

# Volunteer Information 日野

2025  
9月

## 大切な人を守るために 今、何ができますか

日野市民でつくる 防災・減災シンポジウム2025

第1分科会 9月20日(土)  
10:00~12:30 定員30人

あなたを守る避難所を知る  
ファーストステップ

菊池 哲佳 氏

明星大学人文学部  
国際コミュニケーション学科准教授



第3分科会 9月23日(火・祝)  
10:00~12:30 定員30組

備えよう!  
~使ってみよう、体験しよう~

開催場所: 日野保育園

(日野市新町1-5-6)  
詳しくは裏面をcheck!



第2分科会 9月20日(土)  
14:00~16:30 定員40人

事業継続・福祉避難所運営  
ゲームSgSE (スグセ) をしよう

木村 准治 氏

社会福祉法人  
リデルライトホーム事務長



第4分科会 9月23日(火・祝)  
13:30~16:30 定員30人

教えて!あなたのコト!!  
~要配慮者が知ってほしいこと~

瀧澤 清美 さん (女性防災リーダー)  
陳 エミさん (外国ルーツのある方)  
大川 稔さん (車椅子ユーザー)



日時 9月20日(土) 23日(火・祝) 開場は開会15分前

参加費  
無料

会場 日野市民の森ふれあいホール コミュニティールーム1  
(日野市日野本町6-1-3)

※第3分科会のみ日野保育園 (日野市新町1-5-6)

申込 QRコードまたは電話申込  
※受付開始 8月25日 9:00から先着順

持ち物 上履き 手話通訳あり

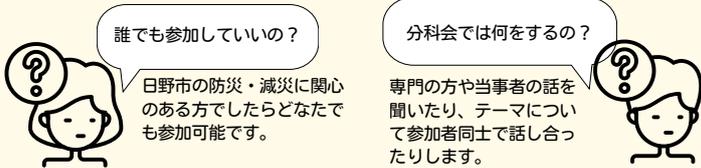
問合せ 042-582-2318 (日野市ボランティア・センター)



申込用QRコード

詳細は裏面を  
ご覧下さい

# 大切な人を守るために 今、何ができますか



誰でも参加していいの？

日野市の防災・減災に関心のある方でしたらどなたでも参加可能です。

分科会では何ををするの？

専門の方や当事者の話を聞いたり、テーマについて参加者同士で話し合ったりします。

## 第1分科会 あなたを守る避難所を知るファーストステップ

日時：9月20日（土）10:00～12:30 開場9:45

内容：①避難所の基礎知識 ②東日本大震災の避難所 ③座談会

登壇者：菊池 哲佳 氏

（明星大学人文学部国際コミュニケーション学科准教授）



東日本大震災発災当時、仙台多文化共生センターに勤務し、発災直後から避難所をはじめとする被災地での支援活動に奔走。多文化共生の視点を生かしながら、被災者に寄り添った支援を続けてこられました。その経験から見てきた現場の課題や学びを分かりやすくお話しいただきます。



## 第2分科会 事業継続・福祉避難所運営 ゲームSgSE（スグセ）をしよう

日時：9月20日（土）14:00～16:30 開場13:45

内容：①SGSE（スグセ）を開発した背景 ②福祉避難所運営ゲーム

登壇者：木村 准治 氏（社会福祉法人リデルライトホーム事務長）

平成28年熊本地震で単独で福祉避難所を開設し、令和2年豪雨災害では福祉避難所を3か所運営。能登半島地震では金沢市の本部機能を担いました。これらの経験をもとに開発した「熊本式福祉 避難所上げシミュレーションゲームSgSE」を使い全国で実践的な指導を行っています。災害時の福祉の役割や避難所運営に関心のある方、ぜひ一緒に学びましょう！

## 第3分科会 備えよう！～使ってみよう、体験しよう～

日時：9月23日（火）10:00～12:30 開催場所：日野保育園（日野市新町1-5-6）

内容：見て、触って、試して！防災を『体験』で楽しむ分科会です。

- ・「非常食ってどんな味？」防災食やアルファ米を食べてみよう！
- ・「何を備えたらいいの？」家庭の備えに役立つ便利な防災グッズの紹介
- ・動けない人を安全に階段から下ろす「階段避難車」体験
- ・子どもも楽しく防災体験！「イザ！カエルキャラバン」

他にも様々なプログラムが盛りだくさん！

## 第4分科会 教えて！あなたのコトII～要配慮者が知ってほしいこと～

日時：9月23日（火）13:30～16:30 開場13:15

内容：①台風19号の事例報告 ②グループディスカッション

登壇者：瀧澤 清美 さん

（女性が、災害時や避難所で見落とされがちな課題や必要な配慮について）

陳 エミさん

（災害が多い日本に居住して、災害発生時の行動や母国との違いについて）

大川 稔さん

（車いすユーザーが災害時に必要とする支援や配慮をお伝えします。）



## 今月の注目ボランティア

### お祭りボランティア

Check!

#### ①宮自治会まつり

日にち：9月13日(土)

活動先：宮子ども広場

(万願寺3丁目47)

内容：自治会のお祭りサポート

※主に輪投げやスーパーボール

すくいなどのゲーム担当

#### ②東京都七生福祉園 秋まつり

日にち：10月18日(土)

活動先：東京都七生福祉園

(日野市程久保843)

時間：9:00～16:00頃まで

内容：模擬店の手伝い、片付け

利用者の付き添いなど

（問合せ先）日野市ボランティア・センター

☎042-582-2318

## ♪ マッサージ奉仕 ♪

疲れた体を癒しませんか？

どなたでも無料でご利用いただけます。

日時：9月21日（日）9:00～12:00

場所：中央福祉センター1階 老人娯楽室

対象：どなたでも

施術料：無料

申込み：042-582-2318

★ ボランティアによる安心のマッサージです。

★ ご家族・ご友人と一緒にお気軽にどうぞ。

★ 先着順でののご案内となります。

主催：日野市視覚障害者協会

年に一回の大奉仕



# はつらつシニア健康チェック

10/15 (水) 湯沢福祉センター  
(程久保873)

各会場とも2部制

第1部 13:30~  
(受付13:15~)

第2部 14:30~  
(受付14:15~)

定員 30人 (各会場)

対象 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の市民

持ち物 水分・タオル  
※動きやすい服装でお越しください

10/30 (木) 平山交流センター  
(平山5-18-2平山季重ふれあい館内)



## 【申込・問合せ先】

① 電話 (042-584-1294)

② FAX (042-582-0082)

③ 右記申込フォームにアクセス

①~③ いずれかの方法で、お名前、住所、電話番号、希望日時(1・2部)をお知らせください



## 測定内容

- ① 5回立ち上がり
  - ② 開眼片足立ち
  - ③ 5m歩行速度
  - ④ バランス検査
  - ⑤ TUGテスト
  - ⑥ 握力
- +15のフレイルチェック・指輪っかテスト

## 相談

看護師・理学療法士・作業療法士  
管理栄養士などによる個別相談

〔協力〕 日野市地域包括支援センター

ひのりハビリテーションネットワーク/南多摩栄養士協議会日野地域

## 100回同じこと聞いても怒られない スマホ講座

9月8日 (月) (スマホ体験会&相談会)

時間: 10:30~12:00

会場: 中央福祉センター (日野本町7-5-23)

9月17日 (水) (個別相談会)

時間: 13:30~15:00

会場: 平山交流センター (平山5-18-2)

9月22日 (月) (個別相談会)

時間: 13:30~15:00

会場: 福祉支援センター (高幡1011)

9月25日 (木) (個別相談会)

時間: 13:30~15:00

場所: 多摩平交流センター (多摩平2-9-9)

無料・完全予約制

※個人情報や料金に関わる相談は対応できない場合あり

【申込先】 日野市ボランティア・センター ☎042-582-2318

## canvaの使い方講座 受講者募集中!

日時: 9月8日 (月) 13:30~15:00

会場: 中央福祉センター (日野本町7-5-23)

申込: 右記QRコードまたは

電話 (042-582-2318) にて

※PC・タブレット等をお持ち下さい

※受講料500円



## 登録お願いします!

日野市ボランティアセンター  
公式SNSアカウント



公式LINE



公式  
FACEBOOK



X公式





# 日野市ボランティアセンター 移転のお知らせ



10月1日(水)より ボランティアセンターの場所が変わります！



窓口の場所が変わるのでご注意ください！

- ・ボランティアに関する相談・依頼
- ・ボランティア保険 / 行事保険の加入手続き
- ・フードパントリー（食品の受け取り）など



自然いっぱいな多摩平の地へ！



【日野市社会福祉協議会 日野事務所】

所在地：日野市多摩平2-8-9

『福祉支援センターたまだいら』

アクセス：JR中央線〔豊田〕駅より徒歩11分

営業日時：月～金、8:30-17:15

電話番号：042-582-2319（代表）



※これまで中央福祉センター内にあった総務係・地域支援係・ボランティアセンターが移ります。  
※電話・FAX番号はこれまでと変わりません。

🐦 ボラセンつぶやき 🐦

イオンモールで「牛乳パックでつくる防災ホイッスル」を担当しました。多くの子供たちに参加してもらい、鳴らすことが出来ました。簡単に作れますが、微妙なすき間によって鳴らなかつたりと。皆さん根気よく調整し、無事に鳴らすことが出来ました。興味のある方は是非お声掛けください！（花野美保）

今年度も防災・減災シンポジウムが始まります！今年も熱意ある市民の皆さんとともに、長い期間をかけて準備してきました。今回は会場の外に出て防災を体験する分科会や、福祉避難所運営ゲームなど楽しいプログラムが盛り沢山！防災に関心はあるけど普段なかなか関われない方、一步踏み出して考えたい方、ご参加をお待ちしています！（橋谷優希）

大学でうつ病について研究していました。時間が経過した今でもメンタルヘルスの問題は性別・年齢問わず大切な課題と感じています。「病は気から」身体の健康はもちろんのこと心の健康も守っていききたいですね。（高野紗綾）

いよいよ事務所を移転します。お世話になった中央福祉センターとお別れするのは寂しいです。この場でボランティア活動をしてこられた方も同じ気持ちだと思います。新天地でも笑顔あふれる場にしていきたいと思います！（宮崎雅也）

8月末に長崎県対馬市に3泊4日で海岸清掃に行ってきます。博多観光や漁師さん体験もできるのでとっても楽しみです。全力で海岸清掃をして、全力で対馬の魅力を味わって帰ってきます。（千須和仁）

日野市社会福祉協議会 日野市ボランティア・センター  
住所：日野市日野本町7-5-23 TEL：042-582-2318