

人生90年代！高齢期を自分らしく生きるために“備えあれば憂いなし！”

## 市民後見人講演会

後見活動の実際を聞き、そしてマイノートの書き方を学ぶ！

- 3月3日(金) 1部 “マイノート”の大切な役割 2部 市民による法定後見活動の実際  
 3月10日(金) 1部 “マイノート”の書き方練習 2部 市民による任意後見活動の実際

時間:両日共 午後1時30分～4時(受付は1時より) 場所:三鷹市公会堂さんさん館3階 第2、3会議室

主催:NPO法人多摩東成年後見の会 共催:生きがいクラブむさしの  
 講師:健康生きがいづくりアドバイザー 佐藤 勝昭 増田 勝彦  
 市民後見ひろば(東大が養成した市民後見人の会) 山澤 宏道  
 定員:25名  
 参加費:無料(2日間参加者には最新版冊子「マイノート」を差し上げます。)  
 問合せ・申込先:増田 0422-49-2449または090-4072-4688



- 【日時】平成29年3月29日(水) 午前10時～午後4時  
 【場所】牟礼コミュニティセンター  
 【対象】三鷹市内の小学4年生～中学3年生  
 【参加費】300円(保険料等)  
 【持ち物】参加費、水筒、軍手、タオル、カレーに入れたい食材1品  
 【定員】30名(先着順)  
 【申込み】平成29年3月10日までにみたかボランティアセンターへ電話かFaxかmailにてお申込みください。応募者には申込期間終了後にご連絡致します。  
 Tel:0422-76-1271 Fax:0422-76-1273 mail:chiiki@mitakashakyo.or.jp  
 【主催】三鷹市社会福祉協議会みたかボランティアセンター・ボランティア活動推進協議会  
 【後援】三鷹市教育委員会  
 【協力】NPO法人みたか街かど自立センター・NPO法人みたかハンディキャブ 三鷹市東部地区住民協議会



障がいのある方と一緒に  
防災グッズを使って  
カレーを作ろう!

この機関紙は、三鷹市内の方々には宛名シール貼りボランティア、配達ボランティアさん(募集中!)のご協力によりお届けしています。いつもありがとうございます。

# ボランティア

# 三鷹広場

No.329 2017.2.20

2017年3月号

OPEN 事務局移転のお知らせ

福社会館から → 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ3階へ

昭和44年から約50年に渡り本会事務局を置き、多くの市民の皆さまに親まれてきた福社会館。この度老朽化に伴い、三鷹中央防災公園・元気創造プラザ3階へと移転することとなりました。福社会館の歴史を次の舞台へと引き継いでいきます。なお、福社会館の老人福祉センター及び貸会議室は平成29年3月24日(金)、事務所は平成29年3月24日(金)までの開館となります。現在の老人福祉センターは『高齢者福祉センター』と名を変え、平成29年4月4日(火)から開館いたします。



係名	総務係	権利擁護センターみたか	在宅サービス係
業務内容	法人運営業務、寄付、会費、広報 学童保育所の運営 高齢者福祉センターの運営 各種貸付事業 など	地域福祉権利擁護事業 成年後見制度支援事業 など	居宅介護支援事業所運営 訪問介護事業所運営 など
住所	三鷹市新川6-37-1 3階福祉センター		
連絡先	☎ 0422-46-1108 ~ 1109 FAX 0422-49-8437	☎ 0422-46-1203 FAX 0422-71-2053	☎ 0422-79-3505 FAX 0422-71-2053

## みたかボランティアセンター 平成29年度会議室使用申請について

- 貸出対象会議室  
2階会議室1、2A、2B、3、4、5、6
- 開館時間  
午前9時～午後5時まで。休館日を除き社協会長が認めるときは午後9時まで可。
- 休館日  
日曜、祝日(休日)、年末年始
- 使用可能団体  
みたかボランティアセンター登録団体、協力団体
- 申込み方法  
3月1日(水)からボランティアセンター窓口にて受け付けます(先着順)。
- 問合せ先  
みたかボランティアセンター TEL:0422-76-1271

ボランティア連絡協議会からのお知らせ  
 2月25日(土)  
 \*世話人会 午後1時～2時 ボランティアセンター2F  
 \*全体会実行委員会 ご苦労様会 午後2時～ ボランティアセンター2F  
 \*ふるしき市はお休みです。(毎年、2月、8月はお休み)

### 平成29年度 ボランティア保険、行事保険の加入について

ボランティア保険、行事保険の申込みを3月中旬より受け付けます。  
 活動予定がある方は、忘れずに加入手続きをお願いします。

【申込み・問合せ】  
 みたかボランティアセンター  
 TEL:0422-76-1271

### アクリルたわしの材料、お譲りください!!

新川中原立ち寄りコーナーでは、アクリルたわしなどの手作品を販売し、その売上金を地域の福祉活動のために使っています。  
 現在アクリルたわしの材料の毛糸(アクリル100パーセント)が不足しています。ご寄付いただける方は、みたかボランティアセンターにご連絡ください。

【問合せ】  
 みたかボランティアセンター  
 TEL:0422-76-1271

### 第21回 福祉映画会

上映作品 『そして父になる』  
 日時 3月5日(日) ①午前10時30分～ ②午後2時～  
 (開場各30分前)  
 会場 三鷹市公会堂光のホール  
 鑑賞券 ■大人 1,200円(社協会員1,000円) ■小人 500円(小～高校生まで) 未就学児は無料  
 ■障がいのある方 800円(身体障害者手帳/愛の手帳/精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方で付添者1名も同額)  
 ■親子ペア 1,500円(大人と小人)(社協会員1,300円)

販売窓口 みたかボランティアセンター/三鷹市福祉会館/各コミュニティセンター/食茶房むらぶ/工房時/星と風のカフェ

主催 三鷹市社会福祉協議会  
 三鷹市ボランティア連絡協議会  
 協力 市内住民協議会/むらぶ/おおぞら会

問合せ先 みたかボランティアセンター  
 TEL:0422-76-1271



地域レポート  
NO.7

新中地区担当の真坂が  
レポートしました！



地域のサロン紹介を、シリーズでお知らせします。第7号は、

「音トレサークル」です。

「音トレサークル」は中原3丁目都営住宅の集会場で月3回、かろやかに笑いながら、心が弾む音楽を使って「脳トレ&ロコトレ」をしています。

昔よく口ずさんだメロディーに合わせて体を動かしたり、歌を歌ったり。終わるころには身体も心もぼかぼか。男性の方も女性の方も楽しみながら介護予防に取り組んでいます。三鷹市内にお住まいの方でしたらどなたでも参加できます。参加者を募集しておりますので興味がある方は下記までご連絡ください。

また、三鷹市内の他の地域でも介護予防の活動をしている自主グループがあります。興味がある方は三鷹市総合保健センター(TEL:0422-46-3254)までお気軽にお問い合わせください。

開催日	金曜日 午前10時～11時30分
会場	中原3丁目都営住宅集会場(三鷹市中原3-12)
参加費	1回500円
問合せ先	代表者 谷沢さん 0422-44-4656



ボランティアグループインタビュー！

今回は三鷹市赤十字奉仕団さん

- Q.1 三鷹市赤十字奉仕団はどんな活動をしているんですか？  
一般的に知られている活動として、国内外の災害時の募金、義援金活動や献血のPRや呼びかけ等と赤十字子供の家、朝陽学園裁縫奉仕。朝陽学園一日里親や三鷹市民駅伝の豚汁作りは好評。
- Q.2 活動していて嬉しかったこと・印象的なことはなんですか？  
街頭募金活動などを行っている時に、赤十字ですね！と赤十字なら安心と声をかけて下さった時の笑顔。小さなお子さんに募金箱に入れてと、お母さんや子どもたちの笑顔に癒される。
- Q.3 逆に、活動していて大変だったことはなんですか？  
団員さんの高齢化に伴い長時間の活動が心配。若い担い手の確保がこれからの課題かと。
- Q.4 続けていく原動力のようなものがあったら教えてください。  
日常の活動の中で、陰の力となって支えて下さる家族の協力があればこそ出来ること。人道・公平・博愛の精神と無償の奉仕と惜みない協力があればこそその活動と思います。  
ありがとうございました！



『炊き出し訓練の様子』

活動日	■定例委員会 第4金曜日 午後1時30分～4時 ■部会、役員会等 随時
問合せ	代表者またはボランティアセンター ■代表者 中舘 文子 TEL0422-43-1996 ■ボランティアセンター TEL0422-76-1271

市民防災講座を開催します

日時:3月12日(日)午後1時～5時

- ①三鷹市防災出前講座(講義):三鷹市防災課  
②赤十字減災セミナー(講義+実技(応急手当等)):日本赤十字社東京都支部

※詳細はみたかボランティアセンターホームページ(<http://www.mitakavc.net/>)をご覧ください。

問合せ・申込み:みたかボランティアセンター TEL:0422-76-1271



ボランティア募集！

☺募集に関する問合せ・申込は  
ボランティア・地域福祉推進係(高橋沙)まで

活動の際にはボランティア保険の加入をおすすめします。  
ボランティアセンターにて手続きを！(年額300円～)

☆みたかボランティアセンター

内容:肢体不自由のある男子中学生の学校生活内での介助(教室を移動する際の階段の昇降)  
日時:月・火11:30～12:50 水8:30～9:50  
木・金9:30～10:50  
※いずれかの曜日でもかまいません。  
週1～可能な方。授業の初めと終わりそれぞれ10分程度で、授業中は別室で待機をお願いします。  
場所:第二中学校(野崎3-14-1)  
備考:交通費500円支給。ご家族の方と面談をしていただきます。

☆みたかボランティアセンター

内容:機関紙「ミニミニ広場」配達  
日時:毎月20日頃～月末の都合のよい時間  
場所:①井の頭1・2丁目 27部②牟礼2・3丁目 13部③上連雀6・8丁目(大成高校の辺り) 23部④大沢1・4丁目(大沢にじの里の辺り) 16部  
対象:どなたでも

☆六小ふじみ学級

内容:子ども達の遊び相手  
日時:3月6日(月)14:50～16:00  
場所:三鷹市立第六小学校

☆グループホームもえぎ三鷹上連雀

内容:習字の指導  
日時:午後の時間で相談  
場所:上連雀5-28-3

☆テイサービスセンターゆや

内容:タオル類の洗濯手洗い、食後のテーブル上の整頓  
日時:月・金曜日(祝日は休み)  
場所:銭湯千代乃湯(三鷹市井口2-4-31)  
備考:テイサービスを利用される方とコミュニケーションをとる場面もあります

☆母子・父子家庭無料塾

内容:小学4年生～高校3年生の学生さん向けの学習支援  
日時:毎週火曜日午後6時～8時  
場所:連雀コミュニティセンター(下連雀7-15-4)  
対象:学生、社会人で関心のある方  
問合せ:個別指導&進路別指導 NPO法人 キャリアアシスタント  
電話050-3592-5261  
メールinfo@career-assistant.net

三鷹市ボランティア連絡協議会 第27回全体会報告

1月28日(土)第27回三鷹市ボランティア連絡協議会全体会が、テーマ「子ども達の現在とボランティア活動」で清原慶子三鷹市長、濱仲純子健康福祉部長、三鷹市社会福祉協議会吉野壽夫会長、島田勉常務をお迎えし、福祉会館3Fで開催されました。

実際に活動されている3つのグループ「だんだん・ばあ」、「みんなのみたか」、「ピナットへ外国人支援ともだちネット」をパネラーとしてお話をうかがった後、5つの分散会に分かれ、テーマを中心にどのようなボランティア活動をやっているかを話し合いました。

その後一堂に会して「江戸小唄笑い広げ鯛」の小唄で笑い和むひと時を挟んで、それぞれの分散会で話し合ったことを発表頂き、パネラーの方々の感想をうかがい閉会しました。

社会福祉協議会の若い職員の方々も最後まで参加くださり感謝です。子どもを取り巻く現状をどう捉え、ボランティア活動に生かすか有意義な全体会になりました。

長年さまざまな活動を支えてくれた福祉会館が「元気創造プラザ」に移っても、さらに福祉が充実していきますように願う次第です。



三鷹市ボランティア連絡協議会 代表世話人 大澤千里