

空いている時間で地域の子育てをサポートしませんか？

ファミリー・サポート・センター援助会員養成講座

みたかファミリー・サポート・センターでは、子育てを手伝ってほしい方（利用会員）に子育てのお手伝いができる方（援助会員）を紹介しています。援助会員は利用会員のお子さん（3ヶ月～小4まで）の保育園や学童保育所の送迎やお預かりなど一時的な援助を提供します（活動報酬：1時間あたり800円～1,300円）。援助会員になるには援助会員養成講座の受講が必要です。

- 日時：7月4日（金）・5日（土）（全2日）
10時～17時30分（予定）
※12月5日・6日にも同じ内容で実施予定
- 場所：三鷹市市民協働センター 他
- 定員：先着15名
(心身ともに健康な三鷹市民でお子様を預かることや、歩いて送迎することができる方)
- 受講料：無料
- 講座内容は三鷹市ホームページをご覧ください。
- お申込：6月2日（月）以降、下記まで
みたかファミリー・サポート・センター
TEL:0422-76-6817

朗読ボランティア養成講座～初級編～

視力に障がいがある方、高齢で文字が読みにくくなつた方の「目」のかわりをする朗読ボランティア講座の初級編です。講座で学んだことは、本の読み聞かせボランティア等でも活かすことができます。

- 日 時：7月24日（木）～8月28日（木）
13時30分～15時30分
【毎週木曜日、全5回の連続講座】
※8月14日（木）は除く
- 会 場：みたかボランティアセンター2階会議室（上連雀8-3-10）
- 対 象：朗読ボランティアへの参加に意欲がある方（市内在住、在勤、在学者、在活動者優先）
- 参加費：1,200円（社協会員1,000円）
- 定 員：20名（先着順、全回出席できる方優先）
- 受付期間：6月2日（月）～7月11日（金）
- お 申 込：電話、FAX、お申込用QRコード、またはみたかボランティアセンターにて直接お申込みください。



← お申込用QRはこちら

お問合せ先：みたかボランティアセンター

TEL:0422-76-1271 FAX:0422-76-1273 E-mail:chiiki@mitakashakyo.or.jp

ボランティア連絡協議会からのお知らせ

- ☆ふろしき市 6月28日（土） 10時～12時30分 市議場棟下（野崎1-1-1） 雨天中止
お申込開始 6月9日（月） 開始
- ★世話人会 6月28日（土） 13時～ 0422-76-1271まで
ボランティアセンター2階（上連雀8-3-10）

お問い合わせ 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

育児支援ヘルパー養成講座

子ども家庭支援センターりぽんでは、1歳未満のお子さんがいる家庭に「育児支援ヘルパー」を派遣し、家事や育児のお手伝いをしています（活動報酬：1時間あたり1,200円～1,400円）。育児支援ヘルパーになるには育児支援ヘルパー養成講座の受講が必要です。

○日時：7月9日（水）14時～16時30分
9月29日（月）9時30分～16時40分【全2回】

○場所：三鷹市教育センター 他

○定員：先着20名

（心身ともに健康で、地域の活動に興味があり、ファミリー・サポート・センター等において保育経験がある方、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三鷹市民の方）

○受講料：無料

○講座内容は三鷹市ホームページをご覧ください。

○お申込：6月2日（月）以降、下記まで

子ども家庭支援センターりぽん
TEL:0422-40-5925

第8回三鷹ひきこもり・不登校合同相談会

- 日 時：6月29日（日）10時～13時30分
- 会 場：みたかボランティアセンター2階会議室（上連雀8-3-10）
- 対 象：ひきこもりや不登校でお悩みの家族、当事者、経験者、支援者など
- 内 容：個別相談（一組60分）
①10時～、②11時15分～、
③12時30分～
複数の関係団体の相談員が対応します。
- 主 催：三鷹ひきこもり支援者連絡会
- 参加費：無料
- お申込：6月23日（月）までにお申込フォームまたは電話でお申込。電話は9時～17時の間（但し、日・祝日を除く）
- 定 員：9組（先着制）



お申込用QRはこちら ➡



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。



2025年
6月号

ミニミニ 広場

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

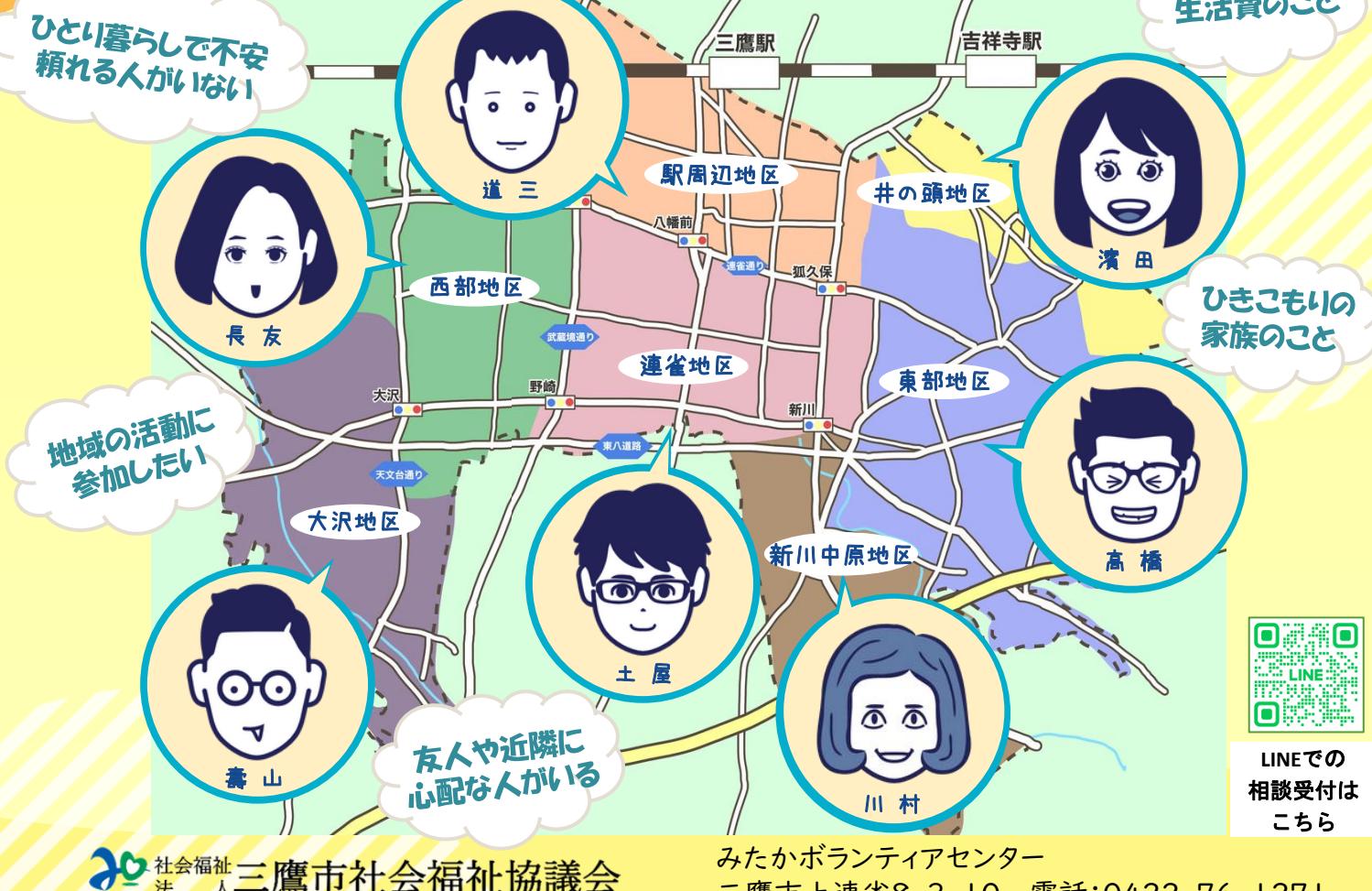
No.426 2025.5.20

地域に関するお困りごと・ご相談 なんでも伺います！

地域福祉コーディネーター

みたか社協では、市内7地区に地域福祉コーディネーターを配置し、制度のはざまにある課題や複雑な課題を持つ方など、年齢や対象を問わず日々の生活の中でのお悩みやご心配のある方からのご相談をお伺いしています。相談は日頃から関係機関や団体と連携している地域の担当がお聞きし、必要な制度・サービスの紹介など、ご本人に寄り添いながら課題の解決を目指します。

この事業は、三鷹市の委託事業（三鷹市地域福祉コーディネーターによる共助支援事業）として実施しています。



社会福祉法人 三鷹市社会福祉協議会

寄贈のお願い

◆電気ポット（2～2.5リットル）

◆本（幼児書から一般書）

◆炊飯器（10合）

ご持参前にかならず『みたかボランティアセンター』までご連絡ください

ボランティア募集

ミニミニ広場やHPに掲載しているボランティア活動を始めたい方は、
活動場所ではなくボランティアセンターにご連絡ください。
他にもたくさんボランティア活動があります。
詳しくは、みたかボランティアセンターHPをご覧ください！
https://www.mitakashakyo.or.jp/vc/volunteer_recruit
☎0422-76-1271



ホームページ

高齢

内容	場所	日 時	備 考
NEW! ①傾聴ボランティア ②音楽の合奏のボランティア	ぐるーぷほーむむれの里 三鷹市牟礼5-12-21	①月2回程度、午後の1時間程度 ②年2回程度	性別不問、一般の方（60代くらい）
NEW! ①子ども食堂のお手伝い ②イベントとして音楽レク等	そんぽの家三鷹牟礼 三鷹市牟礼7-1-2	①毎月第2土曜日 10時～13時頃 ②随時募集	性別不問、高校生以上、交通費支給、介護の仕事や高齢者介護施設に興味のある方
NEW! 傾聴ボランティア	ニティケアセンター下連雀 三鷹下連雀4-21-20	月1回、1時間程度	性別年齢不問、1日3名まで受入可、認知症に理解のある方、ワクチン接種済の方
ご利用者の入浴後のドライヤーかけなど	介護老人保健施設太郎 三鷹市下連雀4-2-8	毎週水・土曜日 9時30分～12時 いずれかの曜日・短時間可	性別不問、大学生以上、2名募集 未経験OK、認知症の方へのご理解がある方、活動時はマスクの着用をお願いします。週2回の入浴日で、楽しく会話しながらご支援いただけすると、皆様喜ばれます。
①入浴後の頭髪のドライヤー ②おやつ時の配膳（お茶出し）、片付け	ツクイ・サンシャイン 三鷹深大寺 三鷹市深大寺2-21-17	①月曜日～日曜日（水曜除く） 13時45分～16時の間で1時間以上 ②月曜日～日曜日 14時50分～15時30分	女性希望、高校生以上、発熱や咳がある場合はご遠慮ください、活動中はマスク着用、交通費支給（1回500円まで）、お話好きな方もおりますので傾聴できる方歓迎

子ども

内容	場 所	日 時	備 考
NEW! 養育家庭里親の家で暮らす小学生に対する学習指導やコミュニケーション	三鷹市、武蔵野市、杉並区いすれかの養育家庭里親さんのお宅	週に1回～隔週に1回、1時間程度	性別不問、大学生～20代、交通費支給、子どもと定期的に会って心の支えになってくれる方、子どもと遊ぶのが好きな方、児童福祉に関心のある方、希望する活動場所や活動頻度は事前に面談にて確認します
①園庭の整備、掃除 ②園児の寝かしつけ、10分毎の午睡チェック	ときむれのこ保育園 三鷹市牟礼4-3-14	①月曜日～金曜日（祝日除く） 7時30分～9時30分の中から30分程度 ②月曜日～金曜日（祝日除く） 11時～14時30分 週2、3回	性別不問、大学生以上 ①②ともに2名募集
小中学生の基礎学習補助、工作など作業のサポート、外遊びや話し相手など	非公開（お問合せください）	月曜日～木曜日 10時30分～15時の間で2～3時間程度（長期休暇除く）	女性希望、大学生以上、交通費支給（上限1,500円）、子どもと関わることが好きな方、育児中、育児経験のある方歓迎、学校以外の居場所で楽しく学ぶ子たちが集っています。
学習支援	上連雀地区公会堂 三鷹市上連7-8-35	毎週火曜日 16時～18時	性別不問、大学生以上 対象は小学校3年生～6年生

子ども

内 容	場 所	日 時	備 考
NEW! 箱折り作業、ダイレクトメール発送作業等	三鷹ひまわり第二共同作業所 三鷹市上連雀4-1-8 福祉コアかみれん地下	曜日要相談 9時～12時または13時～15時30分 (水曜の午後は13時～14時30分)	性別年齢不問、マスクの着用は任意、1日1名まで受入可能、体調が良好な方
【学生ボランティア】 ダイレクトメールの封入封緘等の作業を中心とした活動	一般社団法人ALBA Abbey Road 上連雀8-18-15 1階	月曜日～金曜日 9時～17時の間 (1時間～可)	交通費支給、精神保健福祉や障がい福祉に興味関心のある大学生・専門学生、障がいの種別にとらわれず、それぞれが得意なことを活かした活動を行っています ボランティア希望の方は面談の上、決定
障がいを持った子どもや成人の方と水泳指導を通じて泳ぐことを楽しんでもらう	元気創造プラザ内プール 三鷹市新川6-37-1	年10回ほど（日曜日） 他オリエンテーションや研修あり	性別不問、高校生以上76歳未満 交通費支給、200mの泳力がある方、障がいをもった子どもや成人の方や保護者の方とのコミュニケーションがとれる方、団費2,000円（保険代等） ※オリエンテーションの日程等につきましてはお問合せください。

その他

内 容	場 所	日 時	備 考
料理教室のお手伝い (前日準備、洗い物等)	三鷹市消費者活動センター運営協議会 三鷹市下連雀3-22-7 地下1階	毎月第2月曜日 10時～（部会）	女性希望、大学生以上 料理に興味のある方（プロの料理が間近で見られます） 毎月第2月曜にある部会に出られる方 料理教室は6月7日（土）と11月開催の「みたか消費者まつり」で行われる予定です
急募！ 広報誌『ミニミニ広場』の配達	①上連雀1・2・3丁目 …約45件 ②上連雀4・5・6・8丁目 …約40件 ③下連雀1・3・4丁目 …約80件 ④下連雀6・8丁目、新川6丁目 …約50件	毎月20日前後から 月末までご都合の良い時間	ウォーキングがてら！ご家族と一緒に！三鷹市内のみ！ 配達範囲は応相談 お気軽にお問い合わせください！

※活動の際はボランティア保険の加入をお勧めします！
 ※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場合があります。
 ※未成年の方は保護者の方の承諾を必ず得てください！