



## 令和元年度 市民活動サポートセンター事業計画

### プラチナサロン 毎月第2木曜日 10:00~15:00

プラチナ世代の地域デビューを応援します。毎月『プラチナサポーターズ松本』の講師陣による講座を行っています。年度末には外部講師をお迎えして、プラチナフォーラムを行う予定です。仲間づくりや地域デビューのきっかけづくりに、ぜひご参加ください。男性参加者が少ないため募集中！もちろん女性も大歓迎♪

### ふれあいサロン 次回は7月11日(木) 10:30~14:00

午前中は、障がい者就労支援施設の皆さんとの交流も兼ねた販売会を行います。午後は、小松規美子さん（ムジカコンパス所属）のピアノの生演奏に合わせて、季節の歌を歌います。販売会では、手作りのお弁当やおいなりさん、おやきやクッキーなど美味しいものから手芸作品にいたるまで、多種多様な品物が並ぶので必見です。どなたでもご参加いただけますので、お気軽にサポートセンターへお越しください！

### 市民活動講座

#### NPO セミナー

前年度の NPO セミナーで寄せられたアンケートをもとに、市民活動の基礎知識や団体の設立の仕方などを中心にお伝えしていきます。また、他の参加者との意見交換やワークショップなどを行い、交流を深める機会にしたいと考えております。

なお、開催は1月から2月を考えております。詳細は決まり次第お知らせします。

### パネル展示募集

団体の活動内容を紹介し、情報発信の場となればと思います。初めて申し込む団体はもちろん、昨年度すでに展示をした団体も募集していますので、ご応募お待ちしております。

お問合せ：市民活動サポートセンター  
：0263-88-2988

## 市民活動フェスタ 2019 について

市民活動フェスタ2019 in 松本「ぼくらの学校」を、10月12日（土）、13日（日）、14日（月・祝）の3日間、松本市民活動サポートセンターにて開催いたします。つきましてはフェスタ参加団体の募集を行いますので、同封しました書類をご確認ください。今後詳細を決定していく予定です。決定した事項はサポートセンター通信でもお知らせしてまいります。多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

開催日：10月12日（土）、13日（日）、14日（月・祝）

10時~16時（14日は15時まで）

会場：松本市民活動サポートセンター

主催：松本市民活動サポートセンター



## 団体登録内容確認のお願い

いつも松本市民活動サポートセンターをご利用いただき、ありがとうございます。新年度となりましたので、現在のお届け内容のご確認をお願いいたします。

変更・廃止等ございましたら、同封いたしました登録団体申請書にご記入のうえ、郵送、FAX または窓口までご提出ください。変更がない場合は、確認書に署名をしてご提出ください。詳しくは、同封いたしました別紙をご覧ください。

なお、サポートセンターのHPから、登録団体申請書をダウンロードしていただけますので、メールでのご提出も承っております。今後、代表者の変更等、登録内容に変更が生じた場合等は、随時変更申請をしていただきますよう、ご理解ご協力をお願いいたします。

## NPO 法人信州ソフトウェア協会

代表者：小穴一郎  
住所：松本市惣社 465-8  
TEL：0263-35-1871



\*活用講座のようす。

信州ソフトウェア協会は、中信地区にある IT 系企業のメンバーを中心に、平成 16 年 7 月に設立しました。生活のなかにどんどんデジタル機器が普及する現在、ネットワークを利用した新しい機器が苦手な方が少しでも便利に感じ、生活しやすくなるよう、情報弱者の支援・支援者の育成を主に活動をしています。

シニアをはじめとする、パソコンやスマホ、タブレットが苦手な方を対象に活用講座を開催していますが、参加者の中には家族に聞くと「この前教えた」と言われてしまったり、販売会社の窓口にも「忙しい店員さんばかりで誰に聞いたらよいのだろう」「つまらない質問に答えてもらえるのかな」「お金を請求されるかも」などという気持ちから、不安や緊張感を感じる方もいるそうです。抱える悩みは人によって様々なため、参加者自身にできるようになりたいことをテーマとして決めてもらい、デジタルに詳しい第三者の立場から個々に教えることで、シニアや障がいのある方も安心して、何度も聞きながら、納得して操作を学ぶことができます。参加者の気持ちに寄り添いながら、相手の求めるかたちを探っていきます。

また、デジタル技術を導入した試験的プロジェクトにも協力しています。高齢者の割合が高く過疎化が進んでいる下伊那郡平谷村にタブレットを配布し、スーパーと連携して日常の買い物の利便性向上を試みました。すると、「Wi-Fi 環境が整っていない」「クレジットカードの所持率が低い」といった本人では解決できない問題や、ネット注文をした際、「注文は本当にできているのか」という不安、「商品の銘柄を指定したい」など様々な課題が浮上しました。「まずはやってみることで現状が理解できる。普及目的ではなく、問題を把握することが目的」と語る代表の小穴さんの言葉が印象的でした。

これから情報機器の普及は高まり、必要不可欠になる中、情報から取り残され不便な生活に陥ってしまう人が少なくなしてほしいと思うと共に、高い知識と寄り添う気持ちで活動している信州ソフトウェア協会は、情報弱者にとって強い味方だと感じます。なお、今年度から市民活動サポートセンター以外でも、各公民館 36 施設で無料 Wi-Fi が利用可能となりました。情報社会と言われる現在、情報取得に有効活用していただき、より生活しやすい環境へ繋げてほしいと思います。(梅村)

## 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 田中

こんにちは。市民活動サポートセンターの田中資子(もとこ)です。ここ市民活動サポートセンターは支援・促進を図るための拠点施設なので、大勢の方が来館されます。毎日いろいろな方と交流ができて嬉しいです。皆さんは目的、活動があって来館されますので、生き生きとしていてパワーを感じます。そんなパワーを感じながら、私は庶務事務を担当しています。早く活動団体さんのお名前お顔を覚え、活動

のお手伝いがしたいと思います。来月にはサポートセンター通信の取材に行きます。不安と楽しみの入り交じった気持ちですが、しっかりと話をうかがいたいと思います。私の趣味はバレーボールです。

これから試合の始まる時期なので、週に3日の練習になります。疲れて大変な時もありますが、チームプレーなので仲間が待っていると思うと体育館に足が向きます。体を動かして汗をかくと気持ちがスッキリして明日の活力となります。まだまだスタッフの皆さんに支えられての毎日ですが、頑張りますのでよろしくをお願いします。



# 松本市市民活動サポートセンター大解説!!

松本市市民活動サポートセンターは、市民活動や地域活動をサポートします。事前予約や団体としての登録がなくても、専用予約がなければミーティングなどにご利用いただけます。

## ■設備・備品利用

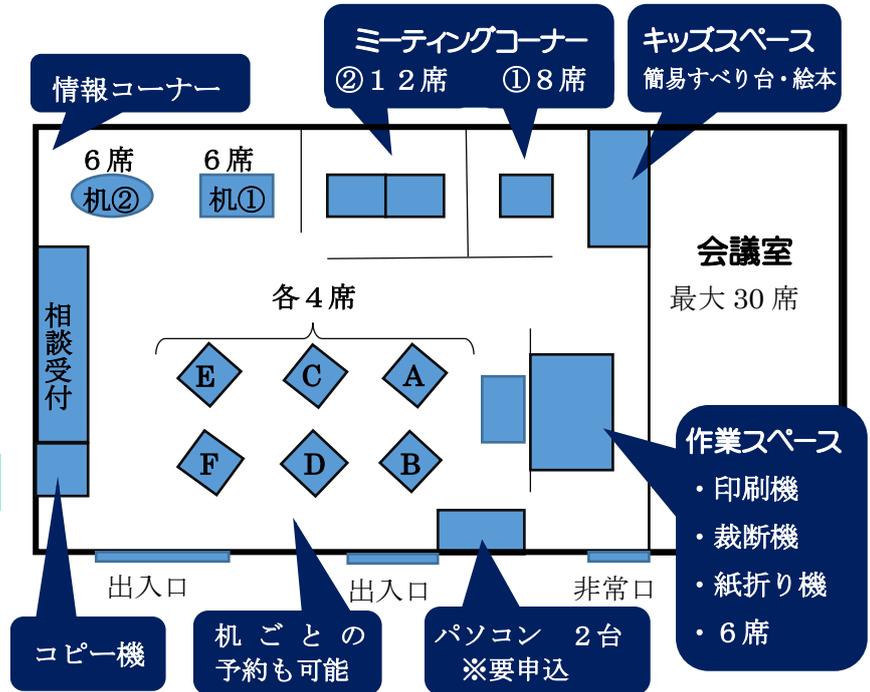
▼市民活動・地域活動を行う方であれば、どなたでも利用可能（※政治・宗教、営利等の活動に利用しないこと）

### 無 料

- ・Free Wi-Fi ・紙折り機 ・裁断機
  - ・フリースペース（専用予約がない時のみ）
  - ・パソコン（Word/Excel/PowerPoint/インターネット）
- ※データをPDF、JPEGでUSBメモリーに保存すれば、コピー機（有料）で印刷可能です。

### 有 料

- ・印刷機（原紙代 40 円/1 枚、インク代 10 円/10 枚単位）
  - ・コピー機（10 円/1 枚）
- ※USBメモリーに保存したデータを、コピー機で印刷できるようになりました。



## ▼登録団体のみ利用可能

### 無 料

- ・会議室、フリースペース貸切、全館貸切
- ・プロジェクター、スクリーン、マイクの貸出（上記は6カ月前から予約可能）
- ・団体専用レターケースの貸出（随時募集）
- ・チラシやポスターのスタンド、掲示板への掲示（随時募集）

### 有 料

- ・団体専用ロッカーの貸出（大 180 円/月、小 90 円/月）

## ■各種相談

- ・市民活動に関わる相談
- ・団体登録・変更・廃止申請
- ・プラチナ世代相談
- ・アルプちゃん着ぐるみ貸し出し

※その他ご相談がございましたら、お気軽に職員へお声がけください。

## ■ホームページ

松本市市民活動サポートセンターのホームページをご覧になったことはありますか？登録団体に関する情報や予約情報カレンダーのほか、サポートセンターの紹介や「活動基礎知識」「NPO 法人取得」などのコンテンツもご紹介します。もちろん、スマートフォンでもご覧いただけます。また、掲載する情報も随時募集しておりますので、お気軽にご相談ください。

- イベント情報：登録団体のイベント情報を掲載
- 助成金情報：助成金情報を抜粋して掲載
- 募集情報：登録団体によるボランティア・会員募集情報
- 団体情報：登録団体を分野別に掲載。ホームページがある団体は、リンクしています。
- 予約状況カレンダー：予約したい日の事前確認などにお役立てください。
- 申請書ダウンロード：団体の「登録・変更・廃止」申請書やアルプちゃん着ぐるみ使用承認申請書がダウンロードできます。

詳しくは松本市市民活動サポートセンターHPをご覧ください

## ■アルプちゃん

松本市のマスコットキャラクターのアルプちゃんの貸出も行っております。お子さま達からも大人気ですので、イベントやセレモニーなどで、ぜひお呼びください。（※政治・宗教・思想、営利等の活動に使用しないこと）登録団体でなくても、保育園・幼稚園・小学校、町会や地域の行事などでも申請可能です。まずは、アルプちゃんのスケジュール確認のため、サポートセンターまでお電話ください。なお、スケジュールが合わない場合はお断りすることもございますので、あらかじめご了承ください。（6カ月前から予約可能）



## ■ イベント情報 & ボランティア募集情報

### ◇ イベント情報

音訳録音ボランティア養成講座を開催します(全5回)

日時：①6月13日(木) ②6月20日(木)  
③6月27日(木) ④7月11日(木) ⑤7月18日(木)

会場：①②③松本市北部福祉複合施設ふくふくらいず  
3階ボランティアルーム  
④⑤松本市中央図書館 3階第1視聴覚室

料金：1,000円(資料代)

定員：15名

申込・問合せ

中央図書館：0263-32-0099

松本市朗読赤十字奉仕団ひびきの会

090-1867-2602(小柳)

### ◇ イベント情報

6月 「パソコン基礎講座」

会場：塩尻市市民交流センターえんぱーく2F ICT ルーム

日程：暮らしの文書～レターセット編～

6月3日 10:00～12:00

受講料 600円 テキスト代 150円

Excel2013 前半

6月17日・18日・20日・21日 10:00～12:00

Excel2013 後半

6月24日・25日・27日・28日 10:00～12:00

前半・後半それぞれ：受講料 2,400円 テキスト代 2,160円

申込：特定非営利活動法人グループHIYOKO

問合せ：塩尻市市民交流センター交流支援課

### ◇ ボランティア募集情報

SAD サークル Nagano あがり症の交流会

軽いあがり症～様々な心の病を引き起こす

過度な緊張感(社交不安症)の交流会

対象：一緒に楽しくお喋りし、カフェ巡りに

参加してくださる方♪10代～40代

日時：毎月第2・4日曜日 13:00～16:00

会場：松本市市民活動サポートセンター

※ボランティアさんも月会費 500円

(学生免除)

問合せ：SAD サークル Nagano

090-6539-1363(宮下)

sad\_nagano@yahoo.co.jp

## 新規登録団体紹介

### 善光寺街道歩き旅推進局

善光寺街道沿線地域の住民や、善光寺街道に関心を寄せる人々に対し、歩き旅の定着、沿線地域の相互理解と交流の促進に関する事業を行う

### 石窯スマイル研究会

石窯の普及啓発、使用活動情報提供等を通じ再生可能エネルギーの活用と地元産畜産物の消費を図り環境問題への寄与と地産地消の経済活動に寄与する

イベントやボランティア募集情報、嬉しいニュース等、サポートセンターまでお寄せください。通信やホームページに掲載いたします。



## 新スタッフ紹介

- 4月の人事異動で参りました、柳本と申します。不慣れなことも多いですが、一日も早く皆さんのお役に立てるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。(柳本)
- 今年度よりお世話になります丸山と申します。まだまだ不慣れでご迷惑をお掛けするかもしれませんが、少しずつでも皆さまのお役に立つことができるよう頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたします。(丸山)
- 3月からお世話になっております松坂と申します。市民活動団体の方々をサポートするお仕事は初めてで、無知ではありますが、早く仕事に慣れるよう頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたします。(松坂)

### プラチナサロン 6月

日時：6月13日(木) 10:00～15:00

午前：歴史散策『浅間温泉』

午後：歴史散策の振り返り

会場：市民活動サポートセンター

対象：おおむね55歳以上

参加費：300円(お茶代)

### プラチナサロン 7月

日時：7月11日(木) 10:00～15:00

午前：祭りのいわれについて

午後：ふれあいサロンに参加

会場：市民活動サポートセンター

対象：おおむね55歳以上

参加費：300円(お茶代)

### プラチナサロン 8月

日時：8月8日(木) 10:00～15:00

午前：「令和」の典拠『万葉集』の世界

午後：フルーツカービング

会場：市民活動サポートセンター

※当初の予定と内容が変更になりました。ご了承ください。

### ふれあいサロン 夏

日時：7月11日(木) 10:30～14:00

10:30～13:00：障がい者施設による販売会

13:00～14:00：生演奏での合唱

会場：市民活動サポートセンター

対象：どなたでも

参加費：無料



## 編集後記

ゴールデンウィークが終わってしまいました。長い方は10連休以上の方もいらっしゃるかもしれませんが、私はとくに何もせずに過ごしましたが、皆さんはいかがお過ごしでしたか?

さて、今号から通信の編集担当が変更になりました。新しいスタッフも加わりましたので、気持ちも新たに頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。(犬飼)