

平成25年
11月

第110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。



第12回
みたか市民活動
・NPOフォーラム



みたか わの縁日



2013 開催日 **11月16・17日** (土・日)

10:00~18:00 場所:三鷹市市民協働センター

お子近所、ご家族
遊び合わせのうさ
びに合せてね!

楽しいイベントが
盛りだくさん!

三鷹市市民協働センターで行われる恒例のおまつりを今年も開催します。
たくさんの市民活動団体が集まり、日頃の活動を発表し交流する2日間の「縁日」です。

みんながヒーロー!



動き出せば何かが変わる。動き出す人はみんなヒーロー!
みたか市民活動・NPOフォーラムで、あなたも変身!

美味!

- 焼きそば (みんなのみたか)
- おしるこ (びよんどネット)
- バナナミルク・クッキー (サイレント・カフェ)
- 《16日のみ》
- パン (風のすみか)
- コーヒー・クッキーなど (食茶房むらび)

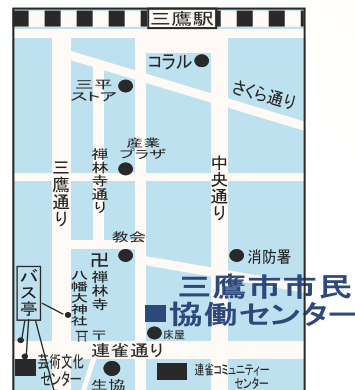
※売り切れ次第終了

1Fイベント

《両日》(10:00~16:00)
フェアトレード商品の販売 (るま・ばぐーす)

《17日のみ》(10:00~15:00)
おもちゃの病院

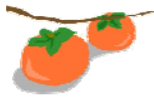
壊れたおもちゃを直します。
※治療は原則無料ですが、特殊部品を交換した時には実費 (200~300円) をいただく場合があります。



2階イベント
スケジュールは
次ページへ!

もくじ

〈1ページ〉みたか市民活動・NPOフォーラム「わの縁日」 〈2ページ〉2Fイベントタイムテーブル、参加団体一覧 〈3ページ〉開催しました「ソーシャルメディアの活用術」 開催します「トークサロン 飛び出そう 地域へ!」 〈4ページ〉チョコッとあつがる一む、助成金等の情報、ほのぼのちよっといい話



2F イベントタイムテーブル



第1会議室	16日(土)	第2会議室
老若男女、誰でもすぐに簡単に感動できる、三鷹生まれのカーリンコン体験会 ～11:30 (生きがいクラブむさしの)	10:00～	赤ちゃんとお母さんのためのヨーガ (ふらっとヨーガ)
	11:00～	“Lily and the Moon” パトリシアの英語で絵本読み聞かせ
	11:30～	安全・安心なパソコン活用セミナー ～12:00 (情報セキュリティ研究会)
市民活動大発表会 ～16:00 ～3分間スピーチ、プレゼンなどによる活動紹介～	13:00～	くつろぎサロン&“みんなのヒーロー”コーナー ～16:00 (運営:キャラワークスジャパン、おねえちゃん舎) ・ヒーロー紹介シート ・ねんどでマスコット ・便利なエコ折り紙 ・変身ふろしき!?
出会う! つながる! みんなの交流会(会費500円) ～18:00 どなたでもお気軽にどうぞ!	16:30～	

第1会議室	17日(日)	第2会議室
ハーモニカ演奏 (レインボーハーモニー)	10:00～	子ども実験教室 ～11:15 (NPO法人きらめきライフ多摩)
「今、なにが問題?もっと知ろうよ。話し合おうよ!(環境編) ～みたか市民共同発電を考える会～」(わいわい勉強会in三鷹)	10:30～	
フラダンス「踊ってつながろう～フラオハナ」 (Uilani)	11:00～	
「技」と「心」を大切にする護身武道 ～12:00 (NPO法人全日本護身武道連盟 護身武道小林会三鷹道場)	11:30～	「みたか・みんなの広場」活動事例紹介 ～12:30 (NPO法人日本シニアジョブクラブ)(ハッピーグランパ倶楽部) (三鷹科学あそびの会)
さわやか体操 ～12:30 (さわやか・ゆめ体操元気会)	12:00～	
	12:45～	エキストラ大募集! 日曜戦隊ムーンライダー映画撮影会
笑って! 江戸小ばなし ～13:30 (江戸小笑い広げ鯛)	13:00～	(遊び創造集団たのしーのひ)
	13:30～	おやじシェーカーズ カクテルバー&おやじのえほんよみかかせ ～15:15
「三鷹を守るICUのヒーローと握手! 機動礼拝シーバリー・ヒーローショー!!」 (ICUヒーロー研究会JAC)	14:00～	(おやじの部屋・みたか組)
「ボンボン持って元気にCheer!」 (NPO法人鷹ロコ・ネットワーク大楽 三鷹POPS)	14:30～	
	15:30～	朗読劇「Dokko!ーナツ島のお猫たち」(演劇塾RanRan)

参加団体一覧 (80団体 あいうえお順 9月30日現在)

ICUヒーロー研究会 JAC / 遊び創造集団たのしーのひ / アトリエ・コスモス / NPO法人アビリティークラブたすけあい / みたかたすけあいワーカーズこもれび / 生きがいクラブむさしの / Uilani / エコサイクル / みたか / 江戸小笑い広げ鯛 / M&B International Friendship / 演劇塾RanRan / おねえちゃん舎 / 三鷹市消費者活動センター運営協議会事業部おもちゃの病院 / おやこひろば実施協議会 / おやじの部屋 / みたか組 / 介護予防教室チームさくら / キャラワークスジャパン / NPO法人きらめきライフ多摩 / 好齢ビジネスパートナーズ / NPO法人グレースケア / NPO法人子育てコンビニ / こども研コンパスクラブ / NPO法人子ども生活・ゆめこうば(むさしの子ども劇場) / 子どもの電話ゆう・YOU・友 / ごみ有料化。納得できない! 三鷹市民の会 / サイレント・カフェ / さよなら原発! 三鷹アクション / さわやか・ゆめ体操元気会 / 自治基本条例みたか市民の会 / NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 / NPO法人シニアSOHO普及サロン・三鷹 情報セキュリティ研究会 / 市民による外環道路問題連絡会・三鷹 / NPO法人就労情報サポートセンターきずなコミュニケーションズ / 食茶房むらぶ / 住みよい環境をつくる三鷹市民連絡会 / NPO法人全日本護身武道連盟 護身武道小林会三鷹道場 / NPO法人鷹ロコ・ネットワーク大楽 三鷹POPS / NPO法人多摩東成年後見の会 / 地域サステイナビリティ・コラボ。 / 生ごみを土に返して活かす会 / NPO法人日本シニアジョブクラブ / ハーモニカサークル レインボーハーモニー / 一般社団法人発達障がいファミリーサポートMarble / ハッピーグランパ倶楽部 / パトリシアの英語の絵本の読み聞かせ / NPO法人花と緑のまち三鷹創造協会 / NPO法人HumanLoop・人の輪 / びよんどネット / ファースト・ステップ / みたか / ふらっとヨーガ / NPO法人文化学習協同ネットワーク / 株式会社まちづくり三鷹 / NPO法人窓の安全と快適性を保つ会 / 三鷹科学あそびの会 / みたか観光ガイド協会 / 三鷹子どもの楽校 / 三鷹コミュニティシネマ映画祭実行委員会 / 三鷹3・3・6号線道路を考える会 / 三鷹事件の真相を究明し、語りつぐ会 / 三鷹市プレイパーク運営委員会 / 三鷹市星と森と絵本の家 / 三鷹市ボランティア連絡協議会 / みたか市民共同発電を考える会 / みたか水車クラブ / みたかスクール・コミュニティ・サポートネット / 三鷹青年会議所 / みたか地域SNSポキネット運営委員会 / NPO法人みたか都市観光協会 / みたか・認知症家族支援の会 / NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構 / 三鷹の歴史研究会 / みたかボランティアセンター / みたか・みんなの広場 / みたか123 / みんなのブックカフェ / みんなのみたか / NPO法人むさしのみたか市民テレビ局 / るま・ばぐーず (フェアトレード研究会) / わいわい勉強会in三鷹 / 無料職業紹介所わくわくサポート三鷹 / NPO法人みたか市民協働ネットワーク

共感を呼ぶ ソーシャルメディア活用術

開催日：
9月30日・10月7・21日(月)

例年紙媒体による広報・PRを念頭に置いた講座を実施していましたが、フェイスブックやツイッター、ブログなどのソーシャルメディアに焦点を当てた講座を、下記の3回に分けて行いました。のべ60人の参加があり、楽しい雰囲気が進められました。

9月30日 第1回 ソーシャルメディア活用術（基本編）

講師：日本財団 山田泰久さん

情報発信は、目的・対象によって、ツール(Web・メール・紙媒体など)・アプローチを考える必要があります。第1回では、Webでの情報発信の意義と方法を学びました。ソーシャルメディアは、各々の特長を知り、使い分けが必要で、ツイッターやYouTubeなどもあります。NPOの情報発信には、ブログ、フェイスブックの活用が向いているということが理解できました。ブログの具体的な活用方法も参考になりました。



10月7日 第2回 ソーシャルメディア活用術（応用編）

講師：同上

第2回では、主にフェイスブックの使い方や特徴、NPO・市民団体としての活用方法について学びました。団体による活用では、①まず個人としてやってみる、②情報収集から始め、③慣れれば他団体を参考に工夫を重ねながら発信し、④自分の団体に合うかどうか考えるというように、効果的な活用には努力が必要であることが理解できました。また、ソーシャルメディアの広がりや規模と速さは想像以上であるということ、一般的なコミュニケーションと同様に個人情報の公開に気をつけ、誤解を招きそうな事はつぶやかないなどの注意点や、フェイスブックの実際の操作なども参考になりました。

みなさんの声

♪ブログ、フェイスブック等の違いと活用法がよくわかった。♪具体的に教えてくださったので、実践したい。♪フェイスブック操作をしながらの解説だったので、非常にわかりやすかった。♪自宅に帰ったらFB操作にチャレンジしてみようと思う。♪Facebookの良さ、注意する点がわかりやすかった。♪色々な世代の方が興味を持っているのが新鮮だった。

10月21日 第3回 伝わる写真術

講師：プラムネット(株)アウトドア共育事業部 渡辺直史さん

第1・2回の講座で写真活用のお話がありましたが、第3回では、具体的な方法が事例などで紹介されました。写真の持つ「即時性」「信頼性」「共感性」を活用する、撮影後の利用を考えて、撮影前に計画をたてる、こころを動かす撮影テクニックなど大変わかりやすく教えていただきました。



みなさんの声

♪撮影計画の立て方が具体的に分かってよかった。
♪写真の活かし方が非常に分かりやすく説明されて、とても勉強になった。撮影計画の視点は大きな学びだった。♪3回連続参加できて良かった!!
♪講師の先生方がとても良かった。

トークサロン 飛び出そう 地域へ! ~わたしたち 学生が創る“みたか”の未来~

暮らしやすい地域を創り出すために、学生と地域（市民団体やNPO等）とが、どのような連携・協働をすることができるかについて意見交換します。

杏林大学、国際基督教大学、中央大学の学生さんから、地域と関わった活動についての事例紹介があります。どなたでも、どうぞお気軽にご参加ください。

開催日時

12/7

午後5時
～7時



- ◆参加費：無料
- ◆定員：40人(先着順)
- ◆主催：NPO法人みたか市民協働ネットワーク
- ◆場所・お申込み：三鷹市市民協働センター
電話：0422-46-0048、ファクス：0422-46-0148
メール：kyoudou@collabo-mitaka.jp

わいわい
お茶を飲みながら、
参加者同士、
楽しく
交流しましょう。





おやこでよって チョコっとあっぷる♪



	月日	テーマ・内容	参加費	担当	定員
①	11月7日(木)	ママ護身術エクササイズ (キック編) ～だっこしたまま、強いママ～	1,500円 (防犯ホイッスル付き)	オフィス Erico-I	8組
②	11月9日(土)	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 付き、ご夫婦参加同額)	Mama & Baby	6組
③	11月11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)	8組
④	11月14日(木)	ママの手仕事 ～羊毛フェルトでオリジナルKID'Sマフラー～	1,600円	NPO法人 子育てコンビニ	6組
⑤	11月21日(木)	ベビーマッサージで親子のふれあい♪ ～赤ちゃんと楽しくコミュニケーション～	1,800円 (お土産オイル付き)	NPO法人 子育てコンビニ	10組
⑥	11月25日(月)	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) ～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～	1,500円	花莉屋	8組
⑦	11月28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 (ご夫婦参加同額)	Mama & Baby	8組

※時間：午前10:30～正午

(先着順)

【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。

- ◆日本生命財団(ニッセイ財団)“広がり、元気っ活動”一児童・少年の健全育成助成<東京都内の団体用>
(お問合せ先:東京都福祉保健局生活福祉部地域福祉推進課推進係)
http://www.nihonseimei-zaidan.or.jp/jidou/02_shinseihouhou.html TEL:03-5320-4045
(締切日:2013年11月22日)

おひまわり話

先日、突然カウンターに男性が、「ごみを入れる袋ありませんか？」と声を掛けておいでになりました。何のことかと思いましたが、当センターの駐車場脇の雑草を除草して下さったのでした。今年は、雑草の伸びるのが早く、管理に苦慮しておりましたが、それを見かねて、知らないうちに助けて下さったのです。
その日は、ばたばたとして来客の多い忙しい日で、冷たい麦茶を一杯差し上げただけで、ろくにお礼を申し上げることもできませんでした。そうこうするうち、名前もおっしゃらずに、私達が気付かぬ間に、そっとお帰りになってしまっていました。
あまりに有り難く、申し訳なく、こんな紳士がこのまちにはいらっしやるのだなあと、善意が心に染みだした出来事でした。この場をお借りしまして、心より厚く御礼申し上げます。(三鷹市市民協働センター事務局長)

■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:毎年恒例のセンターの秋祭りが、いよいよやってまいりました。参加団体や来場者数も年々増加!イベントもバラエティに富み、老若男女が楽しめる内容になっています。今年のテーマは「みんながヒーロー」、ICUのヒーロー研究会の学生さんもイベントに参加します。若い方の参加が増えると、やはり活気づくので大歓迎です。テーマに基づいた今年のポスターは、思わず2度見してしまうほどのインパクトがありますので、センターにおいでの際はぜひご覧ください。また、街なかでも探してみてください。

◆ニュースレター配布場所◆

るま・ぱぐーす、一圓(ラーメン店)、グラナダ(レストラン)、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25年11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、直近の平日を休館とします。)