



西東京ボランティア・市民活動センター

ぼらんていあ

倶楽部

平成24年 9月 1日 第69号

〒188-0011

西東京市田無町 5-5-12 田無総合福祉センター

TEL 042(466)3070 FAX 042(466)3555

E-mail info@nishitokyo-vol.jp

Website http://www.nishitokyo-vol.jp

月曜日～土曜日 8:30～17:00

日曜日・祝祭日・年末年始休み

相手を思いやる大切な“聴き役”

傾聴ボランティア活動してみませんか？

傾聴ボランティア講座

10月15日(月)～11月12日(月)

13:00～16:00 毎週月曜日

田無総合福祉センター3階第1会議室

参加費：7,000円とボランティア保険代

西東京ボランティア・市民活動センターには、高齢者施設や在宅の高齢者・障がい者の方を中心に「傾聴」「話し相手」を希望される依頼が多く寄せられています。また「子育て中のお母さん」「仕事で疲れている会社員」「家族を介護中の方」など、対象となる方は、とても幅が広く多岐にわたっています。相手の気持ちに寄り添って、お話を伺う「傾聴」のニーズは年々高くなっています。

今回は、5日間の講座の中で、傾聴活動に関する基礎的な知識を学び、多くのロールプレイや実践に即したワークを行っていただきます。受講後は、傾聴ボランティアとしてボランティア活動に参加していただきます。



2010年傾聴ボランティア講座より
受講生ロールプレイの様子

傾聴ボランティア講座の内容

1日目 10月15日(月)13:00～16:00

「傾聴」とは 講義:「聴く」について

体験ワーク:自己紹介ワーク

グループワーク:1対複数の会話

2日目 10月22日(月)13:00～16:00

聴く態度を体験的に学ぶ

講義:傾聴のポイント

体験ワーク:1対1の会話

3日目 10月29日(月)13:00～16:00

「聴く」に必要な客観的視点を養う

講義:傾向の心構えと基本スキル

体験ワーク:話し手&聴き手&観察者のワーク

4日目 11月5日(月)13:00～16:00

活動者からの事例報告

傾聴ボランティア活動者の体験談

5日目 11月12日(月)13:00～16:00

傾聴の基本姿勢と実際の対応

講義:実際の傾聴に必要な知識と理論

体験ワーク:①受容・共感のワーク

②ロールプレイ



傾聴ボランティアフォローアップ
交流会

申込方法

対象者：傾聴ボランティアに関心がある方。受講後、ボランティア登録の上、傾聴ボランティア活動が可能な方

参加費：7,000円＋ボランティア保険代(300～1,400円)

申込方法：電話またはFAXで受付

氏名・住所・電話番号・年齢をお知らせください。

定員：30名 応募者多数の場合は抽選になります

受付期間：9月18日(火)～10月6日(土)

電話の場合、日曜・祝日を除く9:00～17:00

申込先：西東京ボランティア・市民活動センター

TEL:042-466-3070 FAX:042-466-3555



「ボランティアのつどい」実行委員を募ります！

いっしょに企画してください！

9月25日(火)に「第11回ボランティアのつどい」の1回目の実行委員会をスタートします。第11回目の「ボランティアのつどい」は、①できるだけたくさんの方にボランティア活動に関心を持って参加してもらうこと②ボランティア活動をしている人同士が知り合うことなどを目的に、どのような「つどい」にしたらいいか、一緒に考えていただく実行委員を募集します。

実行委員会日程

日 時：9月25日(火)18:30～

場 所：田無総合福祉センター2階視聴覚室(予定)

実行委員のお申し込み

問合せ：西東京ボランティア・市民活動センター TEL:042-466-3070 FAX:042-466-3555

皆さんのボランティア活動への思いを「素敵なかたち」にしてください!!



第10回ボランティアのつどい
会場のパフォーマンス2012/4

初心者点字教室のご案内

日 時：10月25日(木)・11月8日(木)・11月22日(木)10:00～11:30

場 所：保谷ボランティア活動室1(保谷東分庁舎：西東京市中町1-6-8)

実施団体：点字ボランティアグループ「どんぐり会」

内 容：初歩的な点字の書き方を学ぶことで、点字についての理解を深める。点字を通して、障がいをお持ちの方へのサポートを学び、希望者には、点字ボランティア活動に参加していただきます。

定 員：6名(先着順)

参加費：無料

申込み：電話：月～金曜日 9:00～17:00

FAX：名前、住所、電話番号を明記のこと

締 切：10月1日(月)～10月19日(金)17:00まで

連絡先：西東京ボランティア・市民活動センター

電話：042-466-3070 FAX：042-466-3555

教室の内容

点字の書き方

道具について

仮名づかい

数字の書き方

わかち書き など

テキストは、点字

図書館発行「点字

のしおり」使用

「どんぐり会」は、市内の視覚障がい者向けに広報や新聞、書籍の点訳を行なっています。また、小学生向けに点字の体験授業をサポートしています。

点字を通して、多くの視覚障がい者の方と繋がりを持ち、お役に立っていきたいと思います。たくさんの方に、活動の大切さを感じていただき、障害者の生活サポートに参加していただきたいと思います。(どんぐり会)



夏！体験

ボランティア
の活動の様子

表彰・助成金等の情報

社会福祉法人読売光と愛の事業団

第10回読売福祉文化賞候補者募集中

内 容：障害者や高齢者に貢献している団体、個人を対象に、21世紀にふさわしい福祉事業に取り組み、創造的な業績に対し、「高齢者福祉部門」と「一般部門」に分けて、募集。

賞 金：一般部門 3件：賞牌と副賞(活動支援金)各100万円、高齢者福祉部門 3件：賞牌と副賞(活動支援金)各100万円。

応募方法：「福祉文化賞2012年申請書」に記入し郵送。

締 切：9月30日当日消印有効。

問合せ：〒104-8243(住所不要)読売光と愛の事業団・

読売福祉文化賞係 TEL:03-6226-7633

URL <http://www.yomiuri-hikari.or.jp>

イベント 情報

2団体とも、ボランティア活動で活躍中のグループです。

女声コーラス“アルコバレーノ”セカンドコンサート

日 時：9月9日(日)13:00 開場 13:30 開演

場 所：保谷こもれびホール 小ホール
(西東京市中町1-5-1)

入場料：無料

問合せ：042-478-3683(茂泉)

田無混声合唱団第15回演奏会(創立35周年記念)

日 時：9月16日(日)13:30 開場 14:00 開演

場 所：保谷こもれびホール メインホール
(西東京市中町1-5-1)

入場料：500円(当日券あり)

問合せ：042-424-5435(光島)

今年も東日本大震災 復興支援ボランティアを募集します！



東日本大震災により被害の大きかった沿岸部地域を支援するため、西東京市社会福祉協議会（西東京市社協）において、被災地で活動できる復興支援ボランティアを募ることとなりました。実施にあたっては、「陸前高田市災害ボランティアセンター」の協力を得て、岩手県陸前高田市でのボランティア活動を予定しています。活動を希望される方は、募集の内容をご覧ください、西東京市社協へお申し込みください。

1. 応募条件：「市内在住・在勤・在学の方（グループ参加の場合代表者が市内在住、在勤、在学）」
「説明会に参加できる」など、詳細を「西東京市社会福祉協議会」「西東京ボランティア・市民活動センター」ホームページで確認してください。
2. 活動日：第1期、第2期は受付が終了しています。
第3期9月19日(水)～9月22日(土):説明会9月12日(水) 18時30分～:申込締切9月7日(金)
第4期10月3日(水)～10月6日(土):説明会9月26日(水) 18時30分～:申込締切9月21日(金)
第5期10月17日(水)～10月20日(土):説明会10月10日(水) 18時30分～:申込締切10月5日(金)
各期とも初日及び最終日は移動日となりますので、実際に活動を行うのは2日間となります。
3. 申込・問合せ：参加申込書を下記へ持参するか、FAXでお送りください。

西東京市社会福祉協議会 〒202-0013 西東京市中町1-6-8 保谷東分庁舎内
電話 090-1219-9680 FAX 042-438-3772 <http://www.n-csw.or.jp>

受付時間：月～金曜日 午前9時～午後5時

※土・日・祝日は休みです。申込み：募集要項を確認の上、FAXで申込み。

募集要項は「西東京市社会福祉協議会」「西東京ボランティア・市民活動センター」で配布中です。

古い切手、集めてます！

切手リサイクル活動で古切手募集中！

使用済みの切手やテレホンカード・プリペイドカードを集めて換金して寄付活動をしているグループが保谷・田無のボランティア活動室で定期活動をしています。最近、切手の流通が少なく、活動で使う切手を集めています。少しでも結構ですので、西東京ボランティア・市民活動センターに届けていただくと助かります。

切手は、フチから5ミリほど外側を切ってください。プリペイドカードは、使用・未使用どちらも受付可能です。問合せは、西東京ボランティア・市民活動センターまで。



ラジオ番組情報

FM 西東京「ボランティアの旅」から

84.2MHz、FM 西東京の第4金曜日昼の12:00～13:00 放送（同日19:00再放送）「〇〇（まるまる）

ランチボックス」の中で、西東京市内で活躍のボランティアをご紹介します「ボランティアの旅」という番組があります。

●8月24日(金)は「西東京混声合唱団」の皆さんが出演されました。高齢者施設でコーラスを披露していただいています。9月16日(日)には定期公演会も予定されています。歌を通じて交流が広がることを楽しみながら活動されているそうです。

●9月28日(金)は、点字ボランティアグループ「どんぐり会」の出演予定です。



夏！体験ボランティア西東京2012 ご参加ありがとうございました！

今年も156名の参加者が来てくれました。今年は保育の希望者が多く、「将来保育士を目指しているため、保育の現場を体験したくて参加しました」「大学の実習前に、保育園の仕事を体験し、自分の糧にしたいです」など、目的を持っての参加の方が増えてきました。

体験後のアンケートでも「初めての経験で驚くことばかりでしたが、子どもとのふれあいが楽しくて、充実していました」(高校生女子)「初めは大きな声が出なくて大変でしたが、お年寄りの方から“またおいで”と声をかけられ、とてもうれしくなりました。また、来たいです」(小学生男子)「どうしても参加したいと子どもに言われ申し込みましたが、とても楽しかったようで参加してよかったと思います」(小学生男子保護者)など、笑顔があふれる様子が目に見えます。新たな発見や生きがい探しができた方が増え、嬉しい限りです。



「夏！体験ボランティア」保育園・高齢者施設の様子 2012/7

ボランティア活動のご紹介

西東京ボランティア・市民活動センターまで
ご連絡ください。 ☎042(466)3070

高齢者施設のボランティア

高齢者施設の活動紹介です。空いている時間を使って参加してみませんか。
ちょっとした時間で活動できます。

1) 高齢者施設：西東京市ひばりが丘3丁目

内 容：施設利用者のお話し相手
活動日：月～土曜日。時間は応相談
人 数：数名

2) 高齢者施設：西東京市市中町6丁目

内 容：①傾聴ボランティア②カラオケの手伝い
活動日：①毎週金曜日 10:00～11:00②毎週水曜日
14:00～16:00

条 件：①60代までの女性②どなたでも

3) 高齢者施設：西東京市ひばりが丘3丁目

内 容：①傾聴ボランティア②囲碁・将棋・麻雀の
相手③趣味活動の手伝い(折り紙・習字・
生け花・水彩画など)

活動日：①月～土曜日。時間は応相談②月～土曜日
13:00～15:00③曜日・時間とも応相談

人 数：①1日2名②2名③各活動1名

4) 高齢者施設：東久留米市南町5丁目

内 容：利用者入浴後の整髪とお話し相手

活動日：毎週木・金曜日。9:45～12:00

人 数：1日当たり3名まで

市民文化祭での会場設営ボランティア

内 容：市民文化祭障害部門の展示用パネルの設置と
片付け

日 時：設置 10月26日(金)16:00～17:00

片付け 10月29日(月)16:00～17:00

場 所：柳沢公民館(西東京市柳沢 1-15-1)

条 件：男性4名(2日とも参加希望)

【情報募集】西東京ボランティア・市民活動センターでは、ブログに載せる
イベントなどの情報も募集中です。情報をどしどしお寄せください。
info@nishitokyo-vol.jp

*ぼらんていあ倶楽部は市内の次の施設、機関でも入手できます。ご利用ください。

西東京ボランティア・市民活動センター 西東京市社会福祉協議会 西東京市役所 公民館
市民会館 図書館 地区会館 老人福祉センター 福祉会館 障害者総合支援センター
「フレンドリー」 住吉会館ルピナス 消費者センター こもれびホール ふれあいセンター
東伏見コミュニティセンター 郵便局(一部除く) 魚梅 ファミリーマート保谷中町店 歯科医
院 マックスバリュ田無芝久保店 田無ファミリーランド 西武信用金庫田無支店 街なかサロ
ンにここ 田無自動車教習所 グッドケア西東京 JA 東京あぐり flowershop p+p クラ
フ 生活クラブ保育園ぼむ さんぽ くぜあきこのイラストショップパティ

「めっちゃパラ～児童館まつり～」ボランティア

～西原児童館・西原北児童館 合同企画～

場 所：西原児童館(西東京市田無町 7-8-14)

内 容：お店の手伝いと片付け

日 時：9月29日(土)14:00～16:30(集合 13:30)

募集人数：5名

障がい児童の授業中の付添ボランティア

内 容：普通学級で学ぶ障がい児童への付き添い

日 時：月・水・金曜日 8:10～12:20 の中で活動可能な
時間(活動は授業時間単位)

場 所：泉小学校(西東京市泉町 3-6-8)

障がい児童の下校時の送迎ボランティア

内 容：障がい児学級の児童(小学1年生3名)の下校時
に、学校から200mほどの学童保育所までの付
添。介助員と一緒に付添を行う。

日 時：月～金曜日。下校時間(13:20～14:35) 予定表
に合わせて活動する。

場 所：中原小学校(西東京市ひばりが丘 2-6-25)

情報紙発送作業ならびに近隣への配送

内 容：11/1日発行の「ぼらんていあ倶楽部」の封入・
発送作業と「ぼらんていあ倶楽部」の配送

活動日：封入 10月30日(火)13:30～15:30

配送 11月1日(木)から11月7日(水)の間

場 所：西東京ボランティア・市民活動センター田無
活動室(西東京市田無町 5-5-12 田無総合福祉
センター1階)

配送は指定施設(田無町・芝久保町周辺等)

その他：事前申し込みは不要。

但し、配送については、事前
にご連絡ください。

