ボランティアをしたい人と
募集している人をつなぐ　みんなのボランティア情報誌

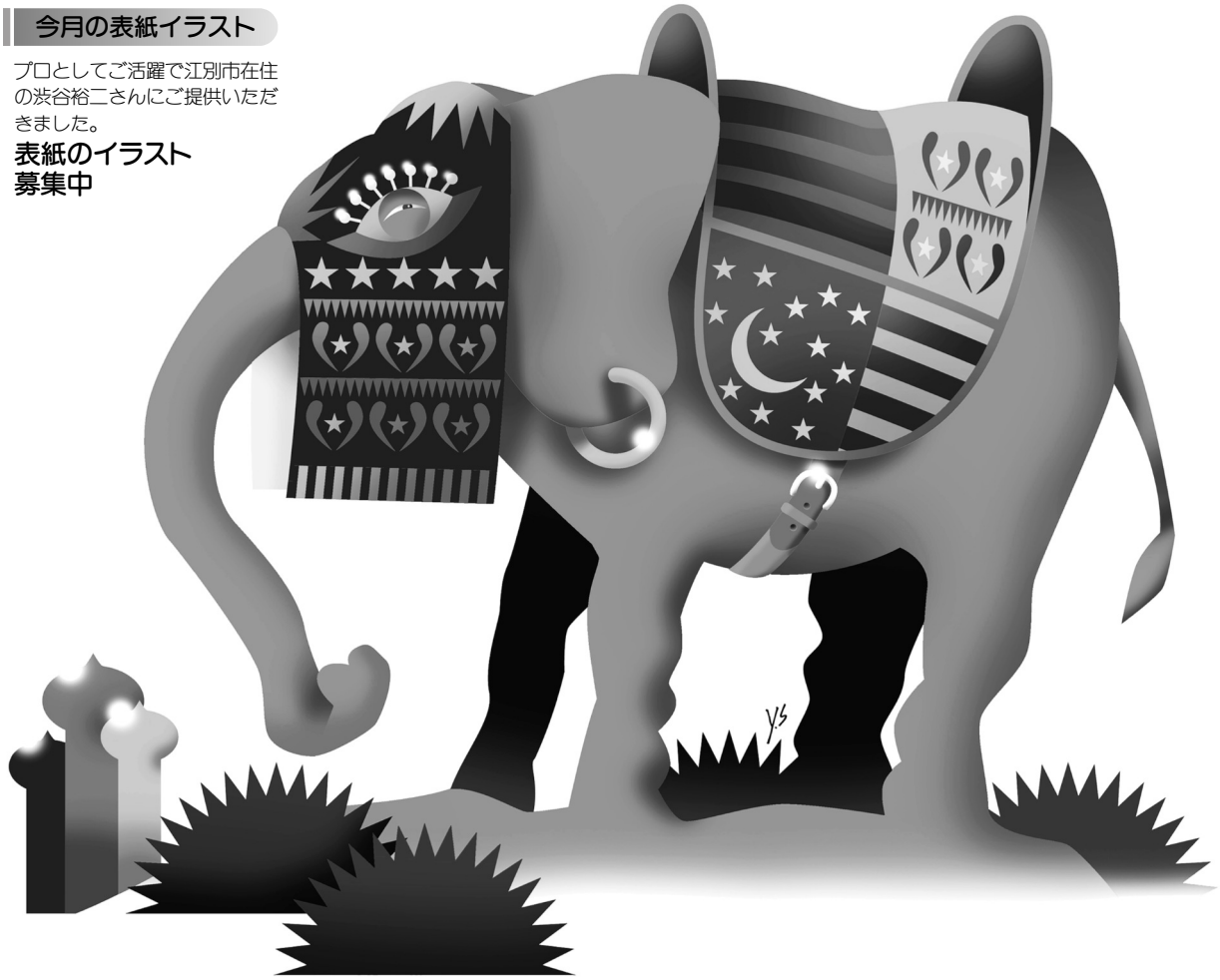
# 月刊 ボラナビ

2009年
2月号 No.126
無料 ご自由にお持ち帰りください

今月の表紙イラスト

プロとしてご活躍で江別市在住の渋谷裕二さんにご提供いただきました。

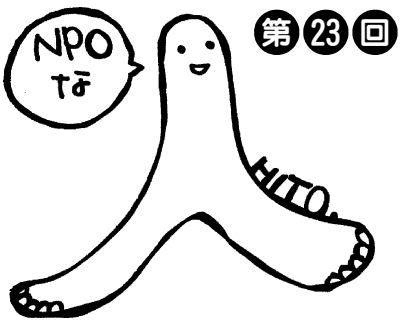
**表紙のイラスト募集中**



NPOな人　**DPI北海道ブロック会議 事務局長 我妻 武さん**

OB・OGコラム　**泣いた！ 笑った！ ニジェールの人々と…**

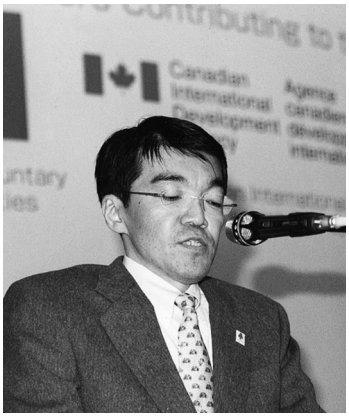
北海道のNPO法人認証数
1,475法人
（2008年12月末現在）




第23回

NPO 活動をしている人をどのくらいご存じですか？
どんな人が、どのような経緯で始めたり、関わるようになったのでしょうか。
北海道の多くの市民活動家の中から、まさに「NPO な人」として紹介したい方に、これまでのエピソードを教えていただきました。

財団法人秋山記念生命科学振興財団助成


DPI 世界会議にて

著者　DPI 北海道ブロック会議
事務局長
**我妻　武**（わがつま　たけし）

十勝出身の 50 歳。2002 年 DPI 世界会議札幌大会に携わり、現在は障がいに関する制度改正に伴う影響調査、シンポジウムや勉強会の開催、その他、様々な提言などを行っている。障がい者支援に関わっていた妻と二人暮らし。

## 障がいと付き合うようになって

私の名前を見て、あいつか…と思っている方もいるでしょうが、少々お付き合い下さい。

私の身体に障がいが生じたのは、35 年前、14 歳の時でした。突然歩けなくなり、病院へ行ったところ脊髄（せきずい）に腫瘍（しゅよう）があることが分かりました。何度か手術をして病気の進行は抑えたのですが、車イスでの生活を余儀なくされ、障がいと付き合うようになりました。当初は驚きと混乱、そして不安の嵐でした。しかし、私の心の混乱を受け止めてくれる人は誰もいませんでした。両親はただオロオロするばかり。必ず治ると信じてしてくれるサポートも私の気持ちを逆なでしていました（私も歳をとった今は、両親には感謝するばかりです。ただ、私の体を治すことに全力をそそいでくれたので、弟には寂しい思いをさせてしまったと感じています）。そんな時に出会ったのがM医師です。医師の説明を聞き正しく理解したうえで治療方法に患者が合意するインフォームドコンセントという言葉が今はありますが、彼はまさにその先駆けのような人で、ぶっきらぼうでありながら、率直に症状と治療方法を説明してくれました。私が障がいを自分のものとして受け入れることができたのは、彼のサポートがあったからだと思っています。彼の治療を受けながら、私は病・虚弱の子どもたちがいる養護学校で中等部、高等部と進みました。それなりに将来に対する夢もありましたが、それらは、ことごとく打ち破られていきました。理由は障がいです。障がい者だから大学へは行けない。障がいがあるから就職も難しい。── 結局、障がい者だから入所施設へという道しかありませんでした。

## 2002年の世界会議、そして次へ

少々落ち込んで入った施設でしたが、そこで、障がい者はたくさんいるのだということ、そしてある職員からは、アメリカには障がい者の自立生活運動があることを聞きました。実際に見てみようと、国際障害者年の1981年に2週間のアメリカ研修に出かけ、地域の中で障がいのある人たちが普通に暮らしている様を目の当たりにしました。私は刺激を受け、1983年に思い切って施設を出て、札幌のアパートで一人暮らしを始めました。

当時、街の中には段差が多く、地下鉄に乗るにも事前の連絡をしなければなりませんでしたし、タクシーの乗車拒否もよくありました。視覚障がい者に必要な点字タイルも十分ではなく、障がいのある人たちが日常生活を送る上で不便なこと、理不尽なことが今以上に放置されていました。私はいろいろな障がい者との関わりで、こうした不便、不都合なことは自分たちの障がいが原因ではなく、社会の側にこそ問題があるのだと確信するようになりました。そこで、障がい者が社会に参加できるよう、そして障がい者の存在を知らせようといろいろな運動を始めました（障がい者運動の先輩方がいたからこそ私も始められたのだと思っています）。

地域で暮らすようになってから出会った仲間たちといろいろな講演会や勉強会を実施していく中で、障がい当事者のDPI世界会議（DPI＝障害者インターナショナルの略）を札幌で実現できないかという話が出ました。それまでやっていた講演会とは規模が違います。想像もつかない話でしたが、夢は少しずつ種となって蒔かれ、賛同する多くの方々の応援を得て、やがて花を咲かすことができました。2002年10月に札幌で行った第6回DPI世界会議札幌大会には、110の国と地域から3,113人の参加者とのべ3,000人を超すボランティアが集い、障がい者の権利を獲得するために様々なテーマで議論がなされ、それは最終日に出された札幌宣言という形で結実しました。ボラナビ読者の中には、当時ボランティアをされた方も多くいらっしゃると思います。誌面をお借りして改めてお礼申し上げます。会議終了後の2003年には、その想いを継承する団体としてDPI北海道ブロック会議が誕生し、私はその事務局に関わって、既存の障がい者団体や当事者、支援者の協力を得ながら活動しています。

2002年の世界会議は、障がい者の社会参加や権利獲得の過程のひとつに過ぎません。これからも障がいの種別を越えて、誰もが共に暮らせる社会（ノーマライゼーション）に賛同してくださる方々と社会を変革して行けたらと思っています。

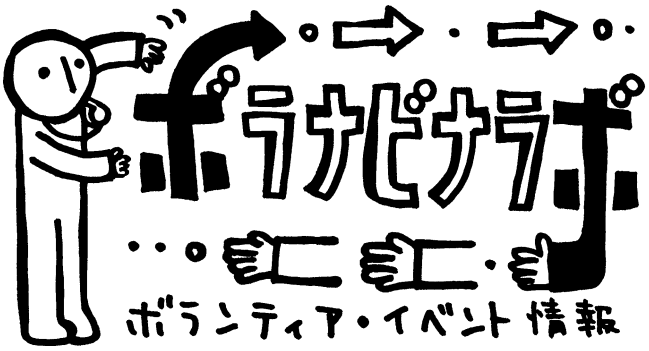
障がいをテーマに様々な事業を行っている

## 会員募集

DPI北海道ブロック会議は、障がい種別の壁を越えて、自分たち自身の意思・決定に基づいて生きていくことができる社会、全ての人が尊重され参加できる社会の実現を目指しています。会員（一口1万円～）を募集しています。ホームページからお申し込みいただけます。


**DPI北海道ブロック会議**

札幌市豊平区美園8条1丁目3-23　コーポリボンハウス
Eメール info_hokkaido@dpi-japan.org
TEL：011-842-9337　FAX：011-842-9330
ホームページ http://www.dpi-japan.org/hokkaido/




## 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 http://www.npohokkaido.jp/volunavi/

※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 2 月 25 日締切→ 4 月号掲載です。

## 掲載情報のご利用にあたり

● 情報の詳細は各団体にお問い合わせください。
● 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。また、万が一の事故やケガにそなえてボランティア保険への加入を推奨します。
● 思いやりをもって活動しましょう。

## 2/7 締　昭和新山国際雪合戦運営ボランティア募集

**単なる雪国の遊びであった雪合戦は、壮瞥町で冬のスポーツとして生まれ変わりました。たかが雪合戦とあなどるなかれ。「Yukigassen」として国際ルールもあり、フィンランドではヨーロッパ選手権まで開かれています。今年も、全国の激しい予選を勝ち抜いた精鋭 155 チームが昭和新山に集結し、雪合戦のチャンピオンの座を目指して熱く激しいバトルを繰り広げます。実行委員会では、この北海道を代表するイベントを町民と一緒に支えるスタッフを募集しています。事前の会場設営から、当日の大会運営、歓迎レセプション（ジンギスカン）のサポートなどをお願いします。募集対象は男女問わず 20 歳以上で、先着順 10 人です。**

●日時／事前説明会を 2 月 14 日(土)18：30 より壮瞥町公民館にて開催。
　会場設営は 2 月 18 日(水)・19 日(木)9：00〜夕方、大会運営は 2 月 21 日(土)・22 日(日)8：30〜夕方。
●申込締切／2 月 7 日(土)。要綱と申込書はホームページからダウンロードできます。
　ご記入の上、メールなどでお申し込みください。
●その他／終日、屋外で作業を行いますので、各自で防寒着と長靴をご用意ください。作業用軍手（雪合戦オリジナル）は当日配布します。傷害保険に加入します（参加者負担なし）。昼食は実行委員会で用意します。交通費、謝礼はございませんので、予めご了承ください。宿泊をご希望の方は、会場までの送迎バスが停車する（2/21・22 のみ）宿泊施設をご紹介します（宿泊費は各自負担）。
●お問合せ／昭和新山国際雪合戦実行委員会〈担当：庵（いおり）〉
　E メール blacky@taupe.plala.or.jp　TEL：0142-66-2244　FAX：0142-66-2800
　〒052-0101 有珠郡壮瞥町字滝之町 384 番 1　そうべつ情報館内
　ホームページ http://www.yukigassen.jp/

## 随時　江別の病院でボランティアをしませんか

**私たちは、江別市立病院の患者や家族の方に優しい環境を提供することを目的に、1998 年からボランティア活動を続けています。内容は、受診のお手伝い、病院内の案内、ガーデニング、病棟の図書管理、ロビーコンサートやバザー、小児科病棟での季節行事の実施など多岐にわたり、メンバーみんなで楽しく無理なく続けています。一緒に活動しませんか。ご連絡をお待ちしています。**

●日時／月〜金曜日 8：30〜15：30 の中で相談の上。外来診療休診日は活動しません。
●場所／江別市立病院（江別市若草町 6 番地）
●交通機関／JR「江別駅」より徒歩 10 分。または、江別駅から中央バスで「市立病院前」停留所より徒歩 3 分
●お問合せ／江別市立病院ボランティア・コスモス〈担当：村山〉
　TEL：011-382-5151（内線 1921）
　ホームページ http://www.city.ebetsu.hokkaido.jp/hospital/etc/cosmos.html

## 2/1締　北海道環境教育ミーティング体験屋台ボランティア募集

**「体験屋台」とは、子どもから大人まで気軽に〝環境教育〟に触れることのできるプログラムが屋台のように並んだものです。道内の環境教育実践者で構成する実行委員会が、一般来場者から活動の評価を受けたり、出展者が相互に活動を体験することで今後の活動のレベルアップを図ることを目的に、2005年から実施しています。この催しでボランティアをしませんか。お願いしたいのは、受付、名札作成時の参加者対応や、会場の巡回、設営・撤収などです。楽しいお祭りを見・聞き・食しながら、お手伝いしていただけませんか。**

●日時／2月14日（土）9：00〜17：00
●場所／札幌エルプラザ2階・3階ホール（札幌市北区北8条西3丁目）
●交通機関／地下鉄南北線「さっぽろ駅」又はJR「札幌駅」〈北口〉より徒歩5分
●謝礼／学生に限り、1,000円を上限として交通費実費をお支払いします。
●お問合せ／第4期第1回北海道環境教育ミーティング実行委員会〈担当：ほんぷ〉
　Eメール　nchacha-honpu-desu@jcom.home.ne.jp
　ホームページ　http://www.epohok.jp/modules/map/index.php?lid＝89&cid＝9

## 週2回　聴覚障がい者バレーボールクラブメンバー募集

**聴覚障がい者で構成される私たちのバレーボールクラブは、毎年6月に行われる「北海道・東北予選大会」に勝ち抜き、10月の「国民体育大会（障がい者スポーツ大会の部）」に男子は2年連続、女子は6年連続で出場！大きな目標を抱きながら日々の練習に精を出し、ボールを追いかけています。バレーボールを通して技術の向上・体力増進・仲間意識の育成を目指しませんか。バレーボールに興味のある方でしたら、経験は不問です。基礎からしっかり練習しましょう。将来、チームを引っ張ってくれる中学生・高校生の加入も大歓迎です。現在の男女約20人のメンバーは仲が良く、バレーボール以外でもよく集まります。興味のある方は気軽にお問い合わせください。**

●練習日／木・土曜日など週2回。19：15〜21：15。男女別。
●場所／札幌市内学校開放体育館
●参加費用／毎月1,000円（体育館使用料など）。学生は無料。
●お問合せ／聴覚障がい者バレーボールクラブ〈担当：北川〉
　Eメール　t.kitagawa425@docomo.ne.jp または t_kitagawa0425@yahoo.co.jp
　TEL・FAX：011-707-2630　携帯：090-9523-2575


登録ヘルパー募集中

興味のある方　急募
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　35歳以上
　運転免許必須　南区在住の方（周辺の方も応相談）
■勤務時間／応相談　昼間、深夜相談可
■給　与／時給930円（交通費440円 2009年3月まで。
　その後400円。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郵送するか下記までご連絡下さい。

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

## 随時　趣味活動のお相手ボランティア募集

**認知症対応型のグループホームです。囲碁や手芸を一緒にしたり、話し相手をしてくださるボランティアの方はいらっしゃいませんか。認知症の進行を予防するため、どうぞご協力をお願いいたします。**

●日時／応相談。曜日は問いません。
●場所／札幌市清田区清田３条２丁目７番４号
●交通機関／地下鉄東豊線「福住駅」から 86 番バスで「清田 2-3」停留所より徒歩３分
●その他／交通費は実費を支給します。送迎もご相談に応じます。
●お問合せ／グループホームキャスル清田〈担当：幕田〉　TEL：011-884-6111

## 随時　保育補助ボランティア募集

**生後５ヶ月から小学校入学前までの乳幼児が通う保育園です。園内の様々な業務をサポートしていただけないでしょうか。園児のかわいい笑顔を見ながら、楽しんでボランティアしていただければと思います。中学生以上の方にお願いします。動きやすい服装でいらしてください。男女不問。**

●日時／月～土曜日 9：00～16：00 の間でご相談させてください。
●場所／札幌市白石区栄通６丁目 19-7
●交通機関／地下鉄東西線「南郷７丁目駅」より徒歩８分
●その他／給食を１食 350 円でお出しできます。
●お問合せ／南郷保育園　TEL：011-851-5878　FAX：011-851-5885

## 月～金　保育補助ボランティア募集

**澄川乳児保育園には、０歳から２歳までの子が入所しています。家庭的な雰囲気を大事にして保育しております。子どもたちと一緒に遊んだり、遊具作りにかかわってみませんか。**

●日時／月～金曜日 9：30～16：00 の間でご相談させてください。
●場所／札幌市南区澄川２条５丁目 7-1
●交通機関／地下鉄南北線「自衛隊前駅」より徒歩 12 分
●お問合せ／澄川乳児保育園〈担当：加藤〉　TEL：011-831-5070　FAX：011-832-9684

## ～NPO のちょっとした疑問にお答えします。～

**Q　NPO 法人も、就業規則や賃金規程を作成しなければなりませんか。**

A　NPO 法人であっても常時 10 人以上の労働者を使用する事業場では、就業規則を作成し、所轄労働基準監督署長に届け出なければなりません（労働基準法第 89 条）。この場合の労働者には、いわゆる正職員のほか、パートタイム労働者や臨時のアルバイトなどすべての者が含まれます。なお、事業場の労働者数が常態として 10 人未満であっても、労働条件を公平かつ統一のものとして明文化することで労使間の紛争を未然に防止できますので、職場内でのよりよい労使関係構築のためにも、就業規則・賃金規定は必ず作成しておくべきといえます。

下矢洋貴　弁護士（佐々木総合法律事務所　TEL：011-261-8455）

## 随時　長期間入院患者の付き添い家族のための宿泊施設受付

**北海道ファミリーハウスは、道内外から札幌市内の病院に長期間入院する患者の家族が、安心して安価に宿泊できる施設の紹介をしている団体です。地味な活動ですが、応援してくださる方々も徐々に増え、設立から今年で10年目になります。昨年度からNPO法人として、新たなスタートを切りました。お願いしたいボランティア活動の内容は、患者家族からの問い合わせや宿泊に関する電話対応、書類の発送などの簡単な事務処理をすることです。活動の詳細はホームページをご覧ください。慣れない土地で生活をされる付き添い家族の方々の不安を、少しでも解消できるようにお役に立ちたいと考えております。私たちと共に活動してくださる方を随時募集しております。また、活動に関心のある方もご連絡ください。**

●日時／月～木曜日　10：00～16：00
●場所／NPO法人北海道ファミリーハウス（札幌市北区北7条西6丁目　北苑マンション407）
●交通機関／地下鉄南北線「さっぽろ駅」またはJR「札幌駅」より徒歩6分
●その他／ボランティア保険、交通費の他に、昼食代の補助があります。
●お問合せ／NPO法人北海道ファミリーハウス
TEL：011-716-4161（月～木曜日）　FAX：011-716-4162
ホームページ　http://www3.snowman.ne.jp/~h-family/

## 随時　知的障がい者支援

**「ふつうに暮らしたい」「地域で暮らしたい」というのが、知的障がいがある人たちの強い願いです。自立を目指すには、働くところ、住むところ、余暇を楽しむところ、そしてそれぞれの場所において彼らを支える人たちの輪が必要です。私たち「りぼん」は、知的障がい者が地域で暮らせる社会、彼らの心豊かな生活を目指して行動しています。私たちが行う宿泊・デイサービス事業を手伝っていただけませんか。宿泊事業ではご飯作りやお掃除などを、デイサービス事業では障がいがある利用者にあわせたサポートをお願いします。利用者と一緒に楽しんでくださる方、関心のある方はぜひご連絡をください。**

●時間／宿泊事業に関しては、お願いする内容によって時間が異なるのでお問い合わせください。
デイサービス事業は、平日14：30～17：00、土曜日10：00～14：00。
●場所／宿泊事業は、札幌市西区二十四軒4条3丁目4-18-405。
デイサービス事業は、札幌市西区平和1条8丁目2-18　りぼん事務所1階。
●その他／ボランティアの方には、交通費を含め1,000円／回をお支払いします。
●お問合せ／NPO法人知的障害者在宅支援りぼん
TEL：011-665-8004　FAX：011-665-8080

平成20年度 NGO相談員

### 北海道のNPO・NGOの相談業務承ります！

(財)北海道国際交流センター（HIF）は道南を中心にホームステイ、国際交流や地球環境、NPO・NGOサポートなどの活動をしている団体です。2008年度の外務省NGO相談員です。北海道全域の相談業務に対応するため、HIF札幌デスクを開設。よりきめ細かい相談や出張サービス（いずれも無料）を承ります。

詳しくは、札幌デスク　NPO法人ボラナビ倶楽部　または
（財）北海道国際交流センター（HIF）TEL：0138-22-0770
FAX：0138-22-0660　Eメール　info@hif.or.jp
ホームページ　http://www.hif.or.jp

## 随時　車いすで通学する子どもを手伝うボランティア募集

**車いすなどを利用する子どもたちが学校（普通学級）生活を行う上で必要とする介助や付き添いのボランティアを募集しています。校内の移動や階段昇降、トイレ使用時の介助の他、遠足などの学校行事の際に付き添いをお願いします。月に１度でも構いませんので、お時間があるときにご協力ください。**

●日時／登校日の午前か午後、または全日。
●場所／担当していただくお子さんによる。
●お問合せ／札幌市車椅子通学生の学校生活を支援する会〈担当：酒井〉
TEL・FAX：011-561-7977

## 随時　調理ボランティア募集

**精神障がい回復者が集い、リハビリのために、羊の革を使った工芸品や押花工芸の仕事をしている地域活動支援センターです。ここで昼食を作ってくださるボランティアさんを募集しています。詳細についてはご説明しますので、連絡をください。**

●日時／水・日曜日を除く毎日。9：30〜13：00
●場所／札幌市中央区北４条西 29 丁目 1-23
●交通機関／地下鉄東西線「西 28 丁目駅」〈2 番出口〉より徒歩５分
●お問合せ／NPO 法人地域活動支援センターアトリエポトス〈担当：勅使瓦（ちょくしがわら）〉
TEL・FAX：011-616-0933

## 随時　シルクスクリーンの経験者募集

**就労を目的に訓練を続ける障がい者に、印刷技術の一つであるシルクスクリーンを指導していただけないでしょうか。シルクスクリーン印刷の経験がある方にお願いします。**

●日時／月〜金曜日　9：30〜(16：00 頃)
●場所／共働友楽舎（札幌市北区北 39 条西７丁目 1-12）
●交通機関／地下鉄南北線「麻生駅」より徒歩５分。または、JR 学園都市線「新琴似駅」より徒歩７分。
●謝礼／昼食、交通費、若干のボランティア手当をお支払いします。
●お問合せ／共働友楽舎ありすくらぶ〈担当：角谷（すみたに）〉TEL：011-747-2622


**病に悩むあなたを支える人たちがいます。**

「クリスタルネット札幌」は、医療を求める札幌市民が自分にふさわしい医療者に出会うことができる社会環境づくりを目指し、医師・歯科医師を中心に札幌の医療者のネットワーク構築に取り組んでいます。病める人と医療者のいい出会いがあってこそいい医療は実現します。札幌の医療を必要とする方は、以下のホームページをぜひ閲覧、ご利用ください。まだまだ微力ですが、市民と共に新しい出会いの環境を札幌につくっていきます。医療に関する皆様からのご意見や情報提供を求めています。ご協力をよろしくお願いいたします。

**クリスタルネット札幌**

■現在、札幌の医師・歯科医師約 600 名を含め、1000 名を超える現場の担当者のネットワークを形成し、医療における信頼性の向上に努めています。

■あなたにふさわしい医療者を見つけるお手伝いをいたします。ホームページの情報を探しても見つからない場合は、お電話またはＥメールにてご連絡ください。

電　話　011-851-3147
メール　apr24s36@cnm-sapporo.jp

**http://cnm-sapporo.jp/**（パソコン・携帯）
※携帯で利用可能な情報と機能は限られています。できるだけパソコンをご利用ください。

## 随時　知的障がい者施設のボランティア募集

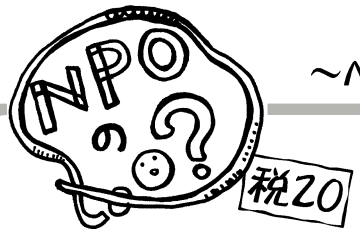
**私たちは、就労することが難しい知的障がい者に日中の活動の場を提供しています。そのうちの一つ、ワークショップノビロでは、肥料をパックに詰めたり、ネジにワッシャーをつけるなど、企業からの下請け作業を一人ひとりがそれぞれのペースで行っています。フレンドショップノビロは手芸品作りが中心です。両施設とも、思い切り体を動かす余暇活動や、海浜キャンプ、バーベキューなど、季節に合わせた行事も行っています。私たちの施設で作業援助や話し相手のお手伝いをしていただけませんか。連絡をお待ちしています。**

●日時／月～金曜日 9：00～15：45 の間で調整させてください。
●場所／(1)ワークショップノビロ（札幌市清田区真栄 3 条 2 丁目 1-20）
　(2)フレンドショップノビロ（真栄 2 条 1 丁目 7-6）
●交通機関／(1)中央バス「真栄 2 条 2 丁目」停留所より徒歩 1 分。(2)中央バス「真栄」停留所より徒歩 1 分。
●お問合せ／地域活動支援センターワークショップノビロ〈担当：手塚〉
　TEL・FAX：011-881-3168

## 随時　障がいのある方の活動サポートボランティア募集

**みずほ園は、重度の障がいのある方が主に利用されている作業所です。少人数のゆったりとした環境の中で活動しています。創作、和紙作り、音楽などの活動や外出の際の車椅子の移動介助など、また昼食作りをお手伝いいただけませんか。少しでも興味のある方は、気軽にお問い合わせください。**

●日時／月～金曜日　10：30～15：30
●場所／みずほ園（札幌市東区北丘珠 2 条 2 丁目 12-10）
●交通機関／地下鉄東豊線「新道東駅」から〈東 76〉「中沼小学校行き」バスで「丘珠高校」停留所より徒歩 5 分
●お問合せ／地域共同作業所みずほ園〈担当：山崎〉
　TEL：011-781-2102　FAX：011-781-2105




## ～NPO のちょっとした疑問にお答えします。～

**Q　札幌市へ寄付すると、希望するNPO などに助成される制度があると聞きましたが、詳しく教えてください。**

A　2008 年 4 月に「札幌市市民まちづくり活動促進基金（通称：さぽーとほっと基金）」が創設されました。寄付者は、この基金に寄付する際に、事前に登録されいる団体や活動分野などを指定することができます。そして、札幌市は、その寄付者の要望を最大限に尊重して各団体に助成します。個人が寄付した場合には、所得税や地方税の寄付控除（所得控除）を受けることができ、法人が寄付した場合には、法人税法上、全額損金算入することができます。詳細は、札幌市市民自治推進室市民活動推進担当課 TEL：011-211-2964 へお問い合わせください。

瀧谷和隆（瀧谷和隆税理士事務所　apitakiya@aol.com）

## 随時　防犯パトロールメンバー募集

**1979年に13人の若者がニューヨークの地下鉄パトロールを始め、「ガーディアン・エンジェルス」を設立しました。その後、ストリートの犯罪防止に貢献し、麻薬撲滅キャンペーンとして全米に拡がりました。現在は、赤いベレー帽と白いTシャツをトレードマークに、世界15ヶ国で5,000人のメンバーが活動しています。札幌でも、人々が安心して暮らせる街づくりを目指し、防犯のためのパトロールや環境美化活動などを非武装・非暴力で行っています。私たちの存在そのものを犯罪を抑止する力にしたいと考えています。一緒に活動しませんか。16歳以上であれば、国籍・年齢・性別・学歴・職業に関係なく参加できます。メンバーに必要なことは、腕力でも知力でもなく「人のために何かしたい」という姿勢です。未成年者は保護者の承諾が必要です。詳細はお問い合わせください。**

●日時／基本的には毎週金曜日。
　イベントでのパトロールや地域の事件解決のために、土日や平日も活動する場合があります。
●場所／主に札幌市内。
●お問合せ／NPO法人日本ガーディアン・エンジェルス札幌支部〈担当：菅原〉
　Eメール　sapporo@guardianangels.or.jp
　TEL：011-513-7227　FAX：011-513-7237
　ホームページ　http://www.guardianangels.or.jp

## 水　乳幼児と一緒に遊ぶボランティア

**毎週水曜日に真駒内公園で、素朴なおやつを作ったり、自然との触れ合いを大切にしているユニークな子育てサロン「ひろっぱ」を開いています。一緒に子どもたちと遊んだり赤ちゃんの世話をすることが大好きな方を募集しています。都合のつく時間帯にいらしてください。活動の様子をブログ「ひろっぱ日記」や「ひろっぱ」のサイトで紹介しています。そのサイトからの問い合わせも受け付けています。**

●日時／水曜日　10：00〜14：00（活動は9：30〜15：00）
●場所／道立真駒内公園旧公園事務所　2階和室（札幌市南区真駒内公園3-1　アイスアリーナ前）
●交通機関／じょうてつバスで「上町1丁目」停留所より徒歩5分。無料駐車場有。
●お問合せ／ひろっぱ〈担当：古市〉
　Eメール　furuichi@cvm.or.jp　携帯：090-3772-0668　ホームページ　http://www.cvm.or.jp/hiroppa/

## 2/7他　アザラシ生態調査ボランティア説明会

**私は日本海側でアザラシの調査が進んでいないことに興味を持ち、5年前から1人で数や生態を調べています。道北の日本海に浮かぶ小さな島、焼尻島でこの簡単なボランティアを一緒にしませんか。札幌から日帰りで、または1週間程度の短期滞在でも参加できます。詳しいことは電話やメールで説明しますので、ご連絡ください。また、2月7日(土)に札幌で「焼尻ごまちゃんクラブ説明会」を行います。時間や場所などはボランティア希望者と調整し、各自に連絡しますので、興味のある方はご連絡ください。**

●説明会日時／2月7日（土）13：00〜（事務局の者が柔軟に時間を調整します）
●場所／炭火焙煎珈房　サッポロ珈琲館　時計台ガーデンテラス店（札幌市中央区北1条西2丁目）
●お問合せ／焼尻ごまちゃんクラブ〈担当：河野〉
　携帯：090-2074-5727　Eメール　gomafu-hungskangee72@ezweb.ne.jp

# みんフォメーション

mini-information
"minformation"

| 期間 | タイトル | 時間・場所 | 内　容 |
|---|---|---|---|
| 2/6(金)〜8(日) | 市民社会をつくるボランタリーフォーラムTOKYO 2009 | 東京ボランティア・市民活動センターや飯田橋セントラルプラザ他にて。時間帯はホームページでご確認ください。 | ボランティア活動や市民活動に関心のある方々、また実際に取り組んでいる方々を対象に、現代社会が抱える問題を共有し、一緒に考えるためのイベントです。「社会の仕組みと制度」、「安心して暮らせる地域社会づくり」、「『市民社会』の担い手づくり」、「お金で買えない価値〜それぞれの幸せ」の4つのカテゴリーを設け、それぞれにテーマ性を持った複数の分科会を用意しています。<br>詳細・申し込みはホームページ http://www.tvac.or.jp/vf2009/で。<br>参加費 1,000円（追加料金がかかる場合あり）。<br>問 東京ボランティア・市民活動センター〈近江・宮田〉<br>Eメール center@tvac.or.jp<br>TEL：03-3235-1171　FAX：03-3235-0050<br>東京都新宿区神楽河岸1-1　セントラルプラザ10階 |
| 2/6(金)締 | コミュニケーションを学ぶ体験学習会 | 開催日 2/15(日)<br>9：30開場<br>10：00〜16：00<br>エルプラザ会議室1・2<br>(札幌市北区北8西3) | 体験学習は、自己を見つめ、知らない自分を発見してびっくりしたり、楽しんだり、時にへこんだりするにはぴったりの方法です。コミュニケーションの一般論を学ぶのではなく、自分と他人の関わりに目を向けてみませんか。「ラボラトリーメソッド」と呼ばれる体験学習の手法を用います。参加費は資料代500円（お茶とお菓子つき）。昼食は各自で用意してください。<br>問 札幌ファシリテーション研究会〈遠藤〉<br>Eメール taikenn2006@yahoo.co.jp　携帯：070-6602-8074<br>FAX：011-728-7280(市民活動サポートセンターのFAXです。必ず氏名・住所・連絡先を明記のうえ、「札幌ファシリテーション研究会宛」と書いてください。) |
| 2/7(土)・14(土) | 「チャレンジキッズ」ガールスカウト1日体験会 | 10：00〜12：00<br>(受付開始 9：45)<br>北大寺<br>(札幌市北区北12西3<br>地下鉄南北線「北12条駅」より徒歩すぐ) | 「心を育てるガールスカウト」をテーマに、「自然とともに」、「生きる力」、「思いやり」をキーワードとしたスカウト活動の一部を体験していただくイベントです。入団説明コーナーでは保護者からの質問にもお答えします。参加対象は、4月に幼稚園年長以上となる子から小中学生の少女とその保護者です。2日とも同じ内容なので、ご都合の良い日にいらしてください。<br>問 社団法人ガールスカウト北海道第17団〈福舛（ふくます）〉<br>TEL・FAX：011-721-1018　携帯：090-2878-9555<br>ホームページ http://www.geocities.jp/n_243/girl.htm |

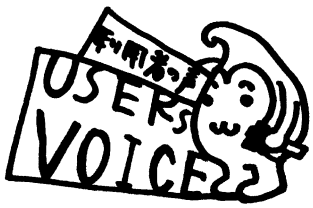

ボラナビ 2008年9月に のホームページが、新しくなりました。

ホームページはこれまで通り http://www.npohokkaido.jp/volunavi/

ご希望の分野や曜日のボランティア情報をメールでもれなく入手できる新機能「ボラナビ・アラート」搭載！！！ もちろん北海道のボランティア情報検索機能（ボラナビ・サーチ）もパワーアップしています。携帯からも閲覧・検索 →→→

NPO法人ボラナビ倶楽部 ● Eメール volunavi@npohokkaido.jp ● TEL 011-242-2042

| 期間 | タイトル | 時間・場所 | 内　容 |
|---|---|---|---|
| 2/15（日） | EZOSUI<br>2nd コンサート | 開場 17：00<br>開演 17：30〜<br>札幌市生涯学習センター　ちえりあホール<br>（札幌市西区宮の沢1条1丁目1-10<br>地下鉄東西線「宮の沢駅」直結） | 蝦夷吹奏楽団（EZOSUI）は、札幌を拠点に活動する2007年9月に創立された新しい市民吹奏楽団です。序曲「1812年」／P.チャイコフスキー、ファンファーレとバラード「遠い日の夢」／南俊明、風笛〜あすかのテーマ〜／大島ミチル他を演奏します。<br>入場料500円（小学生以下無料）。<br>問 蝦夷吹奏楽団事務局　TEL：090-6870-5690（夜間）<br>Eメール info@ezosui.com |
| 2/27（金） | 定例<br>大人のおはなし会 | 11：00〜12：00<br>山の手図書館　2階多目的室<br>（札幌市西区山の手4-2） | 私たちは、世界各国の昔話を語りで伝える活動をしています。今回のおはなしは、大人も楽しめる「つぶ息子」「雪女」などです。<br>どうぞお気軽にお越しください。参加費無料。<br>※駐車スペースが少ないため公共の交通機関をご利用ください。JRバス「西区役所」より徒歩4分。または地下鉄東西線「琴似駅」より徒歩10分。<br>問 山の手図書館「おはなしかご」〈田島〉<br>TEL：011-684-1894 |
| 2/18（水）締 | 知って備える<br>介護を必要としない<br>工夫術 | 2/20（金）<br>14：00〜16：00<br>シーズネット研修室<br>（札幌市北区北10西4-1　SCビル2階） | 誰もが年を取っても「ボケたくない」「身体も元気でいたい」と願っています。しかし、気力と体力の低下は避けられません。今から少しでも予防できることはないでしょうか。理学療法士で社団法人北海道総合在宅ケア事業団リハビリテーション部長の岡田しげひこ氏がお話しします。参加費500円。希望者は事務局までご一報ください。<br>問 NPO法人シーズネット<br>TEL：011-717-6001　FAX：011-717-6002 |




ボラナビに情報を掲載した方からのご意見、ご感想を紹介するコーナーです。

▼子どもたちと**何をして遊んでいるのか**、詳しく書けばよかった。

▼日時を**具体的に書いて**いなかったので、その問い合わせが多く申し訳なかった。

▼ボラナビを通じて**様々な人とつながり**をもてたことが大変嬉しい。

▼ボラナビ読者が**自ら**「ボランティアをしたい」と考え、**行動に移す**ことに大変感動した。

▼募集条件に該当しない方も問い合わせをくださった。掲載したことで、私たちの存在を**広く報せる効果もあった**と思う。

▼ボランティアで来た人が、今は当作業所の**職員**になっている。

# OB・OGコラム
## 青年海外協力隊

「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30回

## 泣いた！ 笑った！ ニジェールの人々と…

小熊真理さん（33 歳）2003 年 7 月～2005 年 7 月まで、ニジェール共和国で栄養士隊員として診療所の乳幼児健診や離乳食調理実習、家庭や学校訪問に携わる。現在は札幌市内の病院に管理栄養士として勤務。

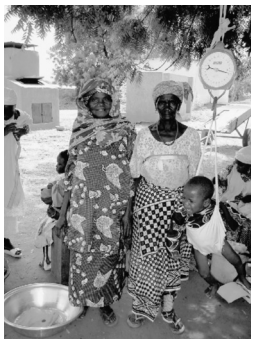
ポスターで説明する著者

灼熱の国ニジェール。西アフリカの内陸に位置し、国土の 3 分の 2 がサハラ砂漠だ。日光下 55℃を超える日も多く、年間降雨量は 100 から 400 ミリ、農耕地は国土の 1 割以下で国全体が常に食糧不足、飢餓という大きな問題を抱えている。

私が赴任したガヤ市は、多民族が一緒に暮らすのんびりした町で、ニジェール最南端に位置している。私は主に町の診療所で、現地スタッフと一緒に、複数の現地語を使い分けながら乳幼児健診を行った。また、近隣の村をバイクで巡回し、健診を手伝った。厳しい自然環境と食糧不足は子どもたちの健康と命を直撃する。母乳が十分な乳幼児の頃はいいが、離乳期になると、健診にくる子どもの多くが月齢体重に満たなくなる。主な原因は、母親たちが子どもの成長に合わせ、段階的な離乳食を与えられないためだ。柔らかい食材を煮て潰したり、少しずつ大人の食べ物に近づけるということができない。それは、この国の女性が出産する子どもの数、合計特殊出生率が 8.0 人で子だくさんの上、たきぎ拾いや水汲みに 10 キロ以上歩く重労働のため、一人の子どもに手をかけられないから。それでも、「予防は最大の治療」と母親一人ひとりに説明するスタッフの根気強さに心を打たれた。

慢性的な栄養失調なので、マラリアやコレラにかかることはもちろん、風邪や下痢をしただけでも子どもの命にかかわる。そんな厳しい現状で指導に当たるスタッフの助けになればと思い、栄養・衛生教育の紙芝居やポスターを作成した。母親たちは、「お金がないから子どものためだけの食事なんて買えないわ。あなたが買ってよ。日本人はお金持ち！」と口々に言った。最初はひるんだ私も、活動の終盤には「予防は最大の治療でしょ。病気になって薬を買うのとどっちがいいのよ！」と言い返したら、「これは一本取られた」と皆が手を叩いてどっと笑った。

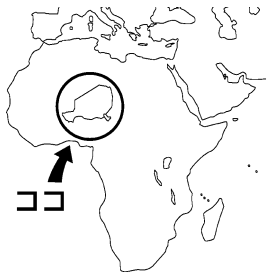
インターネットでニジェールを検索すると、悲壮感にあふれる記事や貧困に関するデータが多い。しかし、そこで暮らす人々は明るく、強い。想像以上に自然環境の厳しい現地と、生活に不自由のない日本を比べて世界の不公平を目のあたりにしたが、ニジェール人の友情と温かさに励まされ、支えられた 2 年間だった。



産婆さん。私が訪問すると「真理が来た」と踊って迎えてくれた

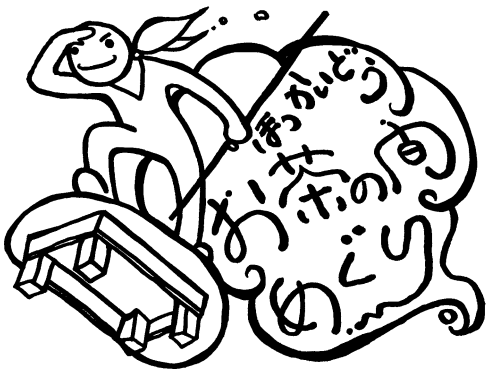
**豆知識**

挨拶は、今朝の寝覚めや暑さ、家族や家畜についてまで延々と聞きあうので長い。バイクに乗りながらも挨拶をするので事故が絶えず、「挨拶事故」と呼ばれている（本当）。




▼応募相談・活動などボランティアに関するお問い合わせは

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　E メール sictp2@jica.go.jp




誰でも気軽に立ち寄っておしゃべりができる「地域のお茶の間」は、集まった人たちとおしゃべりをしたり、ゲームや料理などをしながら、一緒に楽しい時間を過ごすことができるスペースです。

**ホームページで札幌市内を中心に、300ヶ所を紹介中!**
**→ http://www.npohokkaido.jp/chanoma/**

## Vol.17 シルバーシニアサロン

| | |
|---|---|
| 場　所 | 札幌市清田区真栄5条5丁目2-8　真栄団地会館 |
| 日　時 | 火～土曜日　9：00～15：00 |
| 参加費 | 年会費500円の他、毎回200円。 |
| 参加対象 | 町内の方が中心ですが、どなたにも門戸を開いています。当日直接会場へお越しください。 |
| 主催・連絡先 | シルバーシニアサロン<br>TEL・FAX：011-882-8652　佐波（さなみ） |

### サロンの特徴

魅力ある内容でお年寄りが楽しく集まる場を作りたいと考えていた頃に、市のシニアサロンモデル事業を知り、始めました。サロンにしては珍しく会員制をとっており、現在100人ほどが加入しています。麻雀、大正琴、詩吟、ビデオ鑑賞会などの他、夏は外で、冬は屋内で行うパークゴルフも人気です。また、毎月の恒例行事として、老人クラブ「福寿会」と共同でみんなで一緒に昼食をとり、おしゃべりや勉強会をしています。サロンの活動に2007年度は、のべ1,200人が参加しました。

### 参加した人の声、感想

- 今は、老人クラブに入会する人の数や、町内会加入率が減少している。この地域はまだいいほうだが、それでも家に閉じこもっている人は多いと思う。昔なら、近所の人たちがお寺などに、自家製のあんこ餅や畑で取れた大根なんかを持ち寄っておしゃべりをした。今は友達を作る場がなくなってしまった。
- 家を離れて活動でき、情報交換やおしゃべりで気晴らしができるこういうサロンは貴重。
- ゲームや交流をするのが楽しい。
- 新しいグループの企画を応援してほしい。

**ボラナビカフェも毎月開催しています。**

日　時／2月28日(土)　10：00～11：30
場　所／ボラナビ事務所(中央区北5西6札通ビル3階)
内　容／テーマを決めずに楽しく話し合う場です。どなたでも参加できます。
参加費／1,000円　　定　員／10人
参加方法／要予約。ボラナビホームページから、又は電話やEメールでお申込みを。
TEL：011-242-2042
volunavi@npohokkaido.jp

# 12月の
事務局の1ヶ月を
振り返りつつご紹介

**2（火）**●幅広くボランティアをされている方が事務所に立ち寄られた。他の団体での活動の様子などを教えていただいた。●ボラナビに掲載している団体の方がいらした。これまでメールだけのやりとりだったので、顔をあわせられて良かった。●村形が、武蔵女子短期大学にお邪魔してボランティアについて講義を行った。430人程の1年生が対象。今後も内容を工夫しつつ出かけていきたい。

**3（水）**●市民や企業の方々にボランティア情報をより広めるための仕組みについて、札幌市職員と打ち合わせをした。●処理に困っていたファイルブックを利用していただけないか某団体に問い合わせたところ早速来られて、何部かお渡しできた。12月末現在、まだかなり残っているが、使いたい市民団体の方はいませんか？ ●1年間使わなかった書類などを思い切って捨てた。いろんな団体のパンフレットが出てきたので、ボラナビへの掲載を打診することにした。

**4（木）**●表紙イラストの応募について問い合わせがあった。イラストはB5以上の紙に描いて、折らずに郵送していただくか、パソコンデータとして圧縮しメール送信、またはメディアに入れて郵送などでお送りください。ご応募をお待ちしています。

**5（金）**●「先月号に載っていた情報が今月は載っていないが、募集は終了したのか」という質問をいただいた。有料広告を除き、同じ情報は連号では掲載していない。募集が続いているかどうかは、各団体にお問い合わせください。

**10（水）**●北海道教育庁の放課後子どもプラン推進委員会と学校支援地域本部事業運営協議会に森田が出席。

**15（月）**●ボラナビのホームページで紹介している「出張芸ボランティア」に登録したいという方がいらした。老人施設や幼稚園などで披露できる演奏や劇、手品などの芸をお持ちの方はぜひご連絡ください。現在28人が登録中。

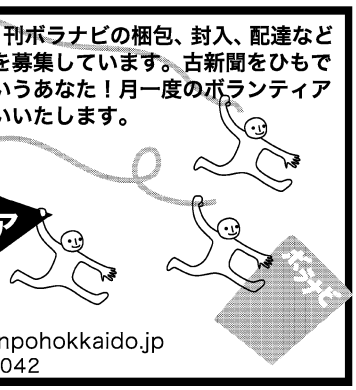
**16（火）**●忘年会をボラボラ（ボラナビ倶楽部のボランティア）さんたちと10人で開催。電話番号の交換をしている人達がいたり、お花見の頃にまた親睦会をしようという話が出たりで、楽しく盛り上がった。

**17（水）**●ボラナビ1月号の納品にあわせて、梱包と封入作業を行った。

**18（木）**●封入作業2日目。「昨日できなかった分の続きをします」とボラボラさんが今日もいらしてくれた。ありがたい。

「部屋の汚れは心の汚れ!」と思い立ち、夜中に台所のシンクを磨いてみた。みるみる綺麗になっていくのがなんだか嬉しくなり、しばし熱中。いち段落してパソコンの前に戻ると、原稿もこれまた綺麗に真っ白。そんな締切前夜。間際にならないと書けないいつもの私です…。そういや、学生時代も宿題をやるのは当日の朝だったっけ ^^;　（村形　潤）


**毎月20日前後に、月刊ボラナビの梱包、封入、配達などを手伝ってくれる方を募集しています。古新聞をひもで梱包するのが得意というあなた！月一度のボランティアにぜひご協力をお願いいたします。**




**発送準備ボランティア募集**

お申込み
Eメール★volunavi@npohokkaido.jp
TEL★★011-242-2042

ホームページ http://www.npohokkaido.jp/chanoma/

**北海道お茶の間めぐり**

●札幌市内300ヶ所以上の高齢者サロン、子育てサロン札幌市シニアサロンの情報
●全道の「地域の茶の間」特集記事
●場所が一目で分かる「地図表示」など便利で楽しい情報・機能満載
●サロン情報募集中

お問合せ●NPO法人ボラナビ倶楽部
Eメール●volunavi@npohokkaido.jp
（NPO法人　ボラナビ倶楽部・札幌市社会福祉協議会協働事業。札幌市協賛）


## 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1,000ヶ所にて無料配布中）。今月は札幌市清田区の配置先をご紹介。

**■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／マックスバリュ北野店／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）／㈱文教堂（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）／札幌日産自動車㈱里塚支店／Honda Cars 南札幌羊ヶ丘店／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ぱお／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／北野まちづくりセンター／清田中央まちづくりセンター／平岡まちづくりセンター／清田まちづくりセンター／里塚・美しが丘まちづくりセンター／白旗山競技場／清田区体育館・温水プール／札幌河辺石油JOMO大曲ステーション／ニトリ平岡店

その他の配置先は、ボラナビホームページでご覧ください。　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。

## ボラナビ倶楽部を支援してくださった方々（サシス順）

札幌信用金庫様
札幌大学様
札幌通運労働組合様
城宝和茂様
進藤芳彦様
NPO 法人チャリティ・プラットフォーム様
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
富永マサヱ様
中道リース株式会社様
株式会社ニトリ様
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
北海道エネルギー株式会社様
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
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
エックス様
株式会社 HBA 様
株式会社 NTT ドコモ様

### 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、企業や個人の方々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・宗教団体などからの寄付はお断りさせていただく場合があります。ご了承ください）。

## ■情報掲載料金（各１号につき）

| 種　　類 | サイズ（天地×左右） | 料　金 |
|---|---|---|
| 企業・行政など広告A | 50 mm×157 mm | 63,000 円 |
| 企業・行政など広告B | 50 mm× 76 mm | 31,500 円 |
| NPO・NGO の情報A | 50 mm×157 mm | 10,500 円 |
| NPO・NGO の情報B | 50 mm× 76 mm | 5,250 円 |
| NPO・NGO の情報C | 定型 | 無　料 |
| 裏　表　紙 | 50 mm×157 mm | 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。
※左記の料金は、ご自身で制作された場合のものです。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、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ヶ月間）…… 1,575 円**

複数部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込みは

■ゆうちょ銀行（郵便振替）／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　■札幌信用金庫本店／（普）4255071

■口座名：ボラナビ倶楽部　※銀行口座振込みの際は、ご連絡先をボラナビにお知らせください。

ボラ情報が検索できる！

ボラナビ mobile
http://www.npohokkaido.jp/

このバーコードから「ボラナビモバイル」サイトが見られます

QR コード対応携帯のみ


# 色弱の子を持つすべての人へ

## 20人にひとりの遺伝子

色弱は個性。社会や周りの人の心遣いで、誰もがもっと豊かな人生を送れます。「色弱の人にはどう見えている?」「カラーユニバーサルデザインって何?」。
色弱のデザイナーが贈る、学校の先生や広告・デザイン・印刷業界関係者も必読の一冊。

●栗田正樹 著　四六判・160頁（オールカラー）定価**1500**円

**北海道新聞社**｜〒060-8711 札幌市中央区大通西3丁目6　電話（011）210-5744（出版局営業グループ）
●お求めは書店、道新販売所でどうぞ。●表示価格には消費税が含まれます。

http://www.aurora-net.or.jp/doshin/book/
道新の本　検索



月刊ボラナビ 2月号

■ホームページアドレス http://www.npohokkaido.jp/volunavi/
■メールアドレス volunavi@npohokkaido.jp

■発行／NPO 法人　ボラナビ倶楽部
〒060-0005
札幌市中央区北５条西６丁目２　札通ビル３階
TEL 011-242-2042　FAX 011-242-2043

■発行日／2009年１月 25 日
■発行部数／36,700 部

■代表／森田麻美子
■印刷／㈱アイワード
■イラスト／タケダミヲ

PRINTED WITH SOY INK
この印刷物は環境にやさしい「大豆インキ」を使用しています。