

えんがわ だより

調布サマーボランティア活動報告
Enjoy!「ボッチャ」

調布市市民活動支援センター
市民活動を応援する情報誌
2021.9 No.181

特 集

誰もががふらっと立ち寄れる小さな図書館
えんがわ文庫 今秋OPEN



秋の夜が長ければ本を手にしなむや

—— まちをより良くしたい 誰かのために何かやってみたい ——

当センターは、そんなあなたにそっと寄り添うため、「まちのえんがわになりたい」を合言葉に運営しています。「えんがわだより」は、調布のために活動する団体・ボランティアや寄付活動など、多彩な情報を紹介し、調布がさらに元気になることを願って、毎月15日に発行しています。活動のお問い合わせやご相談のほか、ご感想もお待ちしております。



ボランティア だより

1

小学2年生男児の送迎ボランティア

「調布特別支援学校」に通学する男児を朝の登校時に、自宅から学校まで送る活動です。

【内容】 自宅(小島町)から、調布特別支援学校までの送迎。1回10分程度の活動。

【日時】 月～金曜日 8時30分頃にご自宅にお迎え、一緒に歩いて、調布特別支援学校に向かいます。
学校到着8時40分頃。

【場所】 調布特別支援学校(調布ヶ丘1-1-2)

【備考】 初回は職員が同行して体験送迎から始めます。活動は、週に1回でも大丈夫です。

【問合せ】 ☎ 042-481-7695 小島町コーナー佐藤・浅見(月～金 9:00～17:00)



2

学習支援ボランティア募集

「数援隊」では、算数・数学の学習をサポートする学習支援ボランティアを募集しています。

【日時】 第1、2、4 日曜日 10:00～12:00

【場所】 総合福祉センター2階 (第1、2日曜日) 教育会館3階 (第4日曜日)

【問合せ】 学習支援ボランティア「数援隊」 代表：大松(おおまつ)

☎ 080-3488-1941 ✉ ohmatsu123@jcom.zaq.ne.jp

※市民活動支援センターからの発信のページに詳細を掲載しております。併せてご覧ください。



3

スマートフォン操作の困ったをお手伝いしてくださる方募集

電話を掛けられない！電話に出られない！そんなお悩み解決のお手伝い。

【内容】 スマートフォンのちょっとした操作のご相談を聞いて、解決のお手伝いをしてくださる方を募集しています。

【日時】 火・木・土のいずれかでご相談ください。

【場所】 菊野台地域福祉センター

※ ご相談例、番号を押す画面が出てこない、着信履歴が出てこない、届いたメールがどこかに行ってしまった、毎日同じ時間にアラームが鳴る、マナーモードにしたい、写真を撮りたいのにビデオになってしまう、LINEの文章はどこに入力するのか、など。

【問合せ】 ☎ 042-481-6500 菊野台コーナー 青木(火・木・土 9:00～17:00)



4

「小さな手」 ボランティア募集

特別養護老人ホーム「八雲苑」・小規模特別養護老人ホーム「神代の杜」で使用する清拭(せいしき)をご寄付いただいたタオルで縫って届けています。自宅に持ち帰り、縫ってくださっても大丈夫です。

※清拭：入浴などが難しい方の体をタオルで拭いて皮膚の汚れを取ることに。

【日時】 月2回 第1・3火曜日 10:00～11:30

【場所】 染地地域福祉センター ボランティア室

【問合せ】 ☎ 042-481-3790 染地コーナー 渡邊(火～土 9:00～17:00)



催し・講座等は中止・延長・変更する場合があります。各問合せ先までお問い合わせください。

調布サマーボランティア 活動報告

8月1日(日)～8月31日(火)
夏休みを利用して、多くの参加者が、調布市内の様々なボランティア活体験プログラムに参加しました。一部をご紹介します！

学生服リユースShop さくらや調布店

さくらやは、学生服リユースを通じて、地域貢献を行っています。サマーボランティアでは、11名のボランティアが参加。学生服の採寸やタグ付け、刺繍とりなどの作業をお手伝いいただきました。初めて経験する作業も多かったと思いますが、皆さん一生懸命に取り組んでくれました。

自宅でアイロン、染み抜きなどの作業をしてくれた方も。

※刺繍とりの様子



Book Swap Chofu 川の図書館

毎週日曜日、多摩川で返却不要の自由な図書館【川の図書館】が開催します。

サマーボランティアからは2名のボランティアが参加。

寄付された本の整理や、来館者の方との交流を楽しみました。

本を手取るだけで、自然と話題が広がり、初めましての人とも自然におしゃべりが弾んでいました。寄付された本には、その本を読んで感じたことがメッセージとして添えてあり、次の読者へと引き継がれます。本を通じたコミュニケーションの場所となっています。



グッドモーニング調布！

グッドモーニング調布！は、毎月第二日曜日に、仙川地域の美化活動を行っています。

サマーボランティアからは6名の方が参加。

朝8時、集合場所の公園にはお酒の空き缶や使い捨て容器のごみが捨てられていて、ショックでした。植え込みには煙草の吸殻もたくさん捨てられており、ごみ拾いをしたことで改めて、公道のごみの多さ、ボイ捨てする人がいる事実に気づきました。

環境への意識の変化にもつながった体験となったと思います。



秋のボランティア ガイダンス

感染症対策を行った上で開催します

- ★ 事前にお電話かメールでお申込みください。
- ★ マスクの着用、検温にご協力ください。
- ★ ご本人 および ご家族が体調不良の場合は、参加をお控えください。

9月24日(金) 10:00～11:00
市民プラザあくろす市民活動支援センター
国領町2-5-15コクティエ2階
【問い合わせ】 担当者：鈴木
☎ 042-443-1220 ✉ npo-center@ccsw.or.jp

10月12日(火) 14:00～15:00
菊野台コーナー
菊野台1-38-1菊野台地域福祉センター内
【問い合わせ】 担当者：青木
☎ 042-481-6500 ✉ kikunodai@ccsw.or.jp



誰もがふらっと立ち寄れる小さな図書館 えんがわ文庫 今秋 OPEN



国領駅徒歩1分、市民活動支援センターに最近いらした方は、正面入り口に入って右手側のスペースで、何やら準備が進んでいたことをご存知かもしれません。

実は、昨年度からセンターをさらに使いやすく、入りやすい雰囲気にするため、新しいコミュニティスペースのオープンを目指し、市民活動支援センター運営委員と、企画に興味を持って下さった市民ボランティアで、準備を続けてきました。

当初は、昨年度の3月中のプレオープンを予定していましたが、新型コロナウイルス新規感染者数の増加や度重なる緊急事態宣言発出の影響を受け、大幅にスケジュールを見直し、ようやく今秋オープンのご案内となりました。(緊急事態宣言のさらなる延長等によっては変更となる場合があります)

思いがけず時間がかかりましたが、その分「えんがわ文庫」に携わっている方々の想いが込められた素敵なコミュニティスペースになっていくと思います。

今月は、もうすぐ完成する「えんがわ文庫」の魅力についてお伝えします。

使いやすい市民活動支援センターとは？

センターでは、円滑な運営と利用者(市民)の視点に立った事業推進を図るため、センター運営委員会を年11回開催しています。運営委員は、市民活動団体や企業、学識経験者、市民公募等の14名(8月31日現在)で構成され、事業の企画や実施、予算計画など、重要な意思決定を行っています。

「えんがわ文庫」は、その運営委員会の中で、「センターをさらに使いやすく」するためのプロジェクトが立ち上がったことをきっかけに動き出しました。開所から16年が経過し、多くの方にご利用いただいていた一方で、まだまだセンターをご存知ない方も多く、初めていらっしゃる方が入りやすく、過ごしやすい雰囲気を作ることは、引き続き大切な視点だと考えました。そして、そのための課題の整理や他施設の見学などを行い、センターの顔である入口スペースに、「ついふらっと立ち寄りたくなるコミュニティスペース」を開設しよう！と準備が始まりました。

市民活動支援センターは「まちのえんがわになりたい」をコンセプトに、誰もが気軽に交流できる場所として運営しています。「えんがわ文庫」が新たにスタートすることで、既にご利用の方はもちろん、今までご縁がなかった方にもご利用いただける、市民活動支援センターにまた一歩近づけるのではと期待しています。



えんがわ文庫オープンへの想い① (市民活動支援センター運営委員会：児島委員)

「図書館は人が沢山集まる場所なのに、何かが足りない。もっと可能性があるはずだね」ということをいつも考えてきました。それは、人と人との交流の場、コミュニティの核になり得る可能性です。この度、市民活動支援センターにその場を創る機会を得ました。

図書館の価値とは何でしょうか？多くの方は、本を借りる場所だと考えていると思います。そこに、交流の要素は求めているかもしれませんが、本には人を集める力がある。その価値を共有できるコミュニティを育む力があるのです。図書館の可能性を最大限に引き出して、未来を創る図書館にしたいと思いました。本を通して人と繋がる、話をしていても大丈夫(子どもが遊んでいても大丈夫)、場作りに参加でき、人や街、コミュニティが成長できる場所。市民が主体的にその運営に参画し、自らその場を育てていくことを「えんがわ文庫」では目指しています。えんがわ文庫のこれからにご期待ください。

えんがわ文庫オープンへの想い② (市民活動支援センター運営委員会：平澤委員)

私にとっての市民活動支援センターは、主に「会議」、会議の前に「仕事をする」場でした。そういう意味では、静かで空気が効いている安定した場所です。でも・・・「市民活動」と「支援」の文字が入っているセンター。「市民活動」は出来上がっている団体が活動するだけでなく、「新しい出会い」や、「活動をはじめる」ということが「場」を通じてできるとより良い「センター」になるのではないかと。そう考えるとセンターは、まだ何か物足りないと感じて数年。まずは「入りやすい」から「出会うきっかけづくり」が出来れば・・・そして考えたのが「えんがわ文庫」です。本から出会うコミュニティスペース。市民の方と一緒に話をし、体を動かし準備をしてきました。

オープン後も継続して、誰もが利用しやすい「ふらっと立ち寄れる」スペースを市民の方々に追求し続けてもらえる場にできたらと思います。センターが、今以上に人と人のつながりから、新たな活動へつながる場所となれば最高です！



誰もが立ち寄れる、未来を創る図書館をめざして

えんがわ文庫は、児島委員、平澤委員だけではなく、今回は紹介できなかった市民ボランティアの皆さんの想いも乗せ、船出を目指していますが、オープン＝完成ではありません。それは新しいコミュニティスペースの誕生に過ぎず、産声を上げたばかりの白いキャンパスのようなイメージです。えんがわ文庫がこの先どのように成熟していくのか、ここでどんな出会いが生まれていくのかは、ふらっと立ち寄ってご利用いただく皆さんの化学反応によって変わってきます。ぜひ一緒に「えんがわ文庫」を育ててくださると嬉しいです。

新型コロナウイルスの影響が残る中でのオープンとなるため、今すぐ皆さんにご覧いただくためのお披露目イベントを開催することはできませんが、こうした状況下であっても、地域の憩いの場、明るい調布の未来に繋がる場として、立ち寄ってくださる一人一人の想いを大切にしていきたいです。

状況が落ち着きましたら、まずは一度、市民活動支援センターへお立ち寄りください。お待ちしております。



男性のためのプロが教える 体力アッププログラム

全3回の連続講座で理論と実践を学びましょう。

【内容】講義、ストレッチ、体操、歩行のAI判定と分析、など

【日時】10月5日(火)、10月19日(火)、11月2日(火) 10:00~11:30

【場所】菊野台地域福祉センター 大集会室

【対象】要介護認定を受けていない、おおむね65歳以上の男性

【備考】定員 : 15人(申し込み順) 9月21日(火) 9時より受付開始 参加費無料

講師 : 柴元之氏(地域包括支援センター 至誠しばさき作業療法士)

持ち物: 水、タオル

【申込み・問合せ】調布市社会福祉協議会 地域支援担当 ☎ 042-481-7693



骨盤調整とヨガ

骨盤を中心に体の歪みを自分で整えていくセルフ整体プログラムです

【日時】9月25日(土)、10月9日(土)、23日(土) 15:15~16:30

【場所】菊野台地域福祉センター 大集会室

【対象】おおむね60歳以上で、医師による運動制限のない方

【備考】定員 : 各回10人(申し込み順) 参加費: 各回500円

持ち物: ヨガマット(大型バスタオルでも可)、タオル、水

【申込み・問合せ】菊野台コーナー 青木 ☎ 042-481-6500 (火・木・土 9:00~17:00)



スマホちょっと相談室 染地

スマートフォンに変えたら、わからないことだらけ?? 不安や疑問に、ボランティアさんが丁寧に答えします

【日時】毎月第2土曜日 ①14:00~15:00(定員3名) ②15:00~16:00(定員3名)

【場所】染地地域福祉センター内 ボランティア室

【備考】事前予約制となっております。必ずお申込みをお願いします。

【申込み・問合せ】染地コーナー 渡邊 ☎ 042-481-3790 (火~土 9:00~17:00)



9月は世界アルツハイマー月間です

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「世界アルツハイマー月間」と制定しました。そのため、特にこの期間は、世界各地で様々な認知症の啓発活動が展開されます。

本来であれば、調布市も「認知症サポート月間」として、様々なイベントを予定していましたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響で、中止や延期となっている状況です。富士見コーナーと西部コーナーでは、日ごろから地域包括支援センターちょうふの里と連携し、当事者の方々のサポートについて考え、啓発イベントや認知症サポーター養成講座を行っているほか、調布市立第五中学校ボランティアダンス部とオリジナルオレングリングの作成を行うなど、誰もが安心して暮らせる地域を目指しています。状況が落ち着きましたら、また様々なイベントや講座を企画していく予定です。その際はぜひご参加ください。

【問合せ】富士見コーナー 岡澤 ☎ 042-481-8719 (火・木・土 9:00~17:00)



催し・講座等は中止・延長・変更する場合があります。各問合せ先までお問い合わせください。

市民活動支援センターからの発信

私たちは、日々いろいろな方々と共に、ボランティア・市民活動に関する取り組みを行っています。の中で、センター・コーナーのコーディネーターが感じたことや、みなさんに知ってほしい活動を紹介します。

彩月

市民活動支援センター(あくろす) Enjoy!「ボッチャ」



ゲームの様子(参考資料)

障がいをお持ちの方々のスポーツの祭典「パラリンピック」が閉会しましたが、競技種目の一つ「ボッチャ」をご存じでしょうか?数年前から、ボッチャを体験する機会に恵まれ、やるたびに「おもしろい!」と思うようになってきました。最近では、いろいろな場所で、ボッチャを楽しく体験できる場に関わることも多くなってきました。

このボッチャという競技は、緩やかなスポーツで、障がいのある方もない方も、老若男女、誰もが参加できることが魅力です。体験をして面白くなってきたら、チームで作戦を練ってプレーしてみるのもいいでしょう。こうやって徐々にボッチャの楽しさの深みにはまっていくのではないのでしょうか?



ボッチャ紹介動画
調布社協キャラクターちょビット出演

(たかぎ)

小島町コーナー よ〜く考えてみよう!

今年新たに、ボランティア活動室(総合福祉センター2階)定期利用団体に加わった「数学 寺子屋」数援隊。小学5年生〜高校生の算数・数学の学習支援を行う団体です。代表の大松重雄さんに活動の様子を伺いました。

「考えれば誰でもわかるのが算数・数学です。私達は試験の為ではなく、中身をゆっくり考え理解してもらう学習に力を注ぎます。どこが解らないかを丁寧に聞きとり、必要ならばどんどん通り、そこから始めます。急ぎません。とことんき合います。じっくり考え算数・数学は楽しい!を知ってもらいたい。そして、解った時の嬉しい気持ちを大切にしたいです」
「数学 寺子屋」に来てみませんか?学習者も学習支援ボランティアも募っています。(あさみ)



日 時: 第1、2、4日曜日 10時〜12時
場 所: 総合福祉センター2階(第1、2日曜)
教育会館3階(第4日曜)

持 ち 物: 学習者は教科書や問題集を持ってくるください
学習対象者: 小学5年生以上、中学生、高校生(成人も可)
問い合わせ: 数援隊(すうえんたい) 代表 大松(おおまつ)
☎: 080-3488-1941 ☞: ohmatsu123@jcom.zaq.ne.jp

センターと各ブランチへのアクセス

●市民活動支援センター



調布市国領町 2-5-15 コクティ2F
Tel : 042-443-1220
Fax : 042-443-1221
Mail : npo-center@ccsw.or.jp
開館時間 : 8:30 ~ 22:00
休館日 : 第3月曜日(祝日の場合は翌平日)

●小島町コーナー



調布市小島町 2-47-1
総合福祉センター 2F
Tel / Fax : 042-481-7695
Fax : 042-481-6611
Mail : kojimachoc@ccsw.or.jp
開館日時 : 月～金曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 佐藤・浅見

●染地コーナー



調布市染地 3-3-1
染地域福祉センター内
Tel / Fax : 042-481-3790
Mail : somechi@ccsw.or.jp
開館日時 : 火～土曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 渡邊

●西部コーナー



調布市上石原 2-15-6
西部地域福祉センター内
Tel / Fax : 042-426-4335
Mail : seibu@ccsw.or.jp
開館日時 : 火～土曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 浦井

●菊野台コーナー



調布市菊野台 1-38-1
菊野台地域福祉センター内
Tel / Fax : 042-481-6500
Mail : kikunodai@ccsw.or.jp
開館日時 : 火・木・土曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 青木

●富士見コーナー



調布市富士見町 4-15-6
富士見地域福祉センター内
Tel / Fax : 042-481-8719
Mail : fujimi@ccsw.or.jp
開館日時 : 火・木・土曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 岡澤

●緑ヶ丘コーナー



調布市緑ヶ丘 2-18-49
緑ヶ丘地域福祉センター内
Tel / Fax : 03-3326-4088
Mail : midori@ccsw.or.jp
開館日時 : 火・木・土曜日
9:00 ~ 17:00
コーディネーター : 新原

●野ヶ谷の郷



調布市深大寺東町 6-27-3
Tel / Fax 042-481-1838
開館日時 : 火・木・土曜日
10:00 ~ 16:00

ボランティアさんで運営する地域の居場所
「であい・ふれあい・支えあい」

野ヶ谷の郷から、



よつや

夏の陽ざしから秋風恋しい頃になりました。
夏旅行も音楽会もまだ行かれませんが、
野ヶ谷の郷はオープンしています。お顔をだして
下さった方はお互いの元気なことを喜びあい、
お話だけだけれど、又、逢う約束をして別れます。
ここが大切な所なんだと実感しています。
笑顔に出逢える場所です。

調布のボランティア・市民活動を「資金」と「つながり」で助成する

えんがわファンドサポーター募集中 **1口3,000円**



えんがわくん

会費は、地域や社会の課題を解決するために、調布で活動するボランティア・市民活動団体等を応援する助成金「えんがわファンド」の原資になります。
「調布のまちをあなたが変える」そんな1歩を踏み出してみませんか？

「えんがわだより」 発行・編集：調布市市民プラザあくる市民活動支援センター