

主催／NPO法人みたか市民協働ネットワーク 協力/三鷹市

企画・運営／第19回みたか市民活動・NPOフォーラム実行委員会

第19回

みたか市民活動・

NPOフォーラム

2020.10.3sat. --- 10.11sun.

会場：三鷹市市民協働センター

今年度のみたか市民活動・NPOフォーラムは、コロナ下の新しい生活習慣という大きな環境変化の中でオンラインを中心に、会場との併用、WEB展示など新しい形を模索しながらの開催となります。

市民活動自体もいろいろな面で危機に立たされる中、新しいテーマや可能性の発見、そして何よりも、活動に関わる人みんなが、新たな笑顔を見つけるポジティブな場づくりをめざしたいと思います。

第19回 みたか市民活動・NPOフォーラム実行委員会

オープニングセッション

10.3 Sat. 13:00-16:00 第1会議室+オンライン

コロナ下での市民活動の課題、そして可能性

トークゲスト

藤井智さん（認定NPO法人文化学習協同ネットワーク）

柳本文貴さん（NPO法人グレースケア機構）

山田久仁子さん（ピナット～外国人支援ともだちネット）



主催者あいさつ

NPO法人みたか市民協働ネットワーク  
代表理事 正満 たつる子

この度は、「第19回みたか市民活動・NPOフォーラム」に、ご参加いただき、誠にありがとうございます。

市民・NPO活動のプレゼンテーションと情報交流、新たなプロジェクトの生まれる場であるこのフォーラムは、当NPO法人の最大の事業として毎年秋に開催しています。

今年は新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、集会等に制限がありますので、オンラインを中心に会場参加も併用して行うことになりましたので、参加のハードルはかなり低くなつたと思います。

この企画運営は、参加団体による実行委員会方式で、毎回活発な意見やアイデアが飛び交う会議の積み重ねにより、本日に至りました。

イベントカレンダーをご参考にまちづくりの扉をあなたも是非開けてみて下さい。

地域で何かを始めたい方も、ベテランもこの三鷹での出会いは絶好のチャンス。まちづくりが身近にある事を経験されると思います。

10月3日のオープニングには3団体の代表が<コロナ下での市民活動の課題、そして可能性>についてトークセッションし、後半はグループワークののち、全員で全体を共有します。10月11日のクロージングまで、更なるコラボレーションとコミュニケーションの深まりが期待できると思います。

私どもは、市民活動の支援・“民学産公による協働を推進するNPO法人”として、三鷹市とパートナーシップを締結し、市民協働センターの管理運営と民学産公による協働のまちづくりの推進を行っています。

まちづくりにおける協働運営は、まだ課題もありますが、当センターの三機能である、ネットワーク<つなぐ>・支援<支える>・参加と協働<紡ぎだす>をフルに発揮し、市民活動をされる皆さんとともに活動を持続していく所存です。

これからも関係各位をはじめ皆さまの益々のご理解とご協力をお願いいたします。

すでに市民活動を実践している方々、始めたい方、ときめきを感じた方、にこの機会がプラクティカルな活動に繋がり、展開していくことを心からご期待を申し上げます。

結びに当たり、フォーラム実行委員の皆様・関係各位のご尽力に厚く感謝申し上げ、主催者としての挨拶とさせていただきます。

## 「新しいコミュニケーションと笑顔の創造」

### 第19回 みたか市民活動・NPOフォーラム 実行委員長 西岡 直実

みたか市民活動・NPOフォーラムは、地域で何かをはじめたい人、始めるのにどうしたらいいかわからない人、自分たちの活動を知ってほしい人、活動を広げたい人、そんな人が集う交流と活動紹介のためのイベントです。

すでに地域で活動中の団体のみなさまはもちろん、ボランティアをやってみたい学生さん、現役社会人の方でも、会社の仕事以外で何か地域で見つけたい人でも、助けあいながら何かやりたい子育て中のママでも、どなたでも参加できます。

第19回みたか市民活動・NPOフォーラムは、コロナ下の新しい生活習慣という大きな環境変化の中で、オンラインを中心に、会場との併用、WEB展示など、新しい形を模索しながらの開催となります。

オンラインはハードルが高いと感じる方も多いとは思いますが、逆に、これまで会場に赴くことがむずかしかったご高齢の方や障がいをお持ちの方などのご参加、さらには、他の近隣地域や日本全国、海外で活動されている方などとも結んでコミュニケーションができるといった可能性も持っています。

新しいフォーラムの形に向けて、ZoomやYouTubeの講座など、コミュニケーション手段の学習なども行ってはいますが、できれば、少しだけでもオンラインでつなげられる身近の方のサポートによって、それらができない方もテレビ電話感覚でつながれる新しい地域コミュニケーションづくりをめざしたいと思っています。

コロナの影響で、市民活動自体もいろいろな面で危機に立たされる中、新しいテーマや可能性の発見、そして何よりも、活動に関わる人みんなが、新たな笑顔を発見できるポジティブな場づくりをめざしたいと思います。

# enchanté

～つながりのはじめまして～



“人と人のゆるやかなつながりの場づくり”  
をテーマに、食や健康、国際交流などを通して  
人とまちを元気にする活動をしています♪

## 活動その1 みたか駅前ラジオ体操♪

いつ：毎週日曜日 朝6：25～ ※雨天中止

どこで：三鷹駅南口駅前広場

女子栄養大学ののぼりと旗が目じるし

ラジオ体操の後は軽いウォーキング＆道のごみ拾い、

その後に朝カフェもあります！どなたでもどこからでも参加OK！

\*2012年12月 三鷹市の「みちパートナー」認定

## 活動その2 ローカルツアーやたびもあ♪



「地域」と「世界」をゆるやかにつなげる  
市民参加型、双方向型の外国人・日本人向けの  
ローカルツアードです♪ 三鷹を中心に参加者も案  
内者も楽しめるまち歩き、日本文化体験、日本食  
体験などのツアーを開催しています♪  
(不定期開催)

## 活動その3 釀し家ダイニング *Comme a la maison*♪

フランス人自然派ワイン醸造家シリル・ル・モアン

の手づくり料理とワインのイベント

すべて手作業&ぶどう100%のワインとそれに

合わせた地元野菜を使ったフランスの家庭料理。

お腹だけでなく心も満たされるような。食を通じた

人と人、人と自然の豊かなつながり、嬉しい発酵の  
時間を一緒に過ごしませんか？（4、8、11、12月開催）



\*お問い合わせ\* 代表 ル・モアン直美（女子栄養大学非常勤講師）

Eメール : naomiracledecoco@hotmail.co.jp

WEBサイト：「つながりのはじめまして」で検索



# あそびとちえのわ Labo

難病や障害を有する子供たちを起点に、どんな子も地域や文化的活動と切り離されることなく、未来のギフトな存在として一緒に育ち、遊び、学び、寝食を共にする体験を重ね、役割を補い合い、その子なりの暮らし方や体験の選択の自由が尊重でき、身寄りが無くとも最期まで安心して生活し看取り合えるための混ぜこぜの場づくり。町づくり。

人間と動植物、鉱物、微生物、地球、星々、宇宙とが調和し、目に見えない生命の輝きを大切に想像し、循環創造し、まんまを表現できる「遊びと美と知恵」の実験室。

アート&セラピスト夏海花澄

アトリエJINTA <https://www.facebook.com/atelierjinta>

- ☆美術家造形作家として個展、コラボイベント、空間美術、シンボルマークデザインほか
- ☆ボディワーク+ヒーリングによる体と心のバランスケア、ケアする人のケア、セルフケアのためのワークショップ
- ☆難病障害と共生するアーティスト遊の作品マネージメント
- ☆まぜこぜアトリエ、アートセラピークラス、アートワークショップ
- ★DET障害平等研修ほか社会環境の整備のための啓蒙活動
- ★まぜこぜ共同住宅



コンサートミュージカル動物会議  
(三鷹市公会堂さんさん館)



三鷹市井の頭保育園  
シンボルマークデザイン



井の頭公園100年祭  
ライブペイント・テーマ「ひらく」

## 共生社会について 話し合おう！ ～障害平等研修(DET)～

10月3日(土) 19:00～21:00  
オンライン(Zoom)で開催

どなたでも参加できます！ (無料)

「障害とは何か」という問い合わせ入口に  
「すべてに優しい共生社会実現の  
ための行動」について考える  
グループワークです。

「手伝ってもらえますか？」  
「何か出来ることありますか？」  
そして、  
「ありがとう」が自然に交わし合える町。

難病や障害があっても、  
家族や介助者以外の人たちとも暮らせる選択肢の  
場づくり、町づくりのための啓蒙活動第一弾です。

応援し、参加し、体験してみてください。  
そして、

良ければ「あそびとちえのわLabo」に力を貸してください。  
どうぞ、よろしくお願ひいたします。

# こもれび



郵便番号 : 181-0012  
住 所 : 三鷹市上連雀9-10-21  
電 話 : 0422-42-4469  
E-mail : act12comorebi@jcom.zaq.ne.jp  
HP : <http://mitakashi-comorebi.jimdo.com>

住み慣れた三鷹で、年をとっても、障がいをもっても安心して無理なく暮らしていくなら…。生活の中で培ってきた能力を地域に活かすことができたら…。地域の中で助け合っていく事で、暖かいたすけあいのネットワークがつくれたら…。そんな気持ちが集まって、三鷹の街に産声をあげて20余年になりました。現在 50 名のメンバーが働き手であり、経営者であるというワーカーズコレクティブとして活動しています。

## 事業内容



- ☆**自立援助サービス (ACT つながるケア)**: 家事援助・子育て支援・介護
- ☆**訪問介護** : 身体介護・生活援助
- ☆**介護予防・日常生活支援総合**: 共に行う家事・入浴見守り
- ☆**障がい福祉サービス** : 障害者自立支援法による障がい福祉サービス
- ☆**居場所(ひだまり)** : 健康麻雀・メンバー向け食堂、カフェ・ちくちく(裁縫)他
- ☆**事業所内保育** : メンバーのお子さんの保育をします
- ☆**相談** : 全員経営者とした特色を生かした相談を行っています
- ☆**家庭的保育室 もこもこ** 3才になるまでのお子さんの少人数保育を行っています
- ☆**家庭的グループ保育室 イデオ** 3才になるまでのお子さんの少人数保育を行っています
- ☆**三鷹市委託**

**【ほっと・サークル】** 介護予防を目的にした三鷹市生きがい活動支援事業。おおむね65歳以上の方を対象にハンドベル、コーラス、歌声喫茶、フラダンス、など。  
広報みたかで隨時お知らせをしていますのでご覧下さい。

- 【ひとり親ホームヘルプサービス】** 三鷹市ひとり親ホームヘルプサービス事業によるヘルパー派遣  
**【地域移動支援】** 障がい者・児の社会生活上必要不可欠な外出介助



☆☆☆ メンバー募集 ☆☆☆



一緒に働いてみませんか。週1日2~3時間でも可

NPO法人 アビリティクラブたすけあい みたかたすけあいワーカーズ こもれび



**“Nice meeting you!  
We enjoyed chatting and  
discussing many different topics  
with local people in Japan.  
Your kind and warm friendship  
is really unforgettable.”**

日本を訪れる多くの外国人旅行者や訪問客が、日本で見るもの、聞くもの、そして口にするものなどすべてに強い興味・関心があるようです。

とりわけ国際的な交流が大切な昨今です。訪日旅行者に、Hello. May I help you?と一言“おもてなし”の気持ちを伝えてみませんか。

私たち M&B International Friendship は言葉かけの手伝いをします。



### **NPO Forum · M&B Hospitality Program**

Date and Time: October 10 (Saturday), 10:00 AM

Participants limited to 12 people will meet on Zoom

Prior registration required. Reply to the following email address

★ ★ ★

**Mr. and Mrs. MacAlpine, special guests from Denver, Colorado, will be with us on Zoom. They have extensively travelled in Japan twice from Hokkaido to Kyushu, and enjoyed meeting with many Japanese people. They will tell us about what they have learned.**

### **NPO フォーラム M&B おもてなしプログラム**

実施日時: 10月10日(土) 午前10時～正午

参加(Zoomのみ)定員12名

下記メールアドレスから10月8日(木)までに事前申し込みをお願いします

◆ ◆ ◆

米国コロラド州デンバー在住の MacAlpine ご夫妻と Zoom でつながります。同夫妻は最近2度にわたり日本を単独訪問、そして長期滞在し、北海道から九州まで広範囲に観光と日本生活を楽しみました。その長期滞在経験で感じたことを話してもらいます。

**M&B International Friendship**

**TEL: 090-6109-3078 (Murata)**

**E-MAIL: [sigmurata@gmail.com](mailto:sigmurata@gmail.com)**

# 江戸小嘶笑い広げ鯛

《笑つて》かんたんで楽しい小嘶の出張をしています。

聞いて笑つて+読んで参加して笑つて+小嘶かるたも楽しい

○ボランティア依頼・その他 お問い合わせは

080-15502-4621 (代表 高野

[edokobanashi@hotmail.co.jp](mailto:edokobanashi@hotmail.co.jp)

訪問小嘶+オンライン小嘶もご相談ください。

☆毎月第一土曜の十三時から「江戸小嘶を楽しむ会」  
会場 みたかボランティアセンター どなたでも

十月三十一日（土）第七回「発表会」

オンライン・Zoomズームで開催予定 無料

アドレス等詳しくは、下のQRコードで  
情報をご確認ください。



訪問ボランティア回数  
は、これまで四百回。  
笑う門には福来たる

貝はすぐ採れたかい?  
あつさり。  
剣道の稽古 やつてる?  
しない。

お姉さん 粋だね  
かえりです。

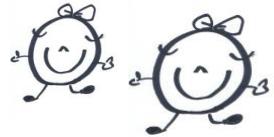


お仲間 募集中





# 演劇塾 RanRan



## ♥おかげさまで結成11年目になりました♥

演劇を通して創造することの愉しさを見つけ出そうという卵たちの集まりです。新しい自分に出会ってしまうから不思議です。一緒に演ってみませんか？

誕生は2009年4月。三鷹市市民協働センターの企画による寺子屋カフェ「演劇的元気の作り方」第一回講座（木瓜みらい講師）に参加した仲間が自主グループを結成し、子育て、家事、仕事と両立できるよう月一度の演劇レッスン活動を開始。でも、演劇に縁のない人ばかり。最初は人前で声を出す事すら恥ずかしい～という感じでしたが、ワイワイガヤガヤワハハワハハとレッスンを続けてゆくうちに、硬いたまごの内側から何かがモゾモゾと動き始めたから不思議不思議。私たちは、卵の殻を打破って新しい自分に出会える瞬間を楽しみに活動を続けている、卵卵たちです。

NPO フォーラムの小さな舞台で創作朗読劇や朗読を発表してきました。

2009年 ワークショップ+詩を自由に読む

2010年 朗読 オリジナル作品「月のうさぎの、は、じ、め、て」

2011年 朗読「その後のピノキオ」+「昭和50年のアリス婆さん」

2012年 朗読劇 オリジナル作品「Yume☆Xからの招待状」

2013年 朗読劇 オリジナル作品「Dokkoi ドーナツ島のお猫たち」

2014年 朗読 オリジナル作品「ツクシ君」+ワークショップ

2015年 詩を演ずる「RanRan 版のはらうた」

2016年 世界一大きな布絵本「キュウの青空キャンバス」

2017年 朗読 オリジナル作品「ツクシ君」+ワークショップ

2018年 朗読劇 オリジナル作品 改訂版「月のうさぎの、は、じ、め、て」

2019年 台詞劇 「真夜中の冷蔵庫」

**2020年のNPO フォーラムではYouTube デビューします。**

期間は 10月3日～10月30日

台詞劇 「真夜中の冷蔵庫」

出演 演劇塾 RanRan/作・演出 木瓜みらい



## ♥その他の活動

三鷹の子供達の描いた大きな布絵本「キュウの青空キャンバス」を市内の色々な所で上演しています。

月に1回（第2木曜 午前／有料）レッスンをしています。見学／体験参加、どうぞ一度遊びに来てください。

お問い合わせは 090-9202-4939／080-3406-7978

レッスン予定は <http://piwo0505.blog.fc2.com> をご覧下さい

# おねえちゃん舎



演劇のだしを使って、  
一瞬先を光に変えよう。

おねえちゃん舎広報担当 猫柳ぴいを

演劇のだしを使って愉しいことをしよう。  
演劇を観るから演るに変えよう。  
演劇の基礎レッスンを体験してからだを変えよう。  
演劇の面白さで想像力を育てよう。  
朗読や、朗読劇を楽しみながら、元気になろう。

猫はネズミに見立てて戯れます。これって、演劇と同じ。そこで、おねえちゃんと呼ばれていた猫の名前をいただき 2005 年に「おねえちゃん舎は」三鷹で活動開始したのであります。

♥おねえちゃん舎から誕生したたまご達です。

☆ からだとこころの体操「ゆるゆるの会」

☆ 寺子屋カフェ「演劇的元気のつくり方」

☆ 愉快な仲間の面白演劇レッスンの会「演劇塾 RanRan(卵卵)」

演劇的たのしい、を考えている方、お声をかけてくださいね。

☆ 詳しい活動予定はブログをご覧下さい☆<http://piwo0505.blog.fc2.com>

(ただいま COVID-19 の為、お休みをしていますが、再開の時は上記ブログでお知らせいたします)

☆ ボス：木瓜みらい（講師／脚本／演出）

☆ お問い合わせは [m.66.boquet@gmail.com](mailto:m.66.boquet@gmail.com)

☆ 演劇ワークショップ・演劇カフェ・講師相談の方もお問い合わせください。

# おもいやりタクちい®俱楽部

皆様が高齢化加齢化に伴い、運転免許証を返納し、マイカーを処分する将来。皆様の自宅から移動できる手段はありますか？確保できていますか？

私たちは、UDタクシーのものづくりに込めた作り手の思いと、使い手の思い、乗り手の思いの間に大きな温度差が存在していることを調査してきました。

2014年、三鷹ネットワーク大学の民学産公協働研究事業に選出されました。その結果を受けて、地元タクシー会社と法規適合性、社会受容性、収益採算性などを中心に調査して参りました。その節は関係部署の方々にはご協力いただき感謝申し上げます。

2018年秋、国土交通省自動車局次長や地域交通室長から、「もっと手を広げよ」と背中を押され、さあ始めよう！の矢先に、コロナ禍中の今に到ります。

公共交通活性化事業とは、  
生活移動に関するバス・タクシー事業者の事業活性を図る議論の場。

池袋での高齢者運転による加害事故ケースが三鷹市内で再発し、  
喫緊の問題にならない限り、生活移動手段を確保する議論は始まらないのでしょうか？

おもいやりタクちい®事業は、地域の生活移動手段を確保する具体的  
最適化事業として過去、市長や議員に提案してきました。

社会問題課題の難題を行政だけでなく、民間企業のアイデアを導入し、  
社会的価値を生み出すことで、市民・事業者・行政がwin-win-winになること。

この取組みがCSV：クリエイティブ・シェアード・バリュー事業＝おもいやりタクちい®事業なのです。

今後とも市民皆様のご厚情を賜わり、声絶やすことなく頑張ります。  
どうぞよろしくお願ひいたします。

# おやこひろば実施協議会

「おやこでよってチョコっとあっぷるーむ」は三鷹市市民協働センターおやこひろば実施協議会が運営しています。

- 活動
- ・協働センターのおやこひろば事業「おやこでよってチョコっとあっぷるーむ」の企画運営
  - ・勉強会の実施
  - ・三鷹市おやこ事業関係者連絡会議への出席など

## アイ・リコサイズ

- ・ママ護身術フィットネス  
～だっこしたまま強いママ～  
【キック編】  
【パンチ編】



## NPO 法人子育てコンビニ

- ・〈bloom～生まれたのは私〉上映会
- ・親子リズムらんど
- ・楽しく羊毛フェルト
- ・お茶会
- ・カラーセラピー
- ・色で子育てを楽しく



## はっぴいまむず

- ・泣き止む、よく寝る  
抱っこの方法と抱っこ紐
- ・産前・産後の骨盤ケア



## Hanariya Yoga

- ・マタニティヨガで安産力
- ・ヨガママで骨盤調整
- ・ベビーヨガ
- ・親子キッズヨガ



## 参加団体＆ひろばメニュー



## Kupu-Kupu

- ・親子ヨガレッチ  
～親子で楽しく動いて  
ストレッチ～



## 三鷹市 市民協働センター



## Mama & Baby

- ・ベビーサインで楽しい子育て
- ・パパの育児講座ベビーマッサージ
- ・ベビーマッサージで  
素肌スキンシップ



## きらきらバース

- ・足形つきのバックを作ろう
- ・いつでもどこでも  
ベビーマッサージ



## クローバーアルバムの会

- ・簡単スクラップブッキング  
【アルバム編】  
【A4フレーム編】



## あおぞら

- ・子育ての言葉かけ講座 &  
アロマクラフト作り  
【抗菌スプレー編】  
【ハンドクリーム編】



## M's キャリアガーデン

- ・強みを知って子育てに自信を
- ・まわりに振り回されない  
ママになるヒント



おやこひろばの申し込みは  
WEBフォームからできるようになりました→



2018年7月に発足しました

音読江戸小嘶 ボランティア  
まってました！

- 会員募集中!!
- 気さくな仲間が待っています。

∴ 出張ボランティア受付中!!

☆楽しい音読や江戸小嘶かるたを  
一緒に楽しみましょう！  
☆音読して読めばOK! カンタン!  
☆笑いで心もカラダも元気・元気!!



音読「寿限無」を  
読んでます。

「お姉さん  
粋だね～」  
「かえりです」  
江戸小嘶かるた  
が楽しい！！



お気軽にご連絡ください



代表 川瀬 ユキ子

連絡先 前田 健一

✉ moerokenntan@docomo.ne.jp

☎ 090-1451-0166

定例会：毎月第1土曜日の午前10～12時

場所：みたかボランティアセンター2F

# CHARA-WORKS JAPAN

## キャラワークスジャパン

<http://charaworks.jp/>



小さい頃、寂しい時にお気に入りのぬいぐるみを離さなかったり、ヒーロー・ヒロインごっこをしたり、テーマパークでキャラクターと写真を撮ったり、悩んでいる時に好きなアニメを見て元気が出たり、キャラクターに癒されたり元気づけられたりといった経験はありませんか？キャラクターには癒やしたり人を元気にするパワーがあります。

キャラワークス・ジャパン（Chara-works Japan）は、子どものワークショップを中心に、キャラクターの心理的な効果と社会的な活用について研究しワークショップを通じて実践する非営利のグループです。

### 【活動内容】

#### \*子ども向けオリジナルワーク

オリジナルキャラクターブルの教室キャラキッズを中心に、子ども・親子イベントへの出店、他団体とのコラボなどを行っています。

児童館、学童保育所などの造形・創作活動も行っています。

#### \*読書支援活動

子どもの物語、キャラクターをテーマにした読書支援活動、創作教育などを行っています。

#### \*アートワーク

中高生以上の大人向けのものづくり、イベントでの共同制作、アーティストとのコラボなどを行っています。

#### \*キャラクターセラピー

セラピーとしてのキャラクターの実践的な活用研究を行っています。

#### \*地域活動

ワークショップを通じた地域支援を行っています。

#### \*コミュニケーション

キャラクターを通じて、国籍、言語、年齢、障害などを超えたグローバル&ユニバーサルなコミュニケーションサポートを行います。



## オリジナルキャラクターをデザインする 子どものためのワークショッププログラム キャラキッズ

- キャラキッズは、子どもが自分だけのオリジナルキャラクターをデザインするプログラムです。
- 森や商店街を散歩したり、公園の生き物を観察したり、身近な体験や、写真などいろいろな素材から、世界やキャラクターを想像して、ものづくりや物語づくりを行います。
- ヒーローの力強さや冒険心、ペットなどのやさしさ、賢者の知恵など、子どもがキャラクターに投影するさまざまな要素を通じて子どもの創造性と前向きの力を育てるプログラムです。
- 子どもとコンテンツの研究所ミッドポイント・ワークラボの協力により、物語やキャラクターをテーマにした読書支援のワークショップ活動も行っています。
- 三鷹市芸術文化センター、三鷹市市民協働センターなど三鷹市内の施設で定期的に開催するオリジナルプログラムのほか、児童館の工作教室、学童保育所の夏休みワークショップ、地域のイベントへの出店などを行っています。
- 市外では、調布市の子ども遊び博覧会（秋）、府中市の読み聞かせフェスティバル（春、秋）、武蔵野の森公園フェスタ（秋）などのイベントにも出店しています。



☆三鷹市内・市外問わず出張ワークショップやコラボも受け付けています。お気軽にご相談ください。

☆キャラワークスジャパンの活動をお手伝いいただけるボランティアスタッフを募集しています。

連絡先：キャラワークスジャパン TEL/FAX：0422-77-9330 E-mail：[info@charaworks.jp](mailto:info@charaworks.jp)

# お困りごとからお愉しみまで NPO法人グレースケア機構



NPOグレースケア

在宅・外出ケア (自費・保険・障がい)

外出や楽しみのサポート

家事支援・身体介護



長時間・泊まりケア

ご家族のサポート



ただ捨てるだけじゃない  
片づけヘルパー



認知症の方のケア

医療的なケア



個性豊かなスタッフ  
います！指名制あり

買い物・通院など



となりのて"こちゃん"

小規模デイサービス (通い・泊まり)

牟礼の民家を使った定員10名の小規模デイです。



お立ち寄りください！

買い物や料理、お出かけ、運動、手工芸、園芸・農作業、  
木工など、お好きなことを楽しみながら、  
生活リハビリを実践しています。



NPOグレースケア

三鷹オフィス 三鷹市下連雀3-17-9

Tel 0422-70-2805 / Fax 0422-24-8307

天文台オフィス 三鷹市大沢2-2-13

Tel 0422-30-8815 / Fax 0422-30-8816

吉祥寺オフィス

武藏野市吉祥寺本町2-15-13

Tel 0422-27-5430 / Fax 0422-27-5431



となりのて"こちゃん"

三鷹市牟礼6-11-2

Tel 0422-26-7597 / Fax 0422-26-7598



ナースさくまの家

三鷹市牟礼5-12-25

Tel / Fax 0422-57-8290



くまちゃんの家

東京都三鷹市牟礼5-12-26

Facebook と LINE