

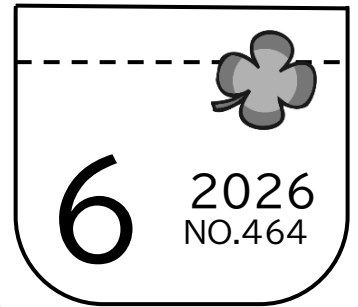


練馬区社協キャラクター



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 「暮らしを彩るボランティア Vol.3」

色鮮やかなあじさいが咲き、夏の始まりを感じる季節となりました。

4月から連続でお届けしている特集も、今月号がラストとなります。夏に向けて「何かはじめてみたい!」と思っている皆さんが、一歩踏み出すきっかけとなれば嬉しいです。



▲ 6月のイラスト：ボランティアの本間貝奈さんが、霧雨魔理沙©上海アリス幻楽団をイメージして描いてくださいました。

CONTENTS◆目次

【特集】「暮らしを彩るボランティア Vol.3」	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

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

「暮らしを彩るボランティア Vol.3」

今回は、高校生3名にインタビューをしました。昨年、学校を通じてボランティアセンター（以下、「ボラセン」）に寄せられた相談をきっかけに、実際にボランティア活動をスタートした皆さんです。ボランティア活動を通して感じたことやこれからの思いなど、若い世代の声をお届けします！

1 はじめたきっかけ

Kさん：元々ボランティアに興味があり、ボランティア講座に参加したことがきっかけです。

Sさん：私は既に他のボランティアをやっていたが、違う活動もやってみたくらいと思い、ボラセンに相談しました。

Mさん：私は先生に誘われて、やってみようと思いました。

2 高齢者施設でのボランティア

ボラセンに紹介してもらい、高齢者施設を定期的に訪問しています。毎回企画から自分たちで考え、利用者の方と紙コップと一緒に作品を作ったり、ふうせんバレーをやったりしました。認知症の方々と接するので、配慮が必要なこともありますが、自分たちが顔を出すだけでも喜んでもらえるので嬉しいです。

3 ボラセンギャラリーの装飾

ボラセンから、地域の方々が描いた絵を飾るための装飾を作るボランティアを依頼されたので、やってみることにしました。原画から自分たちで考え、何回かに分けて作業して、完成しました。元々みんな作るのが好きなので楽しい時間でした。作品は、大泉ボランティアコーナーに飾ってあるので、ぜひ見に来てください！

★ボラセンギャラリーの様子★



左から Kさん（高3/趣味：雑貨集め）
Sさん（高3/趣味：編み物）
Mさん（高2/趣味：ガチャガチャ）

4 これからやってみたいこと

Kさん：受験があるので、ボランティアは一旦お休みします。でも、将来子ども関係の仕事に就きたいと考えているので、子どもと関わることができるようなボランティアもしてみたいです。

Sさん：私は将来、獣医を目指していて、動物と関われるようなボランティアをやってみたいです。

Mさん：ボランティアで色々な世代の人と交流することで、知識も増えると感じています。興味のある心理カウンセラーの仕事に役立つといいなと思っています。

5 メッセージ

Kさん：自分の将来につながる経験にもなるので、ボランティアはおすすです！

Sさん：好きなことや得意なことを、ボランティアで活かせると思います。

人に喜んでもらえることが嬉しいです！

Mさん：ボランティアは楽しいし、やりがいもあるので、ぜひやってみてください！

ボランティアのきっかけは、皆さんそれぞれです。興味のある方は、お近くのボラセンにご相談ください！

【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

NEW サロン活動のお手伝い

継 光

若年性認知症の本人や家族、地域のボランティアと一緒に集うサロンです。楽しいおしゃべりや情報交換、季節の行事等を通じて笑顔が自然と生まれる癒しの時間を共有しています。特別な経験や資格は不要です。若年性認知症に理解のある方をお待ちしています。

- ◆日程 第3日曜日 13:30~16:30
- ◆場所 練馬駅周辺区施設 (練馬区役所、Coconeri など)
- ◆内容 若年性認知症の方との会話、散歩の付き添い、特技を活かしたミニレクリエーション (音楽・絵など) 経験は問いません。
- ◆問合せ Eメール marine2009.office@gmail.com 若年認知症ねりまの会 MARINE

NEW 高齢者のお話し相手

継 練

中村橋駅が最寄りの高齢者施設です。入所や通所の高齢者の方のお話し相手のボランティアを募集します。他のボランティアの方も既に活躍されていますので、安心して活動していただけます。

- ◆日程 10:00~11:00 や 13:30~14:30 等応相談
- ◆場所 ヒューマンライフケア中村橋 (貫井 5-10-14)
- ◆問合せ TEL 03(5971)2025 秋枝(あきえだ)

日本語教室でのボランティア

継 大

外国にルーツを持つ子どもたちに、生活で使う日本語や勉強のサポートを行うボランティアです。日本語の知識や指導経験は要りません。日本語でのやりとりが難しい子どもによりそい、楽しくゆるやかな交流の場を目指しています。いつでも見学歓迎です。

- ◆日程 毎週土曜日 17:00~20:00 (都合のいい日時、時間幅で参加可能)
- ◆場所 練馬区立男女共同参画センターエー (石神井町 8-1-10)
- ◆内容 教材を使い日本語を教える。日本語での日常会話の相手
- ◆問合せ TEL 090(8944)4582 Eメール 4858miyata@gmail.com エコー日本語教室 宮田

活動のお手伝いなど

継 関

若年性認知症の方のデイサービスセンターです。一緒にお話しながら、レクリエーションや食事の配膳などのお手伝いをしてくれる方を募集しています。

- ◆日程 月~土曜日 10:00~16:30 (頻度や曜日・時間は応相談)
- ◆場所 練馬若年性認知症サポートセンター (上石神井 1-35-5)
- ◆問合せ TEL 03(5903)6520 担当:赤堀

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。詳細は、問合せ先までお問合せください。

IT 支援ボランティア養成講座

障害のある方に対して、パソコンやタブレット、スマホなどの機器の利活用をサポートするボランティアを養成する講習会です。

- ◆日時 7月12日(日) 10:00~15:30
- ◆会場 中村橋区民センター 活動室1 (貫井 1-9-1)
- ◆参加費 1,000円
- ◆定員 10名
- ◆申込み 詳細は、6月11日発行の区報をご覧ください。
- ◆問合せ TEL 03(5984)1456 SHOGAISISAKU19@city.nerima.tokyo.jp 練馬区福祉部 障害者サービス調整担当課 障害調整係

古シャツ・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。洗濯した古いシャ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

長い間お楽しみいただいていた【特集】は、今回で終了となります。来月号からは、ボランティア・市民活動情報をたくさんお届けする他、偶数月にはボランティア活動を1つ取り上げ詳しくご紹介します。



練馬区社会福祉協議会会員
入会・継続募集中!!

収集活動にご協力下さい!

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

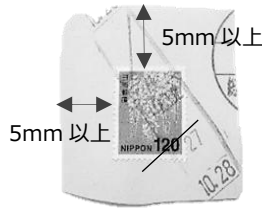
封筒からはがさずに周囲を5mm以上残して切ったものをお持ちください。

●書き損じはがき

●未使用の切手・はがき

●ベルマーク

●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)

社協では皆さまの支えを受け、地域づくりを進めています。ご支援くださる会員を募集中です!

- 年会費 正会員(個人): 500円以上
特別会員(個人): 3,000円以上
団体会員(企業・団体): 5,000円以上

■入会方法

- ①窓口での入会
練馬区社協の各窓口へご来所ください。
- ②オンライン決済
右記からクレジットカードによる申込ができます。
- ③郵便振替による入会
振込手数料が無料になる専用の払込取扱票をお送りします。
- ④銀行振込による入会
下記口座へお振込みください。
西京信用金庫 練馬支店 普通) 0957285
社会福祉法人 練馬区社会福祉協議会
【問合せ】
TEL 03(3992)5600 FAX 03(3994)1224
練馬区社会福祉協議会 総務課 総務係



お申込みはこちら

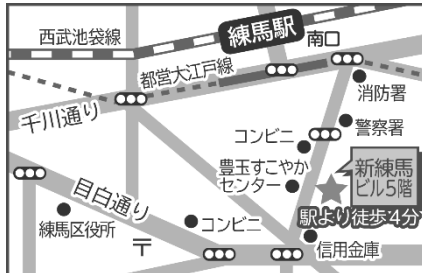
区内4つの窓口でお待ちしています!

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



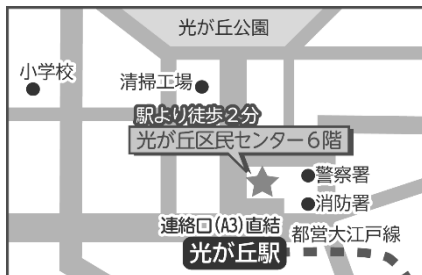
大泉ボランティア・
地域福祉推進コーナー

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



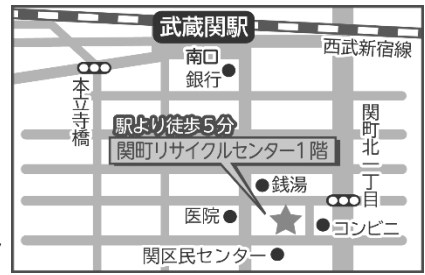
光が丘ボランティア・
地域福祉推進コーナー

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。

▶「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。

ネリーズ 練馬区社協
公式LINE友だち募集中!

つながる、広がる、
LINEのお友だち登録で
ネリーズに!



アプリの「友だち追加」から二次元コードを読み取ってください