

平成27年  
8月

第131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。

※時間：午前10:30～正午



(先着順)

月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
① 8月3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	8組
② 8月6日(木)	ママ護身術エクササイズ(クイックパンチ編) ～だっこしたまま、強いママ～	1,500円 (防犯ホイッスル付き)	アイ・リコサイズ	6組
③ 8月10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 8月17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 (作るお子様1人につき)	ベネシス教育研究所	6組
⑤ 8月20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 (ご夫婦参加でも同額)	Mama & Baby	8組
⑥ 8月22日(土)	パパの子育て講座「ベビーマッサージ」 ～赤ちゃんとの楽しくふれあいましょう♪～	1,800円(ご夫婦参加でも 同額オイル・シート代込)	Mama & Baby	6組
⑦ 8月24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	7組
⑧ 8月27日(木)	色で子育てを楽しもう! ～色育(いろいろ)でママもリフレッシュ～	2,000円(色育絵本付き)	NPO法人子育てコンビニ	6組
⑨ 8月31日(月)	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 ～赤ちゃんとのふれあいを楽しましよう♪～	1,800円(ご夫婦参加でも 同額オイル・シート代込)	Mama & Baby	8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。

## 第4次基本計画第1次改定に向けた「みたかまちづくりディスカッション」パートナーシップ協定の締結

三鷹市では、平成23年度に計画期間を12年間とする第4次三鷹市基本計画を多くの市民の皆様からのご意見を反映して策定しました。  
平成27年度は、中期期間以降の具体的な施策を示す第1次改定及び17の個別計画の改定作業を進めていくにあたり、「多面的・多層的」な市民参加を予定しています。10月31日・11月1日には、無作為抽出による市民が参加する第4次基本計画第1次改定に向けた「まちづくりディスカッション」をNPO法人みたか市民協働ネットワークと三鷹市が協働で実施することとなり、7月15日にパートナーシップ協定締結式を行いました。



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、各ホームページなどで直接ご確認ください。

- ◆第8回 夢屋基金 (お問合せ先：公益財団法人公益推進協会 夢屋基金)  
http://kosuikyo.com/1874-2 TEL:03-5425-4201 (締切日：2015年8月26日)
- ◆第11期 ナショナル・トラスト活動助成 (お問合せ先：公益社団法人 日本ナショナル・トラスト協会)  
http://www.ntrust.or.jp/gaiyo/joseikin.html TEL:03-5979-8031 (締切日：2015年8月28日)
- ◆公益財団法人かめのり財団第9回かめのり賞 (お問合せ先：公益財団法人かめのり財団「かめのり賞」係)  
http://www.kamenori.jp/kamenorishou.html TEL:03-3234-1694 (締切日：2015年9月11日)
- ◆平成27年度(第22回) ボランティア活動等助成 (お問合せ先：公益財団法人 大和証券福祉財団事務局)  
http://www.daiwa-grp.jp/dsf/grant/outline.html TEL: 03-5555-4640 (締切日：2015年9月15日)

■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：今年の夏はエルニーニョの影響で冷夏という噂もありましたが、どうなっているのでしょうか、この猛暑。油井さんのいるISSの表面温度は太陽の影響を受け、200度以上の寒暖差があるそうですが、室内環境は室温21～25度、湿度40～60%と快適に調整されており、その断熱性能は相当なものです。ある日私は、暑さでボーっとした頭で、うちの家の壁がISSの素材だったら・・・クーラーもかけずに不毛な妄想をしていました。が、コストのことを考えた途端妄想から覚め、慌ててクーラーのスイッチをONにしました。皆さま、熱中症には気を付けましょう。

◆ニュースレター配布場所◆  
るま・ばぐーず、グラナダ(レストラン)、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27年8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。)



始まらない!  
しなけりや、  
～支え合うコミュニティをつくるために～  
2015年9月5日(土) 13:30～16:00  
(終了後、16:30まで交流会)

三鷹市では、地域の多様な課題を、新たな互助や共助、協働の取り組みによって解決していくための地域のつながりや支え合いのネットワークづくりがすすめられています。市民活動の活性化を図ることを目的にトークセッションを開催し、支え合いのコミュニティやネットワークづくりの先進的な事例を学びます。

### ★ トークセッションゲスト ★

・佐藤 良子さん  
(立川市大山自治会前会長・現相談役)  
東京都立川市の大山団地で自治会会長として活躍、現在は相談役。自治会加入率100パーセント、高齢者対策で孤独死ゼロを実現。子どもの見守り、安心コミュニティ形成など多岐にわたって活動。2004年、内閣府男女共同参画局「女性のチャレンジ賞」受賞。11年、地域活動功労者賞を東京都より受賞。14年厚生労働大臣賞表彰。著書に『命を守る東京都立川市の自治会』がある。

・四柳千夏子さん  
(みたかスクール・コミュニティ・サポートネット共同代表)  
PTA活動がきっかけとなり三鷹市地域子どもクラブ「七小あそびバナナ」や三鷹中央学園コミュニティ・スクール委員会などの立ち上げに関わってきた。また、七小学区地域コーディネーターとして夏の一大イベント「ななっ子まつり」を立ち上げた。平成23年には、PTA時代の仲間と共にみたかスクール・コミュニティ・サポートネットを立ち上げ、主に防災教育、安全教育、学習支援など小中学生のための活動に取り組んでいる。

- ◆定員：60人(先着順) ◆対象：どなたでも
- ◆会場・申し込み：三鷹市市民協働センター  
TEL：0422-46-0048 Fax：0422-46-0148  
メール：kyoudou@collabo-mitaka.jp
- ◆主催：NPO法人みたか市民協働ネットワーク (三鷹市市民協働センター指定管理者)

## NPO だれでも ランチカフェ

「こんなことを始めたい!」「こんな団体とつながってみたい!」  
でもどうすれば?.....  
そのような方々にピッタリの『NPOランチカフェ』がオープン!

市民活動のこと、楽しく語り合いましょう!  
1人でもいいのです。団体でもいいのです。  
まずはお気軽に参加してみませんか?

日時：2015年9月12日(土)  
11:00～14:00  
場所：市民協働センター  
1階 ワークサロン

コーヒー、お茶等をご用意しています。

〈1ページ〉開催します トークセッション「ワクワクしなけりや、始まらない!～支え合うコミュニティをつくるために～」、9/12OPEN!「NPOだれでもランチカフェ」〈2ページ〉〈3ページ〉平成27年度市民協働センター年間主要行事計画、開催しました「がんばる地域応援プロジェクト外選考委員会」、「三鷹ソーシャルビジネス支援ネットワーク」のご案内 〈4ページ〉チョコとあぶるーむ、「みたかまちづくりディスカッション」パートナーシップ協定の締結、助成金等の情報



# 平成27年度市民協働センター

# 年間主要行事計画

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
4月15日～5月6日 日米の子どもたちによる 国際交流絵画展 11日 がんばる地域応援 プロジェクト説明会	30日 「イベント成功への道 ～ボランティアパワー のつくり方」	18日 寺子屋カフェ 「演劇的元気の つくり方とは」	11日 がんばる地域応援 プロジェクト選考委員会		5日 トークセッション 「ワクワクしなげりや、 始まらない！」	10月31日・11月1日 第4次基本計画第1次改定に向けた 「みたかまちづくりディスカッション」	14.15日 第14回みたか市民活動 ・NPOフォーラム				がんばる地域応援 プロジェクト発表会  シンポジウム(予定)	
お や こ ひ ろ ば ( チ ョ コ っ と あ っ ぶ る ー む )												

## 「がんばる地域応援プロジェクト」選考委員会 開催日:7月11日(土) 参加人数:44人

今年度は、16団体より申請があり、事業内容の説明、質疑応答が行われました。公益性・独創性などの観点から公平に審査し、助成金交付が決定しました。

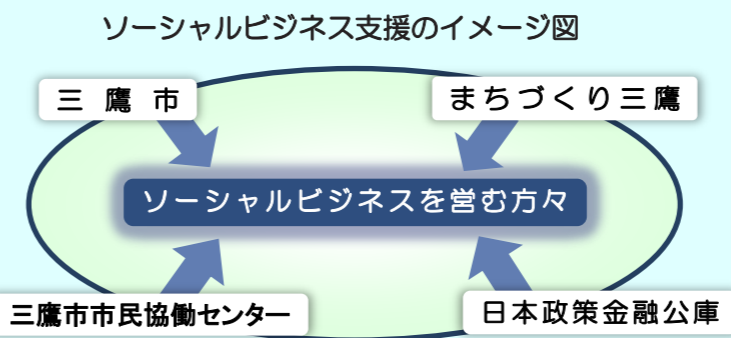
《選考委員》  
委員長：名和田彦法政大学教授  
副委員長：古本泰之杏林大学准教授  
委員：清水生活環境部長  
委員：清水コミュニティ文化課長

団体名	助成対象事業の名称	助成対象事業の内容等
東野会	東野家族親睦 バーベキュー大会	◆災害時在宅生活支援施設における避難所の設営、運営を実践することで、より実践的な活用方法を考えることができる。具体的には、本部の設営、簡易トイレ、スタンドパイプの組み立て、炊出し、家族人数に応じた食品の配給、共同のコンロを使った調理等を実践する。◆防災用具の展示と街頭消火器の番号当て、スタンプラリー等、子どもから高齢者まで、世代を超えたイベントに取り組むことで、東野会の理念の一つである東野家族としての絆が強まること望める。
深大寺町会	深大寺町会防災訓練	◆応急救護や初期消火訓練を通して、地震などの災害に備え、対処する術を学ぶ。◆訓練を行い、さらに講座を聞くことにより、災害から身を守る準備を行い、相互扶助を学び、地域の活性化を促す。
井の頭一丁目町会	防災で地域をつなぐ！ (昨年度バージョンアップ)	◆昨年度、井の頭一丁目の三鷹台児童公園が災害時在宅生活支援施設に指定されたことを機に、「防災を考える会」を結成し、防災イベント等を開催することで、広く地域の住民への周知を図り、地域の防災意識の向上につなげていく。◆幼稚園児や小学生とともに、防災倉庫をペイントするイベントを実施することで、家族で話し、親子で防災の意識を持ってもらえるようにする。
三鷹台団地自治会	“Trick or Treat?” みんな集まれ ハッピーハロウィン!!	◆これまで実施してきた団地まつりやブックカフェなどの交流の場に加え、さらに季節の行事を増やすことで、居住者同士(近隣住民含む)が知り合う機会を提供するとともに、団地自治会の若い担い手を発掘していく。◆団地集会所と周辺広場を使って、仮装コンテスト、フェイスペイントコーナー、カフェスペース、大人・子ども向けのワークショップ、ゲーム大会など、多世代がそれぞれに参加しやすいプログラムを用意することで、相互に支え合う関係の構築に発展していくことが期待できる。
京王つつじヶ丘自治会	ふれあいサロンから 広がる地域の見守り	◆ふれあいサロン等のイベントや懇談の場を設け親睦を深めることにより、引きこもりがちな高齢者を外へ連れ出すきっかけを作り、高齢者世帯(単身・夫婦)の孤立防止、特に単身世帯の孤立による孤独死の防止につなげていく。◆地域にある地区公会堂を利用し、近くで集える場所をつくることにより、顔見知りを増やし、地域の絆を深め、声を掛け合える関係を築くことで、安心感を持って生活できるようになる。
上連雀一丁目アパート親和会	カフェ&マルシェ	◆地元農家から野菜を仕入れ、割安でマルシェを開くことで、買い物に出掛けることが困難な高齢者や障がい者との交流を図るとともに、地産地消による地元農家と居住区の活性化を目指す。◆昨年度に引き続きカフェを開催し、見守りを中心に情報交換や交流をしていくことで、災害時や家庭内事故等での助け合い、組織運営のスムーズな協力活動へつなげていく。
下連雀若葉会	下連雀若葉会 「町会防災委員会の 設置と防災イベント」	◆首都直下等を震源とする地震が発生した場合に備え、町会防災委員会を設置して、防災の仕組み、体制作りをする。◆町会が集い活動する趣味の会、年2回のBBQ大会、防災子ども科学教室等の各町会関連事業に、積極的に防災のテーマと啓蒙の取り組みを実践することで、住みたい、暮らしたい町、「子どもたち」が明るい未来を築ける町を目指す。◆若葉町会に在籍する老若男女が参加することで、防火・防災の意識を更に高め、災害時の行動に繋げることができる。
向原あゆみ会	日本の伝統芸能や 文化と昔遊びを通して の地域交流	◆地域住民の持っている特技や経験を活かし、自治会員の老若男女がともに集うことで、顔の見える自治会を目指し、防犯の強化と災害時の協働体制を構築する。◆自治会員同士が交流会を通して親しくなり、日常の挨拶や会話が交わされるようになることで、自治会の活性化や連帯感を高め、地域の防犯や災害時の協働体制につなげるとともに、老若男女が集うことで、高齢者の豊富な知識を子ども達をはじめ自治会員に広く伝えることができ、自治会の和を継

団体名	助成対象事業の名称	助成対象事業の内容等
親生会	交流祭と新事業準備	◆定例のカフェサロンや体操、年1回のイベント等を充実させ定着させることで、防災訓練の参加者や地域の連帯感の増加が期待できる。◆さらにカフェサロン等の認知度を高め、参加者が増えることでコミュニティの活性化が図れる。◆住人による便利屋サービスで高齢者補助の充実を図る。
上二町会	お揃いのユニフォームによる 結束力の強化と親睦・ 見守り事業等の実施	◆お揃いのユニフォームを着て、上二町会の親睦会等の行事、または防災、防犯活動を実施することで、町会の皆様と顔見知りになり、会員同士の交流や結束力を強めることを目的とする。◆各行事で、上二町会の存在と活動を認知してもらい、また、災害時に顔を知らなくてもユニフォームを着ていることで認識してもらえ、避難所の運営や救護活動を円滑に進められる効果が期待できる。
協同組合三鷹中央通り商店会	「みたかスペースあいを 三鷹らしい賑わいの拠点 に！」 グループ討論会 「アイデアソン」の開催	◆商業地とは違う成熟都市三鷹の中心市街地に相応しい新機軸とは何かを考えた時、「みたかスペースあい」を賑わい創造や人と人を結びつける拠点としてさらに有効的に活用できるようにする。その為に、実際の利用者やまだ知らない三鷹市内のNPO団体、企業、個人などから参加者を募り、専門家とともにひたすらアイデアを出し討論する会を設ける。◆三鷹中央ビル、「みたかスペースあい」の認知度が上がり、参加者の中から新たな利用者、新たな事例、新しいコミュニケーションの形が生まれることで、三鷹の成長と老若男女が健全な活動・交流・交際の再開後の中心市街地三鷹のモデルとなることが期待できる。
新川商工会	朝市参加で活性化 ・新川商工会	◆「新川ふれあい通り」で年2回、朝の3時間に朝市を開催し、商店会として模擬店を出店することで、地域住民との交流が図られ、店舗の認知度アップによる商店会の活性化と安全で安心なまちづくりにつながる。◆朝市では、模擬店のほかに、小中学校の吹奏楽部の演奏や、三鷹産野菜の販売、PTAによる紙芝居、大道芸、フリーマーケットなどがあり、町会、小中学校、商店会などの協力を得ることで、地域の人々が世代を超えて交流することができる。
下連雀六丁目防災の会	防災広場を活用した ご近所仲良し防災訓練	◆防災広場を活用して、住民同士が仲良くなるきっかけを作り、年間を通じて防災訓練を行い、小さな防災協力班を作っていくことで、緩やかにコミュニティのつながりが深まり、防災意識が高まると同時に隣近所の交流が日常的に盛んになる。◆連雀防災訓練と合わせて、広場の防災施設を使った炊き出しやパケツリレー、消火器訓練、救急救命訓練等、六丁目の実情にあった防災訓練のイベントを住民の力で実施し、広く防災広場の活用法を知ってもらうことにより、いざというときの小さな助け合い班の基礎となり、防災ネットワークが育成されていく。
下連雀八丁目防災の会	「大地震に備えた 救急救命訓練」	◆大地震に備えて家具の転倒や家屋の倒壊による危険に対して、どのような準備をしたら良いか、また、いざというときに実践できる救急救命法を、訓練を通じて身に付ける。◆地域内で住民が協力して救急救命訓練を行う事により、いざというときの心構えと協力して対処する方法を模擬体験する。◆訓練を通して、緩やかにコミュニティのつながりが深まり、防災意識が高まると同時に、隣近所の交流が日常的に盛んになり、協力班ができてくる。
ラトリエ吉祥寺管理組合	ふれあい夏祭り	◆“地域とのふれあい”をメインテーマに掲げ、三鷹第六中学校吹奏楽部を招き、マンション敷地内の中庭を活用した夏祭りを開催する。◆今年度も隣接する介護マンションの高齢者の方々を招待するなど、マンション住民だけでなく、他団体の方々と地域交流の場を創出し、閉鎖的になりがちな大型マンションの地域社会への新しい関わり方として、今後の地域活性化につなげる。
上連雀友和会	健康体操で元気と笑顔の シニアを目指そう	◆概ね65才以上のシニアの皆さん向けに月2回、自治会が管理している上連雀地区公会堂を利用して、健康増進と介護予防を目的とした体操を、専門の講師に指導していただいで実施する。◆体操の内容は筋力の維持、転倒防止、心身のリラックスを図るため、ストレッチ、足・腕・手の筋力アップ体操、健脳体操などを行う。◆健康体操により健康の維持が図られ、介護予防の効果も期待できる。さらに、同年代の仲間と会話をすることで、健全なメンタルを保つことができる。

### ソーシャルビジネスを営む方に！ 「三鷹ソーシャルビジネス支援ネットワーク」のご案内

三鷹市、三鷹市市民協働センター、まちづくり三鷹、日本政策金融公庫三鷹支店の4機関は、三鷹市でソーシャルビジネスを営む方、これから営もうとする方の取り組みを支援するため、「三鷹ソーシャルビジネス支援ネットワーク」を構築しました。補助金申請、法人設立・運営、事業計画策定、資金調達などのご相談に対し、ワンストップで各種支援施策を紹介、また支援機関相互の機能を補完し、地域の課題解決や地域の振興・活性化を目指します。



◆詳しいことは、日本政策金融公庫三鷹支店にお問い合わせください。  
【お問い合わせ先】Tel 0422-43-1151  
(日本政策金融公庫三鷹支店 担当：武藤)

※ソーシャルビジネスとは、介護サービス事業、保育サービス事業、NPO法人が行う事業等の地域社会の課題解決を目的とする事業のことです。