



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 20 年 1 月 1 日 第 41 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

## \* NPO 子どもアミーゴ西東京 \*



「子どもアミーゴ西東京(以下アミーゴ)」は西東京市のより良い学童クラブ(以下学童)づくりを目指し保護者がさまざまな課題を協議、市に提言するなどの活動をきっかけに集まった人たちが作った団体。はじめは自分の子どものためという思いからだったが、協議を進めるうちに子どもを取り巻く様々な問題は学童に通う子どもに限られたことではなく、地域全体の課題だと考えるようになった。そこで子どもが安心して過ごせる場作りを核としすべての子どもが持つ権利を保障し、安全・安心に暮らせる社会の実現を目指し立ち上がった。

### 学童を地域にとっての宝物に!

アミーゴの活動の柱は北原学童クラブ(以下北原学童)の運営。北原学童は、西東京市で初の公設民営の学童だ。

北原学童の運営がアミーゴに委託されたことで子どもや親、指導員の思いが実現しやすくなった。例えば学童の開所時間は通常は 18:00 までだが、北原学童は 19:30 まで延長できる。学校休業日は 8:00 から開所することで、親が仕事に出た後、子どもだけで過ごす時間を短くした。また、おやつはできるだけ手作りにし、子ども達の様子を伝える通信も月数回発行。通信には良かったことはもちろん、喧嘩をしたことも実名で載せている。喧嘩をしたから悪いということではなく、その解決に



指導員の高橋さん(左)と坂口さん(右)

至るまでの経緯を載せることで子ども達の成長の過程が分かるからだ。

学童は単に子どもを預かる場所ということではなく、子どもの自分づくりや、人との関係を学ぶ場所で、学校とは違う生活の学びの場の一つである。しかし、子どもが成長していく過程で学校・学童・家庭の 3 つの場所との関係だけでは不十分で、地域の人とのかわりも重要になる。子ども達は、戦争体験のお話を伺ったり、石鹸作りやおやつ作りを教えてもらうな

**学童クラブとは、小学校等に就学しているおおむね 10 歳未満の児童が、保護者の就労や疾病等により昼間家庭にいられない場合、保護者に代わって学童クラブにおいて生活の場を確保し、適切な遊びや指導をおこなうことで、心身の健全な育成を図ることを目的にしている。**



何を作るのかなぁ～手作り石鹸を教わりました。地域のおとなの人の知恵をいっぱいもらっちゃいます。地球環境についても考えた一日。

どの交流を通じて、地域の人と関係ができ、みんなに支えられている、自分も地域社会の一員だと学習していく。アミーゴでは、地域の人にも子ども達の成長にかかわってもらいたいと考えている。「学童で何かを指導するということだけでなく、子ども達が帰宅時に危険なことをしていたら注意してもらうなど、“子どもを育てる地域目”になってもらいたい。そのためには学校や地域のお祭りなどにアミーゴも参加し学童への理解を求めていかなければいけないと思っている。子ども達の成長のために大人たちが“手つなぎ”をしていくことが重要」と指導員の高橋さんは話す。アミーゴは 4 月から新たに、向台、向台第二、谷戸の 3 つの学童クラブの運営をする。



北原学童で一番人気の S ケン。チーム対抗で宝をとってくる。

子どもアミーゴ西東京  
西東京市富士町 2-1-22  
TEL&FAX 042-463-7069  
ホームページ  
<http://www.kodomoamigo.org/>

# 地域プロデューサー講座

～地域でできることを、考えます～



**対象** 西東京市を中心として活動をしている方、またこれから始めようとしている方で、できる限り全回参加できる方。

**定員** 20名（応募者多数の場合は抽選）

**会場** 田無総合福祉センター視聴覚室

**参加費** 3,000円

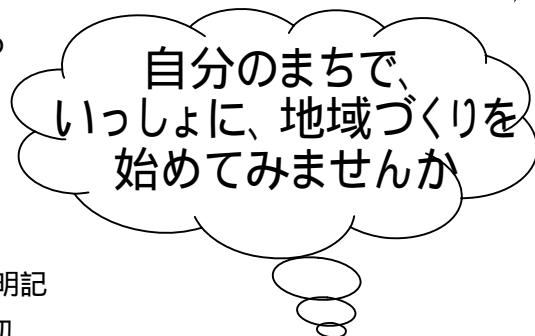
**申込み** 氏名（ふりがな）・性別・住所・電話番号・年齢・講座名を明記の上、電話・FAX・メールで申し込み。1月21日（月）締切。

**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 メール info@nishi-tokyo.vol.jp

ホームページ <http://www.nishi-tokyo.vol.jp>

**スケジュール** 開催時間は10:00～12:30（ただし3月8日のみ13:00～16:30）



日程	内容
2月3日（日）	「市民活動の基礎」を学びます
2月9日（土）	「ゴミ問題とリサイクル活動」から地域を考えます
2月17日（日）	自分たちの思いを伝えるための「広報力」「企画力」「人の巻き込み方」を学びます
2月23日（土）	「ホームレス支援活動から見た、地域でのセーフティネットづくり」から地域を考えます
3月2日（日）	地域の活動団体の発表から、地域活動を学びます
3月8日（土）	ボランティアのつどい
3月16日（日）	ワークショップと発表会

## 災害時の要援護者への支援を考えよう ～講演会とワークショップ～

高齢者や障がい者等が災害時にどのような支援があればよいのか、東村山市の取り組みを聞きながら、私たちにできることを考えます。



**日時** 2月2日（土）13:30～16:30

**会場** 西東京市立田無総合福祉センター  
（西東京市田無町5-5-12）

**講師** 瀧澤 純さん（東村山市社会福祉協議会職員）

**参加費** 500円

**申込み** 2月1日（金）までに下記へお申込みください  
（12月29日～1月3日、日曜日、祝日を除く）  
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

## 春！体験ボランティア西東京2008

春休みにボランティア活動を体験していただく企画を実施します。ボランティア活動を通してあたらしい扉を開いてみませんか？



**対象** 小学生以上でボランティア活動に興味のある方

**申込み** 2月22日（金）～3月10日（月）9:00～17:00  
（日曜を除く）までに西東京ボランティア・市民活動センターにご本人が直接お越しください。各施設団体の募集人数になり次第、順次締め切ります。

**参加費** 小学生200円、中学生以上500円  
（保険料が別途必要300円～1,400円）

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

## ボランティアのつどい開催します！！

ボランティア活動についてのやさしい講演会と、地域でさまざまな活動をしている方の活動を始めたきっかけや、活動の楽しさをお話いただくパネルディスカッション。さらにお茶を飲みながらお話する場も用意します。きっかけがなくてボランティア活動を始められない方をお誘いの上ぜひ遊びにいらしてください。

**日時** 3月8日（土）13:00～16:30 **場所** 田無総合福祉センター **詳細**は次号で。お楽しみに！

## ボランティア活動室(4月～9月)

・ロッカー(4月～平成21年3月)

の利用申込を受け付けます。



### 【利用対象】

**活動室** ボランティア活動を目的とした団体または個人。市民活動を行う団体、NPO団体で次のいずれかに該当する団体。代表者(申込者)が西東京市在住 活動場所が西東京市内中心 事務所が西東京市内にある

**ロッカー** 活動室を利用している団体で常時活動している会員がおおむね10名以上いる団体

### 【場 所】田無ボランティア活動室

(田無町 5-5-12 田無総合福祉センター4階)

保谷ボランティア活動室 第1・第2活動室

(中町 2-1-3)

### 【受付期間】2月1日(金)～2月29日(金)

**【申込方法】**西東京ボランティア・市民活動センターまたは各活動室に設置してある申し込み用紙にご記入の上、当センターへFAX・郵送またはご持参ください。(申し込み用紙は、当センターのウェブサイトからも入手可能です)

**【その他】**4月1日以降、ロッカーを使用しない団体は3月31日(月)までに鍵をセンターにご返却ください。(合鍵を作られている場合は合鍵もご返却ください。)

## メールボックス(4月～平成21年3月)

の利用申込を受け付けます。

西東京ボランティア・市民活動センターではボランティア活動を目的とした団体へ、メールボックスの貸し出しを行います。連絡文書やチラシの受け渡し、郵便物の一時保管などにご利用いただけます。

対象はボランティア活動・市民活動を目的とした団体(ボランティア団体・市民活動団体・NPOなど)で代表者(申込者)が西東京市在住 活動場所が西東京市中心 事務局(連絡担当者)が西東京市に設置されている団体です。

利用期間 4月1日(火)～平成21年3月31日(火)

設置場所 西東京ボランティア・市民活動センター  
田無活動室(田無総合福祉センター4階)

利用時間 8:30～21:30(休館日を除く)

利用料金 年額1,200円

募集数 24

申込期間 2月1日(金)～29日(金)

その他 応募多数の場合抽選

空きのある場合随時受付

所定の申込用紙にご記入の上お申し込みください。詳細につきましてはお問い合わせください。



## 首都圏統一帰宅困難者対応訓練を実施しました!

11月17日(土)10:00日比谷公園から、西東京、埼玉、千葉、神奈川の4コースに分かれて、災害時を想定した帰宅困難者対応訓練が行われました。

西東京コースは日比谷公園から千駄山広場(西東京市東伏見)までの約20kmを、途中にある7箇所のエイドステーション(休憩所)に立ち寄りながら507名が歩きました。途中で棄権した人もいましたが、381名がゴールしました。

この訓練では、参加者が帰宅するために各コースを歩くという訓練の他に、沿道で支援をするためにエイドステーションを設置する訓練、歩いて帰宅する人にどのように道路やエイドステーションの状況を知らせるかという情報発信の訓練も同時に開催しました。千駄山広場では、午前中から多くのボランティアが水やお汁粉の準備やゴール地点エイドステーションの設営など参加者の迎え入れの準備をしました。

「帰宅困難者になってしまったときに必要なものは?」という訓練後のアンケートでは支援拠点の設置情報や水、食料という答えが多かったです。また「万が一に備え明日から会社に運動靴を置きます」という感想も聞かれました。

多くの方のご協力でゴール地点の運営をすることができましたが、訓練を通じて災害時にこそ日常の中で築いた多くの方々とのつながり、準備が大切なのだと実感しました。

ご協力いただいた団体・機関の皆様ありがとうございました。



参加者へお汁粉が振舞われた



ゴールを目指す参加者



帰り道の情報



## ゆめ応援ファンド



東京都内におけるボランティア・市民活動の開発・発展を通じて市民社会の創造をめざすために、地域住民や民間団体のボランティア・市民活動に対し必要な資金の助成を行います。

## 【応募資格】

- ・ボランティア・市民活動団体
- ・ボランティア・市民活動を推進している民間非営利団体

## 【助成内容】

4月1日～平成21年3月31日に実施するものを対象。ただし先駆的・モデル的活動は3年間まで継続助成の申請ができます。(詳しくは募集要項をご覧ください)

## 【助成金額】

1件につき原則として100万円以内。ただし継続助成に関しては1年につき100万円以内。

## 【応募締切】

1月31日(木)18:00 当日消印有効

## 【応募・問合せ】

所定の申請書に必要事項を記入の上、郵送または持参。  
東京ボランティア・市民活動センター【基金助成係】  
〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
TEL 03-3235-1171 FAX 03-3235-0050

月曜・祝祭日休

「申請書」は東京ボランティア・市民活動センターのホームページ <http://www.tvac.or.jp/> または西東京ボランティア・市民活動センター窓口でも入手できます。



## 中央ろうきん助成プログラム

「ひと」が、それぞれの地域で喜びと誇りを持って働き、活動し、共に生きる。そうした人間味ゆたかな社会の実現をめざし、個性が輝く“ひと・まち・暮らし”づくりをテーマに助成を行います。

## 【対象団体・分野】

1都7県(茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、山梨)を主たる活動の場としているボランティアグループや市民団体(NPO法人等)でひとづくり、まちづくり、暮らしづくりの分野の活動

## 【助成内容】

6月1日～平成21年5月31日に実施するものを対象  
スタート助成(活動開始資金)上限30万円  
ステップアップ助成(活動展開資金)上限100万円  
(詳しくは募集要項をご覧ください)

## 【応募締切】

1月7日(月)～1月22日(火) 当日消印有効

## 【応募・問合せ】

所定の応募書類に必要事項を記入のうえ郵送  
中央ろうきん社会貢献基金  
〒101-0062 千代田区神田駿河台2-5  
フリーダイヤル0120-86-6956 平日9:00～17:00  
「申請書」は中央ろうきんのホームページ  
<http://chuo.rokin.com/>



## 「LUSHチャリティバンク」助成

ラッシュジャパンでは、社会環境のために日々取り組んでいる、より多くの人たちからご応募いただきたいと考え、間口の広い助成プログラムにしました。相互のコミュニケーションを重視して選考していきます。

## 【助成対象】

- ・自然環境や動物保護の分野、人の支援分野(社会的弱者、子供、障がいや病気のある人など)の活動をしているグループ/個人
- ・比較的小規模で、直接的な活動(草の根活動)をしているグループ/個人
- ・法人格、個人は問わないが、日本国内に活動拠点をもちこと
- ・すでに活動実績をもつこと

## 【助成内容】

- ・活動やプロジェクトにかかる必要な費用は全て助成対象
- ・1団体への助成額は上限100万円 何度でも申請可

## 【申込み】

ダウンロードした申請書に記入の上、郵送にて申込み。(申請書はウェブサイトより入手)

<http://www.lushjapan.com/happyshare.asp>

## 【締切】

9月28日まで毎月末

## 【問合せ・郵送先】

株式会社ラッシュジャパン チャリティポット係  
〒150-0001 渋谷区神宮前6-23-17 ロフティ原宿2F  
charity@lush.co.jp  
03-5468-8384(平日 10:00～17:00)



## 「市民活動団体との協働基本方針(案)」について意見交換会が開催されました

西東京市では、市全体で市民活動団体との協働を推進するために平成16年に定めた「市民活動団体との協働基本方針」を改め、新たな「基本方針(案)」を策定。策定された案について市民の意見を聞く会が昨年12月5日に開催されました。

当日は、市民活動者を中心に17名が参加され「市民の視点に立って作成すべき」「誰のための方針なのか」といった厳しい意見も出されました。しかし、すべての意見に共通していたのは、“一人ひとりが住みやすい西東京市を作りたい”という地域への思いだと感じました。

協働とは、行政が公共サービスの一部を丸投げすることや下請けに出すことではなく、自治体と市民活動団体が共通の目標に向かって、対等な立場で協力して活動することです。協働がこの目的どおりに行われるよう、西東京ボランティア・市民活動センターも市民活動をされる皆様と一緒に考え行動して行きたいと思っています。

西東京市は、市民に意見を聞く会を再度開催するそうです。興味のある方は参加してみたいはいかがですか。





お誘い！



### 子どもたちのすやかな成長を願って

まちかど保健室には赤ちゃんから思春期まで子育ての悩み相談がたくさん寄せられます。そうした子育ての悩みにこたえて、『子どもらしさのこれまでこれから』『生き方を問う子どもたち』などの著者でもある田中孝彦先生と皆さんと、“子どもたちをどう見たらいいの？”“今、子育てで大切なことは？”と一緒に考えてみませんか。

日時 1月12日(土)14:00~16:00

会場 田無総合福祉センター(田無町5-5-12)

講師 田中孝彦先生(都留文科大学教授)

参加費 300円(資料代)当日支払い

申込み 事前にまちかど保健室(担当 喜田)へFAXで申込み(名前、住所、電話番号を明記)  
FAX 042-421-2089



### ホームヘルパー3級養成研修開講

国は介護に携わる人材として、将来的には全て介護福祉士にする事を視野に検討しているが、NPO 法人ごとくの会は「高齢社会が進展する中であって、3級ヘルパー講座は介護の基礎的技術として、全ての国民が修得していることが望ましい」との考えから養成研修を開催します。あなたの街の介護の輪を、ふれあいの場を広げてみませんか。

日時 1月13日(日)~4月6日(日)9:00~17:00

(全16日、主に日曜日、実習を除き1日2~4時間)

会場 特別養護老人ホーム保谷苑(栄町3-6-2)

受講料 一般15,000円 中高生5,000円(教材費3,400円別)

その他 詳しい日程、申込み方法はお問合せ下さい

問合せ NPO 法人ごとくの会 TEL 042-359-5355

FAX 042-359-5350 メール gotoku@tea.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.gotoku.org>

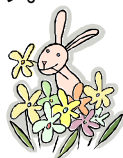
### 市民社会をつくるボランティアフォーラムTOKYO 2008

2月8日(金)~10日(日)、東京ボランティア・市民活動センターで「市民社会をつくるボランティアフォーラム TOKYO 2008」が開催されます。テーマは「危機に立ち向かう市民活動」 福祉制度の崩壊から創造へ 環境破壊と創造 ボランティアリズム復活への道 暮らしを見つめてのカテゴリー毎に趣向を凝らした20以上の分科会が用意されています。横須賀基督教社会館名誉館長の阿部志郎さんによる講演もあります。1,000円の参加費で複数の分科会にご参加いただけます。

問合せ 東京ボランティア・市民活動センター

TEL 03-3235-1171

ホームページ <http://www.tvac.or.jp/>



## めいてんさがし たい

### 「手打うどん峰」

保谷町3丁目榎ノ木通り  
に讃岐うどんを基本とした

「手打うどん峰」がある。

「こだわりは特にない」と

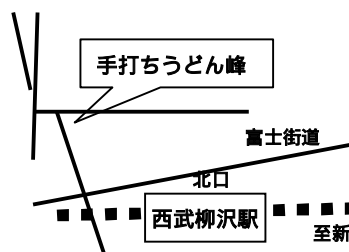
店主の笹本峰生(ささもとみねお)さんはおっしゃるが、女将さんいわく、手づくりへのこだわりはそうとうなもの。うどんが手打ちなのはもちろん、たれはだしから仕込み、市販のものは使っていない。肉も通常よりは上等のものを使用している。それでいて値段は手頃。何しろ平成2年10月にオープンしてから値上げしたのは一度きり。最近の物価高で採算が合わないメニューも出てきているが、何とかやりくりしてがんばっているようだ。



無口なご主人と  
明るく元気な女将さん

手打ちうどん峰は讃岐うどんを基本としているが、本場の讃岐よりは細めに打つ工夫をし、常連のお年寄りや小さな子ども連れに喜ばれている。夏場はさらに細めに打ち、のどごしを大切にしている。今の時期のお勧めはねぎ味噌の香りを大切にした野菜たっぷりの“峰なべ950円”。明るく元気な女将さんのお話を伺いながら頂くと、温まること間違いなし。

月見・たぬき・きつね 550円  
さぬき・肉南ばん 600円  
親子・他人・おかめ 650円  
天ぷら 700円  
他にどんぶりも有



西東京市保谷町3-24-21 TEL 042-469-2631

11:30~15:00 17:00~21:00 日曜定休



### 紙面づくりにご協力ください

より良い紙面を作るためアンケート調査を行います。3月発行予定の42号までの間に、ぼらんていあ倶楽部を郵送している方(期間中1回)にアンケート用紙を同封いたします。お手数ですがご回答の上FAXでご返送ください。アンケート用紙が送られない方もご意見ご感想をお聞かせください。



**和の家 櫻井**

築 150 年の歴史ある古民家で高齢者のデイサービスを開業しています。趣味活動のお手伝いやお話し相手、デイサービス全体のお手伝いや落ち葉掃きなどをしてくださる方を募集しています。活動日や時間は相談の上決定します。お好きな時間で1時間でも結構です。ご自身が楽しむ気持ちで来てください。



日時 月曜日～金曜日 10:00～17:00  
場所 和の家 櫻井(新町 5-3-5)  
問合せ 050-1585-5863 担当 杉山

**FC 東京・市民スポーツボランティア新規会員説明会**

FC 東京・市民スポーツボランティアは、味の素スタジアムで開催される FC 東京のホームゲーム開催時の運営サポートと、試合終了後の場内ゴミ回収作業を主にこなしています。現在の登録者数約 900 名。1 試合あたり約 70 名の方の参加をいただいております。

2008 年の新シーズンを一緒に活動しませんか。

日時 2月2日(土)13:00～14:00  
(受付開始 12:30～)  
会場 鹿島建設技術研究所 2階「講堂」  
(京王線飛田給駅南口徒歩0分)  
対象 15歳以上の方ならどなたでも(中学生不可)  
その他 説明会に参加を希望される方は、当日直接会場へおこしください。  
問合せ FC 東京・市民スポーツボランティア事務局  
TEL 042-488-6280



**パソコンメールはじめてみませんか**

リボンネットワークでは、パソコンメールの講習会を開催します。メールのやり方を覚えてみたい方！パソコンに触ったことがなくても大丈夫。1 度体験しに来ませんか。

日時 毎週木曜日 13:00～17:00  
場所 まちなかサロン「にこにこ」(柳沢 2-2-10)  
問合せ リボンネットワーク(セブロス内)  
TEL 042-425-6090



**ぼらんていあ倶楽部を置いていただけませんか？**

市民の皆様幅広くボランティアや市民活動の情報を提供するため、ぼらんていあ倶楽部の設置場所を探しています。ご協力いただけるお店や施設がありましたら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。

**\* 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(ウェブサイトからもダウンロードできます)西東京市社会福祉協議会 市役所 郵便局 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 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 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 西武信金田無支店 街なかサロン にこにこ 田無自動車教習所 グッドケア西東京 東京めぐり農協 喫茶カルディ ワイワイプラザ flowershopp+p クラクフ



みなさん、腹式呼吸ってどうされていますか。  
いきなりこのような投げかけをしたのは、「にこにこ」に来てくださる方の中に、呼吸法の講師をされている方がいらっしゃるからです。彼いわく、「腹式呼吸はお腹を膨らませたり、へこませたり、と云われているがそれは大きな間違い」と聞いて驚きましたが、「呼吸は肺でするものでお腹ではない」と聞いて納得。鼻から空気を思いっきり吸い込んで肺に空気がいっぱいになる訳で、お腹に空気が入る訳ではないのです。

この日、「にこにこ」にいらした方々と彼の指導の下、意識をしながら胸を萎ませたり、膨らませたりして「正しい腹式呼吸法」を教えて頂きました。胸いっぱい呼吸をするってなかなか気持ちの良いものです。

時々、井の頭公園で管理人の許可を受け、通りすがりの方々に呼吸法の辻説法もされているそうです。

呼吸法を覚えたい方は水曜日の午後「にこにこ」にいらしてみてください。時々インドなどに行かれてしまうようですが、かなりの確率でお会いできると思います。

水曜日の午後にボラセンスタッフがお待ちしております。😊

にこにこでは「にこにこ喫茶」を開いてくださる方を募集中です(問合せ 西東京市社会福祉協議会 地域福祉推進係 042-438-3771 担当 山本・小口)

西東京ボランティア・市民活動センターは、にこにこを地域の拠点として、生活するうえでのさまざまな地域課題を皆さんに知っていただき、講座開催などで課題解決に向けて一緒に考えていきます。水曜日の午後職員が市民活動に関する相談も行っています。

西東京ボランティア・市民活動センターでは、ブログで助成金情報やイベント情報などをお知らせしています。掲載情報も募集中です。<http://www.nishitokyo-vol.jp/>

西東京ボランティア・市民活動センター運営委員会  
1月8日(火)2月12日(火)19:15～21:00 傍聴希望の方は開始10分前までにおいでください。西東京ボランティア・市民活動センター無活動室(田無総合福祉センター4階)