

# Volunteer Information 日野

ボランティア  
インフォメーション

1

2022年1月号  
日野市ボラン  
ティアセンター

●「あなたに会いに来たよ」の一言を心待ちにしている人がいます●

一週間ぶりに  
人と話したよ。



お！今日も  
来てくれたのか！



歴史の話は  
お好きかな？



学生時代は  
釣りにハマってたね。



庭のお花、綺麗なの。  
よかったら見て行って。



久しぶりのお客様！  
はりきっちゃうわね。



あら！奥さん！  
待ってたよ～！



あなたのおかげで  
ちょっと元気出たわ。

## 傾聴ボランティア入門講座「りっすん」

### — Program —

- 2月 3日 (木) 傾聴の基本
- 2月10日 (木) 高齢者の理解
- 2月17日 (木) 認知症の理解
- 2月24日 (木) 心の病の理解
- 全4回 13:30～16:00

相手の心にそっと寄り添う「聴く力」が身につく講座。家族や友人との会話、ご近所付き合いにも役立ちます。受講後は、高齢者施設や個人宅でお話に耳を傾ける「傾聴ボランティア」としても活動できます。まずは気軽に、学んでみませんか。

- 【会場】中央福祉センター（日野本町7-5-23）または Zoom
- 【講師】宮本 芳恵 氏（介護老人保健施設ロベリア 看護長）他
- 【定員】会場 30人・Zoom 30人（いずれも先着順）
- 【対象】日野市在住・在勤・在学で全4回受講できる方を優先
- 【参加費】3,000円 ※全4回修了者には「修了証」を発行します

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  
MAIL=hino-vc@hinosuke.org

申込用QR



【申込方法】

メール/FAX/QRコードにて  
氏名・ふりがな・年齢・住所・電話番号  
参加方法（会場/Zoom）・受講動機を記入

# ボランティア募集情報

## ◆ 気になる活動をみつけたら ◆

- ① 「電話」または「窓口」にて、ボランティアセンターにご相談ください。  
☎=042-582-2318 窓口=日野本町 7-5-23 中央福祉センター内
- ② 活動先を「見学」し、活動先の担当者から「説明」を聞きます。
- ③ お互いの希望が折り合えば、次回から活動スタートです！



## 高齢者に関わる活動

1月現在も大募集！  
福祉カフェ・  
リハビリサロン／日野本町  
(1月号まで掲載)  
高齢の方が日中通う施設です  
◎ 昼食後の食器洗い  
【日時】月・水・木  
12:30～1時間程度

### 高齢者施設における ボランティア募集状況について

2022年1月現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入所型の施設を中心に、市内の多くの施設がボランティアの受入を休止しています。募集が再開次第、本紙でもご案内をさせていただきます。お楽しみに！



## 障がいのある人に関わる活動

好きな活動が選べます！  
やまばと／旭が丘  
(1月号まで掲載)  
知的・発達障害のある方が  
日中通う施設です  
◎個別活動(書道・手芸など)  
(第2・3水曜PM、第3木曜AM)  
◎おやつ作り(第1水曜PM)  
◎散歩の付き添い(第2木曜AM)

ボランティア仲間多数！  
(1月号まで掲載)  
①光の家／旭が丘  
視覚障害のある方が生活する施設です  
②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

元気いっぱい遊ぼう！  
障害児放課後クラブ／平山  
(1月号まで掲載)  
知的・発達障害のあるお子さんが  
放課後の時間を過ごす居場所です  
◎利用児童の遊び相手  
【日時】月～金のいずれか  
14:00～17:00

## ボランティアセンターでできる活動

### 使用済み切手整理



使用済み切手をハサミで切り取り、種類ごとに仕分けるボランティアです。

- ◆ マルスの会:毎週火曜日 10:30～12:00
- ◆ 水曜サロン:毎週水曜日 13:30～15:00

### 折り紙細工



季節にちなんだ折り紙作品を折り、手作りハガキに飾り付けます。

- ◆ たまたまこ  
第1・3火曜日 10:00～12:00

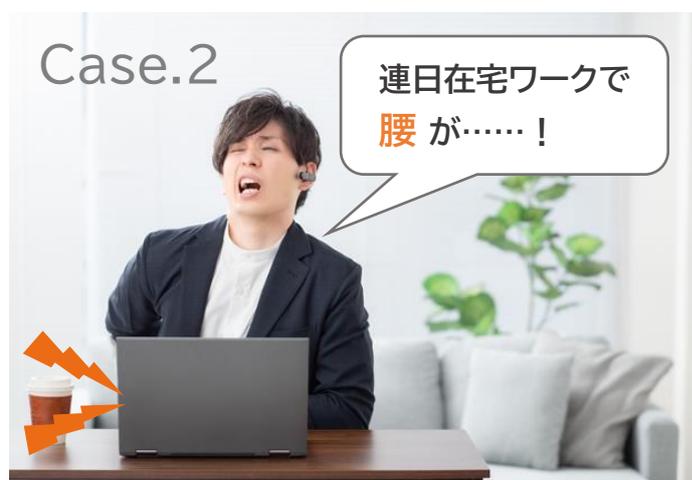
### 手芸



作品をバザーで販売し売上を寄付したり依頼を受けて繻い物をする活動です。

- ◆ はなみずき  
第1・3月曜日 13:30～15:00

# 東洋医学 から学ぶ セルフケア 講座



そのお悩み、  
「東洋医学」に  
お任せを！

講師 木村一恵氏  
(なかたの森鍼灸整骨院)

1月27日(木曜日)  
14:00~15:30

会場 中央福祉センター (日野本町7-5-23)  
および Zoom

定員 会場20人 Zoom50人 (いずれも先着順)

★お申込★

電話・メール・QRコードにて「氏名」「電話番号」「参加方法(会場/Zoom)」をお知らせください。  
日野市ボランティア・センター TEL=042-582-2318 メール=hino-vc@hinosuke.org



おうちで作る

おうち DE ボランティア



## 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、すてきな贈り物を作ってみませんか♪



春の花



入学式



イースター など

何を  
作ろうかな…？



- 【募集内容】 折り紙・布・毛糸で作成した「冬(3~4月)」の作品、お一人10点まで
- 【送付方法】 下記窓口へ「郵送」(※コロナ対策のため施設への直接の持込はご遠慮ください)
- 【郵送先】 介護老人保健施設ロベリア (〒191-0024日野市万願寺1-13-4)
- 【問合せ】 日野市ボランティア・センター (TEL=042-582-2318)

# スマホ個別相談会 参加者募集!

こんな質問にお答えします!

- ▶ 電話ってどうかけるの?
- ▶ 文字の入力方法を教えて
- ▶ メールを送りたい
- ▶ 写真を上手に撮りたい
- ▶ 地図の見方を知りたい
- ▶ LINEを始めてみたい
- ▶ PayPayに興味がある

2月14日(月)  
3月14日(月)  
13:30~15:00

地域のボランティア  
「スマホお助け隊」が  
1対1でお手伝いします♪

【会場】  
中央福祉センター (日野本町7-5-23)

- ・ 無料
- ・ 完全予約制 (お電話にてご予約ください)
- ・ お一人30分まで
- ・ 一回の開催につき10人まで



【お申込】 日野市ボランティア・センター TEL=042-582-2318 メール=hino-vc@hinosuke.org

## スマホサロン「ぽちぽち」

個別相談会と同日・同会場で開催!



「個別相談会」は満員で入れない...  
でも、誰かに相談したい...! そんなあなたに!  
「個別」ではありませんが、  
2~3人のボランティアスタッフが、  
集まったみなさんのスマホのお悩みにお答えします!  
参加費・申込は不要!  
13:30~15:00の間にお気軽にお立ち寄りください♪

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、とっても便利! この機会に覚えてみませんか?



入門編



ステップアップ編

1月21日(金) 10:00~11:30

Zoomをはじめて使う人にオススメ!  
Zoomの基本的な使い方をご説明します!  
【参加方法】 Zoomまたは会場 (会場は先着5人)  
【会場】 中央福祉センター (日野本町7-5-23)



1月26日(木) 10:00~11:30

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!  
【参加方法】 自宅または職場からZoomで参加  
※会場開催はありません

### ★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



申込用QR

### Zoom接続テスト

【日時】 毎週月曜 10:00~10:30  
【ミーティングID】 929 8000 0990  
【パスワード】 12345

# 自治会・サロンで 「スマホ講座」を開催しませんか！？



## ①選べる講義内容！

- ・スマホ操作の基本
- ・LINEの使い方
- ・電子マネーの使い方 など

## ②選べる講義形態！

- ・みんなで学ぶ（集団講義）
- ・ひとりずつ学ぶ（個別相談）

## ③費用は無料！

開催できる回数に  
限りがあるため  
まずはご相談ください。

## ④充実したスタッフ体制！

社会福祉協議会・株式会社アミュー  
スマホお助け隊（ボランティア）が  
みなさまの学びをサポートします！



【申込・問合せ】日野市ボランティア・センター  
TEL = 042-582-2318 メール = hino-vc@hinosuke.org

## — 公民館講座のご案内 —



定員

30名

参加費無料！

## 中央公民館 × 明治安田生命 わたしと家族の「そうぞく」講座

日野市は令和3年8月25日に明治安田生命保険相互会社と  
「地方創生に関する包括連携協定」を締結しました。

### ”相続”と“争族”の はなし

第1回

「基礎から学ぶ相続対策」を  
テーマにした講座です。

- 相続のキホンについての解説
- 「生前贈与」の有効性
- 「争族」回避のポイント

2022年1月8日（土）

10時00分～11時30分

開場時間：9時30分

場所：中央公民館 講座室

### 最適な「MYライフ& エンディング」を 考えよう

第2回

これからのこと、  
家族に託したいもの、残したいもの...  
記録の仕方をご紹介します。

- ライフ&エンディングノートを  
活用して、ご自身の想いの  
実現を考える

2022年1月26日（水）

10時00分～11時30分

開場時間：9時30分

場所：中央公民館 講座室

### 笑顔を運ぶ 「遺言」のお話

第3回

相続で困らない、  
困らせないための対策を紹介します。

- 「円満な遺産分割」についての解説
- 「遺言」のできることの理解
- 「自筆証明遺言」の作成方法を紹介

2022年2月26日（土）

10時00分～11時30分

開場時間：9時30分

場所：中央公民館 講座室

豊田駅北口ショップわーく・わーく

# イベント週間 光の家栄光園

ご来店  
お待ちしております  
おります

1月24日(月)~1月28日(金)

## 《今月のイベント内容》

- ・福引抽選会  
(ハズレ無し300円お買い上げ毎に1回!)  
(景品がなくなり次第終了となります。)
- ・東京光の家施設紹介展示

営業時間 9:30 ~ 16:00

営業日 月~金曜日

電話 042-514-8484

住所 東京都日野市多摩平2丁目 5-1  
クレヴィア豊田多摩平の森  
RESIDENCE内  
サウスレジデンス 1F

豊田駅北口ショップわーく・わーくでは、日野市内の障害福祉サービス事業所で丹精込めて作った手作り商品の販売を行っています。皆さんのお越しをお待ちしております!!

## 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
【東京ボランティア・市民活動センター】 ボランティア・市民活動支援総合基金 「ゆめ応援ファンド」助成金 2022年度 募集	2022年 1月25日(火)	【対象】 (1)ボランティア・市民活動団体 (2)ボランティア・市民活動を推進している民間非営利団体 (3)主たる活動エリアが東京都内であること  【助成内容】 (1)学習会・研修会の開催 (2)調査・研究の実施 (3)器具・器材の開発・購入 (4)活動にかかわる市民への啓発の実施 (5)ボランティア・市民活動団体による先駆的・モデル的活動 (6)その他	〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1 飯田橋セントラルプラザ10階  社会福祉法人 東京都社会福祉協議会 東京ボランティア・市民活動センター ゆめ応援ファンド担当  TEL 03-3235-1171
【独立行政法人 国立青少年教育振興機構】 子どもゆめ基金 令和4年度募集	①郵送 2022年 5月1日(日) ~6月14日(火) 消印有効  ②電子申請 2022年 5月1日(日) ~6月28日(火) 17:00締切	子どもゆめ基金は、子どもの体験・読書活動などを応援することを目的に、国や民間からの寄付金などを財源とし、子どもの健全育成の手助けをする基金です。  社団法人、財団法人、NPO法人、法人格を有しない地域のグループ・サークルなど、青少年教育に関する活動を行う民間の団体が助成の対象となります。	〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1  独立行政法人 国立青少年教育振興機構 子どもゆめ基金部  TEL: 03-5790-8117 03-5790-8118 (子どもゆめ基金)

# ボランティア版

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

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、飯田順子、石坂ファームハウス、インド食堂アンジュナ、卯の花亭伊勢屋呉服店、大塚マサ子、落川交流センターほたるの里、学朋日本語学校、カメラの市川、グループホームしらかば、久和の美会岡村裕、珈琲ハウスあんず村、小島善太郎記念館、さいたま市大信工業、相模原市宮崎会計事務所、至誠第二保育園、清水工房揺籃社下田七郎、潤徳小学校30年卒業組、食事処千寿庵、食品の店おた、神具仏具かどや、寿司正、鮮魚魚久、大安整骨院、高幡不動尊平商事、駄菓子はしもと、滝瀬米店百草店、立川市岩本でんき、多摩平リフォームのハウスコート、たまりばあ、中央大学内郵便局中央大学ボランティアセンター、帝京大学・帝京大学短期大学八王子キャンパス、デイサービス・ツクイ日野、谷房枝、東京光の家手打蕎麦・むら岡、東京日野プロバスクラブ、東新観光、とうふ処三河屋高幡本店、とうふ処三河屋万願寺店、東邦歯科医療専門学校都立二商33年柔道部、都立二商36年1組同期会、都立二商36年排球部、都立二商硬式野球部又達会、中島寝具店、フルーツみすみ七生中学校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、七生中学校同窓会、成松和子、南観光交通ネットヨタ日野バイパス店、東光寺小学校☆花と笑顔と地域のニコニコキャップの会、八王子玉泉寺、日野旭が丘郵便局、平田康代日野いづみ会、日野自動車36ぼたん会、日野自動車販友会、日野市役所学務課・保険年金課・七生支所・第一中学校生徒会、日野ひの写真散歩(游游)、平山小学校30年卒業組、平山台文化スポーツクラブ、フォーラム不動産、堀内ふとん店、町田市笠間吉之助町田市菓舗中野屋、マルハン日野店、三沢町久富歯科、南平富士屋洋品店、南平緑と水のネットワーク、麦倉眼科、レストラン木馬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、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、湯沢福祉センター、ライズデイサービス、ライズ訪問介護、リヴェージュ百草園

(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11月1日～11月30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 ○ 多摩バードクリニック ○ おいなり食堂 ○ よしみ鍼灸接骨院
- 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 ● 割烹「よこ坂」● 鮮魚魚久 ● ふれあいの森
- パティスリー・ドゥ・シェフ・フジウ ○ 珈琲ハウス あんず村 ○ 炭火焼・鉄板焼 まこっちゃん豊田駅ロータリー前店
- 手打蕎麦・むら岡 ● インド食堂アンジュナ ● 寿司正 ● Canaan ● やきとり「よっちゃん」 ● 鮭千
- 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
- パンの店あおとり ● スーパーアルプス(日野店・南平店) ● コープみらい(日野駅前店・高倉店)
- いなげや(日野万願寺駅前店) ○ 食品の店おた(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 ● ホリデー車検八王子高倉 ● おchaギャラリー祥

## ペットボトルキャップリサイクル活動報告

2021年11月16日～2021年12月9日分



重さ 約289.60kg (約124,528個) ワクチン合計 約95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)

# 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」！



無料学習塾  
日野すみれ塾 代表  
仁藤夏子さん

関わったすべての人が笑顔になれるように

日野すみれ塾は、さまざまな事情などで有料の塾に通っていない小・中・高校生を対象とした学習支援を行う無料の塾です。この活動を始めたのは、自身の経験からが大きいです。私の家は、経済的にも生活環境的にも良いとは言えない状態でした。兄弟は高校には進学せず、非正規雇用で長時間労働をしていました。年を取ると共に体が悲鳴を上げ、身体を壊し精神的な病にもかかってしまいました。そんな兄弟の姿を見て、学歴による収入格差を目の当たりにしたことや、それらを取り戻そうとしてもなかなか取り戻せない現状があることも痛感していました。兄弟にも何かしらのサポートがあれば、この

ような状況にはならなかったのではと強く感じていました。私も大人になって、親になり子供を育てる立場になりました。学校教育の現場を見ると、生徒数も多く、先生が一人ひとり細やかに学習のサポートをすることは難しいと感じました。先生も精一杯頑張ってくださっています。しかし、現実的に多くの子供たちを見ることは出来ないことは、みなさんも容易に想像がつくと思います。私たちの活動は、3つ理念を大切に活動しています。①家庭の格差を教育の格差にしない社会の実現②地域の子供は地域の大人で育てるコミュニティづくり③完全ボランティアから教わった生徒が「いつか自分も人の役に立つ人になろう」と育つ活動です。塾の名前は、関わったすべての人が笑顔になれるようにと



授業風景

願いを込めて、英語の「SMILE」をローマ字読みをして、「すみれ」と名付けました。「日野すみれ塾」は、みんなの居場所であり、誰一人お客さんはいません。みんなで作っていくことによって、みんなの大切な居場所になったらいいなと思っています。

無料学習塾すみれ塾の活動にご関心のある方は次の連絡先または、日野市ボランティア・センターまで問合せください  
連絡先：sumireyuku@gmail.com

## 「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。

## 編・集・後・記

ダイエット中に、好きなものを自由に食べる日を「チートデイ（＝ズルをする日）」と呼ぶそうですが、私は毎日が「チートデイ」です。「今日はお仕事がんばったからチートデイ！節制は明日から！」の繰り返し。駅の階段を上っただけで「これでさっきのケーキは帳消し！」と思い込む...そりゃ痩せないや...（堤彩）

新年あけましておめでとうございます。今年こそは、みなさんに対面でお会いできる機会が増えることを願っています。人の感性は人に会うことによって磨かれると思っています。仕草や表情で相手の気持ちを感じ取り、そして仕草や表情で相手に気持ちを伝える。そんな当たり前を取り戻したいです！（宮崎雅也）