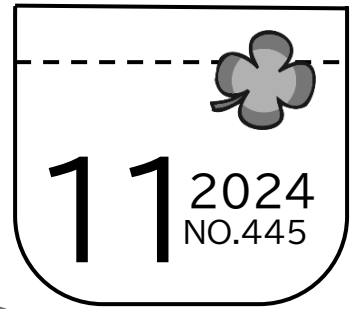




# ぽけっと

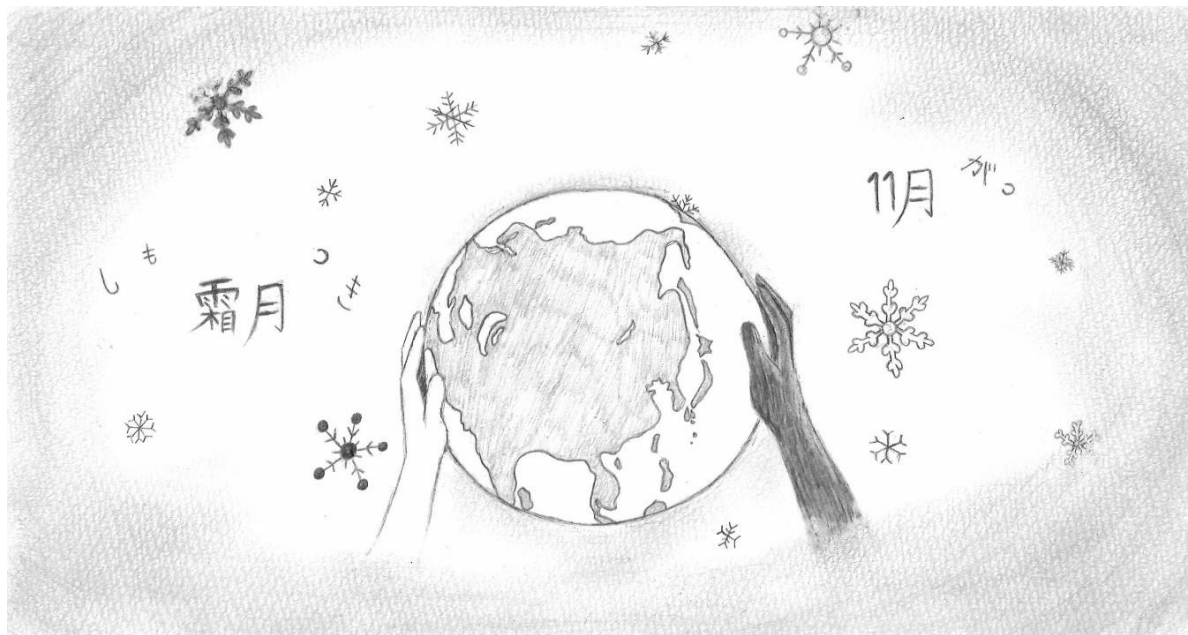
ocket



## 練馬区ボランティア・市民活動情報誌

### ▶今月の特集 使ってみよう「やさしい日本語」

芸術の秋、スポーツの秋、食欲の秋……あなたの秋はどんな秋ですか？今月は日本に住む外国人の皆さんとの会話や、そうした方への発信時に役立つ「やさしい日本語」の特集です。やさしい日本語のコツを知って、外国人の方が困っているときに、さりげないお手伝いをしてみませんか。



▲ 11月のイラスト：ボランティアの ril さん(フランス出身)が描いてくださいました。

紙面をリニューアルしました！

#### CONTENTS◆目次

【特集】使ってみよう「やさしい日本語」	P2
ボランティア情報	P3
市民活動情報	P3
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

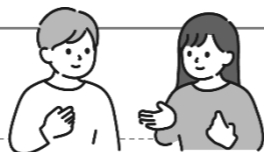
ホームページ <https://www.neri-shakyo.com>  
ブログ「ぽけっとのうらがわ」

<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

# 使ってみよう「やさしい日本語」



海外からの観光客が増えているというニュースをよく聞くようになりました。そして、地域に暮らす外国人もたくさん見かけるようになってきましたね。ただ、何かに困っている様子があっても、言葉の壁があるからと声をかけるのをためらってしまうことがあります。でも、ちょっとしたコツさえつかめば、日本語が通じるのです。そんなときに使える「やさしい日本語」についてご紹介します。

## 練馬に住む外国人

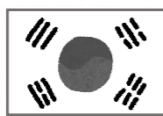
30年後には10人に1人が外国人と予測されています。

練馬における外国人人口は約25,000人、人口の約3.4%(令和6年9月現在)ですが、30年後には10%が外国人になると言われています。そして外国人の皆さんの主な出身国は、アジア諸国です。様々な国から日本に来ていますので、母国語もまちまちです。ただ多くの方は、日本で仕事や勉強をしていますので、流暢でなかったとしても日本語を話せる人が多いのです。そこで役立つのが「やさしい日本語」です。

練馬区における外国人の出身国別割合



中国 41%



韓国 18%



ベトナム 6%



フィリピン 5%



ネパール 5%



台湾 4%

出入国在留管理庁 在留外国人統計 2023年12月より

全部で125か国!

## 「やさしい日本語」とは

「日本語が不慣れな人のために言葉や表現を簡単にした日本語」のことです。

やさしい日本語誕生のきっかけは、1995年の阪神・淡路大震災です。緊急速報や避難指示を理解できなかった外国人の被災者が多かったことがきっかけで、やさしい日本語の取組みが始まりました。

「やさしい」には「易しい」だけでなく、「優しい」という意味も込められています。

## やさしい日本語入門

やさしい日本語のポイントは「3つのS」です。

Short(ショート)  
みじかく

- ・一文を短くし、「、」を「。」にする意識を持つ  
【例】明日は遠足ですが、雨だと延期です。 → 明日は遠足です。雨だと延期です。

Simple(シンプル)  
かんたんに

- ・敬語は丁寧語に 【例】おっしゃいました → 言いました
- ・漢語は和語に(熟語を避ける) 【例】面談しましょう → 会って話しましょう
- ・オノマトペは使わない 【例】頭がズキズキします → 頭が痛いです
- ・カタカナ語は避けるか補足する 【例】ランニングします → 走ります

Straight(ストレート)  
はっきりと

- ・文の省略を避ける 【例】ここでの電話はちょっと… → ここでの電話はできません
- ・婉曲表現を避け、はっきり伝える 【例】ご遠慮ください → やめてください

## 学びを深めるために

インターネット上で学びを深めることができます

【やさしにちチェッカー】入力した文章が、どのくらいやさしい日本語か診断してくれるオンラインツールです。目指せSランク!



【やさしい日本語ポイント動画】様々な場面のショートドラマを見ながら、やさしい日本語が学べます。(東京都つながり創生財団)



スーパーでバナナを2本だけ自分で切り離して買おうとしたら、ダメ!と言われたことがありました。文化の違いで間違えてしまうこともあります。そんなときは、やさしい日本語で教えてください。 練馬区在住Cさん(アメリカ出身)



やさしい日本語は、話す場面だけでなく、書く場面でも活用できます。町会や地域の団体などで作るチラシやポスターなど、外国人にも参加して欲しい!と思ったときは、是非やさしい日本語で案内を作ってみてください。

【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(連絡先はP4相談窓口参照)

## ボランティア情報

掲載以外の情報は最寄りの窓口(P4参照)へお気軽に!  
問合せ窓口 練:練馬 光:光が丘 大:大泉 関:関町  
単:単発ボランティア

### NEW お祭りのお手伝い

単 練

知的障害者の方の通所施設で、当日一緒にお祭りを盛り上げ楽しんで下さるボランティアを募集します。

- ◆日程 11月16日(土) 9:00~16:00
- ◆場所 貫井福祉園・福祉工房(貫井2-16-12)
- ◆内容 イベント・模擬店等の補助、利用者さんの買い物、移動時等の援助
- ◆条件 謝礼有り(当日の昼食代、交通費程度)
- ◆問合せ TEL 03(5987)0400  
貫井福祉園ボランティア担当 塩川・佐藤

### NEW レクなどのお手伝い

大

デイサービスと有料老人ホームで、余暇活動を一緒に楽しんで下さる方を募集します。初心者大歓迎!

- ◆日程 月~土曜日 13:30~16:00(デイサービス)  
土・日曜日 13:30~16:00(老人ホーム)  
※曜日・時間、交通費応相談
- ◆場所 西おおいずみ翔裕館(西大泉1-23-7)
- ◆内容 おやつレクや制作等を一緒に楽しむ
- ◆問合せ TEL 03(3921)4165  
西おおいずみ翔裕館 担当:芝崎

## 市民活動情報

様々な機関・団体による講座やイベントの情報です。各詳細は、問合せ先までお問合せください。

### 公益信託加藤一枝記念福祉奨励基金

活動年数が2年以上、活動人数5人以上の障がい者および高齢者等に対する民間非営利(法人格の有無は不問)の福祉活動団体を対象に助成します。

- ◆助成金額 1団体原則5万円以内、4団体程度
- ◆申込み期間 12月16日(月)~令和7年1月31日(金)
- ◆助成期間 令和7年4月~令和8年3月
- ◆申請書請求・送付先・問合せ 〒164-0001 東京都中野区中野3-36-16  
TEL 0120(622)372  
FAX 03(5328)0586  
Eメール koueki\_post@tr.mufg.jp  
(タイトルに基金名を記入のこと)  
三菱UFJ信託銀行 リテール受託業務部 公益信託課

## 「知ってみよう!体験してみよう!」 最新IT技術と視覚障害者の生活」

視覚障害のある方から生活や読書についてのお話を伺い、私たちにできるサポートを考えます。最新の音声読み上げ機など、生活を支援する機器・用具の展示会もあります。

- ◆日程 講演会 11月23日(土) 14:00~15:00  
展示会 11月22日(金) 13:00~18:00  
23日(土) 10:00~18:00
- ◆会場 練馬区立貫井図書館(貫井1-36-16)
- ◆講師 (株)アメディア代表 望月優氏
- ◆対象 どなたでも
- ◆定員 30名(申込み順)
- ◆申込み・問合せ TEL 03(3577)1831 練馬区立貫井図書館

## 里親さんの話を聞く会・里親制度説明会

子どもたちのために、まずは知ることから始めてみませんか?

- ◆日程 11月30日(土)・1月9日(木) 13:00~14:30  
12月7日(土)・2月1日(土) 10:00~11:30  
3月1日(土) 14:00~15:30
- ◆会場 区内地域子ども家庭支援センター(詳細はお問い合わせください)
- ◆参加費 無料 ◆対象 どなたでも
- ◆申込み・問合せ TEL 03(5935)4011  
Eメール fosumusashi@gmail.com  
練馬児童相談所フォスタリング機関 さとねり 堂山

## 2024 障害者フェスティバル

障害者週間にちなみ、障害の有無にかかわらず、すべての人が交流できるイベントを開催します。

- ◆日程 12月7日(土)10:00~15:00
- ◆会場 光が丘区民センター2階・3階 光が丘ふれあいの径
- ◆内容 模擬店・作品展示・ふれあいコンサート等
- ◆入場料 無料
- ◆問合せ TEL 03(5984)4598/FAX 03(5984)1215  
練馬区福祉部 障害者施策推進課 管理係



◆関町ボランティア・地域福祉推進コーナーは、関町リサイクルセンターの空調設備の改修工事のため、12月上旬の数日間休館の予定です。正式な休館日や詳しい情報は、練馬区社会福祉協議会ホームページや11月11日発行のねりま区報等でご確認願います。

収集活動にご協力ください！

練馬ボランティア・地域福祉推進センターへ  
ご寄付をいただきました

◆ご寄付をくださった方◆  
【令和6年6月1日～9月30日】



匿名 4件

計 13,000円 ありがとうございます！

いただきましたご寄付は、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の運営、研修会の開催、広報誌の発行など、市民活動の支援のために使わせていただきます。

※練馬ボランティア・地域福祉推進センターへの寄付は、税法上の寄付金控除の対象になります。

練馬ボランティア・地域福祉推進センター、各コーナーでは、以下の物品を集めています。

●使用済み切手

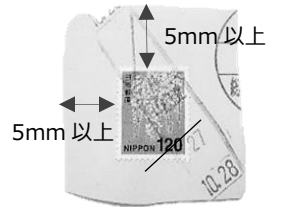
封筒からはがさずに周囲を5mm以上残して切ったものをお持ちください。

●書き損じはがき

●未使用の切手・はがき

●ベルマーク

●インクカートリッジ



皆様からお寄せいただいた物品は、地域福祉活動への支援に活用させていただきます。

ご協力をお願いいたします。

【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)

大泉ボランティア・地域福祉推進コーナーからのお知らせ  
下記の通り通常休館日が祝日にあたるため、臨時休館とさせていただきます。  
11月4日(月)通常休館 11月5日(火)臨時休館



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 お気軽どうぞ～	
<p>西武池袋線 練馬駅 南口</p> <p>都営大江戸線 銀行 消防署</p> <p>千川通り コンビニ 警察署</p> <p>豊玉すこやかセンター 新練馬ビル5階 駅より徒歩4分</p> <p>目白通り 練馬区役所 コンビニ 信用金庫</p> <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>大泉学園駅 入口第二</p> <p>大泉街道 大泉妙延寺前 酒屋</p> <p>大泉学園北 コンビニ 幼稚園</p> <p>北口 商業施設</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>光が丘公園</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>武蔵関駅 南口</p> <p>本立寺橋 関町北二丁目</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のためお休みです。  
(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。
- ▶「ぽけっと」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「ぽけっと」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「ぽけっと」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