

# たまボラ

P.1 ボランティア講座・参加者募集のお知らせ

P.3 ボランティア運営委員訪問録  
「七森プレーパーク」

P.2 福祉祭が開催されました  
いきいき活動登録者研修会を開催しました

P.4 ぼらセンからのお知らせ



## 令和5年度 ボランティア講座 参加者募集！

東大和ボランティア・市民活動センターでは、  
ボランティア活動に関心がある方、始めてみたい方  
におすすめのボランティア講座を開催します。  
ぜひ、この機会に参加してみませんか！！  
(詳細についてはお問い合わせください)

### 基本編 「ボランティアについて考えてみよう！」

〈会場：社会福祉協議会〉

- ・ボランティアについての講話
  - ・先輩ボランティアからのお話（体験談等）
  - ・カードゲームでボランティアを理解しよう！
- 〈定員：20名〉

日時：令和6年3月12日（火）  
14:00～15:30

### 体験編 「東大和市狭山緑地 雑木林の会の活動を 体験しよう！」

〈会場：郷土博物館/狭山緑地〉

- ・そだ柵作り、下草手刈体験
  - ・林床整備 等
- 〈定員：10名〉

日時：令和6年3月23日（土）  
9:00～11:30



### 施設編 「施設でのボランティ ア体験をしよう！」

〈会場：向台老人ホーム〉

- ・施設見学
  - ・シーツ交換体験
  - ・高齢者福祉についての講話
- ①高齢者との関わり方  
②ボランティアが施設で活動する意義
- 〈定員：3名〉

※感染症予防のため、少人数で開催します。

日時：令和6年3月23日（土）  
14:00～16:30

### ★申込み・お問合せ★

大和ボランティア・市民活動センター  
TEL/042-564-0035またはHPから(参加費無料)  
締切:基本編 3/8（金）環境編 3/21（木）  
施設編 3/21（木）

※申込み多数の場合は抽選

あけましておめでとうございます。本年も、ボランティアの方々とともに協力し、知恵を出し合いながら精進していきたいと思っております。  
本年もどうぞよろしくお願ひいたします。  
東大和ボランティア・市民活動センター







# 福祉祭が開催されました



11月12日（日）に東大和市社会福祉協議会法人化50周年記念第46回福祉祭が東大和市中心公民館とその周辺を会場として開催されました。テーマは、～大切にしよう あなたのよさ わたしのよさ～（令和5年度福祉標語最優秀作品）でした。当日は、ボランティアとして21名が活動しました。活動内容は、会場案内、ホール内での受付・手伝い、駐輪場の案内・整理、サテライト本部、たまちゃん（着ぐるみ）などでした。ボランティアの皆さんは、経験豊富な方が多く、職員が気付かないところまで配慮していただきました。また、和やかな雰囲気の中で活動され、福祉祭を盛り上げていただきました。「福祉祭のボランティアは5～6年行っているが、来場者が多くなり活気ある中で活動ができたことは良かった」「会場案内の担当で当日は寒かったが、他のボランティアの方と楽しく活動ができて良かった」との感想がありました。

当日は寒い中、朝早くからご協力いただきありがとうございました。



## いきいき活動登録者研修会を開催しました

12/8（金）に令和5年度「介護支援いきいき活動登録者研修会」を開催しました。今回は「いきいき活動受け入れ施設と傾聴グループから傾聴体験談を学ぼう」をテーマとしました。参加者は12名で、市の担当の地域包括ケア推進係小林美寿季氏にもご出席いただきました。

まず、傾聴ボランティアグループから2名の方に実際の活動の様子や、高齢者との関わり方で大切なこと等について話を聞きました。お二人からは「傾聴モードを意識することで、日常の会話も変わってくる」「傾聴をすることで生まれるコミュニケーションで、気づきや学びを体得できる」とのお話がありました。続いて「SOMPOケア ラヴィーレ東大和」の生活相談員の都志見文乃氏の講話では、施設で受け入れているボランティア内容、ボランティアが施設で活動することによる効果、利用者に関わるうえでの工夫、活動者へのメッセージについてのお話がありました。都志見氏が



傾聴ボランティアグループのお話

「高齢者との話の中にその方との共通点を見つけ共感を持って話をしてほしい」「傾聴は『話すこと』だけでなく『触れる』ことも一種の傾聴だと思う」という言葉がありました。

最後の交流会では、参加者を4グループに分け、活動内容を共有したり、感想を話し合いました。参加者からは「傾聴活動を行う上で、自分を中心に話すのではなく、相手の立場に立って話を聴く事が大切」という意見や「何気ない関わりや普段の活動の中にも傾聴の要素が含まれている」などの意見がありました。

全体を通し、傾聴について考えることで自分自身の活動を見直すきっかけになったことを感じました。今回の研修を契機に、皆さんの活動が一層充実することを願います。



都志見氏の講話の様子

（ボランティア・市民活動センター担当 佐藤）



# ～ボランティア委員訪問録～

## 東大和七森プレーパーク

今回は、東大和七森プレーパーク（以下、プレーパーク）で活動している山崎喜美子さんにお話を伺いました。山崎さんは、プレーパークの「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーに、子どもと地域の関係づくりを約20年続けています。一緒に子どもたちの冒険あそび場づくりをしてみませんか？

あんな活動

こんなところ

みつけた！



七森プレーパークは、自然の中で土、水、火、木と触れ合い、五感を使って子どもも大人も体験あそびをしています。その中で山崎さんは、子どもたちのやりたいことを後押ししつつ、子ども自身が自分をさらけ出せる場所になるよう、プレーパークの運営スタッフと一緒に考えながら活動しています。

コロナ禍では、活動回数を減らしてできることを続けていましたが、昨年度から毎月1回の活動に戻り、毎月遊びにくる子どもも多いそうです。コロナ禍のお話を聞いた際に、「活動ができなくて本当に悔しかった」と話してくれた山崎さんの顔が印象に残っています。

今後の目標は、中学校区に1つずつプレーパークをつくること、山崎さん自身がロープワークをできるようになり、子どもの遊びを増やしたいこと、東大和市に子どもの権利条例をつくることなど熱い思いを語っていただきました。ぜひ一度、プレーパークに足を運んでみてください。

東大和ボランティア・市民活動センター  
運営委員 渡部 芽生

### 概要

- ◆団体名 東大和七森プレーパーク
- ◆発足 1999年7月
- ◆活動日 毎月第2日曜日
- ◆時間 10時30分～夕方のチャイムがなるまで
- ◆活動場所 下立野林間こども広場  
(通称七森)
- ◆参加費 無料
- ◆問合せ 代表 宮坂070-5541-3751



七森プレーパークのブログ



ハンモックで日向ぼっこ



焚火でマシュマロ焼き



どろ人形



自由に木工作



落ち葉遊び



焼きビー





## 募集 第59回「東京都公園協会賞」募集について

公益財団法人東京都公園協会では、東京を緑豊かで潤いのある都市にするため、東京都公園協会賞の募集を行います。

- 募集部門 ①技術 ②論文 ③実施記録および報告 ④ボランティア活動・社会貢献活動
- 応募締切 2024年3月31日(日) 必着
- 表彰 発表：2024年6月  
表彰：2024年7月頃実施予定
- 応募方法 部門別に必要な資料添付のうえ、専用応募フォームよりお申し込みください。

### 【専用応募URL】

<https://form.run/@college-z0y71Pwi8dQriVXTHg1r>またはQRコードから

### 【応募及び問い合わせ先】

公益財団法人 東京都公園協会  
緑と水の市民カレッジ事務局  
〒100-0012  
東京都千代田区日比谷公園1-5 3F  
電話:03-5532-1306 FAX:03-5532-1307  
E-mail: college@tokyo-park.or.jp



## 募集 「介護支援いきいき活動」からののお知らせ

「介護支援いきいき活動」は、介護予防の一環として行われています。登録者は市内在住の65歳以上の方で、受入施設（高齢者施設）で個人やグループで活動しています。

今回は趣味活動のボランティアについてお知らせいたします。詳細及び「いきいき活動」については、本センターまでお気軽にお問い合わせください。

★受入施設で趣味活動のボランティアを募集します！（楽器演奏、踊り、手品、落語など）

★趣味活動のボランティアをします！

- ・ハーモニカグループ:童謡や唱歌の演奏。少人数で活動しています。
- ・季節のうた:季節ごとの歌を一緒に歌いましょう。
- ・朗読とお話:本や絵本、紙芝居等を読みます。

## 福祉教育を実施しました



11月29日(水)、東大和市立第四小学校で福祉教育を実施しました。内容は「高齢者疑似体験」でした。

「高齢者疑似体験」では、疑似体験キットを使用し、

キットを装着中 高齢者の日常を学びました。

キットには、腰を曲げた状態を形成するハーネスや、膝や肘に装着し、手足が曲げにくいようにするサポーター等があります。装着後、廊下や段差を歩いたり、洗濯物を干す体験をしたりしました。児童からは「高齢者の日常生活での困りごとが分かって良かった」「耳が聞こえないことも体験できたから良かった」「洗濯物を干すことが大変だった」との感想がありました。

今年度の福祉教育は体験学習に加え、座学と講話また交流を含めたメニューの実施もできました。来年度も引き続き学校と連携し、福祉教育事業を進めていきたいと考えています。

洗濯物干してるよ！



## 募集 ボランティア・市民活動支援総合基金「ゆめ応援ファンド」助成事業募集について

東京都内におけるボランティア・市民活動の開発・発展を通じて市民社会の創造をめざすために、地域住民や民間団体のボランティア・市民活動に対し必要な資金の援助を行います。

- 応募資格 ボランティア・市民活動団体(主たる活動エリアが東京都内)、またはそれらを推進している民間非営利団体
- 助成の種類と金額  
A: 単年度助成 2024/4/1~2025/3/31に実施する事業。1件につき、50万円以内。  
B: 継続助成 2024/4/1~2027/3/31の3年間継続的な事業。1年につき50万円以内。
- 応募受付期間 2023年12月1日(金)~  
2024年1月24日(水)当日消印有効
- 応募方法 募集要項及び所定の助成申請書は、近くのボランティア・市民活動センター窓口か、東京ボランティア・市民活動センターのHPからダウンロードできます。申請は郵送。

### 【問い合わせ・申請先】

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 03-3235-1171  
〒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10F <http://www.tvac.or.jp>

## 【紙面に関する問合せ】

東大和ボランティア・市民活動センター  
TEL:042-564-0035 FAX:042-564-3680