

ボランティア通信

4月



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

子ども・若者応援助成金、 ボランティア活動等振興助成金 受付開始！

子ども・若者を支援する団体や
 地域でボランティア活動を行う団体を支援します！

多摩ボラセンでは、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、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。



申込締切 4月30日(火) ※必着

子ども・若者
応援助成金ボランティア
活動等振興助成金

詳細は2ページ、多摩社協 HPへ

▼▼▼ contents ▼▼▼

- 子ども・若者応援助成金、ボランティア活動等振興助成金 P.2
- 講座情報等のお知らせ P.3～4
- 大学生ボランティアが大活躍！ / 多摩ボラセンからのご報告 P.5
- ボランティアさん出番です！ P.6～7
- 多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第47弾 P.8



令和6年度多摩市社会福祉協議会

子ども・若者応援助成金のご案内

多摩ボラセンでは、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、助成金を交付しています。

▶ 団体要件（以下の全てを満たす団体）

- ①多摩市内の子ども・若者を対象とした事業を行っていること ②多摩市民が運営に携わり、代表者、運営スタッフ及び協力者等の人員が確保できること ③事業開催時には、常駐できる責任者を配置し、安全面及び衛生面について適切な配慮がなされていること ④事業対象となる子ども・若者（以下「事業対象者」という。）の費用負担が無料又は実費程度であること ⑤事業対象者の個人情報適切に管理されていること ⑥地域へ適切な周知を図り、事業対象者の参加を促す取り組みを行えること

▶ 対象事業

- ①食事等提供事業 ②学習支援事業 ③多様な体験機会等提供事業

▶ 内 容

助 成 内 容	助成上限額
【事業助成金】 子ども・若者を支援する事業（毎年度1団体1事業限りとする）	3万円
【立ち上げ・事業継続支援助成金】 設立2年目以内の団体が、これから継続して行おうとする子ども・若者の支援事業など継続発展を目的とした事業（但し、申請は1団体1回限りとする）	5万円

▶ 申込締切 **4月30日（火）** ※郵送必着

※詳細は下記の多摩社協HPのお知らせ「多摩ボラセンより」から「子ども・若者応援助成金のご案内」をご覧ください。
<https://tama-shakyo.jp>

子ども・若者応援寄附金募集中！応援してください！

お寄せいただいた寄附金は、子ども食堂や学習支援など、子ども・若者を支援している団体に活用されます。
受付窓口は多摩ボラセンもしくは、オンライン決済「シンカブル」をご利用ください。



令和6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のご案内

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。

▶ 対 象 ・多摩ボラセン登録団体であること

- ※未登録の場合、助成金申請と同時に団体登録申請の受け付けも可能です。
・団体の会計などが円滑に行われていること

▶ 内 容 福祉課題もしくは地域課題解決に取り組むことを目的とした事業で、かつ次にあげる事業が対象です。

助 成 内 容	助成上限額
【スキルアップ支援】 ボランティアなどの質向上を図るために必要な事業	2万円
【人材(担い手)育成支援】 広く市民を対象としてボランティア活動などの普及及び啓発を行う事業	3万円
【チャレンジ支援】 社会的・地域的課題解決のために行い、効果が期待できる事業 (例えば、経済的困難を抱える方や子ども、一人暮らし高齢者、障がい者への支援など)	10万円
【立ち上げ・活動継続支援】 設立2年以内の登録団体が、これから継続して行おうとするボランティア活動等を目的とした事業 ※申請については、1団体1回限りとする。	5万円

▶ 申込締切 **4月30日（火）** ※郵送必着

※詳細は下記の多摩社協HPのお知らせ「多摩ボラセンより」から「ボランティア活動等振興助成金のご案内」をご覧ください。
<https://tama-shakyo.jp>

「視覚障がい者のための音訳ボランティア新人養成講座」(事前説明会含め全6回)

「音訳」とは、活字を読む事が困難な方の目の代わりとなって、文字や、写真・図・表などを音声化することです。あなたの声を活かしてボランティア活動を始めませんか？

- ▽定員 20人(申込み先着順)
- ▽費用 1000円(資料代) ※初日に徴収します。
- ▽対象 事前説明会も含め全回出席可能で、引き続き音訳ボランティアとして活動できる方。
パソコンをお持ちで簡単な操作ができる方。

▽講師 ^{なんぶゆうこ}南部優子氏(新宿区図書館研究会 すみだ録音グループ「声」)

▽持ち物 筆記用具

▽申込・問合せ 4月15日(月)迄にホームページの「問い合わせ」から申し込んで下さい。 ➡

▽日時・場所・内容 下記別表のとおり

「視覚障がい者のための音訳ボランティア新人養成講座」(全5回、事前説明会あり)



回	日程	内容
事前説明会	令和6年4月26日	「音訳」と「多摩市音訳グループ」について
1	令和6年5月10日	音の言葉で伝える 発声 鼻濁音など
2	令和6年5月17日	日本語のアクセントについて アクセント辞典の使い方
3	令和6年5月24日	意味のまとまりを意識して読む
4	令和6年5月31日	かっこや記号が入った文章の読み
5	令和6年6月7日	いろいろな文章を読む 広報文 小説など

※各金曜日(13:30~15:30) 場所: 関戸公民館または関・一つむぎ館(予定)

▽お問合せ 多摩市音訳グループ

☎042(339)3063(火曜日13:00~16:00)、FAX 042(339)3063

✉tamamayu8@nifty.com



パソコン・スマホ相談(★印は障がい者向けパソコン相談会)

「パソコンの操作を教えて欲しい!」「スマートフォンやタブレットの操作が分からない!」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・コミュニネ7階)
- ▶ **備考** 相談時間はおひとり30分間です。**お申込は不要**です。
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。**お申込が必要**です。



スマホ・タブレット
の操作に不安がある方!
第2・第4木曜日に
相談会を実施しているよ!

			PCティーチャー (Word, Excelなど)	PCトラブル・スマホ (PCトラブルやスマホ等の操作方法など)
4月	9	火	パソコンボランティア多摩 10:00~12:00 ★①13:30~②14:30~	
	10	水	シニアITクラブ 13:00~15:00	
	11	木		スマホ・タブレットの集い 13:30~15:30
	16	火		PC多摩生活サポートセンター 10:30~14:30
	23	火	パソコンボランティア多摩 10:00~12:00 ★①13:30~②14:30~	
	25	木		スマホ・タブレットの集い 13:30~15:30

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事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** 4月11日(木) 14:00～1時間程度 (毎月第2木曜日 14:00 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** 開催日の前日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5年度のポイント活用申請がはじまりました！

- 手帳にスタンプが10個以上貯まっていることが条件です。
- 介護保険被保険者証、振込先口座がわかるもの(通帳など)をご持参ください。

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」に必要事項をご記入のうえ、「令和5年度にゃんとも TAMA る手帳」を添えて多摩ボラセンまでご提出ください。後日、多摩市より交付金が振り込まれます。

出張相談会

地域の身近な場所で、ボランティアの相談や多摩市介護予防ボランティアポイントの登録・申請、ボランティア保険の加入手続きなどを行います。是非お立ち寄りください。

場 所	日にち	時 間
二幸産業・NSP 健幸福社プラザ 7 階	4月8日(月)	10:30～12:00
ひじり館	4月17日(水)	いずれも 14:00～15:30
愛宕かえで館	4月18日(木)	
ベルブ永山 3 階	4月22日(月)	
大栗川・かるがも館	4月23日(火)	
トムハウス	4月25日(木)	

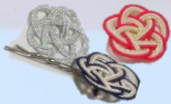
第43回
せいせき桜まつり
出店します！

能登半島地震で被災した地域の復興支援のために、石川県七尾市の物産品販売や国土館大学の七尾市での支援活動のパネル展示を行います！

第43回せいせき桜まつり
 日にち：令和6年4月7日(日)
 時 間：10:00～17:00
 会 場：九頭龍公園(予定)



みんな
来てね！



大学生ボランティアによる『平和を願うワークショップ』



3月9日(土)『東京都平和の日パネル展』と同時開催で、大学生による『平和を願うワークショップ』が開催されました。「子どもたちに平和の大切さについて考えてもらえるような企画ができないか」との多摩市平和・人権課の依頼を受け、多摩ボラセンが中央大学ボランティアセンターと明星大学山井ゼミに繋ぎ、両大学の学生がボランティアとしてワークショップを企画し、当日の運営も行いました。



当日はたくさんの子どもたちが来場し、学生が企画した5種類のワークショップ（イラスト・ちぎり絵・水引アクセサリー・つるヒコーキ・紙芝居）を体験しました。参加した家族連れからは「息子が紙芝居を真剣に聞いていた。（東京空襲について）分かりやすく子どもが理解できる内容で良かった。」「紙芝居の後大学生のお兄さんが、こういった過去があって今に繋がっているという解説をしてくれて、子どもたちが平和について考えるきっかけになった。」「子どもを連れてきて良かった。イラストを描いたり、つるヒコーキを折ったり、水引アクセサリーを作ったりと盛りだくさんで、きょうだいで楽しめる内容だった。子どもが小さいので『平和ってこんな風に楽しく過ごせることだよ』と伝えました。」など、満足のお声をいただきました。



ボランティア活動に参加した大学生の皆さんは、「ワークショップの内容を企画したり、チラシを作ったりするのはとても良い経験になったし、楽しかったです。」と話してくれました。来年も多くの学生メンバーがボランティア活動に参加して素敵な企画をしてくれたら嬉しいです！！

介護予防ボランティアポイント登録者向け研修会 「腰痛・ひざ痛予防でいつまでも元気に生き生きと！」

3月7日(木) 介護予防ボランティアポイント登録者研修会を参加者 21名を迎えて開催しました。講師には河北医療財団 あい介護老人保健施設 デイケア科の理学療法士 塚本直樹氏を招き、腰痛やひざのトラブルによる日常動作の不調が活動意欲の低下につながるメカニズムや、その対策などの講話をいただきました。参加者からは「これからの活動の参考になる」「テキストを見ながらの実践がとても良く分かりやすかった」「ていねいに体操を教えてくださいました、ありがとうございます。実践していきたいです。」等々、感想をいただきました。次回の研修会もお楽しみに♪



ボランティアポイント
に登録しませんか？
詳しくは4面へ！



多摩市在住のイラストボラ
雫さんのタマボラ君です。

施設ボランティア受入れ担当者向け研修会 「ウインウインの関係を築くためには」

3月8日(金) 施設ボランティア受入れ担当者向け研修会を開催。オンラインで7名、対面で4名の参加をいただきました。東京ボランティア・市民活動センター運営委員会副委員長、エゴにこセンター長・江尻京子氏からは、データから読み解くボランティアの現状、経験から導かれるボランティアとの関係性の築き方についてお話いただきました。今後ボランティア受入れを検討されている施設の方からはより実践的な質問も飛び出し、満足度の高い研修会になりました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



～災害ボランティア登録者向け学習会～

3月9日(土) 災害ボランティア登録者向けの学習会を開催し、9名が参加しました。

(株) コンサイド大野敦弘氏より、災害ボランティアセンター運営システム「JoyLinks」の説明を受け、その後ロールプレイで実際に自身のスマホを使用して「JoyLinks」のシステム体験を行いました。今後多摩市で災害が起こり、災害ボランティアセンターを立ち上げた際には「JoyLinks」を活用して運営をしていきます。



活動報告

ボランティアさん『ふれあい子どもまつり』で大活躍！

3月3日(日) 関戸公民館にて令和5年度『ふれあい子どもまつり』が開催されました。当日はボラセン登録の7つのボランティア団体と男性活動者連絡会メンバーが活動しました。活動のメニューは、ひなの会による『読み聞かせ』、にじいろの会による『ぬり絵体験』、リフォームおはりばこによる『折り紙体験』、絵手紙くるくるによる『絵手紙体験』、スマイルバルーンによる『バルーンアート配布・体験』、伝統芸能たまいち座による『皿回し披露・体験』、みんなであそぼうによる『コマ・けん玉体験』、男性活動者連絡会による『ポッチャ体験』と盛沢山でした。

大人73名・子ども114名・計187名の来場者に楽しんでいただきました。来場者からは「ひな祭りの一日、子ども達が楽しく過ごせました！」「ポッチャやってみたかった！楽しかった！」などお声をいただきました。この夏パリ・パラリンピックでポッチャをチェックしてみませんか！



ボランティアさん出番です！

ボランティアを
募集します！

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。

ご相談だけでも構いません。ご遠慮なくお問合せください。



…継続ボランティア



…単発ボランティア



…ボランティアポイント

高齢者施設でのお手伝い～その1



▶内容

- ① レクリエーション等の補助(道具の準備・片づけ等)
- ② レクリエーションの指導(主導してレクリエーションを行う)
- ③ 食器洗浄他 ④お話し相手⑤囲碁の相手⑥車いす清掃

▶日時

- ① 月～金 14:00～14:45
- ② 月～金 1時間程度(時間は応相談)
- ③ 月～日 1時間程度(時間は応相談)
- ④ 月～金 午後(時間は応相談)
- ⑤ 月～金 14:00～15:00/15:30～16:30
- ⑥ 月～金 時間は応相談(※いずれも週1回位～)

▶場所 あい介護老人保健施設(中沢1-17-38)

▶備考 マスク着用



将棋 囲碁 麻雀

趣味を活かしたボランティア



高齢者施設でのお手伝い～その3



- 1 ▶内容 麻雀の相手

▶日時 毎週土曜日(隔週可) 10:00～12:00

▶場所 デイサービスまほろばの郷II(落合6-15-4)

- 2 ▶内容 囲碁・将棋の相手

▶日時 第2・4月曜日

13:20～14:20

▶場所 あいクリニック デイケアオリーブ(貝取1431-3)



- 3 ▶内容 麻雀の相手

▶日時 毎週月曜～金曜日の10:00～12:00、もしくは14:00～16:00の間の1～2時間(月1回～可。回数相談可能)

▶場所 特別養護老人ホーム 愛生苑(和田1547)

▶その他 お話相手も募集しています

注:麻雀や囲碁、将棋は、上手下手を問いません。

勝ち負けでなく、コミュニケーションツールとして高齢者と楽しんでいただける方を求めています



高齢者施設でのお手伝い～その2



▶内容 施設利用者の入浴後ドライヤーがけなどのお手伝い

▶日時 火・金曜日の10:00～12:00

▶場所 白楽荘在宅デイサービスセンター(山王下1-18-2)

▶備考 マスク着用

▶問合せ・申込 白楽荘在宅サービスセンター 齋藤誠

TEL042-374-4649

e-mail:m.saitou@rakuyuukai.com



ボランティアさん出番です！

放課後教室での活動サポート



- ▶内容 ①校庭での自由遊びのサポート
②プログラミング教室のサポート
- ▶日時 毎週月曜日 13:30～16:00頃
- ▶場所 愛和小学校 (愛宕 1-54) 教室、校庭
- ▶条件 大学生以上、継続的に活動できる方
- ▶募集人数 ①②ともに若干名
- ▶問合せ・申込 櫻田 (愛和小放課後クラブリーダー)
TEL090-4964-9599



学習支援の活動



- ▶内容 自主学習する子どもたち (小1～高3) を見守りながら、質問に対応いただく活動です
- ▶日時 毎週火曜日 16:30～19:00
- ▶場所 多摩ボラセン 活動室1
(関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階)
- ▶条件 大学生以上。教員免許をお持ちの方、取得予定、または塾講師の経験者の方歓迎
- ▶問合せ・申込 NPO 法人 BORDER FREE
e-mail: border.free.2021@gmail.com



市内の子ども食堂や困窮世帯を支援するフードバンク活動



- ▶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。
- ▶日時 不定期 (平日の日中、金曜日の場合が多いです。1回2時間程度)
- ▶条件 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
- ▶備考 市内の支援活動者が集まって結成された多摩市独自のフードバンクです。

特別な技術がなくてもOK
一度だけの参加でもOK
急に休んでもOK
ボランティア初心者にもおすすめです

VP

- ▶内容 多摩社協の車いすの清掃 (ふき取りや消毒) 整備等のお手伝い
- ▶日時 毎月第3火曜日 10:00～11:00
- ▶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)
- ▶条件 清掃のみも歓迎。パンク修理可能な方大歓迎

視覚障がいの方のサポート
(マッサージ友の会のお手伝い)

- ▶内容 視覚障がいの社会貢献活動「マッサージ体験」のお手伝い、来場者の案内
- ▶日時 第2・第4金曜日 9:00～16:00 (応相談)
- ▶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) 5階つどの間
(南野3-15-1)
- ▶条件 大学生以上・視覚障がい者に理解のある方
- ▶募集人数 若干名
- ▶備考 交通費支給 (1日500円)
- ▶問合せ・申込 多摩市視覚障害者福祉協会
マッサージ友の会 中村隆
TEL 080-1157-9439
e-mail: tn2.uu20.at_tama-to.7@docomo.ne.jp
(留守番電話にメッセージを残してください)



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



- ▶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
- ▶日時 4月13日(土) 12:00 集合
4月28日(日) 10:00 集合
5月6日(月) 9:00 集合
(いずれも活動時間6時間程度)
- 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。
- ▶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
- ▶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。



ボランティアをやりたい方/問い合わせしてみたい方/募集したい方は、右記の2次元コードを読み込み、必要事項を記入のうえ、多摩ボラセンまでメールをお送りください → 電話・FAXでも受付可能です

☎042-373-6611 FAX042-373-6629 e-mail tamavc@tamashakyo.jp



夏のボランティア体験 2024 体験受け入れ施設・団体を募集!

去年は小学生からシニア世代まで、208名の方がボランティア体験に参加されました。ボランティア活動のきっかけになる「夏のボランティア体験」参加者を受け入れてくださる施設・団体等を募集します

○夏のボランティア体験実施予定期間：7月25日(木)から8月31日(土)

○募集期間：4月15日(月)まで

○詳細は、多摩社協HPをご覧ください。<https://tama-shakyo.jp>



昨年の夏のボランティア受け入れ施設・団体等からのご感想

行事の際に手伝っていただけるととても助かりました。安全管理のための職員配置だけだったところに、子どもたちと一緒に遊んでくれる人員として配置出来たことで、行事がさらに盛り上がり子どもたちもとても喜んでいました。(児童関係)



積極的にどんどん動いてくださり、とても良い表情・雰囲気です利用者様に接してくださいました。夏ボラ以降も当施設でのボランティアを続けていただく事となり、とても嬉しく頼りにしております。(高齢関係)



とてもよく子ども達を見て下さるととても良いボランティアさんが来てくれました。支援級の子の宿題を見て下さって助かりました。(障がい関係)



参加者が活動に、興味を持って参加した事が、良く分かりました。周りの方のアドバイスも素直に受けとめていて、大変好感が持てました。(ボランティアグループ・その他)



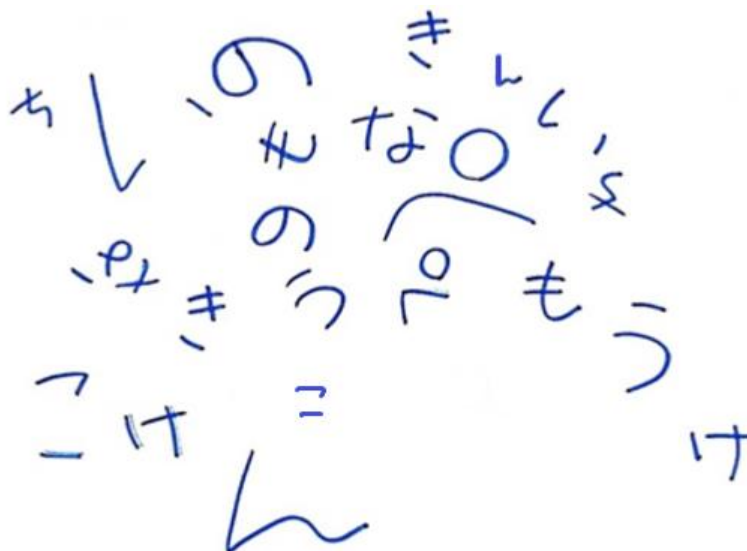
皆様のご応募をお待ちしております!

多摩大学 経営情報学部 中村その子ゼミ企画

暖かく気持ちの良いほかほか陽気の中で、新年度がスタートしました。今年度も皆様どうぞよろしくお願いいたします。

さて、今月号は小島^{こじま}かれんさんが考えた「暗号クイズ」です♪

バラバラに見えますが、よく見ると同じひらがなが2個ずつあります。そのペアを見つけて、並び替え、ボランティア活動を行う上でも大事なことを作ってください。ただし、正解に行きつくための暗号があります。それは「ナノバモムシ」です。



答えは次号!
お楽しみに(^ ^)!

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3月号の
回答はこちら!

1. さいばんかん
2. だいとうりょう
3. とらいあずろん

♪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

