

from ボランティアセンター

〈ボランティアセンター〉
月～金曜日 午前8時半～午後5時15分

☎042-475-0739

お知らせ 頼れる地域のご近所さん ★ 特技ボランティア一覧

ボランティアセンターに
登録する個人・団体の
特技ボランティア一覧が
できました!

社協ボランティアセンターで配布中・
ホームページからダウンロードもでき
ます。

※依頼者の実費負担(交通費や材料代、資
料代など)が必要な場合があります。



社協ホームページ

知識と技術を教えます

書道、煎茶道、心肺蘇生法、AED使用法、
応急手当全般、防災セミナー、避難所サポ
ート、自然観察会、自然体験、車いす体験、ア
イマスク体験、高齢者疑似体験、フラワーアレ
ンジメント、ピアノ、合唱、ウェルカムガーデン
(山野草)、マインド・フルネス入門、美容、アロ
マテラピー、ハーブ、英語、生物

お役に立ちます

お困りごとの手伝い、食の支援、車い
すの外出支援、視覚障がい者ガイドヘル
プ、短時間の子どもの見守り、音声サ
ポート、手話、イベント・行事の手伝い、イ
ラスト、ハンドケア

披露します

コメディ・エンターテインメント、ジャグ
リング、マジック、紙芝居、絵本読み聞かせ、
腹話術、人名和歌(人名を即興で和歌に)、
楽器演奏(オカリナ、のこぎり音楽、尺八、
バイオリン、フルート、アルトサクソ、ピ
アノ、銭太鼓、ハーモニカ)、どじょうす
くい踊り、唄、オペラ、詩吟、日本の名曲を
英語で歌おう

お相手します

囲碁、麻雀、傾聴、オンライン傾聴、
将棋(入門)、ポッチャ

ご相談にのります

よろず相談、聞こえの悩み相談

上記のほか、市内学校に出前講座をする「ボランティアスクール」も紹介・調整しています。

紹介・調整例

- 認知症カフェの演奏・披露ボランティア(依頼者:市内病院)
→アルトサクソ演奏(個人)、マジックBOX(登録団体)を紹介
- 医療講演会の設営・片付け(依頼者:当事者団体)→個人ボランティアを紹介
- 視覚障がいガイドボランティア(個人)→個人ボランティアを紹介
- 美容の出前講座とハンドケア(依頼者:ミニデイホーム)→個人ボランティアを紹介
- フラダンスの披露(依頼者:ミニデイホーム)
→NANIPILINAHulastudio(ナニピリナフラススタジオ)(登録団体)を紹介
- 車いす体験、アイマスク体験、高齢者疑似体験(依頼者:市内小学校)
→シニアアシスト・おもいやり(登録団体)を紹介

個人・団体の登録募集

ボランティアセンターに寄せられる
「ボランティアして欲しい」相談を、登録
する個人・団体に紹介します。
ボランティア活動に興味がある方なら、
特技がなくても大丈夫。登録時にお話を
聞いて、関心があるテーマのボランティ
ア団体や福祉施設などをご案内します。
詳しくは、ボランティアセンターまでお
問い合わせください。



みんなで楽しくフラダンス♪

〈地域福祉コーディネーター事業〉

ちょっと気になる 身近な困りごとは地域福祉コーディネーターへ
市受託事業として西部地域(小金井街道西側の地域)に担当職員1名を配置しています。

生活の中での悩みや困りごと、地域の中で感じていることや気になっていることなど、自分だけではなくお知り合いのことでも結構です。地域の皆さまと協力して解決に向けたお手伝いをします。

募集 お話を聞くだけでもかまいません ひがしくるめ ひきこもり家族会

家族が学校にいかない、家にこもっている、仕事をしていない、関わり方が
わからない・・・悩んでいるのはあなただけではありません。家族同士で悩み
を分かちあい、つながり支えあう会です。ほっとできる場としてお気軽にご参
加ください。

※この会は、ご家族とサポーター(不登校支援者、障がい者福祉事業者等)で運営しています。

お気軽に
ご参加
ください

日時 ① 9月10日(日)、② 10月15日(日)、
③ 11月12日(日) 午後2時～4時
(午後1時45分受付、入退室自由)

場所 ①③ 中央町地区センター2階(中央町6-1-1)、
② 市役所7階701会議室(本町3-3-1)

対象 ひきこもりでお悩みの家族または本人

定員 20人(各開催日の4日前までに申し込み)

内容 参加者同士の交流

参加費 無料

申込 申込フォーム、電話

1 氏名(ふりがな) 2 電話番号
3 年代 4 お住まいの市
をお知らせください。



こんなお話がありました

- ・本人が気軽に参加できる場所があると良い
- ・健康診断など市民みんなに案内されるもの
で、外出のきっかけが欲しい
- ・病院や薬との付き合い方
- ・家族の悩み、ひきこもり経験者の体験談
(話した内容や個人の秘密は守ります)

【連絡先・問い合わせ】市地域福祉コーディネーター(社会福祉協議会ボランティアセンター)

☎042-475-0739 ☎042-476-4545

募集 ご家庭で不要な食品をお寄せください (フードドライブ活動)

ご家庭で使う予定のない食品等を持ち寄り、必要とする方にお渡しします。
皆さまのご支援をお待ちしています。

対象商品 お米やうどん、パスタなどの乾麺、海苔などの乾物類、缶詰、インスタント・
レトルト食品、コーヒーやお茶、アルコール類を除く飲料など。
その他日用品(新品学用品やタオル、生理用品)

条件 賞味期限が明記されていて令和6年1月1日以降のもの、未開封で包装や外
装が破損していないもの、生鮮食品以外のもの、常温保存が可能なもの

受付 10月8日(日)～11月5日(日)午前9時～午後5時
地区センターは火曜・祝日以外

場所 5地区センター(中央町、浅間町、野火止、八幡町、南町)
3地域センター(西部、東部、南部)
シャローム東久留米(南沢5-18-36)
詳しくは二次元コードを参照

〈食品等受付場所〉



募集 寄付支援のお願い

フードパントリー活動は、皆さまのあたたかい
ご支援で支えられています。フードドライブだけ
では不足する食品(パックご飯、レトルト食品等)
100食分確保のため、寄付金によるご協力をお
願います。

〈振込先〉りそね銀行 東久留米支店
〈番号〉普通 4362165
〈名義〉ヒガシクメフードパントリー・ヒヨコ

食品等を無料で配布します フードパントリーin市民プラザ

家庭に眠っている食品や食べられるのに廃棄されてしまいうような食品を集め、「食」を応援
する取り組みです。持ち帰り用のかばんや袋をご持参の上、お気軽にお立ち寄りください。
また、一緒に取り組む仲間を随時募集しています。

【日時】11月18日(土)午後1時～3時
【場所】〈市役所〉市民プラザホール・屋内ひろば
【申込】10月16日(月)～28(土)までに事前予約(LINE、メール、電
話)。予約なしの場合は当日午後2時以降の受け付けになり
ます。詳しくは、駅・公共施設等の配架チラシをご覧ください。
【共催】東久留米フードパントリーひよこ実行委員会
東久留米市社会福祉協議会
【協力】東久留米市・おかしりパントリーたまご

【連絡先・問い合わせ】
東久留米フードパントリーひよこ
▶メール hiyokorice@gmail.com
▶080-5652-1057 / 田守(たもり)
(平日)午後1時～4時
▶080-2007-3558 / 古谷(ふるたに)
(平日)午後7時以降(土・日)午後1時～4時
ショートメール・メール可 ※要名前明記
▶LINE ID @119rznzw フードパントリーひよこ_2311



フードパントリーひよこ
LINE友だち追加
QRコード

報告 東部地域 小地域福祉活動 安心して心豊かに暮らせる地域づくりにむけて 大門町二丁目地域 暮らしに関するアンケート調査

大門二丁目アパート自治会と社協が協力し、日ごろ気になっている心配ごと
や課題をお聞きするためにアンケートを実施しました。

《対象》 大門二丁目アパート1・2・3号棟にお住まいの方 165世帯
《回答数》 55件、回答率33.9%
《期間》 令和5年3月1日(水)～3月20日(月)

アンケートでは、世帯の状況やご近所
との関係、地域内の課題などの現状や希
望する支援について聞きました。

集計結果から、90%以上が何らかのご
近所づきあいがあることがわかりまし
た。「日ごろのお付き合いが大事だ」「話
を聞いてもらうだけでほっとした」など
の意見を沢山いただきました。電球交換な
どのちょっとしたお手伝いが必要として
いる人、買い物に不便を感じている人、
ゴミ出しの問題を抱えている人などが
いることもわかりました。

また、大門二丁目アパート近くには、障
がい者施設の(福)森の会広域地域ケア
センターパオバや同じくすぐのこえい

ぶるがあり、その活動について知って
いる人が多くいました。
アンケート調査の結果は地域の皆さん
と共有し、明らかになった課題について、
一緒に考えていきます。9月には、住民を
対象にアンケート報告会を開催する予定
です。対象地域にお住まいの方には詳細
が決まり次第ご案内します。

報告会

日時:9月下旬予定
会場:大門二丁目アパート集会所
内容:アンケート結果の報告、その他

【問い合わせ】小地域福祉活動担当 ☎042-471-0294

募集 スマートフォンを基礎から学ぶ 『スマホ連続講座』 受講者募集(10月～12月)

〈週1回・10週連続〉
木曜・金曜の2コース開催(午前中)

スマートフォンの基本的な操作や利用料金、契
約内容や機種変更など、それぞれが抱えるちよ
つとした疑問にお答えします。

内容 電話やLINE(ライン)、インターネット検索、乗換案内、地図
の使い方など ※個別の相談に答える時間もあります
日程 木曜コース 10月5日～、金曜コース 10月6日～
時間(いずれも9時半～正午(うち講義は10時～11時))
講師 鈴木 雄大氏(東久留米駅東口でスマホ総合相談所を運営)
対象 60歳以上の市民
参加費 6,000円(保険料・テキスト代を含む)
申込 9月20日(水)午後1時～(下記電話にて受付)



「一度では覚えられない」「その
場ではわかったが家に帰るとでき
ない」などでお困りの方におすす
めの講座です。

◀講師の説明に熱心に耳を傾けます

【問い合わせ】中央町地区センター
※午前9時～午後5時・火曜・祝日休み ☎042-479-5550

みんなの助け合い♡支え合いで住みよい街へ 『ふれあいサービス』 協力会員募集!

「困ったときはお互いさま」で行う社協会員相互の助
け合い活動です。高齢や障がい、産後などで日常生活を
営む上でお困りの方に、家事のお手伝いをしてくださ
る方を募集しています。最近、特に産後の家事援助につ
いて相談が増えています。週1回1時間など、手の空いた
時間で地域福祉の活動にご協力ください。

- ◆条件 18歳以上で心身ともに健康で当事業の主旨に賛同する方。
提供できる内容を選んで登録します。
- ◆内容 食事の支度、衣服等の洗濯・つくり、住居の掃除・整理、
生活用品の買物、お話し相手・朗読・代筆、外出・通院付き
添い、その他。
- ◆協力会員登録の流れ
まずは、電話で資料請求をしてください。郵送資料をご確
認の上、電話にてご相談と詳細説明(30分程度)、登録手
続きの来所日を予約します。
- ◆謝金
月曜日から土曜日 午前9時～午後5時 800円/1時間
上記以外の時間 日曜・祝日・年末年始 1,000円/1時間
- ◆年会費
登録時に社協年会費が必要です。
(正会員1,000円以上)

ご利用事例

前回、産後すぐに頑張りすぎ
て体調を崩してしまったAさん。
ご家族が遠方でサポートを受
けることが難しい状況です。次
の出産後は身体をしっかり休
めたいところですが、上のお子
さんの世話もあるため、掃除や
食事の準備を協力会員がお手
伝いしました。

【問い合わせ】ふれあいサービス ☎042-473-0294