

こぶくだより

地域で「福祉のまちづくり」



★注目トピックス★

- ・歳末たすけあい運動へのご協力お願い
- ・シルバー大学 講座協力報告

2021
12・1月号

＊ も く じ ＊

- 歳末たすけあい運動にご協力をお願いいたします・・P1
- あなたのまちのコボラさん Vol.27.....P2
山村ミチ子さん
- 新規登録団体ご紹介.....P3
絵手紙 橙の会
- 地域支援コーナー.....P3
こだいら生活相談支援センターかわら版
- シルバー大学第51期 講座協力 報告.....P4



イラスト：出口 祥さん



★歳末たすけあい運動にご協力をお願いいたします!★

募金活動は、町の人のやさしい気持ちを集める活動です。あなたのやさしさが、あなたの声掛けが、あなたの行動が、きっと、町を変えていくはじめの一步となるはず。小平市内での募金はすべて小平市の取り組みに使われます。生活に困窮している世帯への見舞金、ボランティア活動など地域福祉活動への支援に充てられます。【期 間】12月1日(水)~31日(金) 【問合せ】こだいらボランティアセンター



社会福祉法人 小平市社会福祉協議会

地域福祉推進課 こだいらボランティアセンター

〒187-0043 小平市学園東町 1-19-13 小平市福祉会館4階

開所日時 (月)~(金) (第2・4土) 《祝日・年末年始を除く》

午前8時30分~午後5時15分

☎ 042-346-1424(直通) FAX 042-341-6220

【ホームページ】 <http://www.syakaifukushi.kodaira.tokyo.jp/>

東部ボランティアコーナー (月~木 午前9時~午後5時) ☎042-451-6711

西部ボランティアコーナー (月~金 午前9時~午後5時) ☎042-347-7858





あなたのまちのコボラさん

—地域のために私ができること—



Vol.27 高齢者介護の会ぬくもり、小平おもちゃの病院 山村 ミチ子さん

今回お話を伺ったのは、高齢者介護の会ぬくもり（以下「ぬくもり」）、小平おもちゃの病院などで活動されている山村さんです。いつも和やかな雰囲気でものを明るくしてくださる山村さんにボランティアをすることへの思いを伺いました。

—ボランティアを始めたきっかけは何ですか。

私はボランティアをしているという意識はあまりなく、人とのつながりがきっかけとなったのかなと思います。東日本大震災から2年ほど経ったころ、被災地へボランティアに誘われました。体力もない私に何ができるかと思ったのですが、被災地の方のお話をお聞きしたりそこでお買い物したりすることもボランティアになると伺い、驚きながら参加しました。友人にこの活動を話したら、被災地に行けないけれどお買い物で支援したいと言われ何人の方がたくさんのお買物をしてくれました。被災地支援のお手伝いができることがうれしかったです。それからこの支援チームの方よりイベント参加に声をかけていただくようになりました。また、イベントに参加していた社協の職員さんから、高齢者疑似体験の講座を教えていただき、その後、市内小学校の福祉体験学習を支援する「ぬくもり」に入会させていただきました。

—福祉体験学習のボランティア活動はいかがですか。

子どもたちと関わるのが新鮮で楽しいです。普段小学校に行くことはないのに、教室もきれいで児童数が少ないのに驚きました。



子どもたちから「年を取るとこんなに困るとは知らなかった」「これからは困っている人を見かけたらお手伝いしたい」「声かけや挨拶をしようと思った」など素直な感想をもらって活動していてよかったとうれしく思います。

—おもちゃの病院にはどんなきっかけで入られたのですか。

「ぬくもり」のメンバーの方から紹介されてお仲間に入れていただきました。毎回多くの患者さんが来てくれます。おもちゃを持った子どもが保護者と一緒に来てくれることもあります。ドクターが直したおもちゃを手にした子どもの笑顔を見ると、こちらも自然と笑顔になります。またメンバーとの繋がりも幸せを感じることのひとつです。昨年若いドクターが結婚式におもちゃの病院のメンバーを招待してくれました。仲間って本当にいいなと感動しました。—おもちゃの病院は、毎年社協バザーでも盛況でしたね。（令和2年から開催を中止しています。）

当日は忙しいですがとても楽しいです。社協バザーでは、会員ではない友人も手伝いに来て、お客さんの相手をしてくれます。

—人とつながることやボランティアを長続きさせるコツは何ですか。

まず健康であることが大事だと思います。ボランティアの先輩に「できる人が、できるときにできることをすればいいのよ」と教えていただきました。ボランティアを義務化せず、無理のない範囲で気負わずにやっています。人に喜んでいただけるのがうれしいですし、自分も楽しい気持ちで活動させていただいています。

—これからボランティアを始める方にメッセージをお願いします。

私も以前はボランティアという言葉にハードルの高さを感じていましたが、できることや興味のあることから始めてみるのが良いと思います。また、仲間づくりにも良い機会になるのではないのでしょうか。

いつも優しい笑顔で窓口に来られる山村さん。「私ではなくて、もっと素敵なボランティアさんがいらっしゃるのではないかしら」と話される謙虚な姿が印象的でした。高齢者介護の会ぬくもり、小平おもちゃの病院は新しいメンバーを募集中です。あなたも、ボランティア活動を始めてみませんか。

新規登録団体ご紹介

新しく登録された団体のご紹介です。活動に興味のある方はボランティアセンターまでご連絡をください。

絵手紙 橙の会

西部ボランティアコーナーで開催された、『はじめての絵手紙講座』から生まれたグループです。講座のとき、共通の題材として橙を描いたことから、『絵手紙 橙の会』と命名しました。昨年10月に本会の登録団体になりました。

★活動日について

定例会：毎月第1月曜日
午前10時～11時30分

場 所：西部ボランティアコーナー活動室
(ほのぼの館内)

月会費：500円

★こんな活動をしています

月に1度、季節の花や野菜などの題材を持ち寄り描いています。構図や色付けのアドバイスをもらいながら、花の名前で会話が弾み、和やかな雰囲気です。できた作品は、お友達に贈ったり、高齢者施設の入居者さんがご家族にお便りを出すときに利用してもらったりしています。



★ひとことPR

上手に描こうと思わず、素直な気持ちで描くことが大事だと思います。絵の上手い下手は関係なく、心のこもったものを手にすると、人は本当にうれしいものですよ。皆で描く楽しさを共有し、作品をとおして誰かに喜んでもらい、元気づけることができたらいいなと思っています。

これからも、季節の彩りを描いた絵手紙で、地域の方々に癒しをお届けしていきたいです。

興味のある方は、見学や体験などお気軽にお問い合わせください。



地域支援コーナー：地域の皆さんにお届けしたい情報やCSWの活動などをご紹介します！

こだいら生活相談支援センターかわら版

子ども食堂を応援しませんか？

どうやって
応援するの？

調理や会場運営などの

「ボランティア」で応援！



食材や調味料などの

「物資」で応援！



その他の「応援」も大募集！
ぜひお問合せください

あたたかな食事や居場所を提供している子ども食堂。その運営はボランティアの方々に支えられています。ボランティアの方々は「地域の子どもたちを応援したい」などの思いで運営に携わっていますが、食材やお弁当容器等を購入するための資金が不足している食堂が多くあります。

地域の皆さんからのあたたかな支援により、子ども食堂は円滑に運営され、地域の子どもたちを元気にすることにつながります。継続的な支援の協力や一度きりの寄付も大歓迎です。お気軽にお問合せください。

【問合せ】こだいら生活相談支援センター

☎ 042-349-0151

メール vc7@syakaifukushi.kodaira.tokyo.jp



シルバー大学第51期 講座協力 報告



中央公民館主催のシニア講座であるシルバー大学は、市内在住おおむね 60 才以上の同世代の方が集まり、様々な分野の学習や体験をとおして小平市をもっと知り、仲間とつながり、地域で活躍していただくことを目的とした講座です。ボランティアセンターは、9月15日（水）に学習テーマ「ボランティアの意義を学ぶ」で講師協力しました。



当日のスケジュール

- ① ボランティアとは？
- ② こだいらボランティアセンターの事業と役割について
- ③ ボランティア活動者によるパネルディスカッション～手作りサロンの皆さんと～
- ④ グループ懇談会
- ⑤ まとめと発表



今回は、本会の手作りサロンを中心に活動されている 3 名の方にパネルディスカッションで、また 2 名のカメラボランティアの方※に写真撮影での参加ご協力をいただきました。



手作りサロンは、市民の皆さんから寄付される毛糸、布、バスタオルなどを活用して小物を作り、社協福祉バザーやこだいらボランティアセンター、西部ボランティアコーナーで販売しています。売上金は、社協をとおして地域福祉に役立てられていると紹介しました。サロンのボランティアの方からは、「自分が作ったバッグなどの小物を使ってくださっている人と出会えることが楽しみ」「活動日が楽しみ」「男性が活躍できる、軽度の知的障がい者との交流やレクリエーション活動のお手伝いがありますよ」など、ボランティア活動に入るきっかけや活動の楽しさを交えて話していただきました。

第51期の皆さんに「どんなボランティア活動に興味がありますか、またはボランティア活動されていますか」と問いかけたところ、「花を植える」「障がい者の外出付添い」「朗読」などの発表がありました。また、すでに自分もボランティア活動をしていたと気づかれる方もいました。

講座終了後に、手作りサロンに 2 名の新メンバーが加わりました。今回ご協力いただいた 5 名のボランティアの皆さん、本当にお疲れ様でした。市内でボランティア活動してみたい方、お気軽にこだいらボランティアセンターへお越しください。お待ちしております。

※写真撮影ボランティアは、東部ボランティアコーナーで活動する「さわやか写真ボランティア」グループの方です。

こふくだより制作ご協力ありがとうございます。

【点 訳】 点訳サークルかりんの皆さん

【イラスト】 荒井 智さん、出口 祥さん

花小金井南中学校美術部

片瀬未波さん、関ななみさん、
橋本麻理乃さん、西田玲音さん、
吉田風華さん、渡辺真帆さん、
清水萌木さん



こふくだよりの配架ご協力ありがとうございます。

市内および近隣の福祉施設編

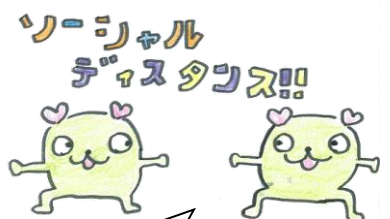
あしたば作業所・多摩済生園・小平福祉園・やすらぎの園・けやきの郷・あかつき・黎明寮・くるめ園・さくら野社・多摩の里けやき園・のぞみ作業所・ともにネット・やまびこ・ゆめふる・ゆうやけ子どもクラブ・小川ホーム

編集後記

令和3年は、新型コロナウイルス感染症の大流行、ワクチン接種と大きな流れがあった一年でした。令和4年は、安心して日常生活を送ることができる年になると良いですね。(D.K)

「メリークリスマス」

荒井 智さん



次号は、2月1日発行です。
お楽しみに！



◆イベント情報◆

中央公民館

小平市役所

◆第47回 障がい者作品展

小平市では毎年障害者週間に合わせて「障がい者作品展」を二つの会場で開催します。市内の福祉施設や個人出展者の作品を展示します。皆様のご来場をお待ちしています

第一会場：中央公民館 ギャラリー

◆と き：12月1日(水)～5日(日)
午前10時～午後4時
※最終日は午後1時まで
(小川町 2-1325)



作品展の様子

第二会場：小平市役所1階 北側ロビー

◆と き：11月30日(火)～12月3日(金)
午前8時30分～午後5時
(小川町 2-1333)

【問合せ】小平市健康福祉部障がい者支援課
(小川町 2-1333)

☎ 042-346-9540 (担当：恒岡)

◆寄付募集◆



◆使用済み切手の寄付に

ご協力をお願いします！

ご家庭や職場に届いた郵便物の使用済み切手は、封筒やハガキなどの台紙に貼ったまま、縁(ギザギザ)を残し大きめにまわりを切り取って、下記へお持ちください



使用済み切手の売上金は、地域福祉活動にいかしています。

【問合せ・受付】

こだいらボランティアセンター ☎ 042-346-1424
東部ボランティアコーナー ☎ 042-451-6711
西部ボランティアコーナー ☎ 042-347-7858

◆寄付募集◆



学園東町

花小金井

小川西町

◆折り紙、千代紙、和紙の寄付に

ご協力をお願いします！

市内の施設では、利用者さんと一緒に折り紙でいろいろな作品を作っています。また、季節感を取り入れた作品や小物などを作り、ボランティア活動にも使用します。ご家庭で使わない折り紙、千代紙、和紙のご寄付をお願いします



【問合せ・受付】

こだいらボランティアセンター ☎ 042-346-1424
東部ボランティアコーナー ☎ 042-451-6711
西部ボランティアコーナー ☎ 042-347-7858



『2021年』

イラスト

：荒井 智さん

原稿を募集しています！

*市内の福祉施設などで、ボランティア募集・イベントのお知らせなどの掲載原稿を募集しています。掲載希望の内容がありましたら、気軽にお問い合わせください。

【問合せ】こだいらボランティアセンター

☎ 042-346-1424