

# 月刊 ボラナビ

2009年

11 No.135  
月号

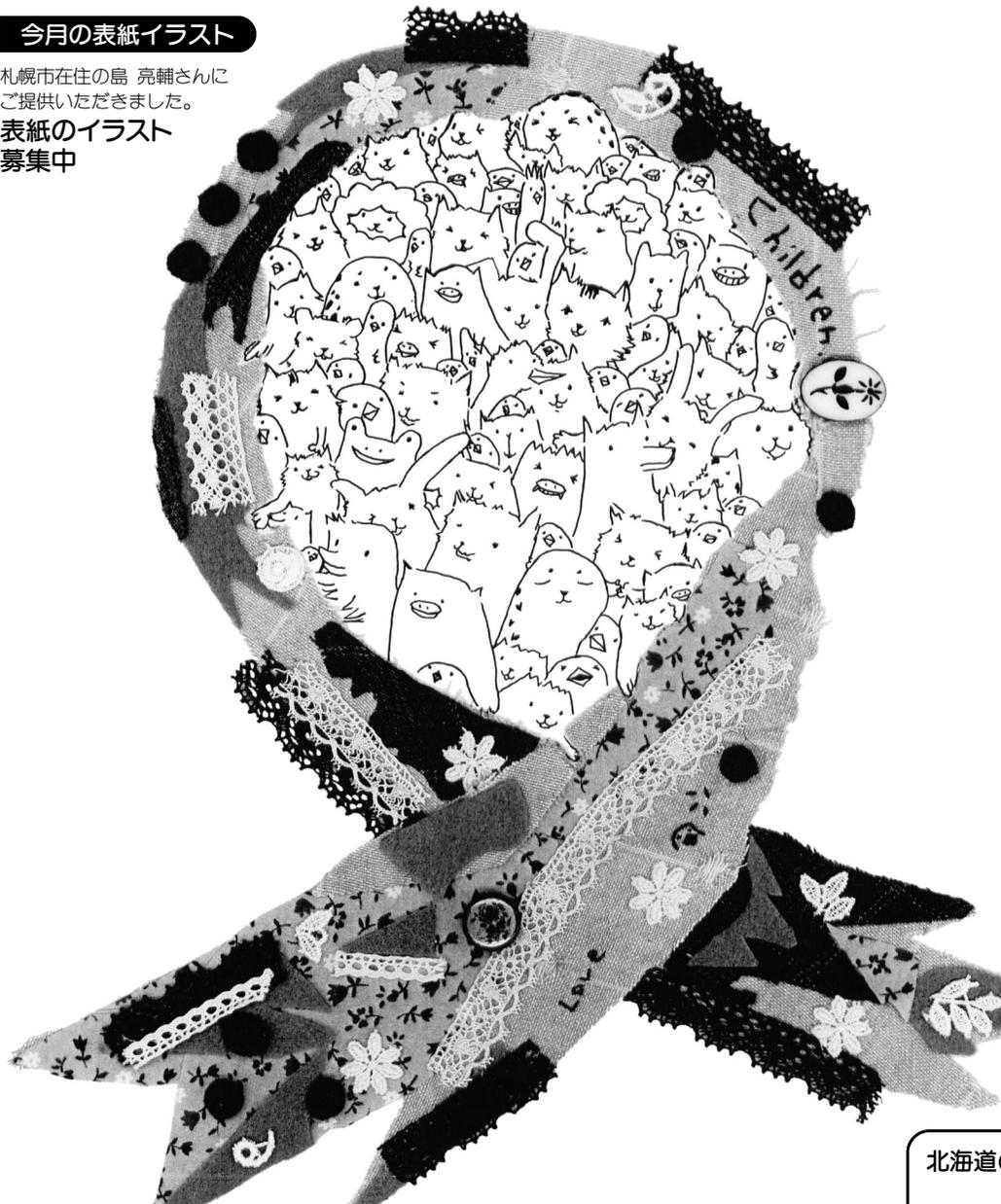
無料

ご自由にお持ち帰りください

## 今月の表紙イラスト

札幌市在住の島 亮輔さんにご提供いただきました。

表紙のイラスト  
募集中

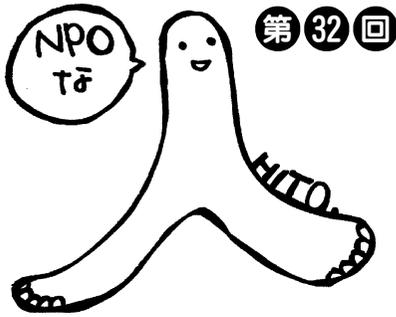


セルフヘルプの輪

N P O な 人

NPO法人 自立支援事業所ベトサダ  
代表理事 眞鍋千賀子さん  
札幌SORA(そら) 代表 山本尚子さん

北海道のNPO法人認証数  
1,533 法人  
(2009年8月末現在)



.....

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 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くださいました。

.....

北海道新聞社会福祉振興基金助成



**著 者** NPO 法人 自立支援事業所ベトサダ代表理事  
**眞鍋 千賀子 (まなべ ちかこ)**

1941 年 9 月、東京都生まれ。97 年来札し、ホームレス支援活動を始める。活動を通じ、市内の支援団体「北海道の労働と福祉を考える会」「なんもさサポート」などにボランティアとして参加。2009 年、自立支援事業所ベトサダ設立。

## 「おじさん」たちとともに ―

6 月 25 日に発足した路上支援団体ベトサダは、私にとって初めて本格的にかかわることになった組織です。

12 年前の秋、札幌の土を踏んで間もない頃に、私は「おじさん」たちと出会いました。「ホームレス」という言葉は知っていましたが、それまで暮らしていた東京には札幌よりもずっと多くの路上生活者の方たちがいましたが、そういった人たちとの接点はまったくありませんでした。話しかけたことさえなく、まして一緒に笑ったり泣いたりなどという経験は想像もできなかったことです。

その日、なぜ彼らに声をかけようと思ったのか、今となってはよく憶えていません。JR 札幌駅と桑園駅とを結ぶ高架の下を通りかかったことも、偶然です。ガード下のスペースを活用した公園に、テントが 20 張ぐらい並んでいました。「北 6 条エルムの里公園」、通称「テント村」。私にとっての、路上支援スタートの地です。

なぜ、テントがあつたのか。そこに暮らしている人がいたからです。彼らはさまざまな事情で家を失い、そこで生きることを余儀なくされた人たちでした。当時、札幌にはホームレスがないと言われており、今でいう支援団体のような組織もありません。私は、一人でそこに通うようになりました。きっかけは、「何かしなくては」という単純な動機です。東区の自宅でカレーやシチューなどをつくり、大鍋を抱えて地下鉄に乗り、日の暮れる少し前に公園を訪ね、彼らと一緒に夕食の鍋を囲む ―。まだ札幌の土を踏んで日も浅い頃のこと、私は地元の地理を覚えるよりも先に公園の友人たちの顔と名前を憶えてしまいました。1997 年の秋のことです。

以来、私は途切れることなく路上とかわり続けています。初めて彼らと会話をした時の、「おじさん」という呼びかけの言葉は、今も変わっていません。そんな「おじさん」たちの脱・路上と社会復帰をお手伝いするために、私が代表理事を引き受けて NPO をつくることになりました。それが、ベトサダです。

## すぐ隣りに、助けるべき人がいる

ボランティアを始めたばかりの若い人たちに、聞かれることがあります。「おじさんたちに話しかけるには、どうすればいいんですか」

私の答えは、「友達に話しかけるように、普通に声をかける」です。現に、路上問題を何も知らなかった当時の私は、普通に「こんにちは」と声をかけることで、おじさんたちと友達になれました。新聞紙の束を椅子に見立てて「どうぞ」とエスコートしてくれた人もいます。自分のお金で洋服をプレゼントしてくれた人もいます。彼らはみんな普通の人たち、同じ町に住む隣人です。ただ、今たまたま貧しくて、路上で暮らしているだけ。最も大切なのは、普通の人たちとつき合うのと同じように、彼らと深くかかわることです。一人ひとりと正面から向き合うと、彼らがどのような悩みを抱え、何に困っているのか、何を求めているのかを知ることができるのです。

ベトサダの役割は、おじさんたち一人ひとりの社会復帰を、隣人としてお手伝いすることです。ボランティア団体の中には、彼らに路上生活状態のままで生活保護を申請させるところもありますが、私はそれを「自立」とは思いません。本当の自立とは、文字通り自分たちの力で立ってもらうことです。私たちにできるのは、そのためのお手伝い、フォローアップをすることなのです。

これまでに出会った数百人のおじさんたちの名前や社会復帰後の住所などをノートに書き留め、その記録はもう12冊目になりました。おじさんたちは独特の情報網を持っていて、たちまち路上の有名人になってしまった私は、初めて会ったおじさんに「たどり着いた」と言われるようになりました。「やっと眞鍋さんにたどり着いた」と涙を流し、「これからも頑張って生きていこうと思う」と胸を詰まらせるのです。行政の発表では、北海道のホームレスの人の数はここ数年「横ばい」ということになっていますが、毎日のようにおじさんたちと出会う私の眼から見ると、この12年間で路上生活者は「増えている」と言わざるを得ません。とくに近年は、若い人と出会う機会が多くなりました。20歳代、30歳代で路上に出なければならなくなった人が、ここ札幌でも日を追うごとに増えています。

ベトサダは、彼らの脱・路上を助けます。路上で彼らに声をかけ、自立の意志があれば市内に確保する「生活荘」に案内し、まずはそこで身体を休めてもらってから、生活の基盤ができるまで社会復帰の訓練をしていただきます。年配であったり、身体が不自由だったり、心の病気を抱えていたりする人であれば公的援助に繋げ、若くてまだまだ働ける人であればできるだけ自分の力で仕事を探してもらいます。最終的には自力で新しい部屋を探し、完全に社会復帰してもらいたいと思っています。

新約聖書・ヨハネの5章2-9節に、次のような言葉があります。《水が動く時に、誰も自分を池の中に入れてくれる人がいないのです。／私が行くうちに、ほかの人が先に降りて行くのです》。この「水」というのは、エルサレムにある泉のことです。泉から湧く水を浴びると心と身体が癒やされるという伝説に、多くの人々が集まってくるのですが、何十年も泉のそばにいながら水を浴びることができない人もいました。身体が不自由で、自分の力で泉まで歩いていくことができないのです。誰かの助けを借りなければ、心と身体を癒やすことができないのです。

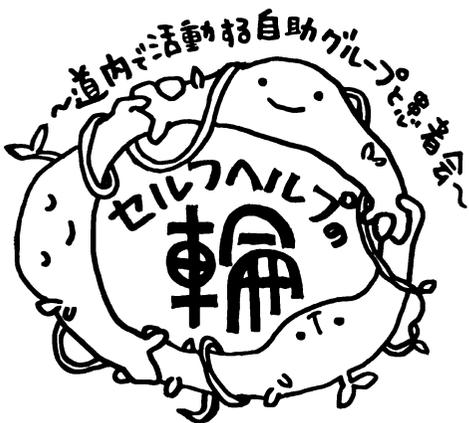
「ベトサダ」の名は、その泉の名前に由来します。私たちのすぐ隣りに、誰かの助けを必要としている人がいる――。そのことを、多くの皆さんに知って欲しいと思っています。

## 寄付のお願い

私たちの活動を資金面でも支えてください。  
一口千円で、何口でもかまいません。どうぞよろしく願いいたします。  
ゆうちょ銀行（郵便振替）02720-1-45798

■■ NPO 法人 自立支援事業所ベトサダ ■■■

〒001-0021 札幌市北区北21条西2丁目1-3 TEL：011-757-2920



さまざまな悩みを抱えた人たちが自発的に立ち上げた「自助グループ」が各地に広がりつつある。立ち上げた経緯や活動はさまざま。体験を共有し、自らを見つめる。心に寄り添う活動を紹介する。

札幌市さぼ一とほっと基金助成

札幌 SORA(そら)

代表 山本尚子(やまもと なおこ)さん



第 2 回

## 「あなたは大切な命」

# —— 摂食障害の経験者同士が支えあう札幌 SORA ——

人間にとって生活の基礎となる「衣食住」。食を楽しむ人がいる一方、食に苦しむ人もいる。拒食や過食に陥り、「こんな症状自分だけ?」「家族に迷惑をかけてしまう」と悩む人を、代表の山本尚子さん(45)は「ここにあなたが安心できる場所があるよ」といつでも受け入れる。

山本さんは19歳の時、食わずに運動する「拒食」によって2ヶ月間で15kgのダイエットに成功する。それまでは健康に過ごし、骨や筋肉、血が育っていたため、体調を崩すことなく体重は順調に減少。やせていく自分に快感を覚えた。また、「男性や社会の対応が今までと違う。やせたら人生が変わった」と勘違いした。しかし、もともと食べることが好きだったため、拒食は続かず、大量に食べては吐く「過食嘔吐」を繰り返すようになった。山本さんは当時の自分を振り返り、「周囲の期待に応える『山本さん家のよい子』として育ち、他人の評価を過剰に気にしすぎて、自分というものがなかった」と話す。

山本さんはある団体で回復プログラムを経験するが、自助活動の有効性に気づき、2007年、現団体の前身となるグループを立ち上げる。6ヶ月にわたる準備期間に200%の力を注ぎ、そのプロセスは山本さんを大きく成長させた。「私は摂食障がい者です」と表明して生きることで周囲に勇気を与え、また、この病気に対して社会はそれほど批判的ではないと感じることができた。いや、批判の声もメールに聞こえたと笑う。2年間の活動で、約80人の仲間とつながった。中には、片道5時間をかけて訪れる仲間の姿もあった。「地方の子こそ情報が少なく病んでいる」——2009年、現グループの活動をスタート。活動の三本柱は①ミーティング(言いつばなし・聞きつばなし)②フェローシップ(仲間との交流)③ブログミーティング(自分を伝える手段。遠方の仲間や、体調や心の調子が悪くてミーティングに来られない仲間にも有効)。山本さんは仲間を必ずハグで(抱きしめて)迎える。初参加者を入り口まで迎えに行く。自分がされて嬉しいことをやりたいからだ。ミーティングでは仲間の多くが、これまで誰にも言えなかったことを初めて会った仲間に話し、泣き、自分は一人ではないと感じることができるという。

摂食障がいは人間関係の不自由さからくる心の病で、自分より他人を気づかう人がなりやすいと言われている。山本さんは「まだ一人で悩んでいる仲間に、あなたは一人じゃないとメッセージを送り続けていきたい」とほほえむ。「あなたは大切な命、摂食とつきあいながらよく生きてきたね。これからも生きていこうね」。

### 札幌 SORA

摂食障がい者の自助グループ。第1月曜・第3日曜の14:00~16:30に、札幌エルプラザ(札幌市北区北8条西3丁目)で活動。対象は16歳以上の女性で摂食障がい者本人(現在・過去)。

ブログ

<http://blog.goo.ne.jp/sapporo-sora-meeting>

(活動日時変更の案内を出すことも有)

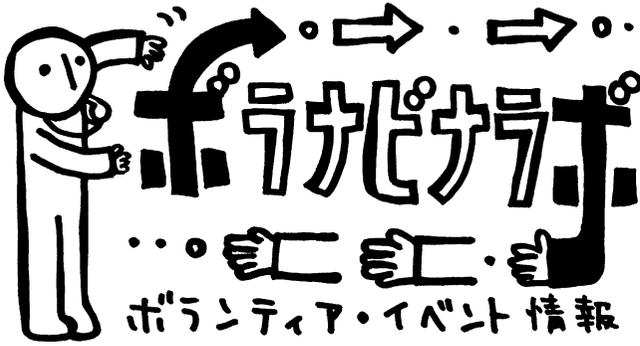
## 検索 ボラナビ自助

ボラナビ自助

検索

ボラナビのホームページで、道内の自助グループや患者会を40団体程紹介中。「私たちの活動も載せて欲しい」「こんな自助グループがあれば参加したい」といった情報やご意見もお待ちしております。

札幌には、「摂食障害サポートグループなごみの会」(公式ブログ <http://blog.goo.ne.jp/kikaii-support>) もあります。摂食障害者である自分を深く見つめ、時間を平等に分け仲間と聞き合い、自分を好きになることを目的に活動しています。



## 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 <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 11 月 25 日締切 → 1 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。

## 随時

### 事務作業ボランティア募集

私たちは、ちょっとした摩擦や接触で、すぐに全身の皮膚・粘膜に、水ぶくれやびらん（ただれ）を繰り返し発症し続ける難治性慢性皮膚疾患、表皮水疱症（ひょうひすいほうしょう）の患者と家族の会「表皮水疱症友の会 DebRA Japan (デブラジャパン)」です。2007 年に全国で初めて発足し、現在の会員数は 64 家族です。重症型になると、繰り返す皮膚再生により、指の癒着や栄養障害、腎臓疾患、感染症や皮膚ガンなどで生命維持に困難をとまぬいます。この深刻な病気を一人でも多くの方に理解していただくこと、年に一度の交流会や治療セミナー、年 4 回の会報の発行、関連学会への参加、医療機関との連携、諸外国の支援組織 DebRA との情報交流など、さまざまな活動を通して、患者と家族の支援サポートづくりを目指しております。当会の会報発送やテープ起こし、交流会のお手伝いをしてくださる方、英語・台湾語・韓国語のできる方を募集しております。また、毎日一生、何度もガーゼや包帯等の処置に費やされる自己負担の経済的負担と治療法の質的改善を求めて、医療援助を求める陳情のための全国的な署名活動を行っています。用紙はホームページからダウンロード可。ご支援よろしくお願いたします。定例会を毎月第 3 日曜日に行なっておりますが、都合により変更する場合があります。

- 場所／事務局（札幌市北区北 38 条西 5 丁目 1-40-803）、または市民活動促進センター、市民活動サポートセンターなど
- お問い合わせ／表皮水疱症友の会 DebRA Japan Eメール [suihoh@group.email.ne.jp](mailto:suihoh@group.email.ne.jp)  
TEL：011-726-5170 FAX：011-738-9556 ホームページ <http://www.ne.jp/asahi/eb-japan/com/>

## 随時

### 中途失明者の手引きをしてくれるボランティア募集

私たちは、親睦や社会参画・自立を目指して 1994 年から活動している中途失明者の会です。現在 140 人以上の会員がいます。日帰りの果物狩りや秋の一泊研修、新年会など季節の行事を楽しみにしていますが、目が不自由なため、そうした催しの際には手引きなどをしてくれるボランティアが必要です。協力していただける方は、恐れ入りますが賛助会員（年一口 1,000 円～）になっていただき、催しの予定を確認の上、ボランティアとして参加していただきますようお願いいたします。旅費は、恐れ入りますが自己負担です。また、安い費用で楽しめる旅先の情報をご存知の方は、お知らせいただくと助かります。

- お問い合わせ／北海道盲導犬協会視覚障害仲間会〈担当：会長 佐藤〉 TEL：011-885-5525

## 寄付をお待ちしております

月刊ボラナビは、みなさんの寄付で発行しています。

1 万円以上の寄付については、裏表紙でお名前をご紹介します。クレジットカードからも受け付けます。



NPO法人ボラナビ倶楽部



携帯電話で簡単寄付  
(クレジットカードのみ)

創業明治39年 月寒あんぱん本舗 月寒あんぱん本舗「ほんま」はボラナビ倶楽部を応援しています。

開拓の夢を抱いて、北の大地に集った先駆者たちが原野を切り開いて道を作り続けた時に食べていた…それが「月寒あんぱん」です。札幌市民に愛されて、道産小豆を使い、昔ながらの製法で作られて103年。

- ◎ あっさりとした優しい甘さの 月寒あんぱん
- ◎ 北海道産かぼちゃ使用の かぼちゃあん入り
- ◎ 明治時代の味を再現した 黒糖あん入り

★ 本広告を切り取り、店までお持ち下さい。お好きなあんぱん1個を進呈します。有効期限/09年11月末

ほんま本店 豊平区月寒東2条3丁目2-1 TEL 011-851-1264  
和菓子処 寒月 中央区南1条西27丁目 maruyama class 1階

**随時**

## 身障者写真サークルのメンバーとサポートボランティア募集

写真を通じて、身障者同士の友好を深めるとともに、パソコン上のデジタル加工を含む写真技術の向上を目指しております。新規の写真サークルメンバー、活動をお手伝いいただくボランティアの方、看護師の方を募集しています。初心者の方はデジカメを貸与し、指導も行います。

- 日時／毎月2・3回程度(土・日・祝) 10:00~15:00
- 場所／景勝スポットやスタジオなど
- 会費／入会金、会費無料。経費は人数割で実費
- お問合せ／柳谷 携帯：090-1382-6824  
(土・日・祝9:00~16:00、平日19:00~21:00)

**随時**

## 心の声に耳を傾けます

誰かに話を聴いて欲しい、誰かと話をしたいという方はいらっしゃいませんか。私たちは、日常生活の中で、さまざまな想いや願い、苦しみ、葛藤、不安などを抱えて生きています。その時に、ありのままの貴方と心の中にある貴方の声を貴方の立場にたって受け止めてもらうことができれば、どんなに気持ちが安らぐことでしょう。私たち傾聴ボランティアグループ「アクティブ17(いいな)」は、傾聴講習スクールを終了したボランティアが毎月1回学習会を開き、傾聴の学びを深め、その実践と普及に努めています。必要とされる方は気軽に声をかけてくださると嬉しいです。

- 対象／病院、各介護施設、デイサービスセンターの他、50代以上の独居高齢者などの個人精神にかかわる施設は不可
- 利用料／交通費のみ(独居老人、生活困難者については当方で負担しますので、ご相談ください)
- お問合せ／アクティブ17<担当：長澤> TEL:011-665-5588

**11/6  
締**

## 障がい児者の介助者募集

障がい児者の保護者の都合がつかない時に、代わりに介助などをするヘルパーを募集します。ヘルパー登録には、下記2日間の研修(受講無料。昼食は各自持参)受講が必要となります。詳細はお問い合わせください。

- 研修日時／11月12・13日(木・金)。両日とも10:00~15:00
- 研修場所／札幌肢体不自由児者父母の会2階研修室(札幌市中央区北8条西23丁目2-22 イベール823)
- 交通機関／地下鉄東西線「二十四軒駅」より徒歩約15分
- お問合せ／札幌肢体不自由児者父母の会事務局<担当：菊地>  
TEL:011-622-5006(月~金9:00~17:00) FAX:011-622-8664

## 会議上手になろう！ファシリテーション講座

講師 青木 将幸(青木将幸ファシリテーター事務所)

とき 2010年1月16日(土)から17日(日)まで1泊2日

場所 岩見沢市北村自然体験宿泊学習館 ぱる

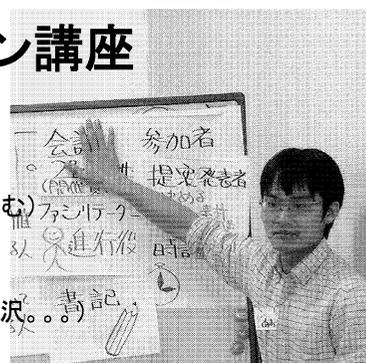
参加費 一般22,000円 学生・ボランティア14,000円(宿泊・食事・保険料を含む)

後援 岩見沢市教育委員会 新千歳空港・札幌駅・岩見沢駅から送迎有り

申し込み 所定の申込用紙にて 〆切11月30日(月)

主催 交流体験キャンプ！実行委員会 実行委員長 岩淵 渡(育ちは岩見沢。)

TEL/FAX 011-577-6574 <http://www.rebun.org>



## 土・日 映画祭「アース・ビジョン in 北海道」実行委員を募集します!

地球環境への想いを映像作品で体感する「アース・ビジョン 地球環境映像祭」。17 回目の開催を迎えた東京での本映像祭では、世界各国から寄せられた環境の「いま」を伝えるドキュメンタリーやアニメーション作品が上映されています。2010 年 5 月、この「アース・ビジョン」が北海道にやってきます。開催地は、ラムサール条約登録湿地「ウトナイ」の森にある自然体験施設「イコロの森」。北海道の空の玄関口・新千歳空港と接しながらも、自然の恩恵を直に感じられるこの地域は、環境活動の未来を考える上でも、多くの手掛かりに満ちています。私たち「Art-Activity UTONAI (アートアクティビティ・ウトナイ)」では、この映像祭の実行委員を募集中です。主な作業は事前の宣伝活動と当日の運営です。活動は週末がメイン。実行委員の年齢・職業は問いません。ぜひよろしくお願ひします!



- 場所 / イコロの森 (苫小牧) と札幌市内
- その他 / 本映像祭開催時の会場までの交通費は会が負担します  
事前打合せ (札幌市内) の交通費は自己負担をお願いします
- お問合せ / アートアクティビティ・ウトナイ <担当: 北川>  
Eメール info@visual-activist.com 携帯: 080-6505-0462 ホームページ <http://www.utonai.net/>

## 随時 ホームレスの人を支援するためにお米を集めています

私たち「なんもさサポート」はホームレスの人を支援するために、札幌市内に寮を用意して部屋と食事を提供したり、職探しや、就職後のアパート探しの手伝いなどを行っている市民団体です。近年、入寮者が急増し、現在 25 人程の方々に利用していただいておりますが、食費が不足しています。そこで、広くお米の寄付を受け付けています。どうぞよろしくお願ひいたします。

- お問合せ / なんもさサポート <担当: 中塚>  
TEL: 011-757-2920 札幌市北区北 23 条西 5 丁目 Dio 23 ビル 4 階

## 随時 外出や食事介助のボランティアさん募集

私は車いすを利用している男性です。外出先での買い物や食事、映画鑑賞などの付き添いをしていただけるボランティアを募集します。交通費、飲食費はこちらで負担します。また、ヘルパー 2 級の資格を持つ 18 歳から 30 歳の男性の夜間介助ボランティアを募集します。お電話お待ちしております。



- 日時 / 土曜日 10:00~15:00 (買い物の付き添い)  
日曜日 9:30~15:00 (外出先での映画鑑賞の付き添い)
- 場所 / 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」<1 番出口>より徒歩 10 分
- お問合せ / 志鎌 (しかま) TEL・FAX: 011-784-5250 携帯: 070-5600-8875



### 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。2009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札幌デスクを開設しています。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) までお問い合わせください。  
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****あけぼのアート&コミュニティセンターをご活用ください**

旧曙小学校跡施設が「あけぼのアート&コミュニティセンター」として再生しました。11月25日以降、体育館・中ホール・交流室等の時間貸しを始めます。文化芸術と地域の出会い・交流の場としてご利用下さい。詳細はホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

- 日時／火～日曜日 利用可能時間 9:00～22:00
- 場所／あけぼのアート&コミュニティセンター（札幌市中央区南11条西9丁目4-1）
- その他／「曙ほのぼの芸能祭」&オープニングセレモニーを開催します。11月23日（月祝）11:00～15:00。各種芸能発表や、フリーマーケット、縁日など
- お問合せ／NPO法人コンカリーニョ Eメール [akebono-info@concarino.or.jp](mailto:akebono-info@concarino.or.jp) TEL:011-615-4859  
ホームページ <http://www.concarino.or.jp/akebono/>

**随時****東京から北海道に食品を運搬するお手伝い**

北海道フードバンクネットワーク（災害救援ネットワーク北海道）では、品質には問題なくても包装の不備などで商品として流通させるのが難しい食品を企業から譲り受けて、福祉施設やホームレスの人たちに配布する活動の準備をしています。東京で同様の活動を行っている団体には既に様々な食品会社から食料が提供されており、私たちにトン単位でコンスタントに譲りたいと打診されています。食品の管理は、事務所である当別の廃校で行う手はずが整っていますが、東京から北海道に食品を運ぶ方法がなくて困っています。「東京にトラックで荷物を運んでいるが、復路は荷台が空っぽのままだ」という道内企業様はございませんか。また、運搬に協力してくれる企業の情報もぜひお知らせください。さらに、閉店したレストランなどから譲り受けたキッチン用品を高齢者施設や知的障がい者施設、コミュニティーレストランや在日の留学生などに提供する「キッチン・ウエア・バンク」活動も始めており、すでに20ヵ所以上に提供しました。対象地域も、札幌近郊を始め、新ひだか町や帯広市などに広がっています。ご協力をどうぞよろしくお願い致します。

- お問合せ／北海道フードバンクネットワーク〈担当：山口〉  
Eメール [mouth-mountain@softbank.ne.jp](mailto:mouth-mountain@softbank.ne.jp) 携帯：080-1877-6513

**土****子どもやお年寄りへのレク活動ボランティアを一緒にしませんか**

こんにちは。北海道大学&藤女子大学のボランティアサークル「セツルメント」です。私たちは毎週、近くの公園で地域の子もたちと一緒に遊んだり、市内の病院でお年寄りの方たちとレクリエーション活動をしています。子どもからお年寄りまで、世代を超えた多くの人との触れ合いを大切に、いつも楽しく活動しています。あなたはボランティアに興味はありますか？ 大学生や、20代前半くらいまでの人なら誰でも参加できますので、ぜひ一緒に活動しましょう。ご連絡をお待ちしています。

- 日時／毎週土曜日のお昼頃から ●場所／札幌市内の公園、病院
- お問合せ／セツルメント〈担当：大島〉 Eメール [the\\_settlement@mail.goo.ne.jp](mailto:the_settlement@mail.goo.ne.jp)  
ホームページ [http://www.geocities.jp/the\\_settlement/](http://www.geocities.jp/the_settlement/)

昔からボランティア関係の手伝いをして、その仕事は、ものにより原価・半額等でやっています。必要な方はご用命ください。看板描きが本職で、関係するコピー、印刷、写真、ラミネート、ゼロックス社の色彩指導をして、色の正確さは日本一のカラーコピー等他、霊能相談、パソコン・プリンター中古販売、特殊健康器具の製作販売、日曜大工等様々。よろずご相談下さい。  
★年賀状は昔から、モノクロ100枚¥1500、カラー¥2000です。

招き猫 **YOKOHABA**

札幌市白石区菊水8条2丁目3-25 **プリントピア** TEL・FAX 841-0802

平日

## 作業所ボランティアと物品提供を求めています

デンマーク語で「ありがとう」を意味する NPO 法人 TAK (タック) の会は、障がいのあるメンバーが地域の人たちと共存し、社会に参加していくことを目的に活動している作業所です。現在、食事の用意や、活動支援と生活介助、ショップの運営などを手伝っていただけるボランティアさんを求めています。見学・体験もできますのでお問い合わせください。また、お家の物入れに眠っている結婚式の引出物や、箱に入ったタオルなどの「お宝」はありませんか。新品または新品同様のものを求めています。汚れのない衣類や雑貨も大歓迎です。ぜひ、当法人が運営するリサイクルショップにお持ちください。売り上げは、会の重要な収入源となっています。

- 日時／月～金曜日 10:00～15:00
- 場所／共同作業所 TAK (幌市中央区南 6 条西 18 丁目 2-19 アクターフジ 1 階)
- 交通／地下鉄東西線「西 18 丁目駅」降車徒歩 10 分、もしくは市電「西線 6 条」降車徒歩 8 分
- その他／交通費上限 500 円まで (昼食付)
- 問合せ／NPO 法人 TAK の会 <担当: 川除(かわよけ)> Eメール tak2910@sepia.plala.or.jp  
TEL: 011-562-9334 FAX: 011-562-9334 ホームページ <http://recycletak0618.blog62.fc2.com/>

随時

## 認知症予防の学習療法ボランティア募集

当施設では、高齢者の認知症予防や認知症の進行を防ぐために、「学習療法」を一昨年より取り入れています。簡単な読み書き・計算を行うことで、脳(前頭葉)の働きを活性化させ、それによりコミュニケーション能力や認知能力を改善・維持するのを目的とした療法です。既に全国の多くの施設が導入しており、北海道でも増えています。当施設でも効果の表れた方がいます。この学習療法をお手伝いしていただけませんか。介護の経験や資格は必要ありません。お年寄りが好きで、人の役に立ちたいと思う気持ちがあれば十分です。事前に専門の研修を 2 時間半程受けていただきます。関心をもたれた方は、お気軽にご連絡ください。学習療法については当施設のホームページ、または「くもん学習療法センター」のホームページをご覧ください。



- 日時／応相談
- 場所／介護老人保健施設さっぽろ東ナーシング (札幌市東区丘珠町 291 番地)
- お問合せ／介護老人保健施設さっぽろ東ナーシング <担当: 石井>  
Eメール yuai-sapporo@cyber.ocn.ne.jp TEL: 011-785-8200 FAX: 011-785-8778  
ホームページ <http://www.h-nashing.jp/>



～NPO のちよつとした疑問にお答えします。～

**Q** NPO 法人で事務所を借りていますが、建物の所有者が変わり、新しい家主が挨拶に来ました。この場合、旧家主との間で締結した契約書の効力や、敷金の返還の相手方が誰になるのか教えてください。

- **A** 現在、当該建物を NPO 法人の事務所として利用しているということですので、賃借権に対抗力が認められます (借地借家法 31 条)。この場合、新家主が建物を購入すると、建物所有権とともに賃貸借契約上の貸主としての地位も当然に承継することとなります。すなわち、旧家主との間の賃貸借契約の内容が、新家主にそのまま引き継がれます。また、敷金についても、新家主が引き継ぐこととなりますので、敷金の返還の相手方は新家主となります (但し、仮に賃料などの滞納がある場合には、それを差引いた残額が、新家主に引き継がれることとなります)。
- 下矢洋貴 弁護士 (佐々木総合法律事務所 TEL: 011-261-8455)

11/  
27・28

## チャリティーコンサートのボランティア募集

市民ボランティア Peace (ピース) は、ウガンダ共和国 (アフリカ) のエイズ孤児をはじめ、子どもたちの支援をしています。この度、チャリティーコンサートを企画しました。当日の様々なお手伝い、特に簡単な会場設営をしてくださるボランティアを募集します。収益金は、マラリア大流行のため、必要となっている「蚊帳」の配給に使わせていただきます。

- 日時/11月27日(金)・28日(土)の2日間。拘束時間は16:30(集合)~21:00
- 場所/ヤマハアベニュー101(札幌市中央区南10条西1丁目1-50 ヤマハセンター2階)
- 謝礼/交通費とお弁当を支給
- その他/当日、観客として来てくださる方も大歓迎です。コンサート名は「GUARDIAN DEITY 8」  
2日間とも18:30~20:30 入場料金は一般2,800円、高校生以下の学生1,400円
- お問合せ/市民ボランティア Peace <担当:山岸> 携帯:090-6440-4929 又は 090-1641-0392 (植松)

随時

## 不登校・ひきこもりの人たちのメンタルフレンド募集

訪問型フリースクール「漂流教室」では、主に不登校・ひきこもりの人と週に一回程度会ってくれるメンタルフレンドスタッフを募集しています。メンタルフレンドは、カウンセリングの手法を基にした「受容と共感」の姿勢で当事者と接します。事前研修を5回実施した後、当事者宅かフリースペース「漂着教室」で当事者と会うこととなります。月例ミーティングでは他のスタッフと経験のシェアリング(共有)をし、活動をサポートしあいます。子どもたちとゆるやかに心のつながりを作っていくお兄さん・お姉さんとなる人なので、年齢は20代までの方をお願いします。

- 場所/フリースペース「漂着教室」(札幌市中央区南8条西2丁目 市民活動スペースアウクル304A)
- 交通機関/地下鉄東豊線「豊水すすきの駅」<6番出口>より徒歩3分
- その他/訪問にかかる交通費実費は支給
- お問合せ/訪問型フリースクール漂流教室 <担当:山田・相馬>  
Eメール hyouryu@utopia.ocn.ne.jp TEL・FAX:050-3544-6448 (電話は火~金9:00~20:00)  
ホームページ <http://members.at.infoseek.co.jp/hyouryu/>

平日

## まちづくりボランティア募集

npo 夢まち工房は、コミュニティワーカー(地域援助にあたる専門職)やボランティアの方々のご協力を得て、商店街や大学などと連携しながら、道央圏を中心に、講座活動等を通じてまちづくりに取り組んでいる団体です。団体が管理する公的施設「ほっとワールドのっぼ」の運営を週に1回お手伝いしていただけるボランティアスタッフを募集しています。内容は、訪問者の対応や会議の申込受付、簡単なお掃除などのサポートです。

- 日時/月~金曜日のうち可能な1日 10:00~17:00
- 場所/ほっとワールドのっぼ(江別市野幌町55-5)
- 交通機関/JR「野幌駅」より徒歩5分
- お問合せ/npo 夢まち工房 <担当:清水> Eメール yumemachi21@yahoo.co.jp 携帯:090-8270-1170

### ハンド・フットケア教室

#### 癒しとぬくもりのケア

**無料体験  
レッスン有**

(癒しとぬくもりのケア)は、オイルを使って手と足を温もりの手でさすってなであげる優しい手当ての手法です。手足を通して、心に触れるケアであり、肌と肌が触れあう事によってコミュニケーションが取りやすくなります。おくみの軽減や手足先がいつも冷たい方、筋肉の抱縮を和らげるなど、多方面に利用されています。

日 時/毎月第2・第4土曜日 13:00~15:00 (2時間/回 5回)  
会 場/札幌市中央区南2条西6丁目 狸小路プラザハウス2階  
受講料/35,000円(教材・修了証書代含む)

NPO法人 日本ヒーリングケア協会・ヒーリングスクール札幌 代表:男沢(おさむ)千恵子  
TEL:011-824-3848 FAX:011-824-3844  
ホームページ <http://www.J-hca.jp/> Eメール [sapporo@jhca.net](mailto:sapporo@jhca.net)

登録へルパー募集中

急募

### 興味のある方 ぜひお気軽にご応募ください!

- 資 格/ホームヘルパー2級以上、未経験者大歓迎 35歳以上  
夜間は年齢不問  
運転免許必須 南区在住の方(周辺の方も相談可)
- 勤務時間/応相談 昼間、深夜相談可
- 給 与/時給930円(交通費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

週2日  
程度

## イベントをつくろう! 実行委員募集!!

「ふれあいスノーフェスティバル」を知っていますか? 「スノフェス」は障がいのある子もない子も大人もみんな、雪の中で楽しく遊ぼう! というキャッチフレーズのもとに毎年冬に行われているイベントです。札幌市内・近郊の大学生・専門学校生・高校生などを中心とした実行委員が、企画から運営まで全てをとりしきり、企業協賛などを得ながら続けています。14回目を迎える「ふれあいスノーフェスティバル2010」をつくる実行委員をただいま募集中です。興味のある方は、Eメールの件名に「ボラナビ」、本文にはお名前・ご連絡先も併せて記載し、連絡をください。私たちと一緒に素敵なイベントをつくりましょう。

- 日時/活動日は集まったメンバーで相談して決めます。17:00以降
- 場所/札幌エルプラザ(札幌市北区北8条西3丁目)
- 交通機関/JR札幌駅や地下鉄「さっぽろ駅」と地下直結
- お問合せ/ふれあいスノーフェスティバル実行委員会 <担当: サイトウ・ワタナベ>  
Eメール fsf-since1997@infoseek.jp

随時

## 冬休み! 子どもと遊んでくれるボランティア大募集!

どろんこクラブは、集団活動が苦手な子どもたちの体験の幅を広げるため、冬休みの活動を企画しています。活動はソリ滑りや雪遊びを中心に、スキーやスケート、チューブ滑りにもチャレンジします。小・中学生の子どもたちにマンツーマンで付き添って、一緒に遊んでくれるボランティアを募集します。子どもを好きな方なら、障がいや保育に関する知識・経験がなくてもすぐに仲良く活動することができます! ボランティアが初めての方もぜひ一度遊びに来てください。



- 日時/12月28日(月)と2010年1月7日(木)~19日(火)  
土日を除く平日9:30(集合)~15:30(解散)
- 場所/集合は子どもサポートどろんこクラブ(札幌市北区北16条西4丁目2-2)
- 交通機関/地下鉄南北線「北18条駅」<2番出口>より南に向かって徒歩3分
- お問合せ/NPO法人子どもサポートどろんこクラブ <担当: 早坂>  
Eメール doronko\_club@ivy.ocn.ne.jp TEL: 011-737-3352 FAX: 011-398-8699  
ホームページ <http://www.geocities.jp/doronko1904>



~NPOのちよつとした疑問にお答えします。~

**Q** 会計ソフトの導入を検討していますが、会計ソフトを選ぶ上での注意点などはありますか?

- **A** 一般の家電ストア等で販売している会計ソフトの多くは、株式会社等の営利企業用か個人事業主用のものです。営利企業用のものでも問題ないですが、勘定科目や決算書のタイトルなどをNPO用に変更することが必要になります。また、NPO向けの会計ソフトも、数社から販売されていますので、インターネットなどで検索してみるといいでしょう。一般的には、2万円~6万円程度のもが多く、事業別(部門別)管理、予算管理、消費税の計算、減価償却の計算などの機能が付いているか否かで価格も異なってきます。必要な機能と価格を比較して選ばれるといいでしょう。
- 瀧谷和隆(瀧谷和隆税理士事務所 apitakiya@aol.com)

3/31  
まで

## 子ども自然体験活動のボランティア募集

「交流体験キャンプ! 実行委員会」では、子ども自然体験活動や事務局を手伝ってくれるボランティアスタッフを募集しています。私たちが開催するキャンプは、子どもたちが泣いたり、怒ったり、笑ったりしながら、様々な生活場면을体験できるものです。自然や人とたくさんの関わりをもちながら、「あずましい」コミュニティー空間をスタッフと一緒に創りあげていきます。子どもはそうやって多くの人と出会い、触れ合い、遊ぶなかで、いろいろなことを学びます。一緒に活動しませんか。お願いしたい内容は、電話やFAXの受付・対応、プログラム資料作成・発送、キャンプへの参加などです。経験は問いませんが、パソコンで文書などの作成ができる方をお願いします。詳細はお問い合わせください。

- 日時／プログラム募集期間中は9:00~19:00(シフト制)。変更する場合は有
- 場所／交流体験キャンプ! 実行委員会(札幌市中央区円山西町9丁目3-20-205)
- 交通機関／地下鉄東西線「円山公園駅」からバス。駐車場有
- その他／交通費を含む謝礼として一日500円を支給。プログラム参加時の個人装備は各自が用意。キャンプ参加時のスポーツ安全保険加入費用は会が負担
- お問合せ／交流体験キャンプ! 実行委員会〈担当:岩淵〉 TEL・FAX:011-577-6574  
ホームページ <http://www.rebun.org>

随時

## ボランティアリーダー募集

北海道YMCAでは、子どもと触れ合う活動に興味がある高校生以上のボランティアリーダーを募集しています。活動は、スキーやゲーム、料理、工作をしながら発達障がい児を支援するなど、多方面にわたります。ボランティアは、自分の意思で、仲間とともに、さまざまな経験を通して成長できます。年間を通して100人以上の方が活動しています。子どもたちの生活面・精神面でのサポートはもちろん、活動の企画・運営も手がけます。子どもたちから元気をもらうことができ、やりがいもあります! 説明会は随時行っていますのでお気軽にご参加ください。

- 期間／年間通して、または冬休み期間を中心に、など各自の都合に合わせて活動できます
- 場所／YMCA 及び札幌市内
- 交通機関／じょうてつバス 南4・南54・南55番「南11条西11丁目」バス停下車向かい
- お問合せ／財団法人北海道YMCA ボランティアセンター〈担当:佐藤〉  
Eメール [volunteercenter@hokkaido-ymca.or.jp](mailto:volunteercenter@hokkaido-ymca.or.jp) TEL:011-561-5217 FAX:011-563-0041  
ホームページ <http://www.hokkaido-ymca.or.jp>

増えた。

かなりアクセスが

▼ホームページアドレスを掲載したら、

相談相手になってくれて助かった。

ボランティアとして参加していただき、

▼同じ悩みを持つ方が

情報誌ではなくなりましたね。

多かった。ボラナビは若い人だけの

▼元気な  
団塊の世代  
の応募が



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。

**11/7(土)** ▶札幌初！『107+1天国はつくるものPART2』上映 & 講演会  
▶開場 18:15 開演 18:45 札幌市民ホール 地下鉄「大通駅」31番出口正面

「死んでから天国にだって幸せになってもしょうがない。生きている現在を天国にしてしまおう！すべてはやるか、やらないか」と体当たりで撮影し、話題となったこのドキュメンタリー映画のPART1はご覧になりましたか？公開から6年。今なお、全国各地で上映され、動員数は15万人を超えました。今年の11月に完成するPART2は「動くこと」「あきらめないこと」を選択した人たちの挑戦物語。「自分の力をあなどるな！そうすれば奇跡は起きる、奇跡は連鎖する」と伝えています。ぜひ、奇跡が起こった真実の物語を自分の目で見て感じてください。監督てんつくマンのトークと、「お産の家」の吉村先生ビデオメッセージもあります。耳の不自由な方のための字幕付き。入場料前売り2,500円、当日3,000円。☎アイデア・ワークス〈石田〉 Eメール idea-works@nifty.com 携帯：090-7511-9755  
TEL：011-612-1118 ホームページ <http://ideaworks-net.com>

**11/9(月)** ▶絵本フォーラム  
▶10:30~12:00フォーラム、13:00~14:30懇談会 白石区民センター和室A(札幌市白石区本郷通3-北1-1)

絵本に関するボランティアをしている者同士の交流がきっかけとなり、絵本の情報交換や勉強の場として2003年に会を結成しました。札幌市内をはじめ、地方の会員も参加する2ヶ月に1回の勉強会を中心に、絵本作家や児童文学者、画家との交流・懇談会、目が不自由な方たちのための点訳絵本教室や親子で絵本を作る講座の開催、フォーラムの実施など、絵本に関わる様々なことを行っています。会員は現在70人で、それぞれが学んだことを地域に持ち帰り、保育園や図書館などの活動で活かしています。この度、「あらしのよるに」などで有名な絵本・童話作家きむらゆういち氏を講師にお迎えし、フォーラムを開催します。いらしてみませんか。参加費300円。☎絵本コミュニティーKURABU〈土山〉 TEL・FAX：011-866-4012

**11/13(金)他** ▶日本の農業と食料自給～農業王国北海道で未来をどうつくるか～  
▶11月13日・12月11日 18:30~20:30(2010年3月まで毎月1回金曜日に開催)  
さっぽろ自由学校「遊」(札幌市中央区南1-西5 愛生館ビル2階)

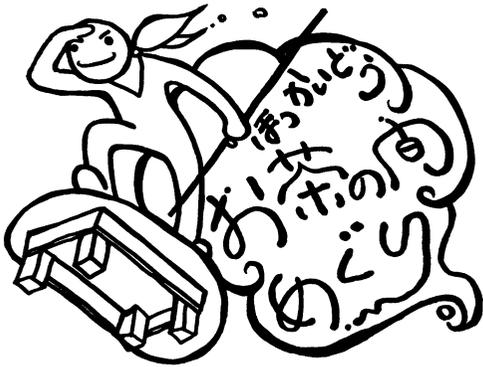
日本の食料自給率は40%、先進国で最低の数字です。農業を重視する政策をとる欧米諸国とは対照的に、日本は戦後、農業と工業を天秤にかけ工業をより重視する一方で、食料の輸入を増加させ、農業の衰退をまねきました。農業従事者は激減するとともに高齢化が進み、深刻な担い手不足に陥っています。まさに日本の農業は存亡の危機にあるといえます。この講座でさまざまな観点から問題をとらえ、私たちにとって望ましい北海道の農業と食の未来を考えましょう。受講料(1回)一般1,500円、会員・学生1,000円。☎NPO法人さっぽろ自由学校「遊」  
Eメール syu@sapporoyu.org TEL：011-252-6752 FAX：011-252-6751 ホームページ <http://www.sapporoyu.org>

**11/10(火)締** ▶ワーカーズ・コレクティブを学ぶ講座  
▶11/20(金)10:00~16:00入校式・ワークショップ 11/25(水)10:00~16:00ツアー  
11/26(木)10:00~16:00事業計画作成 ちえりあ(地下鉄東西線「宮の沢駅」より地下通路直結)

ワーカーズ・コレクティブとは、地域で暮らす人たちが、生活者の視点から地域に必要な「もの」や「サービス」を市民事業化し、自分たちで出資し、経営し、労働もなる労働者協同組合のことです。労働に対して報酬は受けませんが、利益を生み出すことが主目的とはならない非営利活動です。現在、道内には、食、福祉、子育て支援など様々な分野で、30以上のワーカーズが活動しています。ワーカーズにおける働き方や起業に関心のある方を対象に講座を開催いたしますので、ご参加ください。参加費2,000円。☎NPO法人北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会  
Eメール wco28@athena.ocn.ne.jp TEL：011-846-8463 FAX：011-846-8540  
札幌市白石区本通4丁目南8-27 ホームページ <http://www2.ocn.ne.jp/~wco28/>

**第4(土)他** ▶音楽療法を体験してみませんか

わたしたち「和・ハーモニー音楽療法研究会」は、歌や楽器演奏など、音楽活動を通して交流する催しを毎月開催しています。発達に心配のある年少から高校生まで対象の「わはも」は、毎月第4(土)14:00~16:30の間の1時間程度、新川病院4階多目的ルーム(札幌市北区新川1条1丁目1-23)にて、高齢者の健康促進のためのミュージックサロン「和」は、11月14日(土)13:30~14:30、北区民センター(地下鉄南北線「北24条駅」より徒歩7分)にて開催します。どちらも参加費は500円で定員があるため、開催日より5日前までに申し込みが必要です。詳細はお問い合わせください。☎和・ハーモニー音楽療法研究会 FAX：011-788-4340。ホームページもありますので、当会名で検索してください。



誰でも気軽に立ち寄り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!

お茶の間めぐり

検索

このコーナーは、赤い羽根共同募金の支援を受けています。

Vol.26

## もみじ台地域の茶の間

場 所	もみじ台管理センター娯楽室 (厚別区もみじ台北7丁目1-1)
日 時	毎月第1土曜日 10:00~15:00
参加費	200円
参加対象	どなたでも。申し込み不要。
主催・連絡先	もみじ台まちづくり会議 TEL: 011-897-6121 FAX: 011-897-2537 (もみじ台まちづくりセンター) ホームページ <a href="http://www.community.sapporocdc.jp/city/atsu-momiiji/outline/">http://www.community.sapporocdc.jp/city/atsu-momiiji/outline/</a>



### お茶の間について

世代に関係なく誰もが気軽に立ち寄り、お茶を飲んだり、お菓子や漬物を食べたりしながら交流できる場です。おしゃべりをする方、囲碁や将棋、麻雀を楽しむ方など様々です。今後は手作り料理の昼食会も行なう予定です。

この場ができたきっかけは、自治会や学校関係者、ボランティア団体、企業など51団体で発足した「もみじ台まちづくり会議」の話し合いでした。08年4月からお茶の間をスタートさせたところ、地域の方々から1年間で延べ300人以上参加してくださいました。今年度に入ってから、参加者数はさらに増えています。



### メッセージ

単身の女性高齢者が多く参加していて、笑い声が絶えない明るい雰囲気です。ある方は、「毎月1回のこの場を楽しみにしている。気軽に話せるし、友達もできた。知人を誘って参加することもある」と話しています。この度、希望の多かった血圧計を設置したところ、大変好評で利用していただいています。今後は、遠方の方や、障がいのある方、子育て中の方、若い世代の方もより気軽に参加できるように、開催場所も含め工夫していきたいと考えています。多くの方のご参加をお待ちしております。



ボラナビカフェも  
毎月開催しています。



日 時/11月18日(水) 10:00~11:30  
場 所/ボラナビ事務所(中央区北5西6札通ビル7階)  
内 容/テーマを決めずに楽しく話し合う場です。  
参加費/300円 定員/10人  
参加方法/1週間前までに要予約。

TEL: 011-242-2042

[volunavi@npohokkaido.jp](mailto:volunavi@npohokkaido.jp)

月寒あんぱん本舗 榎ほんま様より茶菓子の提供があります。

# 9月の

事務局の1カ月を  
振り返りつつご紹介



- 4(金) ● 月刊ボラナビ 10月号の印刷案ができてきた。ボラナビ倶楽部のボランティア(ボラボラ)さんたちと校正。遅れていらしたボラボラさんの一人は、コピーを自宅に持ち帰って週末中に校正し、それをスキャンしたものをメールで提出してくださった。お疲れ様でした。
- 5(土) ● 札幌市まちづくりウィーク 2009 に村上が参加。ブースでボラナビ倶楽部の紹介をしたり、座談会の進行役を務めた。
- 9(水) ● 札幌市が作成したまちづくりウィーク 2009 のリーフレットが完成した。ボラナビ倶楽部も、情報提供で少し協力させていただいた。●ボラボラさんを対象に、ボラナビ倶楽部で作業するボランティア活動を掲載したメールマガジンを創刊。ボラナビ倶楽部での活動やこのメルマガの受信を希望する方はご連絡ください。(登録無料)
- 14(月) ● 北海道ワーカーズ・コレクティブ連絡協議会の講座にお邪魔した。ワーカーズ・コレクティブとは、地域に必要な「もの」や「サービス」を市民事業化し、自分たちで出資、経営、労働にもなる労働者協同組合のこと。12ページのミンフォでも講座をご案内中。
- 15(火) ● 北海道放課後子どもプラン委員会と北海道学校支

- 援地域本部事業運営協議会に森田が出席。道内の多くの小学校で行なわれている放課後子どもプラン事業に関する研修会や、市町村の事例報告があった。●市民による学びの場を設定している自由学校遊(ゆう)の企画「札幌の貧困とホームレスの今」に参加し、ホームレス支援団体「なんもさサポート」を訪問。そこが運営しているレストランで食事をしながら、団体の方のお話を聞いた。自由学校「遊」は、地域や市民活動を学ぶ様々な分野の講座を常に開いている。12ページのミンフォでも一部紹介。
- 16(水) ● ボラナビ9月号が納品された。今月はボラボラさんが少なく、各所に発送するための梱包作業を少人数で行なった。ちなみに、梱包作業とは、ボラナビを紙封筒やビニール袋に詰めたり(200ヶ所分ほど)、古新聞を縛るようにビニール紐でくくっていく作業のこと。最新号のボラナビを誰よりも早く手にできる特典付き!! この作業を手伝ってくれるボランティアを随時募集しています。
- 17(木) ● 北海道医療大学の講義で森田がスピーチ。大学生はおおむね20歳ほど年下なので、市民活動以外の話(「なんのために勉強するのか」「どのような視点で仕事を選ぶべきか」)に、つい熱が入ってしまう。
- 18(金) ● 千葉県の堂本暁子前知事を招き、市民参加型の福祉政策について学ぶ集会(生活クラブ生活協同組合主催)を見に行った。身体に障がいがある県民と県職員が、何度も夜間に会合を開き、対話を重ねて政策を練り上げた話などを興味深く拝聴した。
- 24(木) ● インターシップの永井隆智さんが、今日から1週間ボラナビ倶楽部で活動してくれる。今日は、情報収集や原稿入力、近郊店舗へのボラナビ配達をしていただいた。
- 25(金) ● 10月号からスタートした「セルフヘルプの輪〜道内で活動する自助グループと患者会」をボラナビのホームページでも公開。月刊ボラナビには載せきれない約40の団体一覧も掲載している。



ジャンケンだと、グーを出して負けることが多いです。力の入りすぎらしい。この力をもっと仕事に使えたらなあ。「最初はグー」の後に、違うのを考えられないという性格もわざわざいしているかも。(ボラナビスタッフ・村上智恵子)

## ボラナビ倶楽部の会員になりませんか?

社会を変えたい人

一緒にボラナビを育ててみたい人

市民活動やボランティアに興味がある人

ボラナビ大好きな人

ボラナビに情報・広告を載せたい人

■年額 / 個人5千円、法人1万円。

■特典 / 月刊ボラナビが毎月自宅に送られてくる。ボラナビカフェに無料で参加できる。会員メールマガジン(2010年4月スタート)を受信できる。法人会員は、有料広告枠を1割引で利用できる等。ぜひお申し込みください。

■お申込み・詳細 / ホームページで検索

※会員期間は、来年度(2010年4月〜2011年3月)です。なるべく、2010年3月までにお申し込みください。今年度の会員もまだ募集しています(個人のみ3千円)。

NPO 法人ボラナビ倶楽部 ● [volunavi@npohokkaido.jp](mailto:volunavi@npohokkaido.jp) ● TEL 011-242-2042

**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ヶ所に無料配布中)。今月は札幌市豊平区の配置先をご紹介します。

●札幌市 ■豊平区/札幌大学/北海学園大学/札幌大学学生食堂/コープさっぽろ(中の島店・美園店)/札幌東急ストア(豊平店・平岸ターミナル店)/マックスバリュ(月寒中央店・豊平店・平岸店・西岡店)/スーパーJOY(プライスマート平岸店・東月寒店)/ティナーベル木の花店/フレティイ(月寒東店・西岡店・西岡中央店)/北雄ラッキー西岡店/ラルズ(本社・平岸店)/ポスファル西岡/文教堂平岸店/札幌日産自動車(月寒支店・平岸支店)/日産センター/月寒営業所/Honda Cars(札幌中央月寒店・南札幌平岸店・札幌月寒羊ヶ丘店)/福住珈琲焙煎店/札幌市豊平勤労青少年ホーム レッツ豊平/豊平区社会福祉協議会/豊平区民センター/豊平区役所/西岡図書館/地区センター(西岡・福住・東月寒)/月寒公民館/豊平公園温水プール/まちづくりセンター(豊平・美園・月寒・平岸・中の島・西岡・福住・東月寒・南平岸)/月寒体育館/平岸プール/札幌信用金庫(月寒支店・豊平支店)/北海道銀行(月寒支店・豊平支店・西岡支店・平岸支店)/北洋銀行(豊平支店・月寒中央支店)/中和石油(ニュー平岸・東LPG)/北海道エネルギー(旭町・南平岸・羊ヶ丘・西岡・豊平2条・札幌大学前・セルフ美園)/ごまそば鶴喜(美園店・豊平店)/びっくりドンキー(西岡店・平岸店・ミュンヘン大橋店)/ノエル/ニトリ月寒中央店/ドコモショップ(美園店・月寒店・平岸店・南平岸店・西岡店)

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/>

※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。札幌市内の小中学校と北海道内の社会福祉協議会に配付しています。

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。一部地域では、ポスティングをしています。

## ボラナビ倶楽部を支援してくださった方々 (ハヒフ順)

北雄ラッキー株式会社様

株式会社 HBA 様

株式会社土屋ホーム様

北海道銀行様

株式会社 NTT ドコモ様

寺岡ファシリティーズ株式会社様

北海道新聞社様

札幌大学様

富永マサエ様

有限会社北海道新聞中田専売所様

札幌通運労働組合様

中道リース株式会社様

北海道文化放送様

城宝和茂様

株式会社ニトリ様

遊佐新聞販売株式会社様

進藤芳彦様

匿名希望者様

株式会社ラルズ様

NPO 法人チャリティ・プラットホーム様

## 寄付金について

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われています。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

※基本的に前払いをお願いいたします。

※上記の料金は、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。

※バナー広告の掲載団体・個人は協賛一覧でご紹介させていただきます。

※「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い合わせください。

●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。

定期購読のお申し込みをされる場合 (特に企業でお申し込みの場合) 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

■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

※北海道労働金庫の窓口でお振り込みの際は、支払い手数料はかかりません。

■クレジットカードによる支払いも可能です。詳細はボラナビのホームページでご確認ください。「ボラナビモバイル」はこちらから↓



QR コード 対応携帯のみ

北海道新聞をはじめとする、地域の新聞社が運営するショッピングサイト  
「よんななクラブ」では、日本各地の逸品・特産品をお届けしています。



よんななクラブ

検索



株式会社47CLUB ■ <http://www.47club.jp/> ■ e-mail:customer@47club.jp