

ボランティア センター ムサシノ

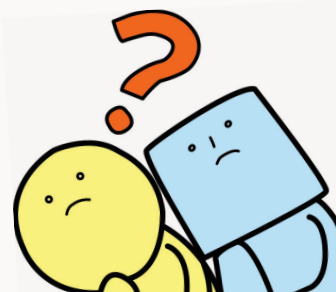
VCM通信

No.274
4月号

令和8年4月5日発行

ボランティアって 何だろう

あなたの「好き」や「得意」が
誰かの笑顔に変わる場所
一緒に見つけませんか？



【SPECIALコンテンツ】

～ ボランティアさんをご紹介します～

VCM通信を彩ってきた90歳の漫画家

社会福祉法人武蔵野市民社会福祉協議会
発行：ボランティアセンター武蔵野

〒180-0004

武蔵野市吉祥寺本町1-14-9

プレファス吉祥寺フロント7階

開所日：火～土曜日／9:00~17:00

TEL：0422-23-1170／FAX：0422-23-1180

Mail：vcm@shakyou.or.jp

各種SNSで情報発信中！



ホームページ



Instagram



Facebook



X

力を貸してください!

ボランティア募集情報

単発 1回だけのご参加が可能な活動です。

継続 定期的にご参加いただける方を対象とした活動です。

①子どもの遊び相手、②子ども文庫の本の整理

継続

【内容】 乳幼児からの親子が利用する本を楽しむ場所で、子どもの遊び相手などのサポートや、本の整理などの簡単な作業のお手伝いしてくれる方を募集しています。

【日時】 水曜、日曜日の13:00～19:00の間で参加可能な時間（特に16:00～19:00）

【場所】 ぐーぐー子ども文庫（吉祥寺本町2-19-10）



【その他】 パワーのある子ども達に関わる活動のため学生さん大歓迎！
※活動希望者には事前見学・面談をお願いします。

【申込】 NPO法人ぐーぐーらいぶ（担当：北川）



お問い合わせフォーム



Instagram



ぐーぐーらいぶ公式LINE

活動希望の方は上記のいずれかより直接団体までお問合せください。

公園のみどりボランティア【メンバー募集】

継続

【内容】 八幡町の公園のガーデンで沢山の草花やハーブを育てています。一緒に活動してくれるメンバーを募集しています。苗植え、雑草とり、草花のお手入れ、果樹の収穫、種まき、ガーデンプランニングなど

【日時】 毎週木曜日、第2土曜日 10:00～12:00（真夏、真冬の作業はお休み）

【場所】 緑の創作園（八幡町3-2-14）
その他ワークショップは別場所にて開催

【その他】 街中にあるガーデンで自然に触れて、癒しの時間を過ごしませんか。たくさんのハーブも育てて、作業後のお茶タイムも楽しんでいます。是非一度遊びに来てください！

【申込】 M'sガーデンみどりの食いしん坊（担当：落合）

メール：msgarden.kichijoji@gmail.com



Instagramで活動情報発信中！



知的障害者施設での

①縫製ボランティア、②演奏ボランティア

単発

継続

【内容】 ①利用者が織機で織った布地をバッグなどの作品に仕上げて下さる方を募集しています。
②演奏・歌などの発表、手品・踊りの披露をして下さる方を募集しています。

【日時】 ①ご自宅で空いた時間に作業していただけます。
②職員と相談の上、施設開所時間内（月～金曜日の9:00～16:00）のご都合の良い日時にご来所いただきます。

【場所】 デイセンター山びこ（吉祥寺北町4-11-16）



縫製作品のイメージです

【その他】 成人の知的障害者施設です。活動に興味ある方、まずはご連絡下さい。

【申込】 ボランティアセンター武蔵野

② ボッチャ講習会のお手伝い

単発

継続

【内容】 障がい者の方対象のボッチャ講習会のお手伝い。
会場準備、講習会中の利用者の介助、送迎車から会場までのお迎え等。

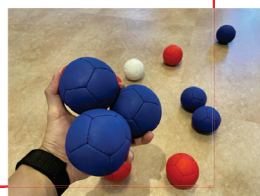
【日程】 ①5/12、②6/9、③7/14、④9/8、⑤10/13、⑥11/10、⑦12/8（すべて第2火曜日）

【時間】 9:30～11:45

【場所】 武蔵野市総合体育館サブアリーナ（吉祥寺北町5-11-20）

【その他】 ボッチャのルールが分からなくても大丈夫！継続でのご参加も、1日のみのご参加も大歓迎です。

【申込】 ボランティアセンター武蔵野





漫画を執筆する内藤さん
ペンを握る表情は真剣そのもの

VCM通信を開くと、そこにはいつも変わらない温かい4コマ漫画があります。作者は、元カーデザイナーの経歴を持つ90歳の内藤久満さん。長年、当センターのために筆を振るい続けてくれています。今号は、そんな「VCM通信の顔」とも言える内藤さんへ、感謝を込めてご紹介します。

2010年6月号の
1コマ



4コマで紡ぐボランティアの日常

内藤さんの描く漫画は、ボランティアセンターの事業の紹介やご自身の体験をテーマに「気軽にボランティアやってみようよ」というメッセージにあふれています。

どの作品にも、シンプルな起承転結の中にクスリと笑える内藤さんらしいユーモアと現役ボランティアとしての視点がちりばめられています。ボランティア経験者の方が内藤さんの漫画を読んだら、きっと「分かる～」という一コマがあるのではないのでしょうか。

漫画のテーマはボランティアセンターの事業内容やボランティア活動のこと

を中心に、毎回担当職員と内藤さんが打ち合わせをして決めています。はじめは漫画の話をしていたはずなのに、いつの間にか内藤さんのボランティア体験談や昔話がはじまるのがいつものパターン。ただ、その話の面白いことがそのまま次回の4コマ漫画のテーマになることもあるんです。

そうやって作られたVCM通信が今日も広報誌を手にとってくださった方の「ボランティアをやってみよう」の気持ちを後押ししていることと思います。



内藤さんのイラスト

今回は内藤さん
ご自身をテーマに描いて
いただきました！



4コマ漫画 ★私のボランティア★

イラスト VCM広報委員
内藤久満

内藤さんのあゆみ

【若かりし頃】

東京藝術大学を卒業後、大手自動車メーカーでカーデザイナーとして活躍。誰もが知るあの名車のデザインにも携わっていたとか...!

【定年後】

様々なボランティア活動を通して高齢者や障がい者、外国人など多くの方を支援

【ボランティアセンターとともに】

広報誌で4コマ漫画連載がスタート。正確な年数は「忘れちゃったよ」と笑う内藤さんですが、15年以上にわたりボランティアの楽しさを描き続けてくださっています。

内藤さんの最新の活動は
Instagramで発信中



いつも漫画を読んでもくれる皆様へ

私は約30年間ボランティア活動を通じて様々な方と触れあってきました。そして、気づけばボランティアセンターの広報委員になり4コマ漫画を担当するようになりました。

高齢者となった今では、体は不自由ですが、こんな形でボランティア活動に参加出来ている事を嬉しく思います。

4コマ漫画を見て笑顔になってくれたら、私は幸せです。

内藤久満

H. Naitema



新名称！「お父さん」から「みんな」へ！ 生まれ変わった『地域デビュー』がスタート

第1回「地域デビューむさしの」を開催しました

平成12年から25年間続いた「お父さんお帰りなさいパーティ(通称おとば)」が、この度「地域デビューむさしの」と名称を変えて、記念すべき第1回を開催いたしました。

当日は一般の参加者や地域団体のご参加があり、総勢90名ほどの参加があり大盛況のイベントとなりました。

本誌ではこのイベントの裏側の様子を少しだけお伝えしたいと思えます。

イベント当日の様子は市民社協の広報紙「ふれあい」4月号の4面に掲載しています。右記の二次元コードからもお読みいただけます。



イベント当日舞台上で講演するプロジェクトメンバー
左から、石川さん、匂坂さん、安田さん、山崎さん

【ここだけの裏話】「おとば」名称変更に至るまで

とは言え、25年間続いてきた「お父さんお帰りなさいパーティ」という名称を変更することは簡単なことではありませんでした。

名称の変更について、地域のボランティアからなるプロジェクトメンバー(当時の“おとばプロジェクト”)が毎月集まって会議の中で話し合いを重ねてきました。何度も検討をして、最終的には「誰もが地域で活躍できるように」という願いを込めて名称を「地域デビューむさしの」と変更するに至りました。

正式に新しい名称に変更されたのが、なんと令和7年の8月のこと。今年度のイベント当日まで残り半年しかありません。それからは急ピッチで当日の内容の検討や会場の手配、広報物の作成などに追われる日々となりました。プロジェクトメンバー一人一人がチラシ・ポスターを手に地域を走り回り、知り合いに声をかけたり、お店や施設に広報の協力を呼び掛けてくれました。

その甲斐あって、イベントの参加の募集を始めてからは毎日参加の申し込みが増えていき、イベント当日の朝まで参加者が増え続けました。

イベント参加者からは「名称が変わったことで参加してみようと思った」というお声もいただくことができました。

まだまだ馴染みが薄い「地域デビューむさしの」という名前が皆さんにより認知してもらえるよう、来年度もこのイベントを盛り上げていきます。

地域デビューむさしの茶話会を開催しました！

3月14日にイベント参加者とプロジェクトメンバーの交流を目的に茶話会を開催しました。2月のイベントとは違いリラックスした雰囲気の中、和気あいあいとした会になりました。



退職の65歳を前に地域でのつながりも大事だと思い、昨年2月「おとば」への初参加をきっかけにVCM運営委員に参加し、関心あるおとばプロジェクト(PJ)のメンバーになりました。会議の中ではイベントのコンセプト・対象者・訴求点・広告・集客・当日運営などを議論し、名称も「地域デビューむさしの」に改まり、人生100年時代のライフシフトを考え、地域での自分探し、はじめの一步となるイベントとなったように思います。当日は総勢90名となり、第一部では情報提供に続き、「働く・学ぶ・趣味・地域活動」の4名のパネリストが活動のきっかけ・やりがいを熱く語っていました。第二部ではテーマに分かれて参加者と語り合ったり、参加団体のPRタイムなど交流をしました。参加者のアンケートでも大半が役に立ったと書いてくださり、はじめの狙いは達成したように思います。これをきっかけにVCM仲間の輪を広げていきたいです。

運営委員の 活動日記



VCM運営委員

北原 謙



1月17日(土)
実施

災害ボランティアセンター運営訓練を実施しました

1月17日(土)に災害ボランティアセンターの運営訓練「防災ボランティア訓練」を実施しました。この訓練は31年前のこの日(1月17日)に発生した阪神・淡路大震災がきっかけでつくられた『防災とボランティア週間』に合わせて毎年実施しており、市民や関係機関・団体の皆様と一緒に実施しています。昨年同様、地域の皆様には災害ボランティア役でご協力いただきました。

東京都域において共通の災害ボランティアセンター運営支援システムが導入されており、今年の訓練ではそのシステムを用いた運営について検証を行いました。

今年の訓練では初めての取り組みとして、ボランティア役の方に【受付フォームによるボランティアの事前登録】をしていただき、実際の発災時に近いボランティア登録場面をシミュレーションすることができました。また、活動後のボランティアさんによる活動報告(活動目的の達成度合い、活動場所や道路の状況、次回活動する際に追加で必要な物品の有無等)の場面を想定した訓練も実施しました。ご参加・ご協力いただいたみなさま、ありがとうございました。



受付ではボランティア登録フォームの入力確認とボランティア保険の加入チェックを行います。



ボランティア活動先が決まるとスタッフから活動についての説明を行います。



3月7日(土)
実施

大学間ネットワーク主催イベント「おいでよ！春遊びフェスタ」を開催しました！

大学間ネットワークは、市内及び近隣大学のボランティアサークル同士のつながりづくりを目的として、成蹊大学と亜細亜大学から3つのボランティアサークルが参加し、学生さんが主体となって交流イベント等を企画・運営しています。

今回は小学生以下のお子さんを対象として工作と昔遊びを企画しました。工作では「ひな人形」と「プラ板」を作り、昔遊びとしては「だるまさんがころんだ」と「じゃんけん列車」を行いました。



工作では大学生のお兄さんお姉さんに優しく教えてもらいながら素敵な作品が出来上がり、子どもたちはとても喜んでいました♪

だるまさんがころんだやじゃんけん列車は保護者の方々にもご参加いただき、みんなで楽しく遊ぶことができました！ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。



3月10日(火)
実施

「ボランティア活動のための個人情報保護講座」を開講しました！

ボランティア活動をしていく中で出てくる「個人情報」。どこまでが個人情報なのか、また「個人情報」と「プライバシー」の違いとは何だろうか...そんな疑問を解決すべく、今回は「ボランティア活動のための個人情報保護講座」を開講しました。



講師は田園調布学園大学の副学長・教授の村井祐一さんです。スライドを使い、一つ一つ丁寧に説明いただきました。「個人情報保護法」という少し難しいお話もありましたが、先生の優しく丁寧な話し方、またわかりやすい言葉でお話いただき、参加者のみなさまもとてもわかりやすかったとおっしゃっていました。具体的な事例を交えていただいたことで、個人情報に対する理解を深めていただけたのではないかと思います。

今回は20名の方々にご参加いただきました。今後も活動に役に立つような内容やスキルアップを目的とした講座を実施しますので、ご関心のある方はご参加ください。

ご参加いただいたみなさま、村井先生ありがとうございました！





ボランティア保険



活動中のケガはもちろんのこと活動先までの往復途上（直行直帰）でのケガも補償されます。安心して活動をしていただくためにも、ボランティア保険へのご加入をお勧めしております。

掛 金：**350円**～

保険期間：加入日の翌日～令和9年3月31日まで

お手続きはボランティアセンター窓口で受付いたします。

※まとめて**6名以上**の加入をされる場合は、加入者全員の**①名前 ②住所 ③電話番号 ④加入プラン**の記載がある名簿を **3部** ご提出ください。



行事保険



行事（イベント）中にケガをしてしまった場合などに補償される保険です。行事に参加する（主催者を含む）参加者全員の加入が必須です。行事保険には2種類「行事保険」「当日参加対応型」があります。補償内容などの詳細は、[有限会社 東京福祉企画](#)のホームページをご覧ください。

**お手続きはボランティア保険と同様に
ボランティアセンター窓口で受付いたします。
※ただし保険料は金融機関での振込みになりますので
ご注意ください。**



東京福祉企画
ホームページ

上記2保険の手続きに関しては、ボランティアセンターまでお問合せください。TEL：0422-23-1170

令和8年度分 ボランティア団体を対象とした 助成金のお知らせ

市民社協には、ボランティア団体を対象とした複数の助成制度があります。申請時期が年1回のももあります。詳しくは市民社協ホームページをご覧ください。

「やってみたい活動があるけれど仲間がいない」
「2、3人の有志で始めたけれど資金に困っている」
など、正式に組織されていないグループや個人の方からのご相談もお受けしております。
お気軽にご相談ください！



市民社協
ホームページ

編集後記

4月は新しいことが始まる季節ですね。新年度になり、新しく何かをスタートする方もいらっしゃるのではないのでしょうか。それが「ボランティア」であれば、ぜひボランティアセンターへご相談ください(^^)みなさんのスタートの一步をお手伝いできればと思います♪
またVCMで開催するイベントや講座へもぜひご参加ください！
何かを始めるきっかけにでもなれば、嬉しいです☆彡