

月刊

ボラナビ

2011年

11 No.159
月号

無料 ご自由にお持ち帰りください



OB・OGコラム

NPOな人

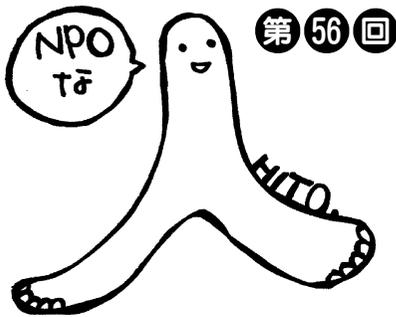
NPO法人お助けネット代表
中谷通恵(なかや みちえ)さん
泣いた! 笑った! ドミニカの人々と…

今月の表紙イラスト

札幌市在住の澤田知子さんにご提供
いただきました。

表紙のイラスト
募集中

北海道のNPO法人認証数
1,695 法人
(2011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 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くださいました。

.....

 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。



著者 NPO 法人お助けネット代表
中谷 通恵 (なかや みちえ)

1960 年函館生まれ、苫小牧育ち。1990 年より白老町在住。現職の他、「子どもとメディア北海道」事務局長。これまでの経験を生かし、講演・執筆活動や、道の公職に励む。家族は夫・長女（22 歳）・長男（19 歳）で、子どもたちは家を出ていて夫婦 2 人暮らし。

理想と現実の育児から気づく

小学校の教員だった私は 1 年生を担当することが多く、「たった 6 歳で、子どもによって育ち方がこんなに異なるのか」と驚きました。特に、人が好きという気持ち（＝人に対する信頼感）の育まれ方が、子どもによって全く違いました。教員として力のなかった私は、「就学前に親がもっと愛情深く育てていれば、信頼感の身についた子になっていて、学校生活ではいろいろな力を伸ばせるのに」と、心の中で家庭のせいにしていました。母親が子どもと一緒にいるところを見かけると、「もっと笑顔で温かく子どもに接してあげればいいのに」「なんで子どもにイライラをぶつけるの」とあきれていたのです。

その後結婚し、1989 年に娘を出産。生後 8 か月の育児休暇中に夫の転勤が決まったため泣く泣く退職し、白老町で専業主婦となりました。子育ては楽しく、我が子の表情に癒され励まされ、仕事以上にハードな子育ての毎日も充実感がありました。

ところが寝不足が続いたり、寒い季節で外に出られなかったりすると、時にはイライラしました。夫にそれをぶつけられる時はいいのですが、できない時は娘にあたってしまい、自己嫌悪におちいりました。「私は母親に向いていないのか。乳児期はできるだけ穏やかに、笑顔でないとダメなのに」。わずか 1 年前まで担任として母親を批判していたのに、自分が情けなくなりしました。

その時ふと思ったのが、他の母親はどうしているのかということでした。赤ちゃん検診やスーパーで会う母親たちに笑顔があまり見られず孤軍奮闘している感じがしたので、「そうか、子育て中の母親はみんなしんどいんだ」「子育ては、個人の性格やがんばりだけではどうにもならないんだ」と気づきました。母親が孤立している子育て環境を人々に伝えたい――。私は「赤ちゃん連れでも交流できる場が欲しい」と生まれて初めて新聞に投稿しました。



白老町子育てふれあいセンター「乳幼児のひろば」

小石が波紋を描くように

投稿が掲載されると、役場の保健師さんがすぐに電話をくれました。「検診でも中谷さんと同じ意見をよく聞くので、親子で集える機会をつくろうと思います。手伝ってもらえませんか?」。私は天にも昇る気持ちになり、白老町が大好きになりました。行政の人に自分の意見を受け止めてもらい、おまけに行動できるなんて…。さらに子育てや女性の生き方などを本音で語り合いたくなった私は、1993年にミニコミ誌「子育て通信・心の基地になりたくて」の発行を始めました。クチコミやマスコミのおかげで読者は増え、発行した9年間で全道各地千人の母親と交流しました。読者から届く分厚い手紙を読み、「子育て支援は不可欠。どの地域にも網の目のように、支援の仕組みがほしい」「親が乳幼児の心の基地になるには、まず親の心の基地が地域に必要」と強く思うようになりました。

そして、その時々やりたいことを「この指とまれ」形式で仲間と気軽に取り組みました。子育てや女性の生き方の講演会開催、子育てマップや小冊子作り、楽しいイベントや遊び場づくり。声をかけられれば行政の委員会や懇話会にも親の代弁者として参加しましたが、それでは物足りなくなり、母親たちにアンケートをとって結果をまとめ、仲間と一緒に行政に提言するようにもなりました。1998年には「託児がないと仕事ができない」という若いママの声に突き動かされて、託児グループを結成。手伝ってくれるメンバーを募集すると、子ども好きだという面識のない方々が手を挙げてくれました。2003年には、組織として信頼を得るために主婦11人で知恵を出し合い、冷や汗や本物の汗を流しながら1年がかりで「NPO法人お助けネット」を立ち上げました。個人託児に集団託児、月に数度の子育てひろば、遊びのイベント、親の学習会などに取り組みました。

ところが地域の方々や行政の信頼を得て依頼が増えてくると、嬉しい反面、辛く感じるようになりました。当時は、法人の事務所は我が家(自宅)で、仲間もみんなほぼ無償のボランティアだったのです。そこで、地域に根付いた子育て支援活動として継続発展していくために、拠点を持ち活動費を捻出することを目標に、国の「つどいの広場事業」と「ファミリーサポートセンター事業」を町から受託するため動き出しました。そして両事業を受託したほか、教育委員会の子ども課と協働して1年半後の2007年には「白老町子育てふれあいセンター」の運営を任されるようになりました。

センター運営5年目となる今は、小学生向けの遊び場事業や、400坪の雑木林を生かした外遊びにも力を入れています。スタッフを育成する講習会には、私たちの託児サービスを利用していた母親たちもたくさん受講し、お助けネットにはさらにいろいろな世代が関わるようになりました。地域で子育てを支えるための支援の連鎖ができてきて、とても嬉しいです。これからも、「生まれてきてくれてありがとう!」「ともに育ち合える喜びにありがとう!」とお助けネットの合言葉をかけあいながら、自然体で活動していきます。



木で作ったオリジナルペンダントを手に

■■ NPO 法人お助けネット ■■■■

TEL : 0144-82-3926 FAX : 0144-82-3927
白老郡白老町日出町3丁目9-17
ブログあり

お独り様会

20歳から100歳まで

未婚・離婚・死別で独身の方は、ボラナビ倶楽部が運営する「お独り様会」に入会しませんか？ ご自身の想いや経験を書いてお送りください。原稿は匿名で、会員にのみ郵送する文集に載ります。新しい文集を毎月お送りします。また、会員だけで集まる「オフ会」を毎月開催します。

お独り様会の目的

「同性の友達が欲しい」「結婚したい」「結婚は考えないが異性の友達が欲しい」「同じ独身者の気持ちや経験を読みたい」「書いた文が確実に文集に掲載される楽しさを味わいたい」など、会員それぞれの目的に応じられる仕組みです。独身者同士が緩やかにつながり、同性異性の友人を作りやすい地域社会の創造を目指しています。

会員の声

- ・仕事や友達との飲み会では何か足りない部分があります。いくつになっても、いろいろな方と出会って、楽しく過ごして行ければと思っています。
- ・気持ちを明るく持って、楽しくやりましょうね。自分が前向きならきっと将来いいことあるよ。いいお友達になろう！友達以上にもね！
- ・以前から、このような会があればいいなど考えていました。明るく楽しい会になればいいと思っています。みんなでお花見に出かけたりするのはいかがでしょうか。



30代男性会員が幹事を務めたオフ会。

9月の藻岩山登山オフ会報告（会員幹事）



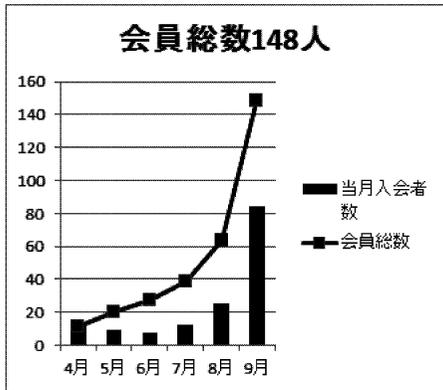
当日は雨の予報、しかし登山口は晴れ！「行ってみるかぁ」というノリで出発。ミスト（霧）ウオークが心地よく、さわやかでした。独り身同士で説明しなくとも通じるいい部分があり、話が途切れる暇が無いくらい。雨でしたが、おしゃべりできて大変楽しかったです。

10月以降の

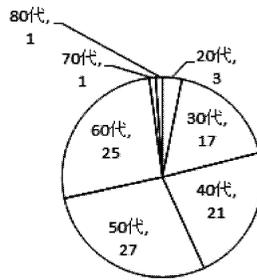
オフ会

来年1月までには、持ち寄りパーティー、カラオケ、ランチ、飲み会、冬山登山、森林浴ウォーキング、温泉ツアー、忘年会、新年会、ボーリングのオフ会が予定されています。

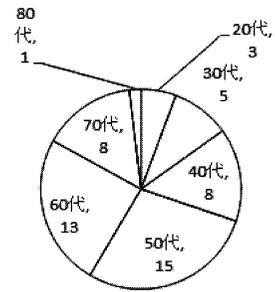
会員の構成



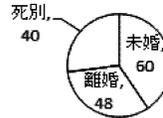
女性95人(人)



男性53人(人)



類別人数



マスコミ紹介歴

- ・北海道新聞 ・毎日新聞 ・朝日新聞
- ・全国テレビ放送「NHK おはよう日本」



入会の流れ

1. お独り様会ホームページの「お申し込みフォーム」から寄稿と必須事項(※)を送信(もしくは身近な用紙に記入し、メールや郵送・FAX)

※必須記載事項/ご自身の想いや経験 800 字程度、お名前(ふりがな)、郵便番号と住所、電話番号、(あれば)メールアドレス・FAX 番号、生年月、性別、未婚・離婚・死別のいずれなのか。

2. 年会費 2 千円をご入金(口座は当誌裏表紙に記載有。ホームページからクレジットカード決済も可能)

3. 入会完了

※入会申請が多数寄せられており、手紙や FAX で手続きされた方には受け付け済の返事を省略しています。ご了承ください。

「お独り様会」説明会

- ◎日時 / 第2土曜日 12:30 ~ 13:00 (11月12日、12月10日)
- ◎会場 / プロミス株式会社札幌お客様サービスプラザ2階(狸小路4丁目) 地下鉄「大通駅」ポールタウン「狸小路4・5・6・7丁目出口」より徒歩2分。
- ◎内容 / お独り様会の仕組みに関する質疑応答が中心です。独身者が対象です。
- ◎お申込み / 参加をご希望の方は、開催2日前までにボラナビ倶楽部にお知らせください。

お問合せ・お申込み

NPO 法人ボラナビ倶楽部 連絡先は裏表紙の背側に記載あり。
お独り様会ホームページ <http://www.npohokkaido.jp/volunavi/modules/ohitorisama/>



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。
*インターネット環境に無い方は、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日締切で1月号掲載です。

- ページ数は増やせないためスペースは限られています。
- ホームページ「ボラナビ・サーチ」にも掲載しています。
- 活動で生じた問題につきまちは、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。

さぼりとほっと基金（札幌市）助成

土 食品の運搬ボランティア募集

私たちは、様々な理由で廃棄される食料品の無駄を防ぎ、本当に必要としている人たちに届けたいという強い思いで、生産者・スーパー・食品メーカーなどが、やむを得ず捨ててしまう賞味期限内の食品を無償で引き取り、札幌市内の様々な施設・団体・個人に無償で提供する活動をしています。引き取る量も提供先も増えてきたため、ご自身の車（車種や大きさは問いません）で食品を運搬してくださるボランティアの方を募集します。詳しくは、お気軽にお問い合わせください。

- 日時／毎週土曜日 10：30～14：00 ぐらい。ご都合のつく日だけでかまいません。
- 場所／清田区まで食品を取りにいき、そこから直接、提供先に配達していただきます。
- その他／交通費は自己負担でお願いします。
- お問い合わせ／フードバンク北海道〈担当：紺野〉 メール fb.sapporo@gmail.com 携帯：080-3695-4138
札幌市西区八軒2条東4丁目1-30 パーティーハウスB1階

随時 社会的に弱い立場の方と一緒にサポートしませんか

NPO 生活相談サポートセンターは、生活に困窮している方や、孤独などで悩みを抱えている方の相談に無償で何回でも応じ、関係機関とのネットワークも活用してサポートしています（定期相談日は日・火曜日 13：30～16：00、金曜日 15：00～19：00）。毎月第三水曜日には、話し相手のいない人、引きこもりがちの人を対象にした集いを開催しています。また、障がい者の為の多機能型就労支援事業所「ホープ」を運営しています。ホープでは、ご本人の悩みや目標等をよくお聞きし、軽作業やパソコン研修、職場経験豊富な講師による一般常識や基礎研修を行うほか、プロの音楽家と一緒にの演奏や、農場体験を通じ、楽しく学び、働ける事業所を目指しています。さらに、ストレス解消、癒し等に効果のあるアフリカ太鼓による「ハートビート」も行っています。私たちの活動に賛同してくださる方は、ぜひ一緒にボランティアをしませんか。ご連絡をお待ちしています。

- お問い合わせ／NPO 法人生活相談サポートセンター メール seikatusapout@yahoo.co.jp 携帯：080-3296-2708
札幌市西区宮の沢1条4丁目4-47（ICF 教会内） ホームページ <http://www.icfire.com/seikatusapout/>

スキーインストラクター・自然学校ボラ募集

自然体験や人との触れ合いを通じた教育を実践するNPO 法人です。子ども自然学校「おたる・さっぽろアウトドアスクール」では小学校の冬休み期間に活動するボランティアスタッフを募集します。12月下旬～1月上旬の期間でスキー教室や宿泊を伴うキャンプに参加して、北海道の雪の中で子どもと一緒に遊び、学びませんか？ 学生さんを含む18～50歳くらいで、子どもと自然の中での活動が大好きな方をお願いします。交通費実費支給。謝礼一日3,500円程度。スキーインストラクターは能力による。事前研修あり。



説明会

- 日時／11月30日(水)、12月7日(水)、14日(水) 19：00～20：00
- 場所／ちえりあ 研修室
- 交通機関／地下鉄東西線「宮の沢駅」直結
- その他／説明会に来られる方は、必ず事前にご連絡ください。

NPO 法人自然教育促進会／担当 安原・中村
メール outdoor@sokusinkai.com
TEL：0134-51-5666 FAX：0134-51-5667
小樽市望洋台2-14-1
ホームページ <http://www.sokusinkai.com>

随時 デイサービス実りの家のボランティア

今年6月にオープンしたばかりのデイサービスです。ご高齢の方と一緒に手芸・おりがみ・マージャン・陶芸など、ご自身の趣味をいかした活動に取り組んでいただけませんか。また、レクリエーションのお手伝いやお話し相手、清掃・調理・畑作業などをしてくださる方も募集しています。私たちは、高齢者が安心して楽しく過ごせる場を地域の方々と一緒に作っていきたくと考えています。長くお付き合いしてくださる方をお待ちしています。

- 日時／月～日曜日 9：00～17：00
- 場所／デイサービス実りの家（札幌市南区真駒内本町7丁目9-3）
- 交通機関／地下鉄南北線「真駒内駅」よりじょうてつバス「曙町」下車徒歩3分
- 謝礼／昼食付。謝礼のお支払は活動内容に応じて。
- お問合せ／デイサービス実りの家〈担当：服部〉
メール e-minori@yayoiday.com TEL：011-596-9960 FAX：011-596-9965 携帯：080-6099-2080
ホームページ あり

11/10
締

展示即売会の販売ボランティアさん募集!

障がいのある方が通う施設で制作した産品（製品）を販売する「光の広場・小規模作業所産品合同展示即売会」は、今回が10回目で、15施設が参加を予定しています。販売は10：00～21：00ですが、長時間のため後半の時間帯の販売ボランティアさんを募集しています。学校や仕事帰りの方、お近くにお住まいの方、1日だけでも構いませんので、応募をお待ちしています。

- 日時／11月11日(金)～13日(日) 17：00～21：00
- 場所／サンピアザ光の広場（札幌市厚別区厚別中央2条5丁目）
- 交通機関／地下鉄東西線「新さっぽろ駅」、JR「新札幌駅」直結
- お問合せ／小規模作業所産品合同展示即売会実施委員会〈担当：小川〉
メール sou_ogawa@hotmail.com
TEL・FAX：011-891-3039 携帯：090-6444-0669
ホームページ あり



～NPOのちよつとした疑問にお答えします。～

Q 近々、NPO法人の設立を考えていますが、NPO法人には、情報公開の義務があると聞きました。具体的にどのような範囲で情報公開が必要なのでしょう。

- **A** NPO法人を設立した場合には、毎年、事業報告書、財産目録、貸借対照表、収支計算書、役員名簿等、社員のうち10人以上の者の名簿を作成し、これを事務所に備え置き、利害関係者に閲覧させるとともに監督官庁に提出する必要があります。そして、監督官庁はこれらの書類を一般の人に閲覧させることとなります。NPO法人は、不特定かつ多数のものの利益の増進に寄与することを目的としています。よって、情報は広く一般に公開し、チェックを受けられる体制にすることで、健全な事業の運営を目指すことが重要と考えられています。
- 下矢洋貴 弁護士(佐々木総合法律事務所 TEL：011-261-8455)

当コーナーは北海道労働金庫より助成を受けています。

随時 ランニング・スポーツ文化を育てましょう

NPO 法人ランナーズサポート北海道は、市民の手で道内のランニング・スポーツ文化を育てようと 2011 年 5 月に発足しました。これまで市民ランナー指導の第一人者・山西哲郎立正大教授を講師に迎えて「北海道マラソン教室」を 3 回開催したほか、北海道マラソンでのインターネットライブ中継に取り組んで大会運営を支援しました。また、スポーツボランティアの交流会を計画しています。事務局スタッフや講座・イベントを手伝ってくださるボランティアを募集します。

- 日時／応募して下さった方と個別に相談します。
- 場所／札幌市中央区大通西 3 丁目 6 番地
- お問合せ／NPO 法人ランナーズサポート北海道〈担当：小山〉
メール runsupport@aurora-net.or.jp 携帯：090-6264-5265
ホームページ あり

随時 介護老人保健施設でボランティアしませんか

「介護老人保健施設ナーシングヴィラ大谷地」では、利用者様の話し相手、お茶の用意、入浴後の身じたく、散歩や外出行事の付き添いなど利用者様と直接関わることや、シーツ交換など間接的なことお手伝いして下さるボランティアさんを募集しています。ご近所の方、学生の方、初めての方も大歓迎です。どなたでもお気軽にお問い合わせください。

- 日時／月～金曜日 10：00～15：00 のうち、ご都合のつく曜日・時間帯で結構です。それによって、お願いしたい内容が異なります。
- 場所／札幌市厚別区大谷地東 5 丁目 7 番 10 号。大谷地病院隣り。駐車場あり。
- 交通機関／地下鉄東西線「大谷地駅」より徒歩 5 分、「大谷地バスターミナル」より徒歩 5 分、中央バス（大 88・大 66・67・大 69）利用で「大谷地東 5 丁目」停留所より徒歩 5 分
- その他／お手伝いいただく内容などによっては、ボランティア保険・昼食・交通費についてご相談させていただきます。
- お問合せ／医療法人重仁会 介護老人保健施設ナーシングヴィラ大谷地〈担当：佐々木・細川〉
メール nv01swer@bz04.plala.or.jp
TEL：011-892-3737（月～金 9：00～17：00、土 9：00～12：00） FAX：011-892-5861
ホームページ あり

ぬくもりの ケア



●ハンド・フットケア初心者用基礎講座教室

オイルを使って、温めた手で利用者の手足をさすり、なでてあげる優しい手技です。
※社会福祉施設に勤務する看護師を対象に講義経験有。（平成 21 年度北海道社会福祉協議会主催）
日 時／毎月第 2・4（土）13：00～15：00 2 時間/回（全 5 回）
受講料／35,000 円（教材・修了証書代含む）

●ヘッドケア・肩ケア初心者用講座を開設します！

日 時／毎月第 1・3（日）13：00～15：00 2 時間/回（全 4 回）
受講料／32,000 円（教材・修了証書代含む）
会 場／どちらの講座も札幌市中央区南 2 条西 6 丁目 狸小路プラザハウス 2 階
・ 2 日間の集中講座も受け付けています。 ・ 札幌教室に来る時間がない方に朗報！
北海道内限定で、貴方の職場に出張講習いたします。詳細はお問い合わせください。

NPO 法人日本ヒーリングケア協会・ヒーリングケアスクール札幌 代表：男沢（おざわ）千恵子
メール ozawa-mt@etude.ocn.ne.jp 携帯：090-2877-5876 FAX：011-824-3844 ホームページ <http://sapporo.jhca.net/>

11/26
・27

市民活動ミニフェア～今日は私の旅立ちを考える日

「NPO 法人葬送を考える市民の会」は、現在行われている「葬送」について疑問を持った市民が集まり、活動を始めました。「心のこもった送り方・送られ方」について考え、最期を迎えるためのさまざまなサポートをしています。11月最終の土日に、葬儀やお墓に関する情報紹介パネル展示、環境に配慮した棺や旅立ちの衣装（死装束）の展示、講座（27日午後）などのイベントを行います。詳細は事務所までお問い合わせください。また、毎月第2火曜日と第4木曜日 10:30～12:30 は気軽に情報交換をする「おしゃべりサロン」（参加費 500 円）を開催しています。会員（年会費 3,000 円）には年 4 回会報をお送りし、葬送に関する情報をお伝えしています。（郵便振替口座 02790-5-97386 特定非営利活動法人葬送を考える市民の会）。学習会・交流会を通して「自分らしい生き方・最期」を考えていきませんか。関心を持たれた方はぜひご連絡ください。

- イベント日時／11月26日(土) 27日(日) 10:00～17:00
- イベント場所／かでの 2.7 (札幌市中央区北 2 条西 7 丁目)
- お問合せ／NPO 法人葬送を考える市民の会
メール shimin@soso-npo.com TEL・FAX:011-261-6698 (月～金曜日 10:00～17:00。祝日は休み)
札幌市中央区南 1 条西 9 丁目 5-1 札幌 19 L ビル 202 号 ホームページ あり

木・他 美味しいご飯をわんこ(犬)たちにお腹いっぱい食べさせる活動のボランティア

殺処分になる犬・猫の保護をしている「わんだふる」と申します。保健所からの引き取り・里親探しは基本活動ですが、劣悪な環境で飢えに苦しむ犬たちがいることも見過ごせません。そんな犬たちに、手作りの美味しいご飯を届け、お腹いっぱい食べさせる活動、通称「ごわん隊」をスタートしましたので、その隊員を大募集します！ご飯は、雑肉・魚のアラ・野菜・雑米で作ります。調理する日と、食べさせに行く日は別です。どちらかだけの参加も可能です。同時に、保護している犬・猫たちのお世話ボランティアも大募集中です。

- 日時／調理は木～土曜日、食べさせに行くのは日曜日で、当面月一度。詳細はお問い合わせください。
- 場所／札幌市白石区菊水 8 条 2 丁目 1-35
- お問合せ／わんだふる <担当：吉田> TEL・FAX:011-825-9461 携帯:080-1882-1366 ホームページ あり



～NPO のちよつとした疑問にお答えします。～

Q NPO 法人会計基準ができた
と聞きましたが、この会計基準
に書かれていないことはどうすればい
いでしょうか？

- **A** 現時点の NPO 法人会計基準には、全ての NPO 法人の全
● ての会計処理が網羅されているとは言えません。よって、
● NPO 法人会計基準に記載されていないような会計処理について
● は、一般に公正妥当と認められている「企業会計原則」や「公益
● 法人会計基準」等を参考にされるといいかと思います。但し、企
● 業会計原則は、営利企業を対象とした適正な利益を計算し利益を
● 処分することを前提としていることから、NPO 法人になじまない
● ような会計処理や会計用語もありますのでご注意ください。
● (NPO 法人会計基準の詳細⇒<http://NPOkaikai.blog63.fc2.com/>)
● 瀧谷和隆 (瀧谷和隆税理士事務所 apitakiya@aol.com)

当コーナーは北海道労働金庫より助成を受けています。

随時

不登校の子どもたちの学習&体験活動サポートボランティア

「フリースクール札幌自由が丘学園」は、不登校の児童生徒たち及び自立を求める若者たちに対し、安心できる居場所と学びの場を提供することを目的に1993年から活動しています。現在、小・中・高校生約30人が元気に通っています。ほとんどが不登校経験者で、授業や行事・部活動などを通じて多くのことを学んでいます。私たちと一緒に活動するボランティアスタッフとして、小学校高学年～高校生の学習指導や、各種体験活動のお手伝い、子どもたちの遊び相手をしませんか。とくに教育・児童福祉の分野に関心のある方をお待ちしています。まずは一度ご相談ください。

- 日時／月～金曜日 10:00～17:00。週に1回程度で、なるべく全日お手伝いしてください。
- 場所／札幌市東区北8条東1丁目3-10
- その他／参加して5日目以降からは交通費実費をお支払いします。
- お問合せ／NPO法人フリースクール札幌自由が丘学園
メール info@sapporo-jg.com
TEL: 011-743-1267 FAX: 011-743-1268
ホームページ あり

随時

NPO活動を支援しています

NPO法人北海道NPOサポートセンターは、市民活動を応援するための様々な事業を展開しています。市民団体に直接関係する活動には、NPO法人申請手続きサポートや日常会計業務支援、組織運営・経営相談、会議室や備品の貸し出しなどがあります(有料)。ボラナビ倶楽部の方に勧められたので書きますが、ボラナビも私たちの事務所の中で生まれました(1998年当時は、事務所内の一部を貸し事務室にしていました)。年間購読料2千円で最新のNPO情報満載の「北海道NPO情報」を毎月お届けしています(毎年4月～3月)。ご関心を持たれた方は、ぜひホームページをご覧ください。

- お問合せ／NPO法人北海道NPOサポートセンター
- その他／会員も募集しています。年会費個人3千円、団体1万円。
メール npo@dosanko.org
TEL: 011-299-6940 FAX: 011-299-6941
札幌市東区北6条東3丁目3-1 LC北六条館6階(旧サッポロ63ビル)
ホームページ あり

登録ヘルパー募集中

興味のある方

ぜひお気軽にご応募ください♪

随時

- 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400円。深夜手当などの諸手当あり)
- 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、右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
札幌市南区川治4条3丁目4-9 フラワーハイム102号
TEL: (011)572-7810 FAX: (011)572-7840

12/3
(土)

ボランティア展の当日ボランティア募集

15周年を迎えたボランティア展のお手伝いを募集します。ボランティア展2011「育てよう思いやり」は、子どもたちや障がいのある方、高齢者が安心して暮らせる温かい地域づくりを目指して毎年開催してきました。特別支援学校や作業所、ボランティア団体、社会福祉協議会などの協働事業です。この日は、地域の高齢の方々や障がいのある子どもたちも参加して一緒に楽しめます。みんなで楽しく交流しながら、ここでボランティアをしてみませんか。内容は、展示やバザーの手伝い、音楽会会場整理、障がい児者のサポート、点字や盲導犬講習の手伝いなどです。ボランティアとして参加しながら、各講習を体験することもできます。ボランティアも一般の観客も入場無料です。

- 日時／12月3日(土) 10:00~17:00の中で、都合のつく時間で結構です。
- 場所／札幌サンプラザ1・2・3階(札幌市北区北24条西5丁目)
- 交通機関／地下鉄南北線「北24条駅」下車徒歩3分
- お問合せ／ボランティア展委員会(担当:菊池)
メール BRB12036@nifty.ne.jp TEL・FAX:011-788-6026
ホームページあり。ホームページからも、問い合わせや申し込みができます。

随時

不登校・ひきこもりの人を訪問するボランティア募集

NPO法人訪問型フリースクール漂流教室では、主に不登校・ひきこもりの人と一週間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。事前研修を5回実施した後、当事者宅を訪問、あるいはフリースペース「漂着教室」にて当事者と会っていただきます。月例ミーティングでは他のスタッフと経験をシェアリングし、活動のサポートをします。子どもたちとゆるやかに心のつながりをつくる、お兄さん・お姉さん役となる人を希望します。年齢は20代まで。訪問活動は一年以上続けられる方をお願いします。応募される方は、お名前・性別・年齢・所属(〇〇大学××科専攻など)をご連絡ください。

- 日時／ご希望と当事者のニーズで調整します。
- 場所／当事者宅は札幌市内及び近郊
フリースペース「漂着教室」は札幌市中央区南8条西2丁目 市民活動プラザ星園401
- その他／訪問にかかる交通費実費は支給します。
- お問合せ／NPO法人訪問型フリースクール漂流教室
メール hyouryu@utopia.ocn.ne.jp
TEL・FAX:050-3544-6448(火~金曜日9:00~20:00)

イエローレシート にご協力ください

毎月11日にイオン桑園店で買い物をすると、黄色いレシートが発行されます。それをボラナビ倶楽部の名が書かれた店内備え付けの箱に投函していただくと、お買い上げ金額の1%に当たる文具品などの商品をイオン(株)がボラナビに寄付してくれます。ぜひご協力ください。

寄付をお待ちしております

月刊ボラナビの発行に充てるため
寄付を受け付けております。

クレジットカードでも
振込みできます。

認定NPO法人になる
には、3千円以上の
寄付が百人以上から
必要です。



NPO法人ボラナビ倶楽部

随時

発達障がい児の児童デイサービスボランティア

ジャイフルは、主に発達障がいのあるお子さんの学習サポートや児童デイサービスを行うために今年1月27日に設立しました。スタッフは20～40代で、子どもたち約20人が通っています。中学生・高校生の子どもたちが理系科目を学ぶのを支援して下さる方や、子供たちの学習支援全般をお手伝いして下さるボランティアの方をお待ちしております。事前に詳細を説明し、スタッフが一緒に活動しますので、初めての方もご安心ください。ご連絡をお待ちしております。



- 日時／月～土曜日 14：50～20：00のうち都合の付く日時
- 場所／札幌市中央区北2条東9丁目13-14 三雄マンション201号
- 交通機関／地下鉄東西線「バスセンター前駅」より徒歩10分、JR「苗穂駅」より徒歩10分
- その他／交通費と謝礼として一律千円をお支払いいたします。
- お問合せ／NPO法人ジャイフル〈担当：渡邊〉
メール hokkai-j@ebony.plala.or.jp TEL：011-596-6555 FAX：011-233-3729 携帯：090-5980-3152

土・日

サイエンスサポーター募集

「青少年のための科学の祭典」をはじめ、科学教室・環境工作教室など私たちの事業を通じて、科学の普及・増進活動のお手伝いをしてくださる方を募集しています。子どもの活動および科学の実験・工作に関心のある20歳以上の社会人、教員、主婦、学生の方で、年3回以上参加可能な方はぜひご応募ください。



- 日時／土・日・祝日を中心に10：00～16：00ぐらい。
- 場所／札幌、小樽方面（後志）、江別・北広島・恵庭・千歳など。
- その他／法人規定により、謝礼・交通費・昼食が活動日に限り支給されます。
- お問合せ／NPO法人北海道科学活動ネットワーク〈担当：栗林（くりばやし）〉
メール info@kitakagaku.org TEL：011-802-6000 FAX：011-802-8701 ホームページあり

**12/12
締**

「みんなで楽しむクリスマス in モエレ 2011」ボランティア募集

モエレ沼公園では、公園内にガラスのピラミッドが完成した2003年から毎年クリスマスイベントを開催しています。今年のイベント当日に、スタッフとしてお手伝いして下さる方を募集します！キャンドルアレンジメントワークショップの準備と補助、ケーキパーティーの準備と後片付けなどをしていただけませんか。ご希望の方はメールで、件名に「みんなで楽しむホワイトクリスマス in モエレ ボランティア希望」と書いて、氏名（ふりがな）、住所、電話番号を明記してお送りください。子ども好きな方、ボランティア好きな方、このイベントにちょっと興味のある方を、事務局スタッフ一同お待ちしております！

- 日時／12月18日（日）おおよそ12：00～17：00
- 場所／モエレ沼公園ガラスのピラミッド内（札幌市東区モエレ沼公園1-1 ※旧住所は丘珠町599-1）
- 交通機関／地下鉄東豊線「環状通東駅」からバスで約25分。無料駐車場あり。
- その他／12月12日（月）17：00までにお申込みください。申込多数の場合は先着順とさせていただきます。
- お問合せ・お申込み／NPO法人モエレ沼公園の活用を考える会〈担当：森本・岡田〉
メール moerefan@moerefan.or.jp TEL・FAX：011-796-6893
ホームページあり。昨年イベントの様子もアップしています。

OB・OG 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55回

泣いた! 笑った! ドミニカの人々と…

縄亜希子(なわ あきこ)さん(31歳)2009年6月末より2年間、ドミニカ共和国で看護師として診療所に勤務した。千歳市在住。



診療室で医師と

カリブ海に浮かぶイスパニョーラ島は、1492年にコロンブスが発見した新大陸として有名です。島の東2/3が、私が赴任したドミニカ共和国、西1/3が中南米で最貧国と言われるハイチ共和国で、ドミニカには数多くのハイチ人が国境を越えて出稼ぎにきます。私の活動の舞台は、稲作と牧畜が盛んな地方で、椰子の木が生い茂る道沿いの小さな公立診療所でした。

ドミニカでは、公立診療所の診療費は原則「無料」。そのため貧しい住民たちは、病気やけがをしたら最初に訪れます。私が行った活動は診療補助の他、乳幼児検診や妊産婦検診・予防接種の補助、学校や地域での疾病予防講習会などです。高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防するために、診療所の裏に畑を作って野菜を栽培して家庭菜園の普及に向けた活動も行いました。「ラジオ体操」を広める活動をしたの

もその一環。ところが、多くの住民がちょっとした距離も歩かずバイクで移動し、座ってばかりの生活なので、ラジオ体操で筋肉痛になる例が続出しました。確かに全身の筋肉を使いますが、そこまで負担になると思わなかったためびっくりしました。「ラジオ体操の前にストレッチする」なんてジョークのようですが、実際にそうした配慮が必要だと気付くきっかけになりました。

スタッフは当初、医師(研修医)1人、準看護師1人。診療所の掃除に草むしり、井戸で水汲みなど、雑事も全て自分たちでこなさなければならず、診療業務と並行して行う施設管理は大変でした。でもそんな時には、地域住民が声を掛け合って仲間を集い、手伝ってくれることがしばしばありました。ドミニカ人は困っている人を見たら、何かせずにはいられない国民性を持っています。

食事も皆でシェアするのが常識で、大量に作って隣近所に配る姿がよく見られます。お互いに配りあうことで、結果、料理の品数が増えます。のんびりしたドミニカ人ですが、意外なところで効率的な一面を見られました。

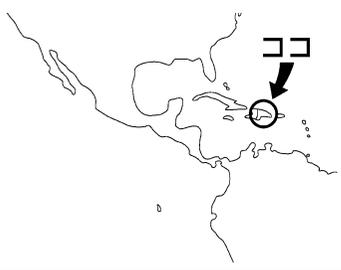
ドミニカでは、家の前でゆらゆら揺れる椅子に腰かけ、日がな1日、人間観察をする姿をよく見かけます。ドミニカ人は時間をゆったり使うのが上手です。家族を最も大切に考え、週末には近くに住む親戚が一堂に集まり、一緒に夕食をとりながら会話をしています。幸せに生きるとはということか、深く考えさせられた2年間でした。



住民とラジオ体操

豆知識

イギリスのシンクタンク新経済財団が全世界143カ国を対象に国別の「幸福度指数」を調査した結果(2009年)、ドミニカは2位、日本は75位でした。



▼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 メール: sictpp@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!

お茶の間めぐり

検索

Vol.50 A・E・RU~会える~

場 所	札幌市清田区北野3条4丁目 八望台町内会館
日 時	毎月第4火曜日 10:00~12:00
参加費	300円
対 象	どなたでも参加できます。
連絡先	TEL: 011-889-2491 清田区社会福祉協議会



お茶の間について

「ここに来れば誰かに会える・誰かと話しあえる」を合言葉に2005年に開設しました。地域住民が年齢・性別を問わず「自分は一人ぼっちじゃない」と感じられる居場所です。主な対象は介護保険を利用していない、家に閉じこもりがちなか中高年で、毎回60~80代の男女が15人程参加しています。おしゃべりをしたり、手工芸や昔遊びをしたり、語り部をゲストに迎えて北海道の今昔について聞いたこともあります。昼時間には軽食を作り、みんなで一緒に食べます。メニューは、夏は冷やし中華やソーメン、お盆の頃にすいとん、お花見の頃にちらし寿司など季節感を重視しています。

メッセージ

参加者からは「この時間が待ち遠しい。一人よりみんなで食べる昼食がおいしい」「健康状態があまり良くないが、会場が近いので参加できる。この場があることが嬉しい」「いろいろな話題が出るので勉強になる」といった声をいただいています。民生・児童委員や福祉推進委員が世話人で、同じく毎回300円払って参加しています。人とのつながりを大切に、多くの人たちと喜びあいたいと思っています。会員制ではない自由参加なので、気軽にお越しください。仲間ができると、次回また会えたら笑顔、おいしいものを一緒に食べてさらに笑顔になりますよ。心も体もほっこりしましょ。

Japan Press Network



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「よんななくらぶ」では、日本各地の逸品・特産品をお届けしています。

よんななくらぶ

検索



ボラナビカフェを
毎月開催しています。



日時/11月12日(毎月第2土曜日) 13:30~15:00
場所/プロミス株式会社札幌お客様サービスプラザ
(狸小路4丁目) 地下鉄「大通駅」ポールタウン「狸
小路4・5・6・7丁目出口」より徒歩2分。
参加費/300円。飲み物・茶菓子付
参加方法/2日前までに要予約。6~10人で開催。
メール volunavi@npohokkaido.jp
TEL: 011-242-2042 (会場はプロミス TEL 011-231-8771)



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。

▼ボランティアの力を借りられるだけでなく、私たちの活動を知っていただけるのがよい。

▼原稿をつまくまとめていただいた。

▼介護老人保健施設のゲーム相手募集に応募してくれたのは腕利きの方で、利用者は毎週、そのボランティアさんとの対戦を心待ちにしている。

▼広告を掲載したところ、札幌市外の市町村社会福祉協議会から申し込みが来た。ボラナビが、**道内の全社協に配布**されているのがいい。

▼**幅広い読者層に呼びかけられる**
ボラナビは頼もしくありがたい存在。

この度、道新ボランティア奨励賞（特別奨励賞）をボラナビ倶楽部は受賞いたしました。関係者の皆様、これまで私たちの活動を支えてくださった皆様に感謝申し上げます。

月刊ボラナビの配置先（今月は札幌市厚別区をご紹介）ボラナビは毎月25日に約1,000ヶ所に配置しています。

●札幌市 ■厚別区/JR厚別駅/JR新札幌駅/ごまそば鶴喜大谷地店/びっくりドンキー(新札幌デュオ店・ひばりヶ丘店)/北海道エネルギー(厚別通西・チャレンジ新札幌・大谷地・セルフベニータウン)/札幌信用金庫新札幌支店/北海道銀行(大谷地支店・新さっぽろ支店・平岡パーク出張店)/厚別区社会福祉協議会/厚別区図書館/厚別区民センター/厚別区役所/厚別西地区センター/厚別南地区センター/まちづくりセンター(厚別中央・厚別南・厚別西・もみじ台・青葉・厚別東)/厚別体育館/厚別温水プール/札幌日産自動車(株)厚別支店/日産サティオ札幌厚別支店/Honda Cars 札幌厚別中央通店/コブさっぽろひばりが丘店/マックスバリュ(森林公園店・厚別店・厚別東店)/スーパーJOY厚別店/ホクレンショップひばりが丘店/ダイエー新さっぽろ店/北星学園大学/北電札幌東支店/ニトリ

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。

※配置にご協力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も配付しています。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。

カジェレポ

ボラナビカフェ開催直前に同会場で「お独り様会」の説明会を開催したことで、説明会にいらした方のうち数人が、ボラナビカフェにも参加されました。一人暮らしや、子どもに関する悩みなどが話題になりました。子どものことを心配する方は多く、「私だけじゃないのね」と安どしたり、ユーモラスに家族の問題を明かす方の話に笑って同意したりする姿が見られました。「(個として)どう生きていくか」は、家族と過ごしている時は気づきづらいテーマですが、既婚者も必ず死別等で独身になるため、全ての人に突きつけられるものといつてもいいかもしれません。「余生の一日一日を大切に過ごしたい。ユーモアを忘れずにね」という参加者の発言には、うなずく方が多かったように思います。



(ボラナビ倶楽部代表理事 森田麻美子)
※月寒あんばん本舗株式会社ほんま様より茶菓子の提供あり。

ボラナビ倶楽部を支援して下さった方々 (サシス順)

札幌通運労働組合様	株式会社ニトリホールディングス様	森田雄二様
城宝和茂様	匿名希望者様	遊佐新聞販売株式会社様
進藤芳彦様	北雄ラッキー株式会社様	株式会社ラルズ様
株式会社土屋ホーム様	北海道銀行様	株式会社アイワード様
寺岡ファシリティーズ株式会社様	北海道新聞社様	株式会社 HBA 様
富永マサ子様	有限会社北海道新聞中田専売所様	
中道リース株式会社様	北海道文化放送様	

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円の寄付広告をいただいた際は、お名前をご紹介します。また、札幌市のさぼーとほっと基金を利用してボラナビに寄付をすると、個人なら所得税及び住民税の寄付金税額控除、法人なら全額損金算入が可能です。☎札幌市市民まちづくり局 TEL: 011-211-2964 メール shimin-support@city.sapporo.jp

■情報掲載料金 (各1号につき)

種 類	サイズ (天地×左右)	料 金
Sサイズ (企業・行政)	50 mm×76 mm	31,500円
Mサイズ (企業・行政)	50 mm×157 mm	63,000円
Mサイズ (NPO・NGO)	50 mm×157 mm	5,250円
Lサイズ (NPO・NGO)	100 mm×157 mm	10,500円
無料掲載 (NPO・NGO)	サイズの希望は受けられません。また、誌面の都合により掲載できなくなる場合があります。	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 (1,750円/日)
「支援して下さった方々」欄	お名前のみ	10,500円(※)

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

■北洋銀行北七条支店
(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

■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



QRコード対応携帯のみ

※寄付金としての拠出なら消費税は不要です。

- 前払いをお願いいたします。
- 「製作済みの版下」またはテキストをご提出ください。
写真やイラストも掲載できます。
企業・行政の広告はデザイン性のあるものにしていただきたいと思いますので、版下の提出が難しい場合は、ボラナビ倶楽部が適切なデザインを別料金で制作いたします。(M=6,300円、S=4,200円、バナー広告=6,300円)。
NPO・NGO 広告もデザイン性を持たせることは可能です(L=8,400円)。
- ボラナビ倶楽部のホームページ(ボラナビ・サーチ)への情報掲載は無料です。

■定期購読のご案内

各号1部(1年間)……………3,150円 ボラナビ倶楽部までご連絡ください。

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

ボラナビに
情報・広告を
載せたい人

ボラナビ
大好きな人

- 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(月1回)。
法人会員は、有料広告枠を1割引で利用できるなど。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、2011年4月～2012年3月です。

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