

たまボラ

P. 1

ボランティア・市民活動センターの紹介

P. 3

ボランティア運営委員訪問録

P. 2

ボランティア講座のお知らせ

P. 4

ぼらセンからのお知らせ
・ボランティア募集ほか



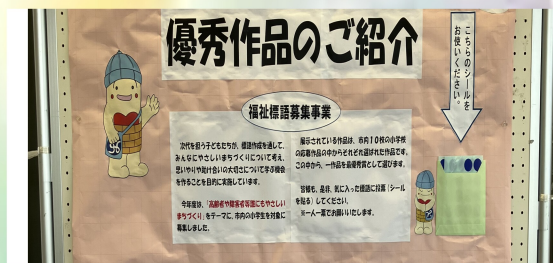
こんにちは！ 東大和ボランティア・市民活動センターです☆

東大和ボランティア・市民活動センターはボランティアに関する相談をお受けしているほか、市内小学校からの依頼を受け、福祉教育を実施しています。また、ボランティア講座、夏！体験ボランティア等の講座や65歳以上の方が介護予防を目的として行っている介護支援いきいき活動など様々な事業も展開しています。

東大和ボランティア・市民活動センターの窓口は、東大和市社会福祉協議会の中にあります。ボランティアを依頼したい、ボランティア・市民活動に興味がある、ボランティア活動について学びたい、災害時のボランティアについて知りたい、こんな時は、お気軽にご相談ください。

「東大和ボランティア・市民活動センター運営委員会」の活動

同委員会は、本センターの各事業の企画・運営をしており、福祉標語の選定やボランティアグループ助成金審査等を行っています。その他、本センターの事業へも主体的に参加していただいています。



↑ 福祉標語事業
最優秀作品選定



↑ 運営委員長
高田氏



↑ 広報紙発行
(委員が取材)



令和7年度ボランティア講座参加者募集中！

東大和ボランティア・市民活動センターでは、ボランティア活動に関心がある方、ボランティア活動を始めてみたい方におすすめの講座を開催します。

ボランティアの基本的な学習や、実際に活動も体験できるプログラムです。この機会に参加してみませんか！！

基本編 「ボランティアを始めよう！ 福祉について学ぼう」

クロスロード体験の様子

日時：令和8年3月21日（土）
10：00～12：00
会場：社会福祉協議会第二会議室
内容：ボランティアの基本について
・クロスロード体験（ボランティア活動のシミュレーションをゲームで楽しみながら、「心の備え」をするもの）
〈定員：20名〉



災害編 「被災地でのボランティア活動の体験談を聞こう！」

被災地での活動の様子

日時：令和8年3月21日（土）
13：30～15：30
会場：社会福祉協議会第二会議室
内容：被災地でのボランティア体験談
〈定員：20名〉



施設編 「リモートボランティアで施設へ絵手紙を送ろう！」

日時：令和8年3月15日（日）から1週間
協力：サービスセンターさくら苑
内容：リモートボランティアを体験しよう
施設の紹介動画を見よう！
絵手紙を送ろう！
（本センターを通じ施設へ送る）
〈定員：なし〉

※動画視聴ができる環境が自宅に整っている必要があります。



申込締切（基本編・災害編は、応募多数の場合抽選）

基本編・災害編：3月18日（水）まで 施設編：随時受付中

電話または二次元コードからお申込みください！

お問合せ 東大和ボランティア・市民活動センター 電話番号：042-564-0035

基本編・災害編について、手話通訳を希望される方は、申込みの際にお申出ください。



～ボラセン委員訪問録～



～子ども食堂スマイル～

「子ども食堂スマイル」は毎月第二土曜日に開催されています。令和8年1月10日、委員が訪問した土曜日のお昼の時間に、東大和リビングテラス清原の「みんなの部屋」からただよってくる、おいしそうなお昼とおかずのにおい。用意されたのは70食のランチ。そこへたくさん親子が次々と部屋を訪れます。特徴は、就学前の子が多いこと。早速、代表の**小林みどり**さんとボランティアスタッフの大学3年生の**鈴木真奈美**さんにお話をうかがいました。

右：小林氏
(子ども食堂スマイル 代表)
左：野中委員 中央：森委員



あんな活動
こんなところ
みつけた!

イベント
看板



会場
リビングテラス



子ども食堂を始めたきっかけは？

もともと子どもの食に関わることをやりたいなと思っていましたが、難しいかなと思って、高齢者のサロンを始めたんです。そこで食事づくりにも取り組んだ経験から、そのメンバーと一緒に「子ども食堂スマイル」を始めました。一人ではできないことを仲間ができたことで実現し、やりたいことを一緒に役割を分け合って取り組んでいます。(小林氏)

就学前のお子さんが多いですね？

土曜日のお昼だから親子連れで来てくれます。栄養士がメニューの中に含まれているアレルギーの特定原材料を明記してくれていて、申込みフォームでアレルギーのある方を把握しているんです。アレルギーに関わる食材は他の食材と混ぜずに調理して取り除きやすくしています。そんな工夫をしていることも、就学前のお子さんが多いことと関係しているかもしれませんね。(小林氏)



小林さん



鈴木さん

ボランティアの
皆さま→



←メニュー

高齢の方との活動は楽しいですか？

私ともう一人が若い世代にいるんですが、年配のボランティアの皆さんが孫のように接してくれて、いろんなことを教えてもらえます。私はGoogleフォームで予約を受け付けるのを担当しています。月1回という頻度は学生として参加しやすいのがいいなと思っています。面白いと思うのは、年配のボランティアの方は、親子連れでお父さんが参加しているのを「偉いね」っておっしゃるんですけど、私の世代では「普通かな」。そんなジェネレーションギャップなんかも楽しんでいます。(鈴木氏)

夕食ではなく、ランチにしたのは？

20人のボランティアの大半が高齢者。夜だと自転車で移動するのが危ないからお昼にしたんです(笑)。昼間だから高齢者でも安心してボランティアに参加できます。孫の世話も終えたような世代ですから、みんな、子どもたちとふれあうのが楽しいです。作ること、買い物や配膳など、それぞれが役割をもって関わっています。「子ども食堂の活動が生きていく喜びだ」なんて言ってくれるボランティアもいて、うれしいですね。(小林氏)

東大和ボランティア・市民活動センター
運営委員 野中 明人/森 純一



ボランティア募集!

●あばれんぼキャンプ主催 2026ボランティア講習会のお知らせ!

あばれんぼキャンプは、「全ての子どもたちが走り回り輝く社会の実現」をミッションに活動するNPO法人です。子どもたちと向き合い、活動を共にする仲間を募集しています。あばれんぼキャンプでのボランティアを希望される方に向けた講習会を開催します。

- ・ボランティアスタートアップ講習会
4月19日(日) 10:00~18:00
 - ・ボランティアスキルアップ講習会
(夏キャンプに向けて)
6月14日(日) 10:00~18:00
 - ・ボランティアスキルアップ講習会
(冬キャンプに向けて)
11月15日(日) 10:00~18:00
 - ・定員: 20名(先着順) / 費用: 無料 / 会場: 府中市内施設等 / 申込方法: TELまたはmail
- ※講習会受講には、あばれんぼキャンプボランティアスタッフの登録が必要です。
講習の申し込み・詳細及びスタッフ登録については事務局までお問い合わせください。

【申し込み・問い合わせ】

NPO法人 野外遊び喜び総合研究所 あばれんぼキャンプ

TEL: 042-364-8031
mail: info@abarenbo-camp.com

●「お年寄りの身体状況体験」が行われました!

令和8年2月10日(火)に清原市民センターにて青少年対策第三地区委員会主催による高齢者疑似体験セットを使用した「お年寄りの身体状況体験」が行われました。

本センターは、担当地区の地域包括支援センターから疑似体験セットの借用の依頼があったため、協力しました。体験の様子を見学したいとお話ししたところ、快諾いただき参加しました。体験中、参加者から「高齢者ってこんなに大変なんだ」「担当している高齢者の気持ちが分かる」「声かけはゆっくり丁寧にすることが大切」という声が多くあがっていました。



←椅子から立ち上がるのも大変!

80歳くらいの方を想定しての体験→



●見守り・声かけ活動の協力員を募集!

見守り・声かけ活動は、地域の方々がボランティアとして近隣の高齢者等のお宅へ伺い、声かけやさりげなく見守りを行う活動です。この活動に参加いただける方(協力員)を募集しています。身近なご近所で気軽に活動できます。関心のある方はお問合せください。

活動場所: お住まいの地域近辺

活動日等: 月1~2回

(地域によって異なります)

※現在活動している協力員と一緒に活動していただけますので、安心して始められるボランティアです。

【問合せ】東大和市社会福祉協議会

TEL: 042-564-0012



●個人登録とボランティアグループ登録のご案内!

東大和ボランティア・市民活動センターでは、個人ボランティアとボランティアグループの登録制度をとっています。登録をしていただいた方には、ボランティア情報の発信やセンターに相談があったボランティア活動を紹介させていただきます。また、ボランティアグループには助成金制度などがあります。

登録は東大和ボランティア・市民活動センター(社会福祉協議会内)窓口にてお手続きください。東大和市中でボランティア活動をしたい方はぜひご相談ください。

【問合せ】東大和ボランティア・市民活動センター
TEL: 042-564-0035

今年度も情報紙「たまボラ」をお読みいただきありがとうございます。ご意見等ありましたら、本センターまでご連絡ください!

今後とも東大和ボランティア・市民活動センターをよろしく申し上げます!



【紙面に関する問合せ】

東大和ボランティア・市民活動センター

TEL: 042-564-0035

FAX: 042-564-3680