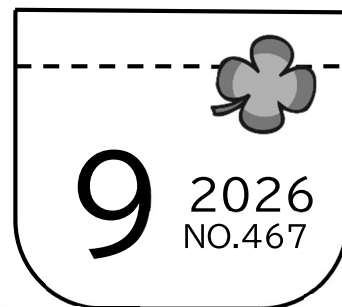




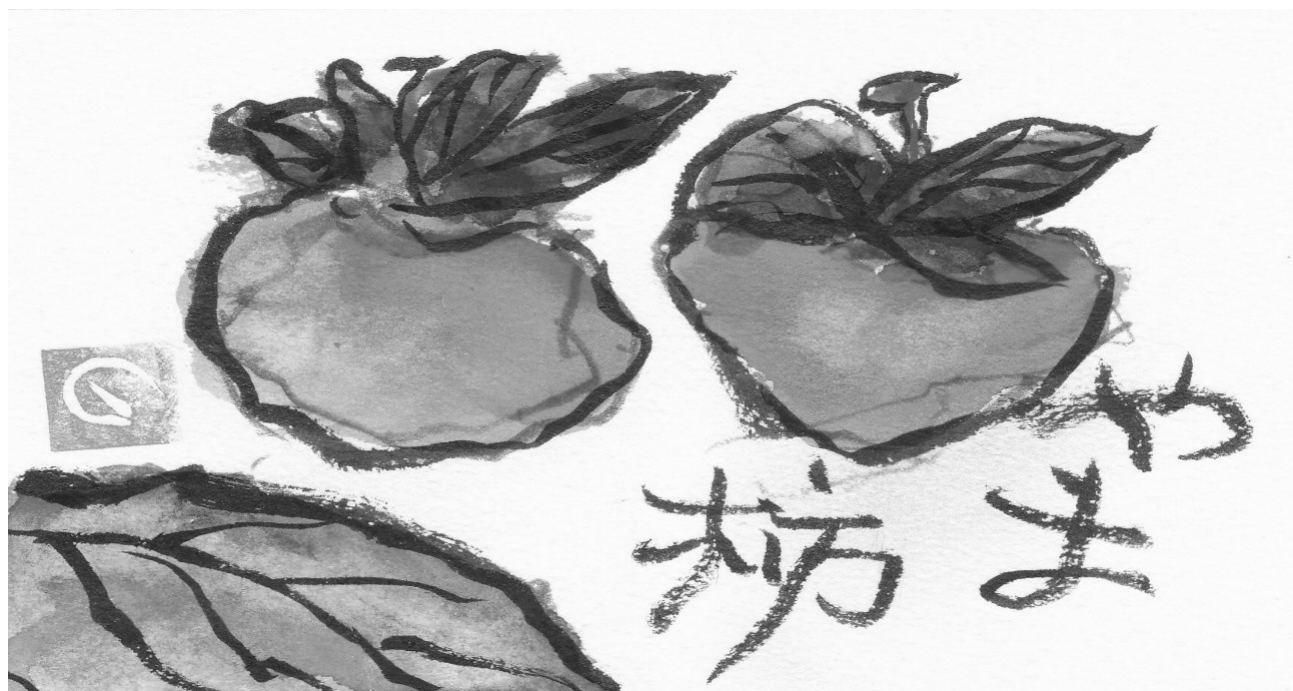
ぽけっと

ocket



練馬区ボランティア・市民活動情報誌

暑さの中にも少しずつ秋の気配を感じる季節となりました。新しいことを始めるのに
もぴったりの時期です。地域ではさまざまなボランティア活動や市民活動が行われてい
ます。今月号が、皆さんにとって新たな出会いや一歩を踏み出すきっかけとなれば幸いで
す。



▲ 9月のイラスト：ボランティアの寺本規子(のりこ)さんが描いてくださいました。

CONTENTS◆目次

ボランティア情報	P2・3
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>

練馬 ぽけっと 🔍 で検索

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 高齢者施設でのお手伝い 継 練

入居者のみなさんが快適に過ごせる環境と一緒に作ってくださるボランティアを募集します。はじめての方も安心して活動いただけますので、短時間からの参加も歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

- ◆日 程 日時応相談
- ◆場 所 はなことばプラス練馬中村 (中村 1-15-23)
- ◆内 容 車いすや備品の簡単な清掃・消毒など
- ◆問合せ TEL 03(5848)8944 岩本・高田

NEW 福祉施設のお祭りのお手伝い 単 光

「北町福祉作業所まつり」を一緒に盛り上げて楽しんでくださる学生を大募集します。

- ◆日 程 10月17日(土) 10:30～14:00 まで
- ◆場 所 北町福祉作業所(北町 8-2-12)
- ◆内 容 自主生産品販売 (パウンドケーキなど) 会場設備、案内など
- ◆問合せ TEL 03(3559)0361 金濱(かなはま)・織田 Eメール musashinokai@kitamachi.net

NEW 披露ボランティア募集 継 光

特技を活かしたボランティア活動をしてみませんか。演奏や歌など利用者が楽しめるプログラムを披露してくださる方、大歓迎です。

- ◆日 程 曜日・時間等は応相談
- ◆場 所 ニチイホーム練馬高野台 (南田中 3-17-11)
- ◆問合せ TEL 03(5923)0071 岡本

NEW 特別支援学校でのお手伝い 継 大

知的障害のある子どもたちの学校生活をお手伝いしていただける方を募集しています。特別な経験や資格は不要です。短時間の参加でも大歓迎です。

- ◆日 程 ご都合に合わせてご参加いただけます
- ◆場 所 旭出学園(東大泉 7-12-16)
- ◆内 容 校内清掃、学習支援、教材準備・片づけ
- ◆条 件 交通費・昼食費支給
- ◆問合せ TEL 03(3922)4134 河西・岡田 Eメール hanae.okada@asahide.ac.jp

NEW 福祉施設のお祭りのお手伝い 単 大

地域の方々とつながる季節行事「ふれあいまつり」を開催します。お祭りのお手伝いをしてくださるボランティアを募集します。

- ◆日 程 9月26日(土) 9:30～14:30 (祭り開催時間 は 10:00～14:30)
- ◆場 所 練馬区立大泉町福祉園 (大泉町 3-29-20)
- ◆内 容 ゲームコーナー、販売ブースのお手伝いなど ※継続的にボランティアに参加していただける方も募集しています。
- ◆締 切 9月11日(金)
- ◆問合せ TEL 03(5387)4681 松永・鈴木・大橋

NEW 「Hibdy(ヒブディ)祭り」のお手伝い 単 大

身体障害や高次脳機能障害のある方の入所施設です。祭りでお手伝いしてくださる方を募集しています。

- ◆日 程 10月31日(土) 9:30～16:00
- ◆場 所 東京高次脳機能障害者支援ホーム (西大泉 5-36-2)
- ◆内 容 自主生産品販売、ゲームコーナー、利用者の付き添い等
- ◆締 切 10月16日(金)
- ◆問合せ TEL 03(3925)0088 亀山・定方

NEW ナチュラルガーデン作り 継 関

「ガーデンプロジェクト Time」では、福祉施設の庭で、地球にやさしいナチュラルガーデン作りをしています。一緒に楽しんでくださる方を募集します。

- ◆日 程 ①第1月曜日・第2週以降金曜日 関町福祉園(関町南 3-15-35) ②第1金曜日・第2週以降月曜日 上石神井特別養護老人ホーム(上石神井 2-17-23) いずれも 10:00～12:00(月1回でも可)
- ◆問合せ TEL 03(3929)1467 関町ボランティア・地域福祉推進コーナー

NEW デイサービスでのお手伝い 継 関

一軒家のアットホームなデイサービスです。誰もが元気がでる施設です。あなたの持ち味を生かして、居心地のいい時間をつくるお手伝いをしてください。

- ◆日 程 月～金曜日(午後) 活動全般のお手伝い 火・木曜日(終日) 囲碁のお相手
- ◆場 所 デイサービス金のまり(石神井台 8-8-8)
- ◆問合せ TEL 03(6766)8660 大河内(おおこうち)

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。

使っていない車いすはありませんか？

寄贈を受けた車いすを整備し、海外の必要とされている方に送る活動を行っています。使っていない車いすがありましたら、お譲りいただけませんか？

- ◆条 件 ①部品の欠けやサビがなく、劣化が著しくないこと ②事前に写真をメール添付で送り、やりとりいただけること ③新江古田駅近くの作業所まで、毎週火曜日または第2第4土曜日に届けていただけること
- ◆問合せ Eメール info@k-kurumaisu.org NPO 法人 希望の車いす

児童養護施設 錦華学院 バザー用品募集

2歳以上の子どもたちが生活する入所施設です。地域の皆さまと交流を深めるための「お楽しみ会」で販売するバザー品を募集します。お楽しみ会への参加もお待ちしております♪

- ◆募集品 新品の物品(雑貨・衣類など) ※飲食品はご遠慮ください
- ◆締 切 9月25日(金)までに事前連絡のうえ、ご持参いただくか元払いでお送りください
- ◆開催日 お楽しみ会 9月27日(日)10:00～15:00
- ◆内 容 模擬店、バザー、ゲームコーナーなど
- ◆送り先・問合せ 小竹町 1-60-8 TEL 03(3955)0988 社会福祉法人 錦華学院 仲西

関町ボランティア・地域福祉推進コーナーからのお知らせ

通常休館日が祝日にあたるため、翌日を臨時休館とさせていただきます。

9月23日(水)通常休館
9月24日(木)臨時休館



ボランティア講座受講生募集

車いすの基本操作を学んだあと、入居者の方とレクリエーションなどを通して交流してみませんか？

- ◆日 程 10月12日(月・祝) 13:30～15:30
- ◆場 所 グループホームとうもろう (練馬区貫井 3-45-12)
- ◆内 容 ①車いす操作の基本説明 ②入居者さんとのレクリエーション
- ◆講 師 伊東宏一先生(特別支援学校教員)
- ◆定 員 20名
- ◆申込み・問合せ NPO 法人 グループホームとうもろう TEL 090(1814)0312 牛腸(ごちょう)

保育サポーター講習会

子どもと関わるお仕事を目指す方にぴったりの講座です。基礎からしっかり学べる丁寧なカリキュラムで、子どもとの接し方や病気や安全管理など、現場ですぐに役立つスキルを実践的に身につけられます。

- ◆日 程 10/7(水)・10/14(水)・10/21(水)・10/27(火)・11/11(水)・11/24(火) いずれも 13:00～17:30
- ◆場 所 東大泉中央地域集会所 (練馬区東大泉 3丁目 18-9)
- ◆講習費 3,000 円 (テキスト代込)
- ◆主 催 特定非営利活動法人 手をつなご
- ◆申込み・問合せ TEL & FAX 03(6767)2577 大塚・横田

2026 年度 草の根助成

活動ジャンルを問わず、用途の自由も広く認められている助成金です。お金だけでなく交流も大切にしています。

- ◆対 象 「東京都内」もしくは「アジア」を主な活動地域とする非営利の市民団体。活動内容は問わない。(公開選考会(2月)、草の根交流集会(7月)への出席必須)
- ◆助成額 1団体に対して上限 50 万円
- ◆助成期間 2027 年 4 月～(都内 1 年間、アジア 2 年間)
- ◆申請締切 10 月 26 日(月)
- ◆問合せ TEL 03(5941)7948 Eメール information.grand@gmail.com 草の根市民基金ぐらん事務局 NPO 法人 まちぼっと 小林

収集活動にご協力ください！

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

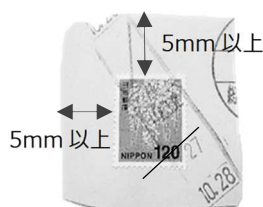
封筒からはがさずに周囲を 5mm 以上残して切ったものをお持ちください。

●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)

終身サポート事業

「そなえ・あんしん 365」事業説明会

特別講演「はじめの遺言・相続～安心して未来を迎えるために～」

権利擁護センターでは、身寄りのない高齢者や障害者を対象とした終身サポート事業を開始しました。定期的な見守りや、葬儀などの死後の手続きを契約に基づいてサポートします。事業説明会とあわせて、弁護士による講演会を開催します。

日 程 9月16日(水) 14:00～15:30

場 所 練馬区勤労福祉会館(東大泉 5-40-36)

講 師 弁護士 井上明子氏(第一東京弁護士会)

定 員 70名 参加費 無料

申込み ホームページ、電話、FAX (FAX の場合は①催し名②氏名(ふりがな)③電話番号を明記)

締 切 9月9日(水)

【申込み・問合せ】

権利擁護センターほっとサポートねりま
終活相談ダイヤル

TEL 03(6914)7171 FAX 03(3994)1224

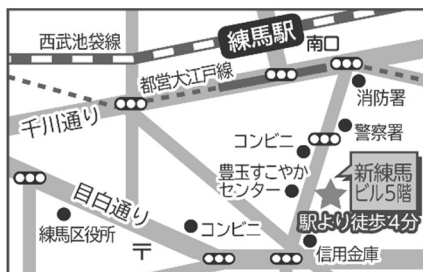
区内4つの窓口でお待ちしています！

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



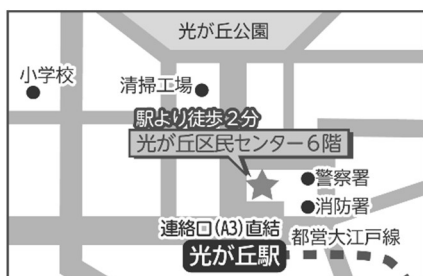
大泉ボランティア・ 地域福祉推進コーナー

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



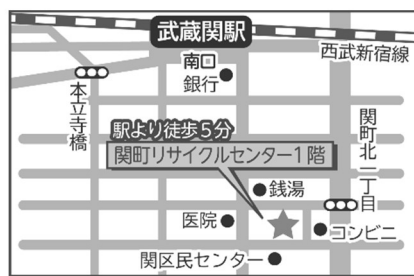
光が丘ボランティア・ 地域福祉推進コーナー

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。



練馬区社会福祉協議会 会員募集中



いただいた会費はこんな活動に役立っています
たとえば…

不安や困りごとのある方の相談受付／子ども食堂の支援／お年寄りの見守り／災害時の支援 など

あなたの温かい気持ちが誰かの「ありがとう」につながります。
一緒に福祉のまちづくりに参加しませんか？(年会費 500 円～)

詳細は
こちらから