



多摩区ボランティアセンター主催

## 「ボランティア養成講座」



ボランティア(社会参加)することで長生きに!

～開催報告～



【ステップ1】講義の様子

多摩区ボランティアセンターでは、ボランティア活動に興味・関心のある方が、地域活動を始めるときかけとなるよう、毎年さまざまな講座を企画・開催しています。

今回は、「ボランティア養成講座」として、講義と体験を組み合わせたプログラムを実施しました。講師には、特定非営利法人日本ボランティアコーディネーター協会運営委員の唐木理恵子氏をお招きしました。

【ステップ1】の講義では、ボランティアの特性や強み、弱みなどについてお話いただき、これからボランティアを始めたいと考えている方にとって、理解を深める機会となりました。

【ステップ2】のボランティア体験では、多摩区内で活動しているボランティア団体や施設にご協力いただき、受講者がそれぞれ興味のある活動先を選び、実際の活動を体験しました。

【ステップ3】のまとめの会では、グループワークを通して、体験を通じて感じたことや気づきを受講者同士で共有しました。最後に講師から、今後のボランティア活動に向けたアドバイスをいただき、今後のボランティア活動への一歩につながる講座となりました。

### ≪受講者の感想≫



講義を聞いて、ボランティアの概念が変わりました。

ボランティアについて深く知らなかったが、ボランティアの強み・弱みなど、さまざまなことを知ることができ興味が持てました。



【ステップ2】ボランティア体験の様子

### ＜協力機関＞

日本ボランティアコーディネーター協会／地域活動支援センター紙ひこうき／多摩サポーターズ／にっこり会／おしゃべりサロン「いちにのさん！」ボランティアスタッフ



# ～たまぼらひろば～

はじめよう！  
ボランティアライフ！！

多摩区ボランティアセンターでは、出張型のボランティア相談会「たまぼらひろば」を定期的を開催しています。

ボランティアに関して何か聞きたいことがある方は、お気軽にお越しください♪



## 次回開催のたまぼらひろば

令和8年3月10日（火）

10：00～14：00

多摩区役所1階アトリウム  
パサージュ・たま



## ボランティア保険の更新時期です



ボランティア活動保険は、日本国内でのボランティア活動中における「ケガ」や「損害賠償責任」の事故の備えとして、無償で活動するボランティアの方々のための補償制度です。

令和8年度加入申し込みは3月2日（月）から多摩区社会福祉協議会の窓口で受け付けます。もしもの時に備えて保険に加入し、安心してボランティア活動に取り組みましょう。

補償プラン	基本プラン	天災・地震補償プラン
保険料	350円	500円

詳細についてのお問い合わせは、下記までご連絡ください。

多摩区社会福祉協議会 ☎ 044-935-5500

入場無料

## 第18回 多摩区社会福祉大会開催！！

多摩区社会福祉大会は、多摩区で長年にわたり、地域福祉に貢献された方や団体に対し感謝の意を表するとともに、誰もが安心して暮らせる地域共生社会の実現を目指し、社会福祉に関する啓発活動を広く行っています。

第1部記念式典では地域の社会福祉に貢献した人を表彰し、第2部では社会福祉啓発のための映画『九十歳。何がめでたい』を上映します。

第1部にて手話通訳・要約筆記が必要な方のお申込は受付終了しています。ご了承ください。

※第2部からの入場はできませんので、あらかじめご了承ください。

日時  
場所  
定員  
映画

令和8年3月6日（金）13時30分～16時

多摩市民館2階 大ホール

900名（当日先着順）

『九十歳。何がめでたい』

※日本語字幕なし



©2024「九十歳。何がめでたい」製作委員会

©佐藤愛子／小学館

# 多摩区ボランティアセンター運営委員を募集します！

ボランティアセンター運営委員会の公募委員を募集します。多摩区ボランティアセンターは、ボランティアについての広報啓発活動を目的としたイベントや講座を開催しています。町会や民生委員など様々な団体から参加している委員の方と一緒に、多摩区のボランティア事業を企画・運営をしてみませんか。

▶ 任期 2026年4月～2028年3月（2年間）

▶ 人数 若干名

▶ 応募資格

①区内在住で18歳以上の方（2026年4月1日現在）

②主に平日開催の運営委員会と各部会、各種事業に出席し、積極的に協力していただける方

▶ 申込方法

2026年3月6日までに福祉パルたまで配布している応募用紙に、必要事項をご記入の上、来所または郵送、FAXでお申込みください。

▶ 選出方法

申込用紙を確認の上、選出いたします。



運営委員会研修会の様子

## いこいの家 多世代交流事業

### ～学生にスマホの操作を聞いてみよう～開催報告！！

12月9日（火）に登戸いこいの家で、学生ボランティアによるスマホ相談会を開催しました。

当日は8名の学生ボランティアにご協力いただき、来館された高齢者の方々に対して、スマホの操作方法を丁寧に教えていただきました。

高齢者の方は、ご自身が使用しているスマホで、写真の操作方法や、地図アプリの使い方など、操作について分からないところを学生に相談されていました。

今後も、下記の日程で開催予定しています。また、学生ボランティアも募集していますので、ご興味ある方はぜひお問い合わせください。



## 次回開催予定

※都合により変更・中止になる場合がございます。

日程	場所	電話番号	時間
2/27（金）	菅いこいの家（多摩区菅北浦 3-11-1）	044-944-2940	13：30～15：00
3/18（水）	南菅いこいの家（多摩区菅馬場 3-26-1）	044-944-7790	

### 【学生ボランティア募集】

tamaku@csww-kawasaki.or.jp のメールアドレス宛に

① 所属（大学名など）と氏名

② 参加希望日

記載の上、送信してください。

※ボランティア証明書発行します！

### 【参加申込方法】

対象者：60歳以上

各回当日までに会場のいこいの家にて、来館または電話による申込。※先着順

〈問合せ先〉

多摩区社会福祉協議会 ☎ 044-935-5500

