

平成28年
9月

第144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。

4月のHPリニューアルに引き続き 協働センター

利用パンフレットを一新します！

A5版のハンディタイプ。
利用について知りたいことが一目瞭然。わかりやすい！

黄色の表紙。市民活動のための「支援」をご案内します。

協働センターの受付窓口で9月中旬から配布予定です。窓口で利用案内もさせていただいていますが、お急ぎの方、手元に情報が欲しい方などどうぞお持ちください。表紙の市民のイラストが、フレンドリーにあなたをお迎えします。



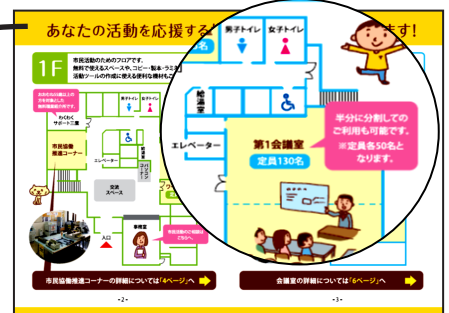
《協働センターのフロア案内》

1F: 市民活動のためのフロアです。

市民活動団体のミーティング等に使える無料の部屋(1日1回3時間まで)と、印刷機などの機材がご利用できます。

2F: 貸会議室のフロアです。

都内在住・在勤・在学の方が市民活動に限らずご利用できます。



《市民協働推進コーナーの利用について》

市民活動ツールの作成に使える印刷・製本・ラミネートなどの機材がご利用できます。

- ◆無料でご利用いただけるもの: 製本機(カバーは有料)、ラミネーター(フィルムは有料)、紙折り機、紙揃え機、自動丁合機、裁断機、シュレッダー
- ◆有料でご利用いただけるもの: 印刷機、コピー機

《2F会議室の利用について》

使用日の3か月前の月の初日からお申込みできます。

電話で仮予約可。仮予約後7日以内に受付窓口で申請手続きが必要です。

会議室の内容(定員)	午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 17:30~21:30	全日 9:00~21:30
第1会議室(130人)	3,800円	5,100円	6,100円	13,800円
第2会議室(50人)	1,900円	2,500円	3,000円	6,800円
第3会議室(15人)	500円	700円	800円	1,800円
第1会議室(半面貸・50人)	1,900円	2,500円	3,000円	6,900円



詳しくはパンフレットに利用方法やきまり、注意点などわかりやすく掲載されています。

〈1ページ〉協働センター利用パンフレットを一新します！ 〈2ページ〉10月のトークサロン開催予定 テーマは「居場所」 〈3ページ〉「みたかスペースあい」に行ってみませんか 〈4ページ〉チョコッとあつがる一む、助成金等の情報

10月のトークサロン 開催予定 テーマは「居場所づくり」

三鷹市では、地域のつながりや支え合いのネットワークづくりにつながる「居場所づくり」の活動が様々なところでおこなわれています。

例えば、地域ケアネットワークや社会福祉協議会「ほのぼのネット」でのサロン事業、町会自治会や地域福祉ファシリテーター修了生による活動、市内民間企業での独自の「居場所づくり」など多岐多様な取り組みがあります。

協働センターでは「居場所づくり」をテーマに、10月にトークサロンを企画しました。それらの取り組みを他自治体の先進的な事例とともに紹介し、これからの「居場所づくり」に向けて私たちができることを考えていきたいと思えます。

日時：平成28年10月17日（月）19：00～21：00
場所：三鷹市市民協働センター 第1会議室

ゲストスピーカー（予定）

- ・畑谷さん（新川中原地域ケアネットワーク 代表）
- ・内田さん（町会自治会 新生会 代表）
- ・黒須さん（地域福祉ファシリテーター修了生、「さとうさんち」運営）
- ・小池さん（(財)世田谷トラストまちづくりの支援事業「地域共生のいえ」の「岡さんの家 TOMO」運営）

ゲストスピーカーには上記の4人の方を予定しています。今回、その中の取り組みの一つ「さとうさんち」をご紹介します。

「さとうさんち」は、2014年6月にオープンした自宅を開放したサロンです。このサロンは地域福祉ファシリテーター※5期生が立ち上げた「三鷹の居場所プロジェクト」が運営し、誰でも気軽にふらりと立ち寄れるみんなの「居場所」となっています。様々な方が世代を超えて、ゆっくりお茶を飲んでおしゃべりしたりくつろいだり、それぞれの過ごし方で交流を楽しんでいます。

※地域福祉ファシリテーター：～福祉のまちづくりを協働して推進する人になろう～を掲げた三鷹市、武蔵野市、小金井市、三鷹市社会福祉協議会、武蔵野市社会福祉協議会、小金井市社会福祉協議会、ルーテル学院大学が共同開催する一般公募の講座「地域福祉ファシリテーター養成講座」の修了生。講座期間は半年にわたる。

「さとうさんち」のチラシにはこんなことが書かれています。
(あったかい雰囲気伝わってきます。)

三鷹駅南にあなただの居場所「さとうさんち」

面白いこと、おかしいこと、悲しいこと、いろんなことがあります。そんなとき、おしゃべりができるってことは、うれしいものですね。なぜかほっとするんです。

おしゃべりは、元気のか、支えあいの力。健康寿命だっ
て高めるそうです。お茶とお菓子を用意しています。
話したい、お話を聞きたい。そんなとき、「さとうさん
ち」に、お立寄りください。

毎月第2火曜日 10:00～15:00 お茶代100円



所在地：三鷹駅南口から徒歩約3分、三鷹通り一筋西、
豊屋さん横すぐ左折。

「さとうさんち」の看板が出ている佐藤さんのお宅です。(上連雀2-7-5)

出あい、ふれあい、支えあいが普通にできる場にしたい
と思っています。

興味のある方、お手伝いください！

人好きの猫もときどき、顔を出してくれます。



実は「さとうさん」、協働センターの花ボランティアメンバーでもあります。作業後のお茶会にさとうさんがいらっしやると、一段と楽しくなります。

「みたかスペースあい」に行ってみませんか

思いがけない居心地の良い空間があります。

「みたかスペースあい」は、『学びあい・知りあい・気づきあい・活かしあい・育てあい』という5つの『あい』をコンセプトとして平成26年12月に商店街の活性化・まちづくり推進の場としてオープンいたしました。NPO法人みたか市民協働ネットワークはその運営主体である運営協議会幹事会の一員として運営に携わっています。

「みたかスペースあい」はオープン以来、商店街の活性化やまちづくりを推進するという目的に賛同してくださる市民の皆様幅広くご利用いただいております。今回その中から2つの活動をご紹介します。どちらも地域の方が気軽に立ち寄れる居心地の良い場所を提供しています。

其の1「まちライブラリー@三鷹中央通り」(この4月から雀文庫みたかが管理、運営しています)

「みんなに読んでもらいたい」という皆さんの思いがこもった本を寄贈してもらって小さな図書館をつくり、本をきっかけに様々なつながりが生まれるというのが「まちライブラリー」です。「みたかスペースあいA」には、壁一面がステキに飾られ、なんか懐かしいような我が家のリビングのような雰囲気のあるミニ図書館があります。そしてみんなが持ち寄った「思い」と運営者の「思い」で作られたこの空間には、伝えたい情報や誰かに使ってほしい「もの」もあります。イベントもあります。知らずに訪れた人は不思議な場所に迷い込んだちょっとお得な気分になるかもしれません。

(月・木・金の13時～19時「本がある居場所」)



《雀文庫みたかの小林圭子さんから》

雀文庫みたかは、地域に住み、働き、訪ねる人が、老若男女関係のない「本」を通じて繋がろうという活動をしています。スペースあいでは他の団体(保健室や工作など)ともコラボし、図書室だけでなく地域のだれでも参加できる学校のような存在を作りたいと思っています。

また、今「居場所づくり」が注目されていますが、まとまった情報発信がないので、その取りまとめ的な取り組みをしたい、その参加者やスタッフも募集したいと思っています。

何をやっているの?と問われることも多いですが、一度来てみて気に入ったら何度でもどうぞお越しください。また、お手伝いも歓迎です。

↓なんかいい感じ!



「ご自由にお持ちください」コーナーを設置、大好評です。その向こうに見える壁には「情報板」があります。↓



← 月1おはなし会
月1読書会もあります。



其の2「暮らしの保健室みたか」(この8月からみたかスペースあいで活動しています)

室長の浜さんの医療機関勤務の経験から生まれた「暮らしの保健室みたか」は、「ちょっとした困りごと」を抱えた人達の受け皿になる場所を作りたいという思いから始めた学校の保健室のような場所です。「病気が障がいがあっても人と人が支え合い暮らしていける社会」をつくるために、市内で常設型、出張型の相談場所を開いており、この8月1日からは、拠点をまちライブラリー@三鷹中央通りの一角に移して活動し、暮らしや健康、医療、介護などの相談に乗っています。木曜日には、おしゃべり会「聞いてきて」を開催、悩みのある方、ない方、もやもやしている方などおしゃべりをしてちょっとスッキリしましょう、というどなたでも参加OKなお茶会です。また、市民のスタッフをメインに自身の経験を活かした同じ目線に立った丁寧な対応を心掛け、様々なサービスと繋げています。

保健室開室時間(月・木の13時～16時、第2土の10時～12時)に直接お出でくださいとのことです。お気軽に足を運んでみてはいかがでしょうか。

《暮らしの保健室の浜絵里子さんから》

暮らしの保健室は学校の保健室のように誰でもふら～っと気軽に立ち寄れて、困りごとがある人もない人もホッと一息つけるような場所を目指しています。

毎週木曜日にはおしゃべり会「聞いてきて」を開催し、地域の方の交流の場にもなっています。

「話を聞いてもらって楽になった」「来てよかった」と相談者の方がおっしゃってくるととてもうれしいです。

みたかスペースあいは、開放的すぎず、閉鎖的過ぎず、居心地いいです。お近くにお越しの際はぜひのぞいてみてくださいね～!



ちょっとおしゃべりで温かみのある看板が目印 →



↑笑顔の素敵な方です。



	月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
①	9月1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 (防犯ホイッスル付き)	アイ・リコサイズ	6組
②	9月3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ひましょう♪～	1,800円(ご夫婦参加でも 同額、オイル・シート代込)	Mama & Baby	6組
③	9月5日(月)	色で子育てを楽しく！ ～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
④	9月8日(木)	もっと知りたい！みたかの幼稚園 ～「みたか幼稚園ガイド」製作裏話もきけます～	1,000円 (みたか幼稚園ガイド 付き)	NPO法人子育てコンビニ	10組
⑤	9月10日(土)	こもれび子育てサロン・幼稚園ってどんなところ？ ～おしゃべりとお楽しみの時間～	700円	NPO法人こもれび	6組
⑥	9月12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)	6組
⑦	9月15日(木)	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ ～赤ちゃんとお手でコミュニケーション～	1,500円 (ご夫婦参加でも加同額)	Mama & Baby	8組
⑧	9月17日(土)	親子ヨガレッテ ～親子で楽しく♪動いて♪&ストレッチ♪	1,500円 (ご夫婦参加でも加同額)	Kupu-Kupu	6組
⑨	9月24日(土)	スリングなど抱っこひもの安全な使い方・選び方 ～赤ちゃんにやさしい抱っこを考えよう～	1,500円 (ご夫婦参加2,000円)	はっぴいまむず	4組
⑩	9月26日(月)	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) ～ママのためのヨガで骨盤整えリラックス～	1,500円	花莉屋	8組
⑪	9月29日(木)	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 ～赤ちゃんとのふれあひを楽しみましょう♪～	1,800円(ご夫婦参加でも 同額、オイル・シート代込)	Mama & Baby	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。

公益財団法人東京都福祉保健財団では、社会全体で子育てを支えるため、NPO・企業等による先駆的、先進的取組を支援する助成事業「東京子育て応援事業」を実施しています。

このたび募集に向けた事業者向け「公募説明会」を開催します。(公募説明会参加が申請の条件になっています。)

1. 対象事業：都民等を対象に実施する、先駆的、先進的な次に掲げる事業。
ただし、国や地方自治体等からの補助金等の交付対象となる事業などは対象外です。
ア.若者支援事業 イ.出会い・結婚支援事業 ウ.親子の健康づくり事業 エ.多世代交流事業 オ.子ども・子育て支援事業
2. 対象者：都内に本社または事業所を有する法人
(法人設立後3年を経過しており、活動実績があること等一定の条件を満たす法人)
3. 説明会開催日時・場所：①平成28年9月23日(金)(新宿会場) ②平成28年9月26日(月)(立川会場)
※いずれも14:00～15:30、定員80名、説明会の内容はすべて同じです。

◆詳しい内容については下記にお問い合わせください。

公益財団法人東京都福祉保健財団事業者支援部運営支援室子育て応援担当

TEL 03-3344-8535 <http://www.fukushizaidan.jp/>

■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：リオ五輪が熱狂の中終わってしまいました。五輪ロスといった方も大勢いらっしゃるのではないのでしょうか。ご多分に漏れず我が家も私以外はどっぶりハマリ、毎日寝不足状態でした。生放送で観たいらしいです。テレビの前で目覚ましを掛けて寝ていた夜もありました。それでも起きられず見逃し悔しがった時もありました。(迷惑でした。私も寝不足になりました。)日本選手の活躍は目を見張るものがあり、そこまでハマっていなかった私も感動をいくつももらいました。今度はパラリンピックです。こちらも応援がんばりましょう。そして4年後、東京へ。(お)

◆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、コワーキングスペースHammock、ヒトコトヤhitokotoya、TOKYOたまものスイーツ、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28年9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。)