まで
- ▶対象 既に活動しているNPO法人やNPO団体、ボランティア団体、これから団体の設立を予定している方など
- ▶相談員 内藤 純 さん〔公認会計士・税理士・ファイナンシャルプランナー(CFP)〕  
※内藤先生は3月までとなりますので、この機会にぜひご相談ください。
- ▶申込み 開催日の7日前まで(土日祝を除く)に、下記へお電話またはFAXで、参加者名(団体名)・連絡先・相談内容をお知らせください。

### 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)	
2月	7	火			多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	8	水	シニアITクラブ	13:00～15:00		
	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
	21	火			多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	28	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

### ボランティア出張相談会

ボランティア活動やにゃんともTAMAるボランティアポイントに関するご相談、ボランティア保険加入などを、二幸産業・NSP健幸福祉プラザで受け付けます。「聖蹟桜ヶ丘は遠い・・・」という方は、ぜひお越しください。

- ▶日時 3月23日(木) 10:30～正午(2月23日(木)は祝日の為お休みです)
- ▶会場 ボランティア活動室(二幸産業・NSP健幸福祉プラザ7階)
- ▶備考 申込み不要。上記時間内にお越しください。先着順に対応いたします。

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

## 多摩ボラセン出前講座のご報告！ ～心のバリアフリー 総合的学習 @ 聖ヶ丘小学校～



1月17日(火)、多摩市立聖ヶ丘小学校で3年生(48名)を対象にした総合的学習「広げよう友達の輪」を実施しました。視覚障がい者の方と、そうした方々を支えるガイドヘルパーの方をゲストティーチャーに迎えてお話を伺った後、白杖を使った障がい体験も実施。こうした形式の授業協力は初めての試みでしたが、「障害のある方や、それを支える方の存在を知り、自分たちにもできることはないかを考える」きっかけのお手伝いできたのではと感じます。

### ボランティアや福祉理解など 出前講座で伺います。

#### ▶ 問合せ 多摩ボラセン

☎ 042-373-6611

FAX 042-373-6629

多摩ボラセンでは、ボランティア活動に関することや福祉についての理解講座を市内各地域に出向き、皆様と一緒に開催しています。

講座開催をお考えの方は、お気軽にご相談ください。お話を伺いながら、ご要望に応じた内容をご提案します。(準備期間がございますので、2ヵ月以上前にご相談ください)

### お詫びと訂正



ボランティア通信 1月号 6ページ「食料支援・配送ボランティアが作る支援の輪」文中に掲載誤りがありました。文中のTOKYOフレッシュ(株) 関根社長のインタビュー文末が一部欠落しておりました。謹んでお詫び申し上げますと共に、改めて全文を掲載させていただきます。

現在、多摩市内の子ども食堂などに食料を配送する、食料支援・配送ボランティアの活躍で、多摩市の子ども食堂に青果が届くシステムが出来つつあります。この取り組みをすすめられているボランティアの小俣裕史さんと、企画に賛同され、協力されているTOKYOフレッシュ株式会社の関根社長、相川さんにお話を伺いました。

#### ○こうした活動をはじめられたきっかけを教えてください。

小俣さん：2021年の2月に関戸公民館で開催された「子どもの貧困に関する講演会」に娘が参加しまして、「お父さんも活動したほうがよいよ」と言われたことがきっかけでした。その後、ボラセンを訪ねて活動開始しました。それまでも個人的にフードバンクに寄付したりはしていたのですが、現在ではフードバンク団体や他の活動者と連携しながら、支援活動を行っています。

関根社長：小俣さんから、コロナ禍でのフードバンクや子ども食堂の現状をうかがい、自分たちにも何かできることがあるのではと思ったことがきっかけです。弊社は首都圏を中心に青果の卸業を営んでいますが、原点は多摩地域で創業し、多摩地域の発展とともに歩んできた会社です。そうした意味で育てていただいた地域の方への恩返しになればとも考えています。ゆるたまネットにも是非参加したいですね。

#### ○実際に活動をはじめられて、いかがでしたか。

小俣さん：食料を届けた先の子どもたちから、「はじめて食べた」というメッセージをもらうことがあります。特に、嗜好品に類する果物は食べた経験がない子どもが意外なほどいるんです。食は人を作る基礎になるものだと思うので、こうした体験を提供できることに喜びがあります。

相川さん：青果提供の様子は社内のグループウェアを通じて皆で共有していますが、多くの反応が寄せられ、社内の反響に驚いています。こうした活動が地域への貢献になるだけでなく、社員のモチベーションもアップさせていることをうれしく感じています。

## 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

## 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を行います。
- ▶活動場所 市内各所
- ▶募集人数 何名でも
- ▶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です。月2回程度参加が可能な方を求めています。

## デイサービスで囲碁のお相手



- ▶日時 月曜日～金曜日  
13:00～14:30の間（時間応相談）
- ▶内容 デイサービス利用者の囲碁のお相手
- ▶活動場所 デイサービスセンター聖蹟桜ヶ丘  
（多摩市関戸4-11-7-1）
- ▶募集人数 1名
- ▶備考 ボランティアポイント登録者以外の方も活動可能です。
- ▶その他 検温・消毒・マスク着用をお願いします。37度以上風邪症状のある方はご遠慮ください。

『Café あさの葉ニュース』の  
配布をしていただけませんか？

- ▶日時 毎月24日～月末頃  
自由な時間（30分～1時間程度）
- ▶内容 近隣に『Café あさの葉ニュース』を配布
- ▶活動場所 Café あさの葉（落合6-1-1-108）
- ▶募集人数 2～3名
- ▶備考 ボランティアポイント登録者以外の方でも活動可能です。

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水曜日 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。

愛和小学校（地域みらい塾）での  
学習支援ボランティア募集！

- ▶日時 ①おはよう教室【火曜日 7:30～8:30】  
②放課後学習教室【火曜日 14:55～15:55】  
③放課後学習教室【木曜日 14:55～15:55】
- ▶内容 学習時の児童見守り、学習支援を行う  
○おはよう教室（対象1～6年生）  
（1）宿題自習、（2）東京ベーシック・ドリルの自習、（3）持参したもの  
○放課後学習教室（対象3～6年生）  
（1）宿題の指導、（2）クラスでの直し課題、（3）東京ベーシック・ドリルテスト等
- ▶活動場所 多摩市立愛和小学校（愛宕1-54）  
多目的室と図書室
- ▶募集人数 ①～③各3名
- ▶条件 大学生以上
- ▶謝礼 1時間1,000円
- ▶問合せ・申込み

詳しくはこちらから  
ボラセンHPへ



多摩市立愛和小学校 担当) 副校長 泉 誠一郎  
Mail izumi-seiichirou@city.tama.ed.jp  
☎ 042-374-9881 FAX 042-337-7626

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お知らせ

### 令和5年度多摩ボラセン新規登録団体 & 更新団体の申請受付を開始しました！

登録団体となり、地域での活動を展開していきたい団体、引き続き登録団体として活動される皆様は、申請用紙と必要書類を揃えて多摩ボラセンにご提出ください。（更新団体へは更新手続き申請書類一式を別途お送りします）

登録更新団体の申請受付は、令和5年2月24日（金）までとなります。

また、新規団体の登録受付は常時行っていますが、ご提出いただいた申請書類をもとに、聞き取り・審査を経て登録となります。申請書類の提出時点で登録が決定するわけではありませんのでご了承ください。

- ▶ **問合せ**：多摩ボラセン ☎ 042-373-6611 FAX042-373-6629  
登録要件、手続き方法、支援内容などは、多摩ボラセン HP をご確認ください。  
(<http://www.tamavc.jp/vinfo/touroku.html>)



## 多摩ボラセンへのご寄附 (令和4年7月～12月)



皆さまのご厚意に感謝申し上げます。いただきましたご寄附はボランティア・市民活動のために役立てられます。

### 【子ども・若者の支援のための指定寄附】

- ・岡崎 和子 200,000円 ・辻 秀暁 20,000円 ・中島 嗣議 50,000円
- ・グラフィックアート・イオル 10,000円 ・匿名 17件 472,116円



合計 752,116円 【敬称略】

## 助成金情報

※詳細は主催団体のHPにてご確認ください

### 2023年コープみらい「奨学生募集」

コープみらい社会活動財団は、地域社会での様々な課題の解決のひとつとして返済不要の奨学金給付事業を2018年度から実施しています。

#### ▶ 募集対象

コープみらい（千葉県・埼玉県・東京都がエリア）組合員で、ひとり親世帯（両親がいない世帯も）の子ども（高校生・高等専門学校生）

#### ▶ 給付内容

- ・新入学生：月額1万円、3年間給付、返済は不要です。
- ・高校在校生：（1）月額1万円、卒業年（高校3年生）までの期間給付、返済は不要です。  
（2）高等専門学校生等、卒業年が4学年の場合は3学年終了までの給付とします。

#### ▶ 募集人数

600名(予定) 新入学生・高校在校生を併せた人数です。

#### ▶ 書類提出締切

2023年3月31日(金)必着

#### ▶ 問い合わせ先

一般財団法人コープみらい社会活動財団

〒336-8523 さいたま市南区根岸1-5-5

営業時間 10時00分～17時00分（土曜・日曜・祝日休み、お盆・年末年始休み）

☎ 048-789-7998 FAX 048-839-1859 メール [miraizaidan@coopdeli.coop](mailto:miraizaidan@coopdeli.coop)

ホームページ <https://www.coopmirai-zaidan.or.jp/scholarship/bosyu/>



給付事業の詳細は  
ホームページで！

多摩大学 経営情報学部  
**中村その子ゼミ企画**

2月3日は節分。「鬼は外！福は内！」の豆まきと、関東でも定着しました恵方巻。今年の恵方は「南南東のやや南」だそうです。  
 今月号は富高日向子さんのグループが考えた「漢字部分クイズ」です。  
 今回は少し難しいかもしれませんが頑張ってください！

**【漢字部分クイズ】**

まず、①～⑤の「？」入る漢字は何でしょうか？周りの漢字をよく見て当ててください。

①

工 ↑

増 → **?** ← 追

↓

圧

②

断 ↑

評 → **?** ← 批

↓

明

③

静 ↑

保 → **?** ← 寒

↓

酷

④

郎 ↑

意 → **?** ← 圏

↓

国

⑤

城 ↑

王 → **?** ← 迷

↓

殿

**漢字部分クイズのヒント！**

①～⑤の問題が解けたら、**□**に入る漢字の部分でカタカナが浮かび上がってきます。浮かび上がってくるカタカナでできる5文字のお菓子は何か？

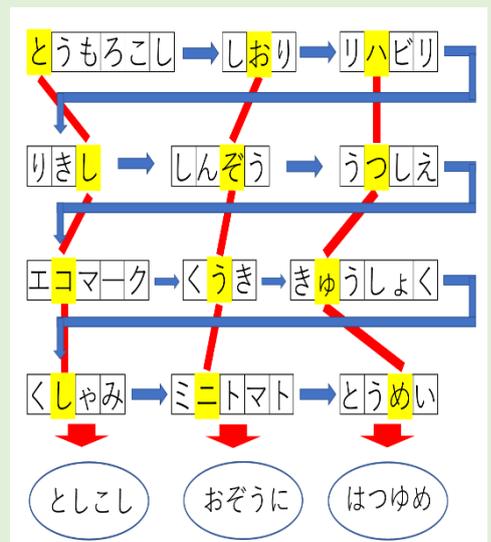
① **□**      ② **□**      ③ **□**

④ **□**      ⑤ **□**



多摩市在住のイラストボラ 隼さんのタマボラ君です。

**V 通信 1月号「しりとりゲームお正月編」**  
**回答はこちら！**



**♪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