

ご自由にお持ちください

東京都
北区

NPO・ボランティア ぷらざ通信

3

月号

March, 2025

夢をかなえる 地域がかわる

最新の情報はホームページで！ URL <https://kitaku-vplaza.tokyo.jp/>

P2~3 わくどき市民活動

P4~6 ボランティア募集

P7~12 講座・取組紹介

P13~15 イベント・助成金

NPO法人専門講座

「ボランティア・市民活動の見える化」を考える

市民活動をする中で、活動を通して実現したいことをまとめ、活動の成果を振り返る機会がありますか？本講座では、皆さんの活動を「言語化」「数値化」して「見える化」することで、次の活動へ活かす手法を学びます。



<1日目>3月11日（火）
午後6時30分～8時30分

<2日目>3月18日（火）
午後6時30分～8時30分

会場：ぷらざ交流コーナー
（北とぴあ4階）

講師

一般社団法人
インパクト・マネジメント・ラボ
共同代表 土岐三輪氏

●詳しくは、7ページをご覧ください

発行：北区NPO・ボランティアぷらざ



〒114-8503 北区王子1-11-1 北とぴあ4階
TEL. 03(5390)1771 FAX. 03(5390)1778
Eメール plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

[開館時間]

火～土曜 10時～21時

日曜 10時～17時

毎週月曜および国民の休日は休館日です。

北区NPO・ボランティアぷらざは、北区における市民活動の推進と協働を促進する全区的な活動拠点です。2006年4月から「特定非営利活動法人東京都北区市民活動推進機構」が指定管理者として管理・運営し、この「ぷらざ通信」も、市民活動情報誌として毎月1回編集・発行しています。



☆「KiVo (きーぼ)」とは☆
指定管理者として「北区NPO・ボランティアがらぎ」を運営している「NPO法人東京都北区市民活動推進機構」の愛称です。

◆傾聴クラブ えがおとは

第18期傾聴ボランティア講座修了生の有志が集まり、団体立ち上げに向けて第一回の集まりを持ったのは2023年の年の瀬も近いある日。自己紹介のテーマは「好きなお節料理は何ですか」でした。この楽しいアイスブレイクで始まった会合はその後半の時を重ね、少しずつ形になっていきました。まだ名前も覚えていなかった相手と少しずつ知り合っていく過程も貴重な経験でした。

その中で「ゆるいつながりを大切にしていこう」が合言葉となり、何かあってもとりあえず笑顔でいきましょうとの思いで、会の名称は「えがお」に。



傾聴でつながるメンバー達

◆現在の活動

活動を始める前にはいくつかの傾聴ボランティア団体の定例会を見学し、いろいろなアドバイスをいただきました。特にご縁があった「傾聴ボランティア みみずく」さんとは活動に同行させてもらうなど、えがおの活動に向けて大きく背中を押していただきました。また傾聴ボランティア情報交換の場「つなgo」に参加して様々な情報を得られたこと、

「わくわくドキドキ市民活動」は、『みきたWeb (北区市民活動情報サイト)』登録団体を広くご紹介するページです。
今月は、「傾聴クラブ えがお」のメンバーの方に団体紹介をしていただきます。

傾聴クラブ えがお

新団体として温かく迎えていただいたことも大変ありがたく、活動への安心感につながりました。



「つなgo」は貴重な情報交換の場

その後は、がらぎ通信でボランティア募集があった施設や、いきいきサポーターを募集している施設などを訪問し、現在は高齢者の入居施設、オレンジカフェ、デイサービスなどで活動しています。毎月の定例会では活動報告を行い、人との出会いで感じたことなど話が尽きることがありません。「また次も傾聴に行きたい」「次はこうしてみようかな」という気持ちになります。メンバーには他のボランティア活動をしたり家庭や仕事などで多忙な人もいるので、無理なく自分が行ける時に参加することが長続きするために必要だと考えています。

同じ学びを得て志を同じくするメンバー同士、これからもゆるいつながりを大切に活動していきたいと思います。

◆メンバーから一言

- ・メンバーの皆さんに助けをもらい、楽しみながら少しでも成長できたらいいなと思ってます。
- ・モヤモヤ時に思い返す「寄り添った結果の心地よさ」そんな日常を定例会で聞いて頂いていま

(2) ボランティア募集！～あなたの力を貸してください～

東京北医療センター介護老人保健施設さくらの杜

福祉や介護に興味がある方、初めての方も大歓迎です。何をやりたいかわからなくても、相談しながら決めていきますのでご安心ください。お気軽にお問合せください！

【日】月曜日～日曜日 午前10時～正午または午後1時～午後3時

【場】東京北医療センター介護老人保健施設さくらの杜(北区赤羽台4-17-56)

JR埼京線「北赤羽」駅より徒歩7分、JR京浜東北線・埼京線「赤羽」駅、東京メトロ南北線「赤羽岩淵」駅A2出口より徒歩15分、赤羽駅西口より国際興業バス「赤58」にて「東京北医療センター」停留所下車、または「赤02」にて「東京北医療センター入口」停留所下車すぐ

【内】シーツ交換、環境整備、レクリエーションの補佐、入所者様への配茶など。他に書道や絵手紙、手芸や工作、ネイルケア等趣味や得意なことを活かした活動。

【対】高校生以上の方(感染症予防対策の為中学生以下の方は施設に入館できません)

【方】まずはお気軽にお電話ください

【他】動きやすい靴や服装でお越しください。交通費は自己負担。

当施設は、北区高齢者いきいきサポーター受入施設です。(詳細は7ページ参照)

【申】【問】東京北医療センター介護老人保健施設さくらの杜 担当:池浦・佐々木

【電】03-5963-4187

【HP】<http://www.sakuranomori.jp/>



(3) 留学生とフリートーク！ カイ日本語スクール

日本語フリートークへの参加希望者を募集しています。フリートークでは、学校外から日本語を母語とする参加者をお招きして、各回のテーマに沿って趣味や文化についての雑談や社会問題についての意見交換を行う時間です。欧米をはじめ世界各国から来日した留学生達と日本語で楽しく異文化交流や意見交換をしませんか？皆様のご参加を心よりお待ちしております。

【日】3月25日(火) 午後3時30分～5時10分

【場】カイ日本語スクール校舎(新宿区大久保1-15-18 みゆきビル3F)

JR山手線「新大久保」駅より徒歩10分、JR総武線「大久保」駅より徒歩15分、東京メトロ副都心線・都営大江戸線「東新宿」駅より徒歩10分

【内】対面にて、学生の自己紹介スピーチ後にフリートークを行います。トークテーマは、食べ物、旅行(温泉)、趣味など好きな話題で自由にお話してください。学生は初級の学習者で、趣味や旅行のことについて簡単な日本語で話せるレベルです。

【対】日本語母語話者、成年の方(高校生不可)、参加日より前にgoogleフォームの参加同意書をご入力いただける方(予約が確定した時点で同意書のURLを送付いたします)、予約日に確実に参加できる方

【募】6名(先着順)

【方】申込フォーム(下記QRコード)もしくはメールで氏名・希望日を明記の上、お申し込みください。

【※】3月24日(月)午前10時まで

【主】【申】【問】カイ日本語スクール

【電】03-3205-1356 (平日午前9時～午後6時)

【E】freetalk@kaij.co.jp

【HP】<https://www.kaij.jp/ja/supporters/free-talk>



申込フォーム



(4) 野外フェス『Spring Love 春風2024』環境対策ボランティア募集

NPO iPledge・ごみゼロナビゲーション

非日常空間での活動に興味のある方、何か新しいことをやってみみたい方、ご参加お待ちしております！

【日】3月29日(土) 会場集合:午前11時 解散:午後8時30分

3月30日(日) 会場集合:午前10時 解散:午後8時30分

【場】代々木公園イベント広場野外ステージ周辺(渋谷区神南2-3)

JR山手線「原宿」駅下車徒歩9分、東京メトロ千代田線「代々木公園」駅より徒歩11分、JR山手線「渋谷」駅から徒歩13分

【内】ゴミ箱の前に立ち、ゴミを捨てに来た来場者に対して分別を呼びかけます。ゴミ箱の袋が一杯になったら袋を交換したり、一杯になった袋を集積所まで運びます。

【対】15歳以上の方(高校生および18歳未満の方は保護者の承諾書必須。中学生は参加不可)

【方】申込フォーム(右記QRコード)からお申し込みください。

【他】汚れても良い服装、動きやすい靴でご参加下さい。

遅刻・早退はできません。1日から参加可能です。

詳しくはHPをご覧ください。

【主】【申】【問】NPO iPledge・ごみゼロナビゲーション

【電】03-6804-3003

【E】vo@ipledge.jp

【HP】https://www.gomizero.org/volunteer/harukaze25/



申込フォーム

◆◆使用済切手収集にご協力をお願いします◆◆

「北区NPO・ボランティアぷらざ」では、使用済切手を集めています。皆様からお寄せいただいた切手は、NPOやボランティアなど市民活動を支援するために活用させていただきます。皆様のご協力をお願い申し上げます。

- 収集方法：1. 切手周りの台紙を5mm位残り切り取ってください。
周囲のギザギザが欠けたもの、破れたものがないようにお願いします。
2. 台紙のないものは受け付けられません。
3. 収集しているのは切手のみです。
スタンプのもの、印刷してあるものは回収できません。



☆ご寄付をありがとうございました☆
(2月16日受付分まで)



※こちらは切手ではありません
ありません ←

福嶋徳子さま、三塚恭子さま、フライデークラブさま、中十条二丁目町会さま、
坂本明男さま、保育課保育運営係さま、
傾聴クラブ ハッピーさま、としま みつばち保育園さま、
みずべの苑高齢者あんしんセンターさま、特別養護老人ホームみずべの苑さま

ぷらざと一緒に働きませんか！ アルバイト募集！

現在、北区NPO・ボランティアぷらざでは、スタッフの補助をしていただける方を募集しています。

- 勤務曜日：金曜日、土曜日
- 勤務時間：午後5時15分～9時15分
金曜日、土曜日のいずれかの勤務でも結構です。
ぜひ、ご相談お待ちしております。
- 時 給：夜間（午後5時15分～9時15分）1,400円
- 交通費：1日 1,200円限度で支給
- 仕事内容：各種ぷらざの事業の補助（設営、資料片付け等）、データ等のPC入力、基礎的な窓口での受付、電話の対応、その他ぷらざスタッフの補助業務等



◇問い合わせ先：北区NPO・ボランティアぷらざ

『2025年度ボランティア保険のご案内』

現在ご加入されているボランティア保険は、3月31日で補償期間が終了します。
2025年度は、**3月12日（水）**より、ぷらざ窓口にて受付開始予定です。

- ※2024年度の加入申込票は使用できませんので、ご注意ください。
- ※ボランティア保険は1人1口です。重複加入にならないようご注意ください。
- ※6名以上で加入される場合は、必ず加入者名簿を3部ご提出ください。

*** 『ボランティア活動に関する保険』 ***

ぷらざでは、ボランティア活動者本人が加入する「ボランティア保険」と、行事などの主催者が加入する「行事保険」の2種類を受付しています。活動の方法や内容に応じて、いずれかの保険に加入することをおすすめしております。



**ぷらざ窓口では現金取扱はできません。
北区NPO・ボランティアぷらざでの保険加入手続きは、
金融機関での振込みが先となります。ご了承ください。**

ぷらざよいお知らせ

◇コピー代金および拡大白黒コピー代金の変更について

2021年9月1日より、コロナ禍における団体支援として、コピー代金および拡大白黒コピー代金を特別価格としておりましたが、コロナ収束および社会情勢の変化をふまえ、2025年4月1日より、下記の通り、従前の価格に戻します。

- 白黒コピー：1枚10円（両面20円）
- カラーコピー：1枚50円（A3のみ1枚80円）
- 拡大白黒コピー：1枚100円



2025年度 ロッカー・レターケース 利用団体募集!!

北区NPO・ボランティアぷらざ内に設置されている団体貸出用のロッカーとレターケースについて、年間利用団体を募集いたします。

- 貸出個数 ロッカー24個（年1,200円）／レターケース45個（無料）
- 利用期間 2025年4月1日（火）から2026年3月31日（火）まで
- 対象団体 北区NPO・ボランティアぷらざに団体登録している市民活動団体（登録していない場合は団体登録をお願いします。）



左:ロッカー 右:レターケース

- 申込方法 所定の申込用紙にて窓口でお申し込みください。
（用紙は北区NPO・ボランティアぷらざ窓口で配布しております。）
※申込多数の場合は、3月22日（土）に抽選をさせていただきます。

- 受付期間 3月1日（土）～3月21日（金）

※1団体につき、ロッカー、レターケースそれぞれ1個までの申込みに限らせていただきます

※現在ご利用いただいている団体の皆様も、改めてお申込みいただく必要があります。

【申込み・問合せ先】北区NPO・ボランティアぷらざ

北区NPO・ボランティアぷらざ登録団体の皆さまへ

現在の「北区NPO・ボランティアぷらざ団体登録」の有効期間は、3月31日に終了します。

※団体登録を更新される場合は、持参、郵送、メールのいずれかの方法で、

3月4日（火）までに団体登録更新書類を北区NPO・ボランティアぷらざまでご提出ください。

（更新書類は2月上旬に、各団体宛に郵送いたしました。ご確認ください。）

※更新手続きがない場合は自動的に登録抹消となりますのでご注意ください。



ボランティア活動入門講座 ファーストステップ

「どんなボランティア活動がありますか?」「ボランティアは資格が必要ですか?」
そんな疑問をお持ちのあなたにピッタリの初心者向け講座です。

ボランティア活動の種類や探し方、活動を選ぶポイント等を説明し、
活動先の相談、紹介もしています。隔月同じ内容で開催しています。
ぜひ、ご都合の合う月にご参加ください!お待ちしております♪

【日 時】4月5日(土)午後2時~4時 北とぴあ4階 ぷらざ会議室(定員6名)

【内 容】どんな活動があるか、活動先の探し方、選び方、個別相談 など

【対 象】関心のある方ならどなたでもどうぞ!

【申込・問合せ】北区NPO・ボランティアぷらざ



2025年度 第1回 地域災害おたすけ隊 登録制度 災害ボランティア養成講座【一般編】

自身や家族、周りの大切な人たちを守るため、また、被災した地域や人々を支援するためにも、NPO法人 東京都北区市民活動推進機構の「地域災害おたすけ隊 -災害支援ボランティア-」に登録しませんか?この講座で、あなたの趣味・特技や体力を活かしてできる活動内容や、被災された方に寄り添う視点、活動時の注意点を学んで、イザ!というときのために普段から準備しませんか?多くの方からの申し込みをお待ちしています!!

同一内容を年4回実施しています!
今後の予定: 6/24、9/11、12/13

【日 時】4月20日(日)午後2時~4時

【場 所】北とぴあ 4階 サロンコーナー 【定 員】15名(先着順) 【参加費】無料

- 【対 象】 (1) 地域災害おたすけ隊登録制度へ登録できる方
(2) メールアドレスでのやり取りが可能な方
(3) 平時から防災・災害関連の活動・研修に可能な範囲で参加できる方
(4) 災害ボランティアとしての多様な活動や北区災害ボランティアセンターの運営支援に理解と意欲がある方




上記をすべて満たす中学生以上の方ならどなたでも ※18歳未満は保護者の承諾書必須

【内 容】災害ボランティアセンターってどんなところ?、活動内容はどんなものがあるの?

- 【申込方法】 (1) 氏名(ふりがな) (2) 住所 (3) 年齢 (4) Eメール (5) 電話番号
(6) 災害ボランティア活動経験およびボランティア保険天災Aプラン加入の有無
(活動有の場合は内容も) (7) この講座を受講しようと思った理由
についてEメール、電話のいずれかでご連絡ください。

【申込・問合せ】 NPO法人 東京都北区市民活動推進機構 (北区NPO・ボランティアぷらざ内)
TEL 03-5390-1771 メール plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp

 **買って能登を応援! FROM♥北区**

令和6年能登半島地震の被災地支援の一つとして、北区NPO・ボランティアぷらざでは、珠洲市の障害福祉事業所「すず椿」の製品を2月1日(土)よりぷらざ窓口にて同じ金額で、ご希望の方へお譲りしています。ぜひお越してください!
※金額はすべて「すず椿」の収益となります

初心者向け 『NPO法人入門講座』



「NPO法人とは、どのようなものか?」「NPO法人になると、任意団体とどのように違うのか?」「NPO法人を設立したいが、どのようにしたら良いのか?」などをわかりやすく解説します。隔月同じ内容で開催しています。

【日時】3月6日(木)午後6時30分～8時30分

【場所】北とぴあ4階 ぷらざ会議室(定員4名)

【内容】NPO法人とはどのような団体か、どのような団体がNPO法人となれるのか、NPO法人の設立方法、法人化のメリット、デメリット など

【対象】団体のNPO法人化を考えている方、その他NPO法人に関心のある方
ならどなたでもどうぞ

【参加費】800円(資料代)

【申込】「北区NPO・ボランティアぷらざ」まで、電話、FAX、Eメールで、

1. 氏名、2. 住所、3. 電話番号、4. 団体名(あれば)を前日午後5時までにお知らせください。



今月の新刊本コーナー

「北区NPO・ボランティアぷらざ」では、ボランティア、市民活動に関する資料の貸出や閲覧を行っております。希望される方はぷらざ職員にお声がけください。

- ・『**穏やかに生きる術** うつ病を経験した精神科医が教える、人生の悩みを消す練習帳』
精神科医Tomy 著《KADOKAWA》
- ・『**特殊詐欺と連続強盗** 変異する組織と手口』 久田将義 著《文藝春秋》
- ・『**図解でわかる 14歳からのLGBTQ+**』
一般社団法人社会応援ネットワーク 著《太田出版》
- ・『**わかりやすく伝える** 言葉が武器になる時代の「伝える技術」』
木暮太一 著《WAVE出版》
- ・『**月刊福祉(2025年3月号)**』 《全国社会福祉協議会》



INFORMATION

このINFORMATIONは・・・イベントや講座等の情報発信にご利用いただいているスペースです。

- ・掲載希望月の前月10日を締切日とし、掲載月10日以降の情報を優先して掲載します。
(例：2025年4月号の締切は、誠に勝手ながら3月9日(日)とさせていただきます。)
- ・2ヶ月連続して同一団体の情報を掲載することはできません。
- ・活動に対して報酬が支払われる記事を掲載することはできません。
- ・情報提供者(発信者)は北区の内外を問いません。
- ・紙面の都合により、いただいた情報の全ては掲載できない場合がございます。予めご了承ください。

【情報送付先】 北区NPO・ボランティアぷらざ通信 インフォメーション担当宛

(E-mail : plaza@kitaku-vplaza.tokyo.jp Fax : 03-5390-1778)

【記号の見方】

【日】日時 【場】場所・会場 【内】内容 【師】講師 【対】対象 【定】定員 【方】申込方法・応募方法
【費】費用・参加費 【×】申込・応募締切 【他】その他 【主】主催 【申】申込先・申請先
【問】問合せ先 【電】電話番号 【F】FAX番号 【E】Eメールアドレス 【HP】ホームページURL

【北区内】※開催日の早い順

■施行1年・改正 障害者差別解消法の現在と未来 シンポジウム 共生社会の実現に向けて

本シンポジウムでは、「合理的配慮」等について基礎から学ぶとともに、ろう者と中途失聴・難聴者の立場から障害者差別の解消に向けた取り組みを報告し、共生社会の実現に向けて意見を交わします。

【日】3月16日(日)午後2時～4時30分(受付開始:午後1時30分)

【場】北とびあ7階第二研修室(北区王子1-11-1)JR京浜東北線「王子」駅北口より徒歩3分、東京メトロ南北線「王子」駅5番出口より直結、都電荒川線「王子駅前」停留場より徒歩5分

【内】基調講演、パネリスト活動報告、講師およびパネリスト2名によるパネルディスカッション

【師】<講師>川内美彦氏(元東洋大学ライフデザイン学部教授)

<パネリスト>當芳枝氏(北区聴覚障害者協会会長)、宇田川芳江氏(東京都中途失聴・難聴者協会理事長)

【対】どなたでも

【定】100名(先着順、事前予約制)

【方】メール、FAXまたは申込フォーム(<https://ssl.for-mailer.jp/fms/acd1f727838951>)よりお申し込みください。

【費】無料

【×】3月9日(日)

【他】要約筆記(スクリーン投影)・手話通訳がありません。

【主】【申】【問】中途失聴・難聴者の会 北区コミュニケーション・モア 担当:中村

【E】03-3913-4848

【E】kitaku.communication.more@gmail.com

【HP】<https://kitakucommunication.wixsite.com/mysite>

■第17回「昭和歌謡コンサート」

“祝昭和100年”生演奏で聴いて歌って元気を出そう!

昭和歌謡の音楽ボランティア「おもひでチューズデー」がお届けする懐かしの昭和歌謡コンサート。コロナが落ち着いてきて活動を再開して以来、たくさんの高齢者の皆さんから応援いただいています。今年9月に引き続き第17回目を北とびあで行います。今回も二部構成で演奏は15曲を予定しています。是非、ご家族お友だちとお誘いあわせのうえ、ご参加ください!

【日】3月23日(日)午後2時～4時15分(予定)

開場:午後1時30分

【場】北とびあ15階ペガサスホール(北区王子1-11-1)JR京浜東北線「王子」駅北口より徒歩3分、東京メ

ロ南北線「王子」駅5番出口より直結、都電荒川線「王子駅前」停留場より徒歩5分

【内】《演奏曲目》第一部(午後2時～3時):おもひでロマンチカ ステージ/花咲く乙女たち、赤坂の夜は更けて、たそがれの銀座、初恋のひと、噂の女、舟唄、ホンダラ行進曲<休憩15分>

第二部(午後3時15分～4時15分):おもひでチューズデー ステージ/あざみの歌、アカシアの雨の止むとき、恋しているんだもん、若いふたり、下町の太陽、学生時代、ああ上野駅(+アンコール?)

【対】どなたでも

【定】100名(先着順)

【方】当日、直接会場へお越し下さい。午後1時からホール入り口で「入場整理券」を配布します。

【費】500円

【他】車イスでも入場可能です。途中、入退場も可。

【主】【問】おもひでチューズデー 担当:橋本

【電】090-1797-5093

【E】yasunori.hashimoto@gmail.com

【HP】<http://www.kayou.org/>

ていただくので、不登校やひきこもり状態になった子どもたちの気持ちをつかめず、親子関係もうまくいかない家族にとっても貴重なお話となり、子どもとの関係が修復し、子どもが一步を踏み出すためにどうしたらいいのかを語っていただきます。

【師】内田良子氏(心理カウンセラー)

【対】ひきこもり当事者、その家族、支援者、学生、民生委員等

【定】80名(予約制)

【方】メールか電話で、参加人数とお立場(ご本人、ご家族、支援者等)をお知らせの上お申し込みください。

【費】1,000円(一家族)、800円(会員)、当事者は無料

【※】定員になり次第

【主】【申】【問】フリーランス杉並家族会 担当:飯田

【電】090-4749-2497(午前9時～午後5時)

【E】freelance-suginami@ymail.ne.jp

【HP】<https://freelance-suginami.wixsite.com/info>

【区外】※開催日の早い順

■子どもが一步を踏み出すとき ～親子の和解と修復のものがたり～

生きづらさを抱えている不登校やひきこもりは増加の一途をたどっています。わが子がそのような状態になったら「この先どうなるの?」と、親、家族は不安でいっぱいになります。今回は杉並区で長い間不登校やひきこもりの子どもや親の悩みに耳を傾けて、寄り添ってこられた心理カウンセラーの内田良子氏のお話から、子ども自らが新しい一步を踏み出すヒントを学ぶこと。

【日】3月23日(日)午後1時30分～4時30分

【場】阿佐谷地域区民センター第1・2・3集会室(杉並区阿佐谷北1-1-1)JR中央線「阿佐ヶ谷」駅より徒歩5分、東京メトロ丸ノ内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩12分

【内】50年以上も子どもの心理相談を続けてこられた内田良子氏のお話は、子どもの立場に立ってお話し

■箱庭療法ワークショップ

毎回好評の箱庭療法One Dayワークショップです。従来の箱庭療法ワークショップでは、作品を作った後には、ひかえめに感想を語る程度にとどめるのがよいとされ、物足りなさもありました。しかし、この箱庭療法ワークショップは、講師・草柳和之氏が開発したアプローチにより、作品表現を基にした丁寧で洗練された対話を重ねたり、時にワークを行うことによって、内的プロセスを促進し、素晴らしく心揺さぶる体験に発展していきます。

【日】3月30日(日)午前10時～午後5時(終了後、懇親会を行います)

【場】草柳ワークルーム(JR埼京線・山手線「池袋」駅より徒歩10分) ※参加者へ個別にお知らせします。

【内】「箱庭療法」とは、クライアントが砂の入った木箱にミニチュアを自由に置き、1つの作品として表現するアートセラピーです。ワークショップに参加した方は、箱庭療法のダイナミックで豊かな可能性に、きっと魅了されることでしょう。関心のある方のご参加を、お待ちしております。

【師】草柳和之氏(メンタルサービスセンター代表・カウンセラー、大東文化大学非常勤講師)

【対】関心のある方

【定】8名(先着順)

【方】電話にてお申込みいただいた後、参加費の振り込みをお願いします。《振込先》みずほ銀行 桜台支店(普)1438903 名義:メンタルサービスセンター 草柳和之

【費】7,700円(当日:8,800円)

【主】【申】【問】メンタルサービスセンター

【電】03-5926-5302/070-5016-1871

【HP】<https://www.5e.biglobe.ne.jp/~m-s-c/>

の市民カレッジ事務局(〒100-0012 千代田区日比谷公園1-5 3F)

【電】03-5532-1306

【F】03-5532-1307

【E】college@tokyo-park.or.jp

【HP】<https://www.tokyo-park.or.jp/association/prize/>

■JAPANこども基金

家庭、学校、行政だけでは行き届かない支援をNPOなど非営利組織が担っていますが、地域に根付いて地道な活動をしている団体ほど、資金難に苦しんでいるところが数多くあります。それらの団体の活動を支えたい。そのための基金です。

【内】▼助成金額:総額100万円 ▼団体数:3~5団体程度

【対】▼対象団体:不登校の児童・生徒(小学生・中学生)の支援を行っている団体

※法人格は問いません。ただし、次の団体(国、地方自治体、反社会的団体、宗教法人、個人、営利目的とした株式会社、有限会社などの組織、趣旨や活動が政治・宗教・思想・営利などの目的に著しく偏る団体)は除きます。▼使途:対象となる活動の事業費、人件費、管理費等(奨学金、生活費補助など、特定個人への金銭授与を主たる目的とする事業は対象外)▼期間:4月1日(火)~2026年3月31日(火)

【方】ホームページ掲載の「応募について」をご確認の上、必要書類を揃えて、応募フォーム(https://www.jkkyoukai.com/JAchildfund_application/)より応募してください。

【※】3月31日(月)午後5時必着

【他】詳しくはホームページをご覧ください。

【主】【申】【問】認定NPO法人 ジャパン・カインドネス協会(〒186-0004 国立市中1-18-41栄ビル301)

【E】kunitachi@jkkyoukai.com

【HP】<https://www.jkkyoukai.com/childfund/>

【助成情報コーナー】※締切の早い順

■第60回東京都公園協会賞 ボランティア・社会貢献活動部門

東京を緑豊かで潤いのある都市にするため、「緑と水」の普及啓発に寄与した個人または団体の作品を募集します。

【内】最優秀賞1点:20万円、優秀賞数点:10万円、奨励賞数点:3万円 ※本協会賞は、技術部門、論文部門、実施記録及び報告部門、ボランティア・社会貢献活動部門の4部門の中から入賞者を決定します。

【対】東京都内の公園緑地、都市緑化、水辺において、市民が積極的に参加協力したボランティア活動及び社会貢献活動であって、「緑と水」の普及啓発に寄与するもの。

【方】報告書(活動の内容がわかるもの)、写真(活動の様子を撮影したカラー写真4枚程度をA4版台紙にまとめたもの)、団体組織の概要など(所定の様式A4版)を添付の上、専用応募フォーム(<https://form.run/@college-z0y71Pwi8dQriVXTHg1r>)よりお申込みください。

【※】3月22日(土)必着

【他】詳しくはホームページをご覧ください。

【主】公益財団法人 東京都公園協会

【申】【問】公益財団法人 東京都公園協会 緑と水

毎月読みたい！「ぷらざ通信」は、ここにあります。

たくさんの店舗、団体、施設などのみなさん、ご協力ありがとうございます！

○区立図書館（14館）、区民事務所・地域振興室・ふれあい館（42カ所）の他に

○赤羽・西が丘・浮間・志茂周辺では・・・

北区シルバー人材センター（赤羽1-1-38赤羽駅南高架下）、大和証券赤羽支店（赤羽1-9-5）、ロイ マミヤ（赤羽1-22-3）、城北信用金庫赤羽支店（赤羽2-1-9）、赤羽病院（赤羽2-2-1）、赤羽調剤薬局（赤羽2-4-14）、ラウちゃんのおうち（赤羽2-7-2）、美容室hana（赤羽2-18-2）、東京北キリスト教会（赤羽2-64-15）、東京北医療センター介護老人保健施設さくらの杜（赤羽台4-17-56）、ダイワロイネットホテル東京赤羽（赤羽南1-9-13）、赤羽郵便局ボランティアコーナー（赤羽南1-12-10）、赤羽会館（赤羽南1-13-1）、赤羽健康支援センター（赤羽南1-13-1 赤羽会館6階）、王子クリニック（赤羽南2-10-20）、理容 富士（赤羽南2-13-13）、北部福祉倶楽部（赤羽西1-4-16）、サカ工業局（赤羽西1-5-1 赤羽駅西口アビル1階）、赤羽文化センター（赤羽西1-6-1 赤羽駅西口ビオ3階）、瀧野川信用金庫赤羽支店（赤羽西1-35-9）、赤羽幼稚園（赤羽西1-39-12）、赤羽スポーツの森公園競技場（赤羽西5-2-27）、北区ふるさと農家体験館（赤羽西5-2-34）、SOMPOケア ラヴィーレ赤羽（赤羽西5-2-43）、若葉福祉園（赤羽西6-9-2）、赤羽北高齢者あんしんセンター（赤羽北2-25-8 赤羽北区センター3階）、特別養護老人ホーム赤羽北さくら荘（赤羽北3-6-10）、ぷらっとほーむ桐ヶ丘（桐ヶ丘1-6-2-101）、桐ヶ丘サロンあかしや（桐ヶ丘1-9-3-7）、桐ヶ丘やまぶき荘（桐ヶ丘1-16-26）、マエノ薬局西が丘店（西が丘1-15-11）、特別養護老人ホーム ウェルガーデン西が丘園（西が丘3-16-27）、元気ぷらざ（志茂1-2-22）、NPO法人JAM/コアラスイミングスクール（志茂2-11-1）、マエダ薬局（志茂2-34-11）、越前谷接骨院（志茂2-41-16）、日本基督教団赤羽教会（志茂2-56-4）、特別養護老人ホームみすべの苑（志茂3-6-13）、こころ（志茂3-45-17）、西蓮寺（志茂4-30-4）、荒川知水資料館（志茂5-41-1）、区民介護株式会社（浮間1-7-4）、介護老人保健施設「太陽の都」（浮間2-1-13）、浮間高齢者あんしんセンター（浮間2-10-2 浮間区民センター1階）、特別養護老人ホーム浮間こひつじ園（浮間2-12-22）、清水坂あじさい荘（浮間3-11-26）、瀧野川信用金庫浮間支店（浮間4-13-1）、うきま幸福苑（浮間5-13-1）

○十条・東十条周辺では・・・

FLAVOUR（上十条2-7-14）、Gallery & Cafe FIND（上十条2-9-1）、十条高齢者あんしんセンター（上十条3-1-25 帝京大学4号館1階）、十条こどもクリニック（上十条3-22-8-101）、秀友塾（上十条4-20-6）、ビジネス萬秀堂（十条仲原1-1-1 十条銀座アーケード内）、十条銀座商店街振興組合（十条仲原1-4-8）、板垣医院（十条仲原1-4-14）、子連れOK!サロン「ほっこりーの」（十条仲原1-22-5）、まちなか工房（十条仲原2-3-8）、城北信用金庫十条支店（十条仲原3-13-1）、区立障害者福祉センター/支援センターきらきら/十条高齢者あんしんセンター（中十条1-2-18障害者福祉センター）、パノラマパール十条（中十条1-5-6）、いろむすびcafe（中十条4-17-1 コトニア赤羽1階）、中央公園文化センター（十条台1-2-1）、東京都障害者総合スポーツセンター（十条台1-2-2）、都立北療育医療センター（十条台1-2-3）、北区保健所（東十条2-7-3）、東十条・神谷高齢者あんしんセンター（東十条3-2-3-101 東十条グリーンハイツ）、城北信用金庫東十条支店（東十条3-15-13）、川源（東十条4-8-17）、喫茶 へにすずめ（東十条4-13-2）、自立生活センター・北（東十条4-14-1 宇賀神ビル1階）、瀧野川信用金庫東十条支店（東十条5-5-10）、旬鮮厨房 楽味（東十条5-8-18）、神谷デイサービス（神谷1-22-8介護複合施設TOKI2F）、神谷病院（神谷1-27-14）、菅野園茶舗（神谷2-24-15）、平田歯科医院（神谷2-41-7-102）

○王子・豊島・滝野川・上中里・田端周辺では・・・

紙の博物館/北区飛鳥山博物館（王子1-1-3）、王子さくらカイロプラクティック（王子1-8-1）、北とびあ（王子1-11-1 1階総合案内コーナー）、一般社団法人東京北区観光協会、6階スペースゆう、12階北区商店街連合会、東京商工会議所北支部、王子法人会、東京税理士会王子支部、王子青色申告会、北区納税貯蓄組合）、バーバーショップSUZUKI（王子1-14-2）、明治堂（王子1-14-8）、天安門（王子1-17-1）、杏花村（王子1-17-1-116）、ネワパサ（王子1-22-2一番街ビル2F）、美容室リバーヌ（王子2-14-20）、特養老人ホーム王子光照苑（王子3-3-1）、プランシエール王子（王子5-1-49）、北児童相談所（王子6-1-12）、王子郵便局ボランティアコーナー（王子6-2-28）、子ども家庭支援センター（王子6-7-3）、北区役所1階受付（王子本町1-15-22）、佐久間医院（王子本町1-27-4）、城北信用金庫王子本町出張所（王子本町2-26-1）、Dal美容室（岸町1-3-5）、北区社会福祉協議会（岸町1-6-17）、城北信用金庫王子営業部（豊島1-10-10）、王子生協病院（豊島3-4-15）、あいのわりハピリステーション豊島（豊島4-18-24ピハホーム豊島5丁目店3階）、ココキタ（豊島5-3-13）、みどりと環境の情報館（エコベルテ）（豊島5-6-1 豊島5丁目遊び場内）、健康堂（豊島8-9-6）、王子神谷齋藤クリニック（豊島8-24-4）、滝野川健康支援センター（西ヶ原1-19-12）、滝野川会館/滝野川文化センター（西ヶ原1-23-3）、ラコマート駒込店（西ヶ原1-55-27）、北区防災センター（西ヶ原2-1-6）、渋沢史料館（西ヶ原2-16-1）、瀧野川信用金庫西ヶ原支店（西ヶ原2-45-12）、NPO法人日本ファーストエイドソサエティ（西ヶ原4-33-11）、大空クラブ（栄町4-13）、酒のタジマヤ（滝野川1-4-10）、ぷらっとほーむ滝野川東（滝野川1-46-7滝野川東区民センター2階）、Tokyo Guesthouse Oji Music Lounge（滝野川2-4-17）、山田屋加藤商店（滝野川2-42-2）、駿河園商店（滝野川3-65-1-101）、三上クリーニング店（滝野川5-19-1）、介護老人保健施設リハビリパーク滝野川（滝野川6-13-13）、滝野川西エコー広場館（滝野川6-21-25）、美容室KLIMT（クリムト）（滝野川7-11-1）、かふえさくら（滝野川7-28-10）、グランダ王子（堀船1-6-6）、せらび王子（堀船1-23-8）、堀船高齢者在宅サービスセンター（堀船2-25-2-101）、東京ふれあい医療生協 梶原診療所（堀船3-29-9）、オレンジほっとクリニック（堀船3-31-15）、たいよう整骨院（中里1-7-6 ホワイトハイツ駒込1F）、つくみ庵（中里1-29-1）、ミアヘルサデイサービス中里（中里2-20-12）、特別養護老人ホーム上中里つつじ荘（上中里2-45-2）、瀧野川信用金庫田端支店（田端1-13-11）、渡辺歯科医院（田端1-23-5）、富士見橋エコー広場館（田端5-16-1）、CINEMA Chupki TABATA（東田端2-8-4）、社会福祉法人泉陽会 新町光陽苑（田端新町2-27-16）、瀧野川信用金庫本店（田端新町3-25-2）

【以上区内216カ所 順不同、敬称省略】

○区外では・・・

スーパーマーケット駒込サカガミ（豊島区駒込6-35-1）、理容室つばさ（荒川区西尾久3-20-8）、都内のボランティアセンターなど

編集後記

- 一番下の姪が今春小学校を卒業します。久しぶりに会ったところ、推しのファンクラブに入り、自分の「好き」を大事にしている姿を微笑ましく思っています。（よ）
- 愛鳥を連れながら、地元の小さな湖を散歩することがマイブームです。野鳥と交流して楽しそうにさえずっている様子がたまらなくかわいいです。（き）
- 今更ながら、初めてバーコード決済を使いました。便利さとポイントがどんとたまるわくわく感で使いすぎてしまわないように気を付けようと思います。（は）

～環境に配慮した「ぷらざ通信」づくりを目指しています～

「ぷらざ通信」は、発行に際して毎月22,000枚以上の紙を消費しています。環境への負担を低減するために、古紙再生紙を使用しています。また、印刷時に利用するインクも、生分解性に優れ、環境に配慮した非石油系大豆インクを使用しています。

