

**\*おやこでよって\***  
**チョコっとあっぷる♪む**

※時間は午前10:30～正午

月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
① 7月1日(月)	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) ～ママの為にヨガで骨盤整えリラックス～	1,500円	花莉屋	9組
② 7月4日(木)	ママ護身術エクササイズ ～だっこしたまま、強いママ～	1,500円 (防犯ホイッスル付き)	オフィス Erico-I	8組
③ 7月8日(月)	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 (さらし付き)	はっぴいまむず (助産師・整体師 谷京子)	8組
④ 7月11日(木)	ママと英語であそぼ(1歳～2歳) ～洋書絵本で親子のふれあい♪～	2,000円 (絵本付き)	NPO法人子育てコンビニ	10組
⑤ 7月13日(土)	親子で楽しむ「ベビーダンス」 ～産後ママのストレッチ&リズムダンス～	1,500円	Mama & Baby	7組
⑥ 7月15日(月)	一緒におもちゃを作しましょう☆ ～身近な材料をつかって創造力を育もう～	1,000円 (お子さん一人)	ベネシス教育研究所	6組
⑦ 7月18日(木)	ベビーマッサージで親子のふれあい♪ ～赤ちゃん楽しくコミュニケーション～	1,800円 (オイル・シート付き)	NPO法人子育てコンビニ	10組
⑧ 7月20日(土)	家族みんなで「ベビーマッサージ」 ～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～	1,800円 (オイル・シート付き)	Mama & Baby	6組
⑨ 7月22日(月)	はじめてのベビーヨガ ～赤ちゃんにもママにもいいこといっぱい～	1,500円	花莉屋	10組
⑩ 7月25日(木)	「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 (パパ&ママ参加同額)	Mama & Baby	8組

(先着順)

【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

- ☆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。
- ☆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
- ☆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。

**新メニューの紹介 <<ママと英語であそぼ(1歳～2歳)～洋書絵本で親子のふれあい♪>>**

◆対象 1歳～2歳の親子(パパ歓迎)

子どもと遊ぶコミュニケーションの一部として学ぶプログラム。ママがお家でできる英語のお歌や単語をまだ英語を他言語と認識していない小さなうちから耳に慣れさせてあげることが目的としています。ママができる手遊び歌や簡単な絵本の読み聞かせを行い、おうちでの新しいお子様とのコミュニケーションツールとして英語を日本語の代わりに導入しています。児童館や保育園などでやっている日本語の手遊びや集いの英語バージョンとっていただけるとイメージしやすいです。

■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きます。組織単位でご連絡いただければお届けさせていただきます。町会・自治会の皆様、ぜひご検討ください。

Editor's note

編集後記: 富士山が、「日本人の信仰・芸術の拠り所」という点が評価され、世界文化遺産に登録されました。私も一度は富士登山を、と想っていましたが、聞くとは想像以上に大変らしく、頭の中でシミュレーションだけで、簡単に断念してしまい、今は、たまに乗る新幹線の窓から見える景色で満足しています。それでも、富士山は神々しく、特別感があり、思わずそっと(心の中で)手を合わせてしまいます。昨年、富士山頂で御来光を拝んだ現代っ子の息子も、さすがに畏怖の念を抱いたらしく、私もその御来光の写真に、さらに「信仰の拠り所」を実感しました。俄か信者が増殖しそうです。

◆ニュースレター配布場所◆

るま・ぱぐーず、一圓(ラーメン店)、グラナダ(レストラン)、きものサロンひさみね、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25年7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、直近の平日を休館とします。)

平成25年  
7月

第106号

三鷹市市民協働センター

ニュースレター

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。

市民協働センター 第12回 みたか市民活動 秋のおまつり NPOフォーラム

みたか わの縁日 参加団体募集

2013年 11月16日(土)・17日(日)開催

市民活動団体が集まる、三鷹市市民協働センター恒例の秋のおまつり「みたか市民活動・NPOフォーラム」の参加団体を募集します。

さまざまな市民活動団体が日頃の活動を発表し、交流する2日間の「縁日」です。みなさまのご参加お待ちしております。

開催要項

- 日時 2013年 11月16日(土)・17日(日) 午前10時～午後6時
- 会場 三鷹市市民協働センター(三鷹市下連雀4-17-23)
- 参加費 無料
- 主催 NPO法人みたか市民協働ネットワーク
- 企画・運営 第12回みたか市民活動・NPOフォーラム実行委員会
- 協力 三鷹市

スケジュール

「第12回みたか市民活動・NPOフォーラム」は、参加団体全員で実行委員会をつくり、企画・運営を行います。以下の日程で行う実行委員会に、必ずご参加ください。

- 第1回実行委員会 2013年 7月10日(水) 午後7時～
- 第2回実行委員会 2013年 9月中旬(予定)
- 第3回実行委員会 2013年 11月初旬(予定)

(会場は、いずれも、三鷹市市民協働センター 2階会議室)

申込方法

- 申込方法 右ページ「参加申込書」に必要事項をご記入のうえ、郵送、FAXまたはメールで市民協働センターあてにご送付いただくか、直接、窓口にご持参ください。
- 申込締切 2013年9月30日(月)

～参加にあたってのお願い～

- ・開催の目的・趣旨をご理解のうえ、ご参加ください。
- ・署名、カンパ等の活動はできませんのでご承知おきください。
- ・実行委員会へのご出席をお願いいたします。



お申込み  
お問合せ

三鷹市市民協働センター (三鷹市下連雀4-17-23)

電話 0422-46-0048  
 FAX 0422-46-0148  
 メール kyoudou@collabo-mitaka.jp



(1ページ)みたか(わ)の縁日「参加団体募集」(2ページ)(3ページ)平成25年市民協働センター年間主要行事予定、開催しました「がんばる地域応援プロジェクト説明会・マッチング」、助成金等の情報、「設立10周年記念事業」の実行委員募集、インターシップ実習生がやってくる!、花の植替えをしました(4ページ)チョコっとあっぷるむ



# 平成25年度市民協働センター一年間主要行事予定

7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
<p>13日 がんばる地域応援プロジェクト 選考委員会</p> <p>応募のあった全団体への助成金交付が決定。</p> <p>昨年度の様子</p>		<p>7・14日 寺子屋カフェ</p> <p>ユニークな内容で毎回評判の講座。</p> <p>昨年度の様子</p> <p>★NPO・市民活動のためのICTと写真活用術講座予定</p>		<p>16・17日 みたか市民活動・NPOフォーラム</p> <p>昨年の来場者数は、1,100人</p> <p>昨年度の様子</p> <p>★NPOの設立と運営講座予定</p>		<p>18日 新春市民交流会</p> <p>趣向を凝らした演出で、和気あいあい。</p> <p>昨年度の様子</p>	<p>8日 がんばる地域応援プロジェクト 発表会</p> <p>11件の成果発表がありました</p> <p>昨年度の様子</p> <p>★設立10周年記念事業予定</p>		
おやこひろば(チョコっとあっぷるーむ)									

開催しました

## がんばる地域応援プロジェクト 説明会・マッチング(引き合せ)

開催日:6月1日(土) 参加人数:35名

がんばる地域応援プロジェクトの募集にあたり、説明会の開催とともに、町会・自治会等の活動を一緒に盛り上げていきたいというNPO等市民活動団体からのアイデア提案&マッチングの場を設けました。事業概要、申請方法、今後のスケジュールの説明後、今年度も助成金を交付することとなった災害時要援護者支援事業についても、事業内容の説明がありました。NPO等市民活動団体は、4団体からアイデア提案がありました。

- 【アイデア提供団体】
- NPO法人日本シニアジョブクラブ
  - みんなのみたか
  - NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹
  - みんなのブックカフェ

### ～がんばる地域応援プロジェクト～

町会・自治会など地域自治組織が実施する地域の課題解決に取り組むための事業など、他の地域自治組織にも好事例として紹介できる取り組みを選択し、原則として事業経費の3分の2相当額(10万円上限)の助成金を交付するものです。また、今年度も健康福祉部所管の災害時要援護者支援事業を実施する団体へも、一定条件のもとで助成金を交付します。



アイデア提案の様子

※書類提出締切は6月28日(金)ですが、災害時要援護者支援事業につきましては、提出締切日以降も随時申請を受け付けます。

### 助成金等の情報

三鷹市市民協働センターに持ち込まれた情報およびセンターで収集した情報を、市民活動に関わるものを中心に紹介しています。詳細につきましては、各ホームページ上で直接ご確認ください。

- ◆平成25年度高齢者、障害者の支援を目的とするボランティア活動に対する助成(お問合せ:東京都共同募金会 事業部)  
http://www.tokyo-akaihane.or.jp/ TEL:03-5292-3183 (締切日:2013年7月19日)
- ◆パナソニック NPOサポート ファンド(子ども分野、環境分野)(お問合せ先:パナソニック株式会社 CSR・社会文化グループ)  
http://panasonic.co.jp/citizenship/pnsf/npo\_summary.html#pro\_004 TEL:03-3574-5665 (締切日:2013年7月31日)
- ◆2013年度ドコモ市民活動団体への助成(環境分野)(お問合せ先:NPO法人モバイル・コミュニケーション・ファンド(MCF)事務局)  
http://www.mcfund.or.jp/admission/environment.html TEL:03-3509-7651 (締切日:2013年7月31日)

## 三鷹市市民協働センター「設立10周年記念事業」の実行委員募集

三鷹市市民協働センターが、まちづくりの拠点として、暮らしやすいまちを実現するため、今後さらにセンター機能の充実を図ることを目的とし、三鷹市市民協働センター「設立10周年記念事業」の開催を予定しています。

「設立10周年記念事業」は、市民がメンバーとなる実行委員会が企画から運営までを担います。あなたもぜひ、この実行委員会のメンバーとなって、ともにシンポジウムを作り上げてみませんか?

- 活動内容:「設立10周年記念事業」の企画・運営
- 「設立10周年記念事業」開催予定時期:2014年2月
- 問合せ・申込み先:三鷹市市民協働センター  
Tel:0422-46-0048, Fax:0422-46-0148

### ＜第1回実行委員会＞

【日時】2013年8月29日(木曜日)19:00～  
【場所】三鷹市市民協働センター(第2会議室)

## インターシップ実習生がやってくる! 7月4日(木)～18日(木)

市民自治や街づくりに関心があり、その現場を体験したいという好奇心旺盛な学生さんがインターシップ実習生として、三鷹市市民協働センターに来てくださいます。センターご利用の皆さまも、あたたかく見守ってあげてください。



## センター花壇の花の植替えをしました 6月8日(土)

「生ごみを土に返して活かす会」の皆様とセンターの職員で、メランボジウムとコリウスを植えました。濃黄色の花のメランボジウムと、緑の縁のある鮮やかなえんじ色や黄緑の葉っぱが美しい観葉植物コリウスが、これからの夏の花壇に彩りを添えます。

