

「孤独な育児からの解放」と「子育てを楽しめる環境づくり」

特定非営利活動法人 子育てコンビニ

三鷹市で総合的な子育て支援を22年。現在はホームスタート（家庭訪問型子育て支援）活動が中心で、「外出しづらい」「頼れる人が身近にいない」…そんな子育て家族を、研修を受けたボランティアが訪問し、親子と共に過ごすことで子育て中の親の心を支えます（三鷹市社会福祉協議会委託事業） 子育てをもっと楽しみたい方、もっと何かをやってみたい方、そして子育てを応援したい方、支援したい方、一緒に活動しましょう！

私たちはこんなことをしています！

- ・ホームスタート（子育て家庭訪問）
- ・子育てコンビニ通信発行 フリーペーパー・年4回発行
- ・デザイン制作（チラシ、名刺、ポストカード、ロゴ等）
- ・子育て相談
- ・子育ておしゃべりひろば
- ・各種講師派遣（チョコッとあっぷるーむほか）
- ・ママ達のやりたいこと応援 など

会員登録集中



まだ小さいお子さんを育てているママさん！

「ホームスタート」を
利用してみませんか？

妊娠期から未就学のお子さんがある、
三鷹市内のご家庭が対象です(無料)

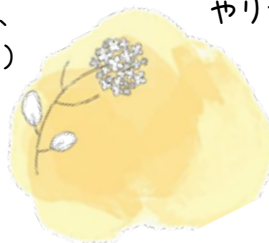
ホームスタート公式
(申込・利用問合せ用)



お子さんの手が離れたママさんやおばあちゃま！

「ホームビジター」になって
若いママ達をサポートしませんか？

やりがいのある素敵なボランティアです



事務所は
平日10～15時
OPEN！

連絡先

Tel: 0422-41-7021

Add: 上連雀8-4-1 ロマネスク2階

Mail: info2@kosodate.or.jp

HP: [https:// kosodate.or.jp/](https://kosodate.or.jp/)



社会福祉法人ことぶき会 特別養護老人三鷹げんき



特別養護老人ホーム三鷹げんきは、高齢者が安心して生活できる環境を提供する施設です。

専門のスタッフが常駐し、個々のニーズに応じたケアを行っています。また、クラブ活動を通じて、利用者同士の交流や趣味の充実を図り、心身の健康を促進しています。多彩なプログラムを用意し、楽しい時間を提供しています。

花むすびのおしごと



着なくなったけど捨てられずにしまい込んでいる思い出のある古着やハギレなどはありませんか？それを紐状にカットして、小さな格子のシートに結びつけていく。単純かもしれないけど、手間暇がかかるお仕事で、フワフワと可愛い『結ぶパーツ』が出来上がります。

三鷹げんきご利用者様には月に2回1時間ずつ、このお仕事をお願いしています。皆さんに結んでいただいたパーツを組み合わせてデザインした雑貨（マット、スリッパ、ティッシュボックスカバー、ポーチやバッグなど）を製作販売しています。作品の装飾パーツ製作というお仕事としてお願いしていますので、単なるリハビリではなく、みなさん真剣に取り組んでくださっています。

大事にしまい込んだ思い出を、『結ぶ』によって新しい形に変え、今の暮らしの中に引っ張り出す、そんな手仕事につけた名前《花むすびのおしごと》

紫陽花のお花畑のように可愛らしく生まれ変わった作品を販売しております。お子様の、もう小さくなって着られなくなった服や、ご両親の思い出の服。衣類をお預かりしてオーダー製作も承っております。

【iichi】手しごと作品販売サイト『花むすび』ページでご購入、オーダー承っております。ぜひご覧下さい。

インスタのハilightからiichiの販売サイトに飛んで頂き、ご購入いただけます



「iichi」も販売サイトへ飛ぶことができます。ぜひご利用ください。



三鷹げんきでの活動風景、皆様のご様子など、Instagramでご覧いただけます。新作もその都度発信しますので、ぜひ覗きにきてください！

HANAMUSUBI_2023



連絡先

〒181-0012
東京都三鷹市大沢4-10-5
TEL : 0422-26-4798
FAX : 0422-26-4799
Mail : mitakagenki@air.ocn.ne.jp
URL: https://okayama-kotobuki.sakura.ne.jp



MITAKAGENKI

NPO 法人子ども生活・ゆめこうば

「つぎあてポッケ」のフリースペースで、新しい企画を始めました。
 これまでの「ひろば」がさらに楽しい居場所になっています。
 一緒に活動していただけるスタッフも募集中です。（有償ボランティア）

遊びと文化を通して、たくましい心と体をもつ人間に育つようにと、1972年に発足して以来、時代の移り変わりに伴い、内容を検討し直しながら活動を続けています。そのひとつとして、親子が一緒に集い、自由に時間を過ごしてもらいたいという思いから、フリースペース「つぎあてポッケ」を開催しています。

また、お母さんが、息抜きやリフレッシュ、身軽に用事を済ませることができる等、自由な時間をもてるようにと、一時預かりも行っています。預ける理由を問わず、利用料金も安価に設定して、利用しやすいようにしています。お母さんと離れることで、子どももお母さんと二人っきりで過ごす時とは違った成長がみられるようです。東京都の「認可外保育施設」の認証を受けることができ、子育て応援団として、より安心安全な活動ができるようになったと思っています。

活動日時

月曜日～金曜日 10:00～16:00
 （つぎあてポッケの一時預かり 9:00～）

活動場所

三鷹市大沢 1-16-26

代表 西川悦子

設立 2005年4月

会員数 10人（2023年10月現在） 会員募集中

会費 活動ごとに異なる



連絡先

Tel: 0422-34-0040

Mail: yumekouba@wine.ocn.ne.jp

https://yumekouba.wixsite.com/home



社会福祉法人

子どもの虐待防止センター



子どもの虐待を早期に発見し、虐待防止をするために設立された民間の団体です。
虐待から子どもを守り、親への支援を行っています。

(1991年に設立、1997年社会福祉法人として認可されました)

電話相談



育児不安や育児困難を感じている親、孤立している親、虐待に悩んでいる親や家族などのほか、現在虐待を受けている子どもからの相談を受けています。

また、虐待や虐待が疑われる家族に気づいた市民や、虐待ケースに関わっている専門家からの相談も受けています。

相談電話 03-6909-0999

相談時間 平日10時～17時

土曜10時～15時（日・祝休み）

子どもの虐待は、どこの家庭にも起こり得ます。

家族間のストレス、住居や経済的な問題、親子の孤立など、さまざまなことが虐待の引き金になります。

子育てをする中で生じる不安や寂しさといった感情は、けっして特別なものではありません。虐待をしている親自身が悩み、やめたいと望んでいる場合も多いのです。虐待をする親と子どもには、周囲の温かい支えと適切な支援が必要です。孤立は虐待を悪化させます。

連絡先

Tel: 03-6909-0999

https: <https://www.ccap.or.jp>



里親家庭と「ともに」歩む



里親子サポーター ともさぽ

杉並児童相談所フォスタリング機関



里親子サポーターともさぽについて

里親子サポーターともさぽは、2024年4月より東京都杉並児童相談所のフォスタリング機関事業をスタートしました。杉並児童相談所の管轄する里親家庭に対し、杉並児童相談所と里親子サポーターともさぽで、協力・協働しながら伴走支援をしています。東京都では、里親家庭に対し、里親も子どもを支えるチームの一員になって養育するチーム養育を大切に支援をしています。

児童相談所における 里親支援



都内には、東京都が設置している児童相談所が11か所、特別区が設置している児童相談所が9か所あります。杉並児童相談所は、東京都が設置している児童相談所の一つで、三鷹市、武蔵野市、杉並区を管轄しています。児童相談所が行う里親支援の主な役割として、里親支援事業の進行管理をしています。

フォスタリング機関ってなに？

「フォスタリング機関」という言葉、聞きなれない言葉ですよね？2016年の児童福祉法改正により「家庭養育優先」の原則が示されたことにより、里親委託率の向上と質の高い里親養育などを目的に、里親家庭を包括的に支援する機関として「フォスタリング機関」の設置が、東京都においてもスタートいたしました。フォスタリング機関は、里親制度の正しい理解を伝える普及啓発から、里親になりたいと考える方の登録に向けた支援、そして里親家庭として、受託した子どもを養育する方への伴走支援だけでなく、子どもたちの自立に向けた自立支援まで、一貫して担う機関のことを言います。

社会で 子どもを育てる



東京都養育家庭(里親)
PRキャラクター
さとべん・ファミリー

親の虐待や病気などの理由により、親元で暮らすことができない子どもが、都内には、約4,000人います。そのうち、里親家庭で生活している子どもは約16%です*。家庭が必要な子どもたちが家庭で生活するには、里親家庭がまだまだ不足しています。* R3東京都の里親委託率より 出展:子ども家庭庁

まずは、 知ることから始めませんか？

里親制度

- 里親子サポーターともさぽでは、毎月里親制度説明会を行っています。詳細は、各種SNSからご確認いただけます。
- 研修や勉強会などで、里親制度、社会的養護について、学んでみませんか？里親子サポーターともさぽでは、無料の出前出張講座を承っております。管内の企業や団体様(参加者5名以上から)などで、内容や時間も含めてご相談の上、講座の実施が可能です。ご活用ください。

養育家庭(里親)

をご存じですか？



里親と聞くと、実子として育てる「養子縁組里親」のイメージが強い里親制度ですが、私たちは社会的養護の下で生活する子どもたちを一定の期間お預かりいただく「養育家庭」の拡充に力を注いでおり、多様な家庭の形を求めています。

Tokyo
里親ナビ



東京都の
里親制度
について



3分で
知りたい
里親制度
-動画-



連絡先

Tel: 03-6915-1501

Mail: rec.tomosapo@sei-yuhome.org

SNS: Facebook、Instagram、X、Line
各種SNS フォロー、お友達追加お待ちしております。



lit.linkページにいきます

市民による外環道路問題連絡会・三鷹

まちの環境、いのち、未来は、私たち市民みんなの大切な宝。
市民の立場から、外環問題解決の道すじをきりひらきたい。
一人一人が意見を出し合い、共に手をつなごう！
そういう思いから、2007年10月に発足。

- 外環道路問題を明らかにします
 - 外環道路問題について、市民の意思を尊重し、集約し、反映します。
 - 他地区、他団体、行政、議会などと、話し合いを持ち、外環道路問題に取り組みます。
- この3つの目的の実現をめざして、活動を続けています。現在、賛同人2,065名
賛同人には、会が関係する集会、説明会、セミナーなどのお知らせをお送りいたします。
(お名前は非公開です。個人情報情報は厳重に保管致します。)

外環道路問題Q&A

Q. もし外環道路ができると、私たちの町には、何が起るの？

A. 水・空気・土・緑・命。

生きる基盤が脅かされようとしています。
何万人の人が住む市街地の真下に、16Kmにおよぶ長大なトンネルを貫通させようとする「外環道路計画」は、世界でも例のない、不確定要素に満ちた計画です。自然、生活を一度させ、安全や健康を脅かします。

- ◆ 東京の水源地帯を貫通
 - 外環以東が砂漠化
 - 「武蔵野巨大淡水系」として、水の命が保たれる水源地帯を巨大トンネルが貫通。地下水が分断・破壊され、広い範囲に砂漠化の危険が！取り返しのつかない自然破壊が心配。
- ▲ 地下水の溜溜・汚染
 - 飲み水の70%は地下水！
 - 地下トンネルが次々と層を穿ち、地下水の結晶や汚濁が心配。地盤の陥没・陥没の危険も。三鷹、武蔵野市は飲み水の60~70%が地下水。命や健康に直撃します。
- 大気汚染が深刻
 - 積気団から高濃度排気ガス
 - 外環を通る1日10万台の排気ガスをたった4車線の排気所から集中排出。インターからの車の排気ガスが加わり、町中で大気汚染が甚化。
- 生活寸断・車公害の危険
 - インター、地上道路の影響
 - インターに集中する車のため、各地に道路網が計画。住民の生活を巨大道路が切り、地下外環の上に地上道路「外環ノ2」も！農地・緑地の消滅も深刻です。

東京都の地下が東西に分断されます

Q.7区市の大問題は？

- 【練馬区】
 - 大泉ジャンクション問題
 - 移住先、日本最大の移住地
 - 「大泉びん屋」問題
 - 八の倉の地下水汚染問題
 - 高圧電線、石神井出雲高圧問題
 - 外環ノ2問題
 - 青鳥インター-環状線付合問題
- 【杉並区】
 - 舞臺中台等農業付帯地
 - 地下水汚染問題
 - 緑地帯問題
 - 緑地帯インター問題
 - 外環ノ2問題
- 【武蔵野市】
 - 地下水汚染問題
 - （水通）地下トンネル
 - 外環ノ2問題
 - 野田交通橋問題
- 【三鷹市】
 - 中央ジャンクション問題
 - 井の池池沼問題
 - 地下水汚染問題
 - 水通（4%）地下トンネル
 - 野田-園分寺道路問題
 - 緑地帯2本線中環線
 - 三ヶ井地域問題
 - アクセス道路問題
- 【調布市】
 - 中央ジャンクション問題
 - 地下水汚染問題
 - （水通）4%地下トンネル
 - 野田-園分寺道路問題
 - 緑地帯2本線中環線
 - 三ヶ井地域問題
 - アクセス道路問題
- 【狛江市】
 - 市民団地約4%問題(高圧電線等)
 - 野田-園分寺道路問題
- 【世田谷区】
 - 東名ジャンクション系地下問題
 - 以麻計画未定問題
 - 野田線切欠、汚染問題
 - 地下水汚染問題
 - 緑地帯付合と高圧電線

Q.いくらかかるの？

地上道路も考慮すると 総事業費3兆円
……1m2億円は無駄づかい
医療・福祉、教育、少子化問題が深刻。老朽化した道路や物の更新が迫ります。外環道路建設より優先すべき課題が山積みです。

Q.本当に必要な道路なの？

渋滞緩和はたった1.5%
……地球環境保護に逆行
外環の都市渋滞緩和効果は、たったの1.5%。鉄道交通が新たな渋滞を生み、結局CO2は増加。10年に及ぶ工事でも大量のCO2が発生します。

外環断面は、地下鉄等と比べ圧倒的に大きい

7kmにわたり、地盤は蓮根状になります

外環道路(16km)は「大深度地下」といつ、全長の43%(7km)は大深度地下でない工事があ
……地下60mから空中15m(東名・中央・環状高層)まで、75mの高差をよったり下ったり。

大深度地下でない輸送(※計7km)は、4~6本のトンネルを折り重ねるように繋がるので、地盤は蓮根のように穴だらけ。本線との分岐部分は開発上の特許工法に頼らざるをえない。

発行：市民による外環道路問題連絡会・三鷹 TEL.080-5923-0261 FAX0422-47-6778 <http://www.gaikangaikan.info/> 複製-1名無料

【調査日】2002年6月

連絡先

Tel: 090 1214 8044 (小笠原 俊文)
Mail: shimingaikan.mitaka@gmail.com
https: <http://www.gaikangaikan.info/blog/>



三鷹を拠点にジェロントロジーによる地域活性化を目指す 鷹ロコ・ネットワーク大楽

NPO法人 鷹ロコ・ネットワーク大楽
Takaloko Network Daigaku

鷹ロコは三鷹を拠点にジェロントロジーによる地域活性化を目指しています。

ジェロントロジー(高齢学)とは、人の加齢によって起こるさまざまな問題を医学・心理学・生物学・経済学・政治学・社会学などの総合的視野に立って探求する長寿社会の人間学です。超高齢化社会を迎えた日本の課題は「Aging Places : 住み慣れた地域で、自分らしく老いることができる地域づくり」。我々は「Aging Places」実現のために市民の社会参加、まちづくり、生活文化や学術の振興に力を注いでいきます。

【ビジョン】(= 鷹ロコが実現したい世界)
三鷹と鷹ロコに関わる人たちが、いさいさと笑顔でくらしている社会

【ミッション】(= 鷹ロコの使命)
みんながわくわくする事業をつうじて、三鷹の課題を解決する

【コア・バリュー】(= 鷹ロコのメンバー全員が共有する価値観)

1. スマートに挑戦する
2. 多岐大さが成功のために仲間と協力する
3. 自分のもっているちからを最大限に発揮する
4. 互いに認め合う環境をみんながでつくる
5. 暮らすことをよるこびとする

◎ わたしたちの活動は……

- ① 社会教育の推進
福祉分野における人材育成と教育事業
・求職者支援訓練
・成年後見勉強会
・福祉士養成講座
・各種セミナー
・研修会
- ② まちづくりの推進
地域活性化事業
・検索プロジェクト
・がんばる地域応援プロジェクト
- ③ 学術、文化、芸術、スポーツの振興
笑い楽しさの場提供事業
・ユーモアスピーチの会
・三鷹POPSユニバーシアード
・カードマジック講座
・バドミントン
・カービンコン
- ④ さまざまな活動団体への支援とつながり
シニア生活文化普及啓発事業
・ジェロントロジー (gerontology network)

連絡先

Tel: 0422-24-7500
 Mail: info@takaloco.jp
 https: https://takaloco.jp/

NPO法人 多摩東成年後見の会

人生100年時代！一人暮らしの高齢者が急増しています。老後の暮らしに他人の援助が欠かせません。いかにしてQOL(生活の質)を維持し、尊厳が保てるか必死の努力が必要です。私どもは市民後見人として、その人たちの見守り活動、後見活動で13年間頑張ってきました。私どもも高齢化が避けられません。若い世代の方々が応援して下さいと有難いです。

活動日時 3か月に1回 第3土曜日16:30～18:00
定例会及び研修会を開催しています。

活動場所 市民協働センター又は駅前コミュニティセンター

設立 2011年9月27日
会員数 13人(2024年9月1日現在)
会費 2,000円/年
代表 山澤 宏通



連絡先

Tel : 0422-36-4446

Mail : npotamahigashi@gmail.com

HP : <http://npotamahigashi.iinaa.net>

未来の科学者・技術者、集まれ！！

NPO法人チームくじら号

チームくじら号は、未来の科学を担う子どもたちに海の生態系と地球環境を体験学習する活動を行っています。合言葉は「未来の科学者・技術者、集まれ！」

【3大ミッション】

- ① 深海ぼうけん絵本読み聞かせ隊：海洋・深海の生態系の不思議を学ぶ。
- ② うみの環境しらべ隊：海の環境問題の現状を知り、未来への対策を考える。
- ③ くじら号科学部：科学活動・実験から、科学者・技術者になるための資質を養う。



チームくじら号は、さまざまな市民団体ともコラボしながら、未来の地球環境の守り手を育てております。市民団体の皆さん、これからも一緒に活動よろしくお願ひいたします。「未来の科学者・技術者の皆さん、集いましょう。そして、地球の未来のために動き学びましょう！」

連絡先

Tel: 090-8442-3985

Mail: katochi@kujirago.org

NPO法人チームくじら号代表 加藤千明

https:



2月最終日はRare Disease Day(RDD) – 世界希少・難治性疾患の日 –



「難病・障害とまちをつなぐ「RDD三鷹」

難病や障害を持っていても、日本一安心して暮らせる三鷹市を目指して活動しています。「RDD三鷹」のイベントは、難病・障害のある人もない人も共に学び楽しめるので、ぜひご参加いただけると嬉しいです。

テーマは「RDD×音楽」♪

RDD三鷹2025 開催

日時 3月2日(日) 12:00～

会場 みたかスペースあい



*どなた様も大歓迎！詳細は、ホームページ、Facebookに掲載していきます。

RDDってな～に？

2月最終日はRare Disease Day(世界希少・難治性疾患の日、以下RDD)です。RDDとは、より良い診断や治療による希少・難治性疾患の患者さんの生活の質(QOL)の向上を目指して、スウェーデンで2008年から始まった活動です。

現在は、延べ100カ国で数千のRDDイベントが開催されているそうです。2024年には、日本国内でも75箇所でRDD公認イベントが開催されました。

そして、私たちの「RDD三鷹」では、難病に加えてあらゆる障害が対象です。難病や障害を持つ人も持たない人も、一緒に楽しめるRDDイベントを開催できたらと思っています。

「RDD三鷹」を通じてまちとつながり、支援の輪を広げていければ幸いです。



連絡先

Mail: rddmitaka@gmail.com

https: <https://rddmitaka.jimdofree.com>

