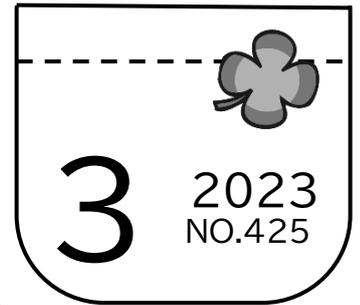




ぽけっと

ocket



練馬区ボランティア・市民活動情報誌

▶今月の特集 「もったいない」から始めよう！vol.2

いよいよ春ですね。3月は出会いや別れの季節です。環境が変わることに少し寂しくなる気持ちもありますが、何か新しいことにチャレンジしたくなる季節でもありますね！今月の特集は、「もったいないな…」という気持ちから始まるボランティアの第2弾です。



▲ 3月のイラスト：ボランティアの岩柳 恵(いわずなぎけい)さんが描いてくださいました。

CONTENTS◆目次

【特集】「もったいない」から始めよう！vol.2	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

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

「もったいない」から始めよう！vol.2

CASE1:切手編



きれいな切手～！でも使ったものは捨てるしかないよね…。

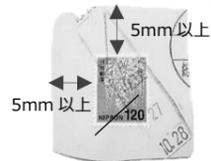
届いた郵便物に貼られていた切手は、消印が押され、使用済みである以上、ゴミとして捨てている方がほとんどだと思います。でも…

ちょっと待った！

実は使用済み切手を活用する方法があります。

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、使用済み切手を集めています。集まった切手は、ボランティアの皆さんの手によって整理され、その後は専門の業者に買い取ってもらい、ボランティアや団体の支援に活用しています。

最近は郵便物が減り、集まる量が減少傾向です…



封筒に貼ったままの状態、周りを5mm以上残して切り、ボラセンの窓口(P4参照)へお持ちください。(郵送の場合は郵便料金をご負担の上お送りください)



切手整理のボランティアグループの皆さんが、1枚ずつ確認・整理しています。



地域福祉推進のために役立てられます。

※切手の他にも使用済みインクカートリッジなど、収集しているものがあります。(P4参照)

CASE2:車いす編



まだ使えるけれど…捨てるしかないかなあ。

様々な事情で、使わなくなった車いす、次に使う人を見つけるのは容易ではありません。でも…

実は練馬区内には、車いすを海外に寄贈している団体があります。「NPO法人 希望の車いす」では、各方面から寄付(※)された車いすを、ボランティアの手で洗浄・整備し、ピカピカに磨き上げ、蘇らせています。そしてアジアを中心とした地域で車いすを必要とする方の元へ届けています。

※状態によっては受付できない場合があります

NPO法人 希望の車いす

豊玉北 1-12-3 東京聖書教会 5F
TEL 03(5934)4004
<https://k-kurumaisu.org/>



▲心を込めて蘇らせる一台一台が、自由と希望を届け、受け取った方と家族の人生が変わる大切な「希望の車いす」です。

◀1月には100台以上をウクライナに向けて発送しました。



【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

光が丘 継続

花壇の水やり

障がいのある方と一緒に光が丘区民センターの花壇の水やりや雑草抜きを定期的にサポートして下さる方を募集しています。お花が好きな方、ぜひお待ちしております！

- ◆日程 夏は週2回夕方、他は週1回日中(曜日・時間は応相談)
- ◆場所 光が丘区民センター2階外花壇
- ◆問合せ 生活支援センターすてっぷ
TEL 03(5997)7858 (火曜日・祝日定休)

大泉 継続

川の環境保護活動

白子川源流域の環境を保全する活動をしています。湧き水や、多くの生き物にふれながらの川清掃や水草刈りは楽しいですよ。シニアの方、学生、親子など、どなたも歓迎！白子川のために一緒に汗を流しませんか。

- ◆内容 川の清掃、生物調査、水質検査など
- ◆日程 毎月第4日曜日 13:30~16:00
- ◆場所 練馬区立大泉井頭公園 (東大泉 7-34-1)
- ◆問合せ 白子川源流・水辺の会
TEL 080(5683)2366 菅沢(すがさわ)
ホームページ <https://shirakogawa.tokyo/>

市民活動情報

古布を集めています

古布をハサミで切り、ウエス(使い捨て雑巾)として病院や施設に寄付します。最近では、消毒するのに使うため、さらに必要とされています。

- ◆素材 木綿などの布(タオル、シーツ、シャツなど) 給水しにくい布は不可 汚れシミがなく洗濯したもの
- ◆受付 大泉ボランティア・地域福祉推進センター(東大泉 2-8-7)
- ◆問合せ TEL 03(3922)2422

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



会議室を貸出しています

ボランティア活動、市民活動を支援するため、会議室貸出を行っています。

条件：練馬区を中心に活動するボランティア団体等、営利活動を目的としないことなど
※事前に団体登録が必要となります。

利用料金：無料

貸出日時：拠点により異なります

【各会議室の場所・問合せ先】

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)

令和5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4年度にご加入いただいたボランティア保険は3月31日(金)で保険期間が満了となります。

令和5年4月1日(土)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)

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。

切手(日本・外国含む)
15.5kg → **10,850 円**
 (令和5年1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

※連絡先は下記相談窓口案内をご覧ください。

弁護士による無料相談会 自分の想いの遺し方

～任意後見制度・ホームロイヤー・遺言について～

弁護士による「任意後見制度・ホームロイヤー・遺言」についての講演会を開催します。

日 時：3月10日(金) 14:00～16:00

場 所：石神井公園区民交流センター
 展示室兼集会室(石神井町 2-14-1)
 もしくはオンライン配信

講 師：富永忠祐 氏(東京弁護士会)

定 員：100名(先着) 参加費：無料

申込み：会場の場合：電話、FAXにて①氏名、
 ②住所、③電話番号、④参加動機
 オンラインの場合：メールにて、件名に「講演会参加希望」を記入の上、
 ①当日の参加方法、②氏名、③住所、
 ④電話番号、⑤参加動機を明記

【申込み・問合せ】

TEL 03(5912)4022 FAX 03(3994)1224

Eメール kenri@neri-shakyo.com

練馬区社会福祉協議会

権利擁護センターほっとサポートねりま

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>	<p>武蔵関ボランティア・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。
- ▶「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