

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

4
月号

April, 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 KiVoぴっくあっぷ

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

第20期 傾聴ボランティア講座 受講者大募集！！

「聴き方」、カウンセリングの基本である傾聴について学び、必要なコミュニケーション力を身につけませんか。本講座で得た知識・技能をボランティア活動を通して地域で活かしてください！

4月2日（水）
午前10時～申込開始



●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。

(2) 高齢者施設でのパフォーマンス、職員のサポートをしてくださる方募集中!

グランダ王子

スカイツリー・新幹線の見える明るいダイニングルームで特技や日頃の練習の成果をお年寄りに披露してみませんか? 入居者様のためにお手伝いしていただきたいこともたくさんあります。空いている時間にお力をお貸しいただきませんか。

【日】月曜日～日曜日 午後2時～3時(要相談)

【場】グランダ王子(北区堀船1-6-6)

JR京浜東北線「王子」駅南口より徒歩4分、東京メトロ南北線「王子」駅出口1より徒歩7分

【内】(1)歌・踊り・手品・楽器演奏等のパフォーマンス披露

(2)利用者様のお話し相手(傾聴)

(3)草むしり・花壇の手入れ

【対】どなたでも

【募】1日あたり3名

【方】まずはお気軽にお電話ください

【他】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8ページ参照)。

【申】【問】グランダ王子

【電】03-5902-5861

【HP】https://kaigo.benesse-style-care.co.jp/area_tokyo/kita/home_gd-oji



(3) 第46回公演「夏の夜空へ 板橋公演」受付ボランティアスタッフ募集!

劇団ふあんハウス

劇団ふあんハウスでは、目のご不自由なお客様にも楽しんでいただけるよう、ガイドヘルプや音声ガイド、点字パンフ等バリアフリー観劇サポートを取り入れています。お越しいただいたお客様がスムーズに観劇していただけるよう、公演当日に多くのボランティアスタッフの方のご協力が必要です。はじめての方でも安心してお手伝いいただけます。

【日】4月18日(金) 午後4時15分～9時10分散散予定

4月19日(土) 午前11時45分～午後5時30分散散予定

【場】板橋区立文化会館 小ホール(板橋区大山東町51-1)

東武東上線「大山」駅北口より徒歩約3分・南口より徒歩約5分、都営三田線「板橋区役所前」駅A3出口より徒歩約7分

【内】<会場スタッフ> 会場内での客席案内、パンフ配布、アンケート回収等

<誘導スタッフ> 最寄り駅(「大山」駅)から会場までのガイドヘルプ(*1)

<音声ガイドスタッフ> 音声ガイド(*2)ラジオの貸出と返却管理、操作説明等

*1 ガイドヘルプ: 駅から会場まで障がいのあるお客様がスムーズに足を運べるようにご案内するシステム

*2 音声ガイド: 目のご不自由なお客様にもお芝居を楽しんでいただけるよう、音声で舞台の動きを説明します。

【対】18歳以上(高校生不可)で、お芝居や歌、演劇、舞台、バリアフリー観劇のサポート等に興味がある方

【方】(1)参加可能日、(2)参加の動機、(3)お名前・年齢・職業・連絡先、(4)ボランティア経験を入力し、下記メールアドレス宛にお送りください。

【主】【申】【問】劇団ふあんハウス

【E】info@funhouse.main.jp

【HP】<https://funhouse.main.jp/>

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：5月10日以降の記事は、4月10日(木)までにお送りください。)
- ・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 【〆】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】

■北区・子どもの水辺 開園20周年「水辺の楽校」開校

【日】4月19日(土)午前9時30分～正午

【場】北区・子どもの水辺(北区赤羽3-29先 荒川右岸河川敷)

JR京浜東北線・埼京線「赤羽」駅東口より徒歩25分、東京メトロ南北線「赤羽岩淵」駅3番出口より徒歩10分

【内】魚類などの自然観察や、植物でアクセサリ作り、干潟や水辺の清掃活動、荒川やワンドの水質検査の体験・見学ができます。

【対】どなたでも

【方】当日、直接会場へお越しください。

【費】無料

【他】汚れてもよい服装でお越しください。

【主】北区・子どもの水辺協議会／北区・子どもの水辺運営委員会

【申】【問】北区水辺の会 担当:柳澤

【電】090-4916-1322(当日連絡先)

【E】ashkochyuns2526@gmail.com

4月20日(日)午前10時～午後4時

【場】北とぴあ5階スペースゆう(北区男女共同参画活動拠点施設)、6階全館(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】ドームホール(6階) ▼4月19日(土)*午後2時～4時 講演「困難な問題を抱える女性たち～SRHRをめぐって～」講師:白井千晶氏(静岡大学人文社会科学部 教授) ▼4月20日(日)*午前10時～正午 会員の活動紹介とステージ発表(音楽演奏、日本舞踊など) *午後1時30分～4時 上映会&トーク『在りのままで咲け』『在りのままで進め』(上映時間121分)、トーク(30分):水村美咲さん(原案・企画・プロデュース・主演)▼上映会のみ保育あり(1歳以上未就学児)定員3名先着順。ご希望の方はお子さんの名前・年月齢・電話番号を明記してお申し込みください。▼両日共、販売・体験あり。4月20日(日)のみ、フードドライブあり。※4月5日(土)～4月20日(日)、北とぴあ6階にて関連の展示あり。

【対】関心のある方

【定】ドームホールのみ、各回120名

【方】講演会・上映会は要申込み。ホームページ・QRコードの申込フォーム・メールにて、お名前と電話番号を明記してください。

【費】映画上演会のみ一般1,200円、子ども席(小中高生)500円、その他は無料

【〆】上映会の保育のみ4月11日(金)まで。ドームホー

■2025ねっとわーくまつり

一人ひとりがそれぞれの個性や能力を活かし合い、共に生きる社会をつくるために

【日】4月19日(土)午後1時～4時30分

ルは、満席になり次第締切。

【他】共催：東京都北区

【主】【問】【申】北区男女共同参画
推進ネットワーク 担当：桑田

【電】080-8084-6658

【E】network@kitakudanjo.tokyo

【HP】http://kitakudanjo.tokyo/info_matsuri.html



申込フォーム

■「韓国社会と日本社会～韓国のフェミニズムジャーナル<イルダ>の翻訳記事を読んで意見交換会（隔月会）」

当法人は東アジアの市民社会のモデルを模索しています。活動の一環として韓国のジェンダーの市民活動に触れて日本のあり方や日韓関係について話し合う隔月の読書会です。昨年12月から始めました。集まって記事を読み、意見交換をし、お互い学び続ける仲間を募集します。

【日】4月20日（日）午後1時30分～4時30分

【場】参加者へ追ってメールで連絡します（浦和・大宮近辺）

【内】今回の読書会は、韓国のフェミニズムジャーナル<イルダ> (<https://www.ildaro.com/>)から市民活動が分かる記事、性暴力にあった方の手記の翻訳記事などを読み意見交換をしたいと思います。すべて日本語で行います。

【対】ご関心のある方でしたらどなたでも、韓国の知識は問いません。

【定】10名（先着）

【方】QRコードの申込フォーム、メール、電話で「氏名」、「メールアドレス」、「電話番号」、「韓国、フェミニズム、韓国の市民活動などの何に関心があるか」をお知らせください。申込フォームまたはメールでお申し込みいただいた方には、折り返しご連絡いたします。

【費】300円（資料代と会議室代）

【日】4月19日（土）

【主】【申】【問】NPO法人Asia Commons 亜洲市民之道 担当：麻生水緒

【電】080-5412-4914

【E】asiacommons@gmail.com

【HP】<http://asiacom.exblog.jp>



申込フォーム

【区外】※開催日の早い順

■NPO法人ほっぷらん設立記念交流イベント

生きづらわーほりプロジェクトは、これまで任意団体として「ひきこもりの生きづらさを和らげる活動」に取り組んできましたが、この度NPO法人化することになりました。これによって、運営面の強化を図り、地域で活動されている市民活動団体の皆さまとの連携もさらに強化して、活動内容や活動範囲を拡大・発展させていきます。この「NPO法人ほっぷらん」の設立を記念して、市民活動に関わっている方や関心をお持ちの方など、地域の皆さまと交流を図るイベントを開催することにしました。ぜひお気軽にお越しください。

【日】4月20日（日）午前11時～午後2時

【場】Stage-C（板橋区前野町6-17-16）

東武東上線「上板橋」駅北口より徒歩13分または東武東上線「ときわ台」駅より国際興業バス「前野町六丁目」停留所より徒歩1分

【内】午前11時～正午 NPO法人ほっぷらんの紹介（団体説明とパネルディスカッション）

正午～午後2時 懇親会（飲み物、軽食付き）

【対】市民活動に関わっている方や関心をお持ちの方など

【方】メールまたはホームページの申込フォームよりお申し込みください。

【費】1,000円

【日】4月19日（土）

【主】【申】【問】NPO法人ほっぷらん（旧生きづらわーほりプロジェクト） 担当：富安

【E】zurahori@yahoo.co.jp

【HP】<https://ikizura-wh.jimdofree.com/>

【助成情報コーナー】※締切の早い順

■地域活動団体への助成「生活学校助成」

近所のお年寄りや子どもたちの見守り、ごみの回収や資源リサイクル活動など、身近な地域や暮らしの間

題に取り組むグループの皆さま、生活学校に参加してみませんか？生活学校の趣旨に賛同し、参加を希望する地域活動団体の募集を行い、当協会から活動経費の助成を行います。

【内】▼生活学校への参加：6万円（初年度3万円、2年目3万円）▼全国運動への参加：上限5万円（現在のテーマは「食を通じた子どもの居場所づくり」）

【対】次の両方に該当する団体。

(1)身近な地域や暮らしの課題解決に取り組む地域活動団体で、生活学校に参加意向のある団体

(2)全国の生活学校が連携して行う全国運動に参加意向のある団体

【方】まずはメールでご連絡のうえ、申請書類をお取り寄せいただき、下記の書類を合わせてメールでご提出ください（メールには、「県名」「ご氏名」「地域活動団体名」をお書きください）。

・申請書（所定の書式に必要事項を記入）・活動の様子がわかる会報または資料等（A4サイズ1～2枚程度）。

【✕】4月30日（水）

【他】詳細はホームページをご覧ください。

【主】【申】【問】公益財団法人 あしたの日本を創る協会 生活学校募集係（〒113-0033 文京区本郷2-4-7 大成堂ビル4階）

【電】03-6240-0778

【F】03-6240-0779

【E】ashita@ashita.or.jp

【HP】http://www.ashita.or.jp

■2025年草の根育成助成事業募集

様々な社会問題を解決しようとする諸団体と協働し子どもから高齢者まで市民一人ひとりが心豊かな市民生活を実現するための取り組みに、助成金を交付します。

【内】▼助成金額：1事業あたり上限100万円 ▼助成対象経費と補助率：申請内容により区分します。詳細は、募集要項・手引きをご確認ください。

【対】▼助成対象期間：2025年4月1日（火）～2026年3月31日（火） ▼助成対象事業：以下の7分野に属する事業（1）障がい者、生活困窮者や事故、災害、犯

罪等による被害者の支援を目的とする事業（2）高齢者の福祉の増進を目的とする事業（3）勤労意欲のあるものに対する就労の支援を目的とする事業（4）児童・青少年の健全な育成を目的とする事業（5）教育、スポーツ等を通じて心身の健やかな表現と豊かな人間性を涵養することを目的とする事業（6）文化および芸術振興を目的とする事業（7）地域社会、コミュニティの健全な営みを目的とする事業

▼募集対象者（応募資格）：東京都内に事業活動拠点を有する非営利の法人（NPO法人、社団法人、財団法人等）及び任意団体。

【方】必要書類は当財団のホームページからダウンロードの上、手引きに沿って作成し、当財団宛に郵送、併せてメールにてご提出ください。※インターネット環境のない方は電話でお問合せください。

【✕】5月1日（木）～5月16日（金）消印有効（メールは必着）

【他】詳しくはホームページをご覧ください。

【主】【申】【問】公益財団法人 草の根事業育成財団事務局（〒182-0024 調布市布田1-15-9-403）

【電】042-427-4278（平日午前10時～午後4時）

【F】042-449-6942

【E】info@kusanoneikusei.net

【HP】https://www.kusanoneikusei.net/jyoseisinseianai.html

お詫び

ぷらざ通信2025年3月号インフォメーションの「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」記事内にて、表記に誤りがありました。

お詫びして、訂正させていただきます。

p.13 右列 上から7行目

誤：【E】 → 正：【電】



毎月読みたい！「ぷらざ通信」は、ここに 있습니다。

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）、ララちゃんのおうち（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 ラヴィール赤羽（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ずべの苑（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）、パノラマプール十条台（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ピパホーム豊島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

○暖かくなると、ぬか床の発酵が進むので、毎日かき混ぜる度に季節の移り変わりを感じます。定番のきゅうりやみょうがに加え、菜の花にも挑戦したいです。（よ）
○先月購入した鉢植えの沈丁花の花が咲きました！毎朝窓を開けるたびに、高貴な香りに癒されています。自宅でも楽しめるのは贅沢ですね♪（き）
○桜の木にウグイスがとまっている光景を見て、妹や祖母と一緒に、思わず写真を撮ってしまいました。春を感じる素敵な瞬間でした。（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。

