

きよせ

地域で輝こう！
わたしを活かすまちづくり

清瀬のボランティア・市民活動情報紙

ぼらかつニュース

目次<主な内容>

- ◆歳末カレンダー市
- ◆ひきこもり家族サロン
フードバンクきよせ
- ◆ぼらかつインタビュー
- ◆清瀬のボランティア情報

ほか

NO.236

令和 5 年

12 月 1 日発行

編集・発行
きよせ

ボランティア・

市民活動センター

9:00-17:00

月曜日～土曜日

(年末年始・祝日除く)

〒204-0013

東京都清瀬市

上清戸 2-6-10

TEL 042-491-9027

FAX 042-491-9028



メールアドレス

kiyosebora@gmail.com

ホームページ

<http://www.kiyose-f.net/public/indx/7/>



<http://www.facebook.com/kiyosecsw/>

歳末 カレンダー市

2つの会場で同時開催！



期間 12月20日(水)～2024年1月末まで

企業・事業者から寄付いただいた2024年カレンダーや手帳、販促品のグッズなど、1点100円以上の「歳末たすけあい募金」でお分けします。下記の事業所内で開催します。ぜひお近くの会場に足をお運びください。

●清瀬市社会福祉協議会

月～日曜

午前9時～午後5時

清瀬市下清戸 1-212-4

コミュニティプラザひまわり2階

042-495-5333

●きよせボランティア・市民活動センター

月～土曜 午前9時～午後5時

日曜 午前9時30分～

午後4時30分

清瀬市上清戸 2-6-10

042-491-9027

※ご来場の際は、マイバック、小銭をご持参ください。両替はできません。

この催しは、歳末たすけあい運動の一環として行われるものです。一点100円以上の歳末たすけあい募金でお分けしています。歳末たすけあい運動でお寄せいただいた募金は、地域のつながりや地域の福祉力を高めていく、たすけあい活動に活かされます。



きよせひきこもり家族サロン

<開催のお知らせ>

きよせひきこもり家族サロンは、ひきこもりの家族について悩んでいる方が集まり、悩みを分かち合い、お話しすることができる場です。「家族が家にこもっている」「仕事をしていなくて不安」など悩んでいるのはあなただけではありません。家族について悩んでいることを誰かにお話ししてみませんか。お話を聞くだけでもかまいません。ご参加をお待ちしています。

次回開催 12月23日(土)午前10時～11時30分

1月25日(木)午後 6時～ 7時30分

2月17日(土)午前10時～11時30分

3月28日(木)午後 6時～ 7時30分

会場 清瀬市障害者福祉センターおおぞら (清瀬市上清戸 1-16-62)

対象 ひきこもりでお悩みのご家族

内容 参加者同士の交流、懇談

申込 申込フォームまたはお電話で

途中参加・退出可

清瀬市社会福祉協議会 地域福祉コーディネーター

☎042-495-5333



申込フォーム

フードバンクきよせ 食の助け合い・支え合いネットワーク

フードバンクとは、まだ食べられるけれど、さまざまな理由で廃棄されてしまう食品を、地域の皆様から分けていただき、必要としている方へ届ける活動です。清瀬市では、「フードバンクきよせ」を令和2年7月15日からボランティアの方と清瀬市社会福祉協議会が、一緒に活動しております。



ボランティアの方を大募集！

子ども食堂や、食にお困りの方を支援する活動に参加しませんか。
説明会・登録受付会を行いますので、ぜひお気軽にお申込みください。

<説明会・受付登録会>

日時:12月26日(火)午後1時30分～(1時間程)

定員:15名

場所:コミュニティプラザひまわり 202室
(清瀬市下清戸 1-212-4)



※日程が合わない方も随時受け付けております。今後見学会も予定しております。

問合せ 清瀬市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎042-495-5333

地域で活躍するボランティアさんをご紹介

ぼらかつインタビュー

Vol.2

今回は、「ごはん処おおぞら」などで活躍されている辻さんにお話を伺いました。

Q.「ごはん処おおぞら」をはじめたきっかけを教えてください。

A.ずっとやりたいと思っていたところ、障害者福祉センターの会場を使って何かできないでしょうかというお話をいただいて、すぐに決めました。やるからには週1回やりたい。孤食って、一人で食べるのってやっぱり味気ないから、そういう方たちが声をかけあって来ていただけるような場所になったらいいなって。体が不自由な方とか、いろいろな方たちに利用してほしいという思いで始めました。週1回でも外に出てみんなと交流することに意義がある。若い方もいらっしゃいますが、誰かご近所にお1人で住んでいる方がいらしたら、説明・PRをしていただければありがたいです。

Q.始めて1年4ヶ月経っていかがですか？

A.ごはん処の13名ほどのスタッフが動きやすいように調整するのが私の役目。それぞれ得意なことで自然に役割分担して、短い準備時間の中、手際よく作ってがんばっています。

Q.辻さんにとってボランティア活動とは？

A.健康のバロメーターですね。自分がどこまでできるかって。どこまでできるかわからないけれど、食べることは生きること、食べることは一番大切だから、必要な活動だと思いますね。

「ここは最高！毎日来たいくらい。スタッフが優しくて気づかいして迎えてくれます。私は一人暮らしだから、みんなに囲まれて食べるのは楽しい。塩分控えめのおいしい食事ができて、感謝感謝です」(常連さん)



辻 万利子 さん

<ごはん処おおぞら>

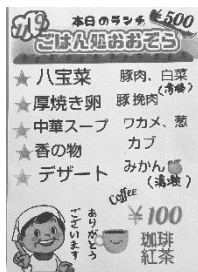
毎週木曜日

午前11時～午後1時

日替わりランチ 500円

コーヒー・紅茶 100円

場所 清瀬市障害者福祉センターおおぞら2階



ごはん処おおぞらについての問合せ きよせ社協地域包括支援センター 042-495-5516

職員が訪問した日は野菜たっぷりの八宝菜がメインでおいしかったです！
辻さんをはじめ、スタッフのみなさんが明るくいそいそと活動されているのが印象的でした。

スマホ個別相談会

参加者募集中です【事前予約制】

- 文字が小さくて読みにくい
- 写真を撮ってみたい
- スマホの画面がすぐに暗くなる
- QRコードってどう読み込むの？



家族には聞きにくいし、
お店は予約が大変そう

このようなスマホに関するシニアのお悩み解決を地域のボランティア「きよせスマホサポーター」がお手伝いします。個別相談形式なので、じっくりお話ができます。スマホの操作にお悩みの方、お気軽にご参加ください。

日時 12月9日(土) 午前10時から正午

場所

きよせボランティア・市民活動センター(上清戸 2-6-10)

持ち物 ご自身のスマートフォン(通信代は自己負担になります)

機種変更や個人情報に係る内容に関してはお答えできない場合があります。

申込み きよせボランティア・市民活動センター ☎042-491-9027


きよせのボランティア情報 募集中です！

中島医院デイサービス愛といやしの家

- 日時 午前11時～午後2時
※午前9時～午後4時のうち1～2時間可
- 場所 中島医院デイサービス愛といやしの家
(清瀬市下清 2-584-16)
- 内容 傾聴・デイサービスの飾りつけ
一緒に作品作り・レクリエーションの参加
入浴後のドライヤー・お茶の準備
配膳下膳・花壇の植え付けなど(応相談)

■ 募集人数 2名

デイサービスやわらぎ

- 日時 月曜日の午後
- 場所 デイサービスやわらぎ 
(清瀬市中清戸 1-448)
- 内容 レクリエーション時のキーボード伴奏

楽器演奏ボランティア

デイサービスやサロン、イベントなどで楽器を演奏していただける方を募集しています。



切手サロン参加者募集中

- 日時 12月 8日(金) 午後2時～3時30分
- 場所 清瀬市障害者センターおおぞら2階
(上清戸 1-16-62)

ご家庭・職場で不用な2024年 カレンダーをお譲りください。

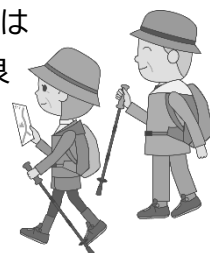
歳末たすけあい運動の一環として「歳末カレンダー市」を12月20日より開催します。不用なカレンダーや手帳がありましたら清瀬市社会福祉協議会またはきよせボランティア・市民活動センター窓口までお持ちください。ご協力よろしくお願いたします。

【申込・問合せ】

きよせボランティア・市民活動センター
☎042-491-9027

悠山楽会 新規会員募集中

奥武蔵や秩父など東京近郊への例会登山を月1回、また有志によって初級から中級程度の山歩きを楽しんでいます。毎月第3月曜日には山行計画や講習会等みんなで仲良く交流会を行っていますので、山歩きに興味のある方はぜひお問い合わせください。



例会場所 きよせボランティア・市民活動センター

問合せ 吉岡 メール:truk.mino@gmail.com

助成金情報

清瀬市介護予防活動団体育成事業 活動資金支援補助 第2回募集

健康づくり教室、運動の実践その他の介護予防事業を行う地域の団体に対して活動の補助を行う仕組みです。2023年度内に行われる事業が対象です。

【1件あたりの限度額】 3万円

【締切】 12月28日(木)

【詳細】

<http://www.kiyose-f.net/publics/index/43/#page-content>



助成金情報一覧を掲載しています

清瀬市社会福祉協議会ホームページでは、他団体が実施する令和5年度助成金情報を一覧にして掲載しています。

【詳細】

<http://www.kiyosef.net/publics/index/397/#page-content>



きよせボランティア・市民活動センター 10月の施設利用状況

- 会議室の貸し出し
 - 市民活動団体へ 326人
 - 委託事業 138人
- 他来館者 232人
- 合計のべ人数 696人

