

# ひがしむらやま ボランティアネット 9月号



いつまでも元気で★

NO. 403 (通巻 NO. 465) 2025年9月1日  
発行 東村山市社会福祉協議会 東村山ボランティアセンター  
TEL 042-396-1533 FAX 042-393-0411 Email vc@hm-shakyo.or.jp  
X @welcomehmv

- 今月の主な内容
- P1 今知っておきたい防災の数字
  - P2 ボランティア募集
  - P3 お知らせ
  - P4 「報告」ぐっどすペーす

## この数字にピンときますか？

7 日間

3 リットル

1 坪に 2 名

5 回

23500 人

## 今、知っておきたい防災の数字 @東村山

9月は防災月間です。東村山の皆さんは、この数字を見たことがありますか？  
全て災害時の備えに関する数字です。どんな数字なのか少し考えてみてくださいね。

7 日間 3 リットル 5 回

災害への備蓄品は7日間分、最低でも3日間分備えておくことが求められています。ここでいう備蓄品は「食料」「水分」「簡易トイレ」等生活必需品です。水分は成人一人につき、1日3ℓ必要だと言われています。簡易トイレは一人につき1日5回分の用意をしましょう。

出典：東村山市「家庭内備蓄のすすめ」



詳しくは→

1 坪に 2 名 23500 人

市内避難所にて、想定されている「居住スペース」です。あくまで目安であり、避難してきた方の状況、感染症発生の有無などで大きく変わってきますのでご注意ください。市内避難所全体で23500人の受け入れを想定しています。

出典：東村山市避難所運営ガイドライン10p



詳しくは→

# ボランティア募集

やってみようかな?と思ったら、ボランティアセンターへ!内容のお問い合わせもお気軽にどうぞ♪☎連絡先はp1、4



## 【単発】お祭り準備・設営・お祭りの縁日補助

ライフサポートつばさでは施設屋外で行われる秋祭りのお手伝いをしてくださる方を募集します。

◇日時 11月1日(土) 集合9:00 14:30解散 ※雨天実施

◇場所 ライフサポートつばさ 駐車場(富士見町3-4-16)

◇内容 テント設営、イベントブース設営、必要物品運搬、ご利用者様到着見守り、縁日補助、お祭りご利用者様移動補助、テント・イベントブース撤去等

◇募集 5名 学生可(中学生以上)

◇服装・持ち物 動きやすい服装 ◇食事の用意 あり ◇応募締め切り 10月10日(金)まで



## 【継続】おもちゃの修理・子どもの遊び相手

子育て広場ころころの森では布おもちゃの修理や作製を行って下さる方、外あそびプログラムと一緒に同行して下さる方を募集します。同時に利用者様向けの特技披露をして下さる方も募集します。

◇日時 火曜日~土曜日 10:00~16:00

\*外あそび(市内公園) 月2~3回 10:00~12:00 (夏場 9:30~10:30)

◇場所 ころころの森(野口町1-25-15)

◇内容 ①おもちゃの修理・作製 ②利用者に向けてのパフォーマンス(歌・特技披露等)  
③外あそびプログラムのサポート、子どもの遊び相手

◇募集 学生可(小学5年生以上) \*外あそびに関しては高校生以上(走れる方)

## 【継続】広報誌の作成

東村山いきいきシニアでは広報誌「あおぞら」発行のための編集会議から文章入力、校正、仕上げまでをお手伝いして下さる方を募集しています。

◇日時 編集会議(毎月第3水曜日10:00~12:00) →文章入力(自宅 or いきいきプラザ)  
→校正(第4火曜日9:30~) →仕上げ(第4水曜日pm)

◇場所 東村山市役所いきいきプラザ4F 多目的活動室

◇募集 3名(大学生以上) ◇その他 広報誌発行のための入力ができる方



## 【継続】買い物の付き添い

栄町の施設で暮らす60代の男性です。近所のスーパーで買い物をすることが楽しみの一つです。どなたか車いすを押して付き添ってくれませんか。

◇日時 毎週土曜日(月1~2回でも可) 14:00~15:00 ※雨天中止

◇行程 栄町3丁目の施設~イオンフードスタイル(小平市) 徒歩5分ほど

◇内容 買い物の付き添い(車いすを押す、棚の商品を取る、荷物を持つなど)

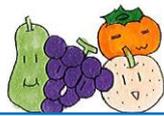
◇募集 1~2名 (男女不問・車イス操作の経験がある方希望・お店を知っている方だと尚可)

◇その他 慣れるまで、スタッフの方が介助方法を教えてくれます。ご希望により、ボランティアセンターでも、事前に車いす介助の練習ができます。



☆ボランティアのご応募・お問合せ、ありがとうございます☆

\*2025年7月号掲載 ☎ ハトホーム 話し相手



おらせ



## 先輩ママに聞いちゃおう2025

支援を必要とするお子さんをもつ保護者の方や、特別支援学級・特別支援学校への入学及び特別支援教室の利用を検討している保護者の方、就学先（小・中・高）をお悩みのお子さんを持つ保護者の方。先輩ママからお話を聞いてみませんか。どなたでもご参加いただけます。

\*お子さんの年齢、所属などに制限はありません。

**第1回 9月24日(水) 10:00~12:00**

**第2回 10月18日(土) 13:30~15:30 各回 20名(事前申し込み制・先着順)**

👉**出入り自由(部分参加OK) 子連れOK(プレイスペースあり)**

**会場** ころころの森 くじらのお部屋(野口町1-25-15) ☎042-395-7280

**申し込み・問い合わせ** 東村山障がい児保護者連絡会 e-mail: hmy\_renrakukai@yahoo.co.jp

**主催** 東村山市障がい児保護者連絡会

## 一チャイルドラインたちかわ 新規受け手2025一 🍀子ども電話の受け手 ボランティア募集🍀

「チャイルドライン」は18歳までの子どもの声を聞き、その気持ちに寄り添う活動です。チャイルドライン立川では新たな電話の受け手を募集します。子どもの問題に関心をお持ちの方、活動してみませんか？

～電話の受け手になるには～

養成講座全10回をすべて受講しその後、受け手を希望する方と主催者側の意思を確認しあい、面接、入会、見学、実地研修期間を経て、子どもからの電話を受けていただくこととなります。

《**日程 9月21日(日)~12月14日(日) 全10回+別途説明会を実施 (主に土・日)**》

**会場** 立川市子ども未来センター(立川市錦町3-2-26)及びオンライン講座

**募集** 定員15名(先着順)但しオンライン講座が受講可能な方

※定員になり次第、募集を締め切ります。(申し込み 9月7日(日)まで)

**受講料** 6,000円(初回出席時一括納入)

**申し込み先** 右のQRコードよりお申込みください。



**【主催】** チャイルドラインたちかわ e-mail: cl.tachikawa2@gmail.com



## 2025年8月豪雨災害への義援金・支援金募集情報

2025年8月6日ごろから発生した豪雨災害について、被害にあわれた皆様にお見舞い申し上げます。以下の団体で義援金・支援金を募集しています。なお、この災害では、石川県、山口県、熊本県、鹿児島県において災害救助法が適用されています。※8月14日現在

■中央共同募金会(支援金)

■日本財団(支援金)

■yahoo!ネット募金(支援金)

このほかさとふるではふるさと納税による緊急支援寄付を募集しています。

TVACにて関連情報が→→まとめられています



小学生～ティーンズの居場所

# ぐっどすぺーす

報告

7/29@社会福祉協議会



ボードゲームで遊ぶよ



入口から見るとこんな感じ



ポケモンカードだ!!



ジュースとお菓子もあるよ



コマ回せたよ!



スイッチ、壁に映してみよっか★

暑い中たくさんの参加者がきてくれました。昔遊びをしたり、スイッチを持ってきたり、時間の過ごし方は皆様々です。また、今回は助っ人ボランティアさんが「ポケモンカードゲーム」を用意してくださり、盛り上がりました。夏体験ボランティアのお手伝いさんもたくさん来てくれ、一緒に遊んだり、自身も楽しんでくれていました。皆さん、ありがとうございました。

毎月開催中! みんな、きてね!

第1火曜日 15時30分～17時30分

ふれあい工房美住多目的スペース

(美住町 1-4-1 グリーンタウン美住一番街団地第9号棟 105号室)

参加費無料です。来るのも帰るのも自由だよ★

見守りボランティアも募集中★

問合せ 396-1533 ボランティアセンター

## 編集後記

我が家の前の通学路で朝の挨拶を交わしていたS君に本当に久しぶりにご対面した、身長が私より大きくなっているのにびっくり、学校や習い事等近況を話してくれた、会話の最後に又僕を見かけたら声をかけてねの一言に酷暑で気力、体力が参っている私に元気を貰ったS君ありがとう!!(秋津町 S.I)



社会福祉法人 東村山市社会福祉協議会 東村山ボランティアセンター

〒189-0022 東村山市野口町 1-25-15

TEL 042-396-1533 FAX 042-393-0411

開所日 月～土曜日(祝日を除く) 9:00～17:00

E-mail [vc@hm-shakyo.or.jp](mailto:vc@hm-shakyo.or.jp)

東村山ボランティアセンター X @welcomehmv

ボラセン仮設 HP <https://vc2668.wixsite.com/hmvc>

社協(地域福祉活動計画) X (旧ツイッター) @pontakun\_hm

☆この広報紙は社会福祉協議会会費及び寄付金を財源に作成しています。



【10月号のお知らせ】 ボランティアまつり 他

※変更する場合もあります