

介護者ひろば いのかしら

毎月第4水曜日 午前10時30分～12時

会場：井の頭コミュニティ・センター(三鷹市井の頭2-32-30)

会場を変更し
リニューアル
オープン!

🍏 特別企画 🍏 **5/27(水)** 午前10時30分～12時

こんな時どうする?
家族が認知症になった時、どう対応するかを一緒に考える講座

講師 丸山 美恵子 氏 (DEI Salon かりんとう 代表 介護福祉士)
古山 美架 氏 (竹の葉ヘルパーステーション 管理者 介護福祉士)

主催・お問合せ

社会福祉法人三鷹市社会福祉協議会 総務課 在宅サービス係
三鷹市新川6-37-1 元気創造プラザ3階 Tel.0422-79-3505

介護者向け情報 LINE登録



アトリエぴより

上手下手ではない好きな表現を楽しめる場所
好きな画材でアートな時間

毎月第3月曜日 午後1時～5時

対象 子どもから大人まで
ひきこもりがちの方、不登校気味の方、
一人で過ごしがちな方、日々の生活に疲れている方 など

会場 アトリエ・コスモス (三鷹市井口2-4-32 ユーバン105)

費用 無料

お問合せ 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 三鷹市上連雀8-3-10



全地図はこちら

寄贈のお願い

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

◆ペーゴマ (10セット) ◆アイロン ◆本(幼児書から一般書) ◆炊飯器 (10合)

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27日(土) 10時～12時30分 市役所 議場棟下(野崎1-1-1) 雨天中止
お申込開始 6月8日(月) 開始 ☎0422-76-1271まで
★世話人会 6月27日(土) 13時～ ボランティアセンター2階(上連雀8-3-10)



お問合せ 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

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。

2026年
6月号



ミミミミ

広場

No.438 2026.5.20

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



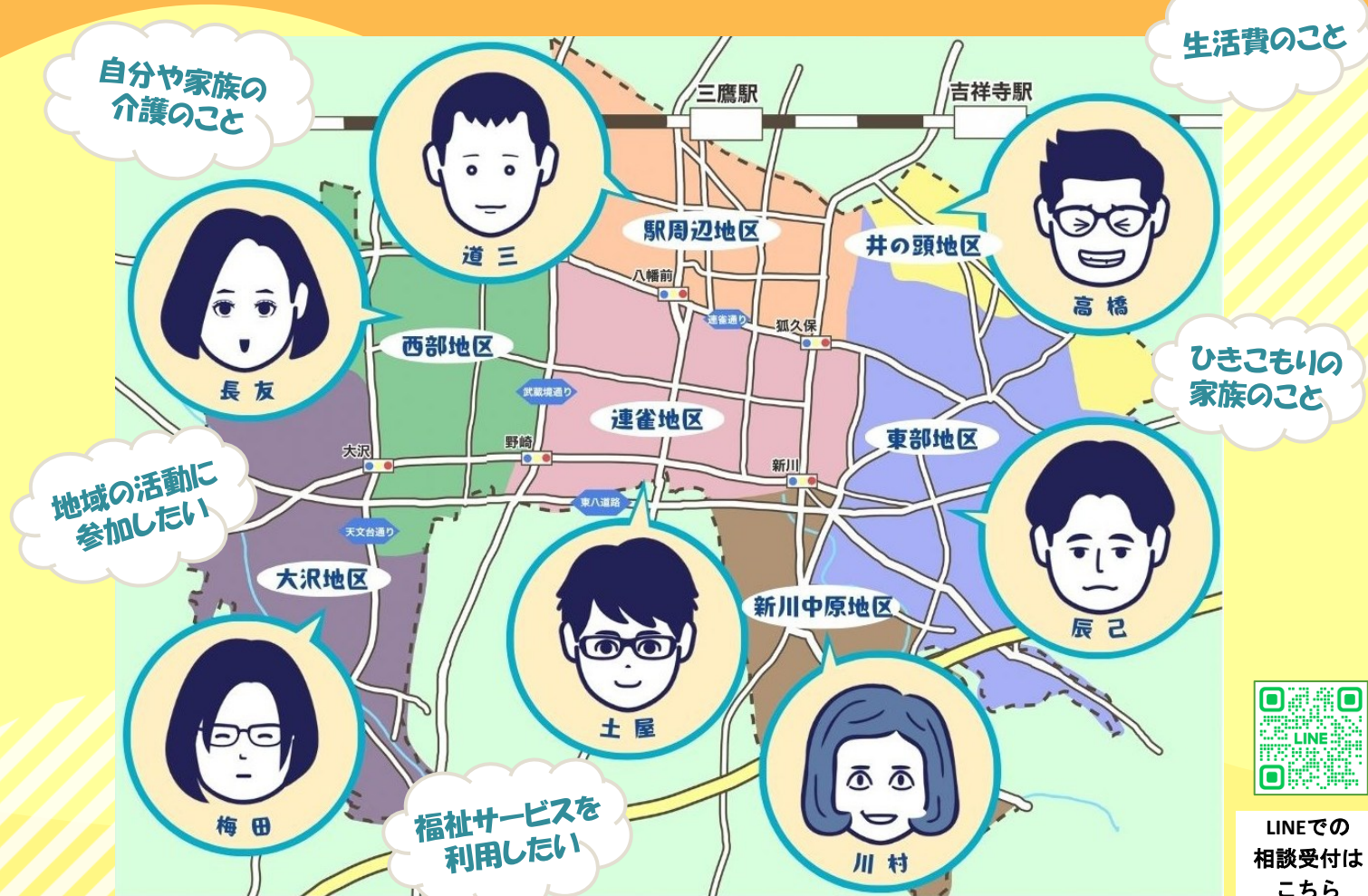
〒181-0012 三鷹市上連雀8-3-10上連雀分庁舎内
TEL (0422) 76-1271 FAX (0422) 76-1273
URL : https://www.mitakashakyo.or.jp/vc
e-mail : chiiki@mitakashakyo.or.jp

福祉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、年齢や対象を問わず生活の中で悩みや不安を抱えている方からの相談をお伺いしています。相談は日頃から関係機関と連携している各地区の担当職員がお聞きし、必要な制度やサービスの紹介など、ご本人に寄り添いながら課題解決のお手伝いをします。

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。



LINEでの
相談受付は
こちら



社会福祉法人 三鷹市社会福祉協議会

みたかボランティアセンター
三鷹市上連雀8-3-10 電話:0422-76-1271

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! 歌や踊り、楽器演奏、紙芝居など、高齢者の方を楽しませてくれる内容のもの	カノン三鷹（デイサービス） 牟礼 3-8-16	3ヶ月に1回程度 14時～15時くらい	交通費支給あり
折り紙や創作レクリエーションがお好きな方で、活動を一緒にして下さる方（スタッフの補助）	特別養護老人ホーム恵比寿苑 牟礼 1-9-20	毎週木曜日 13時30分～15時30分	性別年齢不問
入浴後のドライヤーかけ	介護老人保健施設太郎 下連雀 4-2-8	毎週月曜日・木曜日 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、認知症に理解のある方、未経験可、活動時はマスク着用をお願いします
書道・絵画・絵手紙のボランティア	カノン三鷹（デイサービス） 牟礼 3-8-16	月1回 14時～15時	性別年齢不問、実費として1000円支給
歌（歌謡曲、唱歌、童謡など）を入居者と一緒に歌う	ピオーネ三鷹 井口 1-17-22	要相談	性別不問、社会人

障がい

内容	場所	日時	備考
中学・高校・大学生の学習支援（不登校や通信制高校の生徒・学生が対象）	巢立ち会サザン 上連雀 1-1-3	週1～3回（応相談）	性別年齢応相談、交通費支給、学習支援の経験がある方、対象者は発達に特性があったり、メンタルヘルスの不調のある方が含まれます、内容や頻度は相談の上決めさせていただきます
障がい者の見守り、アートや音楽レク等と一緒にいる	NPO法人なかよし会すきっぷ 牟礼 3-8-19	平日10時～16時の間いつでも （週1回～OK）	性別不問、大学生以上50代まで、車いすを押す体力がある方、平均年齢30代半ばの利用者が日中に通う施設です
主に利用者（精神障害者）の話し相手、話の聞き役、オセロ、囲碁、将棋やトランプなどの相手	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	火曜日～金曜日 10時～17時 活動時間帯は応相談	性別不問、年齢応相談、個人のプライバシーには十分配慮をお願いします、活動後も利用者の情報は洩らさないようお願いします、毎週木曜日は昼食会で、250円で食べることができます

子ども

内容	場所	日時	備考
保育体験と雑務	椎の実子供の家 大沢 4-8-8	応相談	性別不問、中学生～大学生、予防接種（麻疹・風疹またはMR）を受けているか確認します、食事提供あり（無料）、アレルギーある方は弁当持参
保育中、子どもたちの遊び相手、補助	にじいろ保育園三鷹新川 新川 6-33-15	月曜日～金曜日 8時30分～12時30分	性別不問、小学生～大学生（小学生は親子参加、10歳以上が対象）、子どもが大好きな方
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	フリースクールIF（イフ）ラボ 非公開（お問合せください）	月曜日～木曜日 10時～15時の間の2～3時間程度（応相談）（長期休暇除く）	女性希望、大学生以上、交通費支給（上限あり）、子どもと関わるのが好きな方、育児中、育児経験のある方
ヨガや勉強会参加中のお母さんたちの子どもの見守り（0～3歳）	連雀コミュニティ・センター（下連雀7-15-4） もしくは 元気創造プラザ（新川6-37-1）	月1回 不定期のため応相談	女性希望、年齢不問、保育経験、子育て経験のある方、子どもを見ることができる体力のある方、活動内容をご理解いただける方
学習支援	上連雀地区公会堂 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

その他

内容	場所	日時	備考
外国人学習者と1対1のペアとなり、日本語学習のサポート活動（レッスン）を行う。	公益財団法人 三鷹国際交流協会（MISHOP）会員グループLLJ 下連雀3-30-12 三鷹市中央通りタウンプラザ4階	週1回 1～2時間程度	性別不問、18歳以上、毎週同じ曜日・時間に活動できる方、資格・経験不問、MISHOPの会員登録が必要となります（年会費3,000円／学生1,000円）
広報誌『ミニミニ広場』の配達	①井の頭3・4・5丁目 …約30件 ②北野1・3・4丁目 …約15件 ③上連雀1・2・3丁目 …約40件 ④上連雀4・5・6・8丁目 …約40件 ⑤下連雀3・4丁目 …約50件 ⑥野崎1・2・3・4丁目 …約10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！
 ※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！