



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 ボランティア活動は私の『居場所』

少しずつ春の訪れを感じることでできる季節になりましたね。卒業や退職、入学を控え、環境の変化に期待や不安を感じている方もいらっしゃるかと思います。

今月の特集は、ボランティア活動を続けている大学生にインタビューし、活動のきっかけや、やりがいについてお聞きしました。



▲ 3月のイラスト：都立大泉桜高校のT.Aさんが描いてくださいました。

### CONTENTS◆目次

【特集】ボランティア活動は私の『居場所』	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

# ボランティア活動は私の『居場所』



今回インタビューにご協力いただいた田中さんは、学生生活とあわせてボランティア活動を続けています。田中さんがボランティアをはじめたきっかけや、ボランティアを続けることができている理由を聞いてみました！



【田中さん】  
大学4年生。昨年夏、「ボランティア活動をしたい」と、センターに来所。現在もボランティア活動を続けています。

はじめてのボランティア活動は、いつですか？

高校生の時、夏休みの課題として保育園でボランティアをしました。数日間だけでしたが、子どもたちに名前を覚えてもらったり、頼りにしてもらえました。やりがいを感じて楽しい時間だったので、**またいつかボランティアをしたい**と思っていました。

大学生になって、今またボランティア活動を行っていますが、何かきっかけはありましたか？

大学のゼミの研究や創作の中で、「**自分ない視点や、関わったことのない人や環境を知りたい**」といった関心が高まり、再びボランティアをしたいと思ったことがひとつのきっかけです。

また、「**学生という立場で、今しかできないことをやりたい**」と思ったので、ボランティアセンターに相談し、外国にルーツのある子どもたちの日本語教室で学習支援のボランティアをはじめました。

## 活動先(ねりまのこどもにほんごクラス)からのひとこと

学生の皆さんは、勉強やアルバイト等で忙しいと思うのですが、田中さんのように「誰かの役に立ちたい」と思って、活動してくれる人がいてくれることが嬉しいです。これからも変わらずよろしくお願いします！

ボランティア活動が、家でも学校でもない特別な『居場所』になると、田中さんからのお話がありました。誰かのためになれば…と思ってはじめてボランティア活動が、いつしか自分の中でも新たな出会いや発見、楽しさにつながる可能性があります。「私もボランティアをはじめようかな…」と思われた皆さん、お気軽にボランティアセンター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（連絡先はP4相談窓口参照）

活動の中で印象に残っていることはありますか？

活動を始めた頃は上手に教えたいと思っていましたが、今は**教えるだけでなく教えられることもある関係**だと思うようになりました。言葉が通じにくいからこそ、より気持ちをくみ取ることを心がけますし、先生や他のボランティアからも影響を受け、私自身も様々なことを学ぶことができます。

最初は、「子どもたちの安心できる居場所であってほしい、そんな場所を作るお手伝いがしたい」と思っていました。でも、子どもたちの前向きな姿に自分も元気をもらい楽しんで活動できており、実は**自分自身にとっても大事な『居場所』**になっていることに気づきました。大学を卒業しても可能な範囲で活動を続け、子どもたちの成長を見守りたいと思っています。

これからボランティアをはじめめる人にメッセージをお願いします！

**ボランティア活動が自分の『居場所』にもなり得ること、活動を通して新しいつながりができる楽しさを伝えたいです。**日本語教室のボランティアをきっかけに、最近は他の活動にも参加しています。活動を通じ、**自分の知らなかったことに出会えるのは本当に楽しいです！**



▲こどもにほんごクラス 活動の様子

ボランティア募集中です！

## 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  
単:単発ボランティア

### NEW 活動のお手伝い

大

身体障害や高次脳機能障害の方の入所施設です。話し相手のボランティアなど募集、レクと一緒に！手芸のできる方歓迎！

- ◆日程 月～金曜日 10:00～16:00 (日数、曜日、時間、応相談)
- ◆場所 東京高次脳機能障害者支援ホーム HiBDy(ヒブディ)東京(西大泉 5-36-2)
- ◆内容 お話し相手、手工芸品作成、外出付き添いなど活動お手伝い
- ◆問合せ TEL 03(3925)0088  
Eメール nerima-seikatu@diary.ocn.ne.jp  
ボランティア担当

### 子ども向け日本語学習支援

練

外国ルーツの子どもたち(小・中学生)に日本語学習のサポートを一緒にしてくれる学生の方を募集します。未経験者大歓迎です！

- ◆日程 毎週水曜日 16:00～18:00(回数応相談)
- ◆場所 区立桜台地域集会所 (桜台 1-22-9 会議室など)
- ◆問合せ Eメール kodomo.nihongoclass@gmail.com  
ねりまのこどもにほんごクラス

## 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。

### 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

### 傾聴ボランティア養成講座

コロナ禍で人とのつながりを再認識しました。傾聴ボランティア志望の方、「傾聴」をきちんと学びたい方歓迎です。全5回の出席をお願いします。

- ◆日程 4月12日・19日・26日・5月3日・10日(全て土曜日) 10:00～12:30
- ◆講師 NPO法人P.L.A講師 寺田 和子氏
- ◆受講料 2,500円 ◆定員 12名
- ◆申込み 氏名、年齢、住所、電話番号、FAX番号、メールアドレス、受講動機を FAX(03-6908-4272)までまたは下記ホームページの問合せフォームから
- ◆ホームページ <https://keicho-kodamanokai.hp-ez.com/>
- ◆問合せ TEL 090(8816)3989 こだまの会

### 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

重要！

### 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(火)より、大泉学園駅直結のリズモ大泉学園に移転します。

なお、電話番号の変更はありません。

新住所 〒178-0063 練馬区東大泉 1-28-1  
リズモ大泉学園 2階  
(西武池袋線大泉学園駅北口 徒歩3分)



## 令和7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6年度にご加入いただいたボランティア保険は3月31日(月)で保険期間が満了となります。

令和7年4月1日(火)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(下記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

**15.3kg → 10,710円**

(令和6年12月換金分)

使用済み切手の他、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。ご協力をお願いいたします。

- ・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
- ・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



**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><b>練馬駅</b></p> <p>西武池袋線 都営大江戸線</p> <p>千川通り 目白通り</p> <p>銀行 消防署 警察署 コンビニ 豊玉すこやかセンター 新練馬ビル5階 駅より徒歩4分</p> <p>練馬区役所 コンビニ 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><b>大泉学園駅</b></p> <p>大泉学園駅 入口第二 大泉妙延寺前 酒屋</p> <p>大泉学園北 大泉街道 大泉学園北</p> <p>北口 商業施設</p> <p>西武池袋線</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><b>武蔵関駅</b></p> <p>南口 銀行</p> <p>本立寺橋</p> <p>関町北二丁目</p> <p>関町リサイクルセンター1階</p> <p>銭湯 医院 コンビニ</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>
<p><b>光が丘駅</b></p> <p>光が丘公園</p> <p>小学校 清掃工場 病院</p> <p>光が丘区民センター6階 駅より徒歩2分</p> <p>警察署 消防署 連絡口直結</p> <p>都営大江戸線</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>		

毎月第一金曜日午後は職員研修のためお休みです。大泉コーナーは3月25日より移動します。(P3参照)

- ▶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