

育児支援ヘルパーを募集します

養成講座
開催

ヘルパー資格不要の有償ボランティアとして子育てを応援しませんか？

三鷹市では、市内に住所のある1歳未満のお子さんがあるご家庭を対象に、家事やお子さんのお世話、外出等のお手伝いを有償ボランティアの育児支援ヘルパーが行っています。育児支援ヘルパーとして活動していただける方を対象として、主に心構えや新生児への関わり方などを学んでいただく養成講座を開催します。

満30歳以上の心身ともに健康で保育などの援助経験があるかた、または看護師・保健師・助産師・保育士などの資格をお持ちの市民のかた、是非ご協力ください。

【日時】全2日間

◇7月27日(木) 14時～16時30分

◇9月25日(月) 9時30分～16時35分

【場所】

◇7月27日(木) 三鷹市教育センター
下連雀9-11-7

◇9月25日(月) 午前：三鷹市教育センター
午後：三鷹市総合保健センター
新川6-37-1

※7月27日(木)に参加できない場合は、令和6年1月20日(土)14時から16時30分の養成講座に替えることができます。

【講座内容 テーマ】

7月27日(木)
・子どもの発達、成長、援助、障がいの理解について

9月25日(月)
・三鷹市の子育て支援と育児支援ヘルパー
・育児支援ヘルパーとは
・家事援助の実際と留意点～やっていいこと・わるいこと
・産後の支援～保健師の視点から～
・産後の母親と新生児の関わりについて（沐浴実習含む）
・受付から支援に入るまでの流れについて
・修了式

【講師】

・小児科医
・保健師
・助産師 等

【申し込み】

7月19日(水)までに《子ども家庭支援センターリぼん》までお申込みください。ファクスでお申し込みをされるかたは、下記項目を記入してください。

【記入項目】・氏名・年齢・住所・電話番号(ご自宅・携帯・ファクス)・経験内容
詳しくは、子ども家庭支援センターリぼんへお電話にてお問い合わせください。

子ども家庭支援センター

リぼん

TEL 0422-40-5925
FAX 0422-29-9667

日 時 週末や夏休み、冬休み等の数日間交流は日帰りや宿泊。頻度は月1回～一人の児童と定期的、長期的に関わっていただく事を希望します。

活動場所 活動希望者の自宅や外出先

内容 児童養護施設や乳児院には親の離婚、病気、親からの虐待など、様々な事情により家庭で生活できない多くの子どもたちが生活しています。このような子どもたちを、学校等がお休みの期間などに皆様のご家庭で数日間お預かりしていただくのが東京都の制度『フレンドホーム』です。情緒的なつながりも含めて、施設で体験することが出来ない家庭での生活体験をさせていただく事が制度の目的です。対象は児童養護施設に入所している2歳～高校生の児童。交通費有、他相談。

登録条件 ①原則、都内にお住いの方であること ②申込者は心身共に健全であること ③申込者と起居を共にする成人の親族等がいること ④家族の皆さんが児童福祉に熱意と愛情をもっておりフレンドホームの期間中子どもの養育に専念できる方がいること ⑤住居の広さや間取りについて適切な環境が確保されている事 ⑥お預かりいただく子どもを施設まで送迎できること

他条件の詳細は下記に直接お問合せ下さい

応募・問合せ 社会福祉法人六踏園 調布学園 担当：逆井・日下部
住所/調布市富士見町3-18-1 電話/042-483-7611

この機関紙は、三鷹市内の方々に、宛名シール貼りボランティア、配達ボランティアとしてご協力頂きお届けしています。いつもありがとうございます。

2023年 7月号

ボランティア ミニミニ広場

No.403 2023.6.20

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.mitakashakyo.or.jp/vc>
e-mail : chiiki@mitakashakyo.or.jp

夏！体験ボランティア2023

《夏！体験ボランティア》は、毎年子どもから大人までボランティア活動を始めきっかけとして、夏休みの期間に開催しています。詳細については、6月下旬頃に社協HPやチラシ等に掲載しますのでご覧ください。

◇対面ボランティア
日程：7月21日(金)～8月31日(木)
申込：6月26日(月)～7月8日(土)

◇自宅でできるボランティア
日程・申込
7月1日(土)～8月31日(木)



お友達と一緒に！



一人でじっくりと！



夏休みの課題に！

経験値アップ！

ボランティア連絡協議会からのお知らせ

□ふるしき市 7月22日(土)10時～12時30分 市議場棟下

雨天中止、感染状況などにより中止の場合有

□世話人会 7月22日(土)13時～みたかボランティアセンター2F

寄贈のお願い

○本(幼児書から一般書) ○スーパージャー(大きめ) ○業務用ホットショークース ○ラミネーター

ご持参前にならず『みたかボランティアセンター』までご連絡ください

問合せ：みたかボランティアセンター TEL 0422-76-1271

ボランティア募集

みたかボランティアセンター ☎ 0422-76-1271

高齢者

内容：入浴後の利用者さんの髪をドライヤーで乾かすお手伝い
場所：老人保健施設 太郎 下連雀4-2-8
日時：土曜日 9時30分～12時位
備考：性別年齢不問、マスク着用をお願いします、感染予防意識の高い方
要ボランティア保険加入

内容：高齢者施設にて習字の指導
場所：そんぼの家 三鷹新川 新川5-6-30
日時：第一・三木曜日 14時～15時30分くらい
備考：高齢者や認知症状のある方に寄り添える方

内容：自宅からコミセンへの付添い
場所：新川付近
日時：毎週金曜日 10時50分～12時位 出来る範囲でOK
備考：出来れば女性希望、認知症状が少しある高齢女性の付添いで18歳以上

内容：介護タクシーを利用して三鷹からお茶の水にある病院までの同乗、院内お見舞い付添
場所：上連雀6丁目から順天堂大学病院 院内付添
日時：週1回位 日中3時間位
備考：出来れば女性希望、マスク着用、変形性股関節症のため長時間歩行が難しく、一人ではご主人のお見舞いに行かれません。どなたか付添いをお願いします

内容：折り紙等高齢者が気楽に楽しめるようなレクリエーションを教えながら、実施してください
場所：有料高齢者住宅 フェリエドゥ三鷹 大沢4-13-23
日時：月1回程度定期的に 14時位～1時間位
備考：年齢性別不問、認知症状のある方に対応できる方、交通費支給、手作業が出来る方が対象です

内容：囲碁将棋のお相手、傾聴、散歩手伝い、レクリエーション(脳トレ・工作)、演奏披露
場所：花物語みたか 上連雀8-13-24
日時：13時30分～15時の間で曜日応相談
備考：性別年齢不問、認知症を理解してくれる方、出来れば経験者、マスク着用をお願いします

内容：①レクリエーションお手伝い(ちぎり絵・生け花) ②施設内の掃除 ③庭の草取り
場所：サニーステージ深大寺 三鷹市深大寺2-41-7
日時：①14時～15時(曜日応相談) ②応相談③応相談、早期でも大丈夫です
備考：性別年齢不問、平均介護度2位の施設です

内容：デイサービスご利用者様と散歩
場所：生活機能型リエデイサービス三鷹 牟礼6-13-15-1F
日時：月曜日～金曜日 13時～14時30分(祝日も開所)
備考：性別年齢不問、親子参加OK、車椅子を押す体力がある方、1日1名の受入、平均介護度2位の施設です

内容：①お茶出し ②ドライヤー係 ③昼食配下膳 ④活動の補助 ⑤その他希望のボランティア活動
場所：三鷹市高齢者センターけやき苑 三鷹市深大寺2-29-13
日時：月曜日～土曜日①9時～10時30分 ②9時30分～11時30分 ③12時～13時 ④午前、午後の2時間程度 ⑤応相談
備考：小学生以上、性別不問

内容：①除草作業 ②高齢者の話し相手
場所：デイサービスセンター和(なごみ)野崎1-5-10
日時：月曜日～土曜日①9時～15時の間 ②9時30分～11時30分の間
備考：1日1名の受入です、性別不問、小学生以上

内容：施設にて習字指導
場所：デイサービスきづな 大沢5-9-1
日時：月2回、日時応相談
備考：性別年齢不問、交通費支給(上限有)、明るい方、1日1名の受入、ワクチン接種済の方

内容：三鷹駅前筋肉体操 体操リードボランティア
場所：①野鳥の森公園(武蔵野市西久保1-30) ②井の頭公園文化交流広場ジブリ美術館裏(下連雀1-1-83)
日時：①毎週火曜日 9時～9時30分 ②毎週木曜日 9時～9時30分
備考：性別不問、年齢応相談、学生歓迎、親子連れ応相談、事前レクチャーあり
参考動画 【見本回】三鷹駅前筋肉体操【@井の頭公園】 YouTube

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によって変更する場合があります。
※状況により一時募集を停止しているがございます。
※未成年の方は保護者の承諾を必ず得てください！
※活動の際にはボランティア保険のご加入をお勧めします！

障がい

内容：公園遊び、工作、おやつ作り等の活動の中で子どもと一緒に過ごす
場所：NPO法人なかよし会 なかよし教室 井の頭2-21-18
日時：月曜日～土曜日 14時～18時(日によって前後します)日祝休み
備考：18歳以上(高校生不可)、性別不問、子どもと過ごすことが好きな方
小学1年生から高校3年生までの障がいのある子どもたちが1日10名程度利用されています

内容：オープンスペースで通所利用者との会話
場所：三鷹市障がい者自立支援センター ゆー・あい 上連雀4-1-8
日時：火曜日～金曜日 10時～16時、曜日時間応相談
備考：高校生以上、性別不問、1日2名迄の受入
利用者さんは主に統合失調症の方々です

内容：ご利用者様と一緒に作業を行ったり、お話相手になってください
場所：三鷹ひまわり第二共同作業所 上連雀4-1-8 福祉コアかみれん地下
日時：平日(祝日はお休み)、曜日時間応相談
備考：性別年齢応相談、1日1名の受入、主に精神障がいの方がご利用者です、マスク着用をお願いします

内容：定食・お弁当の調理、お菓子の開発や製造、畑で収穫や栽培の手伝い、フロアの接客などお好きな仕事からお選びいただけます
どの部門もレシピやマニュアルがあり、職員も常におりますので安心して参加いただけます
場所：食茶房むうぶ 新川6-9-23
日時：平日 9時15分～15時の間で応相談
備考：性別年齢不問、親子参加可、人との関わりが好きな方、立ち仕事が多いのでそれが苦にならない方
基本的な厨房作業やお菓子の製造をこなせる方が多いです
皆さん仕事に対して真面目に取り組む方ばかりです
令和5年中に店舗の改装を予定しております、工事期間中以外の受入となります

内容：施設にてお菓子の製造・販売、チラシのセットなど軽作業、公園清掃・緑化事業、作業所内の昼食作り
場所：三鷹ひまわり第三共同作業所 下連雀3-11-8
日時：応相談(作業所は平日9時～16時くらいまで開所しています)
備考：小学生以上、性別不問

内容：知的障がいのある方の軽体操活動、お手伝い(見守り、声掛け、道具準備、片付けなど)
場所：北野ハビネスセンター 北野1-9-29
日時：毎週火曜日 17時20分～18時30分
備考：ジャンピングクラブです。男女不問、年齢応相談、見守る体力のある方、交通費支給、利用者さんは30代男性が多いです

内容：本棚の整理、整頓
場所：上連雀3丁目のご自宅
日時：応相談
備考：交通費支給、年齢性別不問、精神障がい者手帳をお持ちの男性です

内容：学校生活のサポート
場所：千歳鳥山付近の中学校
日時：月曜日～金曜日 8時20分～16時
備考：世田谷区在中の中学3年生の女の子
神経難病のため大型車椅子、人工呼吸器を利用
短い言葉とタブレットを利用してコミュニケーションをとっています
現在1名のボランティアさんが活動中、もう1名の募集となります
大学生以上、女性希望、交通費有、トイレ介助あり
希望者は世田谷ボランティア協会・鳥山ボランティアビュー準備室
☎: 03-6909-0333 に直接ご連絡ください

内容：障がい者施設にて日中活動サポート(車いす、プログラム、外出サポートなど)
場所：みたか街かど自立センター 上連雀4-1-8 福祉コアかみれん1F
日時：平日 10時～16時の間で応相談
備考：性別年齢不問、面談あり、車いす利用者もいます

内容：障がいのある方と運動、レクリエーション活動《サタデー学級》
場所：元気創造プラザ4F 新川6-37-1
日時：第二・四土曜日の13時～16時
備考：愛の手帳を持っている知的障がいの方達と、ポッチャやドッチビー、室内ゲーム活動、性別不問、中学生以上、交通費支給

内容：子ども食堂のお手伝い《わくわく子ども食堂》
場所：連雀コミュニティセンター 下連雀7-15-4
日時：①毎月最終火曜日 14時～20時30分 ②毎月第二土曜日 13時30分～16時30分
備考：①子ども達に無償で調理した食事を提供 ②子ども達と一緒におやつ作り活動 性別不問、高校生以上、コロナ感染対策を行っている方



内容：保育補助(子どもたちと遊ぶ、生活の手伝い、行事のためのつくり物手伝い)
場所：下連雀保育園 下連雀4-19-4
日時：月曜日～金曜日(平日) 9時～16時内で応相談
備考：性別不問、年齢応相談、2週間の健康観察、体調管理ができる方

内容：保育補助、掃除、簡単な作り物
場所：西野保育園 三鷹市深大寺3-3-10
日時：9時～17時 応相談
備考：中学生以上、性別不問、麻疹・風疹の履歴がわかるもの(母子手帳の写しなど)と高校生以上の方は健康診断書(X線の項目有)を確認します
0歳から5歳児のお子さんの保育を行っています

内容：保育の補助、保育環境の整備
場所：上連雀保育園 上連雀5-1-27
日時：月曜日～金曜日 9時～16時の間で応相談
備考：高校生以上、子どもが好きな方

内容：保育補助(着脱、シャワー身体拭き、手洗い、おむつ交換、遊びを通しての関り)保育環境整備(食後の片付け、清掃、ゴミ捨てなど)
場所：野崎保育園 野崎3-12-11
日時：7月21日～8月31日の平日 時間帯応相談
備考：女性希望、大学生以上・X線、腸内細菌検査の結果提出をお願いします
また、麻疹風疹・コロナワクチン接種の有無をお知らせください

内容：利用者(主に小学生)と一緒に遊ぶ、環境整備やイベント遊具の準備・運営補助のお手伝い
場所：西多世代交流センター 三鷹市深大寺2-3-5
日時：月～土曜日 13時～17時の間で応相談
備考：性別年齢不問、親子参加可、3～4名の募集です、1日1～2名の受入
0歳から18歳が利用、午後は主に小学生利用

内容：簡単な調理の手伝い、中学生以上の若者の居場所作りお手伝い
場所：西多世代交流センター 三鷹市深大寺2-3-5
日時：不定期で水・木曜日 16時30分～19時ごろ
備考：大学生以上、性別不問、2～3名の募集です、1日1～2名の受入、対象者は中学生以上の若者、簡単な調理(おにぎりや味噌汁)に抵抗のない方、軽食の支給有

内容：中学生以上の若者向けの学習会において基礎的な学習補助、中学生以上の若者の居場所作りお手伝い
場所：西多世代交流センター 三鷹市深大寺2-3-5
日時：木曜日 16時30分～19時ごろ 備考：大学生以上、性別不問、2～3名の募集、1日1～2名の受入、謝礼(1回1,500円)及び軽食を支給

内容：子どもの遊び相手、環境整備、教材準備、学習支援等
場所：東多世代交流センター 牟礼2-13-19
日時：月曜日～土曜日 13時～17時の間で応相談
備考：中学生以上、性別不問、子どもが好きな方、子どもと遊ぶ体力のある方

内容：自宅で学習支援
場所：武蔵野市役所近くのご自宅
日時：水曜日 16時30分または17時から、18時30分または19時まで
備考：中学3年生の女の子です、生活面も見ていただける30代以上の女性限定

内容：学習支援《アリスみたか》
場所：連雀コミュニティセンター 下連雀7-15-4
日時：毎週火曜日 18時～21時
備考：性別不問、大学生以上、交通費支給、小学4年生から高校3年生の学習支援

内容：学習支援《上連雀無料学習会》
場所：上連雀地区公会堂 上連雀7-8-35
日時：毎週火曜日 16時30分～18時
備考：性別不問、大学生以上、小学3年生から6年生の学習支援です

内容：子ども食堂のお手伝い《わくわく子ども食堂》
場所：連雀コミュニティセンター 下連雀7-15-4
日時：①毎月最終火曜日 14時～20時30分 ②毎月第二土曜日 13時30分～16時30分
備考：①子ども達に無償で調理した食事を提供 ②子ども達と一緒におやつ作り活動 性別不問、高校生以上、コロナ感染対策を行っている方

他
内容：緩和ケア病棟にて花の手入れ、植木の水やり、患者へのティータイムサービス、病棟装飾手伝い、季節行事準備など
場所：医療法人財団 慈生会 野村病院 緩和ケア病棟内 下連雀8-3-6
日時：月曜日～土曜日 14時～16時の間で応相談
備考：単位や認定、資格習得のためのボランティア不可、1日1名受入れ、寝たきりの方が多いです、要ボランティア保険加入(加入費法人負担)

内容：生活用品活用市(ガレッジセール)のお手伝い
場所：消費者活動センター地下 下連雀3-22-7
日時：第二月曜 10時～12時
備考：性別年齢不問、楽しい活動です

内容：施設周りの草むしり、剪定
場所：三鷹げんき 大沢4-10-5
日時：応相談
備考：性別年齢不問、交通費支給、2～3名

内容：おもちゃの修理、受付
場所：三鷹市下連雀3-22-7 消費者活動センター
日時：第一・三水曜日 13時～15時
備考：男女各若干名、年齢応相談

内容：ふろしき市の準備、片付け・見まわり
日時：第四土曜日 8時45分～13時
場所：三鷹市役所 議場棟下 野崎1-1-1
備考：性別不問、高校生以上、2名の募集です、時間応相談

内容：広報誌『ミニミニ広場』の配達(半年からの活動OK)ウオーキングがてらに！
日時：毎月20日前後から月末までご都合の良い時間
場所：■上連雀4・5丁目・・・約30件 ■上連雀6・8丁目・・・約25件 ■下連雀6・8丁目、新川6丁目、牟礼7丁目・・・約25件 ■大沢2丁目・・・約15件 ■新川3・6丁目・・・約40件 ■新川3・5・6丁目、中原4丁目・・・約15件
備考：ご希望の地区をご相談ください。性別年齢不問、分割可能、配達できない月をご相談ください

内容：ラジオ体操の受付、高齢者のお話相手《ほのぼのネットなでしこ班》
場所：下連雀7丁目都営住宅 集会場横広場
日時：毎週水曜日 10時15分～11時
備考：性別年齢不問、出来るだけ近所の方

内容：高齢者の見守り活動、お茶会、ラジオ体操実施、連雀学童の児童との交流、見守り活動、定例会(月1回・原則第二金曜)《ほのぼのネットなでしこ班》
場所：下連雀7・9丁目
日時：ラジオ体操・・・毎週水曜日 10時30分 定例会・・・月1回
備考：大学生以上、性別不問、自立生活可能な高齢者と公立小学校に通う低学年が主な対象者、初心者歓迎！

ピックアップ

内容：特別な支援を必要とする中学二年生生徒への生活支援、見守り
場所：武蔵野市立第五中学校 武蔵野市関前2-10-20
日時：平日 8時25分～15時45分の中で応相談
備考：ダウン症のある生徒です、4～5名の募集、大学生以上、性別不問、半年以上活動できる人、詳細は電話にてお問合せください、学校長の面談あり 応募・問合せ/副校長 二日市 0422-52-0421

お祭りボラ大募集

内容：お祭りのお手伝い(店番、準備・片付け)
場所：北野ハビネスセンター 北野1-9-29
日時：7月14日(金)14時～20時
備考：性別年齢不問、当日可能な限りできる方

内容：施設でのお祭りお手伝い《はなかいどう祭》利用者さんの車イス・歩行移動介助、及び模擬店の手伝い、片付け
場所：老人保健施設 はなかいどう 牟礼6-12-30
日時：7月22日(土) 時間帯は追ってお知らせします※日中開催
備考：中学生以上、性別不問、10名募集、コミュニケーションがとれ、一緒にお祭りが楽しめる方

内容：デイサービスでイベントお手伝い
利用者さん対応、模擬店の手伝い、片付け
場所：ツクイ三鷹 上連雀7-20-14
日時：8月6日(日) 9時～16時 通して出来る方
備考：性別不問、18歳以上(高校生不可)、交通費支給(上限500円) マスク着用、昼食持参、5～6名の募集
車椅子の方もいらっしゃるデイサービスです

