

平成20年

10月

2008年10月号（第49号）

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周年だー！

Shinobu Yoshioka comes for an autumn festival

市民協働センター
開館5周年
記念イベント

わっくわく♪秋まつり

開催日
11月15日(土)
16日(日)

第7回みたか市民活動・NPOフォーラム

★記念シンポジウム

11月16日(日) 午後2時～3時30分

「希望がカタチになった
～市民活動・NPO活動が可能にするもの～」

講演会(無料)

11月15日(土)

午後2時30分～5時

「ひと・まち・出会い」

吉岡忍 さん

ノンフィクション作家

事前申込み
(先着100人)

★星ときぼうの広場

- アンドロメダ座大銀河を探そう！
- チャレンジ！秋の星クイズ（子ども向け）
- しし座流星群の秘密

★映画Bloom上映、カードマジック、
交流会、出店など

【主催】 5周年だー！わっくわく♪秋まつり実行委員会
三鷹市

お申込みは市民協働センター(TEL:0422-46-0048) まで

お楽しみが
いっぱい。
みんな
来てネ！

「NPO法人みたか市民協働ネットワーク」

が生まれました！

市民協働センターの企画運営委員会を中心に、市民と行政との協働設立の

「NPO法人みたか市民協働ネットワーク」が生まれました。

このNPO法人は、市民活動支援、協働のまちづくりの推進、まちづくりに関する
市民参加の推進のほか、市民の皆様の仲間づくりをサポートさせていただきます。
どうぞよろしくお願いいたします。

"NPO Houjin MITAKA citizen collaboration network" was born

アイデア会議

が開催されました！



9月4日、平成21年度の市民協働センター事業のアイデアを出し合うワークショップを開催。総勢17名の参加があり、はるばる千葉県から三鷹市の市民活動に関心を持って来られた方も参加。市民活動の経験を生かしたご意見が活発に出され、どのアイデアもぜひ実現していきたいものばかり。出されたアイデアは可能な限り来年度予算に計上の予定です。



気になるアイデアの数々

異世代交流

親子・三世代でパソコン・ケータイの安全講座教室、食育、お年寄りにパソコンを教える中学生のキャリア教室、孫とつくるお菓子教室など

他の施設との連携 簡単料理教室 体操など

助っ人・登録団体の豊かな人材を活かそう

シニアのための講座 シニアにこそパソコン、そば打ちシニア広場(シニアの方の活躍の場) など

若者向け事業 若者・社会人のためのNPOへのインターシップ 高校生の居場所作りなど



イベント/講座・セミナー/交流・仲間づくり/若者向けの事業/協働センターを利用したことのない人向け/その他の項目をもうけ、出てきたアイデアをどんどん紙に書き貼り付けていきました。



湧き出るアイデアは尽きることがなく、1つ1つのアイデアにいくつもの意見が出され、話し合いが盛り上がりました。

例えばこんなカタチになります

19年度に開催された講座・セミナーなど

市民活動支援事業

- ◆市民活動に役立つPRのコツ
- ◆NPO法人入門講座「なんでNPO法人にするの？」
- ◆コーチング講座
「こどもの自立心を育むコーチング&仲間づくり」
「コミュニケーション力を高めよう！」
- ◆コーチングワークショップ
「こころの受けとめ方」入門
- ◆はじめてのブログ講座
- ◆はじめてのインターネット講座
- ◆NPOフォーラム

約160人が参加しました。

約1,300人が参加しました。
講座開催数は16回

協力事業

- ◆地域たんけん隊～地域安全マップをつくろう！！
- ◆基本計画改定に向けたまちづくりディスカッション

協働事業

- ◆市民がすすめるみたか散策コースづくり
- ◆みたか'08団塊 交流会
- ◆ボランティア活動推進協議会との交流会

約110人が参加しました。



* おやこでよって *

チョコっとあっぷるむ

Support programs for child



	日時	テーマ・内容	参加費	担当
①	10/16(木) 10:30～12:00	自分発見! (定員10組) 布コラージュでとっておきのポストカード	1,300 円	NPO法人子育てコンビニ
②	10/18(土) 13:30～15:30	産後もすっきり フレママの骨盤ケア (定員10名)	2,000円 (さらし付)	ハッピーママズ (助産師 谷京子)
③	10/20(月) 10:30～12:00	マタニティヨガ (定員9名) 安産力を養いましょう。対象:妊娠15週以降の健康な妊婦さん ※心配な方は主治医にご相談ください。	1,500円	花莉屋
④	10/23(木) 10:30～12:00	ママが主役～自分らしい始めの1歩を考える～ コーチング (定員6組)	1,500円	コミュニケーション・ファーム
⑤	10/27(月) 10:30～12:00	ヨガママ(ママのためのヨガクラス) (定員9組) 骨盤を整えることを意識しながら、ヨガでリフレッシュ 対象:ハイハイ前の赤ちゃんとお母さん	1,500円	花莉屋
⑥	10/30(木) 10:30～12:00	子育てママを応援するカラーセラピー・ワークショップ 「夢をかなえる樹」を描こう♪ (定員5組)	1,500円	COCO*COLOR

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

【会場・申込み・問合せ】 三鷹市市民協働センター

※おもちゃをお持ちになる場合、お子様同士で貸し借りしても嫌でないもの、あまり音が鳴らないものをお選びください。

先着順

☆毎回ティータイムをご用意しています。
ホッとひと息つきにいらしてください。
☆全日：保育ありません。
☆お車でのご来場はご遠慮ください。
☆パパもお気軽にご参加ください。

The introduction of the Cyokottoappurum



チョコっとあっぷるむ
★行ってすっきり★
ママのお悩み!



講師：助産師 谷京子さん（ハッピーママズ）

産後の育児、母体ケアも含め、いままで人に聞けなかった、だれも教えてくれなかったこと、いろいろな疑問や不安に、楽しくわかりやすくこたえてくださいます。

らくらく母乳育児

母乳育児に大切なことは、

★タッチケア!★

母乳100%にこだわるのではなく、ママと赤ちゃんが心地よい環境で子育てすることが大事。

産後もすっきり骨盤ケア

骨盤のゆがみ、ゆるみは、
様々なトラブルの元!

骨盤ケアで腰痛、肩こりから
開放され、すっきりスリムな
体をキープ。

スリング使い方・選び方

赤ちゃんスヤスヤ

ママはニコニコ

赤ちゃんは丸く抱っこされるととても安心します。スリングの選び方・正しい使い方を楽しく学んでらくらく育児。

産後の育児を具体的にイメージし、心の準備をしておく、気持ちに余裕ができ、楽しく子育てできるので、フレママさんたちにもたくさん受けていただきたいです。

谷先生の人柄が、話しやすく、頼りがいがあり、気持ちになります。



他では教えてくれないこと、色々聞くことができて、お産や育児の不安が和らぎました。





◆わくわくサポート三鷹「就職活動支援セミナー」

17日(金)午後1時30分～4時 (無料)

～自分らしい生き方・働き方と一緒に考えましょう～

◇主催：わくわくサポート三鷹

◇定員：30名

◇申込み・問合せ：わくわくサポート三鷹 0422-45-8645

◆みたか環境懇談会「緑の保全と管理」

18日(土)午後1時30分～4時

～第2部 環境への働きかけ～

◇主催：みたか環境活動推進会議

◇講師：濱野周泰さん(東京農業大学准教授)

◇申込み：直接会場へ

◇問合せ：TEL:0422-45-1151内線2523・2524

(三鷹市環境対策課)

協働事業

センターの花壇が衣替え

9月20日(土)、「生ごみを土に返して活かす会(土の会)」さんが、協働センターの花壇の花を植え替えてくださいました。



マリーゴールドやなでしこたちが皆さまのお越しを、おまちしております。

※この花壇の土は「土の会」が作った生ごみ堆肥が使われています。



展 示 案 内

Exhibitions.

ひまわり作業所作品展 ～心の芸術展2008～

期間：10月16日(木)～10月26日(日)



三鷹ひまわり第三共同作業所に通うメンバーによる美術作品展と作業所の様子の紹介です。日頃、作業(仕事)をする他に、絵画・陶芸・きり絵・新俳句や音楽などの芸術文化活動を行っています。

主催・問合せ：三鷹ひまわり第三共同作業所
TEL:0422-72-0231

Editor's note.

編集後記：炎天下色とりどりに咲き誇った花も疲れを見せ始めたセンターの花壇が、「土の会」の皆さまのおかげで鮮やかに蘇りました。季節ごとに様々な花を楽しませていただき、癒され、感謝、感謝です。花の植え替えは思った以上に重労働で、数年前私は家の数少ない花の手入れだけで腰痛になってしまい、現在全く手付かずの状態です。いつも楽しみながら植え替えをしてくださる「土の会」さんの生き生きとした姿には本当に頭が下がります。

講座のご案内

A catch copy school for civic activity

■市民活動のための

キャッチコピー塾 クリエーティブ編

日時：10月23日(木)

昼の部：午後2時～4時

夜の部：午後7時～9時

受付中
申込み

★言葉のチカラ ★人を楽しませるクリエイティブな発想と表現力 ★キャッチコピー、アートな書体の作りかた ★世界の公共広告 ★白黒原稿の色彩計画ほか

【講師】畑泰彦さん(元電通クリエイティブ局勤務
大学講師)

【参加費】2,000円(当日お支払いください。)

【定員】各部とも40人(先着順)

【主催】三鷹市

【問合せ】三鷹市市民協働センター

【無料保育付】先着6人まで

(保育は昼の部のみ 保育費切10月9日)



Information about Public Comment.

パブコメ

★パブリックコメント情報★



三鷹市では重要な政策を策定するときに、原案を公表して市民のみなさまからご意見をいただいています。

「一般家庭系ごみ有料化に向けた基本方針(案)」

市では、家庭系ごみの有料化について具体的に検討し、市の基本的な考えをまとめ、7月中旬から広く市民のみなさんのご意見を聞く会を実施しました。このたび、いただいたご意見などを踏まえながら、「一般家庭系ごみの有料化に向けた基本方針(案)」を作成しましたので、皆さんのご意見・ご要望などをお寄せください。

■期限：10月13日(祝)まで

■担当課・お問合せ：三鷹市生活環境部ごみ対策課

0422-45-1151 内線2533

■提出先：郵便 〒181-8555(住所記載不要)

三鷹市役所生活環境部ごみ対策課

Eメール : gomi@city.mitaka.tokyo.jp

FAX 0422-45-5291

* 本素案をご覧くださいには・・・

○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

■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、ぜひご検討下さい。

発行日：平成20年10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。)