Volunteer Information 日野

ボランティア
インフォメーション

3
2021年3月号
日野市ボランティアセンター

市民活動ムービーカタログ完成しました!!

今年の「市民フェア」は動画でギュッと
ボランティア・市民活動が分かる!
まずはQRコードを読み込んでみよう!

裏面は、コロナ禍で頑張ってる飲食店を応援!!

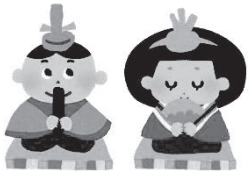
市民活動ムービーカタログは、まちづくり市民フェア2020公式YouTubeチャンネルからご覧いただけます。

【カタログ配布場所】

ひの市民活動支援センター
（日野市日野1369-27）
日野市ボランティア・センター
（日野市日野本町7-5-23中央福祉センター内）

ボランティア募集情報

2021年3月現在、新型コロナウイルス感染拡大予防のため
すぐにはご紹介できない施設が多数あります。
活動可能な施設につきましては、
ボランティアセンター(☎＝042-582-2318)までお問合せください。
※活動時は「マスク着用」「体温測定」「手指のアルコール消毒」を忘れずに♪



高齢者に関わる活動

ゆったり過ごそう♪
デイサービスあすなろ／百草
（3月号まで掲載）2019-271
高齢の方が日中通う施設です
◎利用者のお話し相手
◎トランプのお相手
日時：月～金のいずれか
12：30～1時間程度

毎日の暮らしに彩りを！
マザアス多摩川苑／万願寺
（3月号まで掲載）2019-255
高齢の方が日中通う施設です
◎園芸活動の手伝い
日時：第3土曜 13：45～15：00

のんびりお話しませんか
スタジオアクオ／百草
（3月号まで掲載）2019-268,269
高齢の方が日中通う施設です
◎利用者のお話し相手
日時：月・水・金 11：00～12：00
もしくは 15：00～16：00
◎囲碁のお相手
日時：月・金 15：00～16：00

歴史について語り合おう！
小規模さかえまち／栄町
（3月号まで掲載）2019-209
高齢の方が通いや生活をする施設です
◎歴史好きな利用者の話し相手
日時：月曜日 10：30～11：30
もしくは 14：00～15：00

昨年できた新しい施設です
花子／多摩平
（3月号まで掲載）2019-091 他
高齢の方が通いや生活をする施設です
◎食事配膳等の補助
◎シーツ交換
◎利用者の話し相手
◎手芸の指導
日時：曜日・時間帯応相談

趣味を生かすチャンス！
サルビア／万願寺
（3月号まで掲載）2019-284～286
高齢の方が通いや生活する施設です
◎利用者のお話し相手
◎囲碁のお相手
◎将棋のお相手
日時：応相談

障害児・者に関わる活動

得意を生かしましょう！
やまばと／旭が丘
（3月号まで掲載）2020-005,006
知的・発達障害のある方が
日中通う施設です
◎オセロの相手
日時：木曜日　9:30～11:30
◎手芸の簡単な指導
日時：木曜日　午前、水曜日　午後

歴史ある施設です
光の家／旭が丘
（3月号まで掲載）2019-005,006
視覚障害のある方が生活する施設です
光の家就労ホーム／旭が丘
知的障害のある方が働く施設です
◎日中活動の補助・作業補助
日時：曜日・時間帯応相談

その他の活動

貴重な文化財を守ろう！
小島善太郎記念館／百草
（3月号まで掲載）2020-002
画家小島善太郎が晩年を過ごした
居宅や作品を展示する記念館です
◎記念館の清掃・除草など
（落ち葉の清掃や木々の剪定作業）
日時：開館日（土日祝日）以外

Zoom

好評につき3月も開催！！

無料

おうち DE 体幹トレーニング

子どもから大人まで楽しみながら体幹トレーニングをしませんか！コロナ感染拡大の影響で、学校の部活やクラブ活動の自粛が続いているので家で体を鍛えましょう！

トレーナー
高柳 渉

こんな感じで
撮影してます♪

毎週 月 曜日 10：00～10：30
毎週 水 曜日 18：00～18：30

※３月末まで開催予定

【内　容】おうちでできる体幹トレーニング
【会　場】オンライン（Ｚｏｏｍ）
【定　員】各回２０人（先着順）
【参加費】無料
【対　象】小学生から大人までどなたでも！
パソコン・スマートフォン・タブレットでご参加いただけます！

LINE 友だち追加

↑公式ラインの登録はこちらから！

↑申込QRコード

★参加方法★
スポーツクラブ for LIFE 日野の「公式ライン」「メール」「QRコード」のいずれかで
①氏名 ②住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤参加希望曜日（月曜or水曜）をお知らせください。
【メール】forlifehino@gmail.com

ひの健幸貯筋体操サポーター養成講習
参加者募集中

「ひの健幸貯筋体操」は、日野市が推進する自主的な介護予防を目的とした高齢者向けの筋力トレーニングです。
　サポーターは体操を行うグループに対し、楽しく継続できるよう、実際の体操での補助や体力測定会のお手伝いなどを行います。

開催日
3/31（水）

13:30～16:30

日野市立中央福祉センター内
集会室１・２
（日野市日野本町7-5-23）

講　師：免田 伸子 氏・本間　義崇 氏
（理学療法士）
持ち物：飲み物、汗拭きタオル
※動きやすい服装でお越しください
申込み：お電話で　先着１０名

★内容★
①介護予防講座
②ひの筋体操説明
③体力測定説明

【申込み・お問合せ】
日野市社会福祉協議会　地域支援係　TEL＝042-584-1294

Zoomまたは会場

おうち DE チャレンジ

無料

まち記者講座

わがまち日野の人・場所・イベントを紹介するサイト
「Hi Know!」の「**まち記者（市民記者）**」になりませんか？
今回は、魅力的な写真の撮り方、文章の書き方を学びます♪

【日　時】**3月12日（金）14：00～16：00**
【方　法】オンライン（Zoom）または会場（会場は先着5人）
【会　場】中央福祉センター（日野市日野本町7-5-23）
【内　容】**①写真の撮り方を学ぼう**
②文章の書き方を学ぼう
③記事を書いて発信しよう
【持ち物】会場参加の方は「カメラ」「パソコン」（あれば）

【講 師】
大池 昴之 氏
（有限会社大池デザイン）

★ お申込★
ボランティアセンターまで「電話」「メール」「QRコード」にて
①氏名　②電話番号　③参加方法（会場／オンライン）をお知らせください。
メール＝hino-vc@hinosuke.org　TEL＝042-582-2318

まずは ひのぅ で検索！

お申込は
こちら☆

おうちで作る

おうち DE ボランティア

無料

ホスピタルアートを作ろう！「春」編

スウェーデンをはじめ世界各国で取り組まれている「ホスピタルアート」。
病院や高齢者施設をアート作品で彩り、患者さんや家族、働く人の心の癒しにつなげます。
今月も、日野市万願寺の高齢者施設「介護老人保健施設ロベリア」に飾る「春」の作品を
募集します！おうちでゆったりのんびり、心温まる贈り物を作ってみませんか♪

１２月～２月にご協力くださった皆さま、ありがとうございました！！

【募集期間】**３月１日（月）～３月３１日（水）**
【募集内容】折り紙や布で作成した「**春（３～５月）**」の作品、お一人２０点まで
【送付方法】下記窓口へ持込みまたは郵送（※ロベリアへの直接持込み・郵送は不可）
【受付窓口】①日野市ボランティア・センター（〒191-0011日野市日野本町7-5-23 中央福祉センター内）
②日野市社会福祉協議会 高幡事務所（〒191-0031日野市高幡1011 福祉支援センター内）
【お問合せ】日野市ボランティア・センター（TEL＝042-582-2318）

Zoomまたは会場

６５歳以上の方、限定！！

無料

介護サポーター説明会

市内の**高齢者施設**でボランティア活動を行うとポイントが貯まり、
集めたポイントを交付金（年間最大6,000円）と交換できる日野市の制度。
コロナが落ち着いたらすぐに活動できるよう、今から登録しておきませんか？

【日　時】**3月29日（月）14：00～15：00**
【方　法】オンライン（Zoom）または会場（会場は先着5人）
【会　場】中央福祉センター（日野市日野本町7-5-23）
【内　容】①介護サポーター制度の説明　②相談タイム
【対　象】日野市内在住の６５歳以上の方

【ミーティングID】
931 2618 1629
【パスコード】
3311

活動内容

■マージャン・囲碁・将棋のお相手　■話し相手・傾聴　■お茶出し
■音楽演奏　■ダンスの披露　■マジックの披露　■ドライヤーかけ　など

★お申込★（会場希望者のみ。Zoom希望者は不要）
ボランティアセンターまで「電話」「メール」にて、①氏名 ②電話番号 をお知らせください。
TEL＝042-582-2318　メール＝hino-vc@hinosuke.org

Zoomまたは会場

おうち DE まなぶ オンライン

無料

オンライン（Zoom）おためし講座

「Zoom（ズーム）」とはパソコンやスマートフォンで簡単につながるテレビ電話機能のこと。会議に参加したり、講座を受けたり、遠く離れた家族や友人と話したり、とっても便利！この機会に覚えてみませんか？

入門 編

3月15日（月）
3月22日（月）
14：00～15：00

Zoomをはじめて使う人にオススメ！
Zoomの基本的な使い方をわかりやすくご説明します！（会場は先着５人）

ステップアップ 編

3月17日（水）
3月25日（木）
14：00～15：00

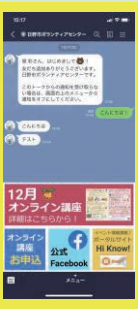
Zoom会議を主催したい人、一歩進んだテクニックを身に着けたい方に！（会場は先着５人）

【参加方法】
Zoomまたは会場
【会場】
中央福祉センター
（日野本町7-5-23）

★お申込★
ボランティアセンターまで「メール」または「QRコード」にて、①氏名 ②電話番号 ③希望日時 ④使用機器（PC／スマホ／タブレット）をお知らせください。※会場参加は「電話」申込も可
メール＝hino-vc@hinosuke.org　　TEL＝０４２－５８２－２３１８

日野市ボランティア・センター LINE公式アカウント始めました！

月1～2回、オンライン講座の情報やボランティア情報をお届け！
ボランティア相談も承ります！
友達登録はこちらから♪　→



ボランティア・市民活動団体の皆様
オンラインサポート承ります！
「Zoomで会議・発表したい」
「PR動画を作ってみたい」
お気軽にボラセンにご相談を！
☎ ０４２－５８２－２３１８
✉ hino-vc@hinosuke.org

YouTube　おうち DE　ボランティア　無料

楽しくつくろう！新聞紙エコバッグ

【エコバッグボランティアは簡単２ステップ！】

① 新聞紙エコバッグを作る　② 寄付する

用意するもの　→　「新聞紙」「はさみ」「のり」

お預かりしたエコバッグは、七ツ塚ファーマーズセンター販売所のお買い物袋として活用されます♪

つくり方は YouTube で配信中☆

【こんな方にオススメ！】

・新型コロナウイルス感染拡大で外出を控えている方
・在宅ワークでおうちにいることが増えた方
・お子さんと一緒に楽しみながらボランティアをしたい方
・折り紙や手作業が好きな方
・環境を守る活動に関心のある方

★ エコバック寄付受取り窓口 ★

① 市民サポートセンター日野／多摩平２－９ 多摩平の森ふれあい館２階
② 日野市社会福祉協議会（日野事務所）／日野本町７－５－２３中央福祉センター内１階
③ 日野市社会福祉協議会（高幡事務所）／日野市高幡１０１１福祉支援センター内２階

◆ 助成情報 ◆

事業・団体名	募集日程	助成対象分野	送付及び問合せ先
【NHK厚生文化事業団】第33回 地域福祉を支援する「わかば基金」	2021年 3月30日（火）必着	① **支援金部門** ・国内にある一定の地域に福祉活動の拠点を設け、この支援金でより活動を広げたいというグループ。 ② **災害復興支援部門** ・東日本大震災以降に激甚災害指定を受けた自然災害の被災地に拠点活動があり、福祉活動を通してその地域の復旧、復興をすすめているグループ。 ・被災地に必要な新たな福祉活動を展開したい、と考えているグループ。 ③ **リサイクルパソコン部門** ・パソコンを利用して地域で活発な福祉活動に取り組んでおり、台数を増やすことで、より高齢者や障がい者に役立ち、活動の充実を図れるグループ。	〒150-0041 東京都渋谷区神南1-4-1 NHK厚生文化事業団 「わかば基金」係 TEL：03-3476-5955
【公益財団法人 太陽生命厚生財団】新型コロナウイルスに関する事業助成	2021年 3月31日（水）必着	社会福祉の向上のため、地域に根ざした地道な活動を行う団体に助成する。 **◆A.福祉事業を行うに際し、以下のような感染症対策の費用** 防護服やマスク、消毒液の購入 飛沫防止用アクリル板設置などの設備、感染症対策機器の購入 感染症対策としてのPCR検査受診 感染者が発生した場合の対策　など **◆B.コロナ禍により経済的にお困りの高齢者や障がい者、児童等に対して福祉事業を行うための必要な費用**（2022年3月末までに完了するもの）	〒143-0016 東京都大田区大森北1-17-4 太陽生命大森ビル 公益財団法人 太陽生命厚生財団 事務局 TEL・FAX：03-6674-1217

ボランティア瓦版

切手・カード・ペットボトルキャップのご提供ありがとうございます

アイワジャパン、阿川サイクルセンター、秋間ボーリング商会、あしなが育英会、石坂ファームハウス、伊勢屋呉服店、カメラの市川伊東秀章、いわき海星高校野球部応援団日野支部、インド食堂アンジュナ、落川交流センターほたるの里、学朋日本語学校、鮮魚魚久川久保静枝、北澤瑠璃子、グループホームしらかば、久和の美会、珈琲ハウスあんず村、小島善太郎記念館、相模原市宮崎会計事務所さいたま市大信工業、桜が丘記念病院、清水工房摺籃社、下田郵便局、潤徳小学校 30 年卒業組、食品の店おおた、神具仏具かどや食事処千寿庵、聖光学院高校野球部応援団日野支部、大安整骨院、たまご屋、駄菓子はしもと、高幡不動尊、高幡まんじゅう松盛堂寿司正、滝瀬米店百草店、立川市岩本でんき、平商事、多摩平リフォームのハウスコート、中央大学、中央大学学友会体育部南平寮中央大学 OB 八日クラブ、中央大学ボランティアセンター、デイサービス・ツクイ日野、手打蕎麦・むら岡、東新観光、日野北郵便局とうふ処三河屋高幡本店、とうふ処三河屋万願寺店、東京グローバル日本語学校、東邦歯科医療専門学校、都立二商 36 年 1 組同期会都立二商硬式野球部又達会、中島寝具店、七生中学校 OB 平潤会、七生中学校 OB 平潤会 V・C、七生中学校出水先生 33 年絵画部有志都立二商排球部、七生中学校同窓会、ネッツトヨタ日野バイパス店、パティスリードウシェフフジウ、馬場冨枝、パン工房ＨＡＮＡ八王子玉泉寺、日野自動車 36 ぼたん会、日野自動車販友会、日野市障害福祉課・七生支所、ひの写真散歩（游游）、日野神明郵便局日野台郵便局、平山小学校 30 年卒業組、平山台文化スポーツクラブ、フルーツみすみ、町田市笠間吉之助、町田市菓舗中野屋堀内ふとん店、マジオドライバーズスクール多摩校、三沢町久富歯科、南観光交通、南平冨士屋洋品店、南平緑と水のネットワーク麦倉眼科、明星大学ボランティアセンター、百草食品、森久保クリニック、八重山商工高校野球部応援団日野支部、湯沢福祉センターやきとり・よっちゃん、焼肉彩苑モランボン、薬局しらい、山田哲美、柚木農場、豊かな里、洋菓子マロニエ、リヴェージュ百草園レストラン木馬、和菓子の季よせ

（順不同敬称略。法人格等も省略させていただいております。対象期間：2021 年 1 月 1 日～1 月 31 日）

本紙を置いてくださっている配布協力店一覧

● きなせ屋　● cafe シェ-ヌ　● うの花亭　● 豆富処 三河屋　● イマイドラッグダイユ- 南平店　● 一品料理 大関
○ サカエヤ茶楼　○ スローワールドおちかわ屋　○ 炭火焼肉しろやま　○ Bakery Poco a poco　○ 多摩バ-ドクリニック
● 焼肉 幸楽園　● 麒麟坊　● 物集女　● クレープの店 ちゃとらん旭が丘店　● うなぎ藤田　● バーゼル豊田店
○ イタリアンワインバーフレスコ　○ リストランテ ピッコロレガーロ　○ 定食みつはし　○ KUPLI　○ レストラン木馬
● 百草食品　● 高幡まんじゅう松盛堂　● 阿川サイクルセンター　● パン工房HANA　● 鮮魚魚久　● 寿司正
○ パティスリー・ドゥ・シェフ・フジウ　○ 珈琲ハウス あんず村　○ こだわりシチューのお店「長屋」　○ やきとり「よっちゃん」
● 手打蕎麦・むら岡　● インド食堂アンジュナ　● コミュニティカフェ はっぴーらいふ　● Canaan　● ふれあいの森
○ サロン・ド・ハーモニー　○ マジオドライバーズスクール多摩校　○ リサイクルショップ「ハートリボン」　○ カフェ平山台
● パンの店あおいとり　● 鮨千　● スーパーアルプス（日野店・南平店）　● コープみらい（日野豸駅前店・高倉店）
○ いなげや（日野万願寺駅前店）　○ 食品の店おおた（多摩平店・神明店）　○ ヤオコー日野南平店　○ SAP日野店
● フーズマーケットさえき多摩平の森店　● 割烹「よこ坂」

ペットボトルキャップリサイクル活動報告

2021年1月7日 ～ 2021年2月12日分

重さ 約335,70kg（約144.351個）ワクチン合計 約111人分になりました。

ワクチンの種類＜ポリオ・MMR・BCG・MR・DPT＞

※お願い（1）リサイクルの対象となるのは、ペットボトルキャップまたはプラスチック素材のキャップです。それぞれ別の袋に分別してください。
（2）汚れているキャップは、軽くゆすいでよく乾かしてからお持ちください。
（3）活動に参加する際は、ペットボトルキャップの3R(リデュース＝減らす、ﾘﾕｰｽ＝再使用、ﾘｻｲｸﾙ＝再資源化)にご協力ください。

◆ 日野市ボランティア・センター（ 日野市日野本町 7-5-23 ☎ 042-582-2318 ）
◆ 日野市社会福祉協議会・高幡事務所（ 日野市高幡 1011 ☎ 042-591-1561 ）

≪発 行≫ 社会福祉法人 日野市社会福祉協議会 日野市ボランティア・センター 〒191-0011 日野市日野本町 7-5-23 中央福祉センター内
TEL＝042-582-2318 FAX＝042-582-0082 メール＝hino-vc@hinosuke.org ※QR コードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。

まちづくり人 コラムリレー

誰もが住みやすい豊かなまちを目指して、日野市内外で輝く「まちづくり人」を紹介します。
あなたもきっと「まちづくり人」！

まちづくり人プロジェクト 委員

福原 冬彦さん

元 日野市立豊田小学校 教員

私はこれまで、子どもたちの「地域の中での学び」を研究してきました。教室の中の授業ではできない実体験をしてほしいからです。

地域に飛び出して人と関わったり、ボランティアをしたりすることで、子どもたちに変化が見られました。たとえば、学級崩壊をしていたクラスの児童たちは、お年寄りのゴミ出しを何年間も手伝うようになりました。

「池の水をきれいにしたい」と思った児童たちは、住民を説得して2年間かけて池をきれいにしました。

当初は、地域での学習に反対の声もありましたが、活動を続けて徐々に脚光を浴びるようになりました。

私は、子どもたちが地域での学びによって「自分も人も幸せにできる学力」を身に付けてほしいと願っています。

まちづくり人プロジェクト 委員

大村 佳代子さん

日野市民生・児童委員

皆さんはお住まいの地域を担当している民生委員・児童委員さんをご存知ですか？地域のあらゆる福祉をサポートし、関係機関につないでいくパイプ役を担うのが民生・児童委員です。

「できるタイミングで誰かにお返しすればいいんだよ」。未熟で助けてもらってばかりだった私に幼稚園の友達がかけてくれた言葉を大切にしながら、私自身活動をしています。

誰かに助けられ、誰かのお手伝いをし、そしてまた誰かに助けられて生きていく。そんなことを日々感じています。皆さんの身近には、経験を積み長く地域で活動している民生・児童委員さんがいることをぜひ知っていただけたらと思います。

もっとも私自身は2年目の新米でまだまだ勉強中ですが…。

「まちづくり人プロジェクト」が進んでいます！

約20人の委員と2018年にスタートした「まちづくり人プロジェクト」。市民が気軽に集うオープンな対話の場づくりや、当事者の想いや声の発信を通して、市民一人一人が自由に楽しみながら「まちづくり人」として活躍する社会、多様な人々が共生する社会を目指します。今後の企画をお楽しみに！

編＊集＊後＊記

最近「おうちヨガ」に挑戦中！YouTubeで先生のお手本を見ながら「肩こりに効くヨガ」「むくみに効くヨガ」「快眠ヨガ」などその日の身体の調子に合わせてプログラムを選びます。YouTubeはいつでも好きなときにできるのが魅力ですが、その分さぼってしまいがち。Zoomの講座も参加してみようかな…（堤 彩）

新型コロナウイルス感染拡大が騒がれて一年が経過しました。生活は一変して行動を自粛することを余儀なくされています。ボランティア活動も大きな影響を受けており、ボランティアさんに来てもらうことを楽しみにしてくれている人のところに活動に行けません…もう少しの辛抱だと信じて我慢我慢（宮崎雅也）