

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>

- ◆きよせ介護サポーター
- ◆日本語学習支援ボランティア募集
- ◆団体支援講座開催報告
- ◆ぼらかつインタビューVol.22
- ◆清瀬の情報・助成金 他

NO.264

令和 8 年

4 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

bora@kiyose-f.net

ホームページ



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



清瀬市在住の **65歳以上の方のボランティア**
きよせ介護サポーター

あなたの介護予防のために、地域のために、ちょっとしたお手伝い高齢者の方が高齢者福祉施設等で自分の得意なことや簡単なお手伝い(ボランティア)を行うことで、自分自身が地域の中でいきいきと楽しく暮らしていくことを目的に実施しています。

活動場所 市内の指定のデイサービスや介護老人保健施設などの
高齢者福祉施設他



現在ボランティア募集中
の施設はこちら

募集中のボランティア

- お話し相手(傾聴) ●お茶出し、食器洗い ●見守り ●シーツ交換
- 将棋・囲碁・麻雀 ●楽器の演奏 ●歌・コーラス ●踊り ●落語
- 書道 ●絵や工作・折り紙・編み物 ●園芸・庭の手入れ ●散歩の付き添い
- 市主催の出前講座のサポート ●認知症カフェのお手伝い など

活動の流れ

- ①きよせボランティア・市民活動センター窓口で介護サポーターに登録。
ボランティア保険(350円)に加入し、手帳を受け取ります。
- ②活動先が決まったら、介護サポーターとしてボランティア活動を行います。
- ③活動先の施設で手帳にスタンプをもらいます。 ※1時間に1個(1日2個まで)
- ④活動年度終了後に申請すると手帳のポイントに応じて交付金が交付されます。
(500円～最大5,000円)

活動している方の声

- ・元気なうちは社会とつながっていたい
- ・いろいろな人とコミュニケーションがとれ楽しい
- ・ホームの方達がとても楽しそうに歌い、いい顔しているのを見ると自分も嬉しくなる
- ・少しでも役に立ちたい。笑顔と元気をもらえる
- ・自分自身の健康維持にもつながる



問合せ

きよせボランティア・市民活動センター

TEL042-491-9027 bora@kiyose-f.net

日本語学習支援ボランティア」養成講座 受講生募集

清瀬国際交流会(KIC)では、現在約50名の会員が外国人の日本語学習支援ボランティアとして活動しています。この講座ではボランティアとしての心構えや、日本語学習支援の基本について学べるほか、日本語教室やスピーチ発表会の見学により、活動現場の実際を知ることが可能です。外国語能力は必ずしも必要なく、受講後、実際の活動に参加するかは自由。興味のある方は、ぜひご参加ください。

日時 5/27・6/3・10・17・24 (全5回) いずれも水曜日 午後6時30分から8時30分
※期間中に日本語教室・スピーチ発表会の見学があります。

場所 アミュービル6階 講座室1

費用 2,000円(初回講座日に受付でお支払いください) **対象** 市内在住・在勤・在学(高校生以上)の方

日にち	内容(講師)	(敬称略)
5/27	「初めての日本語学習支援ボランティア」	明海大学准教授 中井延美
6/3	「異なる文化とどう向き合うか」	東京外国語大学大学院教授 岡田昭人
6/10	「日本語学習の基礎」	にほんごの会企業組合代表 吉岡あや子
6/17	「外国語をその国の文化や習慣と関連づけて指導するということ」	Thomas Bell English Centre 代表 デズモンド・T・ベル
6/24	「日本語学習者(在日外国人)、および現役ボランティアによる体験談等」	

申込み

下記申込みフォームより、所定事項を入力・送信してください。または市内各公共施設に設置した申込用紙(講座のご案内)でも申込みできます



KICのブログもぜひご覧ください

申込フォーム

4/15(水)午前9時~5/20(水)午後4時

問合せ ●清瀬市生涯学習スポーツ課 ☎042-497-1815 (平日 午前8時30分~午後5時)
●清瀬国際交流会 日本語教室 info@kic-japanese-net.com

センターからの報告

仲間が育ち、任せられる団体づくり 団体支援講座を開催しました



市内のボランティア・市民活動団体では、担い手不足やメンバーの固定化が課題となっています。そこでセンターでは、コミュニティマネジメントを学ぶ講座を開催しました。コミュニティマネジメントとは、団体を単なるサービスの提供の場として捉えるのではなく、メンバー一人ひとりが役割を担い、支え合いながら活動を続けていける関係や土台を育てていく考え方です。

担い手不足を関係づくりから考える

講座では、団体理念の大切さ、役に立っていると感じられること、居心地のよさが紹介されました。また、お金以外の報酬として得られる成長や出会い、居場所、やりがいにも目を向けながら、一人ひとりの興味や得意を生かした役割や出番のつくり方、企画の段階から一緒に考えてもらう巻き込み方などを、具体例を交えて学びました。

講座後のアンケートで、特に印象に残った内容として、お金以外の報酬やコミュニティマネジメントの基本原則が多く挙げられました。参加者からは、「理念を定期的に振り返る機会を設けたい」、「雑談やコミュニケーションの場を意図的につくりたい」といった声も寄せられ、それぞれが自分たちの団体に持ち帰れる実践のヒントを得た様子が見られました。

担い手不足は、単に人数が足りないというだけの問題ではありません。関係性をどう育てるか、どのように役割を分かち合うか、安心して関われる居場所をどうつくるかという課題でもあります。センターではこれからも、地域で活動する団体が無理なく仲間を育て、活動を続けていけるよう、実践につながる学びの場をつくっていきます。



ぼらかつインタビュー

Vol.22



「清瀬市・声のボランティア」で長年活動されている松山千恵子さんにお話を伺いました。

「清瀬市・声のボランティア」はまもなく50周年を迎える、声を使って視覚障害の方を支援する活動を続ける団体です。個人宅訪問や全戸配布ではない公共刊行物の音訳など、行政ではできない部分を主に担っています。

【ボランティア活動をはじめたきっかけ】

それまでフルタイムに近い時間勤務していた仕事を退職した時期に、「清瀬市・声のボランティア」の募集をみて、やってみようと思いました。活動歴は35年以上になります。その他にごみ問題について資源化等の提案と実践の団体「清瀬ごみともだち」でも活動していました。音訳の仲間が誘ってくれて発足後入会し、2026年3月末で解散するまで30年弱活動を続けました。

【ボランティアへの思い】

2つの活動の共通テーマは市民協働です。清瀬市の音訳活動は行政がやるべきことと市民が担うことの線引きができています。当初は行政と社協主導で始まった市報などの公共刊行物録音ですが、現在は「清瀬市公共刊行物音訳機関」「図書館音訳ボランティア」「清瀬市・声のボランティア」という3つの団体がそれぞれの役割を担っています。私の活動は20年近く前から民間活動のみになりました。

【音訳の活動について】

カセットテープからCD録音へのデジタル化は、機材調達・技術習得がともに大きなハードルでした。外部からの複数回にわたる助成を受けての実現でしたが、仲間と連携し長く活動してきたからこそでした。

現在は3班に分かれて月1回のCD発行をメインに活動しています。市内の視覚障害の方々にお届けする身近な話題の記事など、CDの内容はそれぞれの会員の個性が現れていて新鮮です。毎回、内容や読み方など反省事項も多々ありますが、良いものを目指して切磋琢磨しています。

過去には個人宅訪問や視覚障害以外でのプリントハンディキャップ者への支援、市内の高齢者施設や障害者施設への訪問も行っていました。利用者の方々とは一方通行ではなく、市民として近い関係にありました。

コロナ禍で集まって活動ができなかった時は、きよせボランティア・市民活動センターの支援でZoomを活用しました。一番若い会員のお宅で画面を見た息子さん(学生)が、映っているメンバーの年齢の高さに驚いたとか!シニア世代が多いですが、幅広い年齢層がいて、もっと多様になるかと思いますので、どうぞご見学ください。

音訳は基礎的な声の出し方・読み方に加えてデジタル録音の操作など、学ぶべきことがたくさんあります。パソコンでの録音技術習得は、メールの送受信が可能で学ぶ意欲があればOK。初めての方でも一時的に集中して覚えていただければ、自宅作業も可能ですから日々向上していけると思っています。

【最後に…ボランティアとは】

気づき・つながり・連携・開拓・挑戦。新しい自分に出会えるチャンスです。音訳の活動を始めてから、生活する中で言葉の読みや使い方に敏感になりました。パソコンは毎月の会報やブログ作成、録音と、その時々で役立てていますが、この活動をしていなかったら、ここまで使うことはなかったでしょう!



おおぞら
録音室

松山千恵子 さん

きよせひきこもり家族サロン

ひきこもりのご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おります。(途中参加・退室可、秘密厳守)

【日 時】①4月18日 ②5月9日 ③6月13日
④7月11日 いずれも土曜日
午前10時～11時30分

【会 場】清瀬けやきホール 会議室

【内 容】参加者同士の交流、懇談

【申 込】申込フォームか電話

☎042-495-5333

清瀬市社会福祉協議会 地域福祉コーディネーター



申込みフォーム

人とペットのしあわせフェア 2026

行き場をなくした犬や猫たちがあたたかい家族と出会うための譲渡会を開催します。元気いっぱいの子だけでなく、高齢の方でも飼いやすい穏やかなシニア猫も参加します。ぜひ会いに来てください。

【日 時】5月9日(土) 午前10時～午後2時

【場 所】きよせボランティア・市民活動センター

【内 容】犬猫譲渡会・パネル展・チャリティバザー 他

【問合せ】きよせボランティア・市民活動センター

☎042-491-9027

★譲渡会に参加する犬猫の詳細は順次ホームページに掲載しますので、ご確認の上ご来場ください。

里親さん募集中

清瀬市内でもシニアとペットの問題が度々起こっています。飼い主さんの死亡や転居による置き去りや保護された子たちです。

6歳の男の子

とにかくかしく
優しい紳士。
遊ぶのも好きです。



10歳の女の子

エメラルドグリーン
の瞳。抱っこ、なでなで大好き。穏やかで
落ち着いているので、シニア世代の方にも
オススメです。



【問合せ】もふもふクラブ(センター登録団体)

☐mofluffy12-satooya@yahoo.co.jp

スマホ個別相談会

シニアのスマホのお悩み解決を「きよせスマホサポーター」がお手伝いします。

【日 時】4月4日・5月2日・6月6日 土曜日
午前10時～正午

【場 所】きよせボランティア・市民活動センター

【持ち物】ご自身のスマートフォン

【申込み】きよせボランティア・市民活動センター

☎042-491-9027 ※事前予約制

ボランティア募集

●清瀬療護園・清瀬喜望園

重度の身体障がいをお持ちの方が生活している障害者支援施設です。障がい者支援に興味のある方は、ぜひご応募ください。

【内 容】ご利用者の話し相手や散歩など

・ご利用者との外出ボランティア

・その他(ご利用者に応じた各要望)

【日 時】平日 午後2時～4時

【問合せ】きよせボランティア・市民活動センター

☎042-491-9027

助成金情報

●公益財団法人公益推進協会 HTM 基金

障害や病気に悩む人々とその家族が抱えている様々な問題に対する医療・福祉上の支援事業に対して助成。

【締切】4月17日(金) 午後5時

【1件あたりの上限額】 30万円

【詳細】<https://kosuikyo.com/>

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8年度助成金情報を一覧にして掲載しています。



きよせボランティア・市民活動センター 2月の施設利用状況

●会議室の貸し出し	
市民活動団体	227人
委託事業	142人
●他来館者	167人
合計のべ人数	536人

