



こだいらボランティアセンター広報紙

2025年
10月号

こふくだより

さわやか館まつり

さわやか館まつり

10月6日(月)～9日(木)

午前10時～午後4時

地域で活動中のボランティアグループの発表、体験、福祉作業所の作品販売会などこどもから大人まで楽しめるイベントを企画しています。期間中はフードドライブも実施します。ご来場お待ちしております。

プログラム(予定)

6日 (月)	午前9時～正午 午前10時～正午 午前11時～正午 午後1時～3時	卓球大会(自由観覧) タオル帽子作り体験&見学 講演会「ゆるっとつながる」 折り紙体験&見学
7日 (火)	午前10時～正午 午前11時～午後2時 午後1時～3時 午後1時～3時30分	胸パッド作り体験&手作り福祉用品展示 福祉作業所の作品販売会 使用済み切手整理体験 カラオケ大会(自由観覧)
8日 (水)	午前10時～正午 午前10時30分～ 午後2時30分 午後1時30分～ 3時30分	絵本の読み聞かせ体験&見学 福祉作業所の作品販売会 お楽しみエンターテインメントショー など 演奏、紙芝居、マジック、サインエール
9日 (木)	午前10時～午後1時 午前10時～午後1時 午後2時～2時30分	編み物作品販売会 福祉作業所の作品販売会 コーラス

よっ友を
つくろう

スタンプラリーもあります。



【問合せ】東部ボランティアコーナー
☎ 042-451-6711 (祝日除く月～木)

ほのぼの館まつり



	プログラム(予定)	福祉作業所販売
7 (火)	午前11時～午後2時 切手ボランティア体験(自由参加) 午後1時～4時 カラオケ大会(自由観覧)	☆あさやけ作業所 ☆おだまき
8 (水)	午前10時～正午 癒しのハンドトリートメント ※先着10人・9/8(月)から問合せ先へ 午後1時～4時 芸能大会(自由観覧)	☆あさやけ作業所 ☆あしたば作業所 ☆小平第二みどり作業所 ☆のぞみ作業所
9 (木)	午前10時～11時30分 ほのぼの音楽ライブ ♪人形劇・紙芝居(すずめ会) ♪三ツ矢竹輝ほのぼのLIVE	☆あしたば作業所 ☆おだまき ☆小平第二みどり作業所 ☆小平福祉園
10 (金)	午前9時～正午 ポッチャ体験会(自由参加)	10/7～10 手づくり作品販売 ☆手づくりサロン☆小ひつじ

☆おしながき☆ 午前11時～午後3時

- ・あさやけ作業所：マフィン、シフォンケーキ、マドレーヌなど
- ・あしたば作業所：木工製品、パズル、雑貨
- ・おだまき：さき織バック、ポーチ、小物、梅干しなど
- ・小平第二みどり作業所：クッキー、パン、ドーナツ
- ・小平福祉園：焼き菓子、シフォンケーキ
- ・のぞみ作業所：バスボプリ、アクリルたわし、キーホルダーなど

詳細は、気軽にお問い合わせください。

【問合せ】西部ボランティアコーナー
☎ 042-347-7858 (祝日除く月～金)

Coming Soon!

令和7年11月3日(月・祝) 第53回小平社協福祉バザー開催いたします!

詳細は2面をご覧ください。

社会福祉法人 小平市社会福祉協議会

こだいらボランティアセンター

〒187-0043

小平市学園東町1-19-13 小平市福祉会館4階

午前8時30分～午後5時 月～金 (祝日・年末年始を除く)

☎ 042-346-1424 (直通) FAX 042-349-0152



HPはこちら

東部ボランティアコーナー

小平市花小金井4-21-2 さわやか館内

午前9時～午後5時 月～木 (祝日・年末年始を除く)

☎ 042-451-6711

西部ボランティアコーナー

小平市小川西町5-39-3 ほのぼの館内

午前9時～午後5時 月～金 (祝日・年末年始を除く)

☎ 042-347-7858

第53回 小平社協福祉バザー開催

【と き】令和7年11月3日（月・祝）

午前10時～午後3時

【ところ】福祉会館館内

会館前ロータリー

【内 容】衣類・日用品・カバン・食料品（賞味
期限 令和7年12月以降）・雑貨など

【注意点】・駐車場はございません。
・現金のみの取り扱いです。
・エコバックを持参ください。



【寄付物品のお願い】



物品の寄付も募集しています。

詳細は右の二次元コードまたは社協だより9月号
をご確認ください。

【問合せ】こだいらボランティアセンター
☎ 042-346-1424（祝日除く月～金）

10月1日より
赤い羽根共同募金が始まります！



10月からの赤い羽根共同募金は、主にこども・障が
いのある方などを支援する福祉施設への活動に活用さ
れます。

今年も赤い羽根共同募金にご協力をお願いします。

令和6年度募金額 1,347,964円

街頭募金を実施します

令和5年度募金額 1,698,684円

主な使途

市内の障がい者支援施設

842,000円

市内の児童施設 1,038,000円

町会・自治会へ

23,042円

10月1日（水）

午前7時30分～8時30分 小平駅

午前8時～9時 花小金井駅

午後4時～5時 鷹の台駅

10月2日（木）

午前8時～9時 鷹の台駅

午後4時～5時 鷹の台駅

【市内8か所に募金箱を設置しています】

みんなで
ささえあ
う赤い羽
根共同募
金



社協事務局（福祉会館）、東部ボランティア
コーナー、西部ボランティアコーナー、たい
よう福祉センター、あおぞら福祉センター、
小平市役所、東部出張所、西部出張所

【問合せ】こだいらボランティアセンター
☎ 042-346-1424（祝日除く月～金）



「カフェ・ブラッと」を作ってみませんか ～誰もが集える地域の居場所づくり講座～（全2回）

地域のボランティアから「人が集まる場づくり」のコツや、
プロからおいしい珈琲の淹れ方を学び、居場所づくりを疑似体験します。

【と き】1回目:11月18日（火）午後1時～3時

〈基礎編〉プロから学ぶ珈琲の基礎知識とおいしい珈琲の淹れ方講座

2回目:11月25日（火）午後1時～3時

〈実践編〉地域のボランティアから学ぶ「人が集まる場づくり」のコツ

居場所「カフェ・ブラッと」の運営疑似体験



【ところ】花小金井四丁目アパート集会室（花小金井4-21）

【費 用】無料

【対 象】全回参加可能な方

【定 員】10人（先着順）

【持ち物】エプロン

【講 師】三ツ矢 暁子さん（永田珈琲倶楽部 ぽえむ店長）

カフェ花みなみ（居場所運営団体）

【申込み】11月4日（火）から問合せ先へ



【問合せ】
東部ボランティアコーナー
☎ 042-451-6711（祝日除く月～木）



腹式呼吸で 心もからだもリフレッシュ



今日から始めて健康寿命を延ばそう！

腹式呼吸は、リラックス効果、免疫力向上、消化機能の改善、代謝向上が期待できます。また、寝る前に行うことで副交感神経が優位になり睡眠の質の向上も期待できます。腹式呼吸の仕方を学んで、楽しく歌いませんか？

【と き】12月5日（金）午前10時～正午

【ところ】ほのぼの館 和室（小川西町5-39-3）

【費 用】無料

【定 員】15人（先着順）

【持ち物】水分補給用の飲み物・タオル

【講 師】中道 秀子さん（腹式呼吸で楽しく歌う会）

【申込み】11月5日（水）から問い合わせ先へ



【問合せ】

西部ボランティアコーナー

☎042-347-7858（祝日除く月～金）

地域支援コーナー：地域の皆さんにお届けしたい情報やCSWの活動などを紹介します。



『“食”を通して笑顔届けたい』

～小平にフードバンクが立ち上がりました～

“食”を通して
笑顔届けたい

令和7年4月にスタートした“フードバンクこだいら”。「小平にもフードバンクがあったらいいな」と、こども食堂等を運営していた方の想いが実現しました。近隣市でフードバンクを運営している方からアドバイスをもらったり、市内の企業や関連団体へ説明や協力をお願いに訪問をしたり、運営代表の方とCSWとで話し合いを重ねてきました。

今では、協力団体から食品等の寄付を受け取り、小平市内で活動しているこども・だれでも食堂や食支援をしている団体へ渡しています。

活動を開始するにあたり、こふくだよりでボランティア募集をしたところ、3名の方の協力をいただくことができました。ほかにも個人ボランティアに登録いただいている方の協力もあり、寄付品を賞味期限がわかるように倉庫内の整理や団体へ渡せるように準備をしていただいています。

私たちCSWは、立ち上げたい想いが実現できるよう、企業等関連団体への説明に同行、市内で活動しているこども・だれでも食堂の方々へ周知の協力、「フードバンク立ち上げプロジェクト」を15回開催しました。立ち上がった現在は「フードバンクこだいらを通じた人と人とのつながりプロジェクト(FBつなプロ)」と改め、フードバンクこだいらの活動が人と人を繋げていく活動となり、継続できるよう一緒に考えています。

※ほのぼのひろば特集は今回はお休みです。
次号では中央東園域のほのぼひろばをご紹介します。

【問合せ】

こだいら生活相談支援センター

☎042-349-0151（祝日除く月～金）

ボランティア募集とお知らせ

使用済み切手の寄付のお願い

寄付募集

ご家庭や職場に届いた郵便物の使用済み切手は、封筒やハガキなどの台紙に貼ったまま、縁（ギザギザ）を残し大きめに（1cm位）切り取って、下記の問合せ先へお持ちください。

使用済み切手の売上は、
地域福祉活動にいかして
います。



新品フェイスタオルの寄付のお願い

『タオル帽子』を製作するためのフェイスタオルを募集しています。ボランティアの皆さんが心をこめて縫ったタオル帽子は、抗がん剤治療をしている方に使っていただいています。



完成したタオル帽子



新品・サイズ約34cm×80cm
色付き・柄物・柔らかい肌触りの
タオルを募集しています！

【問合せ】

こだいらボランティアセンター ☎042-346-1424
東部ボランティアコーナー ☎042-451-6711
西部ボランティアコーナー ☎042-347-7858

精神保健福祉ボランティアの会 ひだまり

喫茶サタデーひだまり

音楽ボランティアとともに楽しめる、誰もが集えるあたたかな居場所です。

【と き】毎月第3土曜日 午後1時30分～4時

【ところ】小平元気村おがわ東2階 第2会議室
(小川東町4-2-1 西武拝島線・多摩湖線萩山駅
南口徒歩5分)

【利用料金】100円(コーヒー・紅茶、クッキー付)

※リサイクルバザーもやっています。

【問合せ】☎080-5191-7512 担当：熊倉



お知らせ

小川日本語のひろば

ボランティア募集

日本で暮らしている外国人で、日本語や日本文化を知りたい人たちに会話をする中で、日本語を学び理解できるように手助けをする。

【と き】毎週水曜日(月4回)

午前9時～正午

【ところ】小川西町公民館(小川西町4-10-13)

【内 容】日本語学習を希望する外国人に対して、適切な支援を行い、相互に理解するために活動する。
(主に語学学習支援)

【人 数】若干名 事前見学可

【問合せ】☎042-207-9463

Mail t.a.ejima-ma@jcom.home.ne.jp

担当：江島(えじま)



介護老人保健施設

プラチナ・ヴィラ小平

ボランティア募集

要介護1～5の利用者の方に、医療ケア・介護・リハビリをご提供し、在宅生活の維持のみならず、お看取りも実施。認知症専門棟を含む150床の開設13年の施設です。

平均年齢83歳、平均介護度3.5

【と き】午前10時～11時30分

午後1時～2時30分

週1回、月2回、月1回(応相談)

【ところ】プラチナ・ヴィラ小平(鈴木町1-85-1)

【内 容】利用者の方と一緒に活動できる内容
書道、手芸、音楽療法、簡単な絵画、
フラワーアレンジメントなど

【人 数】それぞれの活動に1～2人(応相談)

※敷地内、駐車場有

【問合せ】☎042-349-3505 FAX042-346-2288

担当：木村



第51回 障がい者作品展

イベント

【と き】11月26日(水)～30日(日)

午前10時～午後4時※30日(日)は午後1時まで

【ところ】中央公民館 ギャラリー



～受付ボランティア募集中～



【問合せ】障がい者支援課☎042-346-9540 担当：大瀬

こふくだより製作ご協力ありがとうございます

[点訳] 点訳サークルかりんの皆さん [イラスト] 荒井 智さん、出口 祥さん

配架にご協力いただいている市内各施設

小平市役所・各公民館・各地域センター・各図書館・元気村おがわ東・東部出張所・西部出張所・小平市民総合体育館・ルネこだいら・小平市子ども家庭支援センターティーンズ相談室ユッカ・山之内整形外科・天神郵便局・花小金井五郵便局・一橋学園駅前郵便局・あしたば作業所・多摩済生園・小平福祉園・やすらぎの園・けやきの郷・あかつき・黎明寮・くるめ園・さくら野杜・多摩の里けやき園・のぞみ作業所・ともにネット・やまびこ・ゆめふる・ゆうやけ子どもクラブ・小川ホーム・カフェ ラグラス・永田珈琲・珈琲の香・ポエム・小川農園(カフェ)・ピーコックストア花小金井店・ビッグ・エー小平鈴木店・いなげや花小金井駅前店・コープみらい小川西町店・アクア薬局小川店・おだまき工房・おふろの王様花小金井店・カットマート小平店・NMCギャラリー&スタジオ・多摩信用金庫小平支店・補聴器ストア花小金井店



イラスト：出口 祥さん