MITAKA COLLABORATION CENTER NEWSLETTER

三鷹市市民協働センター ニュースレター

平成31年 2月 第173号

三鷹市市民協働センターは市民活動を応援し、民学産公の協働によるまちづくりを推進する施設です。

開催します だれでもランチカフェ

差し入れ大歓迎！

無料

ランチは、ご持参ください。

コーヒー、お茶等はご用意しています。

2019 3/9(土) 11：00~14：00

「NPOだれでもランチカフェ」は、第14回みたか市民活動・NPOフォーラム『みたか"わ"の縁日』実行委員会での「みたか市民活動・NPOフォーラムだけでなく、年間を通して交流や情報交換ができる場、ゆるやかなつながりの場として『カフェ』を開催したい。」という提案から生まれました。

第1回の2015年9月12日から「みたか市民活動・NPOフォーラム」の実行委員会メンバーが世話役となり開催され、昨年の3月3日の第8回開催からは三鷹「まち活」塾の修了生にマスターが交替し運営しています。

子育てママを支援したい、異世代交流サロンを作りたいなどざまざまな思いをもって活動されている方や、これから何か活動したいという方、「協働センターって何をやっているの」と初めてご参加される方など、ワイワイにぎやかに交流を楽しんでいます。

新しい出会いやつながりも生まれ、またお互い刺激されながらコラボ活動も生まれました。

初めて参加される方も大歓迎！　途中参加もOK！　出入り自由！

今やっていること、これからやりたいこと、何でも話しましょう！

場を探している方、場の使い方を求めている方など、　お気軽にご参加ください。

マスターの井本浩さん
（三鷹「まち活」塾※の1期生）

※自分の想いを実現しながら、まちに豊かさと幸せを生み出すアクションを応援する講座です。

ランチカフェ アルバム

多彩なメンバーの楽しいおしゃべりで和やかな集まりとなりました。

2019/1/12

寒さの厳しい中での開催でした。

2018/10/13

初めての方も多く、新鮮な話題で華やいだ雰囲気でした。

2017/1/21

熱い思いを持った若者の参加で盛り上がりました。

2016/7/16

二回目のランチカフェ。大勢の参加者と差し入れでにぎわいました。

2015/1/23

もくじ
〈1ページ〉開催します「だれでもランチカフェ」〈2ページ〉開催しました「グラレコ講座初級編」、開催します「地域×クラウドファンディングの効果的活用法」「三鷹『まち活』塾向けフォローアップ講座開催のお知らせ」〈3ページ〉「がんばる地域応援プロジェクト」から生まれた事業の紹介、「防災団体やろうよ！こどもぼうさい」の紹介、団体登録しませんか？〈4ページ〉チョコっとあっぷるーむ

開催しました　グラレコ講座初級編

開催日：1月19・26日（土）
参加人数：18人・13人

会議や話し合いの場で、考えを伝えることやお互いが理解することができずに、すれ違いが生ずることも少なくありませんが、そのような時に、話の内容を可視化することによって、議論の整理がされ、参加者の認識のずれを整え、相互理解を深めることができます。このような言葉の可視化の手法、グラレコ（グラフィック・レコーディングの略語）の初級講座を今回初めて開催しました。定員を上回るお申し込みがあり、関心の高さが伺えました。また、受講者から中級編を要望する声も聞かれました。

《1日目》
グラレコのこと、グラレコの効果について、講師の経験を交えてお話をしていただき、グラレコの描き方（人物・建物・場所・時間など）も学びました。
《2日目》
自己紹介と受講の動機をテーマに、グラレコに挑戦しました。コミュニケーションをとりながらのにぎやかな作業となり、出来上がりも上々でした。

参加された皆様の多くが絵が上手く、コミュニケーション能力が高い方々ばかりだったように思います。素晴らしい。初めての講師という事もあり、講座の進行など考える機会を頂けました。

講師：新月ゆきさん
（デザイナー＆イラストレーター、三鷹「まち活」塾※修了生）

～参加者の声～

♪グラレコという言葉も知らず申し込んだが、実際とても楽しく、仕事や家族との話し合いにも活かせるといいと思う。
♪打ち合わせで、言った言わない、聞いてないを解消し、議事録で使えると思い受講した。思考が柔軟になり、すごく刺激になった。
♪グラレコに興味があり、受けてみたいと思っていた。基本的な絵の描き方等がわかり、大変参考になった。
♪絵が描けなくてもOKだったので。初級編だったのでついていけた。絵で表せることを学んだ。

新月ゆきさんは、第2期三鷹「まち活」塾の修了生です。自分のスキルを活かし、「グラフィックレコーディング」によるコミュニケーションを円滑にすることについて「まち活」塾で提案。その第1歩を踏み出し、グラレコ講座を開催しました。

講座の様子

受講生の作品

開催します

「地域×クラウドファンディング」の効果的活用法　無料

活動資金の獲得だけでなく、マーケティングやPR、ファン獲得にも有効であるクラウドファンディング。「地域×クラウドファンディング」の視点で、市民活動を行う上でのクラウドファンディングの効果的な活用方法について学びます。 クラウドファンディングの活用を考えている方、是非ご参加ください。

2/7木

◆対　象：クラウドファンディングを活用したい方
　　ＰＲや資金集めの方法について学びたい方
◆日　時：２月７日(木)　18:30～20:30
◆会　場：市民協働センター　第１会議室
◆講　師：齋藤 隆太さん
　（株式会社CAMPFIRE　FAAVO/CAMPFIREローカル事業責任者、地域×クラウドファンディングFAAVO発起人）
◆参加費：無料
◆お申し込み・お問合せ：三鷹市市民協働センター

「三鷹『まち活』塾」修了生向け「フォローアップ講座」

「三鷹『まち活』塾」※修了生に向け、まち活塾のフォローアップ講座を開催します。すでに活動を始めている方、これから始めようとしている方、何か始めたいと思いつつまだ始められていない方、修了生ならどなたでもご参加いただけます。 また、１期２期の方の期を越えての交流会も予定しています。

2/16土

◆対　象：「三鷹『まち活』塾」修了生
◆日　時：２月16日(土)　14:00～17:15
　　14:00～16:30　講座
　　16:30～17:15　交流会
◆会　場：市民協働センター　第２会議室
◆講　師：五井渕 利明(ごいぶち としあき)さん
　（NPO法人 CRファクトリー　事業部長）
　※第2期第６・7回の講座を担当。
◆参加費：無料

※三鷹『まち活』塾：自分の想いを実現しながら、まちに豊かさと幸せを生み出すアクションを応援するための新たな人財養成講座です。NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構とNPO法人みたか市民協働ネットワークの共催で開催され、第1期（2017年6月～10月）、第2期（2018年6月～9月）に全8回開催され、36人の方が修了されました。すでに自主グループの活動も始まっています。

「がんばる地域応援プロジェクト」から生まれた事業の紹介

三鷹市では、地域の活性化や新たな「共助」の仕組みづくりに取り組んでいます。その一環として、地域の課題解決や活力を生み出す事業で他の地域の活動の参考となるような先駆的な取り組みを支援しています。毎年様々な事業が展開され、他団体との連携事業なども増えてきています。今年度初めて応募いただいた「エミネンスイン三鷹管理組合」も他団体と連携して防災意識の向上に取り組み、イベントを開催することになりました。

このイベントは、地域の大きな関心事である「防災」についてマンションを中心にアンケートを実施、課題発見や今後の取り組みについて検討し、その結果を盛り込んでいます。また、他団体と連携しながら「防災マルシェ」を開催することで、マンションの周辺地域とのつながりをより強くすることも目的としています。　（「がんばる地域応援プロジェクト」は協働センターの受託事業です。）

みたか防災マルシェ 2019

三鷹で初開催！
防災のお祭り!!

「防災のテーマパーク」をコンセプトに、誰でも楽しく防災に触れることができるイベントです。
防災って堅苦しくて苦手‥という方、あなたの「防災」のイメージが変わるかも!?

◆開催日時：**2019 年 3 月 10 日（日）13 時～17 時**
◆開催場所：中央通り（三鷹中央通り商店会／三鷹市下連雀三丁目）
◆イベント内容：①商店会防災ハンドブックの配布　②防災の達人による講話リレー
③体験型の防災テーマパークコーナー　④防災関連の企業、団体の出展ブース
⑤小・中学生による防災学習発表　など
◆主催：みたか防災マルシェ実行委員会　防災団体やろうよ！こどもぼうさい
一般社団法人みたかＳＣサポートネット　エミネンスイン三鷹管理組合
◆協力：協同組合三鷹中央通り商店会　三鷹駅前地区自主防災連合会　三鷹市社会福祉協議会　杏林大学　等
◆後援：三鷹市　三鷹市教育委員会

詳しくは公式サイトへ→https://peraichi.com/landing_pages/view/mitakabm

防災団体やろうよ！こどもぼうさい（センター登録団体）の紹介

「防災団体やろうよ！こどもぼうさい」のワークショップ

上記のイベントに協働で関わっている団体「防災団体やろうよ！こどもぼうさい」は、協働センターの登録団体です。代表の山崎光さんにお話をお伺いしました。

「防災団体やろうよ！こどもぼうさい」は、普段は子ども向けの防災ワークショップなどを実施している団体ですが、そこに参加してくださる方は防災意識の高い方たちがほとんど。防災が苦手という方にとっても参加しやすいイベントを実施したいという想いの実現に向け、昨年の「がんばる地域応援プロジェクト」の交流会でつながった市内の防災活動を行う方たちと連携して防災イベントを開催することとなりました。今回、マンションが多い三鷹駅前地区の方にとっても行って良かったと思っていただけるような内容で「みたか防災マルシェ2019」を開催しますので、ぜひご参加ください。

三鷹市市民協働センターに 団体登録しませんか？

登録料は無料です。

市民活動を応援する市民協働センターをより便利に使えます！

市民活動※をしている団体またはこれから市民活動をはじめたい団体(構成員3人以上)が登録できます。

※市民活動とは、福祉・生涯学習・子育て・ボランティア・まちづくり・町会・住民協議会活動など、市民が自主的・自発的に行う社会貢献活動・公益活動などをいいます。
市民活動に属さない活動分野:営利を目的とした活動・宗教活動・政治活動・選挙活動、その他市民活動に適さないもの。

◆団体登録のメリット！

①情報交換箱を無料で使用できます。（希望者）
他の登録団体の情報を得たり（チラシ等の配布）、団体内での情報交換にお使いいただけます。
※サイズ約W27×H7×D37のレターケースです。郵便の受取りにはご利用できません。

②有料ロッカー（1,200円/年）を使用できます。（希望者）
印刷用紙や資料などの保管にお使いいただけます。サイズ：約W25×H40×D35

詳しくはセンター窓口にお気軽にお尋ねください。

③ワークサロン・ミーティングルームを4ヶ月前から予約できます。（通常は3ヶ月前から）

（利用団体登録申請書に記載された内容の一部は、ホームページで公開させていただきますので、ご了承ください。）

＊おやこでよって＊

チョコっとあっぷる♪む

※時間：10:30～12:00
①のみ13:30～15:00

（先着順）

	月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
①	2月2日(土) 時間注意！	簡単スクラップブッキング♪(アルバム編) ～写真のある暮らしを楽しみましょう♪ ～	1,500円 （材料費込）	クローバーアルバムの会	5組
②	2月4日(月)	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) ～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス ～	1,500円	花莉屋	8組
③	2月7日(木)	ママ護身術エクササイズ(パンチ編) ～だっこしたまま、強いママ～	1,500円 （防犯ホイッスル付）	アイ・リコサイス	6組
④	2月11日(月)	親子リズムらんど ～リズム遊びで笑顔いっぱいのひととき ～	1,500円	NPO法人子育てコンビニ	6組
⑤	2月14日(木)	産前・産後の骨盤ケア ～知って整え、お産も産後も安心～	2,000円 （さらし付）	はっぴぃまむず （助産師・整体師　谷京子）	6組
⑥	2月16日(土)	簡単スクラップブッキング♪(A4フレーム編) ～写真のある暮らしを楽しみましょう♪ ～	2,000円 （材料費込）	クローバーアルバムの会	5組
⑦	2月18日(月)	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ ～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～	1,500円	Mama & Baby	8組
⑧	2月21日(木)	「bloom～生まれたのは私」ふれあい上映会 ～上映後感想などをシェアするお茶会～	800円 （夫婦参加時1,600円 ）	NPO法人子育てコンビニ	8組
⑨	2月25日(月)	マタニティヨガ ゆったり骨盤調整で安産力 ～骨盤整え、快適マタニティ生活 ～	1,500円	花莉屋 （日本マタニティヨーガ協会会員）	9組
⑩	2月28日(木)	いつでもどこでもベビマ＆足形バッグ制作 ～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～	2,000円 （材料費込）	きらきらバース	5組

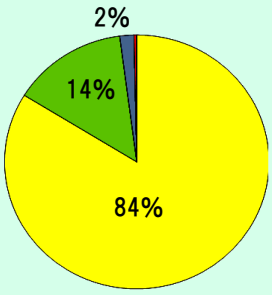
【対象】 おおむね0～3歳のお子さんを持つ親子
及び妊娠中のお母さん
（講座ごとに異なりますので、ご確認ください。）
【会場・申込み・問合せ】　三鷹市市民協働センター
※お持ち物など詳しい内容のお問い合わせ・
お申込みは当センターへ

☆全回、保育はありません。
☆お車でのご来場はご遠慮ください。
☆キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。
☆お菓子とお茶をご用意しています。
☆ご夫婦参加の場合は申し込み時に
必ずお申し出ください。

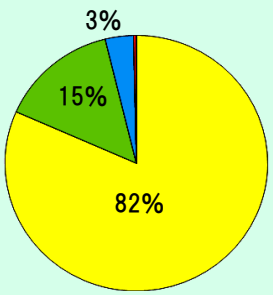
◆アンケート結果報告　アンケート期間(H30.4～H31.1)

「チョコっとあっぷるーむ」では、毎回、受講者の方にアンケートをお願いしています。
満足度を5段階で評価していただき、どの項目も満足度の平均点が90点を超える高評価でした。

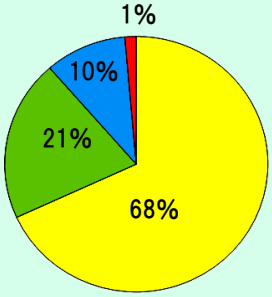
内容(平均96.3点)

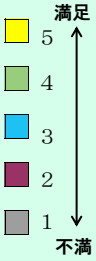


参加費(平均95.5点)



時期(平均91.1点)





■町会・自治会へニュースレターを配付させていただきます

協働センターニュースレターは町会・自治会など地域自治組織に無料で配付させていただいております。組織単位でご連絡いただければお届けいたします。町会・自治会の皆様、ぜひご検討ください。

Editor's note.

編集後記：先日、オリンピックチケットの概要が発表されました。値段や販売スケジュール、販売方法、チケットの種類など、中には検討中のものもあるようですが、「いよいよ感」がグッと増しました。どの競技のチケットが手に入りやすいか、どの会場で開催されるかなど情報入手が面倒ですが、なにはともあれ、まずはID登録からがんばります。人気の開会式のチケットは入手が困難そうですね。最高額30万円には仰天ですが、私は庶民のお財布に優しいチケットのGetを目指し、身近なオリンピックを楽しもうと思います。

◆ニュースレター配布場所◆

るま・ばぐーす、グラナダ、三鷹モダンタイムス、美容室TBK三鷹店、CafeHammock、ファーマーズショップ根岸直売所、ハローワーク三鷹、NPO法人子ども生活・ゆめこうば、各コミュニティ・センター、各市政窓口、各図書館、その他市の公共施設、近隣市区の市民活動支援センター

発行日：平成31年2月1日
発　行：三鷹市市民協働センター
（指定管理者：特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク）
〒181－0013　東京都三鷹市下連雀4－17－23
TEL 0422－46－0048　FAX 0422－46－0148
メール：kyoudou@collabo-mitaka.jp
ホームページ：http://www.collabo-mitaka.jp
開館時間：9:00am-9:30pm　受付時間：9:00am-9:00pm
休館日：火曜日（祝祭日は開館し、直後の平日を休館とします。）