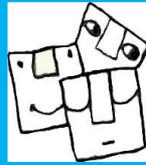


連



Vol. 131

【目次】

市民活動新年交流会、みこしP 実行委員募集	1
イベント情報	2～5
あすぴあだより&助成金情報	6
特集：シニア世代の輝ける道～地域デビュー～	7
イベントカレンダー	8

「連」は、主に市内の市民活動団体のイベント情報や活動の報告の他、助成金情報、市民活動支援センター“あすぴあ”の事業などをお知らせしています。



ホームページアドレスが出る QR コードです。

2014年12月11日発行 発行責任者 伊藤規子 小平市小川東町 2-13-4-203 ☎090-1707-0860  
http://kodaira-shimnet.jp/ e-mail:info@kodaira-shimnet.jp

## 2015 市民活動 新年交流会

【日時】2015年1月23日（金）17:00～19:30

【場所】小平市福祉会館4階小ホール

【参加費】1,000円

【主催】NPO 法人小平市民活動ネットワーク

【申込み】準備の都合上、1月20日（火）までに事務局・藤原までお申込みください。（FAX 042-323-5450、E-mail:fnoriko23@yahoo.co.jp）

どなたでも参加できます。タテ横ナナメのネットワーク作りに、自分の活動のアピールに、いろいろな人が集う交流会をどうぞお役立てください。チラシ持ち込み大歓迎！「何をしたいかわからないんだけど…」という方も新たな出会いがあるかもしれません。お気軽にご参加ください。

### “みこしプロジェクト”第2弾が始まりました！

「みこしプロジェクト」とは、“**み**んなでかつぐ **こ**だいらのこれからの **し**みんかつどう”を象徴する事業名です。

小平の街の未来をつくるのは“誰か”ではなく市民一人ひとりで。一人ではできない事もみんなで担ぐと叶うかもしれません。温めていた想いやアイデア、知恵や経験を出し合って1から何かやってみませんか？ NPO 法人小平市民活動ネットワークが応援します。

（第1弾では、若い世代の方と市民活動団体との出会いと交流に焦点を当てたイベント「ヤキイモタイムからはじまるつながりのはなし」を企画しました。）

### 実行委員募集中！

第2回実行委員会：2014年12月18日（木）18:00～ 小平市中央公民館学習室1

第3回実行委員会：2015年1月22日（木）18:00～ 小平市中央公民館学習室3

★活動期間：みこしプロジェクト第2弾終了（2015年7月頃）までの約1年間

★参加費：無料

★活動場所：小平市内公共施設ほか

【申込み・問合せ】お名前、ご連絡先、（もしあれば）所属する団体名をお知らせください。

・みこしプロジェクト実行委員会事務局 ☎090-1058-7263 E-mail:info@kodaira-shimnet.jp

・NPO 法人小平市民活動ネットワーク事務局 FAX 042-323-5450

◆ 文化 ◆

**こだいら雑学文化塾**

小平在住のさまざまな分野の知識や技能に長けた方々を講師にお招きし、自由に話し、心豊かな地域文化の交流の場を開いています。

【日時】12月14日(日) 13:30~15:30

講師：永田政弘さん(焙煎師)『珈琲の世界を楽しむ』すべては一杯のために」

【場所】[小平市福祉会館](#) 【参加費】資料代 100円

【問合せ】基太村 ☎042-343-3649

**サロンミニコンサート**

《1725年製のストラディバリウスのバイオリン》

バイオリン：黒澤誠登(東京フィルバイオリン奏者)

【日時】(参加費の記述のないものは無料です)

12月17日(水) 13:00~[永田珈琲](#) (珈琲付 1,000円)

25日(木) 14:30~[津田公民館](#) (500円)

1月12日(月) 11:20~[小川町2丁目児童館](#)

28日(水) 13:00~[永田珈琲](#) (珈琲付 1,000円)

29日(木) 11:00~[さわやか館](#)

【問合せ】バイオリンの音を楽しむ会(黒澤)

☎&Fax 042-341-3457

**小平こども劇場**

▼定期鑑賞会 舞台『しがらみの向こうに』

「高収入」という求人募集にさまざまなしがらみを抱えた連中が集まるが、仕事内容を知り心が揺れ動く。拒む者、迷う者、即決する者。大阪梅田の繁華街の一室でその仕事は始まった。

【日時】12月20日(土) 18:45 開演

【場所】[清瀬市けやきホール](#) (清瀬駅北口徒歩5分)

【対象】小学3年生~大人

【参加費】3,300円(2ヶ月分の会費+入会金)

▼わくわくフシギ探検隊!冬編

一度参加したらはまっちゃう!楽しい時間へようこそ!

【日時・対象・内容】1月18日(日)

① 10:00~12:00(幼児4歳~6歳)=秘密の探検=

② 13:30~16:30(小学生)=冬の巻=

【場所】①[小平市中央公民館](#)学習室4 ②同和室(けやき)

【定員】30名(先着順) 【参加費】500円

\*この活動は[子どもゆめ基金](#)の助成を受けて行います。

▼~0・1・2・3才のみる・きく・あそぶ~[ここいん](#)

【日時・内容・場所】1月22日(木) 10:00~12:00

[アフタフ・バーバン](#)の表現あそびワークショップ

絵本を題材に遊びの世界を広げます。

【場所】[ルネこだいら](#)レセプションホール

【参加費】500円

\*この活動は[子どもゆめ基金](#)の助成を受けて行います。

以上3件の【申込み・問合せ】小平こども劇場

☎&FAX 042-347-7211

E-mail:[kodaira.kodomo.gekijyo@s2.dion.ne.jp](mailto:kodaira.kodomo.gekijyo@s2.dion.ne.jp)

<http://www.ab.auone-net.jp/~gekijyo/index.html>

**クリスマスコンサート in ガスミュージアム**

〈出演〉[小平市少年少女合唱団](#)、[錦城高校室内楽部](#)

【日時】12月21日(日) 14:00~15:30

【場所】[ガスミュージアム](#) [ガス灯ホール](#)

【定員】60席(先着順、下記問合せ先へ電話予約)

【参加費】無料

【問合せ】[ガス資料館](#) (小平市大沼町4-31-25)

☎042-342-1715

**うたごえ喫茶 in 元気村**

うたごえを通して、住民同士のふれあいが広がり、この地域に住んで良かったと思えるようになればいいなと願っています。

【日時】12月23日(火・祝) 13:00~16:00

クリスマスうたごえパーティー

2015年の予定…1月26日(月) 18:30~

【場所】[小平元気村おがわ東](#)第2会議室

【参加費】500円

【連絡先】[村瀬](#) ☎042-344-5985、[荻島](#) ☎042-345-4403

第166回16ミリ映画をみる会

**雲ながるる果てに**

1953年新世紀映画作品 モノクロ 100分

〈作品紹介〉ベストセラーになった同名の学徒航空兵の手記を元に、太平洋戦争末期の昭和20年春、知覧を舞台にさまざまな思いを胸に秘めた学徒兵たちの短い青春の姿を描く。

【日時】1月17日(土) 18:30~

【場所】[小平市中央公民館](#)講座室1

【問合せ】[関根](#) ☎042-342-3435

**ユネスコ・ニューイヤーコンサート 2015**

〈出演〉[関東ジャズ](#)(座間キャンプ・在日米陸軍軍楽隊)

【日時】1月17日(土) 13:30 開演

【場所】[ルネこだいら](#)中ホール

【参加費】1,000円、全席自由

【主催】[小平ユネスコ協会](#)

【問合せ】事務局 [西村](#) ☎090-3800-4711

**新春タンゴコンサート**

〈出演〉[熊田洋](#)、[近藤久美子](#)、[東谷健司](#)、[北村聡](#)

【日時】1月17日(土) 15:00 開演

【場所】[小平市中央公民館](#)ホール

【参加費】2,000円

【申込み】[ファーマイ](#) ☎042-308-0903

URL <http://farmei.fc2web.com/>

## 朗読小平教室「ひびき」 第7回発表会

～ドラマティック・リーディングをめざして～

〈プログラム〉内海隆一郎作『釣り竿』、藤沢周平作『夜の雪』、さねとうあきら作『おにひめさま』、川端康成作『ざくろ』、藤沢周平作『桐畑に雨のふる日』、萩坂昇再話『あとかくしの雪』

【日時】1月18日(日) 9:45 開演

【場所】[小平市中央公民館](#)ホール

【参加費】無料

【問合せ】朗読小平教室「ひびき」 ☎042-395-2328 (坂本)、☎042-392-8894 (滝来)

## ◆ シニア ◆

### はじめてのパソコンサークル

[小平IT推進市民グループ](#)のメンバーが、ワード、エクセル、デジカメなどの疑問にお答えします。予約は不要、自由に参加できます。

【日時】毎週火曜日

1 2月16日 9:30～12:00 [中央公民館](#)学習室4

1月6日 9:30～12:00 [中央公民館](#)学習室4

1 3日 13:30～16:00 [元気村あすびあ](#)会議室

2 0日 お休み

2 7日 9:30～12:00 [元気村あすびあ](#)会議室

【参加費】1回 200円

【主催・問合せ】小平IT推進市民グループ

<http://kodaira-it.jp/hazimete/>

<お願い>会場にはパソコンがありませんのでノートパソコンと電源コードをお持ちください。元気村あすびあ会議室ではインターネットに接続できますが、中央公民館ではその設備はありません。

### 熟年いきいき会

■コミュニティ・カフェ「おしゃべりサロン」

【日時】1月8日(木) 13:30～16:00

【場所】[小平市福祉会館](#)第2集会室

【参加費】資料・お茶代 200円 予約不要、自由参加

■みんなで話しましょう「今年はこんな年にしよう！」

【日時】1月16日(金) 13:30～16:00

【場所】[小平市中央公民館](#)学習室4

【参加費】資料・お茶代 200円 予約不要、自由参加

■みんなで唄いましょう♪第34回「市民うたごえ祭り」

【日時】1月22日(木) 13:30～15:30

【場所】[小平市中央公民館](#)ホール

【参加費】歌詞集代 200円 予約不要、自由参加

以上の【主催・問合せ】

熟年いきいき会 太田 ☎&Fax 042-341-8604

## ◆ 福祉 ◆

ハートピアすぺーすまいらいふ&まいわーく事業

～若者が社会参加するために必要なABCを学ぶ支援事業～

◎認知行動療法実践(中級)講座(10回シリーズ)

第7回「ソクラテス式質問の仕方」講師:(独)国立精神神経医療研究センター病院心理療法士 稲森晃一氏

【日時】12月17日(水) 10:00～12:00

【場所】[小平市福祉会館](#)第3集会室

◎「7つの習慣」学習会(7回シリーズ)

第5回「第8の習慣(効果から偉大へ)」ボイス(内面の声)を発見するリーダーのための第8の習慣について一緒に学んでみませんか。

【日時】1月7日(水) 10:00～12:00

【場所】[小平市福祉会館](#)第3集会室

以上2件とも【定員】10名 【参加費】無料

【主催・申込み・問合せ】NPO小平ハートピア 永瀬

☎&Fax 042-401-8833

E-mail: [heartpia@wish.ocn.ne.jp](mailto:heartpia@wish.ocn.ne.jp)

\*この事業は[真如苑市民活動公募助成](#)事業です。

### 喫茶〈サタデーひだまり〉

障がいのある方、そうでない方、家族の方、子どもさん、高齢者など、地域の方々がどなたでも楽しく集える居場所です。飛び入りのボランティアの方々による演奏もあります。〈メニュー〉コーヒー、紅茶、ジュースなど。クッキーが付いて各1杯100円。

【日時】原則毎月第3土曜日 13:00～17:00

1 2月20日、1月17日

【場所】[小平元気村おがわ東](#)2階第2会議室(予定)

【主催・問合せ】[精神保健福祉ボランティアの会](#)

ひだまり 八木 ☎042-309-7984

### 小平市脳卒中患者友の会(ピアズ小平)

#### 第17回交流会

脳卒中患者と家族が社会貢献をする会です。経験者、ご家族、興味のある方、どなたでもご参加いただけます。

【日時】1月10日(土) 14:00～16:00

【場所】[あおぞら福祉センター](#)1階会議室

【参加費】100円 \*参加される方は事前連絡を。

【問合せ】中村 ☎070-5517-2642

E-mail: [piazukodaira@jcom.zaq.ne.jp](mailto:piazukodaira@jcom.zaq.ne.jp)

\*ホームページ立ち上げ・作成・運営等広報を担当してくれるボランティアを募集中!

### 小平市市民活動支援公募事業

精神障がいを考える映画上映と体験発表

#### 「むかしMattoの町があった」

イタリア精神保健改革の過渡期を舞台に、精神科医の苦悩と患者との交流を描いた映画上映と、リハビリから社会復帰を目指す当事者の体験発表を通じて、精神障がいに対する理解を深めます。

【日時】1月31日(土) 12:00～16:25

【場所】[小平市中央公民館](#)ホール

【参加費】300円【定員】80名(先着順)

【主催】[クラブハウスはばたき賛助会](#)

【申込み】1月30日までに☎・FAX・電子メールで問合せ先へ。

【問合せ】クラブハウスはばたき内賛助会事務局

☎&FAX 042-403-4099

E-mail: [ch.habataki.matto@gmail.com](mailto:ch.habataki.matto@gmail.com)

## ◆ 子ども ◆

### きららの予定

(時間の記載のないところは 10:00～)

#### ◎子育て広場 (全て申込み不要、無料)

- 12月16日(火) ベビー**四小** 工作、おしゃべり  
**はなこ** 絵本の読み聞かせ  
18日(木) ベビー**三小** ティータイム  
22日(月) **津田** お誕生会  
26日(金) **中央** おしゃべり  
1月6日(火) 11:00～12:30 **白梅** おしゃべり  
8日(木) だっこ (**中野産婦人科** 産院ホール)

#### ◎産前産後のからだを整えるヨガ

12月19日(金) 10:30～11:45 **中野産婦人科** ホール。妊娠中期以降の妊婦さんと産後6ヶ月までのママ(赤ちゃん同行OK)、定員8人、費用700円  
講師:宮井桂子さん (**IHTA** 認定ヨガインストラクター)

#### ◎絵本の時間 絵本の紹介や読み聞かせ

1月8日(木) 10:30～12:30 時間内出入り自由  
**きらら事務所**、無料  
以上の【申込み・問合せ】**NPO 法人子育てサポートきらら** ☎042-321-0340  
E-mail:[kirara\\_0305kodaira@yahoo.co.jp](mailto:kirara_0305kodaira@yahoo.co.jp)

### 自由遊びの会

【日時・内容】12月20日(土) お餅つき  
10:00～愛のチャイム頃 出入り自由 \*雨天中止  
【場所】**子どもキャンプ場&きつねっぱら公園**  
【参加費】無料、カンパー100円\*食材の用意があるので、いつもより多めのカンパ、お手伝いをよろしく!  
【持ち物】本人が必要な物。汚れてもいい暖かい服装で!  
【主催】NPO 法人こだいら自由遊びの会  
【問合せ】足立☎090-1771-7431、佐藤☎090-1613-4442  
<http://plaza.rakuten.co.jp/kodairaplaypark/>  
\*天候悪化などで中止の場合はHPをご確認ください。

### こだいらおもちゃ図書館こっぺ

障害のある子もない子と一緒に遊びましょう。親同士集まって気軽に話し合える場として活動しています。

■**ぐらんこっぺ**: : 広～い和室でみんなで遊ぼう!

【日時】1月10日(土) 13:00～15:00

【場所】**小平市福祉会館**和室

■**ぶちこっぺ**: 楽しいおもちゃがたくさんあるよ  
お弁当持ち込みOK! 0歳のあかちゃんもどうぞ。

【日時】1月23日(金) 10:00～13:00

【場所】**小平市福祉会館**第1集会室

【問合せ】こっぺの会 高橋☎042-345-1905

梅田☎042-344-2535 佐藤☎042-453-3456

こだいらネット (<http://www.kodaira-net.jp/>) の「非営利活動」で検索。\*この事業は**歳末たすけあい地域福祉活動募金**による助成を受けています。

## ◆ まちづくり ◆

### 小平西地区・地域ネットワーク地域懇談会 神明宮から見た地域コミュニティ活動

講演者:宮崎和美さん (**小平神明宮** 宮司、**小平神明幼稚園** 園長)

大学と小平西地域(府中街道以西)の住民で「顔の見える関係づくり」を目指してスタートして3年目。今回は宮司のかたわら幼稚園園長として子どもたちの成長を支えている宮崎和美さんのお話と交流を行います。

【日時】12月16日(火) 18:00～20:00

【場所】**白梅学園大学** I-13 講義室(生協奥)

【参加費】無料

【問合せ】白梅学園大学(森山千賀子)

[moriyama@shiraume.ac.jp](mailto:moriyama@shiraume.ac.jp)

☎042-346-5639 (企画調整室)

### こだいら市民提言の会 定例会

～小平市の補助費・補助金～

財政白書パートⅡ

【日時】12月19日(金) 14:30～17:00、

1月10日(土) 10:00～12:00、1月23日

(金) 14:30～17:00

【場所】いずれも**花小金井北公民館**

【問合せ】古家☎090-9675-6855

## ◆ 男女共同参画 ◆

### 病院では教えない 父母になるために本当に大切なこと

**世田谷区立男女共同参画センターらぶらす** 区民企画協働事業

夫婦仲良く楽しく子育てしたい! 産後クライシスって実際どうなの? イクメンになりたい、なっほしい! 出産後も共働きしたい! 2人目妊娠中、産後の生活が心配……というカップルにおすすめです。

講師:仲井果菜子さん (**NPO 法人マドレボニータ** 産後セルフケアインストラクター)

【日時】①1月18日(日)、②31日(土)、

③2月22日(日) いずれも 14:00～16:00

3日間とも同じ内容です。

【場所】**世田谷区立男女共同参画センターらぶらす** 研修室3・4(世田谷区北沢2-8-18 **北沢タウンホール** 11階)

【対象・定員】妊娠中・出産後・妊娠を考えている女性とそのパートナー、各回20組40名

【参加費】資料代1組1,000円

【保育】あり(生後5ヶ月～就学前)、要予約、先着順  
申込み〆切①②1月10日(土) ③2月4日(水)

\*生後5ヶ月までのお子さんは同伴参加可。

【主催】NPO 法人マドレボニータ世田谷チーム、世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

【申込み・問合せ】☎080-6938-3747 FAX☎03-6751-3070  
(いずれも平日 10:00～17:00)

子供は配偶者暴力(DV)に気づいています  
児童虐待防止法では、子供がいる家庭で起こるDVは児童虐待に当たるとされています。DVが子どもたちの心身や発達に及ぼす影響を知り、大人に何ができるのかを考えてみましょう。

〈プログラム〉講演①13:00～「子供への影響と対応」  
講師：白川美也子さん(精神科医) 講演②15:15～「DVと子供～子供支援の現場では今～」講師：鈴木秀洋さん(文京区男女協働・子ども家庭支援センター担当課長)

【日時】1月31日(土) 13:00～16:15  
【場所】東京ウィメンズプラザ B1階ホール(渋谷区神宮前5-53-67、青山学院大学向かい)

【定員】250名【参加費】無料  
【保育】先着12名、要事前申込み、〆切1月23日(金)  
【申込み・問合せ】東京都生活文化局都民生活部 東京ウィメンズプラザ事業推進係「DV防止講演会」担当  
☎03-5467-1980 FAX 03-5467-1977  
E-mail: [wkoza@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp](mailto:wkoza@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp)

◆ NPO ◆

ききマネ講座  
「NPOとお金～財源と助成金の基礎を学ぶ～」  
多くの団体が資金不足に悩んでいます。自分たちの活動にあった資金によって、ミッションの達成を実現するために、NPOの財源や助成金の基礎、申請のポイントを一緒に考えます。

【日時】1月14日(水) 18:30～21:00  
【場所】東京ボランティア・市民活動センター会議室(飯田橋セントラルプラザ10階)  
【参加費】2,000円(NPOの活動資金についてわかりやすく紹介したテキスト付き)  
【定員】60名(先着順)  
【問合せ】東京ボランティア・市民活動センター(相談担当) ☎03-3235-1171 FAX 03-3235-0050

◆ 環境 ◆

地球の未来をあきらめない

歌・音楽を楽しみながら、再生エネルギーや原発の問題の「今」について語り、学びます。

〈内容〉Part1 ダニー・ネフセタイさんによる講演会「戦争と平和と脱原発」、Part2 コンサート(工房フォーラム、他)、Part3 トーク&ライブ  
【日時】12月28日(日) 12:10 開場  
【場所】森と人の情報館 青らんぎ  
【参加費】大人1,000円、高校生以下500円、小学生以下無料。但し飲み物・食事は別途注文。  
【問合せ】工房フォーラム 中川 ☎080-5458-1252

小平市いきいき協働事業

省エネ・創エネフェア

自立型太陽光発電装置作りやミニセミナー、相談コー

ナー、旬な省エネ・創エネ情報満載のパネル展示など盛りだくさんのフェアです。

【日時】1月16日(金)～18日(日)  
【場所】小平市中央公民館ギャラリー  
【参加費】無料 \*但し、「ベランダ太陽光発電組立セミナー」で装置を組み立て持ち帰りたい方は装置代(25,000円)がかかります(要事前申込み)。  
【問合せ】市民共同発電所・NPO 法人こだいらソーラー ☎042-467-2861 E-mail: [kodaira.solar@gmail.com](mailto:kodaira.solar@gmail.com)

◆ 募集・その他 ◆

講師(勉強のお相手)の募集

白梅学園大学 [小平西地区・地域ネットワーク](#)で行っている「中学生勉強会」にボランティア(無償)で関わってくれる人を募集します。

【開催日時】毎週木曜日 18:00～20:00  
【場所】小平市小川公民館  
【対象・定員】退職した市民、主婦、学生など(教職免許不要)、10人  
【科目】国語、英語、数学を基本  
【主催】白梅学園大学・小平西地区地域ネットワーク  
【問合せ】奈良(白梅学園大学教育・福祉研究センター一研究員) ☎090-4435-4306 FAX 042-344-7237

鉄道模型サークルメンバー募集中

製作したNゲージレイアウトで車両を走らせて楽しみながら、子どもたちと遊び、高齢者施設でのボランティア活動等を通じて、地域に関わっていくことを目的としたサークルメンバーを募集します。遊び方や工作指導他は実践を通して覚えていただきます。まずは一度、下記「土曜子ども広場友・遊」の見学にお越しください。

【活動場所】小川公民館(第1土曜日) & 中央公民館(第3土曜日) 開催の「土曜子ども広場 友・遊」  
【活動内容】Nゲージレイアウト(ジオラマ)の作成、工作指導、車両や線路の整備・修復など。  
【問合せ】伊藤 ☎042-346-0232

『やっぱりこだいらが好き。Vol.3  
～あすに ひらけ こだいら～』発行!

市制施行50周年(平成24年)を期に中央公民館のパソコン講座として発足したグループが、パソコン技術を学ぶだけでなく、市内の人や団体等の取材を通じて、小平の良さを知ってもらおうとインタビューしたものを編集、校正したものです。ふるさと小平のよさを多くの方に伝えていく、市民による市民のためのふるさと冊子。ぜひこの冊子を手にして小平のよさを再発見してください。

【入手先】小平市中央公民館で無料配布中。小平市内の図書館でも借りられます。  
【問合せ】小平市中央公民館 こだいらふるさと冊子編集プロジェクト(担当:川口、萩元) ☎042-341-0861 E-mail: [kominkan@city.kodaira.lg.jp](mailto:kominkan@city.kodaira.lg.jp)

団塊世代の大量退職が注目を集めた「2007年問題」、その活力と有能な人材をいかに地域で活かすかは、市民活動でも大きな課題でした。女性の場合は主婦として母親として地域と関わる機会を持つ方も多いですが、ほとんど家に帰るだけだった男性たちが、我が家のある地域での生活にすぐに馴染めるとは限りません。でも、ちょっとアンテナを立ててみると地域デビューのキッカケはいくつかあります。そのヒントになればと、今号では「シルバー大学」「男の料理教室」「お父さんお帰りなさいパーティー」をご紹介します。

◆シルバー大学は小平市中央公民館の看板事業で、半年ごとに開催していた時期もありましたが、平成25年度(44期)から通年化とともに2年制になりました(現在の1年生が45期生、2年生が44期生)。講座内容も参加体験型のプログラムとなり、「教養講座や健康講座は他でも聞ける。学んだことを活かしたい」という受講者からの要望もあり、知識の習得で終わらず、それを地域でどう活かすかまで含めたプログラムで、“学びの循環をつくる”ことが目的です。“循環”のひとつは、地域活動の体験とインタビューを通して様々な地域課題を体感し、それらを解決するために自分たちにできることをイベントとして企画運営して社会還元すること、ふたつめは2年生が1年生に学びの支援をすることです。5月～翌年3月の間に1年生2年生ともに40回前後という長丁場の講座ですが、講座の中で表現あそびやコミュニケーションを学んだり、親睦ツアーもあったりして、「年齢の近いたくさんの人と出会い、メリハリのある内容で楽しかった」「新しい見方を発見、人生後半が面白い」などの感想が寄せられています。ここから「むかし遊び応援団」や「学習支援隊」「おじさま支隊」などが生まれ、各地で活動しているそうです。OB会を結成している期もあれば、19期から44期までの縦のつながり「シルバー大学連絡会」も始まり、人脈がどんどん広がる仕組みがあるようです。

◆男の料理教室 6～7月にかけて行われた2つの料理教室の様子をそれぞれの館長さんにお聞きしました。津田公民館の『男飯～基本から学ぶ簡単料理～』は、働いている人も参加できるようにと土曜の夜6回の講座で、電子レンジやオーブントースターを使って手軽に本格的な料理を作れるプログラムを組みました。参加者15名の多くが料理初心者でしたが、自発的に参加しただけあって欠席はほとんどなく、グループのメンバーを途中でシャッフルしたりしてさらに親睦も深めたようです。残念ながら終了後のサークル化には至らず、小山館長が他の館で活動しているサークルを紹介したそうです。また、大沼公民館の『はじめて学ぶ男の料理』は、高齢者学級として水曜日の午前中5回の講座で、ご飯の炊き方から包丁使い、蒸す・炒める・揚げるなどの基本の調理法という“基本のキ”を学ぶものでしたが、大沼公民館初の料理教室ということも

あってか、定員の1.5倍の応募があり抽選になったとのこと。講座終了後6名が「自分たちで復習したい」とサークルをつくったと笹川館長は話していました。

一方、小川西町公民館の料理教室から生まれたサークル「ダンディクッキング」はすでに8年のキャリアがあります。代表の松永氏によると、ご本人はいずれ一人になった時に困らないようにと2006年に受講。4回のプログラム終了後、館長からの声かけでサークル化し、現在は16名で毎月1回料理研究家の先生の指導の下で活動しているそうです。メンバーの入れ替わりも多少あるものの、長く続けてこられたコツは“協力しあってやること”だそうです。今年秋には、島田館長の声かけで障害者福祉センターまつりで焼きそば屋台を開店、個人の域から一歩踏み出した活動も始まったようでした。館長によると、リタイア世代向けの仲間づくりを目的に、今年度は野菜作りの講座も企画、5月から8月上旬にかけての10回講座に定員を上回る応募があったそうです。班ごとに作業をして一緒に汗をかき、収穫の喜びを共にすることがその後の仲間づくりに繋がっているようでした。

◆お父さんお帰りなさいパーティーは、リタイアした方々の地域デビューのきっかけづくりを目的に各地で行われていますが、小平市では小平市社会福祉協議会が平成13年に始めました。その時参加したメンバーが「同じような方々のお手伝いのできれば」と、地域デビュー支援サークル「とまり木」を結成、現在では年1回のそのパーティーの他に、フォローアップとして「とまり木仲間づくりパーティー」も主催しています。現在「とまり木」の会員は45名、毎月定例で集まり、見学会や研修会、会員の交流などを行っていて、中には各種福祉施設でのボランティア活動を行っている会員もいます。他にも、広く中高齢者のために市内のサークル紹介の資料を提供したりサークルの交流会なども企画したり、また「とまり木」の会員から新しいサークルを見つけて巣立って行くのも自由と、まさに名前の通り地域デビューのための“とまり木”の役割も果たしていると、代表の西村さんは話していました。



12月3日(水)に行われた“あすぴあ”交流サロン「シニア世代の 趣味をいかした仲間づくり」では、そろばんやパソコン、和風やNゲージレイアウトなど、最初は個人の好きなことがきっかけで仲間が集い、それが社会に貢献する活動に発展している人たちのお話を聞くことができました。

さあ、あなたも地域で力を発揮してみませんか！ (文責：田原)

# あすぴあだより

小平市民活動支援センター

12月



## あすぴあ市民活動パワーアップ講座

### 『防災 市民活動の視点から考える』

小平に地震が起きたらあなたはどのように行動しますか？立川断層帯地震発生を想定して、訓練用シナリオに基づきイメージトレーニングを行います。大規模災害発生時の地域や市民活動のあり方について一緒に考えませんか。

〈講師〉防災士 高橋静さん (3.11 に学ぶ小平の減災を考える会)、小平市防災安全課担当者、こだいらボランティアセンター担当者

【日時】2015年1月31日(土) 13:30~16:30

【場所】小平元気村おがわ東第2会議室

【定員】30名【参加費】無料

【保育】6名(1才から就学前まで)、お菓子代100円、先着順、要申し込み(〆切 1月24日)

【申込み】1月30日(金)までにあすぴあへ。

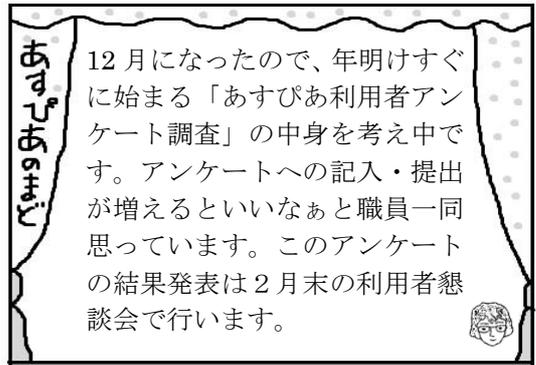


交流スペースでは「小平ターゲット・バードゴルフ協会」の活動を展示中です(12月末まで)。1月からは「NPO法人子ども未来研究所みりーあーと」の予定。展示をご希望の団体は窓口までお知らせください。

2010.4.1からNPO法人小平市民活動ネットワークが指定管理者として小平市民活動支援センターの管理運営をしています。

## あすぴあなんでも相談室から

あすぴあには日々さまざまな相談が寄せられています。例えば……「これから何か活動したいんだけど、何をしたらいいかしら」「講座のやり方を知りたい」「NPO法人格取得の仕方を教えて!」「イベントでテントやアンプを使いたいけど、どこで借りられる?」などや、他市からNPOフェスタに関する問合せもありました。専門的な内容に関しては専門家にお繋ぎすることも可能です。お気軽にご相談をお寄せ下さい。



12月になったので、年明けすぐに始まる「あすぴあ利用者アンケート調査」の中身を考え中です。アンケートへの記入・提出が増えるといいなあと職員一同思っています。このアンケートの結果発表は2月末の利用者懇談会でを行います。

お問合せは小平市民活動支援センターあすぴあへ  
☎ 042-348-2104、9:00~17:00

(月・祝および奇数月第2日曜休館)

E-mail: [info@kodaira-shiminkatsudo-ctr.jp](mailto:info@kodaira-shiminkatsudo-ctr.jp)

URL: <http://kodaira-shiminkatsudo-ctr.jp>



## ☀ 助成金情報 ☀

### 住まいとコミュニティ活動助成

【対象事業】住まいとコミュニティづくりに関わる以下のような分野の活動。社会のニーズに対応した住まいづくり、住環境の保全・向上、地域コミュニティの創造・活性化、安全で安心して暮らせる地域の実現、その他。

【対象期間】2015年4月1日~2016年3月31日

【助成金額】1件につき上限100万円、但し「2015年度テーマ助成」に関しては上限200万円。\*「2015年度テーマ助成」とは、既存の施設を活用して地域の活性化を図る活動

【〆切】2015年1月20日(火) 必着

【問合せ】一般財団法人ハウジングアンドコミュニティ財団(助成係) ☎03-6809-1408 FAX 03-6809-1438

URL: <http://www.hc-zaidan.or.jp/>

### アステラス・スターライトパートナー患者会助成

【対象事業】●会の自立や育成につながる活動(例:医療講

演会や勉強会・疾患啓発イベント・相談会や交流会の開催、患者会や患者家族会の役割や活動がわかりやすく紹介できる冊子の作成、緊急時や大災害に対する会の取り組みなど)

●人材育成が期待できる活動(リーダー研修やピア・サポート研修等の自主開催、研修用資材の自主作成、他団体が開催する研修会やイベントへの参加、役員・リーダー研修への派遣費用等)

【対象期間】1年間(2015年4月1日~2016年3月末)1年間(~2017年3月末)

【助成金額】1件につき上限50万円を、総額850万円

【〆切】2015年1月30日(金)当日消印有効

【問合せ】アステラス製薬総務部スターライトパートナー事務局 ☎03-3244-5110 FAX 03-5201-6611

E-mail: [star-light@jp.astellas.com](mailto:star-light@jp.astellas.com)

URL: <http://www.astellas.com/jp/>

12/14	日	・ <a href="#">こだいら雑学文化塾</a> 『 <a href="#">珈琲の世界を楽しむ</a> 』すべては一杯のために」
15	月	
16	火	・ <a href="#">はじめてのパソコンサークル</a> ・ <a href="#">きららベビー四小</a> 、 <a href="#">きららはなこ</a> ・ <a href="#">小平西地区・地域ネットワーク</a> 地域懇談会「 <a href="#">神明宮から見た地域コミュニティ活動</a> 」
17	水	・ <a href="#">サロンミニコンサート</a> ・ <a href="#">ハートピア認知行動療法実践講座</a>
18	木	・ <a href="#">きららベビー三小</a> ・ <a href="#">みこしプロジェクト</a> 第2弾実行委員会
19	金	・ <a href="#">きらら</a> 産前産後のからだを整えるヨガ ・ <a href="#">こだいら市民提言の会</a> 定例会
20	土	・ <a href="#">小平子ども劇場</a> 定期鑑賞会 舞台『 <a href="#">しがらみの向こうに</a> 』 ・ <a href="#">自由遊びの会</a> お餅つき ・ <a href="#">喫茶</a> 〈 <a href="#">サタデーひだまり</a> 〉
21	日	・ <a href="#">クリスマスコンサート in ガスミュージアム</a>
22	月	・ <a href="#">きらら</a> 津田
23	火	・ <a href="#">うたごえ喫茶</a> in <a href="#">元気村</a>
24	水	
25	木	・ <a href="#">サロンミニコンサート</a>
26	金	・ <a href="#">きらら</a> 中央
27	土	
28	日	・ <a href="#">地球の未来をあきらめない</a>
29	月	
30	火	
31	水	
1/ 1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	・ <a href="#">きらら</a> 白梅 ・ <a href="#">はじめてのパソコンサークル</a>
7	水	・ <a href="#">ハートピア</a> 「 <a href="#">7つの習慣</a> 」学習会
8	木	・ <a href="#">きらら</a> <a href="#">だっこ</a> 、 <a href="#">きらら</a> <a href="#">絵本の時間</a> ・ <a href="#">コミュニティ・カフェ</a> 「 <a href="#">おしゃべりサロン</a> 」
9	金	
10	土	・ <a href="#">おもちゃ図書館</a> <a href="#">ぐらんこっぺ</a> ・ <a href="#">こだいら市民提言の会</a> 定例会 ・ <a href="#">小平市脳卒中患者友の会</a> 第17回交流会
11	日	
12	月	・ <a href="#">サロンミニコンサート</a>
13	火	・ <a href="#">はじめてのパソコンサークル</a>
14	水	・ <a href="#">ききマネ講座</a> 「 <a href="#">NPO とお金～財源と助成金の基礎を学ぶ～</a> 」
15	木	
16	金	・ <a href="#">みんなで話しましょう</a> 「 <a href="#">今年はこの年にしよう</a> 」 ・ <a href="#">省エネ・創エネフェア</a> (～18)
17	土	・ <a href="#">ユネスコ・ニューイヤー・コンサート</a> 2015 ・ <a href="#">新春タンゴコンサート</a> ・16 ミリ映画「 <a href="#">雲ながるる果てに</a> 」 ・ <a href="#">喫茶</a> 〈 <a href="#">サタデーひだまり</a> 〉

18	日	・ <a href="#">わくわくフシギ探検隊！ 冬編</a> ・朗読小平教室「 <a href="#">ひびき</a> 」第7回発表会 ・ <a href="#">世田谷区立男女共同参画センターらぶらす</a> 「 <a href="#">病院では教えない 父母になるために本当に大切なこと</a> 」
19	月	
20	火	
21	水	
22	木	・ <a href="#">みこしプロジェクト</a> 第2弾実行委員会 ・ <a href="#">こころん</a> アフタフ・バーバンの表現あそびワークショップ ・第34回「 <a href="#">市民うたごえ祭り</a> 」
23	金	・ <a href="#">市民活動新年交流会</a> ・ <a href="#">おもちゃ図書館</a> <a href="#">ぶちこっぺ</a> ・ <a href="#">こだいら市民提言の会</a> 定例会
24	土	
25	日	
26	月	・ <a href="#">うたごえ喫茶</a> in <a href="#">元気村</a>
27	火	・ <a href="#">はじめてのパソコンサークル</a>
28	水	・ <a href="#">サロンミニコンサート</a>
29	木	・ <a href="#">サロンミニコンサート</a>
30	金	
31	土	・ <a href="#">あすぴあ市民活動パワーアップ講座</a> 『 <a href="#">防災 市民活動の視点から考える</a> 』 ・ <a href="#">世田谷区立男女共同参画センターらぶらす</a> 「 <a href="#">病院では教えない 父母になるために本当に大切なこと</a> 」 ・ <a href="#">東京ウィメンズプラザ</a> 講演会「 <a href="#">子供は配偶者暴力(DV)に気づいています</a> 」 ・ <a href="#">精神障がい</a> を考える映画上映と体験発表「 <a href="#">むかしMattoの町があった</a> 」

各イベントの詳細は本文をご覧ください。

●[中央公民館](#)ギャラリーの催し物(予定)●

12/16(火)～21(日) 創美会

2015年

1/6(火)～11(日) 芳墨会

1/15(木)～18(日) 省エネ・創エネフェア

1/21(水)～25(日) 学び舎江戸東京ユネスコクラブ活動展示会・発表会

〈初日は準備で、午後または翌日からの鑑賞となる場合があります。内容は変更になる場合もあります。〉

[NPO法人小平市民活動ネットワーク](#)入会案内

正会員(団体/個人): 入会金1000円、会費(半年分)500円

賛助会員(団体/個人): 1口1000円/年(何口でも)

入会ご希望の団体または個人は、はがきに連絡先(氏名・ふりがな・〒・住所・電話・FAX・e-mail)、正会員・賛助会員(口数)の別、個人入会・団体入会の別、団体会員の方は団体名・ふりがな・代表者氏名を記入の上、事務局〒187-0044 小平市喜平町3-2-9-508 藤原宛にお送り下さい。現在の会員数: 正会員40団体・個人23名、賛助会員4団体・個人19名

情報募集

イベント情報、団体の活動紹介、募集など何でも。大きさは25字×15行くらい。紙面の都合上、いただいた原稿の内容を割愛させていただくことがあります。掲載は原則無料ですが、掲載・不掲載の連絡はしませんのでご了承ください。〆切: 毎月3日、発行10日。連絡先: e-mail: [info@kodaira-shimnet.jp](mailto:info@kodaira-shimnet.jp) FAX 042-325-5784 (田原)  
★活動を取材してほしい方はご相談ください。