

\\ チャレンジ! ボランティア特別企画 //



地域活動ことはじめ

～子どもに寄り添うボランティア～

「ボランティアってなんだろう。興味はあるけれど、実はなんだかよく分からない」「地域活動ってなんだろう。自分にできることがあればやってみたいけれど、どうしていいか分からない」という方を対象とした講座です。今回は、さまざまな場面で子どもを支える活動をする方々をお招きし、公開インタビュー・座談会で、活動を始めたきっかけ、それぞれの活動のお話や続けるための秘訣などを伺います。地域で活動している先達方のお話を伺うことで、新しい一歩を踏み出すきっかけをつかんでいただければ幸いです。

- 日時** 令和6年 3月 2日(土)
14時～16時30分(開場13時30分)
- 会場** 杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 対象者** 区内在住・在勤・在学の方
- 定員** 30名 **受講料** 無料
- 募集締切** 2月14日(水) ※受講の可否は、2月20日(火)ごろ通知を発送します。
- 事業担当課** 地域課(すぎなみ地域大学担当)・杉並ボランティアセンター

※申し込み方法・問い合わせ先は裏面をご覧ください。



ゲスト紹介



なかた しゅうぞう
中田 修三さん 放課後等デイサービス みのり(一般社団法人 みんなのいえ)代表

障害のある人や子どもたちの支援の仕事に長年たずさわってきました。現在は障害のある子どもたちの放課後の居場所、「放課後等デイサービスみのり」の運営をしています。みのりでは大学生からシニアまで、幅広い世代の方たちがボランティアとして参加してくださっています。子どもたちもボランティアさんたちも、みんなが笑顔で過ごせる場づくりを目指しています。



たにはら ひろこ
谷原 博子さん NPO 法人すぎなみ子どもサポート 理事

小学校のキャリア教育にゲスト参加したことが地域と関わる入口でした。その後、学校・地域コーディネーターとして活動する過程で多くの気づきときっかけをもらいました。現在はすぎなみ子どもサポートで子ども食堂「寺子屋 in 妙法寺」や中学生の吹奏楽部支援などを行っています。報道局で仕事をしていた頃、地域は寝に帰るだけの場所でした。地域の学校へ足を運んだことが今の NPO 活動につながり、地域は豊かさや学びを与えてくれる場所になりました。



杉並区役所子ども家庭部児童青少年課 児童館運営係

杉並区内の児童館、子ども・子育てプラザ、放課後等居場所事業、学童クラブの運営についての助言、統括、連絡調整を行っています。児童館や子ども・子育てプラザでは乳幼児親子向けや小学生・中高生向けのイベントを行います。ボランティアは、おまつりやお餅つきなどの大型行事や、卓球、工作、読み聞かせ、集団遊びなどの日常活動の補助として活躍していただいています。



こしお なおひろ
小塩 尚広さん 杉並区役所特別支援教育課 計画係長

すべての子どもたちが安心して学び、自分らしく過ごし成長できる学校をつくるために、区立の小・中学校の現場には、教員だけではなく、様々な立場から児童・生徒を支える人たちがいます。学校介助員ボランティアもその一つです。学校介助員ボランティアは、区立の小・中学校の普通学級で、学習や生活上の配慮が必要な児童・生徒に対して、学習のサポートや学校内での安全を支え、介助を行うボランティアです。そうした学校介助員ボランティアについて、制度も含め活動の詳細ややりがいなどについてお話をさせていただきます。

すぎなみ地域大学

令和5年度 募集案内 1月 → 3月



地域とつながると、
もっと楽しい!

地域活動 基礎 コース

- チャレンジ! ボランティア特別企画
「地域活動ことはじめ
～子どもに寄り添うボランティア～」

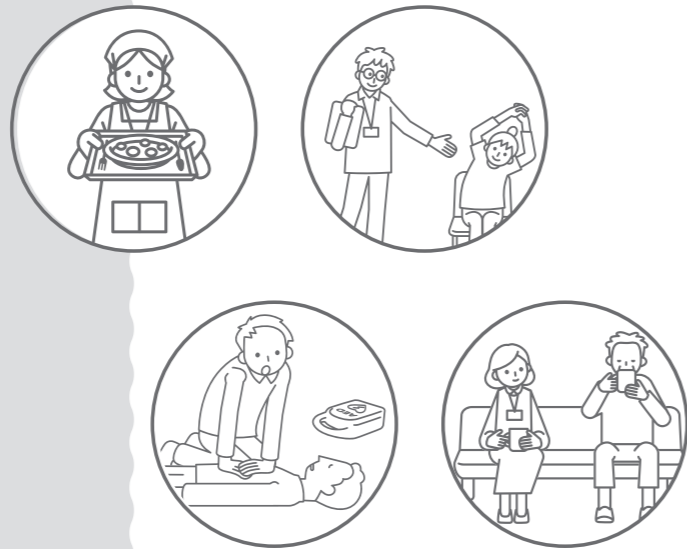
詳しくは
こちらを
ご覧ください



地域活動 実践 コース

- 食育推進ボランティア講座
- 健康づくりリーダー講座
- 救急協力員講座
- 救急協力員 上級講座
- ゲートキーパー養成講座

地域と
つながると、
もつと楽しい！



すぎなみ地域大学 募集案内 CONTENTS

● すぎなみ地域大学とは	… 3
● 地域活動実践コース	
・食育推進ボランティア講座	… 4
・健康づくりリーダー講座	… 5
・救急協力員講座	… 6
・救急協力員 上級講座	… 7
・ゲートキーパー養成講座	… 8
● すぎなみ地域大学 会場案内	… 9
● 申し込み方法 (12月1日募集開始)	… 10
● 受講申込書	… 11
● チャレンジボランティア特別企画	… 12

すぎなみ地域大学 令和5年度募集案内 1月～3月
発行：杉並区地域課協働推進係
令和5年12月1日発行

すぎなみ地域大学とは

地域活動に必要な知識・技術を学び、仲間を助け、区民の皆様が地域社会に貢献する人材、協働の担い手として活躍するための仕組みとして、平成18年4月に開校し、これまでに17,000人近い方が学びました。

講座修了後は、多くの方がNPO法人などの団体に加入したり、仲間ですぐなみ地域大学を立ち上げたり(26団体)、区のボランティアに登録するなど、学んだ知識を活かしてさまざまな分野の地域活動に参加しています。



すぎなみ地域大学は
学ぶ楽しさと
まちに貢献する喜びを
皆様に提供します。

すぎなみ地域大学基本理念

- 1 区民の社会貢献意欲を喚起し、自らの学びの成果を地域社会の中で活かす「協働の担い手」を育てる
- 2 地域貢献活動を担うNPO団体等を人材面から支援し、相互に連携・協力して「協働の輪」を広げる
- 3 地域の課題解決に向け、区民が知恵と力を出し合い取り組む「協働社会の基盤」をつくる

ご協力をお願い
します



- ・感染症予防のため定員を減らして開講します。
- ・マスクの着用については本人の判断にお任せしますが、受講中のマスク着用にご協力いただくと幸いです。
- ・手指の消毒にもご協力をお願いします。

区役所分庁舎等で
配布中！

すぎなみ地域活動 ハンドブック 2023

～すぎなみで地域活動をはじめよう！～

【内容】

- インタビュー
「続けています、すぎなみ地域活動」
みどりのボランティア
食育推進ボランティア
健康づくりリーダー
- 数字で知る、すぎなみ地域大学

発行：杉並区区民生活部地域課協働推進係
A5版 16頁



食育推進 ボランティア講座

食育推進ボランティアとして活動するために必要な知識や情報を学ぶ講座です。ご自身やご家族の健康にも役立つ食育の基礎知識をはじめ、健康的な食環境づくりの必要性や具体的な取り組み等を学びます。



MEMO

- 【日 時】令和6年1月23日(火)開講 14時～16時30分(全6回)
- 【会 場】農福連携農園 すぎのこ農園(井草3-19-23)
- 【対 象 者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定 員】12名
- 【受講料】3,000円
- 【募集締切】1月3日(水) ※受講の可否は、1月11日(木)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】健康推進課

●日程と内容

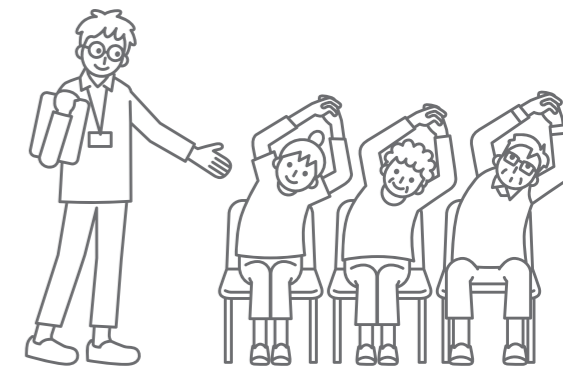
回	日 時	内 容	講 師
1	1月23日(火) 14時～16時30分	杉並区の食育～食育推進ボランティアの活動	杉並保健所 管理栄養士
2	1月30日(火) 14時～16時30分	健康なからだづくりのための食育とは	新渡戸文化短期大学 准教授 堀 理佐 氏
3	2月6日(火) 14時～16時30分	地産地消の食育推進 「杉並区の農業・野菜」	JA 東京中央 参与 鈴木 秀治 氏 杉並区食育推進 ボランティア
4	2月13日(火) 14時～16時30分	様々な食育の取り組み	杉並保健所 管理栄養士 ごみ減量対策課職員
5	2月20日(火) 14時～16時30分	地域で取り組む食育	食育推進ボランティア、 青果店店主など ※ディスカッション形式
6	2月27日(火) 14時～16時30分	だしのうまみを知って健康づくりに活用する	東京聖栄大学 准教授 福留 奈美 氏

講座
修了後
は？

区の「すぎなみ食育推進ボランティア」として登録されます。定期的に連絡会や勉強会に参加していただきます。また、区で実施する食育関連のイベントへの参加、青果店、区内農家、飲食店への健康情報の配布、野菜のレシピ集の制作などの食育活動を行います。

健康づくり リーダー講座

健康づくりリーダーとは、「杉並区健康づくり推進条例」の目的である、「すべての区民が社会とのつながりを生かし、生涯にわたって健やかで生き生きとくらす健康長寿の地域社会」の実現を推進する区民ボランティアです。この講座では、「人生100年時代」に健康づくりリーダーとして活動するために、健康に関する基本的な知識や技術を幅広く学びます。



MEMO

- 【日 時】令和6年2月7日(水)開講 10時～12時30分(全6回)
- 【会 場】杉並区役所分庁舎(成田東4-36-13)
- 【対 象 者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定 員】15名
- 【受講料】3,000円
- 【募集締切】1月17日(水) ※受講の可否は、1月24日(水)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】杉並保健所 保健サービス課

●日程と内容

回	日 時	内 容	講 師
1	2月7日(水) 10時～12時30分	開校式 基調講演	国際医療福祉大学教授 中田 光紀 氏
2	2月14日(水) 10時～12時30分	「杉並区の健康づくり」について 「杉並区健康医療計画」について	保健サービス課長 健康推進課長
3	2月21日(水) 10時～12時30分	ウォーキング講座 「食べて動いて健康長寿」 ～動けるカラダづくりのための食事と運動のはなし～	健康運動指導士 鈴木 明子 氏
4	2月28日(水) 10時～12時30分	「健康に過ごすための食生活のポイント」 「はじめよう！歯と口の健康づくり」	保健サービス課 管理栄養士 保健サービス課 歯科衛生士
5	3月6日(水) 10時～12時30分	「健康づくりリーダーの会」について	健康づくりリーダーの会
6	3月13日(水) 10時～12時30分	健康チェック 修了式	健康づくりリーダーの会

講座
修了後
は？

・講座修了後に杉並区に杉並区健康づくりリーダーとして登録し、活動の中心となる「杉並区健康づくりリーダーの会」の会員として、健康づくりに関するイベント、講演会、測定会、自主勉強会などの開催・実施等の活動に携わっていただきます。
・リーダー会は原則、毎月第4水曜日に杉並保健所で定例会を開催し、情報交換、事案・議題～決定事項等の打合せを行っています。
【活動時の報酬・交通費の支給】交通費程度の謝礼（区との協働事業参加のみ）

救急協力員講座

あなたの大切な人が突然倒れたら、あなたは冷静に対応できますか？ 身近な場所で傷病者が発生したときに、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。東京消防庁認定の普通救命講習及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割についての講義のほか、主に実習形式で心肺蘇生法とAED（自動体外式除細動器）の操作方法等を学びます。

● ①または②、いずれかの1日をご受講ください。

日程①

【日 時】 令和6年1月20日(土) 9時15分～12時30分

【会 場】 杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)

【募集締切】 12月25日(月) ※受講の可否は、1月4日(木)ごろ通知を発送します。

日程②

【日 時】 令和6年2月25日(日) 9時15分～12時30分

【会 場】 杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)

【募集締切】 2月1日(木) ※受講の可否は、2月8日(木)ごろ通知を発送します。

【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)

【その他特別な条件】

区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)で「救命技能認定証」をお持ちでない方が対象です。すでに認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)や、救急協力員に登録している方は受講できません。

【定 員】 各回 20名 【受講料】 500円

【事業担当課】 健康推進課

講座
修了後
は？

講座修了後は東京消防庁発行の救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所が主催する応急手当自主研修会、及び専門研修会に参加することができます(各研修会の参加は任意になります)。
※活動に対する報酬・交通費等の支給はありません。

救急協力員 上級講座

身近な場所で傷病者が発生したときに、医師や救急隊が到着するまでの間、適切な応急救護活動を行うための知識や技術を学ぶ講座です。東京消防庁認定の普通救命講習で行う成人の心肺蘇生、AED（自動体外式除細動器）の使用方法、窒息の手当、止血の方法に加え、小児・乳児の心肺蘇生、傷病者管理、外傷の応急手当、搬送法及び杉並区の救命救急体制の現状や救急協力員制度の概要・役割について学びます。

【日 時】 令和6年2月24日(土) 9時15分～17時30分

【会 場】 杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)

【対 象 者】 区内在住・在勤・在学の方(16歳以上)

【その他特別な条件】

「上級救命技能認定証」や「応急手当普及員認定証」をお持ちでない方が対象です。すでにどちらかの認定証をお持ちの方(期限切れの方を含む)は受講できません。なお、救急協力員に未登録の方を優先します。

【定 員】 20名

【受講料】 1,000円

【募集締切】 2月1日(木) ※受講の可否は、2月8日(木)ごろ通知を発送します。

【事業担当課】 健康推進課

講座
修了後
は？

講座修了後は東京消防庁発行の救命技能認定証が交付され、救急協力員として杉並区に登録されます。救急協力員は杉並保健所が主催する応急手当自主研修会、及び専門研修会に参加することができます(各研修会の参加は任意になります)。
※活動に対する報酬・交通費等の支給はありません。

AEDとは

心臓がけいれんし血液を送り出すポンプ機能を失った状態(心室細動)になった際、心臓に対して電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。医療従事者でない一般市民でも利用できるようになり、杉並区でも区役所、地域区民センター、保健センター、ゆうゆう館、図書館、体育館、プール、区立小・中学校・保育園・児童館など、人が多く集まる場所に設置しています。



ゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーとは悩みを抱えた人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。特別な資格はいりません。
この講座では、身近な方から「死にたい」と言われたときに、どのように話を聞くのか、言葉かけの学びます。身近な人に「寄り添う人」を増やし、社会全体で自殺対策でできる地域づくりを目指していきます。

- 【日時】令和6年3月1日(金) 10時~12時
- 【会場】杉並保健所 4階運動室(荻窪5-20-1)
- 【対象者】区内在住・在勤・在学の方
- 【定員】36名
- 【受講料】無料
- 【募集締切】2月8日(木) ※受講の可否は、2月15日(木)ごろ通知を発送します。
- 【事業担当課】杉並保健所 保健予防課

●日程と内容

回	日時	内容	講師
1	3月1日(金) 10時~12時	ゲートキーパー養成講座	自殺予防団体「風のとびら」代表 飯田 佳子 氏



自殺に追い込まれるということは「誰にでも起こりうる危機」であり、特別な人だけの問題ではありません。区では9月、3月を杉並区自殺予防月間とし、重点的に普及啓発に取り組んでいます。

講座修了後は?

ゲートキーパーとして特別な活動の場はありませんが、日々の生活や、ご自身でされるボランティア活動の中でゲートキーパーとしての意識をもち過ごしていただくと幸いです。

すぎなみ地域大学 会場案内

杉並区役所分庁舎

- 成田東4-36-13
- JR「阿佐ヶ谷」駅より徒歩10分
- 地下鉄丸ノ内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩3分

【この会場で実施する講座】

- ・健康づくりリーダー講座
- ・チャレンジ！ボランティア特別企画



農福連携農園 すぎのこ農園

- 井草3-19-23
- 西武新宿線「井荻」駅より徒歩4分

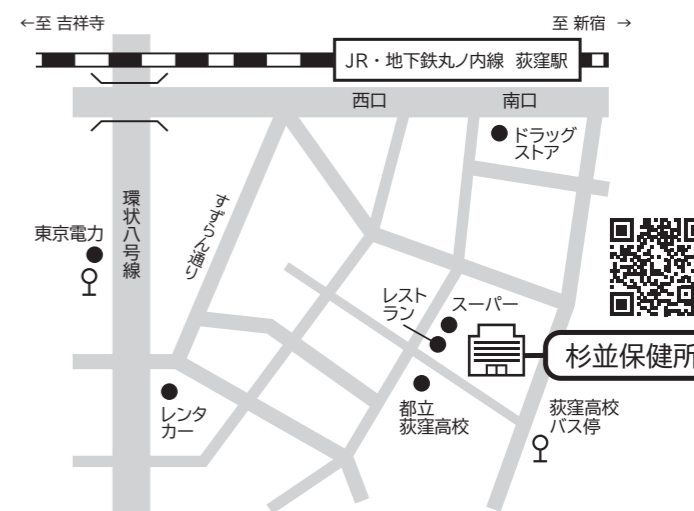
- ### 【この会場で実施する講座】
- ・食育推進ボランティア講座



杉並保健所

- 荻窪5-20-1
- JR・地下鉄「荻窪」駅より徒歩5分

- ### 【この会場で実施する講座】
- ・ゲートキーパー養成講座
 - ・救急協力員講座
 - ・救急協力員 上級講座



12月1日(金)
募集開始

申し込み方法

各講座の締切日(必着)までに、右のいずれかの方法でお申し込みください。

受講の可否を申込者全員に郵送でお知らせします。
(申込者が定員を上回った場合は、「受講の動機と修了後の活動について」を参考にしうえで抽選となります)

持参 郵送 で申し込み

→右の「受講申込書」に記入のうえ、下記まで持参または郵送してください。

〒166-0015
杉並区成田東 4-36-13 杉並区役所分庁舎 2階
区民生活部 地域課 協働推進係 すぎなみ地域大学担当

※持参の場合は、平日9時から17時までの受付となります

FAX で申し込み

→右の「受講申込書」に記入のうえ、下記まで FAX してください。

FAX 03-3312-2387

インターネット で申し込み

↓下の URL から申込みフォームに必要事項を入力し、送信してください。

<https://member.sugi-chiiki.com/tiikidaigaku/>

地域コム 地域大学 検索



●ご入力いただいたアドレスに、東京共同電子申請・届出サービスから「すぎなみ地域大学受講の申込ありがとうございます」というメールが届きます。
(メールが届かない場合には、確認のため下の問い合わせ先までご連絡ください)

受講料について

- 1 受講料は、原則として講座の第1回目に会場に持参し、納付してください。
- 2 納入された受講料は、どのような理由で受講を取りやめた場合でも返金いたしません。緊急事態宣言等の特別な事情により、講座が途中で中止となった場合でも返金はありません。恐れ入りますがご了承ください。
- 3 受講場所(施設見学・現場実習を含む)までの交通費は、受講者の負担となります。

受講に関するご注意

すぎなみ地域大学は、学校教育法上の「大学」ではありません。

- 1 講師の都合や事故・悪天候・交通機関の運転休止等の理由により、やむを得ず講座内容や講師、日時を変更して実施する場合や休講になる場合があります。
- 2 欠席した場合の補講は行いません。
- 3 昼食が必要な場合は、各自でご用意ください。
- 4 託児付きの講座はありません。また、お子さまを連れての受講もできませんのでご了承ください。
- 5 他の受講者の迷惑となる行為、講義の進行を妨げるような行為があった場合には、受講をお断りすることがあります。
- 6 受講にあたっては、各会場の駐車場は利用できません。車での来場はご遠慮ください。
- 7 講座当日は、ご自宅で必ず体温測定(検温)をしてください。
37.5度以上の発熱や軽い風邪の症状等体調が優れない場合は、ご欠席くださいますようお願いいたします。
- 8 講座会場入室時には検温を行う場合がありますので、時間に余裕を持ってお越しください。
- 9 マスクの着用については本人の判断にお任せしますが、受講中のマスク着用にご協力いただけると幸いです。
- 10 受講決定後に自己都合でキャンセルをされた場合には、今後すぎなみ地域大学に申し込んだ場合、抽選となった場合は不利になることがあります。
- 11 感染症や、自然災害などの被害・影響によっては、講座の開講そのものを中止する場合があります。また、応募状況等によっては、同様の措置をとる場合があります。
- 12 感染症の状況等によって、定員を増減させる場合があります。

問い合わせ 地域課協働推進係 すぎなみ地域大学担当

03-3312-2381 平日 8時30分~17時

tiikidaigaku-t@city.suginami.lg.jp



わからないことがあればなんでも聞いてくださいね。



↑↑↑ FAX:03-3312-2387 ↑↑↑

令和5年度 すぎなみ地域大学 受講申込書

◎申込書は、お一人様1講座ごとにご記入ください。

(複数講座へお申し込みの場合は、この用紙をコピーしてご使用ください)

◎記入漏れがあると受付できないことがありますのでご注意ください。

◎救急協力員講座にお申し込みの方は受講希望日を必ずご記入ください。

申込日		年 月 日	
講座名	救急協力員講座 受講希望日		
	第1希望	月 日	
	第2希望	月 日	
ふりがな			年齢
氏名			申込日現在 歳
自宅住所	(〒 -)		
在勤・在学の方	勤務先・学校名	住所 杉並区	
電話番号	- -	携帯番号	- -
		FAX番号	- -
連絡のつきやすい時間帯		メールアドレス	
<p>●受講の動機と修了後の活動についてお書きください。</p> <p>「この講座に対する期待」「興味のある活動」「これまでのNPO・ボランティア活動経験」「活かすことのできるような知識・経験」などの受講動機と、「講座修了後、どのような活動をしていくつもりか」についてご記入ください。</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>			

↑ 当申込書にご記入のうえ 持参 郵送 FAX いずれかの方法でお送りください。 ※10ページ参照

FAXでお申し込みいただいた方には、「受講申込書受信のお知らせ」をFAX番号記入欄に記載された番号あてにFAX送信します。受信のお知らせ(FAX)が2~3日経過しても届かない場合は、地域課協働推進係 すぎなみ地域大学担当(03-3312-2381)へお問い合わせください。

個人情報の取扱いについて

すぎなみ地域大学は「杉並区個人情報保護条例」に基づいて、個人情報の収集・利用・管理を行っています。受講申込書にお書きいただいた個人情報については「講座の運営に関する連絡、すぎなみ地域大学が行う活動調査」に利用します。また、すぎなみ地域大学の運営の一部を担うひらがなネット株式会社及び各講座の受託団体が、講座実施のために利用させていただきます。その場合も、「杉並区個人情報保護条例」に準じて個人情報を取り扱い、上記以外の目的での利用はいたしません。