

平成20年

5月

2008年5月号 (第44号)

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。

* 5月3日(土)~6日(火) は開館し、5月7日(水) が休館日となります *

コーチング講座

こどもの自立心を育む

The coaching seminar

コーチング&仲間づくり

「子育てに役立つコーチング」で大好評の高野さんによる子育て講座です。保育つきで落ち着いて学ぶことができます*
ぜひお気軽にご参加ください♪ (*保育は要申込、先着8人まで)



開催日時 <2回連続講座>

① 5月21日 (水)

② 5月28日 (水)

両日とも午前10時~正午

講師：コミュニケーション・ファーム代表
高野まゆみ さん



主催：コミュニケーション・ファーム、三鷹市

◇対象：子育て中の父母及びプレママ（妊娠中の母）

2回とも参加できる方

◇参加人数：30人（先着順）

◇参加費：2,000円（2回分）初回日にお支払いください

※なるべくお釣りがないようにお願いいたします。

◇申込方法：三鷹市市民協働センターへ電話、FAX、Eメールにて

①お名前 ②お子様のお名前・年齢 ③連絡先
をお伝えください

◇保育（無料）：要申込 先着8人

※コーチング講座（保育付）を初めて受講される方優先になります

※保育申込期限：5月8日（木）まで

お客様の声により協働センターの
看板が生まれ変わりました。



クリームイエローの
ほっこりあたたかい
看板が、皆様のお
越しをお待ちして
います。



■第1回 目を引く記事のポイント

5月22日(木) 午後7時～9時

■第2回 伝わる記事のポイント

5月29日(木) 午後7時～9時

「文章を書くのがどうも苦手」「書き始めると長くなってしまふ」と悩んでいませんか？市民活動のチラシやニュースレターのために、目を引く記事のポイント、伝わる記事のポイントの基礎やコツを学ぶ講座です。記事を作成しながら、上手な記事の書き方を楽しく学びましょう。(2回連続講座)

【講師】萩谷美也子(サイエンスライター)

【参加費】2日分＝2,000円(初日にお支払ください。)

【定員】20人(先着順) 最低開催人数：5人

【対象】市民活動をしている方、または始めようとする方で全2回参加できる方。

【持ち物】過去に作成したチラシ・ニュースレターをお持ちください。(なければ不要です。)

【主催】三鷹市

この講座は、三鷹市と萩谷美也子さんとパートナーシップ協定を締結して開催するものです。

【申込】三鷹市市民協働センターへメール・ファックス・電話でお申込みください。

①お名前(ふりがな) ②ご連絡先をお伝えください



はじめての

ブログ

入門講座

■主催 NPO法人子育てコンビニ・三鷹市



■日時(2日間)

6月5日(木)・6日(金)

両日とも午前10時～正午

保育付(無料)

■対象：1歳から未就学児 ■人数：6人(先着順)

■申し込み：5月22日(木)までにお電話・FAXにてお申し込みください。

■お持ちいただくもの おむつ 着替え おやつ 飲み物

ブログとはホームページの形式の一種で、写真や文章を簡単にインターネット上に掲載できるサービスのことです。自分の趣味の発表をしたり日々あったことを日記のように掲載したり、使い方はさまざま。インターネット上に無料で簡単に、団体の紹介、活動の報告、イベントの告知などができます。ホームページを作りたいけど、大変そう・・・というあなた、ぜひブログを使ってみませんか？

■参加費 5,530円(全2回分、テキスト代530円含む)

※第1回目の受講の際にお支払いください。お釣りの無いようお願いします。

■講師 NPO法人子育てコンビニ

■プログラム ブログについての解説、自分のブログの立ち上げ、記事や写真の投稿、ブログのルールや退会の方法などを学びます。

■人数 8人(最低開催人数：6人)

■対象 パソコンを持ち、メール・キーボード入力ができる方
※講座で使うパソコンは1人1台ご用意しています。

■申し込み

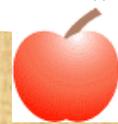
三鷹市市民協働センターへメール・ファックス・電話でお申込みください。

①お名前(ふりがな) ②ご連絡先をお伝えください。



* おやこでよって *

チョコっとあっぷるむ



5月

三鷹市・NPO・ボランティア、そして子育て中のママたちが一緒になって取り組む「親子の居場所づくり」のことで、「子育て」をきっかけに、新しい出会いと、みんなのしたいことを実現する環境づくりを目的としています。

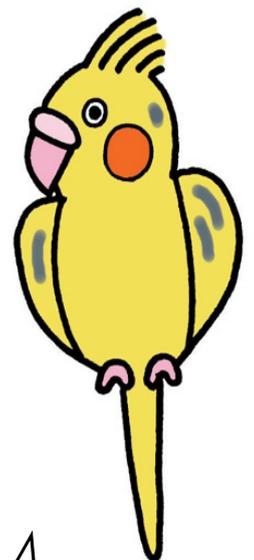
【主催】おやこひろば実施協議会・三鷹市（市民協働センター）

【対象】おおむね0～3歳のお子さんを持つ親子及びプレママ（妊娠中のお母さん）

【参加方法】事前申し込み・親子10組（先着順）・【開催場所】三鷹市市民協働センター

※参加費は各NPO・市民活動団体の必要経費になります。

① 5/12 (月)	らくらく 母乳育児 <small>(対象：プレママから生後3ヶ月まで の赤ちゃんとママ)</small> 1,500円 AM10:30 ～ 12:00 ハッピーママズ (助産師 谷京子)	② 5/15 (木)	産後の 骨盤ケア 1,500円 AM10:30 ～ 12:00 ハッピーママズ (助産師 谷京子)	③ 5/17 (土)	「ままはびあとリエ」 ココロを笑顔にする自 由なお絵かきアトリエ <small>(親子6組まで)</small> 1,000円 PM13:30 ～ 15:30 COCO*COLOR
④ 5/22 (木)	産後もすっきり プレママの 骨盤ケア 2,000円 AM10:30 ～ 12:00 <small>(骨盤ケア用さらし代含む)</small> ハッピーママズ (助産師 谷京子)	⑤ 5/24 (土)	保育園・幼稚園の 基礎知識 1,000円 PM13:30 ～ 15:30 NPO 法人 子育てコンビニ	⑥ 5/29 (木)	ママが主役 自分らしい始めの1歩を考える コーチング 1,000円 AM10:30 ～ 12:00 コミュニケーション・ ファーム
⑦ 5/31 (土)	赤ちゃんスヤスヤ ママはニコニコ スリングの 使い方・選び方 1,500円 PM13:30 ～ 15:30 ハッピーママズ (助産師 谷京子)	<div style="border: 2px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>全日：保育なしです。 お車でのご来場はご遠慮 ください。</p> </div> <p>パパもお気軽にご参加ください</p>			



毎週、ティータイムをご用意していますので、ホッとひと息つきにきてください。

* お申し込み：三鷹市市民協働センターへお電話・ファックス・メールにて受け付けております。

(お名前・電話番号・お子様のお名前・年齢をお伝えください。)

* お子様のおむつ、飲み物、着替えは必要に応じてお持ちください。

出会う！つながる！

The talking salon

わいわいトークサロン

三鷹には、たくさんの元気な活動があります。5月のわいわいトークサロンでは、そんな活動をご紹介します。お茶を飲みながら、参加者同士の交流もあり、毎回さまざまな出会いや新たなつながりが生まれています。

～どうぞ、お気軽にご参加ください～



ゲストスピーカー

- ◆「NPO法人do be くらぶ」理事長 龍野哲男さん
理事 角田美千代さん
- ◆「みたか都市観光協会」会長 金子 彰さん
- ◆「三鷹市地域コーディネーター」 四柳千夏子さん

- 日時：5月15日（木）午後7時～9時
- 場所：市民協働センター 第2会議室
- 参加費：300円（茶菓子代）
- 定員：30人（当日参加もOK）
- 申込：電話・ファックス・Eメールにて協働センターへ

Information about Public Comment.

パブコメ

★パブリックコメント情報★



「三鷹市耐震改修促進計画」を策定しました

「三鷹市耐震改修促進計画(案)」について2月15日～3月6日にパブリックコメントを実施し、4人の方から10件のご意見をいただきました。市ではご意見を踏まえて検討した結果、同案の内容を一部修正し「三鷹市耐震改修促進計画」を確定しました。

■担当課・お問合せ：三鷹市建築指導課 0422-45-1151 内線2824

*「三鷹市耐震改修促進計画」と、いただいご意見とそれに対する市の考え方は、市のホームページ「パブリックコメント」からご覧いただけます。相談・情報センター、市政窓口、市民協働センター、建築指導課でも配布しています。

○ダウンロードする：三鷹市ホームページ(三鷹市トップ(<http://www.city.mitaka.tokyo.jp>))→パブリックコメント)

○資料を手に入れる：協働センター内、『パブリックコメントコーナー』にて配布

展示案内 Exhibitions.

「甲州道中平成延絵図」

江戸・日本橋から信州・下諏訪宿を結ぶ甲州街道中(街道)古道210kmの全工程を歩いて描いた矢崎篤さん(井口在住)の展覧会です

- ◇主催：歴史の道を歩く会
- ◇開催期間：4月25日(金)～5月26日(月)まで

■町会自治会へ ニュースレターを配布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布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： はじめまして、このたびニュースレターを担当させていただくことになりました。小学生の作文の授業で気分が悪くなり保健室行きになって以来、文章を書くことにアレルギー反応をおこし、広報と名のつくものの関わりをことごとく避けてきた私に、このような試練が待っているとは…人生油断大敵です。が、しか～し、これも神様から与えられた試練だと思っ、苦手を克服すべく前向きに取り組んで参りたいと思いますので、どうか皆様、広くあたたかいまなざしでの応援、ご指導よろしく願いいたします。



May

5月

*市民活動団体等が協働センターで行うイベント情報

Events.
協働センター
イベント・
セミナー情報

◆コーチングミニミニ講座「コーチング・スキルその4」

10日(土) 午後2時～4時 毎月開催(参加費:500円)
基本的なコーチング・スキルをひとつずつ取り上げていきます。
～初参加歓迎～

◇主催・講師：ジョイフル・コーチング・クラブ代表(登録団体) 立石功氏

◇申し込み：不要(直接会場へ)

◇問合せ：Eメール joyfull.coaching.club@mbr.nifty.com

◆ワンコイン・サロン (参加費:500円)

22日(木) 午後7時～9時

市民が出会う場。誰でも、1人でも参加可。

☆フリーな話を楽しんでいます。

◇主催：ファースト・ステップみたか(登録団体)

◇申し込み：不要(直接会場へ)

◇問合せ：Eメール mx04013@nifty.com(本山)

◆わくわくサポート三鷹「中高年の人生塾」

23日(金) 午後1時30分～4時

自分は何をしたいのだろうか？何ができるのだろうか？

☆一緒に真剣に考えてみましょう。

◇主催：わくわくサポート三鷹

◇定員：10名

◇申し込み・問合せ：わくわくサポート三鷹 0422-45-8645

◆「フラワーエッセンス一日講習会」

30日(金) 午前10時～正午 (参加費1,000円)

「大人のためのセルフヒーリング」をテーマとして、『バッチフラワーエッセンスに親しむ』という一日講座を開催します。

◇主催：ブリッジ ビレッジ(登録団体)

◇お問合せ・お申し込みなど詳しくは、ホームページをご覧ください、メールフォームからご連絡ください。※当日参加も歓迎。

◆「bloom」ふれあい上映会&お茶会

30日(金) 午後1時～3時 (参加費1,000円)

母となったばかりの女性のリアルな声を集めたドキュメンタリー

◇主催：NPO法人子育てコンビニ(登録団体)

◇チケット販売：直接子育てコンビニへご連絡いただくか、三鷹産業プラザ1階マイショップ、三鷹市役所内C-Caféにて販売。

◇別室有料保育あり(定員10名)

『お客様の声』

いつもご意見ありがとうございます。

ラミネーター・書画カメラを購入いたしました。

詳細是三鷹市市民協働センターへ

発行日：平成20年5月1日

発行：三鷹市市民協働センター(三鷹市生活環境部コミュニティ文化室)

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀4-17-23

TEL 0422-46-0048 FAX 0422-46-0148

E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。)