

仕事を退職して、  
これからは地域で  
何かしてみたい！

春から新しいことを  
始めたいなあ…

家から歩ける範囲で  
何か活動をしたいけど、  
どんな活動があるの？

地域活動って何から  
始めればいいのか…

# 大沢 地域デビュー講座

【会 場】大沢コミュニティセンター3階多目的室  
(三鷹市大沢4-25-30)

【内 容】①講演「地域活動を始めようあなたに」  
安藤雄太先生

(法政大学現代福祉学部講師  
/東京ボランティア・市民活動センターアドバイザー)

②大沢での地域活動紹介  
③フリートーク

【定 員】20名(先着制)

【参加費】無料

【主 催】三鷹市社会福祉協議会

【協 力】地域ケアネットワーク・大沢

【申 込】4月25日(火)までに、裏面の申込書を  
FAX、もしくは同様の内容を電話やメール  
で下記へお伝えください。

【問合せ】三鷹市社会福祉協議会

みたかボランティアセンター

TEL:0422-76-1271

FAX:0422-76-1273

メール:chiiki@mitakashakyo.or.jp

**4月27日(木)**  
**午後1時30分～4時**



町会活動の様子



地域でのサロン活動の様子

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.331 2017.4.20

2017年5月号

発行：(社福)三鷹市社会福祉協議会  
みたかボランティアセンター  
〒181-0012 三鷹市上連雀8-3-10上連雀分庁舎内  
TEL (0422) 76-1271 FAX (0422) 76-1273  
URL: <http://www.mitakavc.net>  
e-mail: [chiiki@mitakashakyo.or.jp](mailto:chiiki@mitakashakyo.or.jp)



## 第21回福祉映画会 開催報告(3/5開催)

第21回福祉映画会「そして父になる」は好評でした。

この映画会は高齢者の方々や、障がいをお持ちの方々が、身近なホールで、大きな画面で観ていただける  
ようにという趣旨で始まり、今年で21年目になります。

今年は若い年齢層の方々にも関心を持っていただける作品を選び、保育付きで実施いたしました。

しかし、満員御礼とはいかず、集客が難しい状況が続いています。

いずれにせよ、グループや団体のみなさまには、販売にご協力いただいたことに感謝いたしたいと思います。

今後とも、皆さまの心の癒しになるような映画や催し物を、皆さまと共に考えていきたいと思っております。

三鷹市ボランティア連絡協議会 代表世話人 大澤 千里



チケット販売実績  
526枚 525,500円  
来場者数  
466人(来場者率88.59%)



ありがとう  
ございました



平成29年度  
ボランティアセンター登録団体向け助成

対象団体:当センター登録団体  
助成額:1団体 3~5万円  
申込方法:4月上旬に申請書類を代表者に送付し  
ます。必要事項を記入して申請してくだ  
さい。

※他から助成を受けている団体は助成できません。  
問合せ:みたかボランティアセンター

ボランティア連絡協議会からのお知らせ

5月27日(土)

\*世話人会 午後1時~2時

\*ふろしき市 市議場棟下 午前10時~午後1時



## 地域レポート NO.9

西部地区担当の高木が  
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9号は、

### 介護予防自主グループ「水仙の会」です。

「水仙の会」は井口3丁目今年3月に立ち上がったばかりのイスに座ってできる中高年のためのヨーガグループです。グループ名の由来は、水仙の花のように、いくつになっても背筋がピンとはって元気でいられるよう願ってつけられました。

現在のメンバー数は10数人で井口3丁目にある有料老人ホーム「SONPOケアラヴィーレ武蔵境」の2階で開催しております。老人ホームの入居者の方も参加して、地域の方と入居者の方との交流の場にもなっています。

座ってできるヨーガなので、ご自信の体力に合わせて無理なく体を動かせます。ゆったりとした時の流れに身をまかせ、ご自身の体と向き合ってみませんか？

開催日	毎月第2・4水曜日 午後1時30分～2時30分
会場	SONPOケアラヴィーレ武蔵境2階 (三鷹市井口3-16-24)
参加費	無料
問合せ先	和田 京子 TEL:0422-32-9948



## ボランティアグループインタビュー！

### 今回は三鷹きつつき会さん



- Q.1 三鷹きつつき会はどんな活動をしているんですか？  
視覚障がいのある方へ多くの情報が届くよう、主に小説や児童書点訳、点字カレンダー制作、大学試験点訳墨訳、個人依頼点訳等の活動をしています。小学校の点字体験学習会も行なっています。
- Q.2 三鷹きつつき会をはじめたきっかけはなんですか？  
昭和54年第1回点字講習会終了後、参加者から講習を続けてほしいという要望があり、勉強会として12名で発足しました。会の名前はコツコツと点字を打つという意味です。
- Q.3 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？  
点訳した作品を読んで楽しんでいただいたり、電化製品の説明書等が実際に役立っていると聞くと嬉しく思います。
- Q.4 逆に、活動していて大変だったことはなんですか？  
点訳した後に何度も見直し校正をするので、期限が短い時は大変です。
- Q.5 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。  
点訳を通して視覚障がい者の方へ新しい世界をお届けできることと、メンバーで協力し合いながら作品を作り上げていく達成感です。
- Q.6 最後に、三鷹きつつき会の魅力はなんですか？  
メンバーがおだやかに楽しく活動していることです。  
ありがとうございました！



活動日	毎週金曜日 午後1時30分～4時30分
問合せ	ボランティアセンター TEL0422-76-1271

## 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：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上連雀4・5・6・7丁目、井口1丁目(武蔵境通りと連雀通りの交わるあたり)43部  
②上連雀6・7・9丁目、井口1・2丁目(武蔵境通りと山中通りの交わるあたり)56部  
対象：どなたでも

### ☆ みたかボランティアセンター

内容：機関紙「ミニミニ広場」宛名シール貼り  
日時：毎月20日頃 午前9時～10時半頃  
場所：みたかボランティアセンター2階会議室  
対象：どなたでも

### ☆ テイサービスたんぽぽ

内容：書道(お手本提示、添削)  
日時：木曜日 午後1時30分～午後2時30分  
(月に2回～)  
場所：大沢2-19-8

### ☆ 特別養護老人ホーム恵比寿苑

内容：書道講師(お手本提示、添削)  
日時：第1月曜日もしくは火曜日  
(難しい場合は応相談)  
午後1時～2時30分  
場所：牟礼1-9-20

### ☆ ドーマン法手伝い

内容：頭と手足を一緒に動かす  
ドーマン法の手伝い  
4歳の女の子(脳に障害あり)  
のリハビリの手伝い  
日時：午前か夕方相談  
(2～3時間程度です)  
場所：千歳烏山駅より徒歩10分  
備考：女性のみ

### ☆ 障害者水泳ボランティア募集

内容：水泳指導の補助、用具の準備、障害者の方の歩行補助など。3日以内に折り返しご連絡がない場合、大変お手数ですが再度ご連絡お願い申し上げます。

日時：5月以降の土曜日 午前中など(予定)  
場所：三鷹中央防災公園・元気創造プラザ  
(SUBARU総合スポーツセンター)

対象：25m泳げる方。  
備考：交通費500円支給

### ☆ 生徒さんも募集します(以下、対象者)

- ・18歳以上で身体障害者手帳4～5級程度の軽度な方。同手帳3級以上でも、自立動作可能な方。(杖歩行・人工関節の方等)。
- ・自力で水着等に替えができて、プールへの出入りができる方。(赤台からの出入りは除く)
- ・水泳未経験・初心者の方で、体にやさしい泳ぎ方を知りたい方。

※ボランティアさん、生徒さん共に事前説明会等(随時)あり

担当：アクアマルシェ (info@aqua-marche.com)  
綿貫、酒井

## 特定非営利活動法人 てまりの会

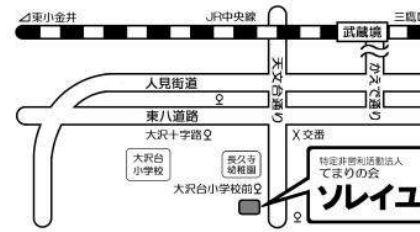
## ソレイユ祭り

5月26日(金) 午前10時～午後3時

場所：ソレイユ(三鷹市大沢2-2-18)

問合せ先：0422-26-1507

※駐車場はございません



交通：  
JR武蔵境駅→小田急バス 狛江駅ゆき 大沢台小学校前 下車 徒歩1分  
JR三鷹駅→小田急バス 朝日町ゆき 大沢台小学校前 下車 徒歩3分

揚げたて  
自家製コロッケ

自家製焼餃子  
(冷凍餃子の販売もあり)

手作りお赤飯

自家製  
炊き込みごはん

手作りケーキ

などを販売いたします。  
ぜひ皆様でお越しください！