



4期生
(卒業生)



たかくさ 高杉まり子さん

卒業後は、福祉のまちづくり団体に所属。パワカレ同窓会として授業サポートも。

スゴイ!

～先輩と現役生 対談～

パワカレに入って思った・感じた「ココがスゴイ!」
 卒業生と現役生のお二人に伺ってみました。



みやざき 栄さん

団塊世代の猛烈サラリーマンから地域福祉の勉強へ。具体的な卒業後の進路は未定。

— パワカレに入学したきっかけは？

高杉 学生の時からボランティアに興味を持っていて、偶然バスの中でパワカレのポスターを見つけました。「練馬区のこと知っている?」「ボランティアしたいけど、何をしたいのかわからない人集まれ!」、その言葉に惹かれました。

宮崎 これまでサラリーマンとして働いてきました。もともと福祉に興味があり、自分が高齢期を迎え区の高齢者福祉についても知りたくなり、パワカレなら、勉強ができ福祉活動に参加するきっかけもつかめるのではないかと思います。入学しました。

— 実際に入学して、どうでしたか？

高杉 同級生の中には、福祉の現場に立つ人もいて、自分が何も知らなかったことを痛感しました。

宮崎 8期生のうち11人が男性、退職後入学した男性も多いですね。パワカレの浸透度も、あがっているんじゃないかな。

養護学校や福祉作業所の見学は、ボランティア活動の参考にもなります。



— 印象に残っている授業や言葉はありますか？

宮崎 ホームレスやネットカフェ難民などの貧困を取り上げた授業。講師の藤田孝典さん(NPO法人ほっとプラス代表)は若くて、振る舞いや理論的な話し方に、福祉に対する明るく軽やかな、現代の人の生き方を感じました。こういう方々と接することができるのも、パワカレの醍醐味!

— 授業を受けて、変化したことはありますか？

高杉 第一線で活躍している方とお話できるのは、魅力的ですね。私が印象深いのは市川学長の言葉で、「すべてやってあげるのではなく、足りないところを手伝ってあげるのがポイント」「ボランティアは、楽しんで活動してください!」とおっしゃっていたことです。

— 卒業後について、聞かせてください

宮崎 世代も考え方も違う同級生たちの反応や感覚に触れることが、楽しみになりました。福祉という共通話題があるから、お互いスツと話が出来るところがいいですね。



興味をもったら、迷ったら、
 パワカレに応募を!

— 卒業後について、聞かせてください

高杉 卒業時に同級生が立ち上げた、障がい者やその家族をサポートする「Willの会」に誘われ、ご縁を感じ、活動を始めました。現在は、ブログの担当をしています。メンバーは「客観的な視点で書かれていて良いね」と言ってくれます。

宮崎 焦ることなく、自分にできることが湧きあがってくるといいなと思っています。昔、手話をやっていたので今後活かせればと思い、区の手話講習会に入りました。磨いていきたいですね。

高杉 パワカレ生は『縁』を大事にするので、きっとそのご縁が次につながりますよ。

カリキュラム Curriculum

授業は1週間に1回、3時限(1時限90分)。授業日数は2年間で60日(回)程度です。

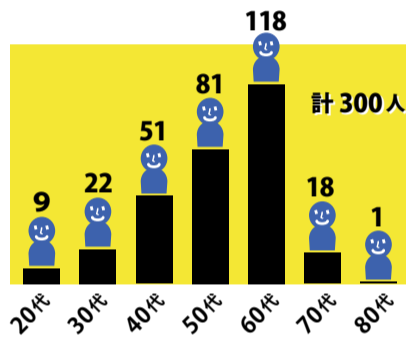


1年 地域を知り、福祉の基本的な知識とスキルを身につけます。

- ◆ 障害当事者による講義
- ◆ 区内施設・団体見学
- ◆ 会議・発表のスキルを学ぶ など

2年 1学年で学んだことを活かし、さらに現場での実践力を身につけます。

- ◆ 地域福祉活動を行う団体による講義
- ◆ 活動の立ち上げ・運営の方法を学ぶ
- ◆ 現場実習(インターンシップ) など



1期生から8期生(平成19~26年)の入学者の年代

定年退職後や子育てを終えた50、60代の入学者が圧倒的。仕事の傍ら20代で参加される方も。

市川学長からのメッセージ



市川一宏学長
 (ルーテル学院大学 学事顧問教授)

皆さんは、「一人の児童、一人の教員、一本のペン、一冊の本が、世界を変えることができます。教育こそが、唯一の解決策です。第一は教育です。」というメッセージをお聞きになったことがあると思います。これは、2014年、ノーベル平和賞を受賞したマララ・ユスフザイさんが、2013年国連での演説の中で語ったものです。私は、マララさんの生き方から、5つのCを学びます。① Change(自分が変わる)、② Challenge(日々の生活に挑戦する)、③ Capacity building(それぞれの可能性を高める)、④ collaboration(協働して、明日を描く)、⑤ compassion(共感の姿勢をもって、それぞれの悲しみや苦しみを理解する)。カレッジは、受講生の皆さんが5つのCを体得する機会を提供してきました。一緒に学びませんか。

9期生を募集します あなたも仲間と一緒に地域福祉について学んでみませんか!

【募集期間】7月1日(水)~7月31日(金)

【定員】40名程度

【お問合せ】パワカレ事務局

福祉部管理課 ひと・まちづくり推進係

☎ 03-5984-1503 (直通)

地域福祉パワーアップカレッジねりまについて詳しくは、練馬区のホームページをご覧ください。

URL: <http://www.city.nerima.tokyo.jp/kurashi/chiikifukushi/powerupcollege/index.html>



みんなのおでかけ応援団! 気になるあの店のおもてなし



ワンポイントアドバイス

まちなかには「残念なバリアフリー」もあるなか、ここはとても配慮されていると思います。車いすを送迎するので、専用駐車場があることも助かっています。

推薦者 佐藤章子さん



解放的な雰囲気
 の待合室



メグ・マグノリア クリニック
 大泉町 1-54-15
 ☎ 03-5947-6260

練馬まちづくりセンター内ユニバーサルデザイン推進ひるばでは、様々なお客さまが「使いやすい」「利用できる」お店の工夫をご提案しています。ご相談は03-3993-5451までお気軽に!



移動のしやすい、
 広々＆平らな空間

2013年に開院した、内科・心療内科の診療所。待合室に入ると、その広さに驚きます。推薦者の佐藤さん曰く、「車いすの方が3人いても、余裕があると思います」とのこと。さらに、入口から診察室に至るまでに段差が無いので、車いすの患者さんも気兼ねなく移動できる空間になっています。

「こんなことも相談していただけたような雰囲気づくり、環境づくりを心がけています」と院長の田中恵文さん。診察だけではなく、よもやま話もできるような安心感も、診療所の大切なおもてなしのひとつです。

シルバーフレンドの会 「第2回趣味の作品展」

リタイアしたシニアを中心とする会です。10周年を記念し、会員の趣味の作品展を開催しますので、お気軽にお出かけください。

日時： 7月1日(水)～7月7日(火)
10:00～16:30
(初日13:30から、最終日15:00まで)
場所： 練馬区関区民センター1階ギャラリー
(関町北1-7-2)

入場無料

【申込み先・問い合わせ先】
■シルバーフレンドの会 担当：杉本
☎ 03-3594-5378

★シニアがいきいきと歌います。 ジャズのボーカルの会が練馬に誕生。 「練馬ジャズを楽しむ会」 会員募集!

NPO ウェルカム石神井公園がシニアのために「練馬ジャズを楽しむ会」をこの4月から開講。ジャズ音楽をやることで認知症の予防や健康増進につながります。あなたも一緒に歌いませんか?

日時： 毎月第1, 3月曜日
14:00～15:30
場所： トラスロットスタジオ
(石神井町3-18-5 SKコーポビル202号)
講師： 矢作木の実先生(ボーカリスト&ピアニスト)
参加費： 入会金4,000円 月謝5,000円

【申込み先・問い合わせ先】
■NPOウェルカム石神井公園
担当：練馬ジャズを楽しむ会 事務局 下河
☎ 080-6607-4321

★ワーカーさん大募集

練馬区で家庭のなんでも屋さんをして20年、地域に根差した活動を続けてきました。お子さんのお迎えから、おばあちゃんの家事支援まで。手伝ってくれる仲間を随時募集しています。あなたの空いている時間を使ってお仕事しませんか? 資格はいりません。どなたでもできる仕事です。男女ともに20代から70代で元気な方、お待ちしております!



【問い合わせ先】
■有償育児・家事支援事業 サークル「しえもあ」
練馬区高野台1-12-14-205
☎ 03-3904-9230
E-mail: c-chezmoi@mx21.tiki.ne.jp
HPアドレス: http://ww21.tiki.ne.jp/~c-chezmoi/

📅 第5回 練馬こども笑店街

練馬駅南口の商店街が、江戸時代に大変身! 浴衣や甚平を着て「まちあそび」しませんか? お店で売り子をしたり、忍者や飛脚、岡っ引きなど…江戸の町人気分でおしごとを体感☆かせいだ100文で食べたり遊んだり、街中にワクワクがいっぱいです!いつもの街が、あそびの舞台。あなたが主役になって、思いっきり楽しんでね!

日時： 7月4日(土) 15:00～18:00
場所： 練馬駅南口の商店街全域
定員： おしごと体験700名
参加費： おしごと体験500円

※おしごと体験以外の、有料又は無料ブースもあります!
内容：
約30のブースでおしごと体験や様々なあそびができます。
・おしごと体験をして100文をかせぐおしごとブース
・100文や現金でおかいものブース
・昔あそびや工作などのあそびブース
・落語や地域団体の発表をみるブース



【問い合わせ先】
■ねりま笑店街実行委員会 事務局：山村・黒坂
☎ 03-3993-2306
E-mail: nerimasyotengai@gmail.com
HPアドレス: http://nerima-syotengai.jimdo.com/

📅 練馬区社会福祉協議会 平成28年度助成事業説明会

練馬区社会福祉協議会では、赤い羽根共同募金・歳末たすけあい運動募金を財源として、社会福祉活動に対して助成を行っています。

参加費無料

助成金説明会
※両日とも説明内容は同じです
① 9月8日(火) 14:00～(申込締切9月4日)
② 9月16日(水) 18:00～(申込締切9月11日)
会 場：練馬区役所東庁舎7階701会議室
定 員：30名
参加費：なし
申 込：電話
内 容：
・助成事業「申請の手引き」及び申請書記入方法の説明
・団体紹介
・個別の質問コーナー
※詳しくは練馬区社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

【申込み先】
☎ 03-3992-5600
【問い合わせ先】
■社会福祉法人練馬区社会福祉協議会
助成金担当：加藤、長谷川
練馬区豊玉北6-12-1 練馬区役所東庁舎3階
☎ 03-3992-5600 FAX: 03-3994-1224
HPアドレス: http://www.neri-shakyo.com/

📅 一步の会 講演会 安全・安心な暮らしのために「日頃の備え」 ～地域住民や視覚障がい者とともに考える 「いざという時」の備え・心構え～

日時： 8月22日(土) 13:30～16:30
場所： 光が丘区民センター2階集会室
(光が丘2-9-6)
講師： 渡辺実氏(防災・危機管理ジャーナリスト)
協力： 練馬区立防災学習センター
光が丘消防署防災安全係

参加費無料

【申込み先・問い合わせ先】
■NPO法人 点訳・音声訳集団一步の会
☎ / FAX: 03-3577-5666

📅 第2回 夏休み こども向けのお芝居 ～ねりまの昔ばなし～

郷土練馬には、いろいろな珍しい昔ばなしがある。第2回 こども向けの芝居(しばい)「ねりまの昔ばなし」を、夏休みにいきます。父兄同伴で地域の小・中学生の皆様のご来場をお待ちします。

日時： 7月25日(土) 13:30～
場所： 練馬区立南田中図書館(南田中5-15-22)
出演： 黒柳千寿江氏(劇団集団千夜一夜座代表)
俳優 古屋直樹氏(同団員)
定員： 20名[先着順](父兄同伴可)
申込： 直接南田中図書館へ ☎ 03-5393-2411

参加費無料

【問い合わせ先】
■南田中のまちを考える会 担当：下河
☎ 03-5393-7381
◀共催▶ 練馬区立南田中図書館

新規団体応援部門 (赤い羽根共同募金)

新しく立ち上げた福祉団体や施設等へ助成します。
助成金額：20万円以内
対象団体：事業を開始して1年以上
助成対象：利用者のための備品購入、小破修理等
申請期間：10月1日～11月13日



福祉団体応援部門 (赤い羽根共同募金)

高齢者・障害者施設・保育園や当事者団体・地域福祉団体へ助成します。
助成金額：30万円以内
対象団体：事業を開始して3年以上
助成対象：利用者のための備品購入、小破修理等
申請期間：10月1日～11月13日



地域ふれあい活動部門 (歳末たすけあい募金)

広く区民を対象とした福祉啓発事業や交流事業を企画した地域福祉団体へ助成します。
助成金額：単独20万円以内
共催30万円以内(3団体以上)
対象団体：事業を開始して3年以上
助成対象：福祉啓発のための講演会、イベント、講座等
申請期間：12月1日～1月15日



地域のたまり場 相談情報ひろば

「気軽に立ち寄れて、ちょっとした相談もできる場所があったらいいなあ」という区民の声から生まれた相談情報ひろばは、現在区内に11か所あります。

1 ほのぼの館・関
場所 関町北3-27-1(1階)
時間 月～金曜 10:30～15:00
E-mail honobono@tbz.t-com.ne.jp
☎ 03-5903-8381

2 まちの駅 大泉学園
場所 大泉学園町5-6-17
時間 月～金曜 10:00～17:00
(12月～2月は16:00まで)
☎ 03-3978-0207

3 おちゃ福
場所 東大泉5-31-2-105
時間 月・火・木・金曜
12:00～17:00
☎ 03-6904-6654

4 食遊
場所 上石神井3-9-2
(食遊石神井)
時間 月～金曜 11:00～17:00
☎ 090-3081-8283

5 ウェルカム石神井公園
場所 石神井町3-17-14
時間 月～金曜 13:00～18:00
☎ 03-3995-8789

6 ちょっと・ホッと
場所 石神井町8-53-24
時間 月～金曜 10:30～16:30
☎ 03-5910-7080

7 光が丘きずなサロン
場所 光が丘3-9-1
時間 水曜 10:00～17:00
(11～2月は16:00まで)
☎ 090-4828-3910

8 ハーモニー北町
場所 北町2-17-16
時間 月～土曜 10:00～16:00
(土曜は13:00まで)
E-mail harmony@big.or.jp
☎ 03-3934-2878

9 あおぞら広場
場所 桜台5-43-7 櫻荘101
時間 木曜 10:00～16:00
☎ 03-5934-1385

10 らくぜん
場所 旭町1-31-4
時間 木曜 13:00～17:00
☎ 03-6915-6300

11 きっさ えん
場所 土支田3-4-20
時間 土曜 12:00～16:00
☎ 03-3978-0801