

令和6年10月16日から、10月30日の毎週水曜日全3回で開催。  
29名の方が参加されました！

多摩区ボランティアセンター主催

## 傾聴ボランティア入門講座～開催報告～

### 【第1回】座学編「傾聴の基本スキルを学ぼう」



講師には、傾聴たかつの中里さん(※)をお迎えし、中里さん自身の体験談も踏まえながら、「傾聴」について学びました。

※前号掲載の講師と変更しております

#### 受講者の感想

傾聴って奥深く、信頼関係がとても重要だと思いました。

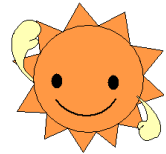


#### 受講者の感想

座学では得られない気づきや学び、感動が沢山ありました。やってみないと分からない！やってみると良かった！と感じる瞬間ばかりで充実していました。



### 【第2回】ロールプレイング



ロールプレイングでは、3人1組となり、「話し手」「聴き手」「観察者」のそれぞれの役割を実践し、感想を共有しました。

#### 受講者の感想

現在活動中のボランティアの体験談、リアルな声を聴く事ができて良かった！



### 【第3回】先輩ボランティアからのお話し&交流会

たあみなる



みみちゃんのお話し

多摩区で傾聴ボランティア活動をしている、「傾聴たあみなる」「みみちゃんのお話し」の方々にお越しいただき、それぞれの活動内容や、体験談などのお話しをしていただきました。

ゆっくりじっくり心と耳を傾けてお相手のお話しを聴くことは、自分自身にとっても、大切な時間に繋がることを感じました。



P4のボランティアグループ紹介コーナーで、「傾聴たあみなる」を紹介します。  
また、過去にも多摩区で活動している傾聴ボランティアグループを紹介しています。関心のある方は是非、そちらもチェックをください。  
「傾聴ボランティアきぼう」→たまぼら98号  
「みみちゃんのお話し」→たまぼら101号

交流会の様子

# たまぼら掲示板

高齢

## 1. 地域ミニデイサービス

### 『にっこり会』でのボランティア募集

にっこり会は、登戸・登戸新町の地域にお住まいの高齢者の方を対象に、地域の中でお互いに支え合い、笑顔で暮らしていくことができる地域づくりを目指して活動するミニデイサービスです。

一緒に活動をするボランティアスタッフを募集しています。

開催日：基本 毎月最終月曜日

時間：9時～13時（準備片付け含めて）

場所：登戸老人いこいの家（登戸新町 237）

問合せ先：多摩区社会福祉協議会 地域課

TEL 044-935-5500 FAX044-911-8119

✉ tamaku@csw-kawasaki.or.jp

その他

## 2. 多摩ふれあいまつり

### 実行委員募集

多摩ふれあいまつりは、障害のある方やボランティアの団体・グループが、日ごろ地域で行っている活動を紹介し、「心のバリアフリー」の理解と啓発を目的として、毎年開催しています。

今回は令和7年6月15日（日）に開催予定。障害福祉や、ボランティア活動に関心のある方、一緒に楽しくおまつりを作ってみませんか？

日時：毎月第2木曜日午後6時から

募集：高校生以上

場所：多摩市民館

問合せ先：多摩区社会福祉協議会

TEL 044-935-5500 FAX044-911-8119

✉ tamaku@csw-kawasaki.or.jp

子ども

## 3. 多世代交流サロンでのボランティアスタッフ募集

保護者同士の交流に加えて、地域の高齢者の方も参加できる多世代交流を目的とした憩いの場、

「おしゃべりサロンいちにのさん！」で、ボランティアスタッフとして一緒に活動しませんか。

日時：毎月第4水曜日9時30分～12時00分

場所：長尾いこいの家（多摩区长尾 1-12-7）

対象：18歳以上

子どもが好きな方、楽しくお話できる方

問合せ先：多摩区社会福祉協議会 044-935-5500

障害

## 4. 外出支援ボランティア募集

車いす利用の方や一人では外出が困難な方に付き添って外出のお手伝いをしてくれるボランティアさん募集しています。

問合せ先：多摩区ボランティアセンター

（多摩区社会福祉協議会）

TEL：044-935-5500

✉ tamaku@csw-kawasaki.or.jp

## 一芸ボランティア紹介コーナー

### 『アコーディオン 石貫 日奈子』

アコーディオンのソロ演奏をしています。これまで地域のイベントや福祉施設など、さまざまな場所で演奏をしてきました。演奏を聴いて喜んでもらえることが嬉しく、これからもボランティア活動の幅を広げていきたいと思っています！

関心のある方、是非お問い合わせください！

演奏曲：童謡、歌謡曲、ワルツ、シャンソンなど

活動日：応相談

問合せ先：多摩区ボランティアセンター（多摩区社会福祉協議会）

TEL:044-935-5500





# チャレボラ2024 開催報告♪

7/21～8/16に夏休み福祉・チャレンジボランティア体験学習、略して「チャレボラ」を開催しました！多摩区では、5つのプログラムを実施しました。これを機にボランティア活動に興味を持っていただけたら幸いです。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

「高齢者疑似体験を通して、高齢者施設でボランティア体験をしてみよう！」

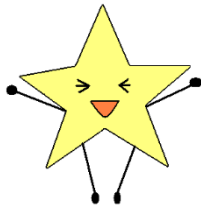


協力：①川崎市介護福祉士会  
②菅の里

「ポッチャで障害のある方と交流しよう！」



協力：いっぽ舎



「スマホ講座の先生になってみよう！」



親子で手話体験！



協力：手話サークル山びこ

「おしゃべりサロン「いちにのさん！」でボランティア」



## ～たまぼらひろば～

多摩区ボランティアセンターでは、ボランティアを始めたい方などを対象として、ボランティア相談会「たまぼらひろば」を区役所アトリウムのパサージュ・たまにて定期的開催しています。

ボランティアに関して聞きたいことがある方は、お気軽にお越しください♪  
次回のたまぼらひろばは、1月と3月を予定しています。



はじめよう！  
ボランティアライフ！！

## 多摩区総合防災訓練に参加します！

令和6年11月17日（日）に柘形中学校で開催される、多摩区総合防災訓練に多摩区社協も参加します！

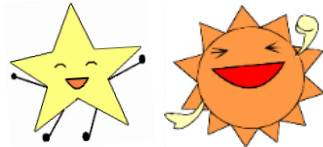
出展ブースでは、災害ボランティアセンターについての紹介パネルとクイズを出しています。

クイズに参加するとガチャガチャを回せます。当たりが出た方には景品のプレゼントもありますので、ぜひ皆さんお立ち寄りください！



昨年の様子

ボランティアグループ  
紹介コーナー！



多摩区内で活動しているボランティアグループ等の紹介コーナーです。ボランティアセンター運営委員が、実際にその活動を見学・取材を行います。

# 傾聴たあみなる

「傾聴たあみなる」は、孤独や不安な気持ちを抱えている方のお話相手となって、『その方の身になって、否定したり・反論したりせず・ありのままに受け止めて、一生懸命に』聴くことを心掛けている団体です。団体名は「たま」「あさお」「みやまえ」の頭文字と、発着駅という意味の「ターミナル」を掛け合わせて名付けたそうです。立ち上げた時期は平成23年6月で、現在の会員数は9名です。会員の中には仕事をしながら活動している方もいるそうです。

活動先は多摩・麻生区の高齢者施設や障害者施設で、各施設へは月に1回訪問しています。現在は主に火曜日が活動日となっていますが、施設との調整によって日程は柔軟に変更可能だそうです。定例会は奇数月の第4火曜日午後2時から午後4時まで、福祉パルたま研修室で行っており、情報交換をしながらスキルアップを図ったり、会員相互の親睦を深めたりしています。



インタビューの様子  
左：傾聴たあみなる  
代表 野島さん

今回、お話を聞かせていただいた、傾聴たあみなる代表の野島啓子さんには、2019年から活動を始めたそうです。ご自身が大変な状況だった時に寄り添ってくれる人の存在に救われたことが、傾聴に取り組むきっかけだったと語りました。自分ができることを無理なくやること、苦にならず楽しく活動できることが、たあみなるのモットーだそうです。傾聴活動に興味のある方は気軽に見学をしてほしいと仰っていました。他の会員の皆さんの中には、傾聴の経験からケアマネージャーになられた方や、趣味の写真を傾聴活動に活かしている方などがいらっしゃるそうです。

ご興味のある方は、多摩区社会福祉協議会（☎：044-935-5500）までお問い合わせください！

\*\*\*\*\*  
\* たまばら 定期送付をご希望の方は、 \*  
\* 以下までご連絡ください。費用は無料です。 \*  
\* 多摩区社会福祉協議会 \*  
\* ☎：044-935-5500 \*  
\*\*\*\*\*

この情報誌は一部共同募金の配分金で発行されています

