

みんなが主役！地域で支えあうまちづくり！

Vol. 54

2025. 2.15

まちづくり

ニュース



府中市社会福祉協議会

この情報紙は、歳末たすけあい募金・市補助金などで発行しています。

協力会員(有償ボランティア)

高齢者や障害のある方、子育ての家庭でちょっとしたお手伝いをする有償のボランティア活動です。1時間100円～の活動費をお支払いします。空いている時間を活用して活動してみませんか。

月1回でも！
週1回でも！
空いた時間で活動できます！！

募

集

中



高齢者・障害のある方への活動

掃除、洗濯、買い物、食事作り、話し相手、通院・外出付添、庭の草取りなど

子育て家庭への活動

掃除、食事作りなどの日常の家事、おむつ交換、お世話、送迎 など

活動の様子



食事作り(下ごしらえ等)できる方を急募しています。ぜひ、お問合せください。



登録には「ボランティア・協力会員入門研修」(詳細はP7)を受講する必要があります。ぜひ、ご参加ください。

【問合せ】まちづくり推進係
TEL : 042-334-3040

※点訳、音訳の「まちづくりニュース」もご用意しております。必要な方は、下記へお問合せください。

編集・発行

社会福祉法人 府中市社会福祉協議会

府中市府中町1-30 ふれあい会館2階
(日・祝・臨時休館日を除く8:30~17:15)

TEL : 042-364-5382

FAX : 042-362-9090

メール : mail@fsyakyo.or.jp

ホームページ : https://www.fsyakyo.or.jp



社協ホムページ

府中市立ふれあい会館



わがまち支えあい協議会

「わがまち支えあい協議会」は、身近な生活圏域の中で、地域住民や地域の様々な団体が自らの「困りごと」に気づき、それを我が事として共有し、解決していくしくみです。文化センター圏域ごとに設立されており、月1回話し合いをしながら、様々な活動をしています。

「各圏域の詳しい情報を知りたい」「参加・見学してみたい」「相談してみたい」などございましたら、お気軽に府中市社会福祉協議会へお問合せください。

TEL: 042-364-5382

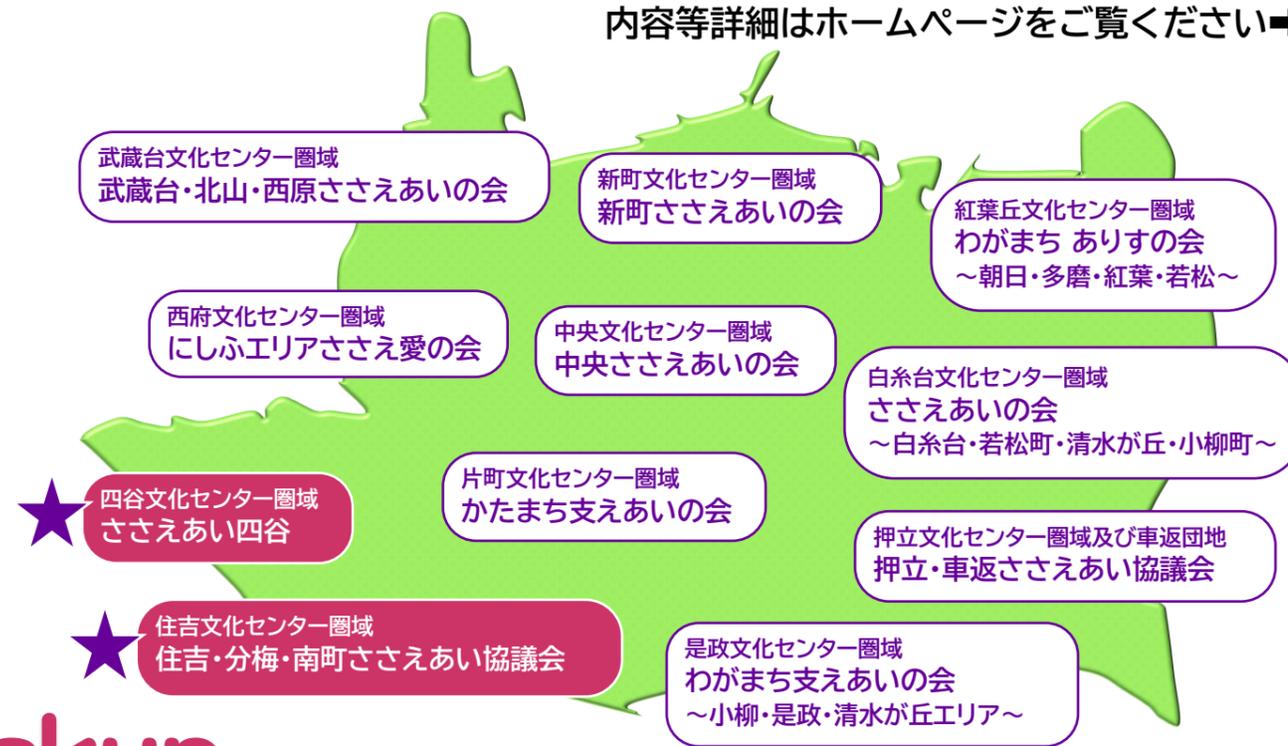
地域にある課題・心配事をキャッチ

様々な立場の人が集まり、解決に向けたアイデアを出し合う

地域でできる活動を生み出す

★Pickup

各圏域の定例会（月1回の話し合い）や活動内容等詳細はホームページをご覧ください➡



SBM 住吉・分梅・南町ささえあい協議会

一人ぼっちを作らない、笑顔あふれる地域をつくる

だれでもふらっとサロン

日時：毎月第2火曜日 13時半～15時
場所：南町西部公会堂
参加費：100円
内容：ふらっと来て気軽に交流できるサロンです！
貼り絵や体操などを実施しています。

手作りお仲間広場

日時：毎月第4火曜日 13時～15時
場所：南町西部公会堂
内容：お喋りしながら編み物などを行っています。

フードパントリー

食料を必要とするご家庭へ、食料を無料配布します。

フードドライブ ※回収条件あり

必要な方へ食料を届けるため、ご家庭で食べきれない食品を地域の中で集めています。
毎週月・木・金 9時半～16時
住吉文化センター困りごと相談会

おかえり広場

日時：毎週火曜日 15時半～19時
場所：南町西部公会堂
内容：小学生の子どもと一緒に、宿題や遊びを通して世代を超えた交流をします！
※ボランティアは交代制です

ボランティア募集中！



ちょこっとお手伝い（電球交換）の様子

ちょこっとお手伝いも実施しています！
詳細はホームページをご覧ください ➡



ささえあい よつや

高齢者から子どもまで孤立した人を作らない！
～地域でいろいろな活動をしている個人・団体とつながる～
大人から子どもまで、みんなが主役で地域で支え合うまちづくりを目指しています！

菜々のつどい

毎月第3金曜日 10:00～12:00
場所：四谷公会堂
内容：みんなでお茶を飲みながらお喋りや体操、生三味線を聞いたりお歌を歌ったりをしています



ゆうやけ四谷・日新

日時：毎週月～金の可能な曜日
17時～30分程度
内容：四谷学童・日新学童クラブから帰宅する子どもたちの見守りをしています！



お楽しみ広場 13:00～17:00

毎月第1火曜日・第3金曜日 四谷公会堂
毎月第3水曜日 四谷1丁目自治会館
内容：健康マージャンを通じてみんなと楽しくおしゃべりする居場所になっています

その他

- ・ちょこっとお手伝い
- ・フードドライブ・フードパントリーなど

詳細はホームページをご覧ください➡



「ボランティア」 かわはた あやと(日新小学校1年)

体験先:第2府中保育園

ぼくは、だいふちゅうほいくえんにいきました。ほいくえんでは、みんなのいろんなおてつだいをしました。

せんせいのぼうしほしをてつだいました。パパがしぼってぼくがわたしてせんせいがほしました。みんなのためにおてつだいができたから、たのしかったからです。ほかに、こぼれたおちやをふいてあげました。ふいてあげたら、「ありがとう。」

と、いわれました。このことをきいて、ぼくもありがとうというきもちになりました。

たのしかったぼらんていあ。またいきたいです。

令和6年度 ボランティア体験感想文

今年度もボランティア体験に多くの皆さんにご参加いただきました。体験後の感想文から一部をご紹介します。

協力団体数:52団体 参加者数:98名(小学生~社会人) 感想文提出数:77作品
(令和7年1月末現在)

参加・ご協力ありがとうございました。令和7年度も準備が整い次第ご案内する予定です。

皆様のご参加をお待ちしております。

問合せ:府中ボランティアセンター

TEL 042-364-0088 メール go.go.vc@fsyakyo.or.jp



「大切な宝、命」 長谷川 慶祐(府中第六中学校2年) 体験先:山手保育園

この度は山手保育園でボランティア体験をさせていただきありがとうございました。今回の体験を通して、僕は自分が保育園の方や園児さんたちにさせていただいたことよりも、多くのものをいただきました。緊張した初日も優しく教えてくださった先生方と、初対面でも「遊ぼう」と笑いかけたくれた園児さんへの感謝の気持ちは伝えきれないほどです。

初日は、主に室内でおもちゃで遊んだり、プール遊びを見守ったり、使ったおもちゃを拭いたりしました。1日3時間という短い体験でしたが、実際にやってみると、命を預かるという仕事はやはり大変だということがわかりました。子供はとてもかわいいですが、初日はうまく園児さんとコミュニケーションが取れなかったり、園児さんを着替えさせるのに手間取ったりしました。しかし、大変な仕事でも先生たちは園児たちのためにとっても頑張っているらしいです。みんなが遊んでいる時には遊び相手をしてあげていたり、時間が経ったら必ずお茶を出してあげていたり。そして、みんながお昼寝をしている時にはたくさん仕

事をしていたり、本当に大変そうでした。その姿を見て、僕は先生方をもっと少しでもサポートしたいと思いました。

2日目は泥んこ遊びがあり、その他は初日と大体同じ仕事をしました。初日より自分から話しかけてくれたり遊んでくれたりする園児さんが多く、緊張もほぐれました。一度やったことがある仕事は手際良くできるようになり余裕ができたので、楽しむことができました。

今回のボランティアに参加して、山手保育園の皆様からたくさんの素敵なお話をいただきました。大切なことも教えていただきました。それは「子供」は宝だということです。繊細な小さな命は、いつか大きくなるための大切なものです。この2日間で、こんなにも貴重です。素晴らしい体験をさせていただいてとても感謝しています。ここで得られたことを今後の生き方や将来に活かしていきたいです。本当にありがとうございました。

「ボランティア体験を通じて」 Y.Y.(桐朋高等学校2年) 体験先:府中市立あさひ苑

私は、あさひ苑さんでの3日間のボランティア体験を通して、様々なことを学ばせていただきました。その中でも、特に印象に残っていることがいくつかあったので、ここではそれについて書かせていただきたいと思います。

まず1つ目は、利用者の方々個人個人に対する対応がとても素晴らしかったということです。例えば、朝や夕方に行われる体操の際には、利用者の方々や座られる椅子が、利用者によって肘かけがあるものないものと、それぞれの方が座りやすい椅子が用意されていることには驚きました。また、1日の中で何回も水分補給をする時間があったのですが、その際にも利用者の方によって容器の形を変えていたり、細かなところにも配慮されているところが非常に感銘を受けました。そのような中でも、私が一番印象に残っているのはお昼の食事のときでした。食事は、利用者の方々によって食べられないものであったり食べ切れる量が異なり、100人いれば100人異なるようなものですが、そのような個人個人の情報はカードに書かれていたため、比較的スムーズに配膳がなされていました。こうして、様々な場面において個人個人に対する細やかな配慮がなされているからこそ、利用者の方々も安心して過ごすことができるのではないかと感じました。

2つ目は、職員の方々の記憶力・コミュニケーション力が非常に優れていたということです。あさひ苑さんのデイサービスは、多いときには1日50人ほど利用されるようなのですが、その個人個人の顔と名前、また耳が遠かったり自由に手を動かさなかったりというような健康状態まで全て把握していました。さらに、あさひ苑さんのデイサービスでは週に1回来られる方もいれば、週に何回も来られる方など様々な方がいらっしゃるようなのです

「夢とのつながり」 早木 風華(府中第三中学校1年)

体験先:分倍保育園

私がこの分倍保育園のボランティアで学んだことは、子供との向き合い方や対応の仕方などです。

1日目では、緊張しながら保育園へ向かいました。そして保育園について準備してホールへつくと子供達が不思議そうな目で「だれ〜?」

と言ってきました。少し緊張しながらも、3,4,5才の子達の前で自己紹介しました。けれど子供達は温かい目で元気に

「おねがいします!!」

と言ってくれてほほ緊張が解けました。そして担当の3才児クラスへ行くと積極的に話しかけてくれて

「先生〜!」

「お姉さん!」

と呼んでくれました。それ以外にも、

「あそぼー!」

など気軽に話してくれて私も対応しやすくてうれしかったです。主に私がした仕事は、子供達と遊ぶ・ふとんを置く・体をふいてあげる・物などの用意をすることなどでした。3才の子達は活発でとてもかわいかったです。

2日目では、4才の子達だともう静かな感じで大人しいのかな、と思っていましたが全然そんなことはなく活発な子達ばかりでした。けれど、3才の子と比べて切替のできる子が多く、1才の成長の違いに驚きました。初めにホールで歌をうたったりおどったりする時間ではとてもなつかしさを感じながら一緒に参加しました。そして教室にもベリ朝の会を終えるとみんなで切っはって作るたこさんウインナーをそれぞれの目の形など自由にかわいく仕上げていました。その次には、園庭でどろあそびをしました。この時にはたくさんの子達が

「〇〇であそぼう!!」

とたくさん話しかけてくれました。そしてどろあそびが終わると4,5才の子と先生と一緒にどろぼうがっこうを見に行きました。すごくなつかしくて色々な思い出を思い出しました。時には、はずかしいシーンもあったけれど笑い合いながら楽しい時間を過ごしました。最後に紙しほいを読んで2日間のボランティアは終わりました。

私の夢は保育士です。今回のボランティアで思っていたよりも保育士は大変だけれどそれ以上に楽しいことがたくさんあっていてより保育士になりたい気持ちが強まりました。それだけでなく、子供たちとの向き合い方に関してはたくさんの子たちが積極的に話しかけてくれたり、行動については手をつないだりしてくれました。2日間で私が主にやった仕事はとにかく勉強になりました。体をふく仕事については、「後ろふくねー」など声をかける事が大事だと思いました。子供と遊ぶのは一人一人の事を意識して話しかけられたらうなづいたり答えたりなぞ一つ一つの行動に大事な事があり責任をもってこなしていくことが大切でした。

この2日間で私が自分の夢に向かって成長できてすごく良い経験をしました。これからも自分の夢に向かって行くために2日間のたくさんの経験を忘れず生活する中でも活かしていきたいです。

先生方へ

2日間お世話になりました。たくさんの経験をさせてくれて本当にありがとうございました。私は先生達のような最高の保育士になるためにがんばります!!

来年もぜひよろしくおねがいします!



ボランティア募集情報

介護老人保健施設 葵の園・武蔵府中 (片町2)

- ・利用者との話し相手
- ・入浴後のドライヤーがけ、食事準備、下膳のお手伝い
- ・シーツ交換
- ・手工芸作業活動、歌の時間、体操の時間の補助
- ・囲碁、将棋など
- ・ボランティアさんが得意なものを活かす活動



わの会デイサービスりんりん (四谷6)

- ・散歩の付き添い
- ・麻雀、囲碁、将棋(どれでも可。午後のみ)
- ・利用者との話し相手
- ・活動の補助(体操、工作、トランプ、かるた、ゲームなど)

府中市立よつや苑 (四谷3)

- デイサービス活動補助
お茶出し、湯のみ洗い、昼食の下膳、利用者の話し相手など

アズハイム府中中河原デイサービスセンター (四谷3)

- ・利用者との麻雀に参加 点数がわかる方希望

安立園特別養護老人ホーム (晴見町1)

- ・シーツ交換
- ・洗濯物たたみ



デイサービス グレース小柳 (小柳町1)

- ・利用者との会話
- ・散歩の付き添い、お茶出しなど



グッドタイムナーシングホーム府中弐番館 (是政1)

- ・レクリエーション(歌レク・簡単な手芸など)
- ・利用者との話し相手
- ・マジックや歌・楽器演奏等



デイサービス ツクイ府中西原町 (西原町2)

- ・入浴後のドライヤー・ブラッシング
- ・お茶出し
- ・麻雀・将棋での交流
- ・コーラス教室(サークル)のサポート



あさひ苑高齢者在宅サービスセンター (朝日町3)

- ・習字活動の補佐・片付け
- ・音楽活動でのピアノ・楽器演奏・歌
- ・視覚障害のある利用者の補助
- ・湯のみ洗いなど
- ・草笛やオカリナ等の演奏
- ・プランター・植木いじり(生け花)



ニチイホーム東府中 (若松町3)

- ・居室の清掃
- ・リネン交換
- ・レクリエーション(ラジオ体操・簡単な手芸・書道・脳トレ・音楽レク・ホワイトボードを使用したレク等)



緑苑 (緑町1)

- ・地域交流スペース(グリーン茶房)での売店の運営・飲み物等の販売(お菓子・日用品の販売・商品の補充・値段付け)
- ・利用者との話し相手
- ・昼食会の手伝い(準備・受付・利用者との会話・片付けなど)
- ※昼食が付きます

わたしの家府中 (南町6)

- 利用者と話しをしながらの散歩
※車いすを押す介助があります

憩いの森鳳仙寮 (清水が丘2)

- 園芸(野菜や花の手入れ・草むしり・水まきなど)

グループホームよつや正吉苑 (四谷4)

- 利用者との話し相手

まどか府中 (矢崎町1)

- ・利用者との話し相手
- ・軽作業(タオルたたみなど)
- ・手作業(小物づくり・折り紙など)
- ・カメラマン(散歩の風景撮影)



NEW

SOMPOケア ラヴィーレ府中 (宮町3)

- タオル・バスタオルをたたむ軽作業

特別養護老人ホーム 鳳仙寮 (西府町2)

- ・特別養護老人ホームでのシーツ交換



府中若松苑 (若松町4)

- ・書道クラブの補助
- ・利用者の話を聴く
- ・利用者との活動(手工芸・歌・囲碁・将棋)
- ・居室・洗面台などの清掃
- ・洗濯・洗濯物たたみ
- ・施設の壁面の季節ごとの飾りつけ

NEW



デイサービスセンター遊・府中 (四谷2)

- 歌・踊り・演奏・マジック・落語等

こもれび家族 (是政2)

- ・利用者との話し相手

介護老人保健施設 花水木 (調布市深大寺北4)

- ・利用者との話し相手

<障害者関係施設>

府中療育センター (武蔵台2)

- ・グループ活動(ゲーム)の補助
- ・利用者の車イスの清掃・タイヤの空気入れ
- ・通所入浴日の活動(制作・ゲーム・絵本読みなど)



発達支援つむぎ 府中ルーム (美好町1)

- ・つむぎを利用している未就学児や保護者・きょうだい児とのふれあい(人形劇、絵本の読み聞かせ、昔遊び、外遊びなど)



府中市立心身障害者福祉センター (南町5)

<作業生活実習訓練>

- ・通常活動(戸外・レクリエーション・音楽・工作・園芸など)の補助

<子ども関係施設>

しらとり<学習サポートサロンSKY> (武蔵台1)

- ・中高生への学習支援と話し相手



現在募集中のボランティア情報です。興味のある活動がありましたらお気軽にお問合せください。
府中ボランティアセンター TEL:042-364-0088

<個人の方への支援>

障害者支援施設みずき (朝日町3)

●利用者(30代女性・脳性まひ・車いす使用)のカラオケやゲームの相手・補助、話し相手
※施設内で車いすを押す程度の介助があります。



<その他>

まちづくりニュースの配付

市内の希望する方や団体へのポスティング
活動日:偶数月の15日~20日頃



<募集地域>

北山町3・4丁目 小柳町 多磨町 西府町 日新町
分梅町 南町 武蔵台 紅葉丘2・3丁目 四谷1・3丁目
※地域によって部数が違います。詳しくはお問合せください。

単発の活動

あけぼの福祉会資源回収

月1回の資源回収です。
職員とボランティアで市内を回ります。

活動日:3月15日(土)・4月19日(土) 9:00~15:30
※雨天延期 3/22・4/26

集合:府中共同作業所(寿町3)
昼食が付きます。



<地域活動>

SOMPOケア 子ども食堂

月1回、高齢者施設内で子ども食堂を行っています。
【現在募集中の施設】

・そんぼの家S府中住吉(住吉町3) 毎月第4土曜日
・そんぼの家S西府(本宿町2) 毎月第4土曜日
・そんぼの家S中河原(住吉町4) 毎月第2土曜日

時間:11:00~14:00

内容:子ども食堂の配下膳・見守り・レクリエーション等

こどもの居場所作り@府中

子ども食堂の会場設営・準備の手伝い

活動日時:毎月第4月曜日13:00~17:00(応相談)

場所:片町公会堂(片町2) ※特に男性を募集しています。



府中市立心身障害者福祉センター (南町5)

<地域生活支援センターみ〜な>

春休みミニ動物ランド(移動動物園)

日時:3月26日(水)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

③10:00~15:00(昼休憩あり)

会場:府中市立心身障害者福祉センター西隣の広場

※集合は府中市立心身障害者福祉センターロビー

内容:移動動物園スタッフ補助、会場出入口等案内、
駐車場の案内、準備、片付けなど

人数:①②③で計5名



ボランティア・協力会員入門研修

【日時】① 3月25日(火) 10:00~12:00

② 4月24日(木) 13:30~15:30

※内容は毎月同じです。ご都合の良い日程でご参加ください。

定員12名

【場所】ふれあい会館1階 ボランティア活動室

【内容】●第1部(約1時間)「ボランティア活動について」(無償ボランティア)

●第2部(約1時間)「協力会員活動について」(有償ボランティア)

【その他】◆研修終了後にボランティアと協力会員の登録を受け付けます。

◆協力会員登録にあたっては、印鑑・身分証が必要となります。

また、介護や保育の資格をお持ちの方は証明書のコピーもあわせて
受講時にお持ちください。

【申込み】府中ボランティアセンター TEL:042-364-0088 FAX:042-362-9090

毎月開催しています。12月 5名、1月 9名ご参加いただきました。ありがとうございました♪

募金のご協力をありがとうございました

赤い羽根共同募金 令和6年度募金実績額 **2,501,902円** (2月4日現在)

皆さまからご協力いただいた募金は、東京都共同募金会へ納付し、市内の保育園、福祉作業所等の事業費に充てられるほか、災害時の為の準備金としても積立てられます。

歳末たすけあい運動 令和6年度募金実績額 **3,622,760円**

皆さまからご協力いただいた募金は、当協議会の事業を通して、地域福祉活動に役立てられます。

募金の使いみちの詳細は2次元コードよりご覧いただけます。→



問合せ 総務課 総務係 TEL : 042-364-5137

令和7年度

補償期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日

ボランティア保険のご案内

現在加入されているボランティア保険は、令和7年3月末日までの補償となっています。

令和7年4月からの活動に備え、ボランティア保険の加入手続きを、3月より開始します。

3月中に加入した場合は4月1日から、4月以降に加入した場合は加入翌日から補償が開始されます。

●受付開始：令和7年3月1日(土)～ ※日曜・祝日を除く

●受付時間：9:00～17:00

●受付窓口：府中ボランティアセンター（府中町1-30 ふれあい会館2階）

★加入する方の氏名・住所・電話番号が必要です。団体で6名以上加入する場合は別紙で名簿を3部お持ちください。

★保険料の支払い方法…窓口にて現金による支払い（領収書は発行できません）
または、郵便局・金融機関等での振込

★記入した申込書の提出と、保険料の支払い(もしくは振込証明書の提出)を窓口にて確認し、受付印を押した加入確認証をお渡します。

【問合せ】 府中ボランティアセンター TEL : 042-364-0088 FAX : 042-362-9090



まちづくりニュースでは、府中市民を対象とした様々な活動を紹介しています。記事の掲載を希望される団体は、発行前月の20日までにメールまたはFAXで原稿をご提出ください。

※紙面の都合により、記事の内容を一部省略させていただく場合があります。

申込み・問合せ 府中ボランティアセンター

TEL:042-364-0088 FAX:042-362-9090 メール:go.go.vc@fsyakyo.or.jp