

月刊

ボランティアしたい人と募集している人をつなぐ
みんなのボランティア情報誌

ボラナビ

11 No.99
月号

無料 ご自由にお持ち帰りください

春のイラスト

募集 ボラナビ編集部まで送ってください。

今月の表紙イラスト
札幌市豊平区の佐藤綾香さん



こんな情報がいっぱい!

- ▼ 5p ▼ 札幌でのアートプロジェクト、ボランティアスタッフ募集!
- ▼ 6p ▼ 「風の花にのせて」ラシックバレエをお届けします
- ▼ 9p ▼ 子ども大好きな学生あつまれ

ご近所でやってみよう?

青年海外協力隊のBOSSさん

ボラナビからのお知らせ

ご近所ボラ (手稲区版)

泣いた! 笑った! 南の島パラオで...

ボランティアをしたい人とボランティアを募集している
人を結ぶには? ホームページでアンケート実施中

北海道のNPO 法人認証数
1,145 法人
(2006.9月末現在)



あなたの夢を現実に! 起業をサポートします

●市民活動団体 北海道ドリームプロジェクト
〒006-0022 札幌市手稲区手稲本町2条4丁目8-12-1002
TEL: 070-5600-1653
Eメール dream@hokkaido-npo.net
URL <http://www.audi-cafe.com/dream>



道内のフリーターやニートを中心とした自己実現のための起業・自立の支援を目指し、06年5月1日に設立しました。月1回程度、起業セミナーを実施しています。また、道内密着型の情報発信を目指し、また地域活性化のため、道内の市民団体としては初のSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）を始めました。

●SNS 運営ボランティアスタッフ募集

北海道内の20歳以上の男女を対象にSNSの運営スタッフを募集中! 月1~2回のスタッフミーティングに参加可能な方(エルプラザにて実施)、パソコンをお持ちの方で操作できる方大歓迎! 皆さまのご応募お待ちしております。

●「北海道ドリーム・カフェSNS」(参加費無料・招待制)
<http://audi-cafe.so-netsns.jp>



■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。

就労支援の店 軽食喫茶 こぐま楽気(がっき)店

住所 札幌市手稲区前田6条16丁目2-13
JR「手稲駅」より徒歩20分
JRバス「前田6条16丁目」停留所より1分

TEL・FAX 011-685-3878

営業時間 10:30~20:00 (水・木曜休み)

ワンコイン(500円)で、お腹いっぱい＆楽しい時間を一緒に過ごしませんか!

- ・特製弁当 500円
- ・ハンバーグ定食 500円 など



共同作業所 ぶどうの木

住所 札幌市手稲区富丘6条4丁目12-20
JRバス停「富丘」より徒歩約10分
(最寄り駅より送迎車有)

TEL・FAX 011-681-8982

営業時間 月~金 10:00~15:00

精神に障がいをもった人達が明るく仲よく集っています。各種手工芸品を販売中。

- ・手作りウエス 1kg/300円~110kg/2,500円まで
- ・携帯用ストラップひよこ 1羽80円より
- ・麦飯石卵 10個250円 (定期配達も承ります)



手稲区には17のNPO法人(2006年9月末現在認証数)と15の作業所(2006年9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!

山や川、自然に恵まれている手稲区。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に、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!

自然体験活動のお手伝い

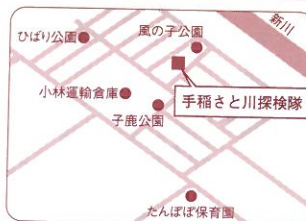
●手稲さと川探検隊 <担当: 鈴木>

〒006-0807 札幌市手稲区新発寒 7 条 6 丁目 8-19

TEL・FAX: 011-684-4487

Eメール aasuzuki@pop11.odn.ne.jp

URL <http://t-satogawa.hp.infoseek.co.jp>



川の生き物を調べたり、自然観察会をおこなっています。イベントのお手伝い、チラシ配布、子どもの遊び相手を募集します。野外イベントの開催は、月1回程度で、週末実施です。これからは、雪の中の生きもの調べ(冬季間)手稲山裾の林で観察会と雪遊び等をおこないます。

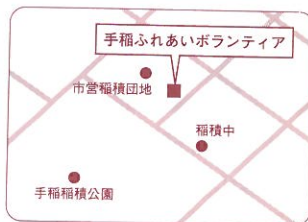
手稲区民の区民による区民のためのボランティア団体です

●手稲ふれあいボランティア

〒006-0814 札幌市手稲区前田 4 条 6 丁目 1-14

TEL・FAX: 011-682-7734

手稲区を区民同士がふれあい支えあえるような街にしたいと、月1回定例会をもち、和気あいあいと活動しています。あなたもふれあいの輪に入りませんか? 手稲区在住の方のご参加をお待ちしています。



●家事・通院・外出介助及びデイサービス・デイケアの外出・託児など。介護予防・維持のためのスポーツ、歌なども個別に訪問しておこないます。自主活動として環境美化(手稲駅北口花壇など)。ボランティアは随時募集しています。利用を希望される場合は手稲区社協又は保健センターなどを通して申込みしてください。利用料は原則無料です。

※この企画は、財団法人北海道新聞社会福祉振興基金から助成をいただいています。

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
- 年賀状作成 3回 ¥6,000
- メール入門 3回 ¥5,500 など

※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
札幌チャレンジド
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ドのために、パソコンの技術習得や社会参加を支援しています。

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6回

泣いた! 笑った! 南の島パラオで…



松岡洋司さん(30才) 2004年7月から2年間パラオで農業講師として家畜飼育に携わる。現地のコミュニティカレッジで学生を指導。現在は就職活動中。

私は、パラオ共和国唯一の高等教育機関であるパラオ・コミュニティ・カレッジで、農業講師として家畜分野を担当し、学生達に指導をおこないました。パラオは小さな国で、日本の屋久島ほどの面積しかありません。人口は約2万人で、彼らの食料の大半は輸入に頼っています。その大きな理由は、現在は観光のみが収入を得られる産業であり、第一次と二次産業の発展が乏しいことです。しかし、私が受け持った学生を含めて、パラオの若い世代の中には自国の食料事情を危惧する人達が現れ始めていました。

パラオで農業指導を始めるにあたり、まずしなければいけない事は土作りでした。作物を植えようにも土壌が粘土質の赤土で、タロなどのイモ類しかまともに育ちません。土壌の質を上げるために、家畜の糞尿を使った堆肥をまくことで、畑作に適した土壌作りを目指しました。また、作った作物を家畜の餌として与え、農業は「土壌・作物・家畜そして人間が繋がっている」ということを徹底的に教えました。しかし、買えば大抵の食料品が手に入るパラオでは、新たに農業を始めようとする人はなかなかいません。将来、私が教えた学生の中からパラオの農業を支えてくれるような人物が出てくることを切に願います。

豆知識

パラオは、日本の真南に位置し日本と時差はありません。北緯7度くらいしかない常夏の国で、スキューバダイビングでも人気があります。



活動をする際にとてもラッキー(?) だったことがあります。大抵のパラオ人は我々を見るなり「お前は日本人か?」と聞いてきて、「そうだ」と答えると、流暢な日本語で話し始めます。太平洋戦争が終わるまでパラオは日本に委任統治されていたこともあり、現在でもパラオ語の中に幾つかの日本語が残っているためです。パラオには、どこか昔の日本を匂わせる一面があり、日本を愛してくれている…。こんなパラオの人達の中で活動できたことは、生涯忘れられない素晴らしい経験でした。



▼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)
Eメール jicasic1@jica.go.jp 〒003-0026 札幌市白石区本通16丁目南4番25号

もっともっと

ボランティアをしたい人

と

ボランティアを募集している人を結ぶには？

ホームページでアンケート実施中



「ボランティアをしたいけど、どこで募集しているのでしょうか？」そんな事を思ったことはありませんか？ ボラナビにも、ボランティアなどに関する問合せをたくさんいただきます。

ボランティアや市民活動への参加の入口でもあるコーディネーター的な媒体（情報誌、web サイト、チラシ、窓口など）は、情報を伝えたり、ボランティアについて教えてくれたり、とても大切な働きをしています。

その媒体が、もっと便利で使いやすくなり、さらに多くの人達がボランティアや市民活動に参加しやすくなるにどうしたらいいのか。この度、ボラナビは札幌市からの委託で「ボランティアをしたい人」と「ボランティアを募集している人」を結ぶコーディネーター的な役割をする媒体や、皆さんが市民活動に参加する動機などについて調べることになりました。

皆さんの意見・体験から現在の状況を把握し、便利で現実的な提案をしていきます。

市民活動などに参加したことがある人もない人も、ボランティアをした事がある人もない人も、これからさらにボランティア活動などが活発になるように、ご協力をお願いいたします。

このアンケートは、ボラナビ倶楽部 web サイトからダウンロードすることができます。

<http://www.npohokkaido.jp/volunavi/>

「ボランティアについてもっと知りたいけど、こうだと便利なのに」

「ここにはわかりやすく情報が集まってて便利ですよ」

など、今まで情報を見たり、問合せをした時に皆さんが感じた事や体験談などを教えてください。

また、ボランティアをしたことがない方も、ボランティアや市民活動の情報をどこで目にするか、どんな条件があれば参加するか、などをお聞かせください。

（ボラナビ倶楽部事務所にも用紙をご用意していますので、お近くに来られた際にはお気軽にお寄りください。）

※札幌市の委託を受け、平成 18 年度札幌市元気活動プロポーザル事業として実施しています



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 11 月 25 日締切り→1 月号掲載です。
 ※掲載ご希望の方へ (P11) 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。

土 子どもの学習支援のボランティアスタッフ募集中!

「サタデースクール」は、子ども達の学習支援を目的に設立されたボランティア組織です。北海道大学教育学研究科の大学院生が中心となり活動しています。活動の中心は、学習支援活動を通じた居場所づくりです。学校完全週 5 日制施行後、週末の時間をもてあましがちになってしまった子ども達に、学校や学習塾とは異なる学びの場を無料で開放しています。子ども達の「自習」をサポートしながら、学び合い、共に成長できることを目指しています。現在、市内の学生、大学院生のボランティアによって活動しており、随時スタッフを募集しています。経験また年齢は不問、教育に関心のある方、子どもと接するのが好きな方、高校生ボランティアも大歓迎です。ぜひお気軽にお問合せください。



- 日時/毎週土曜日 13:00~17:00(ご都合のつく時間でも結構です)
- 場所/Let's 中央 札幌市中央区南 4 条東 4 丁目
- 交通機関/地下鉄東豊線「豊水すすきの」駅から徒歩 5 分 ● 参加費/無料
- お問合せ/サタデースクール <担当: 篠原> Eメール takeshi@edu.hokudai.ac.jp

11/25 学生 30 名対象の体験ボランティア参加者募集中!!

ボランティア活動を体験し、学生同士のネットワークを作るイベントをします。「ボランティアとはなんだろう?」「自分には何ができる?」と考えたことはありませんか。NPO 法人当別町青少年活動センターゆうゆう 24 とタイアップして、ボランティアに関する講演や当別町の子どもの巨大アート作りをして、楽しい時間を過ごしましょう。ポスターカラーを使用しますので、汚れてもいい服装でいらしてください。

- 日時/11 月 25 日(土) 8:30~17:30
- 開催場所/NPO 法人当別町青少年活動センターゆうゆう 24 及び福祉関連施設(集合、解散は札幌駅となります)
- 対象/短期大学生・大学生・大学院生
- お問合せ/独立行政法人日本学生支援機構北海道支部 <担当: 永井>
 TEL: 011-817-3611 FAX: 011-842-3711 Eメール hokkaido@jasso.go.jp URL <http://www.jasso.go.jp>

11/20 まで 札幌でのアートプロジェクト、ボランティアスタッフ募集!

11 月に北海道立近代美術館にて開催される現代アート展「FIX・MIX・MAX!」は、市民の手で作られる美術展です。ボランティアスタッフが中心となり、ゆくゆくは横浜トリエンナーレのような国際アートフェス「札幌トリエンナーレ」の開催を最終目標としています。このアートプロジェクトと一緒に作りあげてみませんか? アート好きな方はもちろん、老若男女問わず幅広い方々の参加をお待ちしております。ボランティア活動期間は 11 月 20 日までですが、基本的に自由参加ですので、数日のみでも OK です。内容は、展覧会の搬入・搬出、関連イベントの受付、イベントのライター、カメラマンなど。札幌をアートでおもしろくする「FIX・MIX・MAX!」に、あなたの力を貸してください!

- 活動日時/11 月 20 日まで ● 場所/主に札幌市内(札幌市近郊もあり)
- お問合せ/「FIX・MIX・MAX!」実行委員会 <担当: 橋本> TEL: 011-643-2404(13:00~)
 Eメール volunteer@fixmixmax.com URL <http://www.fixmixmax.com>

水・木他

障がい者乗馬のボランティアしてみませんか？

障がいをもった方の騎乗や、馬のお世話のお手伝いしてくださる方を募集しています。馬が好き、福祉に関心がある、ボランティアをしてみたいけどよくわからなくて不安という方、未経験の方も大歓迎！障がい者の笑顔はきっとあなたをハッピーにしてくれます。講習会、騎乗会もあります。

- 日時／水・木 13:00~15:00、土・日 10:00~15:00（都合のいい一部の時間でかまいません）
- 場所／札幌市中央区盤渓 255-5
- 交通機関／地下鉄東西線「円山公園駅」より、ばんけい観光バス「我夢主（がむず）」下車徒歩3分
- お問合せ／乗馬セラピー倶楽部（旧：盤渓乗馬倶楽部）〈担当：要海（ようかい）・藤原〉
TEL・FAX：011-623-5285 Eメール h_thera@nifty.com URL http://homepege2.nifty.com./h_thera

土日祝

「風の花にのせて」クラシックバレエをお届けします

1997年春に誕生した、クラシックバレエスタジオ La Primavera（ラ・プリマヴェーラ）では、劇場においていたが、ことのできない方達のもとへ、あたたかく優しい春のようなひとときをお届けするために「風の花にのせて」という小さな公演をつづけています。今までに病院、老人保健施設、身体障がい者療護施設等へ、11回の公演をしてみりました。施設内にリノリュームカーテン等の簡単な舞台設営をさせていただき、アネモネクラス（小学校3年生以上のクラス）の仲間達が衣裳をつけて躍ります。ふわふわきらきらにっこりと、こころとこころをつなぐ美しい出逢いをしたいので、連絡をお待ちしています。

- 日時／学校がお休みの土日祝日
- 場所／札幌市内の病院、老人保健施設等
- お問合せ／La Primavera（ラ・プリマヴェーラ）〈担当：宮下〉
〒064-0803 札幌市中央区南3条西27丁目3-3 カーサオレガノ 1F
TEL・FAX：011-614-0777 Eメール allonge@cocoa.plala.or.jp

随時

ロシアの子どもと日本の子どもの絵交流のお手伝いをしませんか？

“絵を交換しあった子ども達が、いつか世界のどこかで会えたら…” 小さな願いから、より大きな感動を世界中の人々に伝えるために、私たちは活動を続けていきます。あなたもぜひ、この感動の輪をひろげるお手伝いしてみませんか？子どもの絵が好きなた方、語学を活かしたい方、国際理解教育・平和教育に興味のある方、ロシアに興味がある方、とにかくやってみたい！というやる気のある方、どなたでも、熱意のある方を待ちしております。

- 内容／絵画の交換の処理に伴う事務処理他。データ入力（特にパソコン（エクセル）を使っでのデータ入力）、印刷の整理（仕分け作業）、文書の翻訳（英訳・ロシア語訳）、ホームページ、ポスター、参加証のデザイン、その他、参加作品の収集、イベント準備など。カメラマン。好きな時間に、あなたの好きなこと・できることなかまいません。
- 活動日時／2007年4月29日まで
- お問合せ／EEMNS イーメンズ国際平和教育財団〈担当：小野寺〉 札幌市白石区本郷通13丁目南5-19
TEL：011-861-0660 FAX：011-861-2333 Eメール eemns@eemns.com URL <http://www.eemns.com>

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。



事務所で働くスタッフたち

ピースボートセンターさっぽろ

〈担当：磯部・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>

随時

泊りがけでボランティアしてみませんか!?

私たちは、子どもからお年寄りまで、日々の生活を支えるたすけあい活動をおこないながら、障がい児・者の生活を公的サービスを活用して支援しています。様々な体験がしたい学生さん、ちょっと息抜きをしたい社会人の方、私たちの活動を泊りがけで体験してみませんか？ 宿泊費は基本的には無料ですが、食費など実費がかかるものもありますので、どうぞお気軽にお問合せください。1泊2日から数ヶ月程度の長期滞在までこちらでお手伝いさせていただきます。どうぞよろしくをお願いします。

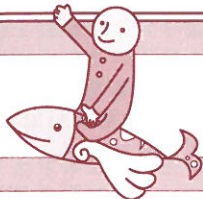
- 場所／網走郡大空町又は網走市及びその周辺
- 交通機関／JR「女満別駅」下車
- お問合せ／夢の樹オホーツク〈担当：平賀〉 〒099-2411 網走市字呼人 807-8
TEL：0152-61-5232 FAX：0152-61-5233 Eメール yumenoki@tekipaki.jp
URL <http://www.tekipaki.jp/~yumenoki/>

11/4~17

映画「もっこす元気な愛」を観にいこう!

火の国くまもと発、純愛ドキュメンタリー映画『もっこす元気な愛』。笑いと涙とドキドキに満ち溢れた、元気印200%の映画です。主人公は、脳性マヒのため両腕に障がいがありながらも、前向きに生きる倉田哲也さん。運転免許の取得に挑戦したり、一軒家を借りて友人達と共同生活を始めたり、彼の回りはいつもにぎやかです。友人の結婚式で運命の女性・美穂さんとの出会い、ふたりの愛の行方は…。どうぞ、この機会をお見逃しなく!!

- 上映日時／11月4日(土)～17日(金)
- 場所／シアターキノ (札幌市中央区狸小路6丁目南3条グランドビル2F)
- チケット／一般 1,800円・学生 1,400円・シニア・高校生以下・障がいをお持ちの方 1,000円。
前売り券はボラナビ倶楽部でも取り扱っています。
- お問合せ／もっこす元気な愛製作委員会〈担当：神吉(かんき)〉 TEL：06-4860-0139 FAX：06-4860-5851
Eメール ryosuke@fmail.plala.or.jp URL <http://www.2942.jp/>



お近くの「月刊ボラナビ」情報を教えてください “ボラナビ探し隊”プロジェクト

「いつもここで月刊ボラナビをもらってきています」
「うちの近所のここに置いてあるよ」
などなど、お近くの

月刊ボラナビ目撃情報

を教えてください。

お寄せいただいた情報を基に、より正確でわかりやすいボラナビ配置先リストを作り、ボラナビ倶楽部ホームページなどに掲載させていただきます。限りある資源(冊数)を有効に皆さまにお届けしたいと思います。ご協力をお願いいたします。

教えていただきたい情報は、4つ!

- ①配置先店舗名(支店名までお知らせください)
- ②その店舗内で置いてある場所
- ③確認した日にち
- ④何部くらい置いてあったか

例：「スーパー○○の○○店のサービスカウンター横のラック。○月○日に○冊位ありました」等。
「月刊ボラナビ」を目撃したら、FAXやメールなどでボラナビ倶楽部までお知らせください。あなたの目撃情報をお待ちしています。

現在、パソコンで見られる「配置場所MAP」も鋭意製作中。あんなところ、こんなところに月刊ボラナビが!

お問合せ／NPO法人ボラナビ倶楽部
TEL：011-242-2042 FAX：011-242-2043
URL <http://www.npohokkaido.jp/volunavi/>

Eメール volunavi@npohokkaido.jp
右からもメールができます
(QRコード対応の携帯電話のみ)



随時

一緒に楽しく障がいのある子ども達の余暇支援を学生ボラ連でしませんか？

高校生からの学生が主体になって、春・夏・秋・冬を通して障がいのある子ども達の余暇支援をしています。12月上旬にクリスマス会を予定しています。1日ボランティアとして、クリスマス会に参加してみませんか？ 経験の有無は問いません。私達もはじめはゼロからのスタートでした！ 子ども達と楽しく遊んでくれる学生さんを大募集しています。気軽にご連絡ください。

- 日時／月2回エルプラザでミーティング
- 活動場所／札幌市内・近郊
- お問合せ／札幌圏・学生ボランティア連絡会議〈担当：桜田〉
携帯：080-1861-7871 Eメール love_p-ko_1207_king.disk@docomo.ne.jp
URL http://members.at.infoseek.co.jp/sp_volunteer/

11/20

「はじめてのボランティア」参加者募集中！

ボランティア養成講座を終了したスタッフと一緒におこなうボランティアで、はじめての方も安心です。「ママのためのリフレッシュ講座～ビューティーストレッチ～」にて、閉塞感を感じている子育て中のママ達の話を書くママケアボラ（女性のみ）と、託児補助をする託児ボラ（男女不問）を募集。締切は11月20日です。ボランティア保険には各自加入のこと（300円～）。

- 日時／11月26日（日） 10：00～12：00
- 場所／エルプラザ 健康スタジオ
- お問合せ／さっぽろまちづくり隊II実行委員会事務局〈担当：北村・加藤〉
TEL：011-204-6523 FAX：011-261-6524 Eメール npo12@npo-hokkaido.org

随時

サッカー少年団のボランティアコーチ募集

小学1年生～6年生対象のサッカー指導者を募集しています。指導回数など相談にのります。可能な範囲での指導でかまいません。

- 日時／夏は基本的に月・水・木・金の16：00～18：30、冬は月・水の16：00～18：00（17：00）
- 場所／明園小学校グラウンド（札幌市東区北19条東15丁目）冬は同小学校体育館
- その他／土日に試合などがあれば午前から夕方、夏休み冬休みには時間など変更があります。
※交通費、活動費など支給することがあります。
- お問合せ／札幌市東区明園サッカー少年団 S. C. TOHO 〈担当：稲村〉
携帯：090-7519-2778 TEL・FAX：011-842-4386（9：00～14：00までにご連絡ください）

登録ヘルパー募集中

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4-9 フラワーハイム102号
TEL：(011)572-7810 FAX：(011)572-7840

21世紀健康の医学

団塊の世代、「精神・身体・環境」の調和を
最良のクオリティ・オブ・ライフ（Q.O.L）で
積極的に健康を考えるあなた！
（例：10年後ホノルルマラソンに挑戦）
一緒に実践研究しませんか（各地区1～2名）

ラベンダー発祥の地、南沢

ホリスティック医学 A/M カイロ五行氣療院
S・NPO 推進会

札幌市南区南沢3条3丁目2-32 2F
TEL：011-571-7379 携帯：090-8896-3426（鈴木）

土曜 子ども大好きな学生あつまれ

Pコネクションでは、小学生と大学生が「思いやりやモラル、チームワークの大切さを一緒に学ぼう」ということで、スポーツやお菓子作り、工作、キャンプ、ゴミ拾いなど、いろいろな体験をおこなっています。子どもが大好き! 面白い活動を企画してみたい! という人を募集しています。興味のある方は、お気軽にご連絡ください! 11月以降の活動予定は、11月11日(土)、11月25日(土)、12月16日(土)です。

- 日時/毎月1、2回、土曜日 ●場所/札幌市豊平区 ●部費/1ヶ月250円
- お問合せ/Pコネクション<担当:藤田> 携帯:090-9088-5257
Eメール p_conne@yahoo.co.jp URL <http://www.geocities.jp/pconne1/>

随時 音楽ボランティアで活動する方々へ、情報交換のできる会をつくりませんか

私は、札幌市内の施設でボランティアでコンサート活動をしています。個人、団体で同じような活動をしている音楽ボランティアの方々を対象として、交流会、研修会、大会などの企画や、演奏会場などの情報交換をおこなう協力組織を設立したいと考えています。名づけて「音楽ボランティア協会」。ぜひご参加ください。

- お問合せ/音楽ボランティア「音楽の贈り物」<担当:佐藤> 携帯:090-3399-2482

随時 買い物や映画鑑賞に一緒に行ってくれる人を募集

私(40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、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/土・日曜日 買い物介助 10:00~15:00、映画鑑賞の付添い 9:00~16:00
※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/志鎌和夫 TEL・FAX:011-784-5250 携帯:070-5600-8875



常時 除雪や車両ボランティア募集

南区もしくはその周辺に在住の高齢者に対して自立生活のお役に立とうと、買い物や通院時に車を使ったバスや除雪をおこなっています。ボランティアの人数が足りなくなってきました。少しの時間で結構ですのボランティアをしてみませんか。ご自身の車両を使用してもいいという方をお願いします。介助が必要な方が多いためボランティアの不足で困っています。お気軽にお問合せください。

- 日時/空いている時間がかまいません。 ●場所/札幌市南区とその近郊
- お問合せ/ヘルパーステーションせせらぎ<担当:小野寺> TEL:011-572-7810 FAX:011-572-7840

生活スタイルの「見直し」をアシストする、 LOHASマスター

- ★今の社会情勢には、必要な「職能」だと思うんだよね。
- ★少々の「お金」と、沢山の「気づき」を受け取れる。
- ★より良い暮らし方を教えることで、喜ばれて嬉しい気持ちになる。

LOHASマスターの「パートナー」を限定登録中!

詳細はホームページ (<http://hokkaido-lohas.whitesnow.jp/>) をご覧下さい。

日常生活の負荷要素を良好化する支え合い

ほっかいどう LOHAS 倶楽部

【事務局】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
TEL:011-752-8379 (担当:西垣)

障がいのある方などの移動介護・在宅介護 ヘルパーさん募集中

登録ヘルパーさん ボランティアさん 同時募集中!

- 資格/ホームヘルパー2級以上、未経験者大歓迎
年齢不問、運転免許(2種尚可)必須
西区、手稲区、北区の方(周辺の方も応相談)
- 勤務時間/応相談
- 給与/時給800~1,000円
- 応募方法/面接、又は履歴書を当事務所まで郵送ください。

お気軽にご応募ください

NPO法人ST&ケアサポート

〒063-0831 札幌市西区寒寒11条1丁目13-20
TEL・FAX(011)665-8637 担当:石山

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
11/ 8~ 11/12	イレブン☆ナイン 公演 「イージー★ライ アー」	8日(水)19:00、9日 (木)14:00・19:00、 10日(金)19:00、 11日(土)14:00・19: 00、12日(日)14:00 シアターZOO TEL:011-551-0909	富良野塾を卒業し富良野で生活をしながら役者を続けている演劇ユ ニット11☆9(イレブン☆ナイン)。北の戯曲賞優秀賞受賞作の抱腹 絶倒シチュエーション・ラブ・コメディ! 前売り大人2,000円(9 日14時公演のみ大人も1,500円)、学生1,500円。当日300円増。 ☎富良野塾クラブ<澤田> 携帯:090-6448-5652 URL http://www.eleven9.net/
11/10 締	介護現場におけるレ クリエーション支援 者等の技術向上演習	11/12(日) 13:30~17:00 きたえる B1 剣道室 (札幌市豊平区豊平5- 11-1-1)	介護現場で有効なレク財を体験し、ワンパターンなレクを解消しま せんか。終了後交流会有り(2,625円)。定員60名。参加費2,000円。 運動しやすい服装、運動靴、筆記道具持参。 ☎ケアレクリエーション倶楽部事務局 FAX:011-665-1399
11/11・12	「森のようちえん」 全国交流フォーラム in 北海道	(土)13:00~ (日)15:00 2日間(1泊2日) 登別市ネイチャーセン ターふおれすと鉱山	幼児に対する自然体験活動やその効果について、事例紹介や情報交 換をします。参加費2,000円。宿泊費6,000円。定員先着60名。託 児は要事前申込み。☎NPO法人ねおす内本フォーラム事務局<高橋> TEL:011-615-3923 FAX:011-615-3914 Eメール npo@neos.gr.jp
11/14 他	「わたしが生き生き 働くために」 受講生募集中	11/14、28、12/5(火) 18:30~20:30 札幌市南1西5愛生館 ビル2F	これから働く人、疑問を抱えつつ働いている人、どなたでも歓迎で す。一緒に学んで考えてみませんか? 料金1回一般1,500円、会員・ 学生1,000円。☎NPO法人さっぽろ自由学校「遊」<小泉> TEL:011-252-6752 FAX:011-252-6751 Eメール syu@sapporoyu.org URL http://sapporoyu.org
11/18	身体介護の基本知識	(土)10:00~11:30 東区民センター	テーマは「人間の、そして自分の身体の動きを理解する」。仕事で、 また家族として介護にたずさわる方のためのスキルアップ講習会で す。資料代1,000円。☎東区介護を勉強する会<松平> 携帯:090-8898-2029
11/18 他	「手話はじめの一歩 講座」	11/18、11/25、12/2 各土曜13:00~15:00 北区民センター3階講 義室(札幌市北区北25 条西6丁目)	はじめての方でもやさしく覚えられる3回連続の講座です。 挨拶や50音、手話の歌など。資料代500円。 ☎北区社会福祉協議会 TEL:011-757-2482 ボランティア展実行委員会 Eメール BRB12036@nifty.ne.jp
11/19	スキンカムフラ ージュカウンセリング in 札幌	10:30~16:00(予定) 札幌市社会福祉総合セ ンター	白斑や母斑、熱傷跡や傷跡の皮膚変色、その他通常のメイクではカ バーできない皮膚変色などでお悩みの方(服を脱がずに施術できる 方)対象。無料。☎スキンカムフラージュサービス<白石> TEL・FAX:011-809-1523(電話は19:00以降) Eメール vamos@crocus.ocn.ne.jp URL http://www.community.sapporocdc.jp/comsup/skin-camouflage/
11/22~24	光の広場・小規模作 業所作品即売会	10:00~21:00 新札幌・サンピアザ光 の広場	在宅の障がい者が通い、社会参加活動や軽作業をおこなっている 16ヶ所の小規模作業所で丹精こめて制作した製品の展示即売会を 開催します。☎作業所「創」<小川> TEL・FAX:011-891-3039 Eメール sou_ogawa@hotmail.com URL http://www.k3.dion.ne.jp/~sagyosou/
11/30 締	情熱と挑戦の1年 「ボランティア365」	日本各地のフリースクー ル、高齢者施設、病院 など	「ボランティア365」は、青年が約1年間、現在住んでいる所を離れ 全国各地に滞在し、住み込みでボランティア活動に専念するプログ ラムです。期間中は住居や食事の提供がされます。対象18~30才で 資格や経験不問。☎社団法人日本青年奉仕協会(JYVA) ボランテ ィア365 TEL:03-3460-0211 FAX:03-3460-0386 Eメール info@jyva.or.jp URL http://v365.jp

期間	タイトル	時間・場所	内 容
12/9	ボランティア展 2006「育てよう思いやり」	(土)障がい者の日 10:00~18:00 札幌サンプラザ・サン プラザ音楽ホール (札幌市北区北24条西 5丁目)	10周年を記念して例年のサンプラザ会場と音楽ホールとの同時開催でボランティア展があり、ボランティアを募集します。中学生以上どなたでも参加できます。都合のつく時間でも結構です。内容は展示やバザーの手伝い、会場整理、障がい児者サポート、受付など。地域の人や子ども達とふれあう楽しい時間です。お気軽にお問合せください。☎ボランティア展実行委員会 <菊池> TEL・FAX:011-736-1645 Eメール BRB12036@nifty.ne.jp URL http://www.kbc.gr.jp/ai/
毎月1回	子ども達と遊ぶボランティア募集!	(月)10:00~12:00 (11月は6日開催) 白石区栄通児童会館	乳幼児(4ヶ月~3才位)のママが子連れでヨガをおこなう間、子どもと遊ぶボランティアです。経験不問。お手伝い頂ける方、ご興味のある方は、お問合せください。☎かぁーる くかくち 携帯:090-1663-6596 Eメール chiakikakuchi@yahoo.co.jp
午前中	付き添いボランティア募集	午前中の2~3時間程度 東・北・中央区近辺の 病院及びショッピング センター内など	通院の付き添いや、お買い物のお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集。お宅とボランティア活動場所間は、送迎いたします。☎NPO 法人北海道外出支援センター <生駒> TEL:011-704-3000 FAX:011-704-3005 Eメール odekake3@feel.ocn.ne.jp
月~土	カフェボランティア募集	月~金 11:00~19:00 土11:00~18:00 (2時間以上希望) 北海道クリスチャンセン ター1階(札幌市北 区北7条西6丁目)	ボランティアで喫茶店を運営しています。一緒に地域づくりをしてくださる方、大歓迎です! ウェートレスなど。 ☎Y's Cafe <岡野> TEL・FAX:011-728-8111 Eメール sapporo@ywca.or.jp(メールの場合は件名に「カフェボランティア」とご記入ください)
月末の土曜	フラワーアレンジメントボランティア募集!	札幌市内福祉施設(集 合場所の当協会までの 交通費は自己負担で す)	教育機関や福祉施設でコミュニケーションを楽しみながら一緒にフラワーアレンジメントの制作サポートをしませんか。 ☎NPO 法人フローラルガーデンセラピスト普及協会 TEL:011-866-3136 Eメール web@flowertherapy.org URL http://www.flowertherapy.org/

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

- お寄せ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ご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。

転倒予防に癒しを。 両手のぬくもりを高齢者に。 ハンド・フットケア講習会 参加者募集!

- ・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
- ・福祉関係でスキルアップを目指す方
- ・体と心のリラックスタイムに興味のある方

- 日時/入学随時 全5回(2時間/回)
月~日曜日 10:00~20:00(時間相談可)
- 定員/6名
- 対象者/ご興味のある方ならどなたでも
- 会場/札幌市中央区南大通り西6丁目6番地
クリーンビル608号
- 受講料/35,000円(教材費込)
※受講修了後に、認定修了書授与

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
健康体カづくり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

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しれません。

カフェレポ

◆今回のテーマは、「話し合いの場」「コミュニケーション能力の向上のためには？」「モラルとは？」「ストレス解消法は何ですか？」「ボランティアやボラバイトについて」「ワークショップの運営」でした。今回は参加者の方同士で対話が進む場面が多かったと思います。面白かったのはストレス解消法で、人と話

すという方や、音楽を使うという方、子どもと遊ぶという方、そしてひとりでカラオケに行く方など様々でした。皆さんスマートなストレス解消法(?)をお持ちのようでした。(ボラナビボランティア・高山)

◆今回は、「常設の話し合いの場を作りたい」という熱意ある方の発言から、参加者それぞれがそうした場に求めるものを話しました。「中学生の頃、もし色々な大人と話す機会があれば視野が広がっていた。その機能を持つNPOをつくるのが夢」「自分はある悩みを抱えているので、同じ悩みを持つ人で集まりたい」「仕事以外に居場所があるといい」といった意見が飛び交いました。不登校の経験を持つ方が、他の参加者から質問を受けて、人と話せなくなった時のことや回復したきっかけを話したり、公務員の参加者が「公務員」の印象をみんなに聞かなかで、父親の思い出話が出るなど個人的なことも話し、聞き合える雰囲気になりました。ひとときのカフェではありますが、居心地のいい連帯感が生まれます。参加者リピート率は42%。11月はいよいよ2回開催の予定です。ふるってご参加ください。

(進行役 森田麻美子)



第8・9回ボラナビカフェ ～フリートークイベント～

◇日時：11月11日(土) 13:00~14:30

11月22日(水) 15:00~16:30

◇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

Eメール volunavi@npohokkaido.jp

9月の

事務局の1カ月を
振り返りつつご紹介



ジムキョクニツ

1日(金) ●久しぶりに来所のボラナビボランティア(以下ボラボラ)さんが、クリアファイルやのり、定規などを差し入れてくれた。ありがとうございます。●1日現在、ボラボラ登録数は69名。調べてみると男女比率は1:1.875、平均年齢は34歳!そして年齢非公表16名!!ちょっとへえ〜なミニトリビアでした。

5日(火) ●札幌市の元気プロポーザル事業に提出した企画に採用通知がきた。早速作業開始。

6日(水) ●ボラナビメルマガを発行する「チーム・メルマガ」を結成。記念すべき1回目の打合せをおこなった。

8日(金) ●インターンシップの学生さんの発表(関連14ページ)。●北海道福祉のまちづくり審査委員会に森田が出席。

11日(月) ●勤労者マルチライフ事業で、某企業の2人がボラナビ倶楽部の視察と初校チェックにいらした。

13日(水) ●「ボラナビにメールを送ったのに戻ってきた!」という状況が多数発生。8月末にwebサーバーを移転した影響です。ご迷惑をおかけして申し訳ありません。

14日(木) ●北海道長寿社会振興財団によるシニアの宿泊学習会的事業で森田がスピーチ。道内各地から生きがい、組織作りに関心のある人たちが集まっていて、刺激を受けた。●東京のNPO法人ソーシャル・イノベーションジャンプの方が、経産省の調査でボラナビをヒアリング。

15日(金) ●障がいをもつ主人公が結婚に至るまでのドキュメント映画のチケットを取り扱うこととなる。タイトルは「もっこす元気な愛」。涙や笑いあいの感動ストーリーで、11月4日〜2週間シアターキノで上映される。

●1%指定制度を考える勉強会をハンガリーのパーセント法等に詳しい茶野順子氏と、市民活動と税務に詳しい

赤塚和俊氏をお招きして開催。

20日(水) ●東京の方から、「ホームページでボラナビについて知った。北海道らしいボランティアについて聞きたい」と電話があった。豊平川イカダ下りや根室のフットパスなどを紹介した。

21日(木) ●月刊ボラナビが、お店などにどのように置かれているかの調査をボランティアでお願いしている(関連7ページ)。豊平区内を調査して下さった方から詳しいレポートが届いた。数日かけて25カ所も回ってくれた。ありがとうございます。●市内小中学校に月刊ボラナビを配布するために毎月している帯封作業(冊子を紙でくる)をし忘れていた!偶然いらしたボラボラさんを引き止めて作業をお願いした。●ボランティアをしたいが相談にのってほしいと女性が来所。「なかなか、直接団体の窓口には連絡できなくて…」とおっしゃっていたが、最後にはご紹介したいいくつかの団体の資料を見て「電話してみます!」と笑顔で帰られた。「もう一步」の後押しになったかな? ●事務所の節電効果があり、電気代が先月よりも数千円、安くなった。今後もさらに工夫し節約を続行。

22日(金) ●ボラナビには配達ボランティアを担当している方が2人いる。今日はそのうちの1人にとって配達最後の日。彼は、雨の日も毎月かかさず担当してくれたボラボラさん。また事務所に顔を出してね! ありがとうございます。

23日(土) ●ボラナビカフェ。詳細前ページ。

25日(月) ●UHB 番組審議会に森田が出席。

26日(火) ●1%指定制度を考える集いを開催。15日のゲストの議事録を元に、今後の会としての動きを話し合った。

29日(金) ●なんと! ボラナビ初期のメンバーが、札幌に引っ越してきたことをきっかけに再度お手伝いをしてくれる事になった! よろしくお祈りします。

30日(土) ●夏休み中、毎日パソコン作業を手伝ってくれた大学生ボラの翔平・雄介兄弟、お疲れ様!

9月にお手伝いしてくれたボラボラの皆さん
木村(翔)さん、木村(雄)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、七社さん、
西さん、村形さん、脇本さん 他の皆さん(アイウ順)。

NPO 法人だからできる 短期間・ハイレベル!

★介護予防、転倒予防対策として
リンパの流れを促す技法です。

★同講座を全国都市で開催中。

★まずはお電話を(未経験者もOK)
(特徴: 重複受講無料)

☎ 090-8426-6352

★定員: 各8名(先着順完全予約制)

★札幌かてる2・7教室(6階)
(中央区北2条西7丁目)

全日4回or夜間6回 3万円で、あなたは フットケアセラピスト



サロン等のαメニューや
医療介護関係者スキルUPに

フットケアセラピスト養成講座募集

●全日/土曜(第31期生) 10:00~15:00
(11/25)(12/3(日).16.23)

●夜間/水曜(第18期生) 18:30~21:00
(11/22.29)(12/6.13.20.27)

●費用/受講料30,000円 教材7,000円
(認定証書代金)

●申込/住所・氏名・連絡先をお知らせ下さい
(申込後に詳細郵送します)

■NPO 法人/日本リラクゼーションフット
ケア協会公認北海道代表: 小野

TEL/FAX: 011-865-6263

Eメール kazunori.0920@docomo.ne.jp



ボラナビでのインターンシップ (8/28~9/8)

北星学園大学 3年 阿部暁子



インターンカリキュラム説明に「内容はハードですが」とあり「おおげさだなあ」と思っていたのですが、予想を超えてハードでした。「自分達の好きな事をやる」自由状態なのに何故こんなにハードなのか。それは、自分で考え決断しなければならぬからです。でも終了した今は、何だか充実した気持ちです。少しだけ心が強くなって、たくさんの人達と知り合えて。そんな自分がちょっと気に入っています。

北星学園大学 3年 原田知佐



嫌になるほど考えることが多くて、社会人ってすごいと思いました。このインターンシップで、ボランティアをしている方のお話を聞くことができたり大変勉強になりました。今までボランティアをしたこともなく、することの意義もわからなかったけれど、実際活動している人とお話をすると親切な方ばかりで自分もこういう人になりたいと思いました。インターンシップを経験して、少しは考えられる人間になった気がします。

札幌市立高等専門学校専攻科 1年 奈良伶美



インターン内容は難しく、正直 10日足りるのか?と思うほどボリュームのあるものでした。企画立ち上げから制作まで3人一組で取り組むのです。今まで一人で企画するものの経験はありましたが、今回は初めて会った人と一から始める、という経験の無いものです。とにかくやらねば、と目の前に積みあがっていく問題や、やるべき事を片っ端から片付けていき最後には、三人でよかった!と思えるインターンでした。

今回は3人で、親子で気軽に参加できるボランティアやイベント情報を集めたホームページの企画・制作をおこないました。

インターンシップの活動内容・成果はボラナビ倶楽部のホームページでご覧いただけます。

1%指定制度を実現する会のご報告

森田麻美子

「1%指定制度を実現する会」のいち呼びかけ団体として、9月号(6ページ)やHPなどでNPO法人やボランティア団体、個人の賛同署名をお願いしたところ、9月末までに、94の団体と167人の個人にご協力をいただきました。ありがとうございます。署名は締め切らせていただき、その後、会では提言書を札幌市に提出する予定です。

1%制度は、個人が納める市民税のうち1%を、その個人が指定するNPOなどに寄付ができる仕組みです。千葉県市川市で2年度前に実現し、道内でも、恵庭市長が制度の実現をマニフェスト(公約)に入れたり、多くの自治体でも導入を検討しています。

実現する会では、国としておこなっているハンガリー等に詳しい茶野順子さんをお招きした勉強会も実施しました。(講話録は1%を実現する会のHPで見られます。http://www.npohokkaido.jp/tax1/)。納税者が税の使われ方に関心を持ち、自身が必要と感じる市民活動を認識して応援することができるなど効用の多い1%制度に、今後も注目していただければ幸いです。



音楽鑑賞が趣味という人は少なくないと思いますけれども、私も音楽を聴くのは好きな方です。最近たまにガンビアの音楽を聞く機会がありました。弦楽器をたくさん使っていて彩りを感じる音楽でした。アフリカの音楽という打楽器の印象が強いのですが、そこには色々な音楽があるのだと実感します。月刊ボラナビの「NGOコラム」を読むときも思いますが、世界は広くて地域によって様々な慣習や音楽があるものですね。(高山大祐)

月刊ボラナビの配置先

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)。今月は清田区・白石区の地域の配置場所をご紹介します。

■札幌市 ●清田区/札幌国際大学/イオン札幌平岡ショッピングセンター店/コープさっぽろ ルミネ平岡店/札幌東急ストア(真栄店・平岡店)/西友清田店/北雄ラッキー(美しが丘店・北野店・清田店)/ラルズストア(北野店・里塚店)/樹文教室(北野店・真栄店)/札幌信用金庫(清田支店・平岡支店)/北海道銀行(清田支店・美しが丘出張所)/NTTドコモショップ(清田店・平岡店)/ニトリ平岡店/札幌日産自動車柳里塚支店/樹ホンダクリオ南札幌羊が丘店/中和石油㈱ FW美しが丘/勝木石油㈱ SS平岡通/地域生活きたのセンターばお/清田区社会福祉協議会/清田区図書館/清田区民センター/清田区役所/びっくりドンキー清田店 ●白石区/コープさっぽろ(川下店・菊水元町店・北郷店・本郷店・ルーシー店)/札幌東急ストア(南郷7丁目店・南郷13丁目店)/札幌フードセンター菊水店/スーパーJOY白石店/フレットイ白石店/北雄ラッキー(菊水元町店・白石ターミナル店)/ラルズストア北郷店/これからや/サッポロ珈琲館(北郷店・ビーンズショップ札幌店)/モスバーガー南郷1丁目店/札幌信用金庫(北都支店・菊水支店・南郷支店)/北海道銀行(菊水元町出張所・北郷支店・白石支店・東札幌支店・北都支店・流通センター前支店)/北海道労働金庫札幌東支店/札幌日産自動車柳白支店/柳日産サティオ(川下営業所・白石営業所)/樹ホンダクリオ札幌東本店/樹ホンダベル/札幌白石営業所/中和石油㈱(ニュー白石・配送センター)/勝木石油㈱(白石中央・米里・チャレンジ北郷新道・アベニュー水源池・南郷通・東白石・札幌流通センター・東和エネルギー・北郷3条)/NTTドコモショップ東札幌店・南郷店・地下鉄白石店・南郷18丁目店)/JR白石駅/白石郵便局/白石区役所/白石区民センター/白石区社会福祉協議会/白石東地区センター/東札幌図書館/ボラナビ勤労青少年ホーム/JICA札幌/ニトリ白石店/びっくりドンキー南郷通店/北洋銀行白石中央支店

その他の配置先は、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。 ※配置に協力していただいている皆さま、ありがとうございます。
※遊佐新聞販売株式会社様、有限会社北海道新聞中田専売所様のご協力で、札幌市の一部地域で北海道新聞に折り込み配布をしています。

ポラナビ倶楽部を支援してくださった方々 (ラリル順)

株式会社ラルス様
株式会社リクルート北海道じゃらん様
株式会社アイティ・コミュニケーションズ様
株式会社旭鉄工所様
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
株式会社さきのとや様
札幌信用金庫様
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
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
富永マサエ様
中道リース株式会社様
株式会社ニトリ様
有限会社プライ様
ほくてんぼるねっと (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
有限会社北海道新聞中田専売所様
北海道文化放送様
北海道旅客鉄道株式会社様
匿名希望様 (札幌市)
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

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。

※月刊ポラナビの発行は、企業や個人の皆様からの寄付金でまかなっています。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。
※上記の価格がご自身で制作された場合の価格です。ポ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、誌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ヵ月間)..... 1,575円

複数部数を希望される場合は、ポ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、ポ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。

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

ポラナビ mobile
<http://www.npohokkaido.jp/>

このバーコードから「ポラナビモバイル」サイトが見られます



QRコード対応携帯のみ

SAPPORO SHIMBUN

リルビット

リルビットは、新聞型さっぽろ圏無料情報紙です。ためになる政治・経済の話題から、オススメグルメやイマドキカルチャー、おもしろ雑学まで、マチの気になるあれこれを集めました。あなたに“ちょっと(A little bit)だけプラスになる”情報紙「リルビット」。毎月第4木曜日、さっぽろ圏の魅力をちょっとずつお届けいたします。



編集・発行 北海道新聞社広告局 ☎060-8711 札幌市中央区大通西3丁目6 TEL011-210-5713 FAX011-210-6727 (月~金 9:30~17:30)

<http://www.littlebit-web.com>

http://www.npohokkaido.jp/volnavi/
メールアドレス
volnavi@npohokkaido.jp

〒050-0005
札幌市中央区北5条西6丁目2 札幌ビル3F
TEL 011-242-2042 FAX 011-242-2043

発行部数/30,000部

印刷/微アノード
イラスト/タケタミヲ

PRINTED WITH
SOY INK
この印刷物は環境にやさしい大豆インキと再生紙を使用しています。