



ボランティア

10
2025

インタビュー特集号だよ



「募金」が「地域」を
よくするしくみ

令和7年度
杉並区社会福祉協議会
地域福祉活動費
助成金事業

タウン アンド ピープル
【特集】TOWN&PEOPLE

いとう ますこ
代表 伊藤 益子さん

3面・・・ボランティア情報 瓦版

4面・・・ボランティア情報 瓦版

チャレンジ！ボランティア 参加者募集

【特集企画】

地域づくりの最前線 ～そのチャレンジ！応援します～

TOWN&PEOPLE(通称TAP)は、2024年4月に下井草地域において、代表の伊藤さんが中心となり子育て仲間
で立ち上げた任意団体です。井萩駅近くに開設した「みんなのおうち たっぷ」(以下、たっぷ)を拠点に、多世代の様々な人々の“やりたいこと”を実現することと、まちと人をつなぐことを目的としたコミュニティレンタルスペースを運営しています。

活動内容

TOWN&PEOPLEが運営する「たっぷ」は、多世代が集まり、学び、つながることのできる地域拠点として、2025年4月に誕生しました。運営者は中学生を含む7人のメンバーと、活動を支えてくれる6人のサポーターです。年齢や立場をこえて協力しあいながら、「楽しくつながる」をキーワードに、住民主体のまちづくりを進めています。

「たっぷ」には、レンタルスペースとして①キッチンスペース(子ども食堂や飲食店営業、パーティーにも活用可)、②オープンスペース(講座や行事など多目的に利用可)、③フローリングスペース(打合せ等利用可)を備えており、多様な使い方ができることが特徴です。

また、地域の子育て世帯や子どもたちが来店した時に遊べるように、地域福祉活動費助成金を活用し、木の玩具や絵本ラック、ボードゲーム等を購入しました。これらを活用し、レンタルスペースで「子育てきずなサロン(※2)を始めたい」と動き出している方もいらっしゃいます。

つながりから生まれた場所

私が所属する「こどもと笑顔with(※3)」で開催したイベント「つながるミーティング」での出会いが、活動の原点でした。そこで見えてきたのは、地域で活動する人々が共通して抱えている「やりたいことはあるけれど、場所・人・お金が足りない」という課題です。そのような時に義理の父が残してくれた空き店舗を活用できることになりましたが、築50年のため大規模な修繕が必要でした。多額な修繕費がかかるばかりでなく運営にもお金がかかるため、クラウドファンディングを呼びかけたところ、多くの方から資金や応援の声をいただき、踏み出すことができました。さらに同イベントや地域のつながりを通じて、修繕を担ってくださる業者さんや、「たっぷ」で自由に読める絵本を提供してくれた児童図書の専門家(※4)の方との出会いなど、数々のご縁が重なり、ようやく地域に新しい居場所をつくることができました。

「みんなのおうち」という名前やコンセプトも、他のボランティア活動で関わる子どもたちが、自由遊びの中で段ボールハウスを作り、その看板に書いていた言葉からいただきました。子どもたちの感性と夢が、大人の挑戦とつながり、地域全体で育まれる形になったのです。

杉並ボランティアセンターでは、「地域福祉活動費助成金」を通して、地域で活動する団体を応援しています。

今回はその中の一つ、チャレンジ応援助成団体※1。**TOWN&PEOPLE**の代表・伊藤益子さんにお話を伺いました。

※1.チャレンジ応援助成とは…新規の活動を応援するための助成金。地域の方々からの善意で集まった歳末たすけあい運動募金が原資になっています。

現在の課題とこれからの挑戦

「たっぷ」がオープンして半年経ちますが、まだまだ利用者数や知名度には課題があります。居場所の時間として開いていると、常連の近隣の方や、子どもたちが顔を出して休憩をしていくこともありますが、地域に根付いていくためにはもう一工夫が必要だと感じています。特に、キッチンスペースを活かした子ども食堂・地域食堂など、食を通じた交流の場が実現できれば、多世代が自然に集まるようになると思います。「たっぷ」の場を使って挑戦したい方の応援をするためにも、いろいろな方に「たっぷ」を知ってもらえるようにイベント等も積極的に取り組んでいきたいと思っています。

「たっぷ」の想い

「顔見知りが増えることで、まちのセーフティーネットはより強くなる」と私は思っています。「たっぷ」が目指すのは、子どもから高齢者まで、全世代の“やりたいこと”を実現できる場所です。地域での挑戦を支え合い、安心と楽しさが両立する暮らしをつくることです。一人では難しいことも、仲間がいれば可能になる。そんな思いを胸に、「たっぷ」の取り組みをこれからも続け、地域に新しいつながりを生み出していきたいと考えています。



▲キッチンスペース



▲絵本棚

※2.きずなサロンについては、杉並社協HPをご覧ください。<https://x.gd/Q7oIH>

※3.任意団体「こどもと笑顔with」が開催する「つながるミーティング」については、令和5年10月号のボラン・てをご覧ください。<https://www.borasen.jp/about/publication/2023-10>

※4.「たっぷ」にある絵本スペースは、下井草にある家庭文庫「子どもの本の家ちゅうりっぷ」が定期的におすすめの児童図書を入れ替えて置いています。<https://tulip2.webnode.jp/>

TOWN&PEOPLE

コミュニティレンタルスペース(下井草4-29-17)
みんなのおうち たっぷ

HP: <https://min-tap.com/>





外国人に日本語を教えるボランティア

外国人に日本語の学習指導をしているボランティア団体です。継続して活動していただける方を募集しています。※詳細はホームページをご覧ください。

【日時】毎週火曜日10:00～15:40（活動時間は応相談）

【会場】主に高円寺北区民集会所（高円寺北3-25-9）

【対象】人が好きな方、国際交流に興味のある方、日本語に関心がある方で毎週継続して活動して頂ける方 ※学生、短期活動希望の方不可（外国語不要、日本語学習指導の経験または知識のある方歓迎）

【申込】必要事項を明記の上10月末までにメールにて

【問合】杉並日本語会話の会

☎ : <http://suginaminihongokaiwa.blog.fc2.com/blog-entry-40.html>

✉ : suginaminihongokaiwa@gmail.com



松ノ木・和田の高齢者施設での麻雀・書道のボランティア

松ノ木ふれあいの家・和田ふれあいの家ではご利用者様に楽しいお時間を過ごして頂けるよう、麻雀と書道のボランティアをそれぞれ募集しています。「麻雀が好き」「書道が好き」「楽しくやってみよう」などご協力いただける方はお気軽にご連絡ください。

＜松ノ木ふれあいの家＞

【日時】麻雀…毎週月曜日～金曜日 13:00～15:00
（曜日、時間、頻度等応相談）

書道…毎週木曜日 14:00～15:00（時間応相談）

【会場】松ノ木ふれあいの家（松ノ木2-14-3）

【対象】18歳以上

【申込】電話、またはメールにて

【問合】松ノ木ふれあいの家（管理者：安藤）

☎ : 03-3318-2660

✉ : hideaki-ando@3friends.or.jp

＜和田ふれあいの家＞

【日時】麻雀…木曜日（他曜日応相談）1～2時間程度
書道…月2回 金・土曜日（他曜日応相談）
13:30～14:30

【会場】和田ふれあいの家（和田3-52-4）

【対象】18歳以上

【申込】電話にて

【問合】和田ふれあいの家（担当：石田）

☎ : 03-3312-9556

✉ : mayumi-ishida@3friends.or.jp



子育て応援プログラム

ノーバディズ・パーフェクト講座

子育ての毎日は、いろいろな出来事で頭も気持ちもいっぱいいっぱい…そんなママたちがあつまって、子育てのことや自分のことなど、専属ファシリテーターと共に語り合いながら学び合います。ちょっとしたティータイムもあります。“完璧な親も子どももいない”という理念のもと、お子さんを預けてのひと時、ゆるりと肩の力を抜いて家族も自分も大切にする子育て生活のヒントを一緒に探してみませんか？

【日時】10月25日・11月1日・8日・15日・22日

・29日 全6回 毎週土曜日 10:00～12:00

【会場】まちのほっとスペース「すてっぷ&すきっぷ」（井草5-7-5）

【対象】当講座を初めて受ける、0歳児から就学前までのお子さんのいる母親

【費用】無料。ただしお茶菓子代：600円（全6回分）
保育料：1回一人につき500円

【申込】申込フォーム、またはメールにて

【問合】杉並ACT（アクト）

☎ : <https://forms.gle/LWNPkUzjgvWcQ8jE8>

✉ : suginami.act@gmail.com



点字を学ぼう！点訳講座～入門編

点字の教科書を作っている私たちと、正しい点字を学んでみませんか？「チャレンジ」が地域の方へ点字の基本を学ぶ点訳講座を開催いたします。点字ユーザーが読みやすい点字を是非一緒に学びましょう！

【日時】10月30日・11月13日・11月20日・11月27日
・12月4日・12月11日 木曜日 13:00～15:00

※全6回参加できる方

【会場】西荻地域区民センター（桃井4-3-2）

【定員】10名（先着順）

【費用】無料（テキスト代・紙代全6回分：2,000円）

【申込】電話、またはメールにて

【問合】社会福祉法人 視覚障害者支援総合センター
就労継続支援B型 チャレンジ 後援：杉並区
☎ : 03-5310-5052 ✉ : mail@siencenter.or.jp

分野マーク



ボランティア情報

♥ チャリティーウォークボランティア

杉並チャリティーウォークは、「楽しく歩いてボランティア」をスローガンに、誰でも気軽に参加できるワンコインチャリティーイベントです。一緒に盛り上げてくれるボランティアを募集しています。

【日時】 11月24日(月・祝) 8:30~17:00 (午前だけ、午後だけ等、一部時間での参加も歓迎)

【会場】 集合：杉並区立柏の宮公園 (浜田山2-5-1)

【内容】 当日の受付、参加者の案内、準備期間中のチラシ発送、景品の仕分けなど

【申込】 申込フォームにて

【問合せ】 杉並チャリティーウォーク運営委員会
主催：NPO法人 未来をつなぐ子ども資金

🌐 : <https://x.gd/251124>

✉ : contact@s-charitywalk.org



🎵 第38回荻窪音楽祭でのボランティア

荻窪音楽祭は、「クラシック音楽」を通して私たちのささやかな誇りとなるような荻窪の街づくりを目指して始まった音楽祭です。素敵な演奏を間近で聴くことができるボランティアに参加してみませんか？詳細につきましては、各会場担当責任者より事前にご説明させていただきます。皆様のご参加をお待ちしております。※詳細は、ホームページをご覧ください。

【日時】 11月7日(金)、8日(土)、9日(日)

9:00~13:00/12:00~18:00/17:00~21:00

【会場】 杉並公会堂・大田黒公園他、荻窪駅周辺

【内容】 演奏者の誘導、会場設営・整理、受付等

【対象】 高校生以上

【申込】 ホームページにて

【問合せ】 荻窪音楽祭事務局

☎ : 03-5347-0244 (月~金・10:00~17:00)

🌐 : <https://ongakusai.com/volunteer/>



募集

チャレンジ！ボランティア 地域とつながろう講座

「あなたの暮らしに ちょっと地域参加」

ボランティアに興味があっても何をしたいか、何ができるかわからない、という方を対象に、杉並区内でできるボランティア活動を紹介しします。今回は、幅広い世代のゲストを招き、学生さんから子育てがひと段落ついた方、高齢者まで活動ができる、身近な地域活動をご紹介します。区内には、居場所や、家事や子育てのお手伝い等のボランティアや地域活動がたくさんあります。自宅から歩いていけるところで、ちょっと地域活動に参加してみませんか？



【イラスト協力】
女子美術大学短期大学部
松尾なつきさん

日時 11月28日(金) 14:00~16:00

会場 ウェルファーム杉並 4階共用会議室
(天沼3-19-16)

内容 ゲストの皆様からのボランティアや
地域活動の紹介

対象 区内在住、在学、在勤の方

定員 30名程度 ※先着順



ゲスト スマホ相談等での地域活動者・小谷 好美さん

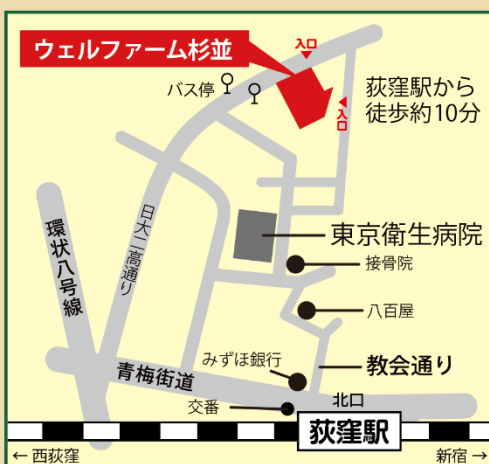
みと商店 代表・高萩 涼音さん (東京女子大学 学生)

杉並区社会福祉協議会ささえあい係 協力会員 (予定)

申込 申込フォーム、または電話、メールにて

※10月16日(木)より 申込受付開始

問合せ 杉並ボランティアセンター



杉並のボランティア情報紙「ボラン・て」

この情報紙は、ボランティアの方々に、宛名シール貼り、封入作業を行っていただき、発行しています。いつもご協力ありがとうございます。

発行：社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会
杉並ボランティアセンター

〒167-0032 杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並4階

TEL: 03-5347-3939 FAX: 03-5347-2063

メール: info@borasen.jp ホームページ: <https://borasen.jp>

うえるくん

杉並協のイメージキャラクター



開所時間：火～土曜日

8:30~17:00

* 祝日・年末年始はお休みです。



情報紙「ボラン・て」は、次の区内各所にも置いてありますのでご利用ください。区役所・区民集会所・区民事務所・地域区民センター・一部のゆうゆう館・図書館・駅スタンド (区内 JR、地下鉄丸の内線など)・他