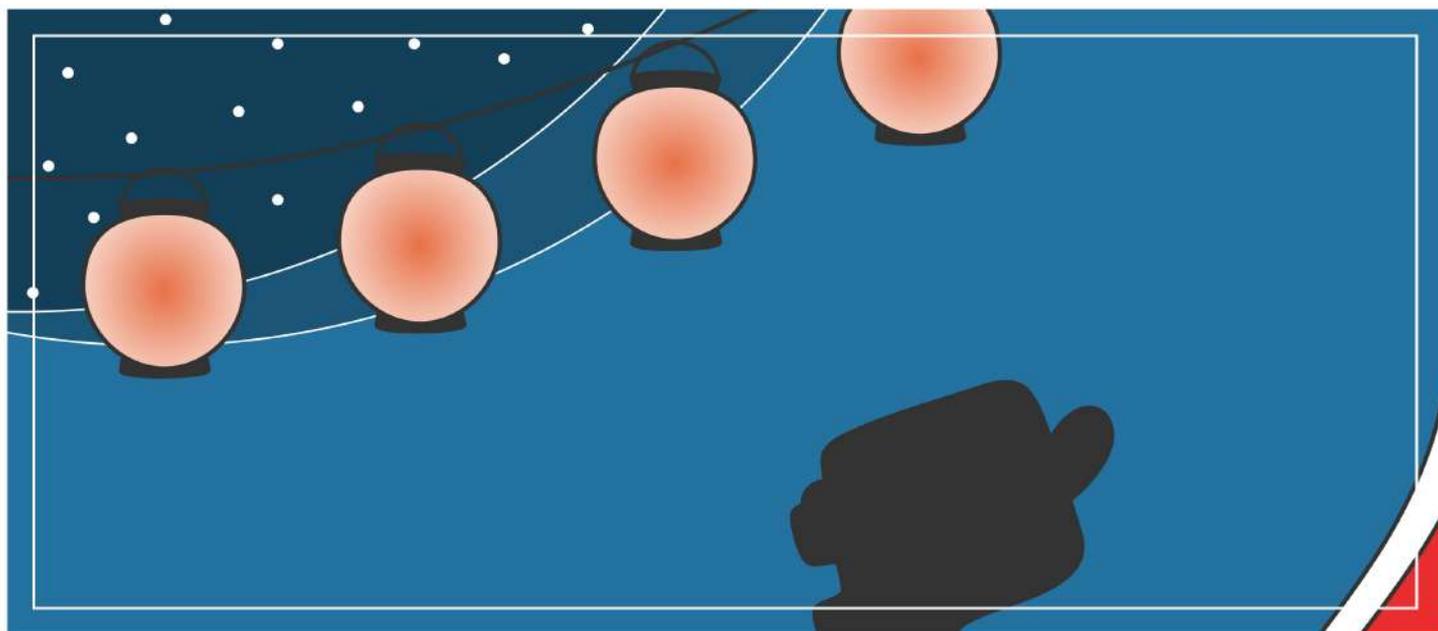


# えんがわ だより

スマホ de サロン  
親子の英語絵本おはなし会

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  
2022.8 No.191

特集  
苦手なスマホが 新しい楽しみに



## 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います。



# ボランティアだより



## 1 富士見台小学校(支援学級)から、ぴっころ(小島町2丁目)に通う小学2年男児の送迎ボランティアを募集します

【内 容】 富士見台小学校(小島町3-20-1)から、放課後等デイサービス「ぴっころ」(総合福祉センター内調布駅より徒歩3分)までの送迎。車いすを使って移動(乗降は自力可)。押す介助をお願いします。ランドセル、装具等の持ち物もあり、体力のある方の応募をお待ちしています！

【日 時】 毎週火曜日14時30分～

【備 考】 徒歩20分程度の活動です。初回は職員も同行します

【問合せ】 小島町コーナー 浅見 042-481-7695(月～金 9時～17時)



## 2 不要になった本・CDのご寄付をお待ちしています

寄付を通して、調布や近隣地域の団体・施設の活動を応援してみませんか！

【内 容】 本・CDの寄付を募集しています。ご不要になった本やDVD等は、チャリボンを通じて、シャイン・オン!キッズの「ファシリティドッグ」と「ビーズ・オブ・カレッジ」のプログラムを支えています  
受付可能→ 2010年以降に発行された新しい本、CD、DVD

受付不可→ 百科事典、コンビニコミック、個人出版の本、マンガ雑誌、一般雑誌、シングルCD、投票券等特典付きCD、「児童買春・児童ポルノ禁止法」(関連法令含む)に抵触する恐れのある全ての商品等

「ビーズ・オブ・カレッジ」とは？

病気とたたかう子どもが治療ごとに意味のあるビーズをつないでいく「アート介入療法」のひとつ  
ビーズを繋ぐことを通して微分が乗り越えてきた治療を振り返り、自己肯定感が高まります  
また自分に起きていることを可視化することで、客観的にとらえ周囲の人にも説明ができるようになります。全国の小児がん拠点病院6病院を含む、24の病院で導入されています

「ファシリティドッグ」とは？

日本初の、小児病院に常勤するファシリティドッグプログラム。子どもたちと触れ合い、入院・治療に対する姿勢を前向きにします。検査や手術等に同伴することにより子どもたちに勇気を与えたり、医療スタッフとともに治療の一環として行う動物介入療法です



チャリボンについて



HP



シャイン・オン!キッズ





# 物品ご寄付のお願い



市民活動支援センター、各コーナーでは未使用タオル、使用済みの切手、書き損じはがきや外国コイン・紙幣、古銭、不要になった「入れ歯」のご寄付をお願いしてしております  
皆さまからのご支援をお待ちしております

●未使用タオルのご寄付は・・・

清拭のタオルやお食事の時のエプロンなどを縫って、高齢者施設に寄付する活動をしているボランティア団体へお届けしています。ご家庭に不要な浴用タオルやバスタオルがありましたらご寄付ください。未使用のものに限ります

●使用済みの切手、書き損じはがき、外国コイン・紙幣、古銭のご寄付は・・・

ご寄付いただいた使用済み切手をボランティアの手で分類し、整理することにより、買取専門業者が買い上げ、換金することができます。その売り上げ金は、市民活動団体の活動を応援する助成プログラム「えんがわファンド」の原資となっています

●不要になった入れ歯のご寄付は・・・

歯にかぶせた金属、歯に詰めた金属、歯と歯をつないだ金属も貴重な資源に生まれ変わります！  
入れ歯に含まれる金属を集めてリサイクルし、その収益をユニセフを通して世界の子どもたちを支援するNPO法人の活動に、協力をしています。収益の一部は助成プログラム「えんがわファンド」の原資にもなっています

※総合福祉センター1階には、不要になった入れ歯の回収BOXも設置しています

★各問合せ 市民活動支援センター 042-443-1220

小島町コーナー042-481-7695 西部コーナー042-426-4335 菊野台コーナー042-481-6500

富士見コーナー042-481-8719 緑ヶ丘コーナー03-3326-4088

※染地コーナーは染地地域福祉センター改修工事のため、令和5年3月末まで(予定)お休みとなります



## ボランティアガイダンスに参加しませんか(要予約)

初めてボランティアに参加する方も、安心して活動をスタートできるようサポートをしています

※マスクの着用、検温にご協力ください ※ご本人及びご家族が、体調不良の場合は、参加をお控えください

8月27日(土) 11:00~12:00

場 所: 緑ヶ丘地域福祉センター内  
緑ヶ丘コーナー

ご予約: 担当・折原 03-3326-4088(火・木・土)

9月21日(水) 10:00~11:00

場 所: 総合福祉センター 2F  
小島町コーナー

ご予約: 担当・浅見/佐藤 042-481-7695(月~金)



# 苦手なスマホが 新しい楽しみに



## 「ネット・スマホを楽しむ会」のはじまり



スマホは持っているけれど、使うのは電話と家族に送るメールくらいで他の機能はさっぱり、という方も実は多いのではないのでしょうか。そうした方の中には、長引くコロナ禍で、人と会って話したり、必要な情報を得たりといった、当たり前のことができず、孤立してしまうのではないかと不安に感じた方もいたかもしれません。コロナ禍をきっかけに、スマホという、繋がるためのツールの必要性を認識した方が多くなったように思います。また、地震や大雨など、災害時の情報収集や連絡手段としても、スマホは有効です。

そこで、これからは誰もがスマホを使えた方が良いと感じ、昨年1月に大手通信会社協力のもと、地域福祉センターで

「初めてのスマホ体験」を2回開催したところ、計34名の参加があり、大変好評でした。

しかし、皆さんも経験があるかもしれませんが、学習会から少し時間が経過すると、習ったことが思い出せないとか、この場合はどうしたらいいのといった声をいただくことが多くなってきました。

慣れない機械の使い方、すぐには覚えられないのは当然です。出来ないからやっぱり無理と諦めずに、もっとスマホを楽しみながら使って覚えられないものかと、定期的な活動に向けて話し合いを重ねることにしたのが、この会がスタートするきっかけでした。

## 今までの活動内容

「ネット・スマホを楽しむ会」では、スマホの使い方を覚えることはもちろん、わかる人が指導する側に廻り、教え合い楽しみながら覚えていくことを大切にしています。何をテーマにするかも、その時々参加者で決めていますが、過去には以下のようなことを勉強してきました。

- ①マップを開き、地図上で散歩
- ②LINE アプリをダウンロードし、グループLINE 体験
- ③絵文字を入れて送ってみよう
- ④カメラで撮った写真を LINE で送ろう
- ⑤LINE アプリを応用し、画面通話をしてみよう
- ⑥調布市 HP で気になるものを検索  
など

また、これから挑戦してみたいこととして、ネット通販やZoomを使って交流するといったアイデアも出ています。



## 活動を継続していくために

コロナ禍での活動スタートということもあり、どのように継続していくか不安もありましたが、早いうちに、参加者同士がグループLINEで繋がったことで、活動が途切れることなく継続することができました。

コロナ禍で集まることが心配な時でも、月に一度、LINEで近況などを伝え合い、写真を送り合うなど、楽しく交流を続けてきました。お一人ではLINEの使い方に不安がある方は、緑ヶ丘コーナーから参加するなど、工夫もしています。

こうした取り組みもあり、現在は25名にメンバーが増え、互いに教え学び合っています。



### 参加者の声 ①参加のきっかけ ②参加してよかったこと

K・Aさん

①昨年の「初めてのスマホ体験」に参加したのは、一人暮らしで不自由さや寂しさを感じていたため、スマホをもっと使えるようになりたいと思っていました。

②スマホのことでわからないことを、何回でも教えてもらって、最初のスマホを使うことへの恐怖が少しずつ減って、参加するのが楽しみになりました。

K・Kさん

①スマホの必要性を感じていたので、購入してスマホの会を待っていました。

②LINEで繋がって、家でもメンバーと話ができて安心でした。マイナポイントを自力で受けられたことが嬉しかったです。もっと勉強してみたい気持ちになり、今はルンルン気分です。

### メンバー主催 「スマホを安全に使う！」を開催

4月から新しくメンバーに加わったYさんは、IT関係のお仕事をされていらっしゃる、地域の方が安心してスマホをできるようにと、講座の提案をしてくださいました。そして7月16日(土)に「スマホを安全に使う！」という講座が実現し、参加された方々から大変喜んでいただきました。

## ご興味のある方は、ぜひ一度見学にお越しください

今後、スマホを持つ高齢者は更に増えていくことが予想されます。多くの方々が気軽に参加し、繋がる楽しさを感じ、集える場を提供し続けたいと思っています。以下に当てはまる方で、一緒にスマホを楽しみたいという方は大歓迎です！ぜひ一度見学にいらしてください。

## 「ネット・スマホを楽しむ会」

対象者

- ①スマホやIT機器の基本操作ができる方
- ②もっと使いこなして、楽しみたい方
- ③初心者に簡単な操作を教えることができる方
- ④地域活動(ボランティア活動)に興味のある方

活動日 毎月第3土曜日 13時半から 15時半

※次回は8月20日(土)13時半から

会場 緑ヶ丘地域福祉センター

問合せ

調布市社会福祉協議会 担当 坂本・高杉 ☎042-481-7693

緑ヶ丘コーナー 担当 折原(火・木・土) ☎03-3326-4088

# おしらせ

## こんぺいとう子育てひろばの開催場所と活動日の変更について

富士見町ふれあいの家改修工事(令和4年9月1日(木)～令和5年1月31日(火))に伴う、開催場所と活動日が変更になりますのでご注意ください。

【内 容】開催場所:富士見町ふれあいの家 × ➡富士見地域福祉センター ○ 活動日:「木曜日」開催へ変更となります。毎週火曜日 × ➡毎週木曜日 ○ ご注意ください

【日 時】活動日:毎週木曜日 13:30～16:30

【場 所】富士見地域福祉センター (富士見町4-15-6)

【対 象】主に0歳児～2歳児の親子

【備 考】事前申込は不要ですが、密な状況になる場合は入室をお断りする場合があります (参加費無料)

【問合せ】NPO法人 調布子育てを結ぶこんぺいとうの会 こんぺいとう子育てひろば



## スマホ de サロン (菊野台福祉センター)

同じことを何回聞いても大丈夫!

【内 容】ボランティアと一緒にスマートフォン操作のちょっと困ったを解決しましょう

【日 時】毎月第2、第4 火曜日 10:00～11:45(入退室自由)

【場 所】菊野台地域福祉センター

【備 考】参加費無料

【問合せ】菊野台コーナー 青木 042-481-6500 (火・木・土)

## 親子の英語絵本おはなし会 (国領・えんがわ文庫イベント)

お家での絵本の読み聞かせに、「英語絵本」を取り入れてみませんか?

【内 容】英語絵本の読み聞かせを通して、0歳の赤ちゃんから親子で一緒に楽しめる英語体験についてお話しします。英語絵本の紹介や、英語の歌の手遊びもあります

【日 時】8月27日(土) 14:30～15:30

【場 所】市民活動支援センター内 えんがわ文庫スペース

【備 考】定員10名(先着順) 参加費無料

【問合せ】市民活動支援センター あくろす2F 042-443-1220

mail:npo-center@ccsw.or.jp



## 児童養護施設(調布学園)への物品寄付

調布学園では施設の子どもたち向けの様々なプログラムを実施しています。今回は、チアリーディングのボランティアをされている団体が活動に使用する、ポンポン10セット、パズルマット、オリジナルデザインのチームのTシャツ10枚ほどを募集しています(それぞれ団体指定品となります)。ご支援いただける方は下記の二次元コードから詳しい内容をご覧くださいませ

【問合せ】調布学園 042-483-7611

mail:jidoyogo@chofugakuen.com

詳しくはこちら➡



# 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。その中で、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。

涼天

## 小島町コーナー ボランティア活動室が美容室に?!

小島町コーナーを拠点に活動するボランティア団体の一つ、「NPO法人きもの笑福」をご紹介します。活動の日の室内は、美容室になったかのように、練習用ヘアマネキンと色とりどりの髪飾りなどが置いてありました。

「きもの笑福」が取り組むプロジェクトの中に、「七五三・成人振袖支援プロジェクト」があります。市内の児童養護施設や障がい者施設の七五三や成人式の前撮りなどで、着付け、メイクにヘアセット、写真撮影までの一貫した支援を行っています。その時のためにと、この日はヘアメイク研修の日でした。



先生のお手本を拝見した後は、いざ実習

秋からの忙しいシーズンに入るその前に、最善の支援ができるよう、その準備に余念がありません。一年間通した活動のスケジュールが組まれていると感じました。

団体の理念は、「学ぶこと、楽しむこと、祝われることは平等であるべきである」。

染めや織りゆかりの地「調布」でのこれからのますますのご活躍に期待しています。

(さとう)

流行を取り入れ結び上げていくので、毎年結び方も変えていくのでしょうか、代表の鎌田さんが講師となり、技術を伝えている様子を拝見しました。

髪を留めるために使用するヘアピンは最小限にし、ご本人に負担がかからないよう配慮されていました。「最後、結び上げた髪をほどいて、元の状態に戻すまでが支援」だからこそ、ヘアスプレーも使い過ぎないこと、また時間との勝負、短い時間で仕上げるのが大切だと、そこまで配慮されている繊細さには感動しました。



素敵に結びあがりました!

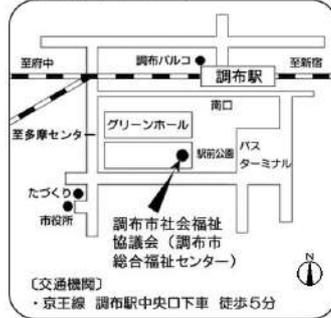
# センターと各ブランチへのアクセス

## ●市民活動支援センター



調布市国領町2-5-15 コクティーフ  
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 042-481-7695  
Fax 042-481-6611  
Mail kojimacho@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

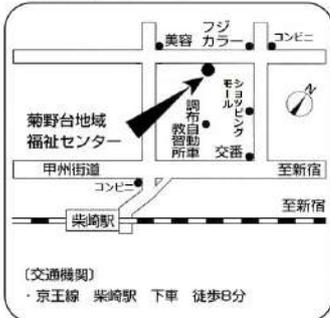
## ●西部コーナー



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 涌井

8月1日～2023年3月末まで改修工事のため休館いたします  
工事期間の連絡は市民活動支援センター(あくろす)まで

## ●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 kikonodai@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



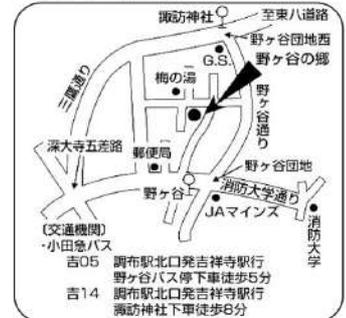
調布市富士見町4-15-6  
富士見地域福祉センター内  
Tel/Fax 042-481-8719  
Mail fujimi@ccsw.or.jp  
開館日時 火・木・土曜日  
9:00～17:00  
コーディネーター 岡澤

## ●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 折原

## ●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

しばらくお休みだった  
パソコン教室が  
久しぶりに再開していました  
ゆっくりと自分のペースで  
丁寧に教えていただけるのが  
魅力の一つです



8月以降、再度休止しています

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



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？