

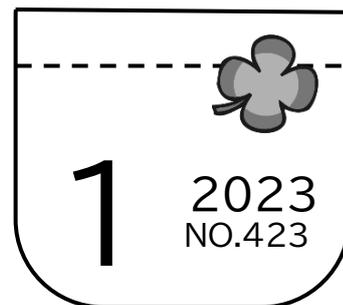


練馬区社協キャラクター



# ぽけっと

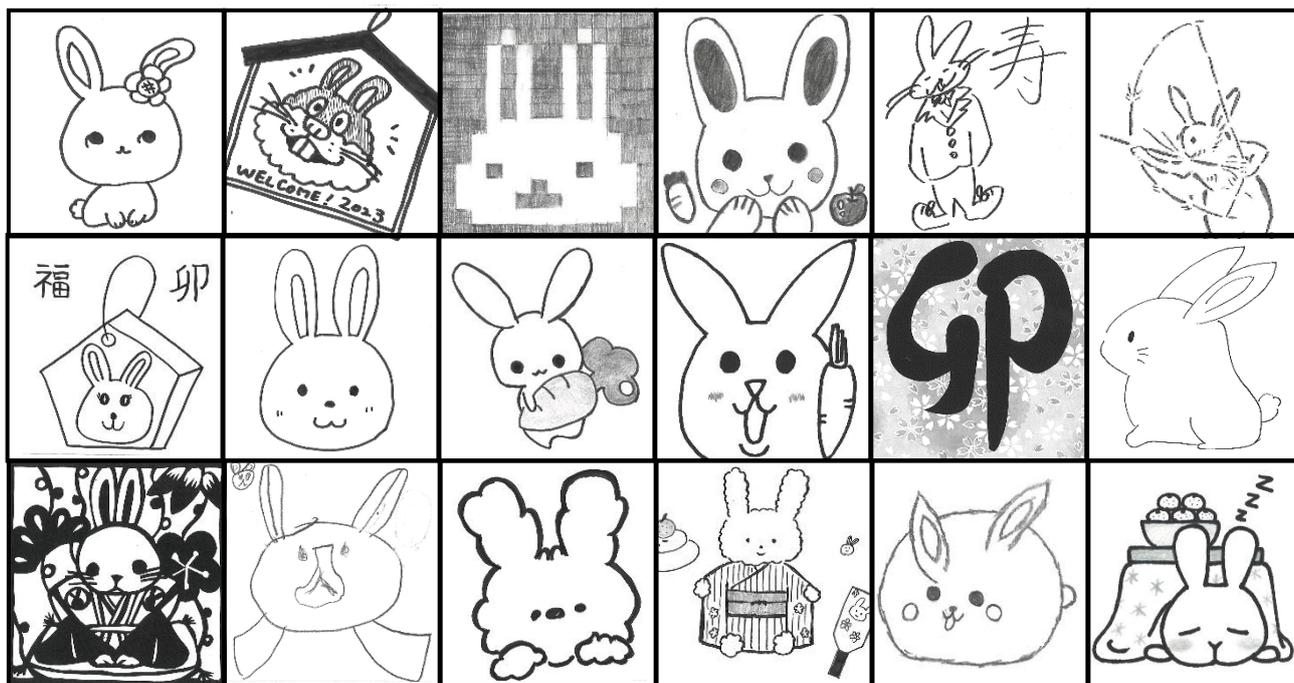
ocket



## 練馬区ボランティア・市民活動情報誌

### ▶今月の特集「あなたもなれる！情報伝達サポーター」

明けましておめでとうございます。『ぽけっと』は今年も様々な情報を発信し、ボランティアや市民活動を応援していきます。今回のテーマでは聴覚障害のある方との多様なコミュニケーション手段を手に入れ、会話や交流が楽しめるようになるヒントをお伝えします。



▲ 1月のイラスト：練馬ボランティア・地域福祉推進センターの職員と関係者で今年の干支（うさぎ）を描きました。

#### CONTENTS◆目次

【特集】あなたもなれる！情報伝達サポーター	P2-3
ボランティア情報	P2
市民活動情報・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

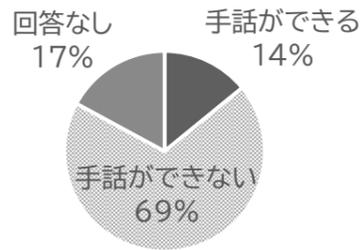
テープ録音版は光が丘図書館にあります。  
TEL 03(5383)6500

# あなたもなれる！ 情報伝達サポーター

## 聴覚障害と手話

手話は練馬区でも条例により言語として認められた重要なコミュニケーションの手段の1つです。興味がある方は、東京都や地域の手話講習会、教育テレビ、YouTubeなどで学ぶことができます。

一方で、手話以外のコミュニケーションを必要としている方もたくさんいます。ある調査によると、聴覚障害者のうち「手話ができる」と答えた人の割合は約14%でした。つまり手話ができなくても、コミュニケーションをとる方法があるということです！



聴覚障害者のうち手話ができる人の割合



「身体障害者・児実態調査結果の概要」(厚生労働省)  
([https://www.mhlw.go.jp/www1/toukei/h8sinsyou\\_9/1-3.html](https://www.mhlw.go.jp/www1/toukei/h8sinsyou_9/1-3.html))  
を加工して作成しました。

ニュースや情報番組で手話通訳士が登場し、伝えている場面を見たことがありますか？外見からは聞こえないことがわかりにくい聴覚障害者ですが、聞こえ方やコミュニケーション手段はその方によって様々です。みんながみんな手話を使うとは限りません。手話が出来なくても交流の方法はたくさんあります♪あなたもコツを覚えて、情報伝達のサポーターになりませんか？

## 聴覚障害・難聴の方との

### 手話以外のコミュニケーション手段

手話以外のコミュニケーションでは、筆談がよく使われますが、他にも方法があります。3つの手段をヒントに、相手に合わせて様々な方法を組み合わせてください。

#### ① 筆談

文字でコミュニケーションをとる方法。紙とペンはもちろん、スマホに入力した文章を見てももらう方法もあります。紙もスマホも使えない！というときは、手のひらや空間に指で文字を書く方法もあります。



紙とペンで



スマホで



小さなホワイトボードや  
ブギーボードで  
(お店や窓口に)

**コツは、出来るだけ簡潔に、必要なことだけを！**

(例)  知らないことはない  
 知っている

3時間後  
 午後1時30分

#### ② 読話(どくわ)

話し手の口の形から、言葉を読み取る方法。マスクを一瞬外して動きを見てもらうことで、伝えられることがあります。

#### ③ ジェスチャー

身振り手振りで伝える方法。他の手段と組み合わせることもできます。困った顔や笑顔、内容に合わせて表情豊かに伝えることも大切です。



これをきっかけに、街で困っている聴覚障害のある方を見かけたら、勇気を出して声をかけてみませんか。

また、今回は聞こえない・聞こえにくい方とのコミュニケーションをメインに取り上げましたが、様々な障害や言語の違い等によって、情報を得にくい人もいます。少しの気遣いとコツでコミュニケーションがとれるといいですね。

一番大切なのは、あなたの「分かってほしい」「伝えたい」という気持ちです！



【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)

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4年7月1日～11月30日】順不同

ボランティアサークル光 様  
古布の会 様

計 11,000円 ありがとうございました!

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。

【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みな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。

切手(日本・外国含む)

**16.85kg → 11,840円**

(令和4年11月換金分)

切手の他、以下の物も集めております。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。ご協力をお願い致します。

- ・未使用の切手
- ・ベルマーク
- ・書き損じはがき
- ・未使用のはがき
- ・使用済みインクカートリッジ

【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(P4参照)

## ボランティア情報

練馬 継続

### ぬり絵活動のお手伝い

桜台エリアで高齢者向けのプログラムのお手伝いをしてくださるボランティアを探しています。現在6、7名の方が月1回大人のぬり絵をして楽しんでます。活動中にちょっとしたアドバイスをして下さる方を募集します。

- ◆日程 第3土曜日 10:00～11:00
- ◆場所 桜台エリア
- ◆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

練馬 継続

### 障害者のIT利用サポート

障害のある方が、タブレットやパソコンを使用する応援を一緒にしませんか？パソコン・障害に関する知識はあまりないけれど、興味があるという方も是非どうぞ！『練馬ぼそぼらん』のホームページをご覧の上、まずは例会見学にご参加ください。

- ◆申込み <https://pasovolun.or.jp/> にアクセスし「ボランティア応募」よりフォーム送信
- ◆問合せ Eメール pocket@pasovolun.or.jp  
練馬ぼそぼらん ぼけっと担当

## 市民活動情報

### ミュージックベル体験会

ミュージックベル初めての方を対象に、体験会を行います。4月からは、6月のミュージックベルの発表会に向け、ワークショップもあります。一緒に楽しく参加したい方、お待ちしております。

- ◆日程 3月4日(土) 14:00～15:30
- ◆会場 光が丘区民センター5階集会室(光が丘2-9-6)
- ◆対象 中学生以上(小学生以下の親子参加も可)
- ◆締切 2月24日(金)
- ◆申込み・問合せ  
TEL 03(5997)7858  
生活支援センターすてっぷ 佐藤



## 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。

1月9日(月) 通常休館  
1月10日(火) 臨時休館

【問合せ】

TEL 03(3922)2422  
大泉ボランティア・地域福祉推進コーナー

## 第9回練馬区社協会員の集い

練馬区社会福祉協議会では、  
会員のみなさまへの感謝の気  
持ちをこめて「会員の集い」  
を開催します。



今年度は落語家 林家きよ彦さんをゲストに  
迎え、福祉の現場を経験した落語家が伝える、  
「可能性を広げる支援」と落語他、お楽しみ抽  
選会もあります。

当日入会も大歓迎です。

ご協力をお願いいたします。

残席僅か

当日は、手話通訳・要約筆記があります。  
また、車いす用のスペースがあります。

【申込み・問合せ】

練馬区社会福祉協議会(平日 8:30~17:15)  
TEL 03(3992)5600 FAX 03(3994)1224

お電話、FAXにてお申込みください。その際  
①氏名 ②住所 ③連絡先をお知らせください。

## 新年開所日のお知らせ

練馬ボランティア・地域福祉  
推進センターおよび各コー  
ナーは、新年1月4日より(関  
町ボランティア・地域福祉推  
進コーナーは1月5日より)  
開所いたします。



**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</p> <p>千川通り</p> <p>銀行 消防署</p> <p>コンビニ 警察署</p> <p>豊玉すこやかセンター</p> <p>新練馬ビル5階</p> <p>駅より徒歩4分</p> <p>練馬区役所</p> <p>コンビニ</p> <p>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>大泉学園北</p> <p>大泉街道</p> <p>大泉妙延寺前</p> <p>酒屋</p> <p>大泉駐在所</p> <p>コンビニ</p> <p>レンタカー</p> <p>医院</p> <p>幼稚園</p> <p>北口 商業施設</p> <p>大泉学園駅</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>小学校</p> <p>清掃工場</p> <p>病院</p> <p>光が丘区民センター6階</p> <p>駅より徒歩2分</p> <p>警察署</p> <p>消防署</p> <p>連絡口直結</p> <p>光が丘駅</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>関町駅</p> <p>南口</p> <p>銀行</p> <p>本立寺橋</p> <p>関町北1-7-14</p> <p>関町リサイクルセンター1階</p> <p>駅より徒歩5分</p> <p>銭湯</p> <p>医院</p> <p>関区民センター</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