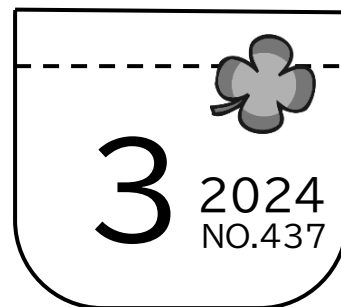




ぽけっと

Pocket



練馬区ボランティア・市民活動情報誌

▶今月の特集「今、自分たちにできること」

令和6年能登半島地震により被害を受けられた皆様に心よりお見舞い申し上げます。被災地の一日も早い復旧・復興を心よりお祈り申し上げます。

震災から2か月が過ぎ、復旧・復興に向けて様々な支援の動きがあります。今自分たちにできることは何か、被災地のためにできることを考えていただくきっかけにさせていただけたらと思います。



▲3月のイラスト：ボランティアの清水 昌之(しみず まさゆき)さんが描いてくださいました

CONTENTS◆目次

【特集】今、自分たちにできること	P2-3
ボランティア情報	P2
市民活動情報	P3
掲示板	P3
社協情報あらかると	P4

練馬区社会福祉協議会
練馬ボランティア・地域福祉推進センター

〒176-0012 練馬区豊玉北 5-14-6 新練馬ビル 5階
TEL 03(3994)0208 FAX 03(3994)1224

ホームページ <https://www.neri-shakyo.com>
ブログ「ぽけっとのうらがわ」

<https://blog.canpan.info/neriura/>

WEB (PDF版) で検索

テープ録音版は光が丘図書館にあります。
TEL 03(5383)6500

今、自分たちにできること

練馬でボランティア

被災地に行ってボランティアをするだけでなく、募金をすることも復興支援には大切なボランティアです。

<義援金>

被災された方全員に公平に分配され、直接届くお金

<支援金>

被災地で支援を行う NPO などの活動資金として使われるお金

義援金と支援金、どちらも被災地の復旧・復興には大切なお金です。募金する際はぜひお金の使い道を知って募金してください。練馬区社協の各窓口では義援金の募金箱を設置しております。ご協力よろしくお願ひいたします。

練馬駅前街頭募金を行いました

練馬区社協では1月12日(金)、23日(火)の2日間、練馬駅前街頭で義援金の街頭募金を行いました。2日間で合計 163,011 円の募金が集まりました。

ご協力いただきありがとうございました。



令和6年の元旦に起きた能登半島地震では、石川県内とその周辺の地域で大変多くの被害が出ました。テレビなどのニュースで現地の様子が報道されているように、今もなお多くの人が避難所や親戚の家に身を寄せたり、車中泊を続けるなど、長期に及ぶ厳しい避難生活を余儀なくされています。今月号のぼけっとでは、決して他人ごとではない災害への備えと、能登半島地震被災者への想いを寄せて、「被災された方のために自分ができることは何か？」を考えるきっかけにさせていただけたらと思います。

被災地でボランティア

能登半島地震の各被災地に災害ボランティアセンターが立ち上がり、ボランティアの受け入れが始まっています。

被災地へボランティアに行くことを検討されている方向けに、簡単に流れを説明します。ご参考にしてみてください。詳しくは、センター、各コーナーの窓口にお問い合わせください。

ステップ1

インターネット等で現地の災害ボランティアの受け入れ状況を確認する。(現地へ電話での問合せはやめましょう) 事前登録制の場合が多いため、活動可能日を確認し申し込む。活動内容や必要な装備など確認する。

ステップ2

ボランティア保険(天災プラン)に加入する。

ステップ3

災害ボランティア活動に参加する。



活動先では...

被災者の気持ちに寄り添い、自分で勝手な判断をすることはやめましょう。チームで活動を行い、判断に迷った時には必ず他の仲間や近くのスタッフなどに相談しましょう。また、自身のけがや健康管理には十分に気を付けて活動を行ってください。

旅行で被災地を応援



今回の地震で、北陸地方の被害の少なかったエリアに旅行へ行ったり、アンテナショップで買い物をするのも私たちにできる復興支援の一つです。被災地を応援する方法は色々あります。ぜひ現地の情報を調べた上で「自分にできること」を無理せず行いましょう♪



災害ボランティアセンターは、災害が起きた際に、被災による困りごとの受付、ボランティアの受入や災害に関する情報収集や情報発信を行う役割として開設されます。練馬区では、震度6弱以上の地震や練馬区が必要と判断した際に、練馬文化センターに立ち上がります。

～ボラセンより～

今回紹介した方法で被災地を応援することも私たちができることの1つですが、改めて自分の身の回りを見つめ直してみましよう。

- ・寝る場所の近くには倒れてくるものを置かない
- ・3日分の水や食料などの備蓄をする
- ・練馬区ハザードマップなどで、住んでいる地域や避難所を調べる

「備えること」が大きな災害を生まない第一歩です。練馬ボラセンでも、例年災害に関するシンポジウムや、講座などを開催しています。詳しくは、ぼけっとやチラシにてお知らせいたします。



【問合せ】練馬ボランティア・地域福祉推進センター及び各コーナー(連絡先はP4相談窓口参照)

使用済み切手収集のご報告

使用済み切手の収集にご協力いただき、ありがとうございます。寄付された切手は、ボランティアグループの皆さんに整理していただいた後、業者で換金しています。その収益をご報告させていただきます。

使用済み切手

16 kg → 11,200 円
(令和5年12月換金分)

【受付・問合せ】

練馬ボランティア・地域福祉推進センター
及び各コーナー(下記の相談窓口案内参照)

切手アートギャラリー開催しました

ぼけっと1月号でお知らせいたしました「切手アートギャラリー」は、開催期間中多くの方にご来場いただきました。ご来場くださったみなさま、ありがとうございました。



ボランティア情報

練馬 継続 折り紙の先生募集

街かどケアカフェさくらで行っている折り紙の会です。地域の高齢者と一緒に楽しみながら折り紙を教えていただける方を募集しています。

- ◆日 程 毎月第2金曜日 10:30~11:30
毎月第3火曜日 ①13:00~14:30
②15:00~16:00
- ◆場 所 街かどケアカフェさくら
(桜台地域集会所内)
- ◆条 件 謝礼・交通費なし
- ◆問合せ TEL 03(5946)2311
桜台地域包括支援センター

大泉 継続 簡単なプログラムのお手伝い

一般型35名、認知症型12名の高齢者通所介護施設です。短期、学生、シニア、初めてのボランティアの方も大歓迎です。月1回からでもOKです。

- ◆内 容 ①お茶出し
②書道・手芸・絵手紙・お話し相手など
- ◆日 程 ①火・木・金・土曜日 9:00~11:00
②月~土曜日 13:00~15:00(応相談)
- ◆場 所 大泉学園デイサービスセンター
(大泉学園町2-20-21)
- ◆問合せ TEL 03(5933)0742 伊藤・深沢

関町 継続 高齢者施設での軽作業 **NEW**

特別養護老人ホームで、シーツ交換や車椅子清掃等の軽作業をお手伝いいただける方を募集しています。

- ◆日 程 月~土曜日 9時~16時の間で可能な時間
※短時間・不定期でもOK
- ◆場 所 特別養護老人ホーム 第二光陽苑
(関町北5-7-22)
- ◆問合せ(平日) TEL 03(5991)9917 秋元・森田

市民活動情報

えるでい(学習障害について考える会)

読み書きの困難等、学習障害について気軽に情報交換ができる場です。初めてご参加の方は、事前にご連絡ください。

- ◆日 程 原則として第3火曜日
10:00~12:00
- ◆場 所 練馬ボランティア・地域福祉推進センター
会議室(P4参照)
- ◆問合せ TEL 03(3994)0208
練馬ボランティア・地域福祉推進センター

令和6年度ボランティア保険 加入手続きを開始します！

ボランティア保険は年度ごとに掛ける保険です。令和5年度にご加入いただいたボランティア保険は3月31日(日)で保険期間が満了となります。

令和6年4月1日(月)以降のボランティア活動に適用される新年度の保険加入は、3月上旬からの受付となります。詳しくは下記までお問合せください。

【問合せ】

練馬ボランティア・地域福祉推進センター及び各コーナー(P4の相談窓口案内参照)

(高齢者支え合いサポーター等地域活動紹介と相談会) ボランティア入門講座

「社会や地域のために何かしたい」「新しいことを始めたい」「仲間を作りたい」という方におすすめの講座です。地域活動をきっかけに毎日をちょっと楽しくすごしませんか。

日 時：3月15日(金) 13:30~15:00
場 所：ボランティアセンター会議室
(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階)
内 容：ボランティアについて
活動紹介と相談会
定 員：15名(先着順)
参加費：無料
締切り：3月11日(月)

【申込み・問合せ】

TEL 03(3994)0208/FAX 03(3994)1224
練馬区社会福祉協議会
練馬ボランティア・地域福祉推進センター



ボランティア・市民活動・NPOに関する 相談窓口案内 ~最寄のセンター・コーナーへ お気軽にどうぞ~

<p>練馬ボランティア・地域福祉推進センター</p> <p>9:00~17:00 土日祝休み 〒176-0012 豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階 TEL:03-3994-0208 FAX:03-3994-1224</p>	<p>大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー</p> <p>9:00~17:00 月日祝休み 〒178-0063 東大泉2-8-7 TEL:03-3922-2422 FAX:03-3922-2412</p>
<p>光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー</p> <p>9:00~17:00 土日祝休み 〒179-0072 光が丘2-9-6 光が丘 区民センター6階 TEL:03-5997-7721 FAX:03-5997-7721</p>	<p>関町ボランティア・地域福祉推進コーナー</p> <p>9:00~17:00 水日祝休み 〒177-0051 関町北1-7-14 関町 リサイクルセンター1階 TEL:03-3929-1467 FAX:03-3929-1497</p>

毎月第一金曜日午後は職員研修
(日時は変更になることがあります)

- ▶ご意見・ご感想はお気軽に上記窓口までお寄せください。
- ▶ボランティア募集、市民活動情報の掲載をご希望の方は上記窓口までお問い合わせください。特にイベント、講座等の告知の場合はお早めにご相談ください。
- ▶「ぼけっと」はユニバーサルフォントなど見やすい字体を中心に使用し、編集しています。

- ボランティア・市民活動情報誌「ぼけっと」広告募集！！**
- ボランティア活動を支援する事業にご賛同いただける企業、NPO、施設等の広告を募集します。
- ◆条 件 ①1 枠 (9cm×5cm 1号掲載) 5,000円
②版下持込
③「ぼけっと」発行1回につき1枠まで
④連続掲載可 ※この枠内が1枠分です
 - ◆問合せ TEL 03(3994)0208
練馬区社会福祉協議会
練馬ボランティア・地域福祉推進センター