



奉仕団だより

第35号 令和8年1月吉日

ご挨拶 委員長 西田順子

あけましておめでとうございます。

昨年も募金活動やタキオンをはじめたくさん
の奉仕活動を無事遂行できましたことは、分団
長はじめ団員の皆様の献身的なご協力の賜物
と、心より感謝申し上げます。

各分団ではそれぞれの地域での活動も行われ
活躍の場が広がる一方、担い手不足の悩みも浮
上していますが、助け合いの精神のもと分団同
士で補い合いながら、無理なく楽しく活動して
参りましょう。

今年度はボッチャを通じて奉仕団活動の紹介
と地域の絆づくりに貢献していこうと、地域で
ボッチャ体験会も開催しています。

今年も「笑顔で楽しい奉仕団活動」ができま
すよう、何卒ご協力の程よろしくお願ひ申し上
げます。



令和7年度敬老福祉の集いにて 写真提供：武蔵野市



昨年度は5年ぶりにバス研修（日本赤十字社他）を実施しました。

武蔵野市赤十字奉仕団の活動

Topix

短期救急法講習会

東日本大震災が起きた3月、短期救急法の講習会が
開催されました。災害時はもちろん、日常で起こるか
もしれない突然のアクシデントに、私たちでも対応可
能な基本を教えていただきました※1。

三角巾を使った止血方法、レジ袋を活用した骨折の応
急処置、そして今回は一人一つずつ「あっぱくん※2」
を使って、心肺蘇生の一次救命を学びました。

「あっぱくん」は両手を重ねて押す大きさですが、
実際に人の心臓を圧迫しているような体験ができ
ました。参加していくつも思うのは、経験してみることの
大切さです。一人でも多くの方に知ってもらいたいと
感じました。



※1 講師：日本赤十字社東京都支部 救急法指導員

※2 AEDパッドの貼り付け方法、胸骨圧迫といった全ての流れを体験でき
るトレーニングキット

世界赤十字デー記念街頭キャンペーン



寄附金額 3,543,067 円（令和7年12月現在）

5月は「赤十字運動月間」です。赤十字の創設者、アンリー・デュナン（1901年、第一回ノーベル平和賞受賞）生誕の日、5月8日(木)に日本赤十字社東京都支部武蔵野市地区長（武蔵野市長）と共に、奉仕団員40名が吉祥寺・三鷹・武蔵境の3駅にてPR活動を行いました。

このキャンペーンは5月の募金活動につながっていました。令和7年度は、募金用封筒に郵便局の振込用紙が加えられ、ご自身でお振込みいただきやすくなりました。

国内外の赤十字人道活動は、たくさんの皆様の募金により成り立ち、ボランティアの方々の力に支えられています。

はらっぱ水防・防災フェスタ

5月10日(土)武蔵野中央公園にて開催され、奉仕団は自衛隊と協力して炊き出し訓練を行いました。自衛隊の大きな車の中で作られた良い香りのカレーが次々と運ばれ、奉仕団の作ったアルファ米※1のご飯に盛り付けて参加者の皆さんに配付しました。

当日はあいにくの雨模様のお天気でしたが、小さな子どもや高齢者の皆さんもとても嬉しそうに笑顔で受け取っていかされました。

「美味しかった！」という声にこちらも嬉しい気持ちになりました。

※1 アルファ米：炊き立てご飯を急速乾燥したもの。

当日は、武蔵野市給食・食育振興財団が桜堤調理場で炊いたお米もいっしょに配膳されました。



水・食糧とともに、
トイレの備えは
十分ですか？

防災課のブース
で、トイレの備蓄
に関するご案内も
行いました。



いっしょにボランティア活動をしてくださる方、ご連絡ください！

【お問い合わせ】武蔵野市 健康福祉部地域支援課 Tel: 0422-60-1941

募集中



日本赤十字社公式マスコット・キャラクター ハートラちゃん

敬老福祉の集い

10月7日(火)、8日(水)の両日、午前・午後の4回に分けて市民文化会館にて開催されました。延べ1791人の来場者がありました。

今年は、堀内孝雄さんのコンサートで、ソロの代表作である「愛しき日々」や、アリス時代のヒット曲「チャンピオン」、「君のひとみは10000ボルト」を熱唱されました。

歌の間のトークも、堀内さんのお人柄がにじみ出た、心温まるものでした。

お帰りの際には、ご参加の皆さんから「本当に楽しい時間でした」「参加してよかったです」というお声をたくさんいただきました。



敬老福祉の集いは、主催武蔵野市、後援武蔵野市赤十字奉仕団で行われています。写真提供：武蔵野市

武蔵野市総合防災訓練

10月19日(日)に大野田小学校で実施されました。奉仕団は炊き出し訓練を行い、お湯を入れて20分蒸らしたアルファ米300食をパック詰めし、参加者へ提供しました。

その後は各々会場をまわり、初期消火・応急救護訓練や救助工具(てこバール等)の使用感を体験し、取り扱い方を学びました。また、ポリ袋簡単調理の非常食(コーン缶汁で切干大根をもどして、ツナ・コーン・マヨネーズを和えたもの)を試食。とても美味しく、ローリングストックの消費にも役立つレシピです。

自然災害が頻発する中、改めて防災・減災への備えと「共助」を意識して、発災時にはどのような行動がとれるか考えることが大切であると感じました。



2025大阪・関西万博 「赤十字パビリオン（国際赤十字・赤新月運動館）」訪問記

7月19日快晴、最高気温32度。パビリオンのコンセプトは、「わたしの“できる”は、誰かのためになる」。ZONEは3つ。

- ZONE1は「気づき Notice」 パネルに映し出された世界各国の何気ない日常生活。その大切さをしみじみ思う。
- ZONE2は「考える Think」 ドームシアターに次々と映し出される世界の紛争や災害等の人道危機に赤十字として対峙し、立ち上がる人々の姿が次々と映し出された。赤十字関係者の方々の生の声は心に強く響き、しばらく言葉が出ない。
- ZONE3は「実行する Act」 「今何を自分が思うか」に、私は思わず“Peace on earth”、「平和の大切さを未来に伝えていかなければ」と。



そして、私達奉仕団による日々の活動が、世界の人道支援活動を支える大きな力となっていることを再認識した。

奉仕団秋季バス研修

絶好の秋晴れの中、11月14日(金)、大型バス2台、総勢62名で実施されました。

今回は、有明の東京臨海広域防災公園(そなエリア東京)を視察しました。ここは、国営の防災体験学習施設で、被災した街を疑似体験しながら、どう生き延びるかを学べる場所です。

東京直下72時間ツアーということで、災害後の身の守り方や避難方法など、タブレットを用いたクイズ形式で楽しく学ぶことができました。他にも、避難する際にあったらいいものや日ごろの備えなど、自分の身を守るためにたくさんの知恵がパネル展示されていて、とても勉強になりました。

また、有明に向かう前には、豊洲市場の散策、築地での昼食と散策など、東京在住でもなかなか行く機会のない臨海地域の賑わいも堪能することができました。

団員同士の和やかな交流の場にもなり、盛会裡に終えたバス研修でした。



＜その他の活動＞

- ☆5日間/年 市役所庁内献血での呼びかけに協力
- ☆6/28 社会を明るくする運動駅頭PRに協力(市内2駅)
- ☆7/11 親睦ボッチャ大会(総合体育館)
- ☆7/20 市民社協・七夕のつどいに協力(公会堂)
- ☆10/3 赤い羽根共同募金街頭募金協力(市内3駅)
(10~11月 ちらし配付)
- ☆10/18 あつたかまつりに協力(エコ r eゾート)
- ☆11/13 武藏野赤十字保育園ハイゼックス指導
- ☆11/15 むさしの食育フェスタに参加(保健センター)
- ☆12/1,3,5 歳末たすけあい・地域福祉活動募金街頭募金協力
(市内3駅) 他

奉仕活動で、「献血ルーム吉祥寺タキオン」のご案内を通年週3回行っています(夏季・冬季休みあり)。この献血ルームについては、別冊で詳しく紹介しています！！



＜令和7年度 奉仕活動＞

奉仕先	内 容
献血ルーム吉祥寺 タキオン	原則週3回、 午前・午後
赤十字子供の家	ぞうきん、台布巾の 製作