

ボランティア通信 9月号

発行 社会福祉法人 多摩市社会福祉協議会
多摩ボランティアセンター

TEL 042-373-6611 FAX 042-373-5612

♥ボランティア通信は以下にも掲載されています 毎月第1週木曜日発行
多摩市社会福祉協議会ホームページアドレス <http://www.tamashakyo.jp>
♥ご希望のかたには添付メールにて送信いたします
E-mail: tamavc@tamashakyo.jp



ボランティアさん 出番です! 南野デイサービスの ボランティアさん

「ひとつだけ種明かしをするよ」(中山さん)



「何と読みますか」(比留間さん)



華やかな衣装で、気分はハワイ～

そっと寄り添う(左から乾さん、藤島さん)



お元気でしたか(小沼さん)

活動していて楽しいことは?

「自分たちの訪問を楽しみに待っている人々がいて、その人達の喜ぶ顔が見られること」と活動者のみなさんが一同におっしゃいます。

読者(これから始めたい方)へのメッセージ

< ボランティアさんから >
・まず、自分が楽しむ事が大切。(比留間さん)
・今年80歳になります。今まで勉強した手品を誰かに譲り渡したいと思います。今からでも遅くないです。一緒に手品をしませんか。(中山さん)

< 職員より >
いろいろ見たり聞いたりしたいけど、なかなか遠くまで出掛けるのは難しいという方に、デイサービスで得意なことをちょっと披露して頂くと利用者と一緒に笑顔になれると思います。また、話し相手をしながら人生の先輩から沢山の知恵を覚えてもらえます。現在5人の方が活動中。土曜日に活動して下さる方を募集中。(詳細は3ページを参照。)

南野デイサービスセンターは介護保険の認定を受けた方の通所介護施設です。サービス内容として送迎・食事・入浴・口腔ケアがあり、趣味の生きがい活動も行っています。書道・絵手紙・創作活動・ゲーム・季節の行事などで皆さん楽しく利用されています。利用人数は一日30人です。

ボランティアさんの活動内容は

< 日常ボランティアとして >

利用者の方への話し相手、プログラムのサポート

< 行事イベントボランティア >

楽器演奏(三味線、大正琴、ギター、ハモニカ、オカリナ)、手品、フラ、そば打ちなどそれぞれの趣味や特技を披露して楽しいひとときを提供してくれます。

★ VC 取材日記 ★

夏祭りの期間中は通常のプログラムとは違い、ゲームやクイズ、手品、フラなどのボランティアさんが、祭り半纏を羽織り、それぞれの芸を披露して、祭りの雰囲気盛り上げていました。利用者さんは、職員以外の人(ボランティアさん)が見守ってくれ、新鮮な話題を提供してくれることに喜びを感じ、ボランティアさんは利用者さんの喜ぶ顔にやりがいを感じています。あなたもお近くの施設で活動を試みませんか。

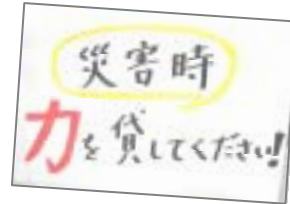
多摩ボランティアセンターより

防災パネル展～災害時要援護者からのメッセージ～
多摩市総合防災訓練(今年は雨天中止)にて展示予定で
した防災パネルの展示を行っています。

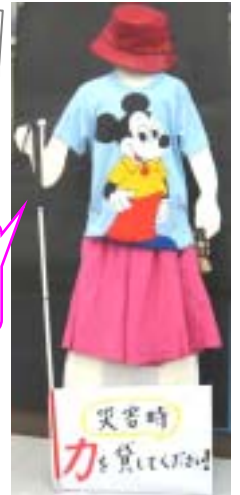
日時・場所：9月1日～30日 総合福祉センター3階 憩いの広場
10月1日～31日 東永山複合施設内 永山分室

「知ってください! 災害時私たちが困ること」
「和田中学校周辺/防災まち歩きマップ」ほか

作成協力：多摩市視覚障害者福祉協会、多摩市身体障害者福祉協会、多摩市
聴覚障害者協会、多摩市手話サークル「クローバー」、グループ偶
～作成にあたりご協力いただいた皆様、どうもありがとうございました



アイ(eye)
ちゃんに会い
にきてね!



永山5・6丁目のみなさんと
避難所まで歩いてみました! 8月29日(金)
小野路第4公園スタート、避難所となる瓜生小学
校で地区防災倉庫を見学した後、非常食の試食をし
ました。参加者より「いつも通っている道でも視点
が変わった」「防災倉庫を見て、改めて我が家の防災
グッズの点検を!」などの感想がありました。



説明して下さった
瓜生小学校 岡副校長先生

巨大地震に備える～2008年首都圏統一帰宅困難者対応訓練 参加者募集

首都圏直下地震に備えて、日比谷公園から4コースに分かれて約20km程度の徒歩帰宅を想定
した訓練です。調布までの東京コースをボランティアセンタースタッフと一緒に歩きませんか。
日時：9月23日(火・祝) 9:00集合 10:00出発 17:00終了 雨天決行・荒天中止
スタート/日比谷公園→ゴール/電気通信大学(調布市) 途中Eドステーションにてリタイも可能
申込：9月18日(木)までに電話で多摩ボランティアセンター永山分室まで ☎373-6642
訓練に関する問合せ/申込 2008年首都圏統一帰宅困難者対応訓練事務局 ☎03-3380-1614

第2回 多摩ボランティアセンター運営委員会 傍聴のお誘い

多摩ボランティアセンター運営委員会は、ボランティア・市民活動に積極的に参加、支援して
いる方々から選出された運営委員により、年4回開催しています。どなたでも傍聴することがで
きますので、ご希望の方は事前にご連絡下さい。

日時・場所：9月26日(金)10:00～12:00 総合福祉センター6階集会室

社会福祉協議会より 申込/問合せ まちづくり推進係 ☎306-1133

あなたの力が地域を救う!～安否確認と地域での見守り活動講座(全2回)

あなたの力を地域で活かしてみませんか? 落合・南野・鶴牧地区での見守り活動についての講
座を連続2回で行います。落合・鶴牧・南野在住の方、奮ってご参加下さい{9/10(水)申込締切}

日時・場所：第1回 9月12日(金)13:30～15:30 トムハウス(落合6-5) 1階ホール

第2回 9月30日(火)10:00～12:00 総合福祉センター7階研修室

内容： 住民同士の支え合い、見守り活動等の必要性 お住まいの地域の状況と特性について
地域で活動しているボランティアの方から～活動の実際 意見交換

講師・協力：多摩センター地域包括支援センター職員、傾聴ボランティアグループ「福寿草」

「ふれあいいきいきサロン」説明会開催

地域での生きがいと仲間づくりの場として、サロン活動を始めてみませんか。

日時・場所：10月10日(金)14:00～15:30 関戸公民館 第3学習室(ウイタ・ムーネ8階)

内容：サロンについての説明、サロン活動の体験談など{10/8(水)申込締切}

ボランティアさん 出番です!
~申し込み・問合せはお気軽に~
☎042-373-6611

他にも活動先はたくさんあります。
活動によっては見学体験ができます。
詳しい説明をしますので、遠慮なく
お電話下さい。相談だけでも結構です



桜の丘学園・秋の遠足介助
都立多摩桜の丘学園の秋の遠足で、小学
部児童の車いす介助をして下さい。

9月30日(火) 9:00~15:00

桜の丘学園(聖ヶ丘1-17-1)集合解散

行き先 晴天:こどもの国

雨天:フレスポ若葉台

車いす介助 7人

お弁当持参(500円支給)交通費支給

雨具持参(晴天時も)

アートひまわり・社会見学介助
身体障がい者の通所訓練施設で、社会見学
の際の移動介助(歩行見守り)をして下さい。

10月29日(水) 8:30集合~17:00解散

やまばとホール前(市役所隣)集合解散

貸切バスを利用。

大宮鉄道博物館に行きます。

男性1人

食事と交通費は要請者が負担。



南野デイサービス・話し相手他
高齢者の話し相手やお茶出し、プログラ
ムの補助をして下さい。

土曜日 9:00~16:00(時間は応相談)

南野デイサービス(総合福祉センター4階)

1人

お弁当持参、交通費は要請者が負担。

アルジャンメゾン紅梅・習字講師
有料老人ホームの入居者に、かな習字を
指導して下さい。

木曜日(月2回程度) 10:00~11:00

アルジャンメゾン紅梅(八王子市東中野

196-5)

交通費は要請者が負担します。

あい介護老人保健施設デイケア・補助
デイケア利用者の話し相手、お茶出しや
レクリエーションの手伝いをして下さい。

土曜日 13:00~15:00

あい介護老人保健施設(中沢1-17-38)

問合せ・申込み ☎374-7111柿崎・飯田

料理教室 講師補助

障害者福祉センターが開催する料理教室
を手伝って下さい。受講者は身体、知的、
精神の障害者手帳所持者です。

9月20日(土) 9:30~14:00

総合福祉センター5階 調理実習室

1~2名

交通費は要請者が負担します。

食事代(500円)は自己負担です。

美術作品展・受付

グループTOMOで毎年開催している、
美術作品展の受付を手伝って下さい。下記
の時間帯で活動できる方を募集中です。

作品展開催期間 9月24日(水)~30日(火)

10:00~13:00 13:00~16:00

24日 26日 27日

28日 30日

ベルブ永山市民ギャラリー

各時間帯1人

交通費(500円)は要請者負担。

ハロウィンin多摩センター・スタッフ
多摩センターの代表的なおまつりとな
ったハロウィンで、ボランティアを募集中。

10月25日(土)26日(日) 1日だけでも可

9:00~13:30 もしくは 12:30~17:00

指示に従って、2人1組でイベント会場内
(特に十字路周辺)で子どもとじゃんけん等
のゲームをして、キャンディーを配る。

自前の仮装で参加して下さい。

交通費と昼食は要請者が負担します。

問合せ・申込み NPO法人多摩子ども劇場

☎376-7651

南部地域病院・案内、移動図書貸出
多摩南部地域病院で、入院・外来患者の
案内や、入院患者のための図書の貸し出し
(移動式ワゴン利用)等を手伝って下さい。

平日 9:30~16:30(活動の内容により

曜日・時間(1時間程度から)が異なります。

多摩南部地域病院(中沢2-1-2)

問合せ ☎338-5111(内線2212)野口

水中機能訓練・補助

身体に障がいのある方が、水中機能訓練を受ける際の水中での補助をして下さい。

- 55歳男性 火曜日 10:00~12:00
- 63歳女性 火曜日 13:00~15:00
- 57歳女性 金曜日 10:00~12:00
- 56歳男性 金曜日 13:00~15:00
- 85歳男性 火曜日 10:00~12:00

男女不問 女性 男性 各1人

総合福祉センター5階水浴訓練室
交通費は要請者が負担します。

障がい児童・通学付き添い(お迎え)

視覚障がいのある双子(全盲・弱視)の小学5年生男児が八王子盲学校から自宅に帰る際の付き添いをして下さい。

毎週水曜日 14:30~16:00頃

八王子盲学校(八王子市台町3-19-22)からJR西八王子駅まで徒歩、JR、京王線を利用しJR八王子駅・橋本駅で乗り換えて京王多摩センター駅で保護者に引き継いで下さい。

交通費は要請者が負担します。

障がい者・外出付き添い

身体に障がいがある48歳の男性が買物などで外出する際の付き添いをして下さい。

水・金曜日以外の曜日

自宅(永山)から徒歩・電車利用で、多摩センターのイトーヨーカドーまでの往復など。

交通費は要請者が負担します。

ボランティア通信発送手伝い

10月2日(木) 13:30~

ボランティア活動室(総合福祉センター7階)

通信の封入などの簡単な作業です。

交通費は要請者が負担します。

有償スタッフ募集!



作業所・スタッフ補助

Ble Arte(ブレ・アルテ)は知的障がい者を支援するグループです。スタッフの補助をしてくださる方を募集しています。

ボランティアに関心のある方、パン作りに興味のある方はぜひ参加してみませんか。

月~土曜日の週2回から(委細面談にて)

パン作り・清掃・ハーブクラフト作り・エコプラザの分別作業・スポーツ等の余暇活動

問合せ:NPO法人 Filo<フィーロ>

☎338-1919

仲間募集中!



おもちゃ図書館

ベルブ永山4階の保育室で、障がいのある子もいない子も一緒におもちゃで遊ぶ場を作っています。開所は第2,4土曜日です。一緒に活動しませんか。

友和会

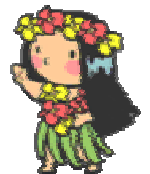
特別養護老人ホーム愛生苑・和光園で毎週水曜日10時~15時に、縫い物などの活動をしています。誰にでもできる簡単な作業です。

(お仲間が増えました)

D³カンパニー

11月に開催する「ときめきのイブニングパーティー」は、障がいのあるないに関わらず、一緒に楽しむディナーパーティーです。実行委員を募集しています。企画・運営を一緒に楽しみませんか。

出番待ってます!



趣味や特技、経験を活かして活動します

- フラダンス オカリナ 謡曲 二胡
- 和太鼓 腹話術 スペイン語 指圧
- マッサージ 囲碁相手 エレキバンド
- 高齢者の話し相手 シャンソン 手品
- 読み聞かせ ギター・ハモニカ 美容
- ミニ歌謡ショー そば打ち 園芸療法
- 足マッサージ 小物家具の修理
- 電気・給水・家具の小修理 江戸売り声
- 植木の剪定

活動しました!活動始めました!

- 《単発》貝取4-4夏祭り(手品):1人
- 南野デイサービス車いす整備:4人
- なかまの樹クッションカバー製作:1グループ
- 《継続》水浴訓練補助:1人
- あい介護デイケア補助:1人

ボランティア要請も募集しています!

個人や施設からのボランティア要請も募集しています。ご相談下さい。

多摩ボランティアセンター
登録団体連絡会だより
vol.5

やっとオリンピックが終わりました。朝晩は涼しくなり、これで寝不足も解消するでしょう。選手たちの談話を聞いて気付いたのが、「イメージトレーニング」の重要性。これをしっかりできた人が優秀な成績を残していっしょに。

連絡会では立川防災館での「防災体験」研修を予定しています。

「体験」することは絶対損にならないと、下見の際、職員の方の話を聞き感じました。今年が多摩市総合防災訓練は、残念ながら雨天のため中止になってしまいました。その代わりではないですが、防災館での「防災体験」をお勧めします。まだ定員には余裕があるので、一般の方もぜひご参加ください。防災館で私たちも「イメージトレーニング」。(とのぐさ記)

募集参加者!

日時：9月17日(水) 12:00～16:00 昼食・交流、体験
集合：11:30に立川駅北口1番バス乗り場/立川消防署前下車 12:00立川防災館 現地解散
費用：610円(昼食代) 飲み物持参 締切：9/10(水) 申込/問合せ：多摩ボランティアセンター

ボランティア団体等情報

～多摩市社会福祉協議会ボランティア活動振興助成事業/永山公民館市民企画講座『絵手紙』講習会 「ヘタでいい・ヘタがいい」が合言葉。



心を届ける絵のある手紙。楽しく描いて仲間づくり。ご参加ください。

日時：10/9、23、11/13、27、12/11(各木曜日)10:00～12:00 全5回
場所：永山公民館(ベルブ)4階集会室 参加費：千円(材料費、道具代込) 定員：30人(先着順)
内容：絵手紙の基本、絵手紙の言葉、人物、年賀状ほか
講師：山田みちよ(日本絵手紙協会公認講師) 主催：ボランティアサークル「絵手紙くるくる」
申込/問合せ：上原 ☎/FAX 374-0802 (夜間にお願いします)

～多摩市社会福祉協議会ボランティア活動振興助成事業

いろいろの会 秋の親睦会 ～戦場ヶ原散策・光徳牧場・片品りんご狩り～

障がいのある方とボランティアさんで、一緒に秋を楽しみませんか。

日時：10月4日(土) 7:00～18:00 やまばとホール(市役所横)集合・解散
参加費：2千円 定員：40名 昼食持参
主催：いろいろの会 申込/問合せ：NPO法人アニモ ☎339-6628 担当/柴田



名称	日時・場所	備考	問合せ
<スペース・ひなた> 精神障がい者支援ボランティアグループです 	9/10・17・10/1(水)10:00～12:30 健康センター3階(関・一つむぎ館) 毎月第1.2.3水曜日	百円 (お茶代)	多摩 ボランティアセンター ☎373-6611
<おいしんぼクラブ・もみじ亭> メンバーと精神保健ボランティアが一緒においしいものを作ります 今月は戸外での活動です	9/21(日)10:00～14:00 京王堀之内駅改札口集合 夢畑でしいたけ狩りバレーキュー	3百円 汚れても 良い服装 で	☎/FAX 389-1234 (9/22 締切)
グループ TOMO/料理訓練 メニュー：お好み焼き・お楽しみデザート 障がいの有無に関わらずご参加ください	9/25(木)10:00～15:00 永山公民館4階 調理室 毎月第4木曜日	千円	☎/FAX 389-1234 (9/22 締切)
多摩市視覚障害者福祉協会 『歩こう会』視覚障がい者の方とボランティアと一緒に歩行介助を学びながら歩きます	9/24(水)府中サトリビル工場見学 10:00 永山駅交番前集合 15:00 解散予定 毎月第4水曜日	昼食代 (聖蹟桜ヶ丘で昼食) 交通費	松本 ☎371-0411 (9/22 締切)

地域の情報と催し

都立多摩桜の丘学園公開講座 ～ボランティア養成講座(初級)～

初級講座で学びながら、障がいのある児童・生徒と一緒に活動してください。

日時/内容： 10月18日(土) 9:00～12:00 開講式、介助方法について

12月6日(土)13:00～17:00 子どもたちと遊ぼう！(音楽ワークショップ)

3月1日(日) 9:00～12:00 卒業生と活動しよう、閉講式

場所：都立多摩桜の丘学園 対象：高校生以上の方 定員：20人

申込/問合せ：住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、ハガキかFAXで 10/3 締切

〒206-0022 多摩市聖ヶ丘 1-17-1 都立多摩桜の丘学園 公開講座係(担当/千葉)

☎374-8111 FAX 372-9480

地球の友と歩む会/LIFE・国際協力ボランティア講座 ～人生経験豊かなシニアの皆様へ～

地球の友と歩む会/LIFEは「水・緑・人で国際協力」をテーマに活動を行っているNGOです。社会のために何かしたい、自分の経験を活かしてセカンドライフを楽しみたいという、社会経験豊かなシニアの皆様、身近にできる国際協力をはじめませんか。

日時：9月27日(土) 14:00～16:30(13:45受付)

内容： ボランティアとは... 団体の活動紹介 切手/絵本ボランティアの紹介

現場を見る!ツアーの紹介 ボランティア体験談 ヨーガ体験 座談会

会場：JICA 地球広場 301 室(渋谷区広尾 4-2-24 東京メトロ日比谷線広尾駅下車 A3 出口 1 分)

申込/問合せ：特定非営利活動法人地球の友と歩む会/LIFE <http://www.ne.jp/asahi/life/home>

☎03-3261-7855 FAX 03-3261-9053 E-Mail:life@earth.email.ne.jp

多摩市社会福祉協議会より

ご協力いただいた義援金は、募金会を通じて被災地の復興・支援のために使用されます。

問合せ：「多摩地区協力会」 まちづくり推進係 ☎373-5616

「岩手・宮城内陸地震義援金」ご協力のお礼

多くの皆様からご支援・ご協力を頂きありがとうございました。寄せられた義援金は総額 76,856 円となり、8月7日に岩手・宮城両県共同募金会へ送金しましたので報告いたします。

「富山県大雨災害・金沢豪雨災害義援金」募金箱設置しました

7月28日に発生した大雨による災害の義援金のご協力をお願い致します。

総合福祉センターをはじめ、永山分室、福祉ショップ「きずな」など市内10箇所に募金箱を9月30日まで設置します。詳細は社協ホームページをご覧ください。

10月1日から赤い羽根共同募金運動が始まります

地区で集められた募金は、主に民間の福祉施設や団体へ配分されます。

募金方法は、地区募金 街頭募金です。皆様のご協力をお願い致します。



多摩ボランティアセンターは毎週 土曜日 開所しています！

*ボランティアセンターは、土曜日も下記の場所で開所しています。ぜひお立ち寄りください。

第1土曜日 市民活動情報センター(ヴィータ・コミュニネ7階) 13:30～15:30「土曜サロン」にて

第2土曜日 永山分室(東永山複合施設) 9:00～17:00

第3・4・5土曜日 ボランティアセンター(総合福祉センター7階) 8:30～17:00

多摩ボランティアセンター

開館時間：月～金 8:30～17:00 第3・4・5土曜日開所

〒206-0032 多摩市南野 3-15-1

(小田急線「唐木田駅」下車 徒歩8分)

TEL 042-373-6611 FAX 042-373-5612

e-mail→tamavc@tamashakyo.jp

多摩ボランティアセンター永山分室

開館時間：月～金 9:00～17:00 第2土曜日開所

〒206-0025 多摩市永山 3-9(東永山複合施設内)

(小田急・京王線「永山駅」下車 徒歩10分)

TEL/FAX 042-373-6642

e-mail→tamavc-nagayama@tamashakyo.jp

おしゃべりノササゲの会・手伝い

パーキンソン病おしゃべりノササゲの会（略称PON）は、多摩NTを中心にパーキンソン病患者で組織された会で、情報交換や親睦を目的に、学習会や四季折々の行事、会報作りなどの活動をしています。活動の手伝いや行事の際の介助をして下さい。

定例会：毎月第3金曜日
南多摩保健所他（永山2-1-5）他
交通費は要請者が負担します。

知的障がい者・自立生活介助

30歳代の女性の自立生活を支援（家事全般・外出の付添い等）して下さい。
詳細は下記をご覧ください。

<http://blogs.dion.ne.jp/takonoki/>
連絡先：たこの木クラブ
☎389-1378
e-mail：takonoki@s7.dion.ne.jp

知的障がい者・自立生活手伝い

山崎隆司さん（30歳代）の自立生活を支援（家事全般・外出の付添い等）して下さい。

連絡先：たこの木クラブ
☎389-1378
e-mail：takonoki@s7.dion.ne.jp

障がい者・リハビリ付き添い

身体に障がいがある関谷幸治さん（貝取2丁目在住30歳代）が、リハビリに通う際の付き添いをして下さい。電動車いすを使用しますが、26歳以上の方なら要請者の自動車（リフト付き）を利用させていただいても結構です。

火曜日 / 14:00～17:30
多摩センター駅～島田療育センター（中沢1-31-1）まで、徒歩の場合は15分くらい。
交通費は要請者が負担します。

障がい者・旅行付き添い

障がいがあって独りでの旅行に不安がある60歳代の男性が旅行に同行してくれる方を探しています。介助はいりませんが、切符の購入や書類の記入などを手伝って下さい。同世代の方を希望です。詳細は相談して決めます

あいクリニックデイケア・手伝いほか

高齢者が、デイケアで活動するときの、付き添いや相手をして下さい。 1人
月・金曜日 10:30～15:00（1時間半程度）

利用者の書道の手伝いをして下さい。

月1～2回 第1・3火曜日（応相談）
13:20～14:45 1人
グループホームの入居者が社会参加の一環として売店で販売員をする際の補助
月・火（午後）水～金（午前・午後）
日曜（午前）
9:50～12:15 / 13:50～16:15
各時間帯1人
デイケアオリーブ（貝取1431-3）

ボンセジュール永山・レク指導など

介護付有料老人ホームで、レク指導や楽器演奏、散歩の付き添い、話し相手などをして下さい。

趣味活動（手芸・書道など）の指導・補助
火曜日 / 13:00～15:00の間で1時間程度
大道芸・手品・歌・楽器演奏・踊り・お芝居等
土・日曜日 / 10:00～11:00 13:00～15:00
洗濯物整理・散歩付き添い・囲碁将棋・話相手
都合の良い曜日 / 10:00～16:00の2時間程度
ともに、活動は月1回でも結構です。

ボンセジュール永山（馬引沢1-2-6）
食事（時間帯による）交通費は要請者負担

デイサービス麻の葉・補助、チラシ配り

利用者の散歩の際に車いすを押して下さい。
雨の日は一緒におしゃべりをして下さい。

デイ補助：火～土曜日/都合のよい曜日
9:00～12:00

チラシ配り：月1回（月末頃）百～2百枚を
南野・落合・鶴牧周辺に配って下さい。
デイサービス麻の葉（鶴牧5-2-2）

アイムデイサービス・書道指導ほか

デイサービスの利用者に書道の指導、囲碁の相手、歌の発表をして下さい。曜日時間は相談に応じます。

月～土曜日 / 10:00～16:00

アイムデイサービス

（八王子市南大沢1-22-21）

交通費負担は検討中。車使用可

白楽荘・読み語りなど

特別養護老人ホームで、入居者（15人位）に、読み語りや童謡、人形劇などを披露して下さい。グループでの活動をお願いします。

3か月に1回程度の活動になります。

第3金曜日 / 14:30～15:15

白楽荘（山王下1-18-2）

交通費は要請者が負担します。

障がい者・散歩付き添い

片マヒで、杖歩行をしている50歳代の男性が、リハビリで散歩をする際の付き添いをして下さい。独りで機能訓練に通うために、バス停までの1kmを目標にしています。とっさの時のサポートが出来る方なら、女性の方でも大丈夫です。

要請者宅（中沢1丁目）周辺を1時間程度
交通費は要請者が負担します。

障がい者支援センターのーま・補助

身体、知的、精神障がいのある方の生活支援センターです。夕食会、映画会、水きりえなどのプログラムで、会場の準備や買い物の手伝いをして下さい。

夕食会：金曜日 / 17:00～20:00
映画会：第2土曜・第3水曜日 / 13:30～
水きりえ：月2回 / 14:00～15:30
のーま（関戸4-19-5 健康センター4階）
問合せ・申込み ☎311-2553 担当 関口

さくらが丘デイサービス・指導補助

デイサービス利用者に、得意な分野の指導、補助などをして下さい。

第3週の3日間（曜日は相談に応じます）
10:30～11:30（午後でも可）
さくらが丘在宅サービスセンター
（連光寺1-1-1）

絵手紙、手工芸（墨絵、刺し子はり絵、人形作り等）の指導補助。
個人、グループを問いません。

さえずりの森・保全作業

永山駅前の雑木林「さえずりの森」で、保全作業を手伝ってください。

第3土曜、最終水曜日 / 9:30～11:30
笹刈り、落葉掃き、観察ルートの整備等

多摩市社協・車いす整備

当協議会では、寄付を受けた車いすを個人の短期使用や体験学習などの際に、貸出しています。安全な使用のために、部品やタイヤのチェック、清掃等の整備を手伝ってください。

第3月曜日 / 10:00～12:00
ボランティア活動室（総合福祉センター7階）
施設内で使用している車いすも、出張整備しますので、ご希望の方はお問合せ下さい。

桜ヶ丘記念病院・書道指導

デイケア利用者に書道の指導をして下さい。
週1回 / 2時間程度
都合の良い曜日、時間で結構です。
桜ヶ丘記念病院（連光寺1-1-1）

白楽荘デイサービス・レク体操補助

デイサービス利用者に、レクレーション体操の指導をして下さい。

月2,3回 / 曜日は相談して決めます。
10:30～11:30 又は 13:30～14:30
白楽荘在宅サービスセンター
（山王下1-18-2）

個人、グループを問いません。
交通費は要請者が負担します。

町田生活実習所・散歩付き添い他

知的障がい者の通所施設です。散歩や外出の付き添いを手伝って下さい。他にも活動は粘土作業、園芸作業、調理などいろいろあります。興味のある活動を手伝って下さい。ご都合の良い曜日、時間で結構です。

月～金曜日 10:00～16:00
町田生活実習所
（町田市小野路町1605-2）
多摩センター駅発 鶴川行き
「サンシティ町田」下車
桜ヶ丘駅、永山駅発 鶴川行き
「湯船」下車
連絡先 ☎042-735-2313 南川



多摩中央病院・レク手伝い

多摩中央病院（精神科）に入院している方と一緒に、創作、体操、散歩、音楽、料理などの作業療法やレクリエーションの手伝いをしてください。

月～土曜日（都合の良い曜日）
9:30～11:30 13:00～15:00
（火曜日の午前中の活動はありません）
曜日により 活動内容が異なりますので、
関心のある活動についてはお問合せ下さい。
特に、金曜日の「散歩付き添い」のボランティアが足りません。
多摩中央病院OT室（連光寺2-62-2）

夢畑・草取り

多摩草むらの会が運営する畑で、雑草取りを手伝って下さい。短時間でも結構です。

夢畑（八王子市堀之内）
連絡先：☎090-9151-1199 風間

障がい者・外出介助

身体に障がいがある58歳の女性が自宅付近を散策する際の車いす介助をして下さい。

活動日は相談して決めます。

自宅(中沢)周辺

交通費は要請者が負担します。



NPO団体・エコバッグ製作

NPOワールドキャンパスは、外国人のホームステイなどの活動をしている国際教育団体です。活動資金を調達するため、バザーなどで販売するエコバッグを製作しています。

ミシン掛けができる方、ぜひ協力して下さい。

連絡先 ☎090-4432-4129 安部