

西部地区

【もぐもぐTime】

お手伝い大募集！！



ながとも
長友

◆地域福祉
コーディネーター



にしやま
西山

◆生活支援
コーディネーター

もぐもぐTimeでは、元洋菓子職人である伊藤さんが自宅を開放し、手作りのお菓子を楽しまつつ、おしゃべりをする集まりを開催しています。これまでさつま芋のモンブランやゼリーのフルーツ添え、わらび餅、抹茶のようかんなどの様々なお菓子を作り、参加者の方々の笑顔にしてくれました。今後も皆さまのご参加お待ちしております。

また、伊藤さんには活動を広げていきたいという思いがあります。一緒に活動していただけの方も募集しておりますので、みたかボランティアセンターまでお問合せください。

日時 毎月第3土曜日 13時30分～15時
場所 野崎2丁目都営アパート1号棟
費用 300円
対象 誰でも歓迎 ※当日参加可能
持ち物 フォーク、お皿、マイカップ
お問合せ みたかボランティアセンター
(0422-76-1271)



この機関紙は、三鷹市内の方々に、宛名シール貼りボランティア、配達ボランティアとしてご協力頂きお届けしています。いつもありがとうございます。



2025年
1月号

ボランティア ミニミニ 広場

No.421 2024.12.20

発行：(社福)三鷹市社会福祉協議会 みたかボランティアセンター



〒181-0012 三鷹市上連雀8-3-10上連雀分庁舎内
TEL (0422) 76-1271 FAX (0422) 76-1273
URL : <https://www.mitakashakyo.or.jp/vc>
e-mail : chiiki@mitakashakyo.or.jp



旧年中は皆さまよりひとかたならぬご厚情を賜り誠にありがとうございました。

本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。

みたかボランティアセンター 一年年末年始休館日：令和6年12月30(月)～令和7年1月3日(金)

ボランティア団体活動紹介 パネル展示

みたかボランティアセンターに登録いただいているボランティア団体の活動をパネルにまとめ、各コミュニティ・センターなど市内で展示を行っています。

三鷹市内のボランティア団体の思いが詰まった展示で、ボランティア団体のことを知ることのできる機会となっています。

ぜひご覧いただき、ご興味のある活動がございましたら、ボランティアセンターまでご連絡ください。(0422-76-1271)



【大沢コミュニティ・センターにて】

【今後の展示スケジュール】

- ・三鷹図書館(本館) 令和7年1月8日(水)～令和7年1月21日(火)
- ・三鷹駅前図書館 令和7年1月22日(水)～令和7年2月5日(水)

ボランティア募集!

ミニミニ広場 ラベル貼り

内容：広報誌『ミニミニ広場』の宛名ラベル貼り
日時：毎月20日 9時30分～2時間程度
※20日が休日の場合は直前の平日
場所：みたかボランティアセンター2階会議室

性別年齢不問！大歓迎

シンプルなお作業がお好きな方

ちょっと参加もOK!



よろしく
お願いします



ミニミニ広場の配達員さんも募集しております！詳しくは中面をチェック！

寄贈のお願い

◆本（幼児書から一般書） ◆炊飯器（10合）

ご持参前にかならず『みたかボランティアセンター』までご連絡ください

ボランティア連絡協議会からのお知らせ

- ☆ふるしき市 1月25日(土) 10時～12時30分 市役所議場棟下 雨天中止
- お申込開始 1月6日(月) 開始 ☎0422-76-1271まで
- ☆世話人会 1月25日(土) 13時～ みたかボランティアセンター2F 上連雀8-3-10 上連雀分庁舎

お問い合わせ みたかボランティアセンター

TEL 0422-76-1271 FAX 0422-76-1273 メール/chiiki@mitakashakyo.or.jp

ボランティア募集

ミニミニ広場やHPに掲載しているボランティア活動を始めたい方は、活動場所ではなくボランティアセンターにご連絡ください。他にもたくさんボランティア活動があります。詳しくは、みたかボランティアセンターHPをご覧ください！
https://www.mitakashakyo.or.jp/vc/volunteer_recruit
 ☎0422-76-1271



ホームページ

高齢

内容	場所	日時	備考
①囲碁の相手 ②英会話の相手	地域密着型通所デイサービス あゆみん家 三鷹市下連雀3-7-16 エミナール1階	①平日（木曜日を除く） 13時30分～15時 ②火曜日 13時30分～15時	①性別年齢不問、認知症に理解のある方 ②性別不問、大学生で英会話をしたい方
レクリエーション活動（音楽系、工作系など）の実施、入居者様のお話し相手	サニーステージ深大寺 三鷹市深大寺2-41-7	日時応相談	性別年齢不問、親子参加可、交通費支給、入居者様は平均介護度2・3位でお元気な方が多いです
ご利用者と一緒に編み物	特別養護老人ホーム ピオーネ三鷹 三鷹市井口1-17-22	14時～1時間程度 月2回	年齢不問、女性希望 交通費支給（上限有） 認知症に理解のある方、車いすを押す体力のある方、活動時はマスク着用必須
中庭の花壇の世話（水やりや雑草抜き）	メディカルホーム くらら三鷹 三鷹市野崎1-15-18	週2回位 応相談	性別年齢不問、交通費支給
①利用者へのお茶出し ②活動のお手伝い ③昼食の下膳 ④利用者とのおしゃべり	高齢者センターけやき苑 三鷹市深大寺2-29-13	①朝9時～または午後2時～ ②10時30分～12時または13時30分～14時30分 ③12時～13時 ④15時～16時	性別年齢不問、センター内はマスクを着用していただきます
ご入居様のお話し相手、散歩、レクリエーションのお手伝い等	デンマークINN 深大寺 調布市深大寺8-14-2	曜日・時間応相談 1～2時間程度	性別不問、成人以上（学生除く） 認知症状に理解のある方 高齢者対応経験があれば尚可 交通費支給（上限有）

障がい

内容	場所	日時	備考
シール貼り等の下請け作業 館内・公園清掃	三鷹ひまわり第二共同作業所 三鷹市上連雀4-1-8 福祉 コアかみれん地下	平日9時～15時30分まで （水曜は14時30分まで） ※祝日は休み	性別年齢不問、マスクの着用をお願いします。1日2名まで受入可能ですが、木曜・金曜日は人数が多いため、受入人数は1名となります
障がいのある方々と一緒に昼食作りやお菓子の製造作業	三鷹ひまわり第三共同作業所 三鷹市下連雀3-11-8	月曜日～金曜日（平日） 9時～15時30分頃 半日、1日でも可能	性別不問、小学生以上、親子参加可、精神障害等に理解のある方、活動時必要に応じてマスク着用をお願いします。利用者のご自分で動いて活動できる方々です。1日1名（1組）受け入れ可能
障がいのある方（小1～大人）の水泳教室指導 《三鷹市特殊赤十字奉仕団》	元気創造プラザ プール 三鷹市新川6-37-1	9月～3月の月1回（日） 8時30分～12時 詳しい日時は お問合せください	性別不問、高校生以上75歳位まで、200m泳げる方、各々の障がいについて理解を深める努力をして楽しい水泳教室になるよう心掛けられる方、団費支払い有（年2000円）、3回教室に参加すると有償ボランティア（金額未定）になります

子ども

内容	場所	日時	備考
手あそび、絵本の読み聞かせ、わらべうた など	親子ひろば ひよこ 三鷹市新川6-37-1 元気創造プラザ1階	月1回程度	性別年齢不問、経験は問いません
子ども（主に小学生）の遊び相手、環境整備、教材準備、学習支援 等	三鷹市東多世代交流センター 三鷹市牟礼2-13-19	月曜日～土曜日（祝日・年末年始除く） 13時～17時の間で可能な時間	性別不問、中学生以上 子どもが好きな方、子どもと遊ぶ体力のある方 ※大学生・一般の方は火曜・水曜の17時～19時の学習支援（中高生向け）もあり
利用者（小学生・中学生）と一緒に遊ぶ、見守り、簡単な作業等	三鷹市西多世代交流センター 三鷹市深大寺2-3-5	月曜日～土曜日の 13時～17時の間で 応相談	性別不問、大学生以上 （高校生は応相談） 健康で継続的に活動する意思のある方 定期で継続的に参加可能な方にはみたか地域ポイント（みたポ）を付与します
子どもたちと一緒にボードゲーム等で遊ぶ	放課後等デイサービスひかり 三鷹市野崎2-17-42 司ビル 1階	月曜日～土曜日 学校がある時 14時30分～17時 学校がない時 11時～15時 頻度日時応相談	性別不問、高校生以上～30代位まで、明るい方、交通費支給、1日2名まで受け入れ可

その他

内容	場所	日時	備考
①来院者への案内（自動再来受付機の説明、診療費支払機の誘導等） ②患者さんへの図書の貸し出し、返却作業	杏林大学医学部付属病院 三鷹市新川6-20-2	週1回、曜日時間応相談 ①月曜日～金曜日、 9時～12時のうちの 2時間 ②月曜日～金曜日、 午前10時50分～13 時10分、 午後12時50分～15 時10分	性別不問、18歳以上70歳未満の健康な方（高校生不可）（単位取得の目的も不可）、麻疹、風疹、水痘、流行性耳下腺炎（ムンプス）のワクチン接種歴2回以上が必須条件です。抗体価を事前確認しますので各項目の抗体検査結果やワクチン接種したことが証明できる書類（コピー可）をご提出ください。 ※交通費支給なし
広報誌『ミニミニ広場』の配達	①井の頭1丁目 …約20件 ②井の頭5丁目、牟礼4丁目 …約40件 ③下連雀3丁目、上連雀1・2丁目 …約15件 ④上連雀2・3丁目 …約20件 ⑤上連雀4・5丁目 …約10件	毎月20日前後から 月末までご都合の良い時間	ウォーキングがてらに！ご家族で！ 三鷹市内のみ！

※活動の際はボランティア保険の加入をお勧めします！
 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況によって変更する場合があります。
 ※状況により一時募集を停止している場合があります。
 ※未成年の方は保護者の方の承諾を必ず得てください！