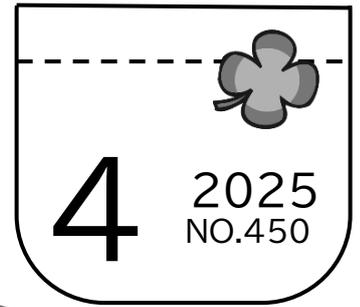




練馬区社協キャラクター



# 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 「ボラセン活用ガイド Part 2」

春らしく穏やかな気候に心が和む季節となりました。卒業や入学、就職などで新生活を始められた方も多いのではないのでしょうか。

今回は、昨年4月に特集をした「ボラセン活用ガイド」の続きをお届けします！



▲ 4月のイラスト：ボランティアのHKさんが描いてくださいました。

### CONTENTS◆目次

【特集】「ボラセン活用ガイド Part 2」	P2
ボランティア情報	P3
市民活動情報	P3
社協情報あらかると	P4

テープ録音版は光が丘図書館にあります。  
TEL 03(5383)6500

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

# 「ボラセン活用ガイド Part 2」

練馬ボランティア・地域福祉推進センター(以下、ボラセン)では、ボランティア相談だけでなく、さまざまな相談を受けています。今回の特集では、昨年4月の「ボラセン活用ガイド」では載せきれなかったものをご紹介します、みなさんによりボラセンのことを知ってもらえればと思います。

昨年の Part1 では、①ボランティア活動の相談 ②団体の運営相談 ③不安や悩みごとの相談についてご紹介しましたが、改めて簡単にご紹介させていただきます。



2024年4月号

- ①ボランティア活動の相談**  
「ボランティアしたい」「ボランティアほしい」といった個人・団体・施設などをおつなぎします。
- ②団体の運営相談**  
団体の設立・企画・運営に関する相談をお受けしています。また、団体の活動応援のため、会議室や機材の貸出をしています。
- ③不安や悩みごとの相談**  
ひきこもり状態や社会とのつながりがなく不安を抱えている方、どこに相談したらよいかわからない悩みごとなどの相談を伺い、関係機関と連携しながら一緒に考えます。

## 車いすの貸出

介護保険や公的サービス等の対象にならないが、車いすの利用が必要な方へ一時的に貸出を行っています。貸出を行っているのは練馬・光が丘(連絡先は P4 相談窓口参照)になります。詳細はホームページをご確認ください。

<https://www.neri-shakyo.com/service/chair>



Aさん 10代

体調を崩し家の中でも歩くことが困難になったときに車いすを借りました。その時期は学校にも通うことができなかったのですが、学校以外の相談機関や居場所を紹介してもらい、焦る気持ちが落ち着きました。

## 孤立化防止事業(被災者支援)

東日本大震災、能登半島地震・豪雨災害により練馬区内に避難された方々の生活を応援しています。個別の支援だけでなく、関係機関とのネットワークの構築や被災地の応援の一つとして大塚相馬焼の販売応援も行っています。

避難者の方はもちろん、生活上の困りごとを抱えている避難者の方が周りにいらっしゃいましたら、ボラセンにご相談ください。



Bさん 70代

震災後に姉が私の住む練馬に引っ越してきました。徐々に認知症が進行する姉を、一人で支えなければと気負っていましたが、ボラセンと一緒に考えてくれて、デイサービスにつながりました。本人が元気になってきていて安心しています。

## 講師紹介

学校等の授業にて、ボラセンと関わりのある方を講師として紹介し、障害や高齢者に対する理解を深める機会を作る協力を行っています。たとえば・・・

小学校4年生の総合的な学習の時間で障害やバリアフリーについて学んでいる。当事者から生の声を聞きたい。

**ボラセンがお繋ぎします!**

日々の生活の中でのバリアについて感じていることを発信したい。また、障害について色々な人に知ってほしい。



～後日講師を紹介した小学校からはこんな感想をいただきました～

- 先生から・・・「授業では読み物からの学びが中心となる中で、直接話を聞いて子どもたちの視野が広がった」
- 生徒から・・・「障害のある人の思いを学べる機会になった」「福祉の仕事に興味を持った」

ボラセンは、一つひとつの相談を受けながら、それらをつなぎ、ひろげ、安心して住み続けられる地域を住民のみなさんと一緒につくっています。私たちのリーフレットも新しくできる予定です。4月に各窓口で手にしてみてください!

また、ボラセン職員がボランティアや地域資源について話す「講師派遣」も行っています。詳細はお問合せください。

【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 (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  
継:継続ボランティア 単:単発ボランティア

### 中学生への学習支援

継 大

すでに活動している仲間と一緒に、社会貢献をしませんか? 未経験の方、週1回の参加でも可(研修あり)。

- ◆日程 月・火・木・金曜日 18:00~21:00
- ◆場所 練馬区内 ※実施日により会場が異なります。詳しくはお問合せください。
- ◆内容 中学生への学習支援(英語・数学の基礎)
- ◆対象 大学生、大学院生、専門学校生、社会人
- ◆条件 一部謝礼あり
- ◆問合せ TEL 03(3944)8003 070(3171)5282  
Eメール staff@npo-boon.org  
NPO 法人 BOON(ブーン)木寅(きとら)

### NEW 活動のお手伝いなど

継 光

特技を活かしたボランティア活動を試してみませんか。演奏や歌、ダンスなどの利用者が楽しめるプログラムなどを披露して下さる方、大歓迎です。

- ◆日程 月~土曜日・祝日
- ◆場所 練馬高松園デイサービスセンター(高松 2-9-3)
- ◆問合せ TEL 03(3926)3026 山崎(やまざき)

### NEW 書道ボランティアをしませんか

継 練

練馬エリア(郵便番号が176から始まる住所)で、書道を教えたり、一緒に楽しんだりするボランティアをしませんか? 詳細は、練馬ボランティア・地域福祉推進センターにお問い合わせください。

- ◆条件 書道講師の経験は問いません。書道自体の経験があり、一緒に楽しんでもくれる方。原則として謝礼はありません。
- ◆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

### 大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー 移転のお知らせ

大泉ボランティア・地域福祉推進コーナーは、3月25日に移転しました。住所等はP4の相談窓口をご参照ください。

## 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。

### 古シーツ・シャツを寄付してください

木綿の布を使い捨ての雑巾にして病院や施設に寄付しています。洗濯した古いシーツや木綿のシャツなどをご提供ください。

- ◆活動団体 ボランティアグループ 和みの会
- ◆収集場所 関町ボランティア地域福祉推進コーナー(関町北 1-7-14 関町リサイクルセンター1階)
- ◆問合せ 関町ボランティア地域福祉推進コーナー TEL 03(3929)1467

### 第40回 音の輪ポピュラーコンサート

騒いじゃっても大丈夫! 音楽って楽しいよ! 障害のあるかたもないかたも一緒に音楽をたのしみましょう。

- ◆日程 5月17日(土) 10:30~11:30 (10:10開場)
- ◆会場 大泉学園ゆめりあホール(東大泉 1-29-1)
- ◆出演者 高田康子(ボーカル)他
- ◆入場料 1000円(全席自由)
- ◆主催 子どものための音楽療法サークル「音の輪」
- ◆申込み 氏名、連絡先、枚数を明記の上 FAX 03(6760)0896 または Eメール otonowalanlan@yahoo.co.jp
- ◆問合せ TEL 03(3904)7321 大矢



### 『ぼけっと』450号 ありがとう!

1987年(昭和62年)に誕生した『ぼけっと』は、今月で450号を迎えることができました。

これまで『ぼけっと』の編集や取材、発行に関わってくださった方々、いつも発送作業をお手伝いしてくださっているボランティアの皆さま、そして読者の皆さま、ありがとうございます。

これからも『ぼけっと』をよろしく願います!



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、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

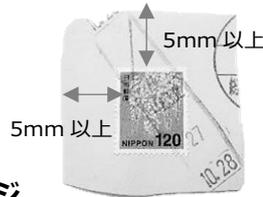
封筒からはがさずに周囲を 5mm以上残して切ったものをお持ちください。

●書き損じはがき

●未使用の切手・はがき

●ベルマーク

●使用済み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。

ゴールデンウィーク中は、下記の通り閉所となります。ボランティア・行事保険の申請をされる方はご注意ください。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

練馬ボランティア・地域福祉推進センター 光が丘ボランティア・地域福祉推進コーナー
4月29日(火)・ 5月3日(土)～6日(火)
大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー
4月27日(日)～29日(火) 5月3日(土)～6日(火)
関町ボランティア・地域福祉推進コーナー
4月29(火)～30日(水) 5月3日(土)～7日(水)

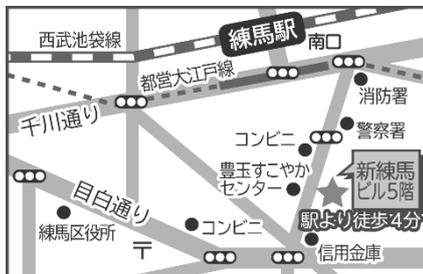
区内4つの窓口でお待ちしています！

相談窓口案内

～お近くのセンター・コーナーへ  
ご相談ください～

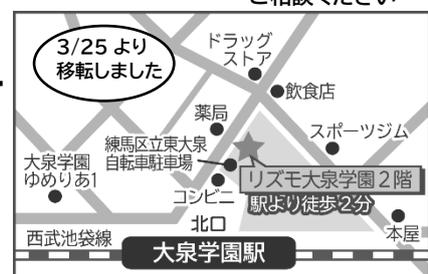
練馬ボランティア・  
地域福祉推進センター

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



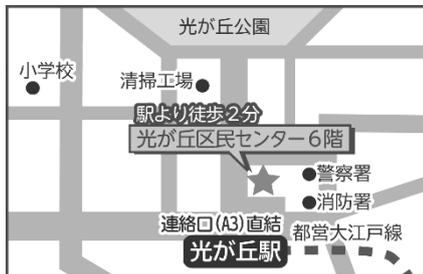
大泉ボランティア・  
地域福祉推進コーナー

9:00～17:00  
月日祝休み  
〒178-0063  
東大泉1-28-1  
リズモ大泉学園2階  
TEL:03-3922-2422  
FAX:03-3922-2412



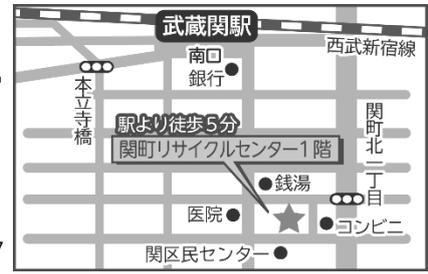
光が丘ボランティア・  
地域福祉推進コーナー

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



関町ボランティア・  
地域福祉推進コーナー

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



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。

▶「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