

～ この辺の電気はこの辺でつくろう！～



NPO法人みたか市民協同発電 (みたか発電)

🌟 私たち こんなことやってます 🌟

◆SDGs アクション みたかハンドブック 2020 作りました！



2019年11月に私たちみたか発電が中心となり『SDGs アクションみたか』の活動が始まりました。これから様々な発信をしていく上で何か工夫ができないかと考えたことが2020年のハンドブック作成につながりました。

「三鷹市に関わる人々」のSDGsへの関心についてのアンケート集計や、環境に関わる地域団体の紹介など、より地元根ざした視点でまとめることを心がけました。「誰ひとり取り残さない」持続可能な地域づくりへの一歩が踏み出せたのではないかと思います。

気候変動、エネルギー問題はもちろんのこと、SDGsに関するあらゆる問題を見つめつつ、みんながより暮らしやすい社会を作っていきます。



◆イルミネーション Re100 (2020.12.12)

STOP 温暖化！再生可能エネルギーへの切り替えを地元で呼び掛けるイベントをクリスマスシーズンに合わせて三鷹中央通りで実施。三鷹だけではなく、調布、武蔵野、多摩などの地域とも連携。環境問題へのアピール、温暖化防止の動画メッセージの配信も行いました。

当日イルミネーションなどに使った電気は太陽光パネルで集めた自然エネルギーをバッテリーに貯めて使いました。



2020～2021 そのほかの活動は…

- 2020.11.8 SDGs アクション みたかエコマルシェ交流会*
- 2021. 2. 1 多摩地域自然エネルギー団体交流会*
- 2021. 4～6月 国際基督教大学サービスラーニング 2021*
- 2021. 4.22 緊急気候マーチ in 三鷹 (三鷹駅南口デッキ)
- 2021. 5.30 竹村英明さん講演会*
- 2021. 6.10 緊急気候アクション in 三鷹 (三鷹市役所前)
- 2021. 6.13 親子オンライン講座 SDGs と地球温暖化*

(*印はオンラインでの開催)

詳細はみたか発電ホームページに掲載。ぜひご覧ください！



みたか市民協同発電では、活動に参加する正会員 (年会費 2,000 円) と、メルマガ配信を希望する賛同人 (無料) を大・大・大募集中～！
あなたもいっしょに活動しませんか？

*Facebook や Instagram も。ぜひ見てね～♪

NPO 法人 みたか市民協同発電 mitakahatsuden@gmail.com



HP



Facebook



Instagram

特定非営利活動法人

みたか都市観光協会

市民が観光大使 ～住んでよし訪れてよしのまち三鷹～

みたか都市観光協会は、三鷹の「まちの魅力」や「観光資源」等を有効活用しながら、「観光案内所」の運営や「三鷹」に関する講座の開催、SNS等を使った情報提供、各種イベント等、市民が楽しく参加・サポートできる事業を行い、市外からの観光客の誘致を図るとともに、市民の郷土意識をさらに高め、人々の交流によるにぎわいのあるまちづくりの推進と地域産業の活性化をめざしています。

こちらで
情報発信しています！
フォローしてね！

Instagram

みたか都市観光協会
meeekan_official



Facebook

みたか観光案内所



Twitter

みたか都市観光協会
@kanko_mitaka



応援よろしくおねがいします！



Have fun in
MITAKA!



みたか都市観光協会

YouTubeチャンネルに
ご登録ください！



みたか観光ガイド協会のオンラインガイド「こやじのみたか四方山散策」、三鷹駅から三鷹の森ジブリ美術館までのルートや一日の三鷹の空を360°映像で紹介する「Let's wander around Mitaka!」など内容もりだくさん！

みたか観光案内所を運営し、三鷹の魅力をお伝えします

- 観光スポット等のご案内
- 「みたか散策マップ」「Let's wander around Mitaka! (外国人観光客対応マップ)」などの資料を配布
- 「三鷹の森ジブリ美術館」三鷹市・近隣市民枠チケット販売 (三鷹市・武蔵野市・小金井市・西東京市に在住・在勤・在学の方が対象)
- 三鷹のおみやげ「TAKA-1」商品や三鷹にちなんだ商品の販売
- フィルムコミッション事業への取り組み
- HP、Instagram、Facebook、Twitter、YouTubeを通じて情報を発信
- 三鷹の歴史・自然・文学・産業などをテーマに、「三鷹『通』養成講座」を開催
- 様々な団体と連携を図りながら「三鷹の森フェスティバル」などの楽しいイベントを開催

オンラインツアー
にもチャレンジ
しています！

三鷹のお散歩に
「みたか散策マップ」
がおすすめ！



特定非営利活動法人

みたか都市 観光協会

MITAKA-City
Tourism Association



営業時間 9:00 ~ 18:00 (火曜日定休)

TEL 0422-40-5525 FAX 0422-40-5526

三鷹市下連雀 3-24-3-101

メール info@kanko-mitaka.com



三鷹ひきこもり合同相談会実行委員会

第2回合同相談会（実参加）

9月23日（祝）午後2～4時

みたかボランティアセンター chiiki@mitakashakyo.or.jp

※ メールの件名に「三鷹ひきこもり合同相談会参加希望」と明記の上以下の内容をお書きください

- 1) 参加者のお名前と「当事者」「ご家族」「支援者」「その他」の別
- 2) メールアドレス
- 3) 聞きたいこと、問題関心、質問等
- 4) 希望者には3～4時の間20分限定の個別相談も行ないます
個別相談を希望の際は「個別相談を希望」とお書き下さい

※ 参加費無料です。ご希望の方には後日編集した動画をお送り致します。 **《参加団体紹介》**

【特定非営利活動法人楽の会リーラ】

ひきこもり家族会
「学習会、グループ・個別相談と社会参加支援」
<http://rakukai.com/>

支えあいの精神に基づき、ひきこもり等状態にあるご家族（ご本人を含む）同士励まし合い、助け合って、ひきこもりからの回復を目指しています。主な事業は、電話・グループ・個別・訪問相談、学習会、目例会、カフェ「葵鳥」等の居場所、及び地域家族会連絡協議会事務局、等です。

【三鷹市アウトリーチ事業 / 株式会社 M.Crew】

精神障がい、その他の理由により、
ひきこもっている方への訪問支援
HP 作成中、お問合せは 0422-24-7400 へ

「人間の回復とは、つながりの回復である。」をテーマに地域で孤立している方に対して、訪問支援を行っています。病名あるなしにかかわらず、まずは、ご本人と共に地域生活の継続や生活の質に関わる全ての課題に挑戦します。社会的引きこもり、精神科未治療・医療中断、805010問題、アルコール・家族問題、身体合併症、マルチ・アディクション、自傷他害、金銭トラブル、制度の狭間の橋渡し、制度利用準備支援etc。更に、ご本人だけではなく、ご家族・ご親族、支援にあたる支援者の自己実現を、あらゆる手段を駆使して多職種連携アウトリーチチームが支援します。お気軽にご相談ください！

【三鷹市生活・就労支援窓口 / 社会福祉法人新栄会】

生活困窮者自立支援法における、
自立相談支援（就労準備支援事業）
https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/051/051206.html

本事業は、「日常生活自立」に関する支援、「社会自立」に関する支援、「就労自立」に関する支援を、相談者の状況に応じて行う事業です。「今後どうしたいか」「何ができそうか」を一緒に考えるところからスタートし、自分らしい自立を目指していきます。

【特定非営利活動法人文化学習協同ネットワーク】

学校制度外・地域ベースの発達保障と社会参加・
就労支援
<https://www.npobunka.net/>

学齢期のフリースクールから青年期の社会参加・就労支援まで、国や自治体の委託事業も組み合わせ、一貫した取組を行っています。子ども若者とその家族の為の総合相談窓口と、学び合いの居場所を開設し、食農やICTの中間的・移行的就労の現場を併設しています。

※ 第一回目の合同相談会の模様はYouTubeにて配信しております。三鷹ひきこもり合同相談会で検索ください。
※ 類似の動画にご注意下さい。

【社会福祉法人 三鷹市社会福祉協議会】

ひきこもり当事者及び家族の支援。
家族会や本人の居場所づくり、社会参加のお手伝い
<https://www.mitakashakyo.or.jp/>

「誰もが安心していきいきと暮らせるまちづくり」を目指し、地域住民や社会福祉団体、ボランティアグループ等と協働して三鷹市内で地域福祉活動を展開している非営利団体です。当事者家族の横のつながり作りのため、家族会の立ち上げ支援や社会参加の機会として当事者本人が参加できるボランティア活動の紹介等を行っています。

【社会福祉法人 巣立ち会】

若年層からあらゆる年代対象。
精神科医療・福祉との強い連携
<http://sudachikai.eco.to/>

精神科退院支援実績随一の「巣立ち会」では、完全個室型グループホーム88室、作業所、就労支援事業所などを活用して、あらゆる年齢の「ひきこもり」の方々への支援を行っています。時間はかかりますが、丁寧な支援を続けていくことで本人の社会性を高めることを目指します。

【特定非営利活動法人 ウィッシュ・プロジェクト】

カウンセリングやワークショップ・セミナー、
ひきこもり支援
<http://www.wish-p.jp/>

個別相談では、傾聴を基本とした従来型と、新しいスタイルの内面世界を見える化する「マインドビジョン」があります。だれにでもわかりやすいコミュニケーション講座や出前講座ほか、月例の「家族会55%の会」では、勉強会と気持ちの吐き出しをしています。

【地域包括支援センター】

三鷹市の委託事業で高齢者のよろず相談窓口です
https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/000/000934.html

介護保険法に基づき、市内7か所に高齢者の生活や介護の相談機関として設置されています。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師等が協力して相談支援にあたっています。介護相談だけでなく介護予防や高齢期の困りごとを一緒に考える窓口です。

【東京青年司法書士協議会】

法律専門家として成年後見、相続、貧困、養育費、DV、
セクシュアルマイノリティなど、広く法律相談に応じます
<http://www.tokyo-ssk.org/>

本協議会は、司法書士の有志からなる任意団体です。活動の一つとして、市民のための相談活動などを企画・開催しています。身近な法律家として、市民の方々にとって安心して相談できる存在であり続けたい。法律問題で困り、悩んでいることがありましたらお気軽にご相談ください。