

平成30年
8月

第167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

第17回 「みたか市民活動・NPOフォーラム」参加団体募集

「みたか市民活動・NPOフォーラム」は、NPO・市民活動団体がお互いの活動を知り、交流を深め、仲間づくりや新たな協働をはぐくむ場です。今年はこれまで以上に団体や個人同士の交流を中心とした開催形態に変わり、例年より長い期間での開催となりました。「こんなことをしてみたい」という思いをみんなで応援し、みんなで作り上げる「みたか市民活動・NPOフォーラム」にぜひご参加ください。

開催日	2018年10月27日(土)：オープニングパーティー 展示開始 11月1日(木)～11月30日(金)：イベント企画月間
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	「みたか市民活動・NPOフォーラム」実行委員会
協力	三鷹市



内 容

1. 展示	【会場】協働センター 2階ホール 【期間】10月27日～12月8日	★申込締切：8月31日(金)
2. 冊子	(配付冊子内ページでの団体紹介掲載)	★申込締切：9月14日(金)
3. オープニングパーティー	【開催日時】10月27日(土) 13:00～17:00 (予定)	★申込終了
(1) パフォーマンス	13:00～15:00 (予定)	
(2) 交流会	15:00～17:00 (予定)	
(3) 物販	13:00～17:00 (予定)	
(4) 飲食 ※室内のみ	13:00～17:00 (予定)	
4. イベント企画月間での企画		★申込終了
企画提案がある団体が、土日（状況によっては平日）の空いている日時・会議室を使用してワークショップ・パフォーマンス等を行うものです。実行委員会で検討しますので、実行委員会のご参加をお願いします。参加できない場合は事務局にご相談ください。		

★実行委員会

第3回実行委員会	9月7日(金)
第4回実行委員会	10月12日(金)

【会場】市民協働センター 【時間】19:00から

「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・運営を行いますので、左記の実行委員会には必ずご参加をお願いします。

※参加できない場合は、代理出席が事務局へ必ずご連絡ください。

「お問合わせ先」 三鷹市市民協働センター

TEL : 0422 (46) 0048 FAX : 0422 (46) 0148
Eメール : kyoudou@collabo-mitaka.jp

三鷹「まち活」塾開催報告 6月30日(土)開催、会場:三鷹ネットワーク大学

人財養成講座「三鷹『まち活』塾」第2期の第3回「まちを知る、まちの活動を知る」が6月30日(土)に開催され、「まち活」実践者などから、三鷹のことや三鷹の活動についてお話をいただきました。

最初に三鷹市市民協働センターの二浦事務局長から市民協働センターの役割を、三鷹ネットワーク大学の八木事務局長から三鷹市の特徴や取組等を、さらに三鷹市で活動している11の市民活動団体から活動を始めた動機や活動の内容、「活動をはじめて変化したこと・困ったこと・嬉しかったこと」などを伺い質疑応答を行いました。最後に今回の感想等を受講生の皆さんでシェアし、次回の活動につなげました。

「活動紹介をした市民活動団体」

- ①くまちゃんハウス、暮らしの保健室みたか、CCM(コミュニティコーヒーマスター) 濱絵里子さん
- ②まちなか農家プロジェクト、好齢ビジネスパートナーズ 苔口昭一さん
- ③やろうよ!こどもぼうさい 山崎光さん
- ④江戸小唄笑い広げ鯛 高野まゆみさん
- ⑤連雀映画祭 山田浩之さん
- ⑥enchante de connect (アンシャンテ デ コネクト) ルモアン直美さん
- ⑦NPO法人子育てコンビニ 佐藤さつきさん
- ⑧みんなのブックカフェ 竹上恭子さん
- ⑨J A 東京むさし三鷹地区青壮年部 森屋賢さん
- ⑩みんなのみたか 須藤恵美さん
- ⑪チームわさび 生田清敏さん

第4回「まちを知る」では受講者の皆さんが、農家体験やまち歩き5つのコースに分かれ、7月～8月に実際にまちを体験します。体験後の皆さんの反応が楽しみです。



第14回 演劇的元気のつくり方講座 愉快なからだところ

開催しました

開催日:6月22(金)・29日(金) 参加人数:9人・7人

今回で14回目の開催になる「演劇的元気のつくり方」講座。参加者の方々の演じる事への意欲も相まって、今まで以上に演劇色の濃いレッスン内容となりました。演じる事で解放されたからだところの体験は、今回のテーマである「愉快」の体験そのものでした。



講師:木瓜みらいさん (女優)

6/22 からだと呼吸のレッスン

レッスン1日目の22日は「からだと呼吸のレッスン」。「愉快じゃないなら愉快を感じるからだをつくれればいい」。改めて呼吸の大切さを実感し、ゲームを交えながら、参加者のみなさまに開放的にレッスンに加わっていただき、よい講座になりました。



～参加者の声～

♪気持ちとからだがかたまりしている事を再認識しました。先生のお話と進め方がすごく楽しくて何度でも参加したいです。♪感じ方はそれぞれ。表現の難しさが少しわかりました。こころの安定の方法もこれから実践していこうと思います。♪いまの「私」をちょこっと考える方向性を考えられた。♪身体がいつもとっても緊張していることがわかりました。

6/29 創造のレッスン

29日の2回目は、演劇の核心「想像し創造する世界」を体験するために、エチュード・即興劇・詩の朗読をやりましたが、参加者の皆さんは活き活きと演じられました。

♪皆さん個性豊かで、先生の指導のもと楽しく時間が過ぎました。月1でやってほしいです。♪現実の世界から異空間に身を置くことにより現実を忘れさせてくれる時間が貴重であると思います♪グループで即興劇をしたり、個別に表現のアドバイスをさせていただいたり、色々なバリエーションで演劇に触れ合うことができました。♪小さい頃持っていた空想の世界、イメージ遊びの楽しさを思い出しました。大人になるにつれ身に着けた鎧を脱ぎ捨て身軽になった気がします。面白かった。

「平成30年度がんばる地域応援プロジェクト」選考委員会

開催しました

開催日:7月16日(月・祝) 参加人数:49人

今年度は、12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、全団体に助成金交付が決定しました。

助成対象となった事業については、市の広報紙やホームページで公表し、その後冊子にまとめます。また、来年2月3日(月)に発表会及び交流会を開催する予定です。

《選考委員》

委員長：名和田是彦法政大学教授
副委員長：古本泰之杏林大学准教授
委員：大野生活環境部長
委員：田口生活環境部調整担当部長

【お問合せ先】

三鷹市生活環境部コミュニティ創生課
電話：0422-45-1151

	団体名	助成対象事業の名称	助成対象事業の概要
1	東野会	東野こどもまつり	東野会を中心に各協力団体と連携し、「こども参加」の催し物を実践することで、子ども達が高齢者等から学ぶ機会の創出や多世代交流の場とする。
2	下連雀六丁目防災の会	下連雀六丁目地域 防災まつり 遊び基地を作ろう！ 「関わる人はみんな家族。大人も子どもも自由に居られる場所作り」	前年度に引き続き、下連雀六丁目防災広場にて炊き出しやバザーを実施するとともに、新たに杏林大学井の頭キャンパスの学生と協働して遊び基地を作成する。
3	下連雀八丁目防災の会	土に触れて畑仕事を培おう！ 地域に触れて共助を養い、育もう！ ～顔の見える関係こそが、 防災力の第一歩～	子ども達に土に触れ畑仕事をしてもらい、食の大切さを知ってもらう。また、防災セミナーを開催し、日頃からの近所付き合いの重要性を養い、育む。
4	井之頭町会	ピンチをチャンスに！ みんなで防災@井之頭町会	東京都による地震に関する地域危険度測定調査を基に、町会員が安心して暮らすことができるような取り組みを行い、町会員の自助・共助・孤立防止につなげる。
5	下連雀平和会	つながって参加する町会に	平和会の会員が、自らイベントの主体として参加することで、地域のコミュニケーションをさらに深め、緊急時にも助け合えるようにする。
6	山中睦会	山中睦会防災講習会	町会に必要な防災対策を万全にするためには、町会員一人一人の見識を深める必要があるため、講習会を実施し、防災だけでなく町会に対する関心も高める。
7	下連雀若葉会	世代間交流イベント & CPR（心肺蘇生）訓練	子ども達も参加しやすいイベントを実施し、合わせて救急訓練を行うことで、子ども達が町会の大人達の顔を覚えたり、震災等における連携がとれるような体制を構築する。
8	三鷹南銀座会	なんぎんキッズパレード	小さいお子さまでも参加できる催事を季節ごとに企画し、開催することで、地域に親世代の自発的参加を促し地域コミュニティの創生を行う。
9	井の頭一丁目町会	～なんでも防災 いつでも防災～	防災食づくり講座をしたり、町会の様々なイベントにて防災の話をしたりなんでも防災に関連づけることで、町会内の防災意識を高める。
10	協同組合三鷹中央通り商店会	子どもの居場所 in 三鷹中央通り	「みたかスペースあいプラス」を活用し、子ども向けワークショップ等を開催し、商店街の中に子どもを見守る意識が生まれる。
11	エミネンスイン三鷹管理組合	みたか防災マルシェ	「防災」についてアンケートを実施し、結果を基に「みたか防災マルシェ」を開催する予定である。マンションを中心に周辺エリア全体の防災力向上等を目指す。
12	上連雀一丁目町会	三町会防災訓練及びバザー事業	三町会合同で、防災訓練をし、今年度は新たにバザーを実施することで多くの参加を促し、町会活動を知ってもらう機会とする。

※がんばる地域応援プロジェクト(三鷹市町会等地域自治組織活性化事業)とは、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考し、助成金を交付するものです。

※時間:10:30~12:00
②のみ13:30~15:00



(先着順)

	月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
①	8月2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いを楽しみましょう～	1,800円 (オイル・シート代込)	Mama & Baby	8組
②	8月4日(土) 時間注意!	簡単スクラップブック♪(アルバム編) ～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～	1,500円 (材料費込み)	クローバーアルバムの会	5組
③	8月6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 (パパの参加不可)	花莉屋	9組
④	8月9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)	はっぴいまむず (助産師・整体師 谷京子)	6組
⑤	8月18日(土)	簡単スクラップブック♪(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 (材料費込み)	クローバーアルバムの会	5組
⑥	8月20日(月)	「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	Mama & Baby	8組
⑦	8月23日(木)	いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作 ～赤ちゃんの肌荒れ対策レッスン～	2,000円 (材料費込)	きらきらパース	5組
⑧	8月25日(土)	パパの育児力アップ講座 ～助産師と育児について話そう～	1,500円 (ママの参加不可)	三鷹市助産師会	8組
⑨	8月27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	8組
⑩	8月30日(木)	カラーセラピーで子育てを楽しく! ～色彩心理で心も身体もリフレッシュ～	1,500円	NPO法人子育てコンビニ	6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。



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、各ホームページ上などで直接ご確認ください。

- ◆2018年度「元気シニア応援団体に対する助成活動（お問合せ先：生命保険協会 広報部内「元気シニア応援活動」事務局）
<http://www.seiho.or.jp/info/news/2018/20180702.html> TEL: 03-3286-2643 (締切日:2018年8月17日)
- ◆「第2回 日本女性学習財団 未来大賞」レポート（お問合せ先：公益財団法人日本女性学習財団 第2回未来大賞係）
http://www.jawe2011.jp/nii_awards/index2018.html TEL:03-3434-7575 (締切日:2018年8月31日)
- ◆「JM基金」助成（お問合せ先：公益財団法人公益推進協会 JM基金事務局） <http://kosuikyo.com/2097>
TEL:03-5425-4201 (締切日:2018年8月31日)
- ◆第12回 未来を強くする子育てプロジェクト子育て支援活動の表彰（お問合せ先：「未来を強くする子育てプロジェクト」事務局）
http://www.sumitomolife.co.jp/about/csr/community/mirai_child/child/ TEL:03-3265-2283(締切日:2018年9月7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：記録的な猛暑がつづき、例年以上に注意が必要です。先日このような中、エアコンをかけずに家内で夕方近くまで過ごしてしまいました（もちろん水分補給と風通しには配慮したうえで）。特に体調不良もなかったのですが、しかしこれは鍛錬の賜物ではなく、加齢で暑さに対する感覚が鈍くなっていることが考えられます。また、近年私は蚊に刺されなくなったように感じます。これも、実際刺されていても加齢で皮膚反応が現れなくなった可能性が考えられます。加齢の進行は気になりますが、進行度合いを身体を張って試すのはご法度です。どうか皆様、無理をせずお過ごしください。

◆ニュースレター配布場所◆

るま・ばぐーず、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30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。)