

# Volunteer Information 日野

ボランティア  
インフォメーション

4

2021年4月号  
日野市ボラン  
ティアセンター



オンライン (Zoom) 同時開催!

## 見つけよう! 新しい自分 新しい仲間

# まち活

4/25(日)

13:30~15:30(13:00開場)

【会場】中央福祉センター (日野市日野本町7-5-23)

住み慣れた  
地域で活動したい!



誰かの役に  
立ちたいな!



## 第1部 経験者は語る!

## 第2部 交流会

多分野で活躍する地域活動の先輩が、活動を始めたきっかけや想いを語ります。

### 人生は「2周目」から面白い?

北川弘昭氏 (福祉タクシーあいる)

### “わが子”から“地域”へ

高木千津子氏 (日野子ども劇場)

### 音楽で暮らしを豊かに!

坂本徳廣氏 (かわせみハーモニカアカデミー)

### ボランティアで輝く毎日

今城則子氏 (地域ボランティア)

### 地域にあたたかい風を!

矢崎功氏 (南平地区社会福祉協議会)

地域で活動している人と語り合おう!

各分野で活動するメンバーに活動の魅力ややりがいを聞いてみましょう!

あなたにぴったりの活動が見つかるかも!?

### 経験者ってどんな人??

第1部で登壇するお二人のあらすじを  
ちょこっとだけ先取り紹介!



#### 高木千津子さん

これまで自分の子どもと楽しんできた時間を、今度は地域の子もたちと一緒に楽しみたい!!



#### 矢崎功さん

今度は私が恩返しを! 家族が地域にお世話になったので、自分の時間を地域のために役立てたい!

【参加方法】会場参加またはオンライン (Zoom) 参加

【会場】中央福祉センター (日野市日野本町7-5-23)

【定員】会場は定員20人、オンライン参加は定員50人

【対象】地域活動に興味のある方はどなたでも!

※新型コロナウイルス感染拡大の影響により開催内容が変更となる可能性があります。  
※本イベントは感染対策を十分行った上で開催いたします。



申込フォーム

申込方法は  
3ページへ!

# ボランティア募集情報



2021年4月現在、新型コロナウイルス感染拡大予防のため

下記掲載施設を含め、すぐにはご紹介できない施設が多数あります。

活動可能な施設につきましては、

ボランティアセンター(☎=042-582-2318)までお問合せください。

※活動時は「マスク着用」「体温測定」「手指のアルコール消毒」を忘れずに♪

HAPPY  
EASTER!



## 高齢者に関わる活動

ゆったり過ごそう♪  
**デイサービスあすなろ／百草**

(4月号まで掲載) 2019-271

高齢の方が日中通う施設です

◎利用者のお話し相手

◎トランプのお相手

日時：月～金のいずれか

12：30～1時間程度

毎日の暮らしに彩りを！  
**マザアス多摩川苑／万願寺**

(4月号まで掲載) 2019-255

高齢の方が日中通う施設です

◎園芸活動の手伝い

日時：第3土曜 13：45～15：00

のんびりお話しませんか  
**スタジオアクオ／百草**

(4月号まで掲載) 2019-268,269

高齢の方が日中通う施設です

◎利用者のお話し相手

日時：月・水・金 11：00～12：00

もしくは 15：00～16：00

◎囲碁のお相手

日時：月・金 15：00～16：00

歴史について語り合おう！  
**小規模さかえまち／栄町**

(4月号まで掲載) 2019-209

高齢の方が通いや生活をする施設です

◎歴史好きな利用者のお話し相手

日時：月曜日 10：30～11：30

もしくは 14：00～15：00

昨年できた新しい施設です  
**花子／多摩平**

(4月号まで掲載) 2019-091 他

高齢の方が通いや生活をする施設です

◎食事配膳等の補助

◎シーツ交換

◎利用者のお話し相手

◎手芸の指導

日時：曜日・時間帯応相談

趣味を生かすチャンス！

**サルビア／万願寺**

(4月号まで掲載) 2019-284～286

高齢の方が通いや生活する施設です

◎利用者のお話し相手

◎囲碁のお相手

◎将棋のお相手

日時：応相談

## 障害児・者に関わる活動

得意を生かしましょう！  
**やまばと／旭が丘**

(4月号まで掲載) 2020-005,006

知的・発達障害のある方が

日中通う施設です

◎オセロの相手

日時：木曜日 9：30～11：30

◎手芸の簡単な指導

日時：木曜日 午前、水曜日 午後

歴史ある施設です  
**光の家／旭が丘**

(4月号まで掲載) 2019-005,006

視覚障害のある方が生活する施設です

**光の家就労ホーム／旭が丘**

知的障害のある方が働く施設です

◎日中活動の補助・作業補助

日時：曜日・時間帯応相談

## その他の活動

貴重な文化財を守ろう！  
**小島善太郎記念館／百草**

(4月号まで掲載) 2020-002

画家小島善太郎が晩年を過ごした

居宅や作品を展示する記念館です

◎記念館の清掃・除草など

(落ち葉の清掃や木々の剪定作業)

日時：開館日(土日祝日)以外



## ホスピタルアートを作ろう！「夏」編

スウェーデンをはじめ世界各国で取り組まれている「ホスピタルアート」。病院や高齢者施設をアート作品で彩り、患者さんや家族、働く人の心の癒しにつながります。今月も、日野市万願寺の高齢者施設「介護老人保健施設ロベリア」に飾る「夏」の作品を募集します！おうちでゆったりのんびり、すてきな贈り物を作ってみませんか♪



初夏・梅雨の作品大歓迎！

無事に届いたか気になる！という方は名前・住所・電話番号を同封ください♪



### カラフルな傘を作ろう！



申込不要！

**4月30日（金）**  
**14：00～15：00**  
 【ミーティングID】  
 975 8326 4273  
 【パスコード】  
 3650

【募集期間】 4月1日（木）～5月31日（月）

【募集内容】 折り紙や布で作成した「夏」の作品、お一人20点まで

【送付方法】 下記窓口へ持込みまたは郵送（※ロベリアへの直接持込み・郵送は不可）

【受付窓口】 ①日野市ボランティア・センター（〒191-0011日野市日野本町7-5-23 中央福祉センター内）  
 ②日野市社会福祉協議会 高幡事務所（〒191-0031日野市高幡1011 福祉支援センター内）

【お問合せ】 日野市ボランティア・センター（TEL＝042-582-2318）



←申込QR



オンライン（Zoom）同時開催！

無料

見つけよう！新しい自分 新しい仲間

4/25（日）

13:30～15:30

まち活

【会場】

中央福祉センター  
 （日野市日野本町7-5-23）

参加団体
市民サポートセンター日野
南平地区社会福祉協議会
ひの市民活動ネットワーク
日野市ボランティア・センター
ひの・まちの生ごみを考える会
ひの市民リサイクルショップ回転市場
小水力発電を実現する市民の会
日野団塊世代広場
ひの炭やきクラブ

参加団体
福祉カフェテリア
日野福祉の学校
日野子ども劇場
無料学習塾日野すみれ塾
日野走友会
落川JAZZグループ
日野マジッククラブ
シニアネットクラブ

#### 【申込方法】

電話・FAX・メール・QRコード  
 いずれかの方法で、

4月19日（月）までに

- ① 氏名
- ② 電話番号
- ③ 年代
- ④ 参加方法（会場／Zoom）
- ⑤ メールアドレス
- ⑥ 興味のある分野  
 （まちづくり／環境／福祉／子ども／生活）  
 をお知らせください。

#### 【申込先】

NPO法人 ひの市民活動ネットワーク

TEL／FAX＝042-581-6144

（TELは平日9時半～16時半）

メール＝hino-cagcm@tokyo.email.ne.jp

# まちに加わるポータルサイト



## 「ひのう」を活用しよう！

日野（Hino）を知る（Know）！

### Hi Know!（ひのう）ってなに？

日野市内のイベントやサークル、市民活動団体を紹介するポータルサイトです！

休日のお出かけ先や新しい趣味を見つけたいあなたに！まずは気軽に検索を♪



QRコードからも閲覧できます！



### こんな時に活用できます！

**Aさん（40歳女性）**

子育てが落ち着いたから  
趣味の合唱を再開したい！  
いい団体あるかしら？  
→ **活動団体を見る**を検索！

**Cさん（38歳男性）**

最近引っ越してきたばかり。  
日野の魅力を知りたい！  
→ **まち記者取材記**を検索！

**Dさん（75歳男性）**

土日に孫と一緒に参加できる  
イベントはないかな？  
→ **イベントを探す**を検索！

### 春のおたより募集中！！

日野の春の訪れをみんなで楽しみませんか？  
春の草花や生き物の様子、街の風景など  
気軽にパシャリと撮影した一枚を  
ボラセン公式LINEに送ってください♪  
いただいた写真はHi Know!の  
「まち記者取材記」に掲載します！



公式LINE登録  
はこちらから

写真1枚と

- ①ニックネーム
  - ②タイトル
  - ③一言コメント
- をお送りください！



まずは「ひのう」で検索！

ひのう

検索

### 【お問い合わせ】

Hi Know!事務局(日野市ボランティア・センター) 日野市日野本町7-5-23 中央福祉センター内  
TEL=042-582-2318 FAX=042-582-0082 メール=hino-vc@hinosuke.org

会場参加

少人数 DE まなぶ スマホ

無料



## はじめてのLINE (ライン) 講座



メールよりも簡単にメッセージが送れる「LINE (ライン)」を学んでみませんか？

4月23日 (金) 14:00~15:00

4月27日 (月) 10:00~11:00

【内容】LINEの使い方 (各回同じ内容です)

【会場】中央福祉センター

(日野本町7-5-23、駐車場あり)

【定員】各回10人 (先着順)

【持ち物】スマートフォンまたはタブレット



【こんな疑問にお答えします！】

- ・どうやって始めるの？
- ・文字の入力ってどうするの？
- ・スタンプってどうやって使うの？
- ・電話もできるって聞いたけど...

★お申込★

ボランティアセンターまで「電話/メール/QRコード」にて

①氏名②電話番号③希望日④使用機器 (スマホ/タブレット) をお知らせください。

メール=hino-vc@hinosuke.org TEL=042-582-2318



申込用QR

Zoomまたは会場

おうち DE まなぶ オンライン

無料



## オンライン (Zoom)おためし講座



「Zoom (ズーム)」とはパソコンやスマートフォンで簡単につながるテレビ電話機能のこと。会議に参加したり、講座を受けたり、とっても便利！この機会に覚えてみませんか？



入門編



ステップアップ編

4月14日 (水) 10:00~11:00

4月19日 (月) 14:00~15:00

4月15日 (木) 14:00~15:00

4月21日 (水) 10:00~11:00

Zoomをはじめて使う人にオススメ！

Zoomの基本的な使い方をご説明します！

【参加方法】Zoomまたは会場 (会場は先着5人)

【会場】中央福祉センター (日野本町7-5-23)

Zoom会議を主催したい人、

一歩進んだテクニックを身に着けたい方に！

【参加方法】自宅または職場からZoomで参加

※会場開催はありません

★お申込★

ボランティアセンターまで「メール」または「QRコード」にて、①氏名②電話番号③希望日時

④使用機器 (PC/スマホ/タブレット) をお知らせください。※会場参加は「電話」申込も可

メール=hino-vc@hinosuke.org TEL=042-582-2318



申込用QR

## 日野市ボランティア・センター LINE公式アカウント始めました！

月1~2回、オンライン講座の情報や

ボランティア情報をお届け！

ボランティア相談も承ります！

友達登録はこちらから♪ →



## Zoom接続テスト

Zoomがうまくつながるか不安な方に！

【日時】毎週月曜日 (祝日除く)  
10:00~10:30

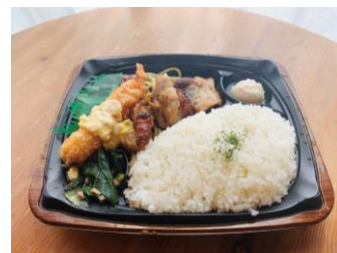
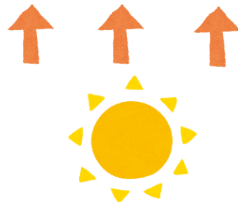
【ミーティングID】929 8000 0990  
【パスコード】12345

# 美味しい写真の撮り方

先日行った「まち記者講座」で、講師の大池昴之さん（有限会社 大池デザイン）から「写真の撮り方のコツ」を教えてくださいました。美味しそうに撮れる2つのポイントをみなさんにもシェアさせてもらいます。参考にして、みんなで日野のいいねを発信しましょう！

## ポイント1：照明を考える！

食べ物を美味しく撮るには「逆光」がオススメ！  
（風景などを取る場合には、「順光」がオススメです）



## ポイント2：構図を考える！

食べ物を美味しく撮るには、近くまで寄って、なおかつ奥行きを出す！  
（被写体を持って近づけると簡単に遠近感が出ます）



写真提供：有限会社 大池デザイン

## ■ 助成情報 ■

事業・団体名	募集日程	助成対象分野	送付及び問合せ先
【日本生命(ニッセイ)財団】 2021年度 ニッセイ財団 高齢社会助成 「地域福祉チャレンジ 活動助成」	2021年 5月31日(月) 消印有効	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 福祉施設や福祉・介護・保健・リハビリテーション専門職と地域住民の協働によるインフォーマルなサービスづくりへ向けてのチャレンジ活動</li> <li>2. 認知症(若年性認知症を含む)の人、家族と地域住民がともに行う安心、安全に暮らせる地域づくりへ向けてのチャレンジ活動</li> <li>3. 人生の看取りまで含む生活支援*につながる実践へ向けてのチャレンジ活動 *日常生活支援、身元保証、死後対応等</li> <li>4. 高齢単身者、家族介護者を含めた複合的な生活課題に対する(家族への)支援につながる実践へ向けてのチャレンジ活動</li> <li>5. 高齢者、障がい者、子ども等全世代交流型の活動・就労の機会提供、社会参加づくりへ向けてのチャレンジ活動</li> </ol>	〒541-0042 大阪市中央区今橋3-1-7 日本生命今橋ビル 4F  ニッセイ財団 高齢社会助成 事務局  TEL：06-6204-4013 FAX：06-6204-0120

# ボランティア版

## 切手・カード・ペットボトルキャップのご提供ありがとうございます

阿川サイクルセンター、秋間ボーリング商会、あしなが育英会、石坂ファームハウス、石塚正勝、伊勢屋呉服店、珈琲ハウスあんず村、いわき海星高校野球部応援団日野支部、インド食堂アンジュナ、栄光会、おおぞら、落川交流センターほたるの里、学朋日本語学校カメラの市川、グループホームしらかば、さいたま市大信工業、相模原市宮崎会計事務所、清水工房揺籃社、潤徳小学校30年卒業組、小島善太郎記念館、食事処千寿庵、食品の店おおた、市立平山小学校支援(根津)、神具仏具かどや、新町郵便局、寿司正、鈴木直美、聖光学院高校野球部応援団日野支部、鮮魚魚久、大平整骨院、高砂熱学東京本店、駄菓子はしもと、高幡台老人ホーム、高幡不動尊、高幡まんじゅう松盛堂、滝瀬米店百草店、立川市岩本でんき、多摩平リフォームのハウスコート、中央大学、中央大学OB八日クラブ、中央大学内郵便局、中央大学ボランティアセンター、帝京大学・帝京大学短期大学八王子キャンパス、手打蕎麦・むら岡、たまご屋、東京グローバル日本語学校、東京日野プロバスクラブ、とうふ処三河屋高幡本店・万願寺店、デイサービス・ツクイ日野、船田佳加、東邦歯科医療専門学校、都立二商36年1組同期会、都立二商硬式野球部又達会、都立二商排球部、東新観光、中島寝具店、麦倉眼科、七生中学校OB平潤会、七生中学校OB平潤会V・C、七生中学校出水先生33年絵画部有志、七生中学校同窓会、日野市役所七生支所、ネットヨタ日野パイパス店、八王子玉泉寺、パティスリードゥ・シェフ・フジウ、パン工房HANA、ひなたぼっこ、フルーツみすみ、日野自動車36ぼたん会、日野自動車販友会、ひの写真散歩(游寿)、平山小学校30年卒業組、平山台文化スポーツクラブ、平商事堀内ふとん店、マジオドライバースクール多摩校、町田市笠間吉之助、町田市菓舗中野屋、三沢町久富歯科、南観光交通、百草食品、南平富士屋洋品店、平緑と水のネットワーク、森久保クリニック、八重山商工高校野球部応援団日野支部、やきとり・よっちゃん、明星大学ボランティアセンター、焼肉彩苑モランボン、薬局しらい、山田哲美、柚木農場、洋菓子マロニエ、リヴェージュ百草園、湯沢福祉センター、レストラン木馬、ロベリア、和菓子の季よせ

(順不同敬称略。法人格等も省略させていただいております。対象期間：2021年2月1日～2月28日)

## 本紙を置いてくださっている配布協力店一覧

- きなせ屋 ● cafe シェ・ヌ ● うの花亭 ● 豆富処 三河屋 ● イマイドラッグダイユ- 南平店 ● 一品料理 大関
- サカエヤ茶楼 ○ スローワールドおちかわ屋 ○ 炭火焼肉しろやま ○ Bakery Poco a poco ○ 多摩バードクリニック
- 焼肉 幸楽園 ● 麒麟坊 ● 物集女 ● クレープの店 ちゃとらん旭が丘店 ● うなぎ藤田 ● バーゼル豊田店
- イタリアンワインバーフレスコ ○ リストランテ ピッコロレガーロ ○ 定食みつはし ○ KUPLI ○ レストラン木馬
- 百草食品 ● 高幡まんじゅう松盛堂 ● 阿川サイクルセンター ● パン工房HANA ● 鮮魚魚久 ● 寿司正
- パティスリー・ドゥ・シェフ・フジウ ○ 珈琲ハウス あんず村 ○ こだわりシチューのお店「長屋」 ○ やきとり「よっちゃん」
- 手打蕎麦・むら岡 ● インド食堂アンジュナ ● コミュニティカフェ はっぴーらいふ ● Canaan ● ふれあいの森
- サロン・ド・ハーモニー ○ マジオドライバースクール多摩校 ○ リサイクルショップ「ハートリボン」 ○ カフェ平山台
- パンの店あおいとり ● 鮭千 ● スーパーアルプス(日野店・南平店) ● コープみらい(日野駅前店・高倉店)
- いなげや(日野万願寺駅前店) ○ 食品の店おおた(多摩平店・神明店) ○ ヤオコー日野南平店 ○ SAP日野店
- フーズマーケットさえき多摩平の森店 ● 割烹「よこ坂」

## ペットボトルキャップリサイクル活動報告



2021年2月13日～2021年3月15日分

重さ 約224,70kg(約96,621個) ワクチン合計 約74人分になりました。

ワクチンの種類<ポリオ・MMR・BCG・MR・DPT>

- ※お願い (1) リサイクルの対象となるのは、ペットボトルキャップまたはプラスチック素材のキャップです。それぞれ別の袋に分別してください。  
(2) 汚れているキャップは、軽くゆすいでよく乾かしてからお持ちください。  
(3) 活動に参加する際は、ペットボトルキャップの3R(リデュース=減らす、リユース=再使用、リサイクル=再資源化)にご協力ください。

◆ 日野市ボランティア・センター (日野市日野本町 7-5-23 ☎ 042-582-2318)

◆ 日野市社会福祉協議会・高幡事務所 (日野市高幡 1011 ☎ 042-591-1561)

# 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」！

まちづくり人プロジェクト委員



藤田博文さん

自立生活センター日野事務局  
次長  
日野市障害者差別解消推進条  
例策定検討委員会委員長

重度な障害があつても地域で暮らしたい。自立生活センター日野は障害当事者がロールモデルとなって自立生活実現のためのお手伝いをしています。

私は大学2年生の終わりにスノーボードの事故で頸椎損傷になりました。首から下が動かない体は想像していた以上に不便で、料理人になる夢を奪いました。いつも私の夢を応援してくれていた母は、大学入学祝に一本の牛刀をプレゼントしてくれましたが、もう夢は叶いません。手術後、全身麻酔から覚めて最初に聞こえてきたのは「俺が

スキーなんて教えたから」と自分を責める父の声でした。「ごめんね」と両親に申し訳ない気持ちでいっぱいでした。

2001年9月1日、アメリカ同時多発テロが世界に衝撃を与えます。多くの人が理由もなく命を落とす映像を見て、「首は折れたけれど生き残ったのだから何かしないといけない」。もう一度大学生になるといふのはとても勇気のいることでしたが、大学の学びや出会い、すべての体験が障害者として生きるための経験となり、そして活動の幅も広がりました。

現在は日野市障害者差別解消推進条例策定検討委員会の委員長を務めさせてもらったほか、JICA草の根技術協力事業では南アフリカにおける自立生活センター設立と人材育成のため現地へ訪問しています。国内外を含め、これまで多くの人たちとの出会いが自分の進むべき道を示してくれたと強く感じています。まちづくり人プロジェクトの出会いが、障害という垣根を超える活動になることを願って一歩ずつ進んでいきたいと思っています。



藤田 博文さんもお出演されている「地域共生社会を考えるオンラインフォーラム」 →→→  
「無意識の思い込み（偏見）アンコンシャス・バイアス こうした心遣いでみんな幸せ！」

「無意識の偏見（アンコンシャス・バイアス）」の視点から、障害のある人をはじめ多様な人々にとって暮らしやすい町づくりとは」について考えるフォーラムをオンラインでご覧いただけます。（限定配信）



こちらから視聴

「まちづくり人プロジェクト」が進んでいます！

約20人の委員と2018年にスタートした「まちづくり人プロジェクト」。市民が気軽に集うオープンな対話の場づくりや、当事者の想いや声の発信を通して、市民一人一人が自由に楽しみながら「まちづくり人」として活躍する社会、多様な人々が共生する社会を目指します。今後の企画をお楽しみに！

## 編\*集\*後\*記

先日式典の司会をする機会があり、1年ぶりにスーツを着たところ、パンツのボタンが...あれ...届かない...。たった1年でお腹とお尻が大成長を遂げたようです。これがコロナ太りか！！でも、食いしん坊なのでご飯もおやつもガマンしたくない...ということで筋トレを頑張ってます。スリムな堤に、乞うご期待！（堤 彩）

東日本大震災から10年が経ちました。みなさんも3月11日は思い思いの日を過ごしたことと思います。私は当時大学に入学する直前に双葉町や仙台市で被災した青年たちと数人で、この10年を語り合いました。困難を乗り越え、今もあの日と向き合っている若者たちの強さと頼もしさを感じました。（宮崎雅也）