

令和5年度 がんばる地域応援プロジェクト参加団体募集

今年度も、町会・自治会などの地域の元気創造に取り組む活動を助成する「がんばる地域応援プロジェクト」の参加団体を募集します！

三鷹市市民協働センターにて、申請や事業内容についてなどのよろず相談、「全体説明会」や「個別相談会」を下記のとおり実施します。まずはお気軽にお越しください。

☆町会・自治会のみなさまの“やりたいコト”を全力で応援します

対象事業や助成金などについての詳細はこちらから→

【よろず相談（個別）】★随時受付（お電話でご予約下さい）
期間：2023年5月10日（水）～6月21日（水）

【全体説明会】★要申込
日時：2023年6月4日（日）10：00～12：00
※オンライン参加もできます
※電話でもお申込できます

【個別相談会】★予約優先

①日時：2023年6月7日（水）13：30～16：30
②日時：2023年6月9日（金）18：00～20：30
③日時：2023年6月11日（日）9：30～11：30

※個別相談会に「町会・自治会応援キャラバン」も同席します。
「町会・自治会応援キャラバン」は（公財）東京都つながり創生財団 が取り組む地域コミュニティの活性化支援の一環です。

【会場・申込先】三鷹市市民協働センター
TEL:0422-46-0048
【問合せ先】三鷹市コミュニティ創生課
TEL:0422-29-9611
FAX:0422-47-5196
担当：岡田・水谷

2023年度 初夏号 第208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。

開催します

第6期 三鷹「まち活」塾（全10回）
～「好きなコト」「できるコト」「やりたいコト」×まちのデザイン～

開催期間 2023年 5/27（土）～ 10/1（日）
主催 NPO法人みたか市民協働ネットワーク NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構

三鷹「まち活」塾は、「地域づくりを担う新しい人財の発掘」「地域の活動を始めるきっかけづくり」「地域活動に関心のある市民の仲間づくり」を目的に、NPO法人みたか市民協働ネットワークとNPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構の協働で2017年から開催されています。これまで幅広い世代の方々が受講し、修了生による自主グループも結成され地域に貢献しています。助成金交付や「フォローアップ講座」の開催など修了後の支援体制も整い、今年度も充実の内容で開催します。

開催日	内容	講師
5/27（土）	まちにかかわるイノベーター人材とは	坂倉 杏介（東京都市大学 教授）
6/10（土）	まちの活動を知る	「まち活」実践者
7/2（日）	まちとのかかわり方を考えるⅠ	影山 知明（クルミドコーヒー／胡桃堂喫茶店 店主）
7/23（日）	夢を実現する手作り名刺をつくろう	芦沢 壮一（スキルノート 主宰）
7/29（土）	まちとのかかわり方を考えるⅡ コミュニティビジネス入門	永沢 映（NPO法人コミュニティビジネスサポートセンター 代表理事） 桑原 静（合同会社パラボ 代表）
8/5（土）	まちに飛び出すプランづくりⅠ	呉 哲煥（NPO法人CRファクトリー 代表理事）
8/19（土）	まちに飛び出すプランづくりⅡ	呉 哲煥（NPO法人CRファクトリー 代表理事）
9/2（土）	自分にいいコト×地域にいいコトをデザインしてみよう	広石 拓司（株式会社エンパブリック 代表取締役）
9/16（土）	プランづくりワークショップ	
10/1（日）	最終報告会	萩原 なつ子（独立行政法人国立女性教育会館 理事長）

【お問合せ】 三鷹ネットワーク大学 TEL:0422-40-0313 FAX:0422-40-0314
三鷹市市民協働センター TEL:0422-46-0048 FAX:0422-46-0148

おやこひろば「チョコっとあっぷるーむ」ニュース

★ティータイム復活しました★
コロナで実施を中止をしていましたティータイムが6月から復活し、参加者同士や講師との交流がより楽しくなります。お茶とお菓子をご用意しお待ちしております。

★4月から新しい講座が仲間入り！「ハーブで心と身体のセルフケア」～頑張っている自分をいたわろう！～★
「寝つきが悪い」「冷えるを感じる」「何かか力がわかない」…はっきりわからないけれどなんとなく体調が悪い、こんなことはありませんか？自律神経のバランスが崩れた時にあらわれやすい症状であり、心の状態と密接に関っています。心身両面からのアプローチができるハーブを使ったケア方法を学び体験！ケアグッズの制作もあります。

*受講費：1,500円（材料費込） *対象：3歳までの子とママ *講師：はねやすめ庵

「子どもたちによる国際交流絵画展」 ※米国ワシントンへの桜寄贈100周年を記念してスタートしたプロジェクト
保育園や絵画教室などの子どもたちが「友情と希望」をテーマに描いた作品116点をインスタグラムで公開、またコピーを協働センター2階ホールに5月20日（土）まで展示。
詳しくはセンターHPへ インスタグラム→

◆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いたします。町会・自治会の皆様、ぜひご検討ください。

◆ニュースレター配布場所◆
NPO法人子ども生活ゆめこぼ、おむすびハウス、CafeHammock、グラナダ、ハローワーク三鷹、美容室TBK三鷹店、ファーマーズショップ根岸直売所、三鷹モダンタイムス、るま・ばぐーす、各コミュニティ・センター、各市政窓口、各図書館、近隣市区の公共施設・市民活動支援センター
発行日：2023年5月10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：https://kyodo-mitaka.org/
開館時間：9:00am-9:30pm 受付時間：9:00am-9:00pm
休館日：火曜日（祝日は開館し、直後の平日を休館とします。）

会員募集！ NPO法人みたか市民協働ネットワークの イベントの企画・運営 をしてみませんか!?

「NPO法人みたか市民協働ネットワーク（三鷹市市民協働センターの指定管理者）」の会員になり、運営協議会に入ると、事業の企画運営ができます。「社会のために何かしたい」「仲間づくりがしたい」「知識や技術を誰かのために活かしたい」、あなたのそんな思いを応援します。一緒に取り組みませんか!?

◆正会員(会費：5,000円)
・NPO法人みたか市民協働ネットワークの総会に参加でき、予算・事業計画の議決権があります。
・運営協議会に入り、事業の企画運営ができます。
・主催事業の参加費が1割引になります（団体の場合は1講座につき1人のみ）。

◆賛助会員(会費：500円)
・運営協議会に入り、事業の企画運営ができます。
・主催事業の参加費が1割引になります。

↑入会の案内
詳しくは協働センターへお問い合わせください。

〈1ページ〉開催します「第6期 三鷹「まち活」塾」、NPO法人みたか市民協働ネットワーク会員募集 〈2ページ〉〈3ページ〉2022年度の主な活動報告 〈4ページ〉令和5年度がんばる地域応援プロジェクト参加団体募集、チョコっとあっぷるーむニュース、子どもたちによる国際交流絵画展

NPOフォーラム・ミニ交流会（オンライン）
 2022年5月2日「学習支援」（参加人数:14人）
 6月10日「外国にルーツをもつ家庭の支援」（参加人数:12人）
 7月15日「若者支援について」（参加人数:9人）
 2023年2月19日「深海とSDGs」（参加人数:16人）

各回テーマを設け、その活動を行っている市民活動団体のお話を伺いました。参加者からの質疑応答などもあり、新しいつながりも生まれた大変有意義な会でした。

第5期 三鷹「まち活」塾（全10回）
 2022年5月28日～9月24日
 （修了者：18人）

- 第1回 まちにかかわるイノベーター人材とは
- 第2回 まちの活動を知る
- 第3回 まちとのかかわり方を考える①
- 第4回 夢を実現する手造り名刺をつくらう
- 第5回 まちとのかかわり方を考える②
「コミュニティビジネス入門」
- 第6回 自分にイコト×地域にイコトをデザインしてみよう
- 第7回 まちに飛び出すプランづくり①
- 第8回 プランづくりワークショップ
- 第9回 まちに飛び出すプランづくり②
- 第10回 最終報告会&クローゼィングパーティー



地域活動の新しい人材の発掘や始めるきっかけづくり、仲間づくりを目的に「三鷹『まち活』塾」を三鷹ネットワーク大学で開催しました。最終回では協働センターのみたか市民活動NPOフォーラムのイベントの一環として受講生が各々最終報告を発表し、18名の修了生が誕生しました。

三鷹「まち活」塾フォロー講座
 2023年2月9日(参加人数:14人)
 3月26日(参加人数:38人)

修了生有志による「“わたしのスキルノート”作成ワークショップ」(オンライン)、「映画『道草』上映会」を開催しました。

地域コミュニティ向けZoom講座
 2022年8月27日～23年2月18日
 （参加者：延132人）

コロナ禍の地域コミュニティの活動の停滞を防ぐため、2020年度からコミュニティ・センターや(株)まちづくり三鷹と連携し「Zoom講座」を6ヶ所のコミュニティ・センターで、計15回実施しました。受講者のレベルや希望に沿った内容と手厚いサポートでとてもわかりやすかったと好評でした。



内容	開催日・会場（コミュニティ・センター）	参加人数
初級スマホ編	8/27井口・9/22井の頭・11/26駅前・1/28連雀・2/18新川中原	58人
初級PC編	9/3井の頭	18人
上級PC編	11/5大沢・12/17駅前・1/26井の頭	26人
上級講座事前アカウント取得サポート	10/29大沢・12/9駅前・1/19井の頭	10人
復習(オンライン)	9/10大沢	6人
地域活動	1/14新川中原・2/4井口	14人

ハイブリッドでイベントを開催するコツ、教えます！
 2022年9月2日（参加人数：15人）

様々な状況の人々が参加できるハイブリッドイベントは、トラブル回避のための事前準備や工夫が必要です。この講座では協働センターの機材を使用し、Zoomの開催方法やコツ、機器類の接続方法などを学びました。



だれでもランチカフェ（オンライン+会場）
 2022年6月11日（参加人数：7人）
 9月10日（参加人数：8人）
 12月10日（参加人数：4人）
 2023年3月11日（参加人数：8人）

市民活動のきっかけづくりや他団体との交流を目的に開催。市民活動に関すること、今話題になっていること、自分たちの近況など様々なテーマで参加者同士の交流を図りました。

笑いで作るコミュニケーション講座
 2022年7月9・16・23・30日(全4回)
 （参加人数：延41人）



オチがあつてくすつと笑える「江戸小唄」を聞いて馴れ親しみ、日常会話に笑いをとり入れることで、コミュニケーションを円滑する講座を開催。コロナ禍のどんよりとした空気を吹き飛ばす楽しい講座となりました。

がんばる地域応援プロジェクト
 選考委員会 2022年8月7日（参加団体：5団体）
 発表会・交流会 2023年2月26日
 （参加団体：5団体、参加人数：52人）



助成を受けた5団体が、コロナ禍で中止を余儀なくされた町会自治会活動を再開した際の思いや苦勞、工夫した点、成果、町会自治会活動のヒントになる事例などを発表しました。3年ぶりに復活した交流会(会場のみ)では、発表団体や傍聴者、選考委員の先生方を交えて活動を再開するためのヒントなど会話が弾みました。

情報セキュリティ講座（オンライン+会場）
「万一の時の「災害伝言板(Web171)体験講座」
 2023年9月1日（参加人数：19人）

防災の日に、災害発生時に有効な安否確認手段「災害伝言板」を受講者が実際に体験しました。万一の時は使いたいとの声が多く聞かれました。



『伝える』から『伝わる』になるほど！情報発信術
 （オンライン+会場）
 2022年12月5日（参加人数：51人）



イベント集客や情報発信に課題を感じている方の悩み解決のため、講師谷浩明さん（コミュニケーションデザイナー、杉並区広報専門監）に、これからの時代に必要な「伝わる」情報発信のコツやSNSの効果的な使い方について学びました。「伝わる」とは何か分かったと、満足度の高い講座となりました。

2022年度の主な活動報告

自分たちの活動を知ってほしい人や広げたい人のための活動紹介と交流の恒例イベント。コロナ禍の経験を活かしハイブリッド開催も浸透しました。当日はあいにくの台風で集客に苦勞もありましたが、3年ぶりのホール展示や会場でのイベントも本格的に復活し、より充実した体制で開催することができました。

NPO法人みたか市民協働ネットワーク主催イベント

9/17 **オープニング** 参加人数:74人

*はじまります！「キッズチア&シニアチア」/NPO法人鷹の口・ネットワーク大衆

*セッション「みたかde SDGs ～つながりから生まれる新たなアイデア～」/主催：NPO法人みたか市民協働ネットワーク

活動のの 카테고리 別に19団体の活動紹介後、参加者全員で実施したグループワークでは活発な意見交換とグループごとの発表が行われ、今後のつながりと新たな活動の誕生に期待の持てる内容でした。

お互い様。みんなで支える「まぜこぜ」暮らし 参加人数:30人/企画：あそびとちえのわLabo、「ネイバーフットデザイン」読書会有志
 荒昌史さん（HITOTOWA INK.代表取締役）をゲストにお招きし、コミュニティにおいて大切な、新たな「つながりのあり方」について考えました。その前後で行われたグループワークでは活発な議論が交わされ、充実したイベントとなりました。

9/19 **食べるだけじゃないわくわく都市農業?!** 参加人数:49人/企画：Urban Farming Network（都市農業の多面的機能研究会）

農業、食に興味のある方を対象に、三鷹市内で農業連携をしている8団体の発表を行い、最後に参加者と発表者の交流会をしました。農業と連携して活動する団体との交流ができ、新たな事業や活動の誕生が期待できるイベントでした。

9/23 **いのちとものの循環を考える～コンポスト～** 参加人数:29人/企画：みたか〇〇大作戦

三鷹でコンポストに取り組む団体の活動紹介後、澤登早苗さん（恵泉女学園大学教授）の実践しているコンポストやそこに関わる学生や地域の人たちの取り組み、そこからできあがるつながりなどをお話していただき、それぞれの取り組みの第一歩になりました。

9/24 **三鷹「まち活」塾 最終報告会** 参加人数:35人/主催：NPO法人三鷹ネットワーク大学推進機構、NPO法人みたか市民協働ネットワーク

参加団体オリジナルイベント

9/17 **みんなで花を植えましょ**

参加人数：13人/花ボランティア

9/18 **Scratchでロボットプログラミング体験会**

参加人数：16人/シニアSOHO普及サロン・三鷹 プログラミング教育WG

学習会「家庭でできる省エネのコツ」

参加人数：17人/NPO法人みたか市民協働同発電

9/19 **どんな三鷹なら安心？「防災」に何を望む？**

参加人数：23人/マチコエ防災・減災グループ

頭の健康診断してみませんか？

参加人数：11人/主催：NPO法人鷹の口ネットワーク大衆

プログラミング教室成果発表会&次期説明会

参加人数：31人/シニアSOHO普及サロン・三鷹 プログラミング教育WG

9/21 **子ども・若者ボランティア養成講座**

参加人数：7人/主催：認定NPO法人文化学習協同ネットワーク

9/22 **いつでもどこでもベビーマッサージ**

参加人数：5人/主催：きらきらバス（おやこひろば実施協議会）

9/23 **スマホ決済(PayPay)を安全に利用**

参加人数：25人/主催：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

第3回三鷹ひきこもり合同相談会

参加人数：31人/主催：三鷹ひきこもり合同相談会実行委員会

子どもと大人の本の日

参加人数：12人/主催：キャラワークス・ジャパン、データ編集部

みんながサロンで親子一緒に楽しもう!!

参加人数：56人/主催：みんなのみたか、江戸小唄つながりコーチング

おひとりさま、最期の迎え方

参加人数：38人/主催：NPOグレースケア

9/24 **子どもの物語トークカフェ**

参加人数：3人/主催：キャラワークス・ジャパン

深海の大冒険へGO！深海から学ぶ地球の今

参加人数：20人/主催：NPO法人チームくら号

フードドライブを開催します

参加人数：5人/主催：フードバンクみたか

第21回みたか市民活動・NPOフォーラム
 2022年9月17日～25日
 (イベント参加人数：531人、フォーラム参加団体：49団体
 オンライン展示アクセス数：634人)



「シンポジウム」 **みんなでつくるミタカのしあさつて**
 ～人生100年時代のコミュニティ（オンライン+会場）
 2023年2月19日（参加人数：67人）



第1部は牧野篤先生（東京大学大学院教育学研究科教授）の講演、第2部は牧野先生、ゲストの熊井晃史さん（GAKU事務局長）、当法人の垣花満副代表理事の3人によるトークライブの2部構成で開催しました。人生100年時代に重要な地域のつながりや共助について、すぐ先でもない遠い未来でもない「しあさつて」の視点から、現実的かつ理想的に三鷹のまち・コミュニティでどのようなまちづくりをめざすのか考えました。とても勇気づけられ、いろいろなヒントをいただいたと大変好評でした。

サービスラーニングの受け入れ 市民活動団体と学生のつながりに寄与することを目的に大学と協働しサービスラーニングの受け入れを行い、市内学生7人のマッチングを行いました。

「おやこひろば「チョコつとあつぷるーむ」
 通年開催（月・木・土）（参加人数:延613人）
 （2022年度構成団体：10団体）

子育て支援団体で構成する「おやこひろば実施協議会」が、親子の居場所づくりを目的に企画・運営する講座。2022年7月からWeb申込となりました。

「みたかスペースあい」「みたかスペースあいプラス」の運営支援

「みたかスペースあい」「みたかスペースあいプラス」運営支援を行いました。