

月刊

ボランティアしたい人と募集してほめる人をつなぐ
みんなのボランティア情報誌

ボラナビ

8 No.96
月号

無料 自由に
お持ち帰りください

秋・初冬の表紙イラスト
募集中 ボラナビ倶楽部まで
送ってください。

今月の表紙イラスト
札幌市西区の佐藤京子さん



こんな情報が
いっぱい!

▶ 10 p
▶ 9 p
▶ 8 p
▶ 6 p

学園祭のお手伝い（光の森学園）
買い物や映画鑑賞と一緒に
行ってくれる人を募集
第10回レインボーマーチ
札幌ボランティアスタッフ募集
北海道精神障がい者セミナー
& キャンプボラ募集

ご近所でやってみる？
アンケート特集
青年海外協力隊OB・OGコラム

ご近所ボラ（東区版）
わたしのボランティア事情。
泣いた！ 笑った！ タンザニアで……

北海道のNPO 法人認証数
1,073 法人
(2006.6 月末現在)



公園で遊ぼう! 公園で学ぼう! 公園を考えよう!

●公園ねっとわーく <担当: 中村>

FAX: 011-791-9417 Eメール kouen_net@yahoo.co.jp

URL <http://www2.odn.ne.jp/kouen-network/>

「公園はみんなのもの!」をテーマに、公園でできることを考えたり、公園がもっとたくさんの人達の交流の場となることを目指して活動しています。7月にはモエレ沼公園のサクラの種取りと種まきに参加しました。冬にはイグルーを作ったり、アイスクャンドルで公園を明るくしています。あなたも一緒に参加しませんか。



■買って応援! ボランティア (作業所のお店紹介) ■

●作業所とは、障がいのある人達が地域の中で働き活動する場です。あなたの利用が、障がい者の支援につながります。

共同作業所 ウイズ工房

住 所 札幌市東区北10条東3丁目43-41
地下鉄東豊線「北13条東駅」より徒歩5分

TEL 011-751-2966

FAX 011-751-2968

開始時間 10:00~16:00

和紙・革の工芸品をバザーで直接販売しています。

- ・眼鏡立て 500円
 - ・印鑑ケース 1,000円～
- カードケース、名刺入れなどもあります。



札幌市小規模作業所

NPO工房ウッディートイズ

住 所 札幌市東区本町1条2丁目6-6-3
地下鉄東豊線「環状通東駅」2番出口より徒歩15分

TEL・FAX 011-786-4353

障がい者に思いやりのある制作補助のボランティア募集中!

- ・メモリン 100円
 - ・携帯フクリン 100円など
- 8/14~16 札幌バザール(大通公園)に出店します。見に来てください。



東区には、約54のNPO法人(2006年6月現在認証数)と、15の作業所(2005年10月現在)があります。



あなたの近くにこんな団体、ボランティアがあります!

サッポロさとらんど、札幌コミュニティドーム(つどーむ)、モエレ沼公園など、遊びで東区を訪れた人も多いのでは。時には交流を目的に歩いてみませんか。あなたの職場や家の近くでボランティアを求めているたり目標を持ち活動している団体があります。今日はどんな人に会えるかな。あなたを待つドアを開けてみよう!

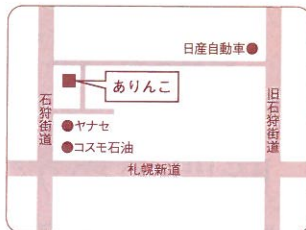
人形劇のスタッフ募集

●人形劇団 ありんこ (担当: 河合)

〒007-0835 札幌市東区北 35 条東 1 丁目尾形ビル 401 号室
地下鉄南北線「北 34 条駅」より徒歩 6 分
TEL: 011-733-7810

結成 25 年目を迎えた劇団です。観客の皆さんと舞台が一体となれる作品作りをこころがけています。一緒に活動してくれるスタッフを募集しています。楽しくて不思議な人形劇の世界へぜひ来てください。

●年間予定/公演: 年 10 回程度 (こぐま座、保育園など)
例会 (制作、練習など): 月 8 回程度



ウッディートイズ
東区ってこんなカタチ

障がいをもった子ども達と遊ぶボランティア募集!!

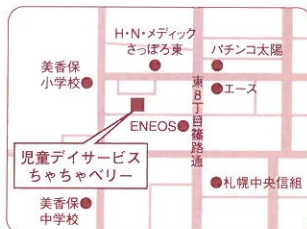
●NPO 法人ステップバイステップ

児童デイサービスちっちゃベリー (担当: 藤田)

〒065-0018 札幌市東区北 18 条東 7 丁目 2-20
地下鉄東豊線「東区役所前」下車 2 番出口より徒歩約 10 分
TEL: 011-711-8689

いろいろな障がいをもつ子ども達と、夏・冬休みを含め遊んでください。保育を勉強中の方、保育に興味のある方、

体力に自信のある方、大歓迎! もちろん初めての方もご連絡ください。交通費は 1 日につき 500 円支給します。また、知的障がい者デイサービスでは、成人の障がいをもった方達とパンやお菓子を焼いたり、小物を作ったりしてくれるボランティアも募集しています。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。



札幌市の市民活動促進条例案

「1%支援税制を考える集い」

日時: 8月2日(水) 18時30分~20時30分

場所: 札幌市環境プラザ環境研修室 1
(北区北 8 条西 3 丁目エルプラザ 2 F)

参加費: 500 円 (資料代)

内容: ・主催者代表より問題提起
・樽見弘紀氏 (札幌市市民活動促進条例検討協議会メンバー/北海学園大学教授) より話題提供
・話題提供を受けてフロアディスカッション

主催: 1%支援税制を実現する会 (呼びかけ団体: NPO 推進北海道会議、札幌チャレンジド、ボラナビ倶楽部、npoSMN ネット、API ジャパン)

申込み方法: FAX、E-mail でお願います。

問合せ先: 1%支援税制を実現する会
中央区南 2 条西 10 丁目クワガタビル 2 F
NPO 推進北海道会議内

TEL: 011-204-6523 FAX: 011-264-6523

E-mail: npo@mb.infosnow.ne.jp

※メールでお申込みの際は、件名に、必ず「1%支援税制を考える集い」とお書きください。

団体側に資格・時間などの制約があまりないこと。
考えるよりまず動く。
(23歳/会社員)

どうすれば
自分自身がもっと
ボランティアに
参加しやすくなると
思いますか？

思い切り。
やる気。
(46歳/主婦)

難しい質問です。
一步踏み出す勇気でしょうか。
(42歳/パート)

自分に心と時間のゆとりをもつこと。
(40代/介護職員)

時間のやりくりですね。
いつも体が3つくらい
ほしいです。
(34歳/求職中)

ボランティアの情報がもっと
身近にあればよいと思う。
(20歳/大学生)

自宅の近所。
(でできること)
(30歳/主婦)

今はまだ子どもが小さいので
大きくなったら人の為(子ども達)
に何かしてみたい。
(37歳/調理士(補))

できれば交通費程度の
有償(ボランティア)だと
負担も楽かな。
(37歳/無記名)

規制が多いように思います。
老齢期の人いろいろ。
社会参加の機会を待っています。
(71歳/NGOスタッフ)

やってあげるという
思いをへらすこと。
(26歳/telオペレーター)

夫がいるときに出来る
短期間のものがあるといいです。
(38歳/主婦)

家族の協力。
自分自身がもっと社会勉強する。
(40歳/主婦)

「継続は力なり」と言います。
出来る限り続ける=参加し易い。
(63歳/無職)

周りに同じような考えを持つ
仲間がいると
情報交換ができて良い。
(38歳/在宅介護奮闘中!)

自分ができることで、
活動に参加できること。
できないことを無理に求めない。
(24歳/学生)

はずかしいと思わずにやれば
参加しやすいと思います。
(55歳/主婦)

時間を作り出す。
需要を知る。
アンテナを高くする。
生きる意欲を高くする。
(35歳/主婦)

比較的自由な時間があること。
年代の近い仲間がいること。
(30歳/パート)

受け入れ体制を整えてほしい。
(ばくぜんと「ボランティアをしたい!」
という人にうまく役割分担をさせられるように)
(27歳/会社員)

わたし

ボランティアのための 有休とかも認めてほしい。

(40歳/施設職員)

人見知りする自分の
性格を変えること。

(16歳/高校生)

条件が明示されていれば
二の足を踏まない。
(46歳/主婦)

今までに感じたボランティアは
自主性ではなく行事の「強制」な
イメージが強いため、このイメージを
どうにかすればいいのではと思います。

(21歳/大学生)

職場や周囲の理解。

(43歳/公務員)

緊急の事情が来たときに
すぐ交替の人がいること。

(55歳/主婦)

託児があると嬉しい!

現在の活動を始めたときには、
他のボランティアの方をお願いしたり、
有償の託児を利用して大変でした。

(ひみつ/NPO職員)

ボランティア経験者の体験談を
身近に聞く事が出来たり、
参加する意思のある他の
参加者の年齢を知りたい。

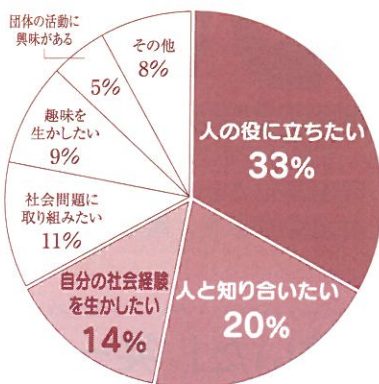
(27歳/会社員)

時間を上手に使うこと、
何でもおっくうがらない。

(52歳/主婦)

6月号で募集した「ボラナビ誕生日おめでとう企画アンケート」
の中から、ボラナビ読者のホンネをここで大公開! ボランティアの
理想と現実や、問題から提案まで、いろんなことが見えてきます。

Q. ボランティアをする (したい) 動機は?



(回答: ボラナビ読者 131名)

ーボランティアに参加するために

必要な30のことー

ボランティア事情。

青年海外協力隊

OB・OG 99人

「海外でボランティアをする」— 夢見たことはあるけれど、実現していない人は多いのではないのでしょうか。もしかしたらあなたが行くかも、あるいは行ったかもしれないその土地の様子を、青年海外協力隊 OB・OG の方々に教えていただきます。

第3回

泣いた! 笑った! タンザニアで……

藤井悠詞(ゆうし)さん(24才) 03年12月から2年間、タンザニア共和国で小中高生や選手、指導者に対して空手道の指導などをおこなった。



“JAMBO” どこかで聞いたことがある人もいるかもしれませんが、JAMBO(ジャンボ)ってスワヒリ語で「元気?」という意味なんです。僕はこのスワヒリ語を日常的に話す国「タンザニア共和国」で、2年間空手道の指導をしていました。「アフリカで空手?」と思われる人も多いでしょうが、空手道は忍者と同じくらい神秘的な東洋武術という位置づけで、子どもからお爺ちゃんまでみんなが知っている日本語なのです。電気も水も無いようなところに行っても、何故か空手は大人気でした。

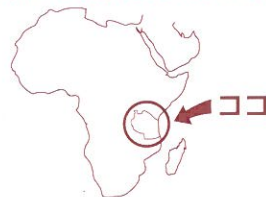
そんなタンザニアで、6才から50才までの空手道愛好家に対して、空手道の指導ができたことは最高の日々でした。もちろん全てが順調だったわけではありません。方針の違いで喧嘩したり、斬新過ぎて反感をかったり、「若造が何ほどのものぞ」と露骨に軽視されたり、等々。腹がたって「よし、全部ぶち壊してしまおう」と思ったことは1度や2度ではありません。2年間でどれだけのことができたのか、正直なところ答えは出ませんが、とにかく「日本の空手道」にこだわりぬいた僕の指導方針に賛同してくれた仲間達がタンザニアにはいます。そんな彼らがかの地で空手道を続けていく限り、そのまた生徒達へと空手道の精神が受け継がれていくことを信じています。

「まるで波紋のように」。そんな仕事ができただとしたら協力隊冥利に尽きます。日本に憧れを持ち、空手道に敬意をはらってくれる生徒や先生達との交流の中で「なぜ僕が空手道を続けてきたのか?」という長年の問いに答えを見出すことができた気がしています。タンザニアに行くまで、僕自身が「本当に空手道が好きなのだろうか?」と思っていたのですが、どうやら好きだったようです。タンザニアの仲間達と20年後の再会を約束してしまったので、今後はその日まで精進するだけです。それが僕と彼らとの絆なのではないかと、約束を思い出しはニヤついてしまう今日この頃です。最後に……、協力隊は楽しい!



豆知識

アフリカ大陸最高峰のキリマンジャロ(標高5,895m)。そこから見渡す赤道上の万年雪は、光の加減で緑や赤に色が変わり、その美しさはとも言葉では説明できないそう。



▼応募相談・活動についてなどボランティアに関するお問合せは

独立行政法人
国際協力機構 札幌国際センター(JICA 札幌)

〒003-0026 札幌市白石区本通16丁目南4番25号
TEL: 011-866-8393 FAX: 011-866-8382
Eメール jicasicl@jica.go.jp



情報をお待ちしています

ホームページの入稿フォームをご利用ください。

- ボラナビ HP <http://www.npohokkaido.jp/volunavi/>
 - ボラナビ.net <http://www.npohokkaido.jp/volunavi.net/>
- ※インターネット環境が無い方は、FAX や郵便でお送りください。

締切は毎月 25 日、次回は 8 月 25 日締切り→10 月号掲載です。
※掲載ご希望の方へ (P10) もご覧ください。

掲載情報のご利用にあたり

- 情報の詳細は各団体にお問合せください。
- 活動で生じた問題につきましては、当事者間で解決を図られるようお願いいたします。
- 思いやりをもって活動しましょう。

9/23
24

第 7 回国際デーのボランティア

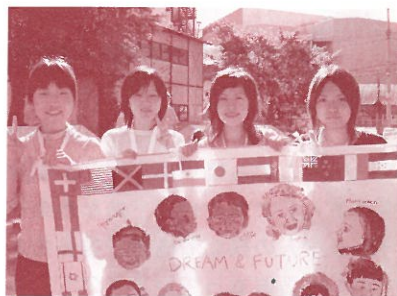
札幌近郊に住む外国人の方が、自国の料理を出店したりステージで踊りや歌などの発表をして、交流を深める国際デーというイベントを毎年 9 月におこなっています。大勢の日本人の方も参加して楽しい時間を過ごします。このイベントのサポートをしてくださる方を募集します。英語ができなくても大丈夫です。興味のある方は、お気軽にお問合せください。

● 日時・内容 / 9 月 23 日 (土) 13:00~16:00 20 名。前日の会場設営軽作業 (女性でも大丈夫です)。

9 月 24 日 (日) 9:00~17:00 50 名。当日のイベントの手伝い、出店の販売補助、ゴミの始末、後片付けなど。

● お問合せ / うえるかむはうす <担当: 松本> 札幌市中央区北 1 条東 6 丁目 10-27

TEL・FAX: 011-222-6766 (火~土の 14:00~17:00) Eメール welcomehouse@rose.ocn.ne.jp



8/10
締切

学園祭のお手伝い

知的障がい者更生施設札幌光の森学園では、学園祭でのボランティアを募集します。内容は、①ステージの準備、出場者の誘導②駐車場整理③会場の清掃④出店の販売補助、チケット整理⑤利用者の食事介助、誘導など。④と⑤はできるだけ多くの人の助けが必要です。食事券を配布しますので、昼食の用意は必要ありません。詳細はお問合せください。

● 日時 / 9 月 2 日 (土) 9:30~ボランティア内容の説明ミーティング、11:00~15:00 学園祭、16:00 終了

● 場所 / 札幌市中央区盤渓 259-5

● 交通機関 / 学園送迎バスが地下鉄東西線「円山公園駅」4 番出口より 9:00 発 ②地下鉄東西線「円山公園駅」バスターミナルよりばんけい観光バス荒井山線盤渓行き「我夢主」下車徒歩 7 分

● お問合せ / 社会福祉法人光の森学園学園祭ボランティア <担当: 福士> TEL: 011-615-2401



NPO・ボランティアの主宰者をサポートします

これからの NPO に何が求められているのか。独自のミッションをいかに構築するのか。NPO の成功とその基本原則とは。活力あるボランティアとスタッフの人事管理とは…、などに関する「無料相談」を行っています。

「無料相談」を受け付けています

より良い市民社会の実現を目指し独自のミッションを掲げ、NPO 活動、ボランティア活動の運営に取り組んでいる“あなた”のリーダーとしての「可能性」を引き出します。詳細はホームページ (<http://www.niizuma.org>) をご覧ください。

NPO 創業コーチング 新妻カー事務所

【事務所】札幌市東区北 25 条東 12 丁目 3 番 12 号 メゾンアップル 305 号
NPO 法人グリーンヘルプジャパン 正会員
<http://www.greenhelp-japan.org/>

8/27 「笑いで壁をふつとばせ」第2回自主公演

手話落語研究会笑北会（しょっぺいかい）は、03年から、あらゆる人が共に笑えるバリアフリーな落語活動をしています。多くの方に笑いを提供したいと、日夜稽古に励んで居りますので、どうぞ劇場に足をお運びください。

- 日時／8月27日(日)17:30開場 18:00開演
- 場所／生活支援型文化施設 コンカリーニョ 札幌市西区八軒1条西1丁目 JR「琴似駅」直結
- 料金／前売り1,000円、当日1,500円 チケット取り扱い：4プラ・大丸プレイガイド、ローソンチケットLコード17903他
- お問合せ／林家とんでん平事務所
TEL：011-856-3131 FAX：011-856-3030



随時 風人の祭を一緒に作り上げましょう!!

昨年、東区で行われた風人の祭 2005 in 北海道。今年は札幌芸術の森、野外ステージで開催予定です。みんなで作り上げるこのお祭りは、今では全国各地でおこなわれています。風人とは、「思いを持って生きる人、自然と共に生きる人」です。ぜひ、あなたも一緒にこのお祭りを作ってみませんか？今年も風人の祭北海道実行委員会を立ち上げて、みんなで企画・運営をしていこうとおもっていますので、お問合せ・ご応募、お待ちしております!!

- 開催日／9月10日(日)
- 場所／活動場所：札幌市中心部 開催場所：札幌芸術の森 野外ステージ 月2～4回程度、エルプラザでミーティングをします。
- お問合せ／嬉楽〈担当：石田〉 Eメール kaori@kiraku.org
URL <http://rera.kiraku.org>



ボラナビボランティアが見た! 参加した! やってみた! ボランティアを紹介します。

私は6月からボラナビボランティアをしています。月刊ボラナビ2月号に掲載されたデータ入力ボランティアに応募したことがきっかけでした。今は週に1～2度、ボラナビ事務所でデータ入力や軽作業を、自宅ではインターネットでの調査などを行っています。自分にできる事をできる範囲で楽しみながらやっています。8月には大きなイベントでボランティアをする予定なのでとても楽しみにしています。(杉下由美子)

地球一周国際交流の船旅ボランティアスタッフ募集

船旅参加費割引特典のあるボランティアスタッフを募集しています!!
主な仕事内容は事務仕事から力仕事まで、様々なクルーズ出発前の準備作業。
「ボランティア活動してみたい」方から「世界一周したい」方まで、年齢制限、必要資格等一切ありません。説明会は随時行っていますので、資料(無料)をご請求の上お気軽にご参加ください。



ピースボートセンターさっぽろ 〈担当：垣貫・小池〉

〒060-0032 札幌市中央区北2条東3丁目2-11 アイシステムビル1F (サッポロファクトリー近く)
TEL：011-271-1665 FAX：011-271-3685(10:00～20:00日曜休み) Eメール sapporo@peaceboat.gr.jp URL <http://www.peaceboat.org>

8/1
締切

全国の小・中・高校生が滝野で国際協力合宿!

子どもの国際的人権問題を扱う NPO 法人フリー・ザ・チルドレン・ジャパンの恒例行事、サマーキャンプ! 全国の、国際協力活動をしたい、または活動している子ども達と一緒に会し、2泊3日の合宿で学習し親睦を深めます。今年度は開催地に札幌が選ばれ(05年は岩手、04年は沖縄)、初の試みとして企画・実施自体も中高生でおこないます。対象は小4~高3までの国際協力に興味のある男女です。申込み方法など詳細はお問合せください。

- 日時/8月13日(日)13:00 札幌駅集合 15日(火)16:00 札幌駅解散 ●場所/国立滝野青少年山の家
- 参加費/5,000円(宿泊費・食費含む) ●締切/8月1日(火)
- お問合せ/Free the Children Japan 北海道 <担当:二木あおば>
TEL:0133-72-2237 Eメール ftc.hokkaido@bridge.ocn.ne.jp URL http://www.ftcj.com/

随時

買い物や映画鑑賞と一緒にしてくれる人を募集

私(20代・男性)は電動車いすを利用しています。外出時に付き添ってくれるボランティアさんを募集します。コンサートにも行きたいですが、介助がないとできません。また、土・日曜日以外の夜間や泊まりで、夕食づくりや片付け、書類整理、起床介助などをしてくれる方も募集中です。気楽にお電話ください。

- 日時/買い物介助 10:00~15:00、映画鑑賞の付添い 9:30~16:00 いずれも土・日曜日 ※時間変更可能、外出時の交通費はこちらで負担します。
- 住所/札幌市東区北27条東18丁目
- 交通機関/地下鉄東豊線「元町駅」より徒歩10分
- お問合せ/志鎌(しかま)和夫 TEL:011-784-5250 携帯:070-5600-8875



8/1

元気フェスタ!! なまらぜいたく祭

プロシンガーによるライブ(演歌・ポップス・ジャズなど)、南京玉すだれ、マジックと太っ腹ビンゴゲーム大会をおこないます。景品は、野球やサッカーの観戦チケット、レストランお食事券の他さっぽろ村ラジオ番組出演権もあり、盛りだくさんです。遊びがいっぱいの託児所付き。ご家族揃って遊びに来てください。

- 日時/8月1日(火)13:00~16:30
- 場所/ホテルライフオーブ札幌 ライフオーブホール 札幌市中央区南10条西1丁目
- 入場料/1,000円(小学生以下無料)ビンゴ大会はカード1枚につき200円
- お問合せ/元気フェスタ!! さっぽろ笑 EVER(わらえばー) 実行委員会 TEL:011-777-9526

民間食医

生薬膳ソムリエ資格認定講座 受講生募集

***** 生薬膳ソムリエとは *****
「穀」「畜」「菜」「果」「薬草・ハーブ」の
「コンサルタント」のことで!

***** 研修内容のあらまし *****
★気血水陰陽五行論を身につける ★食を通じて体力抵抗力をつける
★食品固有の五性五味を習得する ★食品固有の薬効帰経を習得する
★食を通じて自然治癒力をつける ★薬膳献立の設計技術を習得する

この資格に加え、ハーブティソムリエカハーブ栽培ソムリエの道も!

☆日時/平成18年8月13日(日)13:00~
(月に2回・日曜日・4時間・計10回5ヶ月40時間)
(修了生に「生薬膳ソムリエ」資格を認定します)
☆会場/北海道立市民活動促進センター 1階会議室
(札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館の西側ビル)
☆費用/28,000円(申込時12,000円あと4,000円×4ヵ月)
(資料・プリント代:別途各回500円)
☆お申込方法/TEL又はFAXで「資料」をご請求ください
★お申込み・お問合せは
NPO 法人北海道薬草の会
〒060-0021 札幌市中央区北21条西15丁目1-1-406
TEL 011-700-3800 FAX 011-700-3811

8/20

スキンカムフラージュ 無料体験しに来てください

スキンカムフラージュとは体や顔に出来た傷跡の皮膚変色や、白斑、母斑などを特別なクリーム(ファンデーション)を使いカムフラージュする技術です。たくさん色の中から一人ひとりの肌色にあったクリームを選び、その人が本来もつ肌色に近づけ目立たなくします。今回、札幌にて無料体験をおこなうことになりました。白斑などで悩みの札幌近郊にお住まいの方はこの機会にどうぞご参加ください。男女不問。顔や体など服を脱がずに施術出来る部位でしたらどこでもOKです。当日は簡単なカウンセリングの後、実際にカバーの施術を体験できます。

- 日時／8月20日(日)10:30~15:00 受付14:30まで。
- 場所／札幌市社会福祉総合センター 札幌市中央区大通西19丁目1-1
- 交通機関／地下鉄東西線「西18丁目駅」下車〈出口1番〉JRバス、中央バス「北1条西20丁目」下車徒歩3分
- 参加費／無料
- お問合せ／スキンカムフラージュサービス〈担当：白石〉
TEL・FAX：011-809-1523 (19時以降にお願いします) Eメール vamos@crocus.ocn.ne.jp
URL <http://www.community.sapporocdc.jp/comsup/skin-camouflage/outline/>



9/17

第10回レインボーマーチ札幌ボランティアスタッフ募集

今年も9月17日(三連休中日)に、レズビアン・ゲイ・バイセクシャル・トランスジェンダーをはじめとするLGBTの存在を広く社会に知ってもらうことを目的として「レインボーマーチ札幌」を開催します。このイベントは、今年で10回目を数え昨年の参加者は約1,000名を超えました。当日と準備期間のお手伝いをするヘルプスタッフを募集します。内容は、オープンカー・ワンボックスカー等の運転・飾り付け、ブース販売、風船のガス入れ、街頭ビラまき、隊列整理、準備期間の郵送・梱包作業です。オープンカーなどの運転手(要運転免許証・大型免許)、翻訳のできる方、外国語(主要5カ国語等)が話せる、通訳できる方(外国籍者可)も募集しています。詳しく知りたい方、興味のある方はお気軽にご連絡ください。



- 日時／9月17日(日)9:00~15:00 くらい(9月の説明会時に詳細連絡します)
- 開催場所／札幌大通公園西6丁目
- お問合せ／第10回レインボーマーチ札幌 実行委員会〈担当：野村〉
Eメール kazu199115@yahoo.co.jp URL <http://www.rainbowmarch.org/>



講演会に来てみませんか?

宮崎アニメの深層心理 -現在の対人トラブルには過去の親子関係が影響する-

皆さんは、『となりのトトロ』のトトロって何か知ってますか? メイちゃんが見つけた架空の動物でしょうか? さつきちゃんはどうして猫バスを呼ぶことが出来たのでしょうか? 『千と千尋の神隠し』の中で、ハクにニガ団子をあげたのは何を意味しているのでしょうか? また、ラストシーンで、多くの豚の中に両親がいないことがなぜわかったのでしょうか?

皆さんが知っている宮崎駿の世界には、親子関係や対人関係の深層心理がわかりやすく描かれています。アニメの世界を通して、子育てや人との関わりを見直してみませんか? もっと優しいあなたに会えるかもしれません。

- 日時：2006年8月5日 13:30 講演開始
- 場所：札幌教育文化会館 305 研修室
- 講演会費：2,000円
(事前申込みは不要です。お気軽にお越しください)

- お問合せ／日本ケア・カウンセリング協会北海道工ノリア支部
電話・FAX：011-642-5475
日本ケア・カウンセリング協会
HP <http://www.npo-jcca.org/>

ミニ・フォーメーション mini-information "mininformation"

期間	タイトル	時間・場所	内容
8/2~16 他	ワークキャンプ 参加者募集	①8/2~16 モンゴル ②8/20~30 韓国 ③9/4~18 スリランカ	現地で活動(ペンキ塗り、井戸掘りなど)をしながらキャンプや交流をします。8月と9月は、モンゴル、韓国、スリランカでの募集があります。参加費①240,000円②108,000円③228,000円。詳細はお問合せを。☎good! 東京オフィス<佐藤> TEL: 03-3973-1631 Eメール gdwcp@ybb.ne.jp URL http://www.geocities.jp/gdwcp/
8/6	尾辻かな子講演会	(日)14:00 開場 14:15 開演 北海道クリスチャンセンター 5階チャペル	話者は、「カミングアウト—自分らしさを見つける旅」の著者であり、大阪府議会議員です。性的マイノリティーについて考える機会にして欲しいです。500円(資料代) ☎NPO 法人ヴァーブ札幌支部<品田> Eメール sapporo.sibu@verb.org.ai-sun.com 携帯: 090-2870-2573 URL http://ai-sun.com/verb.org/main.htm
8/7~9	やってみよう! 環境教育	(月)13:00~ (水)12:30 まで おたる自然の村	「知る」「体験する」「作る」の三本立ての環境教育リーダー研修基礎講座。JR「小樽駅」より送迎バス有。参加費8,800円(宿泊費、食費5食分、傷害保険料含む)。☎環境省北海道地方環境事務所<寺西、花井> TEL: 011-251-8702 Eメール REO-HOKKAIDO@env.go.jp URL http://hokkaido.env.go.jp
8/16~17	北海道精神障がい者 セミナー&キャンプ ボラ募集	(水)~(木) 滝野すずらん公園キャン プ場	障がいをもつ方もたない方も一緒に遊び触れ合うキャンプで、野菜を切ったり洗ったり、会場設営などの簡単な作業ボラを募集。☎石橋病院作業療法課<西山・佐々木> TEL: 0134-25-6655 URL http://seminar-camp.hp.infoseek.co.jp
8/19	第2回ヴィタライゴ 友の会	(土)14:00~15:30 社会福祉総合センター 第3会議室 札幌市大 通り西19	白班でお悩みの当事者又は家族の方が対象。治療や生活全般に対する情報交換と語らいの場です。無料。☎ヴィタライゴ友の会事務局<白石> TEL・FAX: 011-809-1523 (電話は19:00~) Eメール vamos@crocus.ocn.ne.jp
8/22・29 9/5	自分再発見講座	全3回(火)13:00~ 15:00 札幌市北老人福祉セン ター1階教養講座室	生涯現役でいつまでも生き生きとした生活を送りましょう。テーマに関心のある55才以降の方が対象。受け付けは、電話または窓口で。定員(15名)になり次第締切。無料。他に健康講話会を毎月開催中。☎札幌市北老人福祉センター<高橋・福迫> TEL: 011-757-1000 FAX: 011-709-8110
8/26	ボーリングと一緒に 行きませんか	(土)9:30~15:00 近隣のボーリング場	知的に障がいをもつ利用者と一緒に楽しく交流するボランティアです。見学可能。他の曜日も募集しています。☎札幌市北新琴似1-12-6-47 TEL: 011-761-2811(平日日中に連絡希望) FAX: 011-761-2851

詳細は各団体に直接お問合せください。

「月刊ボラナビ」に掲載ご希望の方へ

- いただいた情報は掲載内容や期日によって選別し「ボラナビ.net」「月刊ボラナビ」「ボラナビメルマガ」へ掲載いたします。ボラナビでは情報を受付後一週間以内にお返事をしていますが、連絡がない場合は情報が届いていない可能性がありますのでお問合せください。
- 掲載した団体、個人の方には後日効果アンケートをお送りし

ますのでご協力をお願いします。

- 掲載した情報以外の個人情報を第三者へ開示することは原則としていたしません。ただし、情報開示や共有について掲載主の同意がある場合、法令の規定に基づき提供しなければならない場合は、個人情報を開示する場合があります。

登録ヘルパー募集

興味のある方 ぜひともお気軽に応募ください♪

- 資格/ホームヘルパー2級以上、未経験者大歓迎
40歳以上 運転免許必須 パソコンの出来る方(打込み)
南区在住の方(周辺の方も応相談)
- 勤務時間/応相談、深夜もできる方大歓迎
- 給与/時給930円(交通費別途。深夜手当などの諸手当有り)
- 勤務場所/南区とその周辺
- 応募方法/履歴書を当事業所までご郵送ください。

NPO法人せせらぎ ヘルパーステーションせせらぎ
〒005-0804 札幌市南区川沿4条3丁目4-8 フラワーマンション203号
TEL:(011)572-7810 FAX:(011)572-7840

ハンド・フットケアの技術を身につけたい方 介護に役立てたい方、募集しています

日時: 8/6(日) 8/28(月) 9/3(日) 9/26(火) 10:00~12:00
定員: 10名
会場: エルプラザ 札幌市男女共同参画センター4F
(札幌市北区北8条西3丁目)
受講料: 35,000円(教材費込) ※全5回(10月日程未定)

お申込み・お問合せ
健康介護ホリスティック協会札幌支部
健康体カブクリ NPOセンター
介護福祉士 おざわ
TEL: 011-824-3848 携帯: 090-2877-5876
FAX: 011-824-3844

期間	タイトル	時間・場所	内容
9/1～他	フィリピン孤児院 ボランティア スタディーツアー	①9/1～9/12 ②9/1～9/6 ③9/8～9/12 NPO P&J Children's Home and Village (バタ アン州)	フィリピンの子ども達が置かれている現状を知るツアー。1泊2日の事前研修会有(8/20～21)。詳細はお問合せを。参加費/①146,900円②104,900円③98,000円 問P&J ジャパン・デスク <工藤> TEL: 042-553-2575 FAX: 042-551-6759 Eメール pandj-japan@fu.littlestar.jp URL http://pandj-japan.littlestar.jp
9/14 他	ステップアップ セミナー	9/14、21、28 いずれも(木) 10:00～12:00 札幌市民会館	当センター主催の教養講座です。第1回テーマ「健康をつくる食生活」サプリメントは必要か。管理栄養士本間鄙子さん。定員50名。受講料3講座1,000円(1講座500円)。問北海道マリッジ・カウンセリングセンター TEL: 011-251-5033 (10:00～16:30)
9/25～10/12 受付	英語弁論大会 参加者募集	開催日: 10/28(土)・29(日)	中学・高校・大学と一般の部あり。テーマや応募資格など、詳細はお問合せください。 問札幌姉妹都市協会 TEL: 011-211-2105 FAX: 011-232-3833
10/8	第7回全日本シニア アンサンブル札幌大 会運営ボラ募集!	(日)9:00～17:30 札幌市民会館大ホール	大会運営に伴うボランティア活動です。男性は主として舞台で楽器の設営(15名程度)女性は会場、受け、接待(20名程度)※当日の昼食と旅費補助1,000円支給。 問同実行委員会<三宅> TEL: 011-785-5530
①随時 ②8/15 締切	だい・どん・でん! 企画ボラ&当日ボラ 募集	①毎週水曜 19:00～ レッツ中央 ②11:00～18:00 札幌中心街の歩行者 天国	9/2(土)3(日)に開催される大道芸、パフォーマンスの祭典の①企画・準備②当日運営スタッフを募集。18才～35才くらいまで。事前説明会有(8/19他)。問レッツ中央内 だい・どん・でんパフォーマー・スタッフ係<松田・佐々木> TEL: 011-241-8439 Eメール daidonden_info@yahoo.co.jp
金曜日	明るく、楽しい雰囲気 の中でボランティア!	10:00～15:00(他の 曜日可。応相談) 札幌市清田区里塚2- 2-10-5	身体・知的・精神に障がいのある方達が陶芸、木工品、皮製品を作っています。交通費無し。昼食有り。見学可能。行き方はお問合せを。 問小規模作業所フレンドシップハウスシオン<野口> TEL: 011-885-9969 FAX: 011-888-3466 Eメール f-s-ion@jcome.home.ne.jp
随時	急募! 高齢者障がい者へ ボラ・ライブしませ んか?	練習:午後～夜 札幌市と近郊	ゴスペルやオリジナルなどを歌っている女性アーティストです。鍵盤楽器、弦楽器などの伴奏者募集。コードが弾ければOK。年齢、バンド経験不問。 問Holy・nahoko 携帯:090-2059-7054 (13:00～希望)
随時	YOSAKOI メンバー募集! & イベント出演します	練習は夕方～夜 札幌市内	YOSAKOIに興味があり何事にも前向きな方なら、どなたでも参加可能!随時説明会を実施中。またグループホームや町内会の夏祭りイベント等についても可能な限り出たいので呼んでください。 問雄武～you've～(ユウブ)事務局<橋本> 携帯:090-8905-1108 FAX: 011-668-1620 Eメール office@youve.net URL http://youve.net/

詳細は各団体に直接お問合せください。

札幌チャレパソコン市民塾 受講者募集!

初めての方も安心!
初心者、高齢者におすすめの
パソコン教室です

講座の一例 (金額は全てテキスト代込み、税込みです)

- パソコン入門 6回 ¥10,600、エクセル入門 6回 ¥11,440
- マウス練習 6回 ¥10,600、メール入門 4回 ¥7,200
- 入力基礎 6回 ¥10,600、ホームページ検索 2回 ¥3,800
- ワード入門 8回 ¥14,840、デジカメ活用 2回 ¥3,800

※月によって開講講座が違います。詳しくは下記宛にお問い合わせください。

NPO法人
札幌チャレンジ
SINCE 2000

〒060-0005 札幌市中央区北5条西6丁目 札幌ビル8F TEL: 011-261-0074 FAX: 011-219-1811

■ホームページ: <http://www.s-challenged.jp> ■Eメール: challenged@s-challenged.jp

札幌チャレは、自立をめざすチャレンジのために、パソコンの技術習得や社会参加を支援しています。



ボラナビカフェ

volunavi Café



ボラナビカフェは、テーマを決めず
みんなの伝えたいこと、聞いてみたいこと、
思っていることを語り合う場です。

ちょっとした疑問、思い、悩み。
身近な人ばかりにではなく、
同じ北海道に住む初対面の人たちと
共有してみませんか？

話を聞くだけの勉強会とはちょっと違い、
少人数、双方向で、自分の想いを話し合うことで、
共感したり、違うステップへのヒントが見つかるかも。



司会は、ボラナビ代表森田麻美子がつとめます。

第5回ボラナビカフェ ～フリートークイベント～

- ◇日時：8月26日(土) 13:00~14:30
- ◇場所：ボラナビ倶楽部事務所
- ◇定員：8名(開催最少人数5名)
- ◇参加費：1,000円
(コーヒー、ハーブティーなどをご用意しています)
- ◇参加方法：電話やメール、FAXで事前にお申込みください。
TEL: 011-242-2042 FAX: 011-242-2043
volunavi@npohokkaido.jp

これまで出てきた話題

- 「ボランティアってなんだろう」
- 「精神的に病んでいる人が多い
今の日本を変えたい」
- 「NPOで働きたいが間口が狭い」
- 「人間関係の悩み」
- 「お金にまつわるあれこれ」
などなど。



プロ野球がスゴイ! Jリーグがアツイ!
試合結果も、注目情報も、スポーツニュースが充実!

道新&道スポ

DoCoMo

au

Vodafone

●情報料: 月額105円(税込)
※ご利用には別途通信料がかかります。

●お申し込みはご利用の携帯電話から
3社共通アドレスからアクセスできます。

<http://m.hokkaido-np.co.jp>

●お問い合わせ 北海道新聞社メディア局 TEL 011-210-5801 FAX 011-210-5532 E-mail mobile@hokkaido-np.co.jp

6月の

事務局の1カ月を
振り返りつつご紹介



1日(木)●北海道新聞のおふたいむで、ボラナビを見て「飛んでけ! 車いす」さんでボランティアを始めた方と共にボラナビも紹介された。●ミーティング。理事の加納さんも参加してくれた。

2日(金)●月刊ボラナビを毎月150部置いてくださっている所から、「6月号がもうなくなった」と言われた。こんなに早くなくなるなんて、何があったのだろうか?

7日(水)●深川市の医療法人から月刊ボラナビ配置協力のメールをいただいた。感謝!! 偶然だが、菅原の母の勤め先でした。●読者から、以前に道新に掲載された「滞在型ボランティア」について、道東でどのようなものがあるか問合せを受けた。

9日(金)●ミーティング。ボラナビHPのバナー募集についても話しあった。企業の皆さま、ボラナビHPに広告を出してみませんか? ●車いす利用者がボランティアに行くための送迎ボラ募集を掲載できるかとの問合せを受けた。個人の方からの情報もちろん受け付けています。

11日(日)●イオン黄色いレシートキャンペーンに参加。詳細は右ページ。

12日(月)●使いすぎ? シュレッターのハンドルがもげた(取れた)。

13日(火)●昨日のシュレッターをボラボラ国田さんが修理しようと工具を持って来てくれたが、直らなかった…。保証書があることを思い出しメーカーに問合せたら、新しいのと交換してくれた。よかった! ●札幌大学で森田がスピーチ。創刊当初の営業話などについての質問をいただいた。

15日(木)●配布ボラ希望の方がいらした。調整ボラさんと配布担当ボラさんが説明をした。

20日(火)●札幌市内のびっくりドンキーの内、17店舗で月刊ボラナビを配置していただけることが決まった。●ボラナビHPをみました! という男性が来所。「ボランティアをしたいけどどうすればいいかわからない」と相談をうける。帰りには、心なしか雲が晴れたようなお顔

でした。●月刊ボラナビ6月号で募集したアンケート締切日。たくさんのご応募ありがとうございました!

21日(水)●6月号で募集した編集ボランティアに応募あり。早速お会いして1時間程お話しした。仲間が増えるのは嬉しい! ●配達ボランティアのお二人が事務所近郊に月刊ボラナビ最新号を届けてくれた。その感想は右ページで。

22日(木)●仕事の経験をいかしたボランティアをしたい方からの相談、マスコミの取材、企業の方から仕事のお話、昨年「ボラナビ.net」製作に助成をくださったマイクロソフト社のインタビュー…。たくさんの方とお会いできた一日だった。

23日(金)●ボラナビHPに「北海道内企業の社会貢献」というページを追加製作中。すでに公開しています。チェックラッ! ●ボランティアに関する原稿の依頼を某組織から受けた。4,800字って、う〜…。●厚生労働省の勤労者マルチライフ支援委員会に森田が出席。

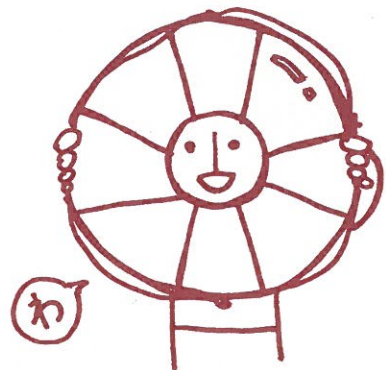
24日(土)●第3回ボラナビカフェ…のはずが、申込みが少なくて中止に^_^; ●ボラボラさんが作業のため出勤。

25日(日)●元北海道NPOサポートセンター理事長で、ボラナビを創刊当時からご存知の上田市長が出演するシンポジウムを見に行った。「もうすぐ100号ですか。がんばってるね〜」と言われた。

26日(月)●アンケート特典のケーキ商品券と「北のボラ本。」の抽選をした。当選した20名の皆様おめでとうございます! 発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。●UHB番組審議会で森田が出席。

27日(火)●札幌学院大学で森田がスピーチ。170人分の資料を、と言われていたのに…なんと、170人分×2箱も送っていたことが判明。数日おいて同じ小包を作りながら、間違いに気づかなかったことに本人はショックを受けて早退した。

28日(水)●札幌市が検討中の市民活動促進条例の市民税1%支援制度についてマスコミの取材を受けた。



■ 私たちが配達しています!

7月号でも募集しました「月刊ボラナビ配達ボランティア」。大通・道庁・札幌駅周辺の一部の配置先には直接足を運んで配達しています。配達場所はカフェにコンビニエンスストア、病院の待合室に郵便局のソファの横、おそば屋さんなどに献血センターなどさまざまです。

今回は、6月21日(水)に雨のなか担当してくれたボラナビボランティア(以下ボラボラ)のお二人に感想を聞いてみました。

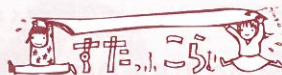
まずは、今年2月から毎月担当してくれている男性ボラボラさんから。最新号を小脇に抱える姿がすっかり板についています。

「月1回のボラナビ配達は、良い運動になっています。」人で配った時は大変でしたが、最近は2人以上で協力しているので無理なく配れます。何件か新規開拓もおこないました。ただ配布先を増やすことは簡単ではないな〜と実感。また、ボラナビが多く場所に配布されていることから、ボラナビ初期のメンバーは大変だったのだらうと思いました。配布先の皆さん、いつもボラナビを置かせていただきありがとうございます。」

そして、この日初めて参加したボラボラさんは主婦の方でしたが、緊張感があったよう。

「今回初めて配達ボランティアに参加させてもらいました。ドキドキしましたが、どこの場所でも気持ちよく受け取ってくださるので、心配はなくなりました。また、配達担当ボランティアの方も親切に教えてくれたので、またやろう!という気持ちになりました。全体の作業時間は1時間ほど。街中を歩きながら、気分のよいひとときを過ごすことができました。」

配達のお味はなんとといっても読者との接点である現場に行けること。来月号も「月刊ボラナビです!」と明るい笑顔で届けます。



週に1、2回ボランティアに来るようになってから、1年余りになります。来た頃と一番変わったのは、なんとといっても飲む量。といっても酒ではなく、お茶やコーヒーです。特に緑茶は大好きなので、今では事務所インスタント緑茶を持ち込んで、パソコンに向かっています。そんな私の仕事はボランティアさんの調整やブログ書き、そしてときどき写真撮影。いろんな形で人と接することができて、いい経験になっています。(高山大祐)



■ 幸せの黄色いレシートキャンペーンにご協力ありがとうございました!

毎月11日に全国各地のイオングループ店で地域のボランティア団体の名前などが書いてある投函BOXが設置されるのをご存知ですか? この日は、お客さんがレジ精算時受け取った黄色いレシートを応援したい団体のBOXへ入れるだけで、お買い上げ金額の1%が団体に希望する品物で還元されます。ボラナビ倶楽部もジャスコ札幌桑園店さんに以前より登録しています。6月11日(日)にはボラナビにとって初めての経験である店頭での直接呼びかけをおこなってきました。向かったのはボランティアさんを含め総勢5名。始めてから約1時間で持参した月刊ボラナビの配布が終了したので、終わってみると短期決戦でした。でも下の写真のBOX いっぱいに黄色いレシートが



集まったんですよ! なかには小さな男の子や女の子がチョコチョコとレシートをつかんでもってきてくれる姿や、「ボラナビ見えますよ〜」と声をかけてくれた奥様の姿もありました。なにはともあれ、買い物客のみなさま! 大変お騒がせしました。そしてありがとうございました。

6月にお手伝いをしてくれたボラボラの皆さんありがとうございました。

木村さん、国田さん、畔田さん、実藤さん、杉下さん、高山さん、鶴見さん、村形さん、脇本さん、他。(アイウ順)

月刊ボラナビの配布先 ボラナビは毎月25日に発行しています(約930カ所にて無料配布中)。今月は手稲区の地域の配布場所をご紹介します。

■札幌市 ●手稲区/コープさっぽろ(手稲店・西発寒店・星置店)/スーパーJOY(稲穂店・前田店)/ニトリ(手稲前田店・手稲富岡店)/西友手稲店/ラルズ宮の沢店/びっくりドンキー(手稲富丘店・手稲前田店)/博文堂メディア館宮の沢店/北雄ラッキーあけぼの店/ホクレンショップ(新発寒店・前田店)/可茶館手稲店/こまそば鶴喜手稲前田店/北海道銀行(手稲支店・星置支店)/札幌信用金庫 手稲支店/札幌日産自動車手稲支店/日産サテライト稲穂営業所/日産ホンダクリオ西札幌手稲店/日産ホンダヘル/札幌手稲営業所/中和石油(株) FW 西宮の沢/勝木石油(株)(手稲富丘・チャレンジ手稲インター・手稲前田・手稲オイルセンター)/NTTドコモショップ(手稲店・手稲前田店)/JR手稲駅/曙図書館/手稲コミュニティセンター/手稲区社会福祉協議会/手稲区民センター/手稲区役所/星置地区センター/新発寒地区センター

その他の配布先は、ボラナビホームページをご覧ください。 <http://www.npohokkaido.jp/volunavi/>

※札幌市内の小中学校に配付しています。一部地域では、ポスティングもしています。
※上記以外の配付先はボラナビホームページで紹介しています。配置に協力していただいた皆さま、ありがとうございます。
※佐佐新聞販売株式会社様のご協力で、札幌市中央区の一部の地域で北海道新聞に折込配布をしています。

ボラナビ倶楽部を支援して下さった方々 (ナニヌ順)

中道リース株式会社様
株式会社ニトリ様
幡本印刷株式会社様
有限会社プライ様
株式会社ほくせん様
ほくでんぼるねっと(北海道電力株式会社)様
北雄ラッキー株式会社様
株式会社北海道アルバイト情報社様
北海道銀行様
北海道新聞社様
北海道旅客鉄道株式会社様

ヤマトロジスティクス株式会社様
遊佐新聞販売株式会社様
株式会社リクルート北海道じゃらん様
株式会社旭鉄工所様
岩田建設株式会社様
エックス様
株式会社HBA様
株式会社NTTドコモ北海道様
勝木石油株式会社様
株式会社きのとや様
札幌大学様

札幌通運労働組合様
札幌南ロータリークラブ様
城宝和茂様
進藤芳彦様
生活クラブ生活協同組合様
株式会社タカノ様
T.M様(名寄市)
株式会社土屋ホーム様
寺岡ファシリティーズ株式会社様

寄付金について

一口500円より寄付金を受け付けています。

※月刊ボラナビの発行は、企業や個人の皆様からの寄付金でまかっています。10,000円以上の寄付金や、この欄への10,500円の寄付広告をくださった場合は、お名前を誌面でご紹介しています。ぜひ、ご協力ください(政治団体・宗教団体などはお断りさせていただきます)場合があります。ご了承ください。

■情報掲載料金(各1号につき)

種類	大きさ(天地×左右)	価格
企業・行政など広告A	50mm×157mm	63,000円
企業・行政など広告B	50mm×76mm	31,500円
NPO・NGOの情報A	50mm×157mm	10,500円
NPO・NGOの情報B	50mm×76mm	5,250円
NPO・NGOの情報C	定型	無料
裏表紙	50mm×157mm	105,000円
バナー広告	60ピクセル×120ピクセル	52,500円

※基本的に前払いでお願いいたします。
※左記の価格はご自身で制作された場合の価格です。ボラナビ倶楽部に制作を依頼される場合は、別途ご相談ください。
(A=6,300円、B=4,200円、バナー広告=6,300円)
※誌面構成上、広告スペースは白地とし、スペース全体にベタ引き・アミ引きの使用はご遠慮ください。
※「NPO・NGOの情報C」は、紙面の都合により掲載できない、又は縮小する場合があります。

■定期購読のご案内

●各号1部(6カ月間).....1,575円 複数部数を希望される場合は、ボラナビ倶楽部までお問合せください。

●お申込み方法 定期購読ご希望の方は、ボラナビ倶楽部までご連絡ください。

定期購読のお申込みをされる場合(特に企業でお申込みの場合)は、協賛をご検討くださいますようお願いいたします。協賛については上記の「寄付金について」をご覧ください。

ボラナビ倶楽部へのお振り込みは

■郵便局/02700-1-5671

■北洋銀行北7条支店/(普)3662056 ■北海道銀行札幌駅北口支店/(普)0816050

■北海道労働金庫道庁支店/(普)3153060

■口座名:ボラナビ倶楽部 ※銀行口座振込の際は、ご連絡先をボラナビにお伝えください。

このバーコードからメールができます



QRコード対応携帯のみ

ご不要になった携帯電話は、お近くのドコモショップへお持ち下さい。
大切な資源と環境を守るために、ご協力をお願いいたします。

- ブランド・メーカーを問わず、ドコモが100%リサイクルいたします。
- お近くにドコモショップが無い場合等は、DoCoMo インフォメーションセンターまでお問い合わせください。
- プライバシー保護のため、ケータイ等に記録されている情報(電話帳、通信履歴、メール等)は事前に消去いただきますようお願い致します。また、ドコモショップ窓口でも消去のお手伝いをしております。



モバイルリサイクルネットワーク
携帯電話・PHSのリサイクルにご協力。

NTT DoCoMo 北海道

●総合お問い合わせ先/各種ご注文受付(DoCoMo インフォメーションセンター) 受付時間/午前9:00~午後8:00
ドコモの携帯電話、PHSからの場合
151 (無料)
※携帯電話などからはご利用できません。

●印刷/機アインワード
イラスト/タケタミアツ
「大豆インキ」を再生紙を使用しています。

●印刷/機アインワード
イラスト/タケタミアツ
「大豆インキ」を再生紙を使用しています。