

Volunteer Information

ボランティア
インフォメーション

日野

2025
10月

市民活動団体が一堂に集結！

2025

まちづくり市民フェア

仲間がひろがるまちが動く



2025

10/19
(日)

10:00
15:00



入場無料・雨天決行

会場：日野市市民の森ふれあいホール
仲田の森蚕糸公園



戦隊ヒーローショー!!

ふれあいホール メインステージ

今月の注目ボランティア

多摩動物公園でのボランティア募集！



都立動物園で活動する東京動物園ボランティアズの、
サービスガイドグループを募集中

サービスガイドグループって？ 動物園のイベントの補助や施設案内など、
来園者に対する接遇を中心とした活動
※飼育作業ではありません。※交通費などの支給はありません。

【募集説明会】

日時 11月18日（火）午前10時30分～12時・11月24日（月・祝）午前10時30分～12時
場所 多摩動物公園（〒191-0042 東京都日野市程久保7-1-1）

【詳細・申し込み】

ボランティア募集の詳細、募集説明会へのお申し込みはこちらをご覧ください。
URL <https://www.tokyo-zoo.net/news/volunteer/sg/>

【お問い合わせ】

多摩動物公園教育普及課教育普及係(☎042-591-1611)

希望の方は募集説明会にご参加ください（事前申し込みが必要です）



100回同じこと聞いても怒られない スマホ講座

10月15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）



10月20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）

10月27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）



10月28日（火）（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

登録をお願いします！

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



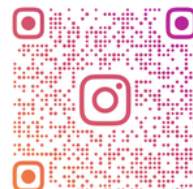
X公式



instagramはじめました



ボランティア情報・イベント情報
たくさん発信していきますので、
ぜひフォローをお願いします！



HINO_VC



適度な運動やバランスの取れた食事が
大切と分かっているけれど、一人だと
なかなかできない(-_-;)
そんなあなたにおススメのプログラム
です！

みんなで楽しくフレイル予防！

イオン DE 体操！栄養講座！

10/26(日)

10:30-12:30
開場10:15

参加費
無料

会場 イオンモール多摩平の森
イオンホール (3F)

当日スケジュール (予定)

- 10:30～ おなじみの体操をリハビリの先生と！
(体操の効果・効率的な動かし方などの解説付き)
- 11:15～ 栄養講座「認知症予防に効果的な食事」
～簡単！レンチン料理 (調理実演あり)～
- 12:00～ お身体・食事の悩み！質問タイム

(協力) ひのりハビリテーションネットワーク
南多摩地域栄養士協議会日野地域
便利屋ナース

対象 フレイル(体力不足)が気になる65歳以上の方

定員 80人 先着順

持ち物 動きやすい服装・水分

申込方法 名前・連絡先・年齢を電話、FAX、
QRコードいずれかでご連絡ください



詳細はHPをご覧ください

日野市社会福祉協議会

問合せ・申込先 地域支援係 TEL. 042-584-1294 FAX. 042-582-0082

元気度アップ！フレイル測定会

はつらつシニア健康チェック

参加費
無料

たかはた 10/15(水)
湯沢福祉センター
(程久保873)

ひらやま 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)

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 主に要支援・要介護認定を受けていない65才以上の方



測定項目

- ①5回立ち上がり ②開眼片足立ち
- ③5m歩行速度 ④バランス検査
- ⑤TUGテスト ⑥握力
- +15のフレイルチェック・指輪っかテスト

個別相談

看護師・理学(作業)療法士
管理栄養士などの個別相談

【申込方法】

電話または下記QRコードから
※応募者多数の場合は先着となります。

【持ち物】 水分・タオル

【申込締切】 10月6日(月)まで

【担当・申込先】

日野市社会福祉協議会 地域支援係
TEL.042-584-1294 FAX.042-582-0082

申込フォーム



社会福祉法人おおぞら

やまばと・つばさ・はくちょう合同

第一回 おおぞら祭

10/19(日) 10:30～14:30

11:00～11:20 はくちょうリトミック発表

11:30～11:50 やまばと音楽療法

14:00～14:20 リズムダンス

カフェたいい 焼き菓子販売

ゲーム企画
お菓子すくい

フード販売
焼きそば、豚汁、からあげ



YAMARATO
作品展示・販売



〒191-0065
東京都日野市旭が丘2-42-5
☎042-589-1818

インターン生 千須和の施設インタビュー

今回は「グループホーム友遊(西平山)」で働く矢嵐さんに、施設の内容や募集しているボランティアについて伺いました。
「グループホーム友遊」は、認知症対応型共同生活介護を行っている施設です。ここは、認知症のある高齢の方が安心して暮らせる「もう一つの家」のような場所であり、地域の人たちとのつながりを大切にしながら、それぞれの力を生かして自分らしい日常を送れるように支えています。

開所1年半ほどの新しい施設！
職員さんも明るい方々でした！

入居者さんが思い思いに過ごされています

矢嵐さんに「グループホーム友遊」のお話を伺うと、認知症の方々が自分たちで家事に取り組み、穏やかな日々を過ごしていることを教えていただきました。
また、利用者の方のお話をゆっくり聞いてくださる方や、一緒に歌を弾いたり、囲碁などで交流してくださる方に、ボランティアとして来ていただけると嬉しいとのこと。
「グループホーム友遊」でのボランティアにご関心のある方は、どうぞお気軽にボランティアセンターへお問い合わせください。

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」！



日野市国際交流協会 会長
森 正晴 さん

違いの下には、幸せに生きたいという共通の願いがある

私は熊本で生まれ育ち、大学まで地元で学びました。学生時代は熊本駅裏の小高い丘をソフ

トテニス部の仲間と駆け上がり、そこに立つ仏舎利塔を眺め

ながら汗を流したものです。今では新幹線が通り、大きく変わ

った駅周辺ですが、幼なじみの家が地震で倒壊した記憶や、そ

の仏舎利塔が熊本地震で崩れてしまった出来事は忘れられませ

ん。せめてもと復旧のためにご寄付をさせてもらいました。街

並みの変化と共に、災害の記憶も私の中に刻まれています。

大学卒業後、東京にIT通信分野のソフト開発に携わりまし

た。当時はまだパソコンも一般的ではなく、仕組みをゼロから

作る挑戦の日々でした。大変でしたが、それが今の社会の基盤

につながっていると思うと誇らしく感じます。その頃、日本ではごく限られた人しか触れられ

なかったインターネットを扱う機会を得ました。世界中の人々

が集まる掲示板で、私は偶然今

の妻と出会いました。英文でやり取りを重ね、やがて直接会うことに。初めての国で彼女の家族に迎え入れられた時の緊張と喜びは、今も鮮明に覚えています。文化も言葉も異なる相手と心が通じたあの体験が、今につながる原点となりました。

定年退職後は日野市国際交流協会に入り、日本語教室で

外国にルーツを持つ方に言葉を伝えていきます。家庭での経験を生かしながら資格を取得し、教え方を学び直しまし

た。これまでにフィリピンやアジアからの研修生、技術者を多く教えてきました。短期間で日本語能力試験に合格し

帰国した人もいれば、今もSNSでつながり続ける人もいます。コロナ禍で現地に行け

なくなった時期もありましたが、異国の友人との縁は続いています。

私は「文化は島のようなものだ」とよく話します。島の形や色は違っても、その下には同じ海が広がっている。安全や健康、愛、幸福といった

願いは誰にとっても共通です。違いを恐れる必要はな

く、その根っこには「幸せに生きたい」という共通の願いがあるのです。

私はつぎのような心を大切に

しています。「他者にやさしい心・思いやりの心をもつ」「欲

張らない」「怒りや恨みを抱え

続けるない」。これは、「この世のものはうつりかわり、相互に

依存している」との古来の智慧によるものです。

ボランティアについて尋ねられると、私はこう答えます。

「一人ひとり価値のある人間であり、誰もが他者に与えるものをもっています。」その思いに

気づけば、損得を超えて誰かに分かち合いたいという自然な思

いが生まれ、それが活動を続ける力になると思います。

今後、外国にルーツを持つ人はさらに増えるでしょう。その時に必要なのは違いを壁として

見るのではなく、その下にある共通の願いに目を向けることで

す。違いの下には「幸せに生きたい」という願いがあります。

その気づきを大切にできれば、私たちのまちはもっと強く、も

っとやさしくなれると信じてい



森さんの日本語教室の活動写真



ボラセンつぶやき



今年は秋刀魚が約2倍の水揚げ量だと嬉しいニュースを聞き、早速購入！キャンプの時に炭火で焼いて食べました。食欲の秋ですが、食べることはばかりでなく、今年は高尾山へも月に1回ペースで景色を眺めながら行きたいと思っています。(花野美保)

いよいよ今月から、新しい拠点での活動が始まります。これまで中央福祉センターにお越しいただいていた方々には少しご不便をお掛けすることもあるかと思いますが、是非今後は福祉支援センターたまだいらにてお会いできたら嬉しいです。お越しの際は1階ボランティアセンターまで！（橋谷優希）

秋の風を感じるようになりましたね。秋といえば芸術の秋。現在、東京都立美術館でゴッホ展が開催中なのでゴッホオタクとしては会期中何度も足を運んで思いっきり楽しみたいと思います！（高野紗綾）

9月は防災週間ということもあって、防災のイベント開催や講師依頼を多くいただきます。令和元年の台風19号を振り返ることもあり、あの時の危険な状況を思い出します。台風シーズンです。気を付けましょう！（宮崎雅也）

先日対馬で海岸清掃のついでに観光してきました～！どんぶりいっぱいマグロ食べたり、あなごのカツを食べたり、食欲の秋を前借してきました～！おなかのたるみも気になり始めたので僕の「秋」はこれにて終了です。(千須和仁)