

み

た

か

社

協

だより

「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」をめざして

270
古紙配合率70%再生紙を使用しています

No.177
2026.5.31 発行
発行部数98,900部
(全戸配布)

みたかの福祉 & ボランティア情報 をお届けします！

社会福祉法人 三鷹市社会福祉協議会

〒181-0004 三鷹市新川6-37-1
三鷹中央防災公園・元気創造プラザ3階福祉センター
TEL:0422-46-1108 FAX:0422-49-8437

ホームページ



Facebook



X



ほのぼのネット キャラクター大募集！



最優秀賞1点
3万円



優秀賞4点
5千円

ほのぼのネットは、三鷹市社会福祉協議会が住民の皆さまとすすめる
誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指す 支え合い・見守りボランティア活動です。
この活動をより多くの方に知っていただき、お子さまをはじめ、地域の皆さまにとって
親しみやすく、身近に感じてもらいたいという思いから、オリジナルキャラクターを募集します。
たくさんのご応募お待ちしております！

ほのぼのネット活動とは…

日常生活でお困りの高齢の方や障がいのある方をはじめ、すべての市民の皆さまが住み慣れた地域で安心して快適に暮らせるように、同じ地域に住む住民が「ほのぼのネット員」となって「班」で活動し、「支え合いのまちづくり」に取り組んでいます。

楽しいイベント

高齢の方向けのサロン・食事会、赤ちゃんとママ・パパの会、ラジオ体操などを開催しています。



顔の見える関係に

イベントでお会いすることで顔の見える関係になれる！ちょっとした相談、抱えている悩みを話せる関係へ



ゆるやかな見守り

声かけやゆるやかな見守りが生まれ、安心して暮らせる地域へ！



～この活動をイメージしたキャラクター作品をぜひご応募ください！～

応募期間 6月1日(月)～8月31日(月) ※郵送の場合必着

募集内容 ほのぼのネット(地域の見守りボランティア活動)のキャラクターデザイン
「三鷹市」「やさしさ」「支え合い」「つながり」「明るさ」「元気」をイメージした親しみやすく、愛着が湧くキャラクター
※キャラクターの愛称、プロフィール(キャラクターの性格、込められた作者の思い等)も含む

応募資格 居住地、年齢、職業、プロ、アマチュア、個人、グループの制限はありません。

結果発表 令和9年2月頃に受賞者へ通知し、準備が整い次第、ホームページ等にて発表します。
受賞者以外の応募者は、ホームページ等への掲載をもって結果の通知に代えさせていただきます。



夏の集い(高齢者向けサロン)

私達は、地域の福祉活動を応援しています(広告)

相続の相談実績 3,200件超

みたか相続遺言相談プラザ

相続不動産・預金の名義変更・遺言・生前対策
相続に関わるお悩みはご相談下さい。

【相続の無料相談受付中】

0120-660-670

代表司法書士 安井 大樹

受付時間 09:00～18:00(平日)

三鷹市のエアコンクリーニング
安心・丁寧で口コミ高評価多数！

HIDAX

090-8259-6900

三鷹市牟礼6-19-4

不動産の売却相談は
まるごとおまかせ
円満売却パック

高評価と実績多数の
当社へお気軽に！

株式会社Ark不動産(年中無休)

0422-24-9761

全国どこへでも、
患者様のいろいろなご要望に
お応え致します。

アズマ
民間救急サービス

0120-81-9931
https://www.minkyu.co.jp

みんなで作る前向き空間
レンタルスペース

元気ひろば
おれんじ

0422-76-5940
https://genkihirobaorange.blogspot.c

応募の詳細は、ホームページを
ご覧いただくか下記までお問合せください。



ほのぼのネットの
詳細はこちら

応募用紙や応募の
詳細はこちら



問 みたかボランティアセンター TEL0422-76-1271
✉ honobono@mitakashakyo.or.jp

音声コードでバリアフリー化 ①

このマークは視覚に障がいをおもちの方が
使う音声コード(Uni-Voice)です。
読み取り機能付き携帯電話などを用いて
記録内容を読みとることができます。



介護の話 が気軽にできる場所があります

みたか社協では、ご家族の介護をされている方同士が情報交換・交流できる場を介護者サポーターの方とともに運営しています。介護者ひろばではこんな話をしています! 関在宅サービス係 Tel0422-79-3505

家族が最近忘れっぽくなってきて、同じことを何度も聞いてきます。
私もどう対応していいか...

私も経験があります。
とてもつらいですね。

ここでの約束は、2つ。

批判・非難はしない

ここで聞いたことは外で話さない

安心して話していただける場にしています。



イライラしてもお互いつらいだけ。
口角を上げて明るく前向きな言葉をかけると良いと思います。

母を施設に入れるか迷っていた時に、
ここで介護の先輩にアドバイスをもらい、
心が軽くなりました。

介護者向けLINE
アカウントはこちら

市内で開催される介護者向け
情報を配信しています。

こちらを読み込んでください▶



市内の介護者ひろば

「今年度から井の頭コミセンで開催!!」



いのかしら

- 毎月第4水曜日 午前10時30分～12時
- 井の頭コミュニティ・センター (井の頭2-32-30)

「介護経験者が多く参加!!」



認知症介護者談話室

- 毎月第4火曜日 午後1時～3時
- みたかボランティアセンター (上連雀8-3-10)

「おいしいコーヒーが飲めます!!」



けやき苑

- 毎月第3木曜日 午後1時30分～3時30分
- けやき苑(深大寺2-29-13)

「おしゃべり大好き!!」



おれんじ新中

- 毎月第2木曜日 午後1時30分～3時30分
- 元気ひろばおれんじ(中原3-1-65)

「毎回ランチを準備!!」



男性介護者交流会

- 偶数月第1木曜日 午後1時～3時
- おむすびハウス(下連雀1-10-20)

「広い会場で講義も充実!!」



福祉Labo どんぐり山

- 6・9・12・3月 第3金曜日 午後1時30分～3時30分
- 三鷹市福祉Laboどんぐり山(大沢4-8-8)

注目!!



「若い世代が多く参加!!」

ダブルケアラー・ビジネスケアラー交流会

- 奇数月 土曜or日曜日 午前10時～12時
 - 地域密着型通所介護あゆみん家(下連雀3-7-16-1階)
- 詳しい日程はHP・LINEにて公開予定です。



私達は、地域の福祉活動を応援しています(広告)

音声コードでバリアフリー化 ②



音声コードを印刷しても視覚障がい者はその印刷部に音声コードが添付されていることに気づきません。そこで音声コードが添付された印刷物には必ず切り込みが入れられています。

お金のこと・暮らしのこと何でもご相談ください!

人に地域に未来に “やさしい”
西武信用金庫
三鷹支店 三鷹市下連雀4-17-9
☎0422-47-3281

福祉車両で外出のお手伝い

運転ボランティア募集中!

ご都合のつく時にお時間をお貸し下さい

ご連絡お待ちしております
お電話 ☎0422-41-0185



私達は、地域の福祉活動を応援しています(広告)

安全で快適な住まいづくりの応援団

リフォームのカシマ

リフォーム全般承ります。
介護保険も利用できます。

(有)R&M カシマ
三鷹市下連雀2-14-43
TEL:0422-26-6022



訪問ヘルパー募集中

NPO法人たすけあいワーカーズ

さもれび

三鷹市上連雀9-1-21
TEL:0422-42-4469 FAX:0422-42-4624



音声コードでバリアフリー化 ③

音声コードは全国の行政機関の書類や病院の処方箋、金融機関、企業の情報文書などに採用されています。



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を紹介するなど、ご本人に寄り添いながら課題解決のお手伝いをします。

ひきこもりの
家族のこと

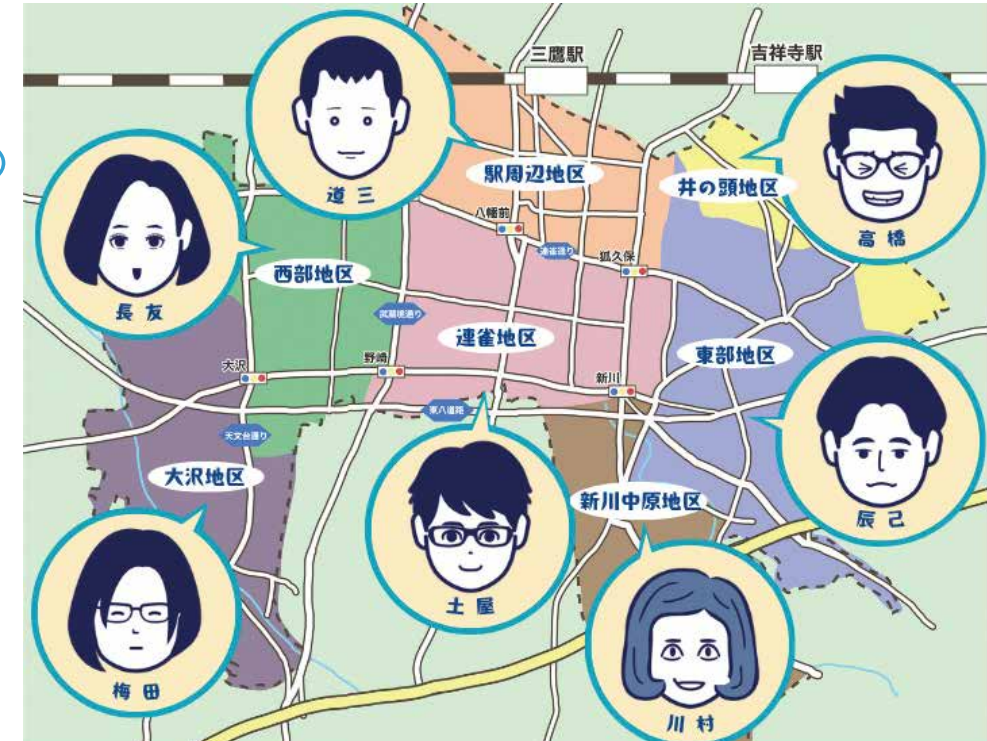
ひとり暮らしで不安

頼れる人が
いない

各コミセンで
毎月1回相談会を
開催!



日程などの詳細はこちら



心配な友人がいる

生活費のこと

地域の活動に
参加したい

LINEでの
相談も受付中!
「追加」ボタンで
「友だち登録」して
メッセージを送信



関みたかボランティアセンター Tel0422-76-1271

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。

私達は、地域の福祉活動を応援しています(広告)

障害年金の申請代行いたします。

お気軽にご相談(無料)ください

○費用は完全成果報酬制(受給決定時のみで事後払い、不支給なら不要)

○精神・発達障害・ひきこもり、お身体のご不自由な方、一度ご相談ください(64才迄)

社会保険労務士 原谷事務所 三鷹市上連雀9-14-9
☎090-5995-6472 FAX0422-44-8650
(Eメール)yh0511@jcom.za.ne.jp



家族を争族としないために

相続 と **遺言** 想いをつなぐ相談室

相続・遺言書・遺産分割の専門相談室

想いをつなぐ相談室

行政書士 星川総合法律事務所

ご相談は無料です。0422-24-9762
三鷹市下連雀3丁目33番17号 グラシアス三鷹 205号室
(三鷹駅南口徒歩3分・銭湯「春の湯」斜め向かい)

「見えるリフォーム」

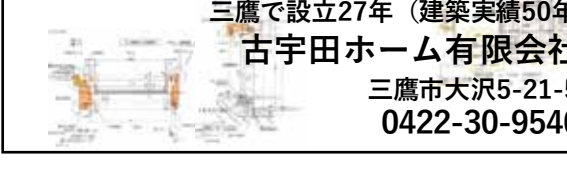
言葉だけでは伝わらない! 必ずスケッチや図面でプランを進める! お客様との対話を大切に!

輸入住宅やツーバイフォーのリフォーム経験豊富

三鷹で設立27年(建築実績50年)

古宇田ホーム株式会社

三鷹市大沢5-21-5
0422-30-9540



information(インフォメーション)

福祉の情報をお届けします

	内 容	日 時 等	申 込	備 考
案 内	夏!体験ボランティア 子どもから大人まで、ボランティア活動始めるきっかけとして体験ボランティアや講座等を夏休み期間に開催	夏休み期間中 7月24日(金)～8月31日(月)	フォームや来所での申込 園みたかボランティアセンター (Tel0422-76-1271)	詳細は6月～7月以降に 社協HPやチラシ等に掲載
	ボランティア出前講座 福祉に関連する出前講座(車いすや点字体験、障がい当事者の方のお話、多文化共生や環境講座など)を開催	原則講座当日の2か月前までに、みたかボランティアセンターへ問い合わせ (Tel0422-76-1271) ※講座内容によっては直近の受付可		詳しくはこちら
	地域のサロン活動資金助成 市内で活動している子育てサークル、高齢者・障がい者のサロン活動など「居場所づくり」に取り組んでいる非営利の自主グループに1万円を助成	【申込期間】 前期:5月11日(月)～6月12日(金) (上限80団体) 後期:9月14日(月)～10月16日(金) (上限20団体) 前期及び後期で上限に達しなかった場合: 11月2日(月)より先着順	申請書類一式を みたかボランティアセンター (Tel0422-76-1271)へ ※今年度より対象団体、申請書類等が変更となっています。必ず備考欄のHPをご確認の上、ご申請ください。	みたか 社協HP
募 集	ヘルパー募集 4月から給与UP ①登録ホームヘルパー ▶市内で訪問介護業務 ②ふれあい支援員 ▶三鷹市介護予防日常生活総合事業訪問型サービス ③視覚障害ガイドヘルパー ▶視覚障がい者の外出支援業務	資格要件あり 未経験の方は丁寧にサポート 介護の仕事に興味のある方大歓迎!	電話連絡 (Tel0422-79-3509)の上、 申込書類を在宅サービス係へ	詳しくはこちら
	学童臨職募集 ①学童保育所臨時職員 ▶おやつ配膳や、お手洗いの掃除等を含む育成補助 ②学童保育所土曜嘱託職員 ▶土曜日の児童育成	【面接期間】 5月18日(月)～7月10日(金) (平日 午後0時～1時、土日祝除く) 【場所】 元気創造プラザ 3階	左記面接期間内に、 午前9時～午後5時の間に電話 でお申し込みください 園放課後児童育成課 (Tel0422-46-1192)	詳しくはこちら

令和 8 年度の予算をお知らせいたします

事業実施にあたっては、皆さまからいただいた会費や寄付金などを大切に使わせていただいております。



☎ 総務係 Tel0422-46-1108

〈詳細はこちら〉

■令和8年度 予算のあらまし (資金収支計算書の事業活動による収入) (単位:円)

令和8年度	会費・寄付・事業収入	募金・補助金・委託料等	合計(①+②)
社会福祉事業区分	61,200,800	1,333,967,721	1,395,168,521
地域福祉推進拠点区分	13,265,500	439,760,308	453,025,808
放課後児童健全育成事業拠点区分	0	892,941,413	892,941,413
介護保険事業拠点区分	47,875,300	1,265,000	49,140,300
貸付事業拠点区分	60,000	1,000	61,000
公益事業区分	0	146,460	146,460
収益事業区分	1,392,000	100	1,392,100
合計	62,592,800	1,334,114,281	1,396,707,081

みたか社協へのご寄付

皆さまのこころあたたまるご寄付ありがとうございました。(敬称略)

(2025年11月1日～2026年1月31日)

●一般寄付 (単位:円)	
【法人・団体ご寄付】	
合同会社あいの手(2件).....	342,289
東京三鷹ライオンズクラブ.....	150,000
宗教法人 三鷹不動尊 井口院.....	100,000
三鷹商工会女性部(2件).....	65,120
みたかスペースあいプラス 募金箱.....	30,709
合同会社藤盛興産(3件).....	30,000
自由民主党三鷹総支部.....	30,000
ふじみまつり実行委員会 (三鷹市東部地区住民協議会 なかま・町づくり).....	17,425
みたか商工まつり来場者一同.....	16,420
キッチンコート野崎店 募金箱.....	13,011
観音寺 募金箱.....	12,553
コモディイイダ三鷹店 募金箱.....	11,563
三鷹市赤十字奉仕団(2件).....	11,000
オレンジセオリーフィットネス三鷹.....	10,000
ほのぼのネット 野崎西班.....	10,000

三鷹駅前立寄りサロン.....	10,000
三鷹三田会.....	10,000
高齢者福祉センター 募金箱(2件).....	7,553
首都圏建設産業ユニオン東多摩支部.....	7,322
ほのぼのネット 駅周辺地区.....	5,490
三鷹市民生・児童委員協議会 障がい福祉部会.....	4,460
エコスTAIRAYA三鷹新川店 募金箱.....	2,789
株式会社矢野 募金箱.....	2,789
株式会社いなげや三鷹牟礼店 募金箱.....	2,640
ほのぼのネット 西部地区.....	2,450
三鷹市社会福祉協議会 募金箱.....	2,204
三鷹駅前市政窓口 募金箱.....	2,136
セコム株式会社SCセンター.....	1,960
ヘアサロンアベ.....	1,000
有限会社ワールドオート新川.....	1,000
福祉バザー 募金箱(2件).....	905
NPO法人 HumanLoop人の輪 募金箱.....	888
ほのぼのネット 東部地区.....	380

三鷹市立第六中学校.....	30
匿名(1件).....	5,000
【個人ご寄付】	
穴戸 誠(3件) 上原 直美 森山 福雄	
真貝 千暁 星 秀子 西村 美代子	
川畑 好彰 川又 馨 藤田 哲司	
匿名(18件)	
●ボランティア基金	
【個人ご寄付】	
匿名(1件)	

社会福祉法人への寄付は、所得税法上の寄付金控除、住民税の税額控除、法人は法人税法上の損金算入ができます(確定申告に際して、本会発行の領収書が必要になります)。

ご寄付をいただいた皆さまのお名前は、本誌への掲載のほか、みたか社協HPでも掲載しております。

みたか社協 寄付 検索

☎ 総務係 Tel0422-46-1108

(ご寄付者一覧)

音声コードでバリアフリー化 ④

このマークは視覚に障がいをおもちの方が使う音声コード(Uni-Voice)です。読み取り機能付き携帯電話などを用いて記録内容を読みとることができます。

ご寄付をお願いします

クレジット決済 PayPay 募金箱

いただいたご寄付はみたか社協の地域福祉事業に活用させていただきます。

お申込み・お問い合わせ 総務係 TEL 0422-46-1108

社協だより広告募集

ーコマ11,000円ー

年4回発行 5・7・10・1月

全戸配布 98,900部

会員割引あり

お申込み・お問い合わせは 年間掲載がお得です 総務係 TEL 0422-46-1108