

# たまボラ

発行：東大和市社会福祉協議会  
所在地：東大和市中心3-912-3  
電話：042-564-0012（代表）  
FAX：042-564-3680



# 傾聴ボランティア 研修会を開催します！



研修会の様子（昨年度）



研修会の様子（昨年度）

東大和ボランティア・市民活動センターでは、以下の日程で傾聴ボランティア研修会を開催します。

日時：12月7日（日）午前10時～正午

場所：東大和市社会福祉協議会 第二・三会議室

内容：傾聴活動について

講師：平尾 一彦氏（上智大学グリーンケア研究所認定臨床傾聴士）

対象：ボランティア活動者及び傾聴ボランティアに興味のある方

定員：30名（申込順）

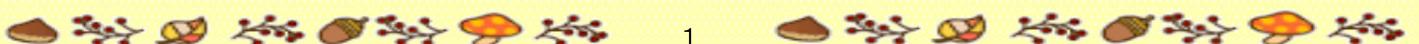
申込期間：10月15日（水）～11月28日（金）

申込方法：本会HP申込フォームから（右記のQRコードを参照してください）

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



本研修会は、日々様々な活動場所でボランティア活動をしている皆様に必要な「傾聴」について、活動するために必要な姿勢やスキルを身につけ、実践に活かすことを目的としています。現在ボランティア活動をされている方、傾聴ボランティアに興味のある方、ぜひご参加ください。活動者としての自覚を高め、地域や施設等での活動に自信を持って臨めることを目指し本研修会を実施します。





# 令和7年度 夏！体験ボランティア報告

## ～このような場所で ボランティア体験をしました～



### 高齢者施設 ヒューマン・ケア東大和

ヒューマン・ケア東大和（認知症高齢者グループホーム）では、一日の予定を細かく決めずにその日の気分を大切に生活されています。参加者は、「利用者さんとお話ししながら、キッチンで調理をしたり、洗濯物を畳んだり、折り紙を教してもらったり、活動が楽しい」と話していました。取材当日は、参加者がおやつにチーズケーキを焼いて、皆さんに喜ばれていました。

写真右：キッチンで利用者と夕食の下ごしらえ

写真左：チーズケーキ



### 障害者施設 第2あとリエトントン



写真左右：利用者とソフトバレーボールを楽しみました。

第2あとリエトントンでは、精神障害を抱えている方とスポーツ活動（ソフトバレーボール）を楽しみました。参加者は、体を動かしながらも楽しそうに利用者コミュニケーションをとっていました。参加者は「当事者と何か1つのことをするという経験をしたことがなかったため、とてもいい経験になった」「将来目指している仕事のために、とても勉強になった」と話していました。

### 保育施設 れんげ南街保育園

れんげ南街保育園は、小学生（卒園生のみ）から受け入れをしてくださったこともあり、多くの方がボランティア体験をすることができました。参加者は、園児と楽しくコミュニケーションを図ったり、一緒に遊んでいました。参加者は「保育園の中で様々な体験ができることも良いことだと思った」と話していました。



子どもへ絵本の読み聞かせ

## 小学生向け特別メニュー

小学生向け特別メニューは①祖霊（亡くなった先祖の霊のこと）のともしび～能登へのメッセージを灯籠に書いて送ろう～（7月19日）②切手ボランティアの活動を体験しよう！（7月31日）③狭山緑地の自然のものを使って、作品を作ってみよう！（8月2日）を実施しました。

①8月15日（金）能登の金蔵地区で行われる「祖霊のともしび」で灯す灯籠にかぶせるメッセージを書きました。



それぞれ思い思いのメッセージを紙に書きました。

当日のイベントの様子が楽しみです！

②切手ボランティアグループの方と、切手の切り分けをしたり、おしゃべりをしながら活動をしました。



みんな手先が器用で、作業スピード早かった！

お気に入りの切手は見つかったかな？

③毎年恒例のイベントです。今年は暑さを考慮し、狭山緑地の自然のものを使って、小屋の中で木工作品を作りました。



木工作品上手に作れたね！緑地内の散策もできたね！

# ～ボラセン委員訪問録～



## ～市内で活動をしている団体を紹介します～

今回は『まち連』（東大和まちおこし連絡会）の1つである「花＊みどりカフェ」の3名の方（写真手前の右から石田 睦子（いしだ むつこ）さん、立川 嘉宜（たちかわ よしのぶ）さん、松本 哲郎（まつもと てつろう）さん）にお話を伺いました。



### 花＊みどりカフェをはじめた目的

「花＊みどりカフェ」は、東大和まちおこし連絡会（まち連）の活動の軸の一つで、花やみどりを愛する人々が集い、お茶やお菓子を楽しみながら交流を深め、地域とのつながりを育む場をつくることを目的に2015年にスタートしました。目指すのは、東大和を「花と緑にあふれた元気な街」にすることと話されていました。



←健康のまちづくり講演会の様子

### 花＊みどりカフェの活動概要

「花＊みどりカフェ」では、毎回“花とみどり”をテーマに、公開講座を開催しています。第1回は、2017年に「花と緑の巻 まちの未来カフェ 東大和とさくら」というテーマで実施しました。コロナ禍前は、年4回の定期開催でした。コロナ禍で一時休止としましたが、2022年に再開されました。街にもっと花や緑を増やしたいとの思いから自分たちが育てた苗や種を持ち寄り、交換会も実施されています。花好きの方々が集まる一方で、花を愛する方の中には、1人での鑑賞や育成を好む方も多く、控えめな性格から声をかけても参加に踏み出しづらい方もいらっしゃいます。講座の枠を超え、中央公民館前で景観の向上と地域の絆を育てる「花＊みどりいっぱい運動」（「明るい社会づくりの会」主催）に参加しています。また環境省主催の「第11回みどり香るまちづくり」企画コンテストの受賞記念植樹祭（平成28年実施）にも協力するなど、活動の幅を広げています。

本市では、市民と行政が協力し、地域の緑化と花壇整備を目的とした「パークガーデナーボランティア制度」が積極的に運用されています。主な活動場所は、東大和市駅前ロータリーや玉川上水駅前ロータリーなど30か所以上の花壇でパークガーデナーが活躍し、花壇の整備や季節の花の植栽を通じて、地域住民の憩いの場づくりに貢献しています。花や緑がそこにあるだけで、植える人はもちろん花にあまり興味のない人の心にも、豊かさをもたらします。

「花＊みどりカフェ」では、パークガーデナーのネットワークづくりが進められており、地域のつながりを育む場として、未来への種まきが始まっています。

東大和ボランティア・市民活動センター  
運営委員 有馬 教子

### 花＊みどりカフェの今後の目標

今後の目標は、以下の4つです。

- ①次の世代と繋がりたい ②継続して長続きさせたい
- ③活動を広げていく ④外来植物を駆除していく

これらの目標を掲げ「花と緑にあふれた元気な街」をつくれるよう活動をしていきたいと話されていました。

東大和ボランティア・市民活動センター  
運営委員 津島 喜代子

### 取材を終えた感想

近年注目されているのが医療や保健・公衆衛生分野における「ゼロ次予防」です。予防医療は、一次予防：健康的な生活習慣の促進による病気予防、二次予防：病気の早期発見・早期治療、三次予防：治療後の再発防止と分類されています。ゼロ次予防とは、個人の努力なしで環境そのものを改善することによって人々を健康へと導くという考え方です。まさしく「花＊みどりカフェ」の活動は、花や緑を通じて人々がつながり、街の景観が美しくなるだけでなく、心の健康や予防医療にも重要な役割を果たしていると思いました。

東大和ボランティア・市民活動センター  
運営委員 有馬 教子



←向原中央公園の花壇

まずみなさん第一に花が好き、人が好きであることが分かりました。また花を通じて人と人の繋がりができ「自分のやっていることで自分が癒されて、自分自身が笑顔になる」「人をも笑顔にさせることができる」活動だと思いました。最後に、みどりの相乗効果で安らぎや癒しが出ており、心も体もリラックスできる活動をされているとも思いました。

東大和ボランティア・市民活動センター  
運営委員 津島 喜代子

## 募集

### ● 第48回福祉祭のボランティアを募集しています!

【日時】11月9日(日)  
【集合時間】9時(駐輪場のボランティアのみ  
8時40分集合)

【会場】東大和市立中央公民館とその  
周辺(予定)



【募集人数】15名程度

【活動内容】○駐輪場誘導・整理 ○受付の手伝い  
○会場案内 他(※活動時間応相談)

ご参加いただける方は、お気軽に東大和ボランティア・市民活動センターまでお問合せください。皆さまのご協力をお待ちしております。

## 募集

### ● スマホサポーターを募集しています!

「東大和どっとネットの会」(東大和市の地域情報をWebで発信)では、市内5つのサロン活動と連携し、憩いの場であると共に、スマホの使い方を気軽に学べる場を提供しています。そこで一緒に活動をささえてくれる、スマホサポーターを募集します。人に教えることで自分の理解も深まり、地域の仲間づくりにもつながります。ボランティアとして、スマホの基本動作ができ、やさしく教えられる方大歓迎!お問い合わせお待ちしております。見学も大歓迎です!(開催時間はすべて9時30分~11時30分)

※上北どっとネットカフェは、上北台公民館休館中(今年末まで)のため、中央公民館で開催。詳細は各団体の担当者までご連絡ください。(活動の様子は右下QRコード)

名称	開催日	場所	担当者	問合せ先
狭山 だべりサロン	第1火曜日	狭山公民館	新井	090-9851-1834
上北どっと ネットカフェ	第2火曜日	中央公民館	//	//
蔵敷 だべりサロン	第2木曜日	蔵敷公民館	福田	090-5818-7896
中央 だべりサロン	第3水曜日	中央公民館	//	//
南街 だべりサロン	第4火曜日	南街公民館	佐藤	070-4191-5438

## 募集

### ● 川まつりのボランティアを募集しています!

市民のみなさんが主体となり開催する「空堀川・川まつり」では、ボランティアを募集しています。たくさん子どもと多くの市民が参加される、川まつりです。自然にふれあい、遊び・学び・交流できる川まつりのスタッフとして、ぜひご協力をお願いします。

◆日時:10月25日(土)9時30分~15時30分  
イベントは、10時~15時

※午前だけ、午後だけでも可(時間自由、相談可)

場所:空堀川 空川ひろば(第四小学校の近く)

◆内容:イベントの運営補助(準備、受付、子どもの安全見守り、自転車整理、会場整理、片付けなど)

◆締切り:10月19日(日)

【問合せ】川まつり市民会議メール

[machiren.hymt@gmail.com](mailto:machiren.hymt@gmail.com)

TEL:070-1448-0658

(代表:小倉安洋)



## 報告

### さくら苑夏祭り~こんなボランティア活動をしました~

8月19日(火)サービスセンターさくら苑で夏祭りの催しがあり、4名のボランティアさんが利用者や職員10数名の浴衣の着付けをしました。色とりどりの浴衣に利用者の方々の笑顔が輝いていました。浴衣姿を喜んでいただいて、楽しく充実したボランティア活動となりました。



写真左:着付けの様子 写真右:盆踊りの様子

#### 【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



サロン活動の様子 左:狭山・上北 右:蔵敷・中央