

大人の寺子屋・三鷹 ～中高年が楽しく学ぶ場～

インターネット教材を共に視聴し、共に考え、学び、意見交換をしませんか？
「大人の寺子屋・三鷹」は、知識を増やすだけではなく積極的に語り合う場です。「知」でつながった寺子屋でできた仲間との縁をつなげ、アクティブ・シニアの皆さんの好奇心を満足させる場です。

第17回「自転車の新しいルール」～安心して乗り続けるために知っておきたいこと～

日時：9月5日(土)14時00分～15時45分

定員：20名(先着順)

場所：①会場参加／みたかボランティアセンター 会議室2A・2B(上連雀8-3-10)

②Zoomで参加／(初めての方はサポートいたします)

参加費：無料

主催：大人の寺子屋・三鷹

協力：三鷹市社会福祉協議会

お問合せ：✉ terakoya3new@gmail.com



参加希望の方は8月31日(月)までに上記メールに

①会場参加、② Zoom で参加のどちらかを選んでお申込みください。

Zoomでご参加の方に招待メールをお送りいたします。

地域のサロン活動資金を助成します！

これから立ち上げる活動も対象となります。

【対象】次のすべてに該当する自主グループ(1)市内で月1回以上、サロンや居場所づくり(参加者3人以上)をとおして誰でも参加可能な地域住民の交流を目的とした活動を行っている、(2)他の団体・機関から活動の助成を受けていない、(3)前年度からの繰越金が1万円を超えない。また、当該年度の収入額の合計が本助成金を除いて15万円を超えない、(4)政治・宗教・営利目的でないこと

◆助成額 1団体につき10,000円

(交付後、活動報告書などを提出)

【申込】9月14日(月)～10月16日(金)上限20団体

(20団体を超える申請があった場合は初めて申請する団体及び前年度の抽選で外れた団体を優先とし、それ以外の団体は抽選。上限に達しなかった場合は11月2日(月)より先着順)申請書・事業計画書(三鷹市社会福祉協議会ホームページ<https://www.mitakashakyo.or.jp/>から入手可)をみたかボランティアセンター(上連雀8-3-10上連雀分庁舎1F)へ

【詳細はこちらから】

【問い合わせ】みたかボランティアセンター

☎ 0422-76-1271



令和8年度ボランティア実践講座 点字講習会

視覚に障がいがある方にとって、触る文字である点字は、生活をしていく上で情報を得るための大切なツールです。この講座では、視覚障がいについて知識を深めるとともに、点字を基礎から丁寧に学ぶことができます。

■日時：10月2日(金)～12月11日(金)毎週金曜日

全10回 ※12月11日(金)は予備日

■時間：午前10時～12時

■会場：みたかボランティアセンター2階会議室3・4

■対象：点字を学びたい方、点訳ボランティアに関心のある方(市内在住・在勤・在学・在活動者優先)。原則として全回出席できる方。

■参加費：3,350円(社協会員3,150円)

■定員：20名(先着順)

■申込方法：9月18日(金)までに電話・FAX・メール又は申込専用フォームでお申込みください。

■お問い合わせ：みたかボランティアセンター

☎ 0422-76-1271

Fax 0422-76-1273

✉ chiiki@mitakashakyo.or.jp

【詳細はこちらから】



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。



2026年
9月号

ミニミニ

広場

No.441 2026.8.20

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

第17期 地域福祉 ファシリテーター 養成講座

地域福祉ファシリテーターとは？

住民の立場から、地域の福祉課題や地域の中で支援を必要としている人を発見し、自らが持つ能力や人脈、社会資源を生かしながら、中立の立場で協働を促進する、協創を支援する人々のことを指します。



ルーテル学院大学の先生が、地域福祉ファシリテーターの役割と地域福祉の課題をわかりやすく講義し、グループワークを通してニーズを満たすための活動へつなげていきます。

日時 【全9回+フィールドワーク1回程度】

10月1日(木)～12月3日(木)13時20分～16時20分

〈オリエンテーション 9月24日(木)15時30分～16時30分

みたかボランティアセンター(三鷹市上連雀8-3-10三鷹市上連雀分庁舎)〉

場所 ルーテル学院大学(三鷹市大沢3-10-20)

対象 在勤・在学を含む市民で、ボランティア活動・市民活動などを行っている方、これから始めたい方

内容 地域福祉ファシリテーターの役割／福祉課題を見つけるグループワーク
新しい支え合い活動の企画およびプレゼンテーション 等
(ホームページに詳細あり)

主催 ルーテル学院大学、三鷹市、武蔵野市、小金井市、調布市と各市の社会福祉協議会

料金 無料

定員 12名(申込み多数の場合は抽選)

申込 9月4日(金)までに所定の申込用紙か
申込フォームよりお申し込みください。

※申込用紙はホームページより印刷できます。

問い合わせ 三鷹市社会福祉協議会

地域福祉推進課地域福祉推進係

☎ 0422-76-1271

✉ chiiki@mitakashakyo.or.jp



【詳細はこちらHPから】



ボランティア連絡協議会からのお知らせ

☆ふろしき市 9月26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 9月 7 日(月) 開始 ☎0422-76-1271まで

★世話人会 9月26日(土) 13時～ ボランティアセンター2階(上連雀8-3-10)

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

◆本(幼児書から一般書) ◆ベーゴマ 10セット ◆DVD(アニメ以外なら何でも) ◆麻雀牌 3セット

◆麻雀卓または90cm×90cm程度の正方形のテーブル 3セット



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

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](https://www.mitakashakyo.or.jp/vc/volunteer_recruit)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
高齢者向け麻雀教室の管理・指導サポート	シルバーピア談話室内 下連雀 7-10-5 1階談話室	毎週水曜日 14時～16時30分	性別年齢不問、麻雀の知識がある人、ご都合の良い日程でご参加ください
①AMお茶入れ・配膳・下膳 ②PMお茶入れ・傾聴 ③コーヒー淹れ ④AM活動補助 ⑤PM活動補助	弘済ケアセンター 下連雀 5-2-5	①11時10分～12時30分 ②14時15分～16時15分 ③12時～13時 ④10時15分～11時30分 ⑤13時20分～14時40分 ※①～⑤は月曜日～土曜日まで	性別年齢不問、④⑤については車いすを押す体力のある方歓迎、高齢者施設のためマスクの着用をお願いします
将棋、麻雀、オセロ、習字、ものづくり、傾聴、散歩の付き添い	グループホームもえぎ三鷹 上連雀 上連雀5-28-3	14時～16時 1週間に1回程度	性別年齢不問、親子参加可
うたごえ喫茶のお手伝い	けやき苑食堂 深大寺 2-29-13	第3金曜日 14時～	性別年齢不問、親子参加可

子ども

内 容	場 所	日 時	備 考
NEW! (三鷹市西多世代交流センター)ハロウィンパーティー開催中、 ①臨時駐輪場の整理作業 ②指定エリアにて参加する小学生達の安全確保	三鷹市西多世代交流センター周辺 深大寺 2丁目エリア	10月28日(水) 13時～16時30分	性別不問、大学生以上、子どもが好きで体力がある方、最初から最後まで(13時～16時30分)参加できる方
子どもたちが安全に楽しく過ごせるように見守りや活動補助を行う	地域子どもクラブ 七小あそびバナナ 上連雀 7-7-7	平日： 1年生の下校後～17時 学校の振替休業日と夏季長期休業中：9時～17時	性別不問、高校生以上、子どもたちと楽しく関われる方、未経験・学生の方歓迎
利用者の保育、保育士の補助、掃除、片付け 等	うれしい保育園三鷹中原 中原 3-2-1	月曜日～金曜日の平日(祝日除く) 9時30分～16時の間で 2時間以上	性別不問、中学生以上、保育経験がある方または保育の仕事に興味を持っている方、子どもへの理解があり丁寧に关われる方
保育体験と雑務	椎の実子供の家 大沢 4-8-8	月曜日～金曜日(祝日除く) 9時～15時	性別不問、中学生以上、明るく・思いやりのある方
子ども(主に小学生)のあそび相手、環境整備、教材準備、学習支援 等	三鷹市東多世代交流センター 牟礼 2-13-19	月曜日～土曜日(祝日・年末年始除く) 13時～17時	性別不問、中学生以上、子どもが好きな方、子どもとあそぶ体力のある方、大学生・一般の方は火・水の17時～19時の間、中高生向けの学習支援もあり

障がい

内 容	場 所	日 時	備 考
NEW! (NPO法人アダプティブワールド) 障害児へのマンツーマンのスポーツ個別指導 (水泳・マラソン大歓迎)	近郊の公園やプール等施設	主に週末 1～2時間程度	性別不問、大学生～60歳、運動やスポーツ等を動かすのが好きな方、子どもと関わるのが好きな方、安全に配慮しながら活動に参加できる方、交通費支給(上限あり)
(認定NPO法人トラッソ) 知的・発達障がい児者の余暇活動のサポート(サッカー)	①SUBARU総合スポーツセンター サブアリーナ 新川 6-37-1 地下1階 ②府中けやきの森学園 グラウンド 府中市朝日町 3-14-1 ③電気通信大学 体育館 調布市調布ヶ丘 1-5-1	①毎週木曜日 18時10分～19時40分 ②月2～3回土曜日 13時10分～14時30分 ③月1回日曜日 9時30分～11時	性別不問、高校生以上、親子参加可、健康であればOK、運動が苦手でもOK、サッカーできなくてもOK、複数回参加の方には交通費支給
障がいのある利用者の見守りやレクリエーション、散歩などの活動を職員と一緒にを行う	NPO法人なかよし会すきっぷ 牟礼 3-8-19	平日 10時～16時	性別不問、大学生以上60代まで、交通費支給、元気で健康な方、平均年齢28歳と若い方がたくさんいる障がい者施設です

その他

内 容	場 所	日 時	備 考
NEW! おもちゃの病院、料理教室、催事等(いずれは会報の制作、事務処理)	三鷹市消費者活動センター 下連雀 3-22-7	月に1～2回程度	性別不問、大学生以上
NEW! (三鷹おとな平和部) 映画『ひめゆり』上映会 コンサートスタッフ (受付、会場案内、ステージ運営)	三鷹市公会堂 光のホール 野崎 1-1-1	10月24日(土) 12時～17時	性別不問、中高生歓迎、親子参加可、10名募集
(三鷹おとな平和部) 映画『ひめゆり』上映会 ①車いすの方のフォロー ②全盲の方のフォロー	三鷹市公会堂 光のホール 野崎 1-1-1	10月24日(土) 12時～17時	性別年齢不問、親子参加可、6名募集
広報誌『ミニミニ広場』の配達	①北野 1・3・4丁目 …約15件 ②上連雀 1・2・3丁目 …約40件 ③上連雀 4・5丁目 …約30件 ④下連雀 3・4丁目 …約50件 ⑤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！