

volunteer Center Musashino

R6.4.7 発行

# VCM

# 通信 4月号 No.263



ボランティアセンター武蔵野

開所日：火～土曜日/9:00～17:00

T E L : 0422-23-1170

F A X : 0422-23-1180

M a i l : vcm@shakyou.or.jp

〒180-0001

武蔵野市吉祥寺北町 1-9-1(1階)

社会福祉法人

武蔵野市民社会福祉協議会

<https://www.shakyou.or.jp/>



## 今年度もたくさんの活動が みなさんを待っています

▶今後のVCMの活動、現在募集中の活動は  
2面、3面をご覧ください。



### CONTENTS

- 2面 4月おとばサロンのお知らせ、お仕事サロン展示販売会のお知らせ、
- 3面 あたらしいボランティアはじめませんか～現在募集中のボランティア～
- 4面 防災ボランティア訓練【報告】、4コマ漫画「災害ボランティア」、VCM 運営委員の活動日記
- 5面 次世代プロジェクト【報告】、施設ボランティアコーディネーター研修・懇談会【報告】
- 6面 ボランティアオリエンテーション【報告】、助成金情報、ボランティア保険のご案内

4月おとばサロン～お父さんお帰りなさい！ようこそ地域へ～

# 『平家物語』はじめて講座

## ～声に出して読もう～



### 4月13日(土)

時間:14時～16時  
会場:市民社協会議室  
定員:15名(申込順)  
申・問:VCM(1面右上連絡先)



出展:プリンストン大学デジタルライブラリー「壇浦合戦」

『壇浦合戦』を原文で読んでみましょう。  
躍動的で美しいリズムを味わってください。

講師 金子 あい 氏

俳優・アーティスト。東京藝術大学大学院環境造形デザイン修了。『平家物語～語りと弦で聴く』『琵琶法師耳無譚』『千一夜物語』等を上演。武蔵野市内で「声に出して読む『平家物語』教室」を主宰。武蔵野市民芸術文化協会会長。



循環型ボランティア活動

# お仕事サロン作品展示販売会



日時:6月1日(土)13時～16時

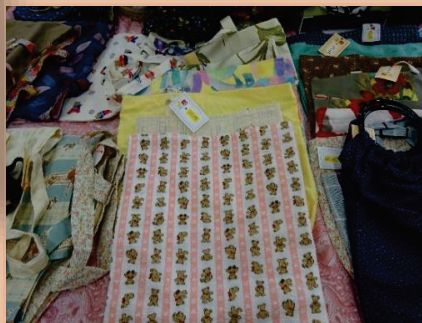
を開催します!

会場:市民社協会議室



花ふきん

手提げ袋

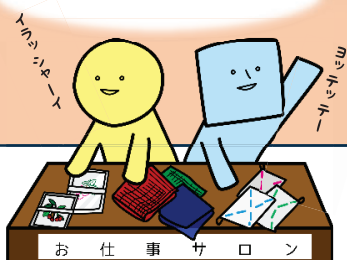


☆ボランティアさん手づくり作品の展示販売

ここにしかない1点物あります!

☆花ふきん、手提げ袋、編み物作品など、手作りならではの工夫が詰まった素敵な作品がたくさん並びます。

ぜひお立ち寄りください!



# あたらしいボランティアはじめませんか

～現在募集中のボランティア活動をご案内します～

## ●障がいのあるお子さんの放課後の 見守り、遊び相手①

- 【内容】 小1～高3までの障がいのある子どもたちと一緒にあそぶ活動です。
- 【活動日時】 月～土曜日 13:00～18:00  
(上記のうち1日だけ、1時間だけやってみたいという方もご相談ください)
- 【対象】 高校生以上、経験不問  
子どもたちと元気に遊んでくれる方大歓迎です！

おおぞら会 あすはKids (八幡町3-3-26)

## ●障がいのあるお子さんの放課後の 見守り、遊び相手②

- 【内容】 障がい児(未就学～高校生)の活動を一緒に盛り上げてくれる方を募集しています。  
音楽、絵画、運動、工作など、どんなジャンルでも大歓迎です。
- 【活動日時】 平日 14:00～17:30  
土・祝 11:00～16:00  
(1日、短時間からでも、是非ご相談ください。)
- 【対象】 高校生以上

株式会社くらや ウィズ・ユー吉祥寺  
(吉祥寺北町4-13-5 吉祥寺北町ハイム103)

## ●高齢者施設でのレクリエーションのお手伝い

- 【内容】 麻雀、書道、絵画、演奏、手工芸、傾聴など
- 【活動日時】 月～土曜日 9:00～17:00  
(週1日、月1日などご相談ください)
- 【対象】 どんな方でも大歓迎です。  
※小学生以下の方は保護者の方の同伴をお願いします。
- 【その他】 活動者さんと相談をしながらご希望の活動をご案内します。是非一度見学に来てください。

社会福祉法人 徳心会 さくらえん (桜堤2-8-13)

## ●特別養護老人ホームでのクラブ活動のお手伝い

- 【内容】 うたクラブ、書道クラブ、折り紙クラブの指導、補助
- 【活動日時】 木、金曜日 ① 10:15～11:15  
② 13:15～14:15  
ご都合のいい時間帯をご相談ください。
- 【対象】 資格、経験不問です。  
明るく元気な方、是非連絡をお待ちしております。

社会福祉法人 親の家 (八幡町3-4-18)

## ●施設入居者さんの作業の補助 (認知症対応型共同生活介護施設)

- 【内容】 お話し相手、裁縫、編み物、塗り絵、工作、折り紙、うた、など
- 【活動日時】 10:00～16:00 (曜日は応相談)  
※夕方以降でお皿洗いのお手伝いも募集中。
- 【対象】 どのようなご依頼の方でも大歓迎です。  
元気な方お待ちしております。(学生可)
- 【その他】 ご希望の活動があればご相談ください。

マザアスホーム だんらん武蔵境(境4-8-1)

## ●デイサービスセンターでのお手伝い

- 【内容】 ①レクリエーションの補助(準備・片付け)  
②食器片づけ、机などの消毒
- 【活動日時】 ① 14:00～15:00  
② 16:00～17:00 (曜日は応相談)
- 【対象】 どんな方でも大歓迎です。  
学生さんのご応募もお待ちしております。

稲垣薬局コトニア吉祥寺  
(吉祥寺南町5-15-10)

## ●車いすでの外出付き添い①

※個人の方(吉祥寺東町)からのご依頼です。

- 【内容】 障がいのある方(電動車いす利用の女性)の外出添いとベランダ排水溝のごみ取り。
- 【活動日時】 月1回 水曜日
- 【場所】 依頼主自宅～吉祥寺駅付近
- 【対象】 女性のボランティアさん希望  
体力に自信のある方



## ●車いすでの外出付き添い②

※個人の方(関前)からのご依頼です。

- 【内容】 車いす利用の方の買い物同行(車いす介助あり)
- 【活動日時】 月1～2回 土曜日の午前中
- 【場所】 施設～関前近辺
- 【対象】 どんな方でも大歓迎です。
- 【その他】 車いす介助の経験がなくても、初回は入所している施設職員の方が丁寧に教えてくださいます。

他にもたくさんのご依頼があります！  
あたらしい活動をはじめたい方、  
是非VCMまでお問い合わせください。





# 防災ボランティア訓練 (災害ボランティアセンター運営訓練)

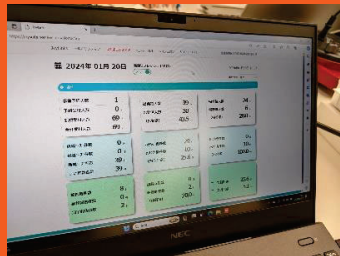
を実施しました！

開催日：1月20日 場所：市民文化会館



この訓練は28年前の阪神・淡路大震災を契機とした『防災とボランティア週間』に合わせて、市民や関係機関・団体の皆様と一緒に毎年実施しています。地域の皆様には災害ボランティア役でご協力いただきました。また今年は初めてスマホアプリの「災害ボランティアセンター運営支援システム」を用いた訓練を行いました。

## 4コマ★災害ボランティア



イラスト：  
VCM 広報委員 内藤久満

H.Naito

ボランティア役は活動登録から帰着報告までをスマートフォンのアプリ上で行いました。



昨年度からの改善点確認や、スマートフォンを積極的に活用した災害ボランティアセンター運営支援システムのテスト利用等、ボランティア役として早朝より集まっていた市民の皆さんの協力のもと、盛り沢山の運営訓練となりました。年始に発生した能登半島地震の記憶も鮮明な中、多くの参加者が当事者意識をもって訓練に取り組み、災害発生時に対する日頃の備えや意識の大切さを再確認することができた、有意義な一日となりました。

(報告：VCM運営委員 小林靖佳)

## 運営委員の活動日記



VCM 運営委員  
堀 一美

コロナ禍がひと頃より落ち着き、ボランティア活動も徐々に増えてきていますが、心の傷とでもいいますか、なかなかコロナ禍以前のようにとはいかないようです。しかし、人と人との間にある信頼やふれあい、少しでも誰かと繋がりたいという気持ちは、なくなりはない不滅のもののように感じます。運営委員活動は、ボランティアの方々と必要としているかたと共に、その活動を武蔵野らしく支え、支えられながら進めていくもののように思っています。

VCM 運営委員として、VCM 活動を多くの方々に知ってもらい、ボランティア活動を広めていくことが、私の活動の目標であり、出会いを大切にしながら、これからもこの活動を楽しみたいと思っています。



# 次世代プロジェクト主催第2回「まちかつ」



を開催しました

**開催日: 2月4日 会場: 市民社協会議室**

VCMでは昨年度より「次世代プロジェクト」を実施し、ボランティア活動の次世代の担い手づくりを進めています。大学生から現役社会人の方々がプロジェクトメンバーとして参加しており、学生や社会人が【気軽にボランティアをすることができる】【ボランティアに関心を持つ】ような仕組みづくりを検討・実施しています。

今年度はZ世代である高校・大学生を対象に「身近な困りごとや課題」をテーマにしたワークショップ「まちかつ」を昨年8月に開催し、この日はそのワークショップに参加した学生さんが集まり、困りごとを実際のアクションに変えていくための話し合い（作戦づくり）が行われました。



「まちかつ」のサブテーマは半径5mから街を楽しくするアイデアワークショップで、今回は高校生8名が参加して身近な困りごとから議論を展開し、「制服の有効利用（Re-use：後輩や新入生が再利用しやすい仕組みづくり）」に関して、SDGs（ごみ減量）や社会貢献（企業の社会貢献活動との連携）にまで思いを馳せる活発な意見交換が行われました。参加者はアイデアを実現しようと更に継続して取り組もうとする意欲に満ちた笑顔で第2回を終了したことが、とても印象的でした。（報告：VCM運営委員 皆上健一）



## 施設ボランティアコーディネーター研修・懇談会

**開催日: 2月13日 場所: 市民社協会議室(オンライン併用)**

ボランティア受け入れ施設のコーディネーター、担当者を対象とした研修と懇談会を開催しました。本研修・懇談会は「ボランティアが活動しやすい環境づくり」と「受入施設同士の交流・情報共有」を目的として実施しており、この日は7施設8名の参加がありました。武蔵野大学通信教育部人間科学科の本多勇教授に「福祉施設でのボランティア受け入れのポイントについて」というテーマでご講演をいただいた後、ボランティアの受入状況・課題などについて懇談を行いました。

本多先生からは、

- ・ボランティアに利用者の生活サポーターとして施設の色どりとなってもらい、風通しの良い施設運営を大事にする。
- ・ボランティアが長続きする為には施設側の雰囲気づくりやスタッフの日頃のケアが必要。
- ・地域の繋がりあい支えあいや、施設団体同士の交流、企業等のサポート(社会貢献)の利用。

というお話がありました。講演後の懇談会では、プログラム講師をボランティアでお願いしたが、マッチングに失敗したとの施設側からの話があり、コーディネート難しさも感じました。（報告：VCM運営委員 原田隆子）



今回もオンラインを併用して実施しました。





# 1から始めるボランティア

～ボランティアのこと、一緒に学んで話して活動しよう～

開催日:2月17日 場所:市民社協会議室

を実施しました!

「1から始めるボランティア」は、はじめてボランティアをする方や久しぶりにボランティアを再開しようと考えている方を対象に、活動までの流れや活動する上での注意点などの説明や、実際の活動の案内を行うプログラムです。

今回は2名の方にご参加いただきました。説明のあと、先輩ボランティアや運営委員との交流の場を設け、ボランティア活動に対するより具体的なイメージを持ってもらえたのではないかと思います。

また、先輩ボランティアとして、現在 NPO 法人ファングリーンで活動している増田さんにご参加いただきました。増田さんは活動を通して「社会貢献ができる」「自分のやってみたいことにチャレンジできる」等のメリットを話されていて、ボランティア活動の魅力に改めて気づかされました。



当日の様子  
それぞれの体験談を話し合ったりなど、和気あいあいと交流していました。

当日は、情報を集めてから活動を始めたい方や、ボランティアをすでに始めている方の参加でした。ボランティアセンターからの説明の後、前回もお願いした先輩ボランティアさんのお話を聞きました。先輩ボランティアのお話は前回よりも色々ステップアップされていました。参加された方はうなずいたりされていました。

交流会では運営委員も入って、話ははずみ和気あいあいとした時間でした。(報告:VCM 運営委員 中澤英子)

ボランティアをしたいけどきっかけがなくて...という方、ぜひボランティアセンターまでお越しください!

## ボランティア保険加入について

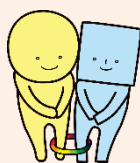
活動中のケガはもちろんのこと活動先までの往復途上(直行直帰)でのケガも補償されます。活動される方々には加入をお願いしております。加入をご希望の方は、ボランティアセンターの窓口までお越しください。

まとめて6名以上の加入をされる方は、**加入される方全員の①名前②住所③電話番号の記載がある名簿を3部**ご提出ください。

掛金: **350円** (Aプラン) ~

補償期間

加入日の翌日~  
令和7年3月31日まで



## ボランティア団体を対象とした助成金

市民社協では、ボランティア団体を対象とした複数の助成制度があります。申請時期が年1回のものもあります。詳しくは市民社協ホームページをご覧ください。

「やってみたい活動があるけれど仲間がいない」「2~3人の有志で始めたけれど資金に困っている」など、正式に組織されていないグループや個人の方からのご相談もお受けしております。お気軽にご相談ください!



詳しくはコチラ↑

## 編集後記



こんにちは!今年度のVCM通信を担当することになりました。はじめての編集作業を終え、ほっと一息。みなさんから寄稿していただいた記事がどうしたら伝わりやすくなるかな、と考えながらパソコンと向かい合う日々でした。不慣れな点多いと思いますが、温かく見守っていただけると嬉しいです。