

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://tama-shakyo.jp>



多摩社協ホームページ
QRコード

いつもと違う夏にしよう! 夏のボランティア体験2023

「ボランティアをしてみたいけどきっかけがない」「気軽にボランティアをしてみたい」など、
経験がなくても大丈夫です！夏休みを利用して自分にあったボランティア活動をしてみませんか。

申し込み期間 : 6月22日(木) ~ 7月5日(水)

体験期間 : 7月22日(土) ~ 8月31日(木)

- 対象者 小・中・高・大学生、社会人、シニアの方も！
- 費用 350円 (ボランティア保険代)
- 体験先 高齢者・障がい者施設・保育園・児童館・学童クラブ・ボランティア団体など 30か所以上
- 活動内容 高齢者施設でのレクリエーションのお手伝い、子どもの見守りや遊び相手、手話体験など

▼▼▼ contents ▼▼▼

- ◇夏のボランティア体験参加者募集！ P.2
- ◇にゃんともTAMAるボランティアポイント説明会/
スマホ・パソコン相談 P.3
- ◇ボランティア入門講座 参加者募集/「楽しく学ぶ！認知症予防講座
参加者募集 P.4
- ◇多摩ボラセン登録団体の活動をご紹介！ P.5
- ◇ボランティアさん出番です！ P.6
- ◇地域の情報と催し P.7
- ◇多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第37弾 P.8



夏のボランティア体験 参加者募集！

《申込から参加までの流れ》

①自分の活動したい活動先・スケジュールを活動メニュー表から選びます。



- 6月7日(水)より多摩ボラセンで、申込用紙と活動メニュー表を配布します。
※多摩ボラセンホームページ <https://tama-shakyo.jp/volunteer/natubora>
(右記 QR コード) からもダウンロード可能です。
- 活動メニュー表をご覧になり、活動内容を決めてからお申込みください。



②記入済みの申込用紙を保険代と併せて窓口を持参し、必ず本人がお申込みください。



- 多摩ボラセンの窓口、または下記の出張受付窓口でお申し込みください。
- 申込時点で18歳未満は保護者の同意書(申込用紙裏面)が必要になります。忘れずにご記入の上、ご持参ください。

③申込内容を確認し、活動先・活動日を決定します。



- 活動先・活動日は先着順となるため、ご希望に添えない場合があります。
- 友達同士で同じ期間にお申込みできない活動先があります。
- 活動先が決まりましたら、ボランティア保険に加入いただけます。
- 活動にあたって諸注意事項や細菌検査の有無等を説明します。



タマボラ君

④ボランティア体験スタート！！

- 活動前に事前の電話連絡や、事前の訪問が必要な活動先があります。

《受付窓口》

1. 常時受付窓口

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 ボランティア担当

〒206-0011 東京都多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニネ 7階

開館日 平日：9：00～19：00

土曜、第1・3日曜：9：00～17：00

(第1・3月曜、第2・4・5日曜、祝日は休館日)



2. 出張受付窓口 期間限定

日時	会場	日時	会場
6月22日(木)	トムハウス	6月30日(金)	ひじり館
6月23日(金)	貝取こぶし館	7月3日(月)	永山公民館
6月27日(火)	大栗川かるがも館※	7月4日(火)	唐木田菖蒲館
6月28日(水)	愛宕かえで館	7月5日(水)	二幸産業 NSP・健幸福祉プラザ
6月29日(木)	東寺方児童館	時間はすべて15：00～16：30 ※大栗川かるがも館のみ14：00～16：30	

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

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」
はじめての登録説明会

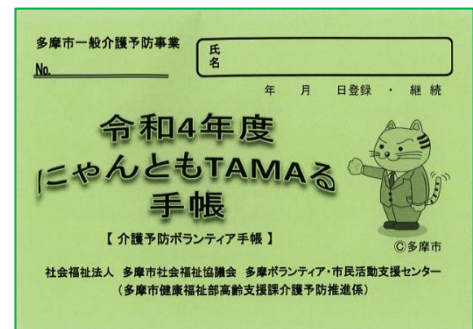
にゃんとも TAMA るボランティアポイント(介護予防ボランティアポイント)は、指定された多摩市内の施設などでボランティア活動することでポイントが貯まり、そのポイントに応じた交付金を受けられる取り組みです。元気に楽しみながらボランティア活動をはじめませんか。

- ▶日時 6月8日(木) 14:00～1時間程度 (毎月第2木曜日 14時開催)
- ▶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・コミュニェ 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。



ボランティアポイントに登録されている皆様へ
令和4年度のポイント活用申請がはじまりました！

「令和4年度にゃんとも TAMA る手帳」のポイント活用申請を希望される方(手帳にスタンプが10個以上貯まっていることが要件です)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」必要事項をご記入のうえ、「令和4年度にゃんとも TAMA る手帳」を添えてご提出ください。後日、多摩市より交付金が振り込まれます。※介護保険被保険者証、振込先口座がわかるもの(通帳など)をご持参いただくとより確実です。



スマホ・パソコン相談(★印は障がい者向けパソコン相談会)

「スマートフォンやタブレットの操作が分からない!」「パソコンの操作を教えて欲しい!」とお困りのあなた! ボランティアが無料でご相談に応じます。お気軽にご相談ください。

- ▶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・コミュニェ 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)

6月から
スマホ・タブレット
相談始まるよ!



		PCティーチャー (Word, Excelなど)		スマホ・PC相談 (スマホ等の操作方法やPCTラブルなど)		
6月	6	火	PCティーチャー (Word, Excelなど)		多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	8	木			スマホ・タブレットの集い	13:30～15:30
	13	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
	14	水	シニアITクラブ	13:00～15:00		
	20	火	PCティーチャー (Word, Excelなど)		多摩生活サポートセンター	10:30～14:30
	22	水			スマホ・タブレットの集い	13:30～15:30
	27	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
7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(新型コロナウィ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

令和5年度 多摩ボランティア市民活動支援センター 市民活動入門講座
ボランティア入門講座～ボラ体験してみよう～ 参加者募集

「ボランティアって何だろう?」「私にもできるのかな?」「どうやってはじめれば良いんだろう?」
 「見学や体験をしたい」



お任せ下さい! ボランティア活動をはじめたい人、どんなものなのかを知りたい人とことん応援する講座です

- ▶日時: 6月26日(月) 14:00~16:00(開場 13:45)
- ▶場所: 多摩ボラセン ボランティア活動室
(多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニネ 7階)
- ▶内容: ①ボランティアって何だろう?
～ボランティアの意義や活動をするうえでの心構え
②ボランティア体験メニューの紹介
③ボランティアの実際～受け入れ先、活動者から



- ▶講師: 「障害」「高齢」「公共」など、各ジャンルのボランティア受け入れ先担当者他
- ▶対象: 多摩市に在住、在勤、在学の、ボランティアに興味関心がある方、ボランティア体験をしてみたい方
- ▶費用: 無料
- ▶持ち物等: 特になし
- ▶定員: 20人 (申込み先着順)
- ▶申込み方法: 6月9日より、講座名・氏名・電話番号・住所をお伝えのうえ、下記までお申込みください
TEL042-373-6611 FAX042-373-6629 Eメール tamavc@tamashakyo.jp

令和5年度 多摩ボランティア・市民活動支援センター 無料学習会 (第1回)

楽しく学ぶ! 認知症予防講座 参加者募集

安心したセカンドライフをおくるために、認知症対策について、
体験型コンテンツを交えながらご紹介する講座です!

- ▶日時: 7月14日(金) 10:00~11:30(開場 9:45)
- ▶場所: 多摩ボラセン ボランティア活動室
(多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニネ 7階)
- ▶内容: ①認知症の理解～老化と予防についての解説
②簡単な体験型ワーク
③最適な「MY ライフ&エンディング」を考えよう
ライフ&エンディングノートを活用して、ご自身の想いの実現を考える
- ▶講師: 明治安田生命保険相互会社職員
*多摩市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む企業や大学等のネットワーク
「多摩地域企業・大学等連絡会 (ゆるたまネット)」の会員企業です
- ▶対象: 多摩市内でボランティアや地域活動をしている概ね 65歳以上の方に興味関心がある方
- ▶費用: 無料
- ▶持ち物等: 特になし
- ▶定員: 40人 (申込み先着順)
- ▶申込み方法: 6月5日(月)より、講座名・氏名・電話番号・所属団体や活動内容をお伝えのうえ、下記までお申込みください
TEL042-373-6611 FAX042-373-6629 Eメール tamavc@tamashakyo.jp



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

8月9日長崎の原爆の日に献納する 『平和を願う千羽鶴』作成



▶**内容** 折り鶴キット（作業説明書・折り紙 30 枚・止め用ビーズ）で、ご自宅で鶴を折って多摩市平和・人権課までお届けください。糸（普通の縫い糸）は各自でご用意ください。ご自宅で用意した折り紙（15 cm×15 cm）での受付可能です。

▶**募集期間** 6月12日（月）～7月20日（木）
上記期間内、9：00～17：00（平日のみ）に電話で申し込みの上、多摩市平和・人権課でキットを受け取り自宅で作成し、出来上がった物をお持ちください。

▶**募集人数・対象** 先着20人・どなたでも



▶**お申込み** 多摩市平和・人権課 関戸4-72ヴィータ・コミュニエ7階 TEL:042-376-8311

給食でしか食事をとれない子どもたちがいます。そんな子どもたちにお弁当を届ける「夏休み子ども弁当」には是非、ご協力ください。



▶**期間** 7月21日（金）～8月31日（木）までの月曜日～金曜日（8月11日、14日、15日、16日を除く）

▶**時間** 10:00～12:00



▶**内容** 食に困難のある子どものいる一般家庭にお弁当を届ける活動です。玄関先などに設置した保冷ボックスに置いてきます。

▶**活動場所** きっちゃん空（貝取1-47-9）から、多摩市内を4～5のエリアに分けて担当します。

▶**募集人数** 10名程度

▶**備考** 期間内の中で、ご希望の曜日を決めて頂きます。自家用車を使用して参加できる方が理想ですが、自転車での参加もOKです。

市内の子ども食堂や困窮世帯を 支援するフードバンクの活動です



▶**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** 多摩市内の各所で、食品の引き取りや仕分け、配送・配布を行います。

▶**備考** 自家用車を使用して継続的に参加できる方月2回以上参加が可能な方を求めています

▶**その他** 運転不可の方には豊ヶ丘の倉庫での仕分け活動もあります（毎月第3もしくは第4木曜日の14:00～16:00）

お相手に寄り添ってお話を聴く「傾聴」です



▶**日時** 傾聴活動：施設、お相手からの依頼に基づき、訪問先ごとに決定 / 定例会：毎月第3水曜10:00～12:00

▶**内容** お相手に寄り添ってお話を聴く「傾聴」活動です

▶**活動場所** 傾聴活動：高齢者施設、個人宅等 / 定例会：二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ（南野3-15-1）7階活動室等

▶**条件** 未経験の方でも可

▶**その他** 会の名称－傾聴ボランティアグループ「福寿草」

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です



▶**日時** 6月18日(日) 14:00 集合
7月5日(水) 15:00 集合
7月15日(土) 14:00 集合
7月29日(土) 14:00 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

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

地域の情報と催し

◆「子どもゆめ基金」子どもの体験活動・読書活動への助成を実施

未来を担う夢を持った子どもの健全育成を進めるため、民間団体が実施する自然の中でのキャンプや科学実験教室などの体験活動、絵本の読み聞かせ会などの読書活動などへの支援を行っています。

▶**対象団体** 社団法人、財団法人、NPO法人、法人格を有しない地域のグループ・サークルなど、青少年教育に関する活動を行う民間の団体が助成の対象となります。

▶**対象活動** ・子どもの体験活動
・子どもの読書活動

※二次募集の対象となる申請件数は、分野を問わず3件まで。
規模は、市区町村規模で一件あたり50万円以下となります。

▶**締切** 電子申請 6月27日(火) 17時締切

▶**問合せ** 独立行政法人 国立青少年教育振興機構 子どもゆめ基金

☎0120-579-081 / mail yume@niye.go.jp

詳細はホームページをご覧ください (<https://yumekikin.niye.go.jp/>)



子どもゆめ基金HP

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。

▶**問合せ**：児童養護施設 調布学園・第二調布学園 フレンドホーム担当 日下部・三好

☎042-483-7611 mail jidoyogo@chofugakuen.com



東京都福祉保健局 HP

フードドライブにご協力ください！！

多摩社協では、フードドライブを地域の企業等と連携しながら実施しています。この度、新たなフードドライブの受付窓口としてコープ貝取店様にご協力いただけることになりました！集まった食料は、市内の子ども食堂や困窮世帯等に配布するなど、大切に活用させていただいています。1品からでも受付しています。ぜひ、ご協力ください。

対象となる食品 お米、パスタ、乾麺、缶詰、レトルト食品、お菓子、調味料などの常温保存が可能な食品
未開封のもの（包装や外装が破損しているもの、開封後にフリーザーバッグなどで密閉したものは対象外）
賞味期限が2ヶ月以上残っているもの、常温保存のもの（冷凍・冷蔵食品は対象外）

受け取り窓

▶多摩ポラセン（多摩市関戸 4-72 ヴィータ・コミュニェ7階）

平日 9:00～19:00（第1・3月曜日を除く）

土曜日・日曜日（第2・4・5日曜日除く）9:00～17:00

▶多摩市社会福祉協議会

総務係（多摩市南野 3-15-1 二幸産業・NSP 健幸福祉プラザ7階）平日 8:30～17:00

▶foodium 多摩センター（多摩市落合 2丁目 33）常時受付

▶グルメシティ多摩店（多摩市永山 4丁目 2-1）常時受付

▶コープ貝取店（多摩市貝取 3丁目 8）常時受付

▶とよん（多摩市豊ヶ丘 4-2-5-107）月・水・金 10:00～15:00

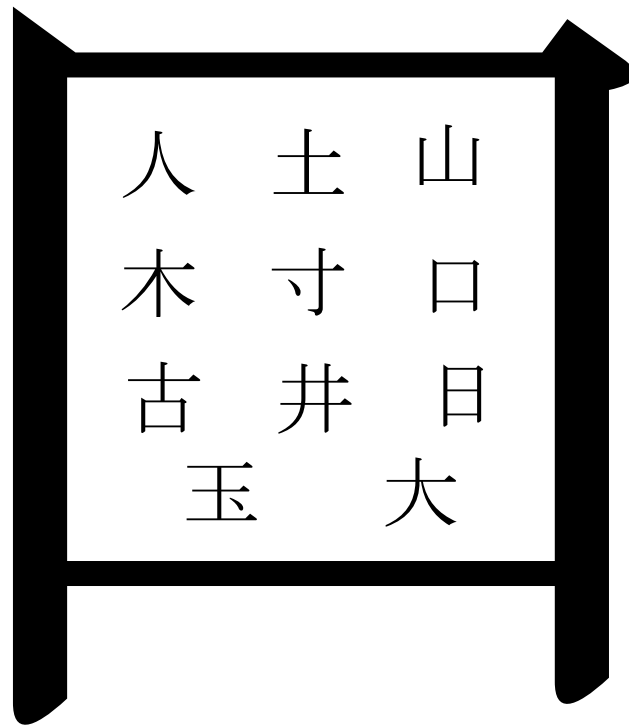


多摩大学 経営情報学部
中村その子ゼミ企画

もうすぐ梅雨入りになるでしょうか。梅雨になる前に土日で山登りにでも行きたいですね。
さて今月号は山柴美優さんのグループが考えた「漢字仲間外れクイズ」です。

【漢字仲間外れクイズ】

下の四角の中にいられない仲間外れの漢字はどれでしょう。仲間外れは複数あります。




V 通信 5月号「暗号クイズ」回答はこちら！

消	防	車	
無	病	息	災
用	意	周	到
道	路	標	識
防	災	意	識

防災意識を高めて身の安全を守りましょう！



多摩市在住のイラストボラ 隼さんのタマボラ君です。



♪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