

# としまボランティアセンターだより

2019年10月号

毎月15日発行

Vol. 280

発行：社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会

豊島ボランティアセンター

〒170-0013 豊島区東池袋1-39-2 区役所東池袋分庁舎4階

TEL 03-3984-9375 FAX 03-3981-2946

Eメール tomonii@t.toshima.ne.jp

URL <http://toshima-shakyo.or.jp>

月～金曜日 8:30～17:15 (土日・祝日・年末年始は休み)

たすけあい、地域ではじめよう。

## 在宅福祉サービス 協力会員説明会

豊島区民社会福祉協議会では豊島区にお住まいで高齢や障がい、ケガなどでお困りの方に対し、住民同士の助け合いの活動を行っています。

現在、活動できる方が減りつつあるため、下記3つの事業で**協力会員を大募集中**です。ボランティアをやってみたいけど何を始めようか迷っている方におすすめです。まずは、説明会に来てみませんか。あなたを待っている人がいます。

### ◆リボンサービス◆

日常生活で助けを必要としている方に、家事援助・外出時の付き添いなどを行う活動

### ◆ハンディキャブ◆

車いす利用により電車やバスなどを利用することが困難な方に、リフト付き自動車を送迎を行う活動

### ◆困りごと援助サービス◆

軽めの家具・荷物の移動など、30分程度で終了する作業を行う活動

〈対象〉18歳以上で、地域福祉に理解のある健康な方。  
経験・資格不問(ハンディキャブは21歳以上など条件あり)

10月29日(火) 10:00～11:30  
会場：豊島ボランティアセンター活動室  
(東池袋1-39-2 区役所東池袋分庁舎4階)

〈申込み・問合せ〉豊島区民社会福祉協議会 ボランティア担当

TEL：3981-9250(月～金 8:30～17:15) FAX：3981-2946

Eメール：tomonii@t.toshima.ne.jp

～自分たちの作ったおもちゃで子供たちが  
楽しんでくれることが嬉しい～

# いきいき! ボランティア

Vol. 2

## グループ豊夢

～子どもたちの笑顔を思い浮かべながら  
作るのはとても楽しいですよ～  
(グループ豊夢 会員より)



今回は、豊島区で活動中のボランティア団体のうち、当ボランティアセンター活動室を利用している「グループ豊夢」さんにお話をうかがい、作品を紹介してもらいました。

「グループ豊夢」は、昭和54年4月に設立し、毎週木曜日(例外あり)に活動している団体です。現在約4名の方が参加しています。

障がいを持った子供たちに、安全に遊んでもらえる布のおもちゃや絵本を作り、豊島区内のさまざまな施設に寄贈しています。また、手作りおもちゃが壊れた時には修繕も行っています。



グループ豊夢に参加されている方からは、

- ・皆さん作るのが上手で、皆に教えてもらいながら楽しく活動できる。
- ・お喋りをしながら針を動かすと、とても盛り上がる。
- ・身体を悪くして自宅にこもっていたが、何か活動を始めたいと思い参加した。作品が出来上がると嬉しい。
- ・修理でおもちゃが戻ってくると、こんなに使ってもらえるのかと思えて嬉しい。
- ・いつまでに作らなければという期限も無いので、時間に追われる事も無く気ままに活動している。

と、いう感想をいただいています。団体取材中は和気あいあいとした様子がうかがえました。

グループ豊夢さんは、現在会員募集中です。問い合わせは下記まで。

問合せ: 豊島ボランティアセンター TEL 3984-9375

# ボランティア募集!

## 活動までの流れ

### 施設・団体での活動の場合

- ①活動を希望する「連絡先(担当者)」へ直接連絡を入れる。
- ②質問事項等があれば事前に伝え、面接日等の確認をする。

### 個人の場合

- ①当センターで、職員から詳細説明を受ける。
- ②職員が顔合わせの日程調整を行う。
- ③職員同席のもと、募集者と直接会って活動内容の確認や今後の予定等について話し合う。
- ④顔合わせが無事に終了したらコーディネート成立!お互いの連絡先を交換する(以降、連絡は直接行う)。

## <施設・団体>

### こころまつり実行委員会

精神障がい者と地域との交流を深めようと毎年開催されるお祭りで、今年で24回目を迎えます。この賑やかで楽しい一日をお手伝いして下さる方を募集します。

- ▼内容: 会場準備、参加者の案内、チラシ配布、出店の手伝い、駐輪場整理、アナウンス、片付け等
- ▼日時: 11月29日(金)15:30~(前日準備)、30日(土)9:30~17:00(まつり当日)
- ▼活動場所: 長崎小学校(椎名町駅)
- ▼締切: 11月22日(金)
- ▼申込: 電話にて
- ▼その他: 活動は1日でも可(当日は2時間以上活動)
- ▼問合せ先: ル・ピュル 担当: 金子  
TEL 6905-8005



### 東部家庭子ども支援センター

保護者が講座に参加している間、保育士と一緒にお子さんをお預かりするボランティアです。

- ▼内容: 未就学児の保育、子どもの遊び相手
- ▼日時: ①11月7日(木)10:15~12:15、②11月14日(木)13:45~15:45
- ▼条件: 健康で子どもの好きな方
- ▼持ち物: エプロン
- ▼活動場所: 当センター(北池袋駅)
- ▼募集人数: 各5名
- ▼締切: 各日の1週間前まで
- ▼その他: 動きやすい服装
- ▼問合せ先: 東部子ども家庭支援センター 担当: 日高・沖田  
TEL 5980-5275 FAX 3576-6240  
Eメール A0019800@city.toshima.lg.jp

## 特別養護老人ホーム 千川の杜

特別養護老人ホームにて、入居者と一緒に楽しい時間を過ごしませんか。

- ▼内容: 楽器の演奏、クラブ活動の手伝い、施設内の掃除
- ▼日時: 要相談
- ▼活動場所: 当施設(千川駅)
- ▼条件: 要相談
- ▼対象: 不問
- ▼募集人数: 若干名
- ▼問合せ先: 千川の杜 担当: 中畑  
TEL 5917-0370 FAX 3972-2510  
Eメール soudan-senkawanomori@nanokakai.jp  
URL <http://nanokakai.jp/senkawa-no-mori>



## 日本語サークル

日本語練習の相手をしてくれる方歓迎。中国はじめ外国の方々とお話してみませんか?

- ▼内容: 外国出身の方々との会話、日本語学習のサポート
- ▼日時: ①毎週火曜日19:00~21:00、②毎週土曜日14:00~16:00、①②祝日は休み
- ▼活動場所: 東部区民事務所3階(大塚駅)
- ▼条件: 高校生以上
- ▼持ち物: 筆記用具
- ▼その他: 参加申し込みの連絡不要。直接会場へ(初回のみ簡単な説明があるので、15分前に会場へ)
- ▼問合せ先: ①火曜日本語サークル 担当: 慶世村(きよむら)、②土曜日本語サークル 担当: 西  
TEL ①3935-0056、②3917-5874

## 介護老人保健施設 安寿

通所リハビリに通われている方々の利用時間を有意義なものにするため、教室を開催しております。

- ▼内容: 利用者対象書道教室(10名~15名前後)の講師
- ▼日時: 月1回、第3木曜日13:30~15:00(応相談)
- ▼活動場所: 当施設5階(雑司ヶ谷駅)
- ▼条件: 書道の指導が出来る方
- ▼募集人数: 1名
- ▼その他: 交通費及び希望があれば昼食提供
- ▼問合せ先: 安寿 担当: 野口  
TEL 5956-8200  
FAX 5956-8201  
Eメール zuiunkai.noguchi@rouken-anju.jp



## フェスティバル/トーキョー19

人と都市から始まる舞台芸術祭を応援し、一緒に盛り上げるサポーターになって、舞台芸術を身近に感じてみませんか？

- ▼内容：運営参加、創作過程参加、盛り上げ等、募集中のプログラムから希望に応じて選択可
- ▼日時：F/T会期(10月5日(土)～11月10日(日))他
- ▼条件：服装など参加活動により異なる
- ▼活動場所：F/Tオフィス(椎名町駅)他
- ▼申込：公式URLのサポーターページより、興味ある活動に直接申し込み
- ▼その他：詳細は公式URLで
- ▼問合せ先：フェスティバル/トーキョー実行委員会事務局  
F/Tサポーター担当  
TEL 5961-5202 FAX 5961-5207  
Eメール ft-supporter@festival-tokyo.jp  
URL <https://www.festival-tokyo.jp/>

## グループホーム小菊の家

小さな施設なので、ボランティア活動が初めての方でも無理なく活動できます。

- ▼内容：入居者の日常生活のサポート(洗濯たたみ、洗い物、調理補助、清掃等)、レクリエーション活動(散歩、話し相手、手芸、折り紙、書道、園芸等)
- ▼日時：7:00～20:00の間(応相談)
- ▼条件：健康で、認知症に理解のある方
- ▼持ち物：エプロン
- ▼活動場所：当施設(大塚駅)
- ▼締切：特になし
- ▼申込：電話・FAX・メールにて
- ▼問合せ先：小菊の家 担当:青木  
TEL 5980-0866 FAX 5980-0295  
Eメール kogiku-home@toshimaj.or.jp  
URL <http://www.toshimaj.or.jp>

## 日本生態系協会

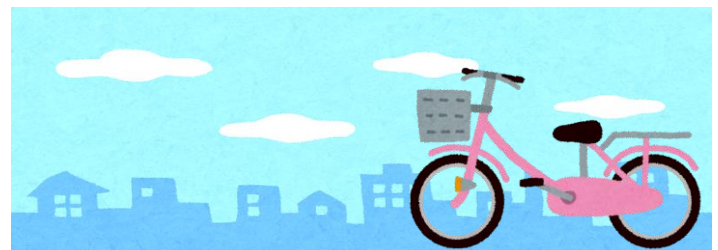
- 自然と共存したまちや社会を目指して活動しています。簡単な事務作業が中心ですのでどなたでも参加できます。
- ▼内容：宛名シール貼り、会報発送、データ入力・パソコンでの調べもの、テープ起こし、翻訳(英語、ドイツ語等)時期により様々な活動があり、希望に応じて選択可。
  - ▼日時：平日10:00～12:00 14:00～17:00の間で都合の良い時間
  - ▼活動場所：当協会事務所(池袋駅)
  - ▼条件：平日の日中、事務所に来ることが可能な方(交通費自己負担)
  - ▼申込：電話かメールで連絡の上、事務所に来所し登録
  - ▼問合せ先：日本生態系協会  
TEL 5951-0244(平日9:00～18:00)  
Eメール eco\_volunteer@ecosys.or.jp



## BEING DOING

生活上の困り事を抱えた方の就労支援をするNPOです。さまざまな理由で一般企業に就職しにくい方のために自転車修理店を運営し、再生自転車を販売しています。参加者は全員自転車好きで、仲良くマイペースです。

- ▼内容：自転車修理
- ▼日時：年中無休 10:00～18:00(時間応相談)
- ▼条件：特になし
- ▼持ち物：特になし。作業着を当会で用意。
- ▼活動場所：いむら商会(東長崎駅)
- ▼対象：自転車修理が得意な方
- ▼募集人数：3名
- ▼締切：随時募集
- ▼問合せ先：特定非営利活動法人BEING DOING 担当:吉田  
TEL・FAX 5906-5573  
Eメール info@beingdoing.tokyo.jp  
URL <http://beingdoing.booo.jp>



<個人>

※「問合せ先」は全て当センターです。

豊島ボランティアセンター

TEL 3984-9375 FAX 3981-2946

Eメール tomonii@t.toshima.ne.jp

## Y・Hさん(30代男性、南長崎在住)

脳出血で倒れて2年半になります。言語は理解できますが、左半身が不随で、ベッドでの生活を余儀なくされております。理学療法や針治療により、座位がやっとなできるようになりました。状態は回復しつつあり、心身の活性化のため車いすでのショッピングを楽しんでおります。

- ▼内容：外出介助(自宅内リフトの移乗あり)
- ▼日時：毎週土曜10:00～14:00
- ▼条件：体力に自信のある方
- ▼持ち物：動きやすい服装
- ▼活動場所：自宅(落合南長崎駅)、近所～池袋周辺
- ▼募集人数：3名
- ▼対象：30代～40代
- ▼その他：身長175cm体重110kg、車いすは33kgあります。



# いんぷおめ～しょん

## ～information～

### <講座情報>

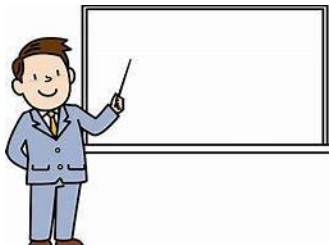
## ボランティアスクール テキストにがんばろう

- ▼内容：ボランティアの「いろは」を学ぶ3回講座 ①「そもそもボランティアって?」、②「やってみよう! 疑似体験」、③「みんなで作るクリスマス」
- ▼日時：①10月31日(木) 19:00～21:00、②11月14日(木) 19:00～21:00、③11月30日(土) 13:30～16:00
- ▼会場：①②としま産業振興プラザ(IKE・Biz)地域活動交流センター(池袋駅)、③区心身障害者福祉センター(椎名町駅)
- ▼講師：①藤井 亘氏(特定非営利活動法人クローバー事務局長)
- ▼参加費：①②無料、③600円
- ▼定員：20名(全3回参加できる方優先)
- ▼対象：地域活動に興味・関心のある方、ボランティアを始めてみたい方
- ▼申込：電話・FAXにて
- ▼問合せ先：区民活動推進課 協働推進グループ  
TEL 4566-2314 FAX 3981-1213



## 「介護とお金」講座第7回 家族信託でハッピーな人生を!

- ▼内容：家族信託を活用・併用することにより、財産管理や処分を家族に託す。
- ▼日時：11月9日(土) 18:30～20:30(受付18:15～)
- ▼会場：東京芸術劇場(池袋駅)
- ▼講師：川畑 静美氏(特定行政書士)
- ▼参加費：500円
- ▼持ち物：筆記用具
- ▼定員：30名(先着順)
- ▼締切：定員になり次第
- ▼申込：電話・メール・URLにて
- ▼問合せ先：特定非営利活動法人 くらしとお金の学校 担当:石井  
TEL 048-826-5428 FAX 048-851-5231  
Eメール jimukyoku@kurakane.org  
URL <http://kurakane.org>



## 第8回ひきこもりの家族 支援セミナー

- ▼内容：臨床心理士の個別相談とワークを取り入れた講演会。
- ▼日時：11月2日(土) 13:00～16:30(受付開始12:30、①セミナー 13:00～14:45、②個別相談会 I 15:00～15:40、③個別相談会 II 15:50～16:30)
- ▼会場：ユニゾ本郷二丁目ビル(本郷三丁目駅)
- ▼講師：境 泉洋氏(臨床心理士)
- ▼参加費：①セミナー 1名1,000円(家族2人目からは半額)、②③個別相談会 1組1,000円(①セミナー受講者限定)
- ▼定員：①セミナー50名、②③個別相談会各10組(先着)
- ▼対象：ひきこもり当事者や家族
- ▼申込：電話にて
- ▼問合せ先：日本臨床心理士会事務局  
TEL 3817-6801(月～金 9:30～17:00)



### <イベント>

## 能でよむ～漱石と八雲～

- ▼内容：夏目漱石と小泉八雲の奇妙な縁を「能」と「怪談」をキーワードに読み解く。①『夢十夜』より「第三夜」 原作:夏目漱石、②『吾輩は猫である』もちの段 原作:夏目漱石 ③『耳なし芳一』 原作:小泉八雲
- ▼日時：11月9日(土)、11月10日(日)各14:00(開場30分前)
- ▼出演：安田 登 玉川 奈々福 塩高 和之、聞き手:木ノ下 裕一(木ノ下歌舞伎主宰)
- ▼会場：あうるすぽっと(東池袋駅)
- ▼参加費：一般2,000円、中高生1,000円、子ども500円(入場時確認あり)、障がい者割引1,800円(介助者1名まで同額、要障害者手帳提示)
- ▼対象：小学生以上
- ▼申込：電話、HP、プレイガイドにて
- ▼その他：観劇サポート(音声ガイド・ポータブル字幕機・多言語サービス等)付き上演あり(11月10日のみ、②は手話付き上演・要予約)、託児サービスあり(要予約・有料)、車いすで来場、補助犬と一緒に来場の場合は事前ご申し出。詳細はURLにて。
- ▼問合せ先：あうるすぽっと  
TEL 5391-0751  
としまチケットセンター  
<https://www.owlspot.jp/>(24時間受付)  
TEL 5391-0516(10:00～17:00、10月29日まで)、  
11月1日より0570-056-777(10:00～17:00)、10月30日・31日休館日



## <助成情報>

### ヤマト福祉財団

- ▼助成内容：障がい者福祉助成金
- ▼対象事業：会議・講演会・研修・出版・啓発・調査・研究・スポーツ・文化の事業等
- ▼助成金額：総額1000万円、1団体あたり最大100万円
- ▼応募要件：波及効果のある事業を優先的に助成(令和3年2月末日までに完了する事業の内)
- ▼締切：11月30日(土)当日消印有効
- ▼申込方法：①URLより応募様式をダウンロードし必要事項を記入、②企画書・スケジュール・費用積算表(書式自由、A4用紙に限る)、①②を郵送により申請。詳細はURLにて。
- ▼問合せ先：ヤマト福祉財団 助成金事務局  
〒104-0061 中央区銀座12-18 ヤマト銀座ビル7階  
TEL 3248-0691 FAX 3542-5165  
URL <https://www.yamato-hukushi.jp>

### 日本社会福祉弘済会

- ▼対象団体：社会福祉事業や福祉施設の運営、福祉活動などを目的とする社会福祉法人、福祉施設、福祉団体等
- ▼対象事業：2020年度(2020年4月から2021年3月末)中に実施される事業の内、①研修事業(福祉施設職員等が幅広い視野と専門性を持って福祉サービスの支援業務向上に携わるために実習する事業、福祉サービスのあり方や専門的知識・技能の習得等をテーマとして開催される研修会・セミナー・講演会等の集合事業)②研究事業(福祉サービスの向上等を目的とした先駆性ある事業の実践を通して行われる事業、社会福祉関係者の専門性の向上、現任訓練の方法や体系、また就労、福利厚生などをテーマとする調査事業)
- ▼助成金額：1団体あたり上限50万円、総額、1000万円以内
- ▼対象経費：①講師謝金・交通費・会場費・報告書作成費、②研究事業費・調査経費・謝金・原稿料・報告書作成費
- ▼申込期間：11月1日(金)～12月15日(日)当日消印有効
- ▼申込方法：URLより申請書をダウンロードし、必要事項を記入後郵送で申請。詳細はURLにて
- ▼問合せ先：日本社会福祉弘済会 助成事業係  
〒136-0071 江東区亀戸1-32-8  
TEL 5858-8125  
URL <https://www.nisshasai.jp>

### ご存じですか？ヘルプマーク

街中や交通機関など、生活の様々な場面で周囲からの配慮を必要としている方がいます。そういった方々をみんなで助け合う社会を実現するため誕生しました。

- ▼問合せ先：東京都福祉保健局 障害者施策推進部計  
TEL 5321-1111(内線 33-226)



## 被災地でのボランティア活動を希望する方へ

### ①最新情報を確認！

現地の状況は刻一刻と変わります。常に最新の情報を確認し、正しい情報を入手しましょう。最新情報は下記URL等で確認してください。

### ②万全の準備！

現地は混乱していることが予想されます。活動時の服装や物品は現地調達ではなく、行く前に揃えましょう。食事・宿泊場所、交通手段は自身で確保しましょう。

### ③ボランティア保険に加入

危険が伴う活動も多いので、加入しましょう。天災プランがおすすめです。熱中症も補償対象です。なるべく地元で加入してから被災地へ!!

### ④安全第一！

水分補給など、自身で健康管理をし、体調がすぐれない時は無理をせず活動を中止してください。

### ▼災害ボランティアに関する情報源

全国社会福祉協議会 <https://www.saigaivc.com/>  
東京ボランティア・市民活動センター  
<https://www.tvac.or.jp>



# CSW



### コミュニティソーシャルワーカー からのお知らせ

豊島区民社会福祉協議会では、誰もが暮らしやすいまちを実現していくため、区内8か所の「区民ひろば」に、コミュニティソーシャルワーカー (CSW) を配置しています。8か所以外の区民ひろばでも、定期的に「暮らしの何でも相談会」を実施しています。CSWが配置されている区民ひろばの連絡先や相談会の日程については、下記までお問合せください。

問合せ先：社会福祉協議会 地域相談支援課  
CSW担当  
TEL 3981-4392 FAX 5950-1239

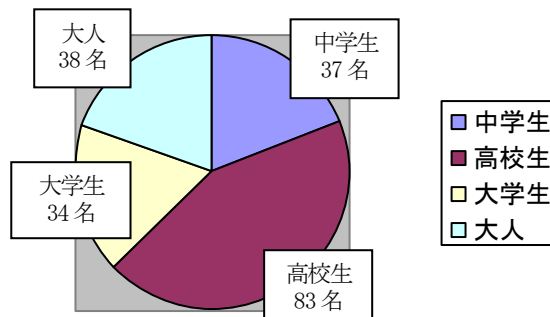
# 夏！体験ボランティアが終わりました

ボランティア活動の体験を通して、地域社会や社会福祉への理解・関心を深め、社会参加への意欲を高めることを目的に、夏の体験ボランティア（夏ボラ）を実施しております。

今年は、7月23日～8月31日の期間中、80か所の活動先で192名の方々がボランティアを体験しました。例年に比べ非常に沢山の方にご参加いただきました！



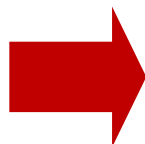
## 夏ボラ参加者内訳



### Q. ボランティア活動に対するイメージは変わりましたか？

#### 【体験前】

- ・敷居が高い
- ・人のために働く
- ・ボランティアをするのは、とっても心の優しい奇特な人だけだと思っていた。
- ・緊張や不安があった。怖いイメージ。
- ・めんどくさそう。
- ・私にもできることがまだあるのか？
- ・学校の課題として行う。



#### 【体験後】

- ・簡単にできる。
- ・自分も得られるものがある。
- ・特別なことではない趣味の一つのようなものだと感じました。
- ・怖いから楽しいイメージが変わった。
- ・楽しかった。
- ・自分にもできることがあることが判明
- ・たくさんの学ぶことがあり、相手の役に立つことができても得するもの。

## 体験された皆さんに聞いてみました！

- ・いろいろな世代の方と話せてとても楽しかったです。(中学生・男性)
- ・今回初めてボランティア活動をしました。自分が実際に活動することで得た情報がたくさんありました。今回の貴重な体験を通して学べたことを将来、活かしていきたいと思います。また、活動するまでの申し込みなどが分かりやすかったので、安心して体験ボランティアの活動をすることができました。(大学生・女性)
- ・障がい者の方の対応は初めてでしたが、想定していたよりもハードルは高くなく、自分にも力になれることがわかりました。ご家族だけでフォローするのではなく、地域社会として支えるべきであること、支える側もやさしい気持ちを持つことができるため、人として成長することができることを学びました。(社会人・女性)
- ・期待していたものよりはるかに面白く楽しかった。とても有意義な夏休みだった。(高校生・男性)
- ・将来の夢を決める参考になりました。貴重な体験ができて良かったです。保育士という仕事の内容は、ある程度は理解していましたが、実際に仕事をしてみると思った以上に大変で、身をもって体験できて勉強になりました。(高校生・女性)
- ・初めて夏ボラに参加してみて、最初は不安や心配していたのですが、体験後はとても良い経験ができたなと思いました。自分は将来福祉関係の仕事に就きたくて、実際にやってみてどんなことをしているかよくわかったので、この夏ボラは本当に良いボランティアだなと思いましたし、また来年もやりたいなと思いました。ありがとうございました。(中学生・女性)

参加報告書の提出ありがとうございました。掲載させていただいた方の中から抽選で豊島区民社会福祉協議会イメージキャラクターふくいグッツをお送りいたします。



# 高齢者元気あとおし事業

## 登録説明会

「高齢者元気あとおし事業」とは、指定の施設でボランティア活動を行うことで、ご自身の介護予防を「あとおし」し、地域全体が元気になることを目的としています。

**日時： 11月27日(水) 14:00～15:00**

**会場：豊島区民社会福祉協議会 会議室  
(東池袋1-39-2区役所東池袋分庁舎3階)**

◆対象：下記の①、②いずれかに当てはまる方

①豊島区民で60歳以上の健康な方

②豊島区介護予防サポーター養成講座受講修了者

◆定員：20名(先着順、要事前予約)

◆申込：電話等で氏名、住所、年齢を下記までお伝えください。

◆その他：説明会終了後、本事業の登録申込を受け付けます。

◆持ち物：筆記用具、身分証明書(「健康保険証」や「運転免許証」)など

区役所東池袋分庁舎3階



住所と生年月日が確認できるもの

使用済み切手・書き損じハガキ  
のご寄付ありがとうございました!!

【申込・問合先】

社会福祉法人豊島区民社会福祉協議会  
豊島ボランティアセンター

電話 3984-9375

FAX 3981-2946

Eメール tomonii@t.toshima.ne.jp

<9月受付：8/26～9/25 受付分>

30件 12,941g

三森好野、小川祥子、(株)光通信、デュプロ(株)、  
瀧澤提灯店、オオニシ体育(株)、リマナチュラル、  
明治大学校友会豊島区地域支部、早稲田速記医療福祉専門  
学校、アトピッツ地球の子ネットワーク、椎名町小学校、  
巣鴨駅前郵便局、池袋サンシャイン通郵便局、区民ひろば  
高南第一、区民ひろば椎名町、南大塚地域文化創造館、  
池袋西地区民生児童委員協議会、

区役所(税務課、介護保険課、西部生活福祉課、  
障害福祉課、地域保健課、子育て支援課)

匿名2名

※敬称略・順不同



収益金は社会福祉協議会の貴重な財源として、様々な地域福祉事業に役立てられています。

〈切手の集め方〉

封筒からはがさずに、  
切手のまわりを

**5mm～1cmくらい残して**

きれいに切り取ってください。

封筒からはがす必要はありません。

※日本切手と外国切手は分けてください。



集めた使用済み切手は、豊島ボランティアセンターまでお持ちいただくか、郵送してください。

※「としまボランティアセンターだより」にお名前のご掲載を希望されない場合は、その旨お伝えください。

使用済み切手の収集や寄付は、だれでも気軽にできるボランティア活動です。