



# 練馬区ボランティア・市民活動情報

# ほけっと

2020(令和2)年  
11月  
NO.398

発行 練馬区社会福祉協議会 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: <http://www.neri-shakyo.com>

ブログ「ほけっとのうらがわ」: <https://blog.canpan.info/neriura/>

WEB (PDF版): [練馬 ほけっと](#) 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

朝晩は冷え込むようになり、公園の木々や街路樹も秋色に染まってきましたね。秋の街を散策中に、「困っていきそうな人」を見かけることもあると思います。今月号では、そんなときにできる、ちょっとしたボランティアについて2・3ページでご紹介しています。

## ～掲示板～

### ボランティア担当者基礎研修 ～with コロナに向けて学び考える～

ボランティア担当者が知っておきたい知識と心構えを学び、ボランティアとのより良い関わりについて考えてみませんか。今回は、新型コロナウイルス感染症による状況の変化に合わせたボランティア受け入れ方法もみなさんと一緒に考えていきたいと思います。

日時: 12月1日(火) 14:00～16:00

場所: 区民・産業プラザ ココネリ 研修室2  
(練馬 1-17-1)

※会場またはZoomの選択ができます

対象: 福祉施設、病院、団体等のボランティア担当者

講師: ボランティア・地域福祉推進センター職員

定員: 20名

参加費: 1,000円

感染症対策をしてお待ちしております!

【問合せ・申込み】

TEL 03(3994)0208

FAX 03(3994)1224

練馬区社会福祉協議会

ボランティア・地域福祉推進センター



### 会議室の貸出条件の変更について

ボランティア・地域福祉推進センター・各コーナーの会議室は、6月1日以降一部利用の制限を行い貸出を再開いたしました。この度一部見直しを行い、下記の内容に変更の上貸出を行います。なお、新型コロナウイルス感染拡大状況に応じて変更になる可能性がありますので、適宜ホームページをご確認いただくか下記までお問合せ下さい。

【貸出条件の変更点】(11月2日現在)

- ボランティア・地域福祉推進センター会議室 定員 30名
- 光が丘コーナー 定員 20名  
※平日夜間、土日祝日の貸出を再開
- 大泉コーナー 定員 12名
- 関町コーナー 定員 20名  
※平日夜間、日祝日の貸出を再開

【問合せ】 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 相談窓口案内参照)

## 目次

※全4ページの縮小版となります

● 掲示板 . . . . . 1

● いつでもどこでもボランティア . . . . . 2～3

● 自宅でできるボランティア . . . . . 3

● 社協情報アラカルト . . . . . 4

# いつでもどこでも ボランティア

## まちなかで困っている人がいたら声をかけてみませんか♪

困っている様子の方に気付いて声をかけ、できることがあれば手助けすることもボランティアです！  
一歩踏み出すのは勇気がいるけれど、「力になりたい」気持ちを行動にうつしてみませんか。



電車やバスの中で、  
体の不自由な方や高齢者、  
妊婦の方や乳幼児連れの方、  
具合の悪そうな方がいたら  
席を譲ってみませんか。



道に迷っていきそうな方、  
荷物が重くて大変そうな方、  
具合の悪そうな方など、  
気になる方がいたら  
ひと声かけてみませんか。



立ち止まってキョロキョロしている、  
不安そうにしている、具合が悪そうなど、  
明らかに困っている様子の方がいたら、  
声をかけてみてはいかがでしょうか。

新型コロナウイルス感染予防のため、  
声をかけられたくない方も中にはいらっしゃいます。  
断られることもあるけど、めげないで！

- ・どうかされましたか？
- ・何かお困りですか？
- ・お手伝いできることはありますか？



…などと声をかけてみましょう。

### 視覚障害のある方への声かけ



信号は青かな？  
音がないと  
わからない…

音が出ない信号機の交差点、  
信号機のない横断歩道、  
雑音の多い駅のホームなどは、  
視覚障害のある方にとって  
危険の多い場所です。  
案内してもらえると助かる人  
が多いとのこと。



いきなり腕や杖をつかまれると、とても  
怖いそうです。「何かお手伝いしまし  
ょうか？」と、できるだけ正面から声を  
かけてください。



盲導犬の人、  
とまって！！  
あぶない！！



ただし、命の危険が  
ある場合は、迷わず  
腕をつかんだり、  
呼びかけてください。

※協力：練馬区視覚障害者福祉協会

### 聴覚障害のある方への声かけ



出典：  
政府広報オンライン

状況を説明して  
もらえると助か  
るそうです。



紙に書いたり、スマホのメモ機能を使って  
説明したりすると伝わりやすいそうです。  
駅や車内の電光掲示板に案内の表示がある  
場合は、それを指差して伝えることもでき  
ます。

※協力：練馬区聴覚障害者協会



手助けの必要がなく  
断る人も中にはいると思います。  
でも、どうかめげずに声をかけてください。  
皆さんの声かけを待っています！

## 自宅でできる ボランティア

引き続き  
募集しています！

高齢者・障害者・子ども関係等の施設へ寄付するための  
クリスマス飾りとウエス(使い捨て雑巾)を集めています。  
下記のを 最寄りの ボランティア・地域福祉推進  
センター及び各コーナーへお届けください。

### クリスマス飾り作り



続々と集まってきた  
作品の一部は、プロ  
グ『ぼけっとのうら  
がわ』でご報告して  
います♪



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

素 材：紙 (折り紙、色画用紙、包装紙など)  
大きさ：出来上がりが 10cm 四方程度までのもの  
作り方：折り紙を折ったり、画用紙を切り抜いたり、  
作り方は自由です。

- ※リボンやレースなどを貼っても構いません。
- ※「メリークリスマス」「コロナに負けるな」  
など、メッセージを書いても構いません。
- ※いただいた飾りは返却いたしません。

個 数：いくつでも可 (1つから受け付けます)

受付期間：11月20日(金)

### ウエス作り



まだまだ  
募集中♪

素 材：綿などの布 (タオル、シーツ、シャツなど)  
※ナイロンなど吸水しにくい布は不可です。  
※目立った汚れやシミがなく、洗濯したもの。

大きさ：約 20cm×30cm

- ※雑巾大くらい。フェイスタオルなら 4 等分。
- ※きっちり測らず、大体の大きさを構いません。
- 布が半端に余ったら半分 (約 10cm×15cm)  
の大きさでも構いません。

作り方：ハサミで切るだけ (縫製は不要です)

枚 数：何枚でも可

受付期間：常時受け付けています。

【問合せ】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 相談窓口案内参照)



## 収集活動にご協力ください！

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

使用済み切手は、封筒からはがさずに周囲を切ってお持ちください。右下の見本をご参照ください。

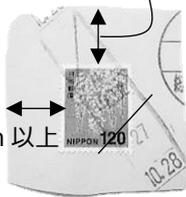
5mm以上

### ●書き損じはがき

### ●未使用の切手・はがき

5mm以上

### ●ベルマーク



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】

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。

通常休館 11月23日(月)      臨時休館 11月24日(火)

### 【問合せ】

TEL 03(3922)2422

大泉ボランティア・地域福祉推進センター

## 「練馬区社会福祉協議会 ボランティア・地域福祉推進センター運営委員会」開催のお知らせ

練馬区社会福祉協議会ボランティア・地域福祉推進センターの運営委員会を下記の通り開催します。詳細は下記までお気軽にお問合せください。

### 【2020年度第3回運営委員会】

◆日時 11月20日(金) 10:00~12:00

◆会場 お問合せください

◆問合せ TEL 03(3994)0208

練馬区社会福祉協議会

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～

**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2-8-7 パレス・フォンテン3 1階  
TEL:03-3922-2422  
FAX:03-3922-2412

**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

**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

**武蔵関ボランティア・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)

## 記事の掲載を希望される方へ

「ぼけっと」への情報掲載をご希望の場合は、最寄りの上記相談窓口までお気軽にお問合せください。原稿の締切りは、掲載希望月の前月中旬になります。事前に訪問や問合せをさせていただきますのでなるべくお早めにご連絡ください。

## ボランティア・市民活動情報「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6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  
ボランティア・地域福祉推進センター