国分寺市委託事業（元気高齢者地域活躍推進事業）

介護支援ボランティア通信



News Letter

2026.10.　VOL.1

こんにちは！「介護支援ボランティア」に関わりのある方へ向けてNews Letterを発行することになりました。日頃より、介護支援ボランティア登録者の方や、受け入れ施設、説明会を行う場を提供してくださる方等、お名前を挙げるにはこの紙面では足りないくらいの皆さまに、様々なご協力をいただいておりますこと、心から感謝申し上げます。この通信では、ボランティア活動に関する情報や活動の様子、お知らせ等をお届けしてまいります。活動の「楽しさ」や「やりがい」を感じていただける、新たな活動のきっかけとなる紙面を目指しますので、どうぞよろしくお願いします。

令和８年４月～９月に実施した主な行事を紹介します。今後も気軽に役立てるような内容の企画を考えていますので、ぜひご参加ください。

・５月29日午後２時～４時　「介護支援ボランティア講演会」

場所：cocobunjiプラザリオンホールA B
講師：鈴木　宏幸氏
　　健康長寿医療センター研究所 研究副部長

ご自身の研究結果をもとに、人生100年時代 における社会参加のススメとして、シニア世代における地域活動の促進を分かりやすくお話していただきました。



・７月７日午後２時～４時　「介護支援ボランティア説明会」



場所：cocobunjiプラザセミナールーム

≪お楽しみミニ企画≫として※「すまさぽ」さんにご協力をお願いしました。直接の質問はなかったのですが、「いざというときにはありがたいな・・。」という感想も聞かれました。
※「すまさぽ」とは、スマホの操作を寄り添いながらサポートしてくれるグループです。

・９月30日午後２時～４時　「介護支援ボランティア説明会」

場所：cocobunjiプラザセミナールーム

≪ボランティア活動に役立つミニ企画≫では「先輩ボランティアの話を聞こう」として、お二人の先輩に登壇していただき、活発な意見交換もできました。
（次ページに先輩のお話を載せています。）



先輩ボランティアに聞きました

お二人の先輩ボランティアに、9月30日の説明会の会場で、お話を伺いました。「どんな活動をされていますか？」「活動するときに気をつけていることはどんなこと？」という問いに答えてくださった内容をご紹介します。
当日は、座談会のように盛り上がった場面もありました。「ご自身が楽しいと思える、そして時間的にも体力的にも無理のない活動が長続きのコツ」ということが、どの方にも共通するポイントでした。これからも活動されている方のご紹介をしていきますので、取材の際にはどうぞよろしくお願いします。



伊藤　利昭さん

活動施設：デイサービス
ソラスト国分寺（D18）

活動内容：麻雀のメンバー



週に1回程度、活動しています。
いろいろなおしゃべりをしながら、ゆっくりしかできない方をサポートして、ゲームを進めています。
夏祭りでは、屋台の手伝いをしました。その時は、いつものメンバーと違う顔を見れたりするのも楽しいです。
『無理をしない』をモットーに活動しています。







沼崎　久美子さん

活動施設：かがやきデイサービス国立（D12）

活動内容：レクリエーションの補助



週に一回程度、午後のレクリエーションの補助で通っています。
ゲームや歌など毎回職員さんの趣向を凝らした違う内容で楽しみです。
施設の方に誘われて夏祭りにも参加しました。夏祭りには近隣の保育園の子どもさん達がきて、とてもにぎやかで笑顔がいっぱいで楽しかったです。

受け入れ施設の活動紹介

介護支援ボランティアの受け入れ施設の一部を紹介します。今回は二つの有料老人ホームに取材に伺いました。
活動希望の方はボラセンまでお問い合わせください。

ニチイホーム国立（Y1）　西町2−33−11



第一水曜日のフラワーアレンジメントの時間に伺いました。
ホーム長の井野さんからは、「介護支援ボランティアの方にご参加いただくと、一人一人の接し方や会話に安心感があります。」とのお話をいただきました。



募集内容

第1水曜日：フラワーアレンジメント

第3水曜日：絵手紙

午後の時間の趣味活動のお手伝い募集中



エクセルシオール西国分寺(Y3)　日吉町3−14−1



生活相談員の新垣さんにお話を伺いました。
「ボランティアの受け入れについて思うことは、はじめて活動をされる方が、徐々に、笑顔が増えてこられる場面に出会えると、とてもうれしく感じます。
ひとくちに<お話し相手>といっても最初から話が弾むということはないと思っています。どんな方でもその方の『～をしてみたい』『こんな風に過ごしたい』という思いに寄り添うようにこころがけています。」
と、あたたかいメッセージをいただきました。



募集内容

歌や楽器、ダンスの披露などをしてくださる方大歓迎です。
他でもご相談ください。



最近活動をはじめられ、お話し相手として、不定期で訪問されている方の活動の様子です。特定の方を決めずに、フロア内のデイルームで複数の方との談話をされていて、時には外出に同行もされています。
参加者の方々は、この時間が楽しみで、自然とたくさんの方が集まります。



今後の予定

〇次号(VOL.2)は令和9年3月発行予定

令和８年11月４日(水)　午後２時～ 会場：リオンホールA
介護支援ボランティア説明会
≪ボランティア活動に役立つミニ企画≫
シニア世代 もっと素敵に印象アップ！
～ワンポイントアドバイス～

令和９年３月８日(月)　午後２時～ 会場：リオンホールA・B
介護支援ボランティア交流会
※ポイントの精算・手帳の更新含む

※令和９年１月下旬に、更新・精算手続き書類を送付します。

※ポイント手帳の更新は活動の有無によらず全ての皆さまに提出をお願いしています。

いま活動されていない皆さんへ

諸事情により、「活動を休止していたけど、久しぶりに何かしてみようかな・・・」や、「登録はしたけど、まだ活動を始めるきっかけがわからないな等」それぞれの思いやご事情があるかと思います。無理のない範囲で、お時間の余裕があるときに、ご連絡ください。まずは施設や活動の見学をしてみるのをお勧めしています。また、どんな活動があるのか等のご相談をお受けします。
どうぞお気軽に電話やメールをください。
ボラセンにお越しくださるのも大歓迎です。ぜひご一報ください。



【問い合わせ・申込み 】
社会福祉法人 国分寺市社会福祉協議会
ボランティア活動センターこくぶんじ
〒185-0022　国分寺市東元町3-17-2
電話　042-300-6363
E-mail　center@ko-shakyo.or.jp

↑ホームページ

