



NPO セミナー開催報告

1月27日からの毎週水曜日、3回にわたり NPO セミナーを開催しました。

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、中止をさせていただいた講座もあり、また、オンラインによる開催へ変更させていただいたことから、講師の皆様と受講者の方へは大変ご迷惑をお掛けしました。オンラインへの対応が難しく、受講ができなかった方もおられ申し訳なく大変残念でした。

前年度の受講者のアンケートを参考に、「資金調達」「広報活動」「事業計画」をテーマに学びました。

講師は昨年に引き続き NPO 法人えんのわへお願いしました。講師を務めてくださった3名は、豊富な知識と経験をお持ちで、事例紹介や経験談などを交えながら分かりやすく、そして楽しく講座を進めてくださいました。

参加者は、すでに活動されている方、これから起業を考えている方と様々でしたが、少人数での受講だったため、気軽に質問できるなど、アットホームな雰囲気のセミナーになりました。

今後の活動の参考にしていただきたいと思います。

講師の皆様、そして、受講者の皆様、ありがとうございました。



「災害時に子どもたちの心を支えるために」

オンライン講演会開催報告

2月27日（土）に「災害時に子どもたちの心を支えるために」と題し、松本市大手公民館と宮城県を結び、ZOOM で視聴していただく、オンライン講演会を開催いたしました。新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ、初めての試みでした。

東日本大震災以後、子どもの心のケアに携わって来られた「ケア宮城」代表の畑山みさ子さん（宮城学院女子大学名誉教授）に講演をしていただきました。インターネットで約50名の方に参加していただき、災害時に子どもたちの心にどう寄り添うかを考える機会となりました。

大災害では、大人も子どもも、誰もが「心に傷を負う」生命が脅かされるような出来事（事件、事故、児童虐待、いじめ等）に直面した場合も同様に心の傷を負います。発達年齢によりますが、「安心させる」「穏やかに話しかける」「時間をかけて接する」などのことを大切にしながら向き合うことが大事。支援する大人の心も痛む可能性があり、支援者自身の心の回復も重要で、仲間と支え合う関係性をつくり、まず自分自身の精神的な健康を保つことに努めましょう。と優しい穏やかな語り口のお話でした。

「避難者の心を支えるために」ケア宮城、プランインターナショナル・ジャパン 2021WHO 版心理的応急処置 現場の支援者ガイドは、手元に置いて災害時に大切にしていきたい内容が書かれています。希望される方には配布いたしました。市民活動サポートセンターに常時あります。

近年、各地で大災害が起きています。コロナ禍の状況が、私たちの暮らし方、避難状況までも変え、これまでにないコミュニティの分断もありました。大人も子どもも心穏やかに暮らせる日常を目指し、今後の活動に活かしていきます。（まつもと震災支援ネット代表 伊藤麻理）

デリバリーマルシェ松本

代表者：古川 陽介

TEL：090-9345-3240

URL：<https://marchematsumoto.shop-pro.jp/>



＊お弁当販売の様子

松本市内の飲食店のお弁当を販売する「デリバリーマルシェ松本」は、昨年5月に発足しました。現在スタッフ7名で活動しています。

デリバリーマルシェ松本に登録する店舗数は発足当初は約10店舗だったところ、現在は25店舗にまで増え、活動の幅も広がっています。

代表の古川さんにお話をうかがいました。

「発足のきっかけは、忙しく少ない昼の休み時間にランチタイムを少しでも楽しんでもらうため、また、コロナ禍で販路を模索する飲食店のため、特に、ランチ営業時間中にテイクアウト注文に臨機応変に対応する余裕のない少人数運営の個人飲食店を守りたいという想いで立ち上げました。」

「注文は、前日までに予約で受け付けることで、飲食店の当日の作業ストレスを減らし、1箇所にまとまった数の商品を届けるだけで売り上げを現金で持ち帰れます。また、一番の懸念である売れ残りが出ないなど、飲食店の負担を少しでも減らすように仕組みを工夫しています。」「一度に10店舗の商品を同時購入できることで、お店ごとでの注文方法に対応する煩わしさもなく、利用者にとって利便性が高いと思います。また、利用者の行動範囲外の飲食店のテイクアウト商品を購入できることは、利用者が便利というだけでなく、飲食店の宣伝効果も大きいそうです。」

1月末に創設された、「松本市飲食店合同デリバリー・テイクアウト促進事業補助金」を活用し、週1回の開催から週3回と2月から規模を拡大し、配達サービスも追加して開催しています。引き渡し場所は開催日ごと異なりますが、毎回10店舗の商品を出品しています。

「飲食店で働いている訳ではないため、飲食店を営んでいる仲間から、テイクアウト販売をする上での意外な苦労話を聞いて知ったことが沢山ある。」と古川さん。そこから色々なアイデアを出し、試行錯誤を重ねながら活動を続けているのだと感じます。

「松本の個人飲食店を何とか助けてい」そんな思いが伝わってきました。

昨年5月から活動の様子を見ている私たちは、毎週楽しみに利用させていただいていますし、「長く続けるための課題は沢山ある」と話してくださった古川さんの活動を応援しています。

コロナ禍で外食を自粛せざるを得ない今ですが、充実したランチタイムや午後からの活動のご褒美として、この機会に様々な松本の食文化を楽しんでみてはいかがでしょうか。



冊子版！市民活動商店街2021

市民活動商店街は、平成28年から「未来へつなぐ私たちのまちづくりの集い」の一環として、各団体がブースを設けそれぞれの活動を紹介し、交流する場として開催してきました。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、今までのように集うことができませんでしたが、新しい形の商店街を提供しようと「冊子版 市民活動商店街」を作成しました。

地域の皆さんに様々な団体の活動を知っていただくこと、そして興味がわいたら“つながれる”ことを目的としています。準備ができ次第、市民活動サポートセンターや公民館へ配布する予定です。

ご覧いただき、気になるお店（団体）がありましたら、ぜひお気軽に連絡してください。



サポートセンター職員の素顔を
リレー方式でご紹介!!



サポセン
スタッフ日記
奥寺

気が付けばこちらに入って一年がたちました。奥寺と申します。
大事にしている事は好奇心、性格は大雑把で凝り性、好きなものは植物と美味しいもの、綺麗なものです。今年はコロナで生活が変わり大変な面もありましたが、なにかと家にいる時間が増え、結果的に趣味や興味がある事を調べる時間が増えました。

そんな私のマイブームは「恐竜」と「ダンス」です。元々宇宙や星の本を読んでいたのですが、宇宙の誕生→星の誕生→生命の誕生ときて、現在恐竜の時代にたどり着きました。全く詳しくはありませんが、遠い時代にロマンを感じたり進化の経緯や歴史を知ることを楽しんでいます。

ダンスは、2024年開催予定のパリオリンピック競技に「ブレイキン」(ブレイクダンス)が足されたため、どんな競技なのかなとネット動画を探したのがきっかけです。同じ人間なのに、こんな動きができるんだ、こんな可能性があるんだ、と見ていると不思議と引き込まれて鼓動が高鳴り息を飲むこともしばし。特に注目しているのは日本のこれからの選手候補であろう才能ある子ども達で、ひたむきに努力する姿はとても応援したくなります。皆様も是非一度検索して見てください。

さて、コロナ禍でもそこそこ充実した趣味ライフを送っていましたが、換気の際に流れる風が暖かく感じたり、太陽の出ている時間が長くなったからでしょうか、

最近は自然と外が恋しくなってきました。

来年度はもう少し外に出る楽しみや機会が増えていくといいですね。

登録団体の皆様の活動も盛んになることを願い、また皆様にお会いできることを楽しみにしております。



プラチナサロンを開催しました!

3月11日(木) 10:00~12:00

「新型コロナウイルス感染症の話」

講師：松本市健康づくり課 忠地弥生保健師

「薬草案内」

講師：上條恒嗣(プラチナサポーターズ松本)

コロナがレベル1になり落ち着き始めた先日、久しぶりにプラチナサロンを開催いたしました。

参加者は24名で、今回は時間を短縮して行いました。

コロナの話から健康に良いとされる薬草の話、サポーターズメンバーが作った薬草茶を飲みながら楽しく講義をうけました!!

プラチナサロンの様子



■ イベント情報

※状況により、変更や中止される場合もありますので、各団体へお問合せください。

音訳録音ボランティア養成講座を開催します(全8講座)
視覚障がいなどで本を読むのが困難な方のために、パソコンで録音図書を作成します。そのために必要な朗読基礎を学びます。

対象：全8講座を継続して受講し、講座終了後、引き続きボランティア活動のできる方

日時：①4月15日・②4月22日
③5月6日・④5月13日・⑤5月27日
⑥6月3日・⑦6月17日・⑧6月24日
すべて木曜日、10:00~12:00

会場：松本市中央図書館3F 第一視聴覚室(4月、5月)
ふくふくらいず3F ボランティアルーム(6月)

定員：15名

料金：1,500円(テキスト代含む)

申込み：4月5日(月)まで

申込み・問合せ：

長野県赤十字音訳奉仕団「ひびきの会」
浅沼 TEL：32-8019、携帯：090-1424-7729
または、中央図書館 TEL：32-0099、FAX：37-1148

HP：<http://c-sqr.net/c/cs85572/>

から「ひびきの会」の活動をご覧いただけます。
告知情報から申込みも可能です。

集中力・コミュニケーション力・想像力アップ

色育(いろいろ)体験会

色育ってなあに!大人も子供も...

色で集中してみよう(集中力アップ)

日時：3月28日(日) 10:30~11:30

参加費：大人500円 子ども200円

会場：松本市市民活動サポートセンター
(松本市大手3-8-13 松本市役所大手事務所2F)

主催：(一社)日本色育推進会 長野色育会

申込み・問合せ

TEL090-4153-5693



■ サポートセンターより

イベント情報募集

市民活動サポートセンターでは、イベントや講演会等、募集情報のチラシをお持ちいただくと、サポートセンター内のスタンドへ設置させていただいております。

また、通信や市民活動サポートセンターHPのイベント情報へも掲載いたします。

イベント等の情報発信に、ぜひ、ご活用ください。
情報をお待ちしております。

新規登録団体紹介

長野県長寿社会開発センター

高齢者の豊かな経験や知識・技能を活かした積極的な社会参加活動を展開することにより、高齢者の生きがいと健康づくりを増進し、「豊かで活力ある長寿社会づくり」を進めます。

project Octo

会員相互の親睦と、フリーランスデザイナーの自立支援を目的とし、事業として勉強会を開催してスキル向上を目指します。

編集後記

早いもので、年度末の3月になりました。コロナ禍で思うように事業を進められず、戸惑いましたが無事に終了しホッとしています。

今年度、サポートセンターへの新規登録は8団体でした。ありがとうございました。

施設の利用も徐々に増えはじめ、皆様にお会いできるのがとても嬉しいです。感染予防対策を徹底し、安心してご利用いただけるよう努めていきたいと思っております。(犬飼)