

# ボランティア通信

# 10

Oct. 2021



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  
http://www.tamavc.jp

ボラセンHP用  
QRコード



## オンラインや手紙でもつながれた! 夏のリモートボランティア体験 2021

新型コロナウイルスの感染予防をしながらの今年の夏のリモボラ。  
オンラインや自宅での活動など市内外 88人が参加していただきました!

自宅からお箏の演奏を披露

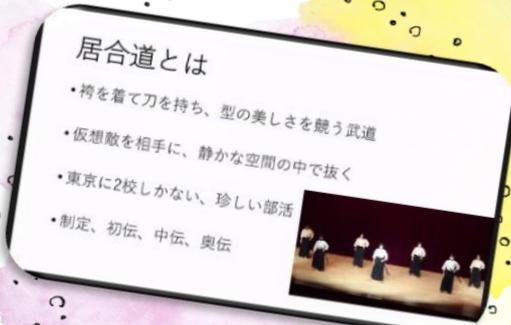


たくさんのお手紙ありがとう!

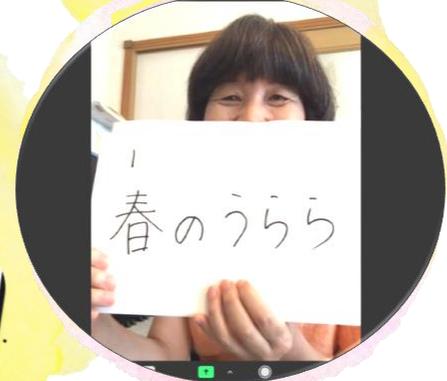
オンラインクイズ イントロドン!



手話は表情も大切だよ!



動画で居合道をご紹介します



各プログラムの開催の様子は4・5ページの特集を見てね!

### ▼▼▼ contents ▼▼▼

- 食の支援ボランティア入門講座～ボランティア・市民活動入門講座～  
コロナを踏まえたこれからの活動を考えるのご案内 P.2
- 0から始めるZoom講座(初級編・ステップアップ編)のご案内 P.3
- 夏のリモートボランティア体験 こんな活動しました! P.4・P.5
- 福祉施設の皆さま、ボランティアを募集しませんか? P.6
- 多摩ボラセン登録団体の活動紹介♪ P.7
- 多摩大学中村ゼミお楽しみ企画第17弾 P.8

多摩ボラオリジナルキャラクター  
タマボラ君LINEスタンプ  
配信中心!

Let's ボランティア

お疲れさまです

LINE STOREから→  
購入できます

## 講座・イベント情報

## 食の支援ボランティア入門講座

コロナ禍の影響を受け、様々な制限がある中、子ども食堂やフードバンク、フードドライブ等の活動も工夫をこらして継続されています。こうした活動者の方からお話を伺い、理解を深める講座です。

食の支援活動の実際とニーズを学び、一歩を踏み出してみませんか？



お米の分量  
を量って、  
お一人分に  
仕分けします。



これから  
各ご家庭に  
配達に  
行きます！

- ▶日時 11月8日(月) 14:00～15:30 ▶会場 関戸公民館大会議室
- ▶定員 40人(申込先着順)
- ▶対象 子ども食堂/フードドライブ/フードバンクの活動について、“もっと知りたい” “応援したい” “手伝ってみたい”多摩市在住・在勤の大学生以上の方
- ▶参加費 無料
- ▶申込み 10月29日(金)までに、多摩ボラセンに下記電話もしくはEメール(tamavc@tamashakyo.jp)で、①講座名②氏名③電話番号④ご住所をお知らせください。
- ▶その他 当日会場にて、ボランティア相談窓口、フードドライブ受付窓口も開設予定です。

## ～ボランティア・市民活動団体向け講座～コロナを踏まえたこれからの活動を考える

多摩市内のボランティア・市民活動団体はコロナ禍で活動が縮小、または完全にストップしている状況が続いています。その多くは「どうしたらいいかわからない」といった課題を抱えています。コロナ禍でも再開できるためのノウハウや団体がいきいきと継続的な活動ができるようなコミュニティ力を学びます！

- ▶日時 11月20日(土) 14:30～16:30
- ▶会場 関戸公民館大会議室 または オンライン (Zoom)
- ▶定員 20人(会場10人/オンライン(Zoom)10人) 申込先着順
- ▶対象 多摩市内のボランティア団体・市民活動団体に所属している方
- ▶講師 NPO法人CRファクトリー 田形 勇輔 氏
- ▶参加費 無料
- ▶申込み 11月17日(水)までに、多摩ボラセンに下記電話、または多摩ボラセンのホームページから申込フォームへ。[www.tamavc.jp](http://www.tamavc.jp) 下記QRコードからもお申込みできます。電話での申込は、①講座名②所属団体名③氏名④電話番号をお知らせください。
- ▶その他 (1)オンラインの方は申込フォームのみの受付です。講座日が近くなりましたらZoomの招待メールをお送りいたします。  
(2)新型コロナウイルス感染拡大時は、オンラインのみでの開催となる場合があります。



申込はこちら↑

申込・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

講座・イベント情報

ゼロからはじめるZoom講座

「自治会の役員会が Zoom 開催になったので教えてほしい」「ボランティア団体に活動しているが遠くに住んでいる会員も参加できるようにしたい」など、地域活動で活用されている Zoom。自分のパソコンやスマホから参加することができ、自宅にいながら会議や講座、研修などに参加することができます。あなたの活動もオンラインで広げてみませんか？

(Zoom とは、パソコンやスマホアプリを使って簡単にテレビ会議ができる web 会議のツールです)

初心者編

ステップアップ編

- ▶日時 10月19日(火) 14:00～15:00
- ▶対象 Zoomを初めて使う方。  
Zoomの基本的な使い方をお伝えします！

- ▶日時 10月22日(金) 14:00～15:00
- ▶対象 初心者向けを終了した方。知っておくと楽しい使い方Zoomのミーティング開催方法をお伝えします！
- ▶その他 パソコン使用者限定講座です。

- ▶参加方法 自宅などから Zoom を使用してご参加ください。
- ▶定員 各日 10 人 (申込先着順)
- ▶参加費 無料
- ▶申込み 多摩ボラセンに『E-メール』(tamavc@tamashakyo.jp) で、件名を「Zoom 講座申込」とし、①氏名 ②電話番号 ③メールアドレス ④希望日 ⑤使用機器 (PC・スマホ・タブレット) をお知らせください。  
なお、ステップアップ編はパソコンをご利用の方のみとなります。

- ▶その他 参加者には、講座日が近くなりましたら Zoom の招待状をメールでご案内します。



問合せ 多摩ボラセン ☎042-373-6611 FAX042-373-6629

～地域の活動を応援します～

令和3年度「自治会・住宅管理組合ご近所ふくし応援助成金」2次募集受付中！

近年、高齢化や単身世帯の増加が進んでいることから、身近な地域での「見守り等の支えあいの仕組みづくり」にぜひご活用ください。なお、この助成金は、皆さまからご協力いただいている当会の会員賛助金と毎年12月に行われている「地域ささえあい募金(歳末たすけあい運動)」に寄せられた募金を財源としています。

▶交付対象事業および助成額

対象事業	活動助成金	設立助成金
区分1 住民主体の継続的な福祉活動	50,000 円	50,000 円
区分2 福祉に関する取り組みや福祉の啓発活動	20,000 円	
区分3 地域交流事業	10,000 円	

左記金額は上限額です。また、事業区分により交付条件が異なります。

- ▶その他 申請書類・手引きは多摩ボランティア・市民活動支援センター窓口で配布中です。(多摩市社協ホームページでもダウンロード可)



手引き



ご近所支えあいハンドブック



申込・問合せ まちづくり推進担当 ☎(373)5616 FAX(373)6629

## 夏のリモートボランティア体験2021

## こんな活動しました！

## 居合道をオンライン動画でご紹介します！～高齢者施設で特技を披露しよう！オンライン de ボランティア～

都内の高校に通う2人は居合道同好会に所属しています。コロナ禍により部活動もままならず、今回は部活動の様子を撮影してもらいオンラインで動画を見ながら居合道をご紹介します。

特別養護老人ホーム 愛生苑のご利用者からは、「立派だったわよ～」「私も若い時に習おうと思っていたのよ」というご感想も。

高校生2人から「コロナ禍だからできたことはありますか？」という質問に対し、「まさに今日です！コロナ禍でなければ通常どおり夏のボランティア体験になっていましたが、コロナ禍だからオンラインでつながることができ、貴重な体験です。」と。

コロナ禍で希薄になりつつあるつながりを感じる事ができたひとときでした。



## 癒しのピアノ演奏とクイズイントロドン！～高齢者施設で特技を披露しよう！オンライン de ボランティア～



市内でピアノとエレクトーン講師をしているMさん。

高齢者に対するボランティア活動は初めてということでしたが、さすがピアノの先生！演奏も素晴らしかったのですが、愛生苑のご利用者に優しく語りかける様子は、まさに“癒し”そのものでした。

また、イントロ曲当てクイズでは「その曲聞いたことあるんだけど、何だっけ？」と、愛生苑のご利用者も積極的に曲当てに参加。

これまで子供を中心に指導されてきたMさん。これからは子供向けの曲だけでなく、皆様に喜んでいただける曲もレパートリーとして増やしていきたいとおっしゃっていました。

## オンラインお箏演奏会 ～高齢者施設で特技を披露しよう！オンライン de ボランティア～

多摩市内の中学に通う1年生の齊藤さんが白楽荘デイサービスセンターでお箏演奏を披露しました。学校で配られた夏のリモボラのチラシを見て「演奏することで喜んでくれたら」と応募してくれました。事前の打ち合わせもオンラインで実施。施設のスタッフとのやりとりもしっかりできていました。

本番は着物姿で登場。7曲ほど演奏し、途中施設からの質問やクイズにも挑戦。ご利用者やスタッフとも画面を通して交流。利用者さんから「上手だね～」「しっかりしているね！」など嬉しい感想をいただき、施設スタッフからは「いつか生演奏会をしましょう！」と声かけも。またよろしくね！



施設の皆さんと色々なお話が出来て楽しかったし、自分の好きなことを活かせるのが良かったです。

## Zoomで手話体験～手話は聞こえない人の言葉。手でお話ししよう～

8月19日・20日の2日間で小学2年生から大学院生まで14人が参加。市内在住者だけでなく市外（東京都以外からも！）の参加もありオンラインでならではの顔ぶれでした。

多摩市手話サークル「クローバー」の皆さんが手話体験を進行・サポートしながら、耳の聞こえない方が、「おはよう」「こんにちは」「ありがとう」「楽しい」などの手話や、手話以外のコミュニケーション方法を教えてくださいました。その他、講師から手話での質問に対し参加者が身振りで答えるという場面も。

参加者からは、「実際にやりとりを行い、うまく通じなかったことから得られた学びが大きかった」「漢字やイメージなど、手話を構成するひとつひとつのサインの成立ちも様々で面白かった」など多くのご感想をもらいました。

直接会って学ぶことができなくても、様々な気づきを得ることができた手話体験でした。



口の形を見て何て言っているか当ててみて！  
参加者はみんな画面に前のめり



クイズの答えがみんな違う！



**夏のお手紙を高齢者施設に届けよう！**

市内外 70 人の方からお手紙(79 枚)が届きました。

多摩ボラセンのご近所にある、あいおいニッセイ同和損害保険株式会社の社員(ご家族)の皆さまからも多数のお手紙が！安心・安全、かつ家族と一緒に楽しみながら参加できたとのこと。

施設にお届けしたところ「こんなにたくさん届くとは！とても温かな気持ちとなりました」と。施設のご利用者からもメッセージもいただきました。

※掲載可のお手紙のみ通信に掲載

利用者様も1枚、1枚手にとって見られ、「上手だね。嬉しいね」とおっしゃっていました。

あい小規模多機能施設かりん



「かわいい手紙だね」「夏らしいね」いつでも見られるようにホームに掲示しました。

あいグループホーム天の川



## ボランティアさん出番です！

障がい者に理解があり、サッカー観戦の好きな  
方向け！車椅子の方の付き添いなど

- ▶内容 東京ヴェルディホームゲームでの車椅子来場者の付き添い(受付・会場案内等)
- ▶日時 ①10月24日(日)10時10分集合  
②10月30日(土)11時10分集合  
③11月7日(日)10時10分集合  
※活動時間6時間程度
- ▶会場 味の素スタジアム  
(京王線飛田給駅徒歩5分)
- ▶備考 ・交通費一律千円及び弁当の支給有  
・高校生以上  
・多摩ボラセンで登録後、活動  
※直近2週間前からの体調管理が必須
- ▶主催 東京ヴェルディ

不登校の子どもたちの知的好奇心の  
盛り上げや遊び相手

- ▶内容 小学2年生の男の子のお相手。男の子の自宅で本人の興味ある科学やゲームなどの好奇心を広げるお手伝い、近隣の公園で一緒に遊ぶこともあり。(保護者の付き添いのもと)
- ▶日時 金曜を除く平日の午前中、月2回～週1回程度(時間、頻度応相談)
- ▶場所 自宅(諏訪)※車駐車スペースあり
- ▶対象 子どもの興味に合わせ、子どものペースに寄り添ってくれる方。  
元素記号など科学に興味がある方。
- ▶募集人数 1人 ▶その他 交通費支給あり

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

## 福祉施設の皆さま ボランティアを募集しませんか？

ボランティア通信8月号に掲載した“ボランティア活動@自分ち”。「昔、子ども(孫)につくったことがあるから」とお手玉を作ったり、「子どもに使った布がたくさんあるから」とおまごどバックを作ったり、「雑巾ならつくれそう！」と学生さんが手縫いで作ったりと、多世代がボランティアをしています。

「こんな施設が近所にあったなんて今まで知らなかった」と、今回をきっかけに近所付き合いとして施設をサポートしたいといったお気持ちも。施設のスタッフからは「地域の皆さんと繋がるきっかけにもなっています！」とお声をいただいています。

りすのき保育園の“折り紙装飾”を作っている中田さんにお話を伺いました。

### Q はじめたきっかけは何ですか？

A. 自宅で空いた時間に自分のペースでできる活動だったのでやってみようと思いました。

### Q やってみてどうですか？

A. 自分のやってきたことが誰かに役立つことになって嬉しいです。幼稚園や保育園の先生は毎日忙しいと思うので、他の園でもこういったお手伝いができるといいなと思っています。

幼稚園教諭だった中田さん。仕事の頃は忙しくて、装飾などに十分な時間を充てられなかったそうです。

今、自分の時間でゆっくりと創作できることにとってもやりがいを感じておられるそう。現在2つの園でのボランティアをしています。



今回の作品は秋に向けてハロウィンとコスモスがテーマのリース飾り。思わず、保育士さんから「うわ～素敵～」と歓声が上がりました。  
(中田さん:左端)



折り紙装飾のテキスト本を参考に作っているそうです。

**自宅でできるボランティアを依頼したい施設の皆さま、ぜひ多摩ボラセンにご連絡を！**

### ペットボトルキャップを集めて、ワクチンに

ペットボトルのキャップを回収し、そのリサイクル代金が発展途上国の子どもたちのワクチン支援活動につながります。

▶回収場所 愛宕かえで館1階奥の自動販売機横

▶問合せ 愛宕夢睦 高橋 TEL090(8477) 0550





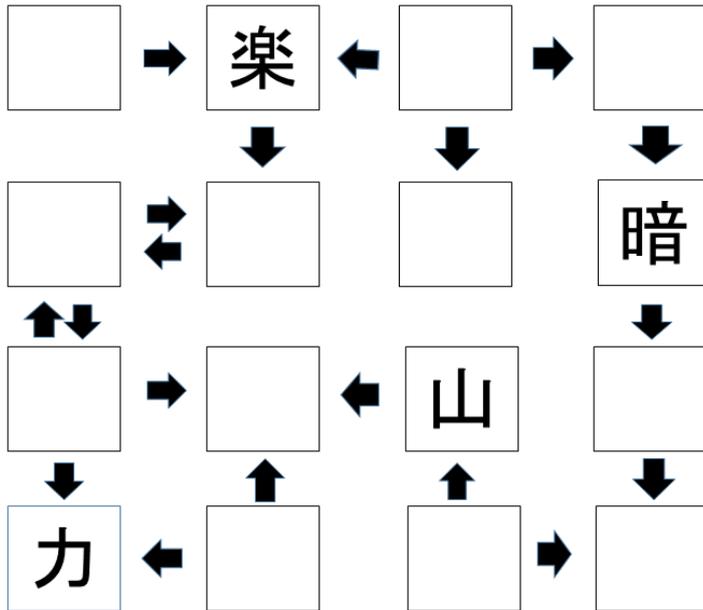
多摩大学 経営情報学部  
**中村その子ゼミ企画**

10月1日より赤い羽根共同募金が始まりました。コロナウィルス感染防止のため街頭募金活動はいたしません。チャリティお菓子の購入や図書カード・クオカードの購入での募金活動や、新たに a u P A Y 募金でキャッシュレス募金も！皆さまのあたたかいご支援・ご協力をお願いいたします。

さて、今月は4年生の和田彩佳さん『漢字矢印パズル』です。答えはボランティア通信 11月号に掲載します。

**漢字矢印パズル**

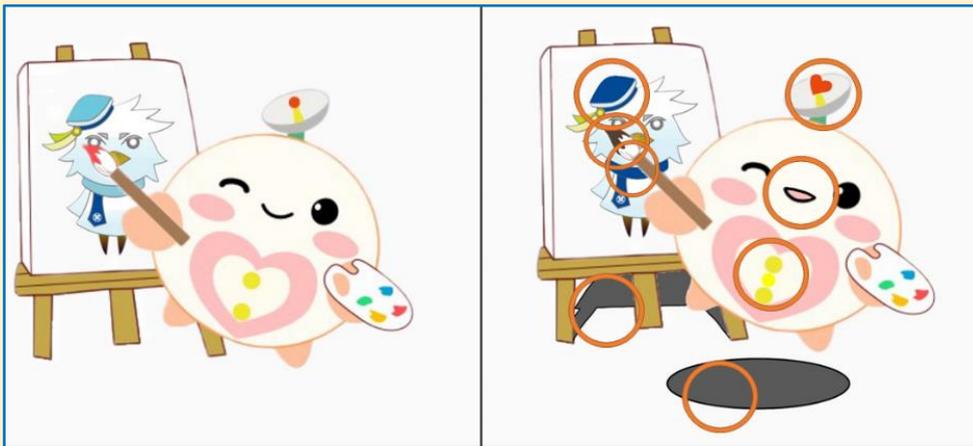
矢印の方向に読む2文字の熟語を作ります。候補の中から熟語を完成させる漢字を選んでください。候補の漢字は1回しか使用できません。選ばれずに残った漢字を組み合わせてできる熟語を教えてください。



候補	
名	人
則	明
口	号
声	入
音	外
曲	優
野	規

残った漢字を組み合わせてできる熟語

ボランティア通信 9月号の『ほーくん×タマボラ君まちがい探し』答えです。



芸術の秋にピッタリのまちがい探しだったね。



タマボラ君

♪多摩ボランティア・市民活動支援センター  
 月～金 9:00～19:00、土曜日 9:00～17:00  
 ※第1・3月曜日、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