

## ほらぶら 月間情報

2023 3月

- : プラザ催しなど
- : ボランティア・市民活動団体催しなど
- ▲ : 市民活動センターで行われる上記団体催し
- : ほらぶら 休業日

日	曜日	催し物	
1	水	さくら草の会交流会	▲
2	木		
3	金	高齢者ボランティアポイント研修会	●
4	土	おもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
5	日	観て！みて！人形劇	▲
6	月	コミュニケーションマーじゃん体験会	▲
7	火		
8	水		
9	木	育児ファミサポ子育てサポート講座	●
10	金	高齢者ボランティアポイント説明会 ボランティア・市民活動団体活動相談会	●
11	土		
12	日		
13	月		
14	火		
15	水	さくら草の会交流会	▲
16	木	市民活動センター 休館日	
17	金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
18	土	おもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
19	日	伴走・伴歩ボランティア養成講座	●
20	月	コミュニケーションマーじゃん体験会	▲
21	火		
22	水		
23	木		
24	金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
25	土	きょうだいかい ふたつばクロバー	▲
26	日		
27	月	Happiness ♪公開練習 BANBAN しゃべろう会	▲
28	火		
29	水	さくら草の会交流会	▲
30	木		
31	金		

### ～なったら もうけもの～ みきおもちゃ病院

セカンドライフ応援講座「おもちゃドクター養成塾」を修了したボランティアで「三木おもちゃ病院ドクターグループ」が結成され、病院を開設しています。

- 開院日：毎月第1・3㊥ 10:00～12:00
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 問合せ：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090

### 観て！みて！人形劇！

三木市内外で活動する4つのグループによる人形劇の公演を実施します。画面での映像では味わえない、生の人形劇の魅力をお楽しみください。

- 日 時：3月5日㊥ 10:30～12:00 (開場 10:15)
- 会 場：三木市立市民活動センター大会議室
- 入場料：無料 (申込不要)
- 問合せ：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090

### 高齢者ボランティアポイント事業 説明会

市内の施設でボランティアすることで、地域貢献や社会参加をしてみませんか？三木市内に住む65歳以上のみなさん、お待ちしております。

- 日 時：毎週金曜日 9:00～10:00
- 場 所：三木市立市民活動センター
- 問合せ：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090

### 伴走伴歩ボランティア養成講座

閉じこもりがちで視覚に障害がある方と「伴走ひも」を使って歩いたり・走ったりすることで、健康づくりや余暇活動の機会づくりを行うボランティア養成を目的に講座を開催します。

- 日 時：3月19日㊥ 13:30～15:00
- 場 所：三木市立市民活動センター
- 申込先：ボランティア活動プラザみき ☎ 83-0090



# マガジン

## ボランティア・市民活動者のための活動応援情報

ボランティア・市民活動情報「マガジン」は、ボランティア活動 ホームページ  
プラザみきのホームページからでもご覧いただけます QRコード →



(発行)  
三木市社会福祉協議会  
ボランティア活動プラザみき  
〒673-0403  
三木市末広 1-6-46  
(市民活動センター内)  
TEL 0794-83-0090  
Fax 0794-82-6666  
e-Mail mvsc@miki.or.jp

# 3

Vol.304  
2023.3.1

ボランティア活動中の事故に備えた

令和5年度

## ボランティア保険・共済の受付が始まります!

3/10 (金)～

### 全国ボランティア活動保険

#### 【保険料】

基本プラン	350円/人
天災・地震補償プラン	500円/人
特定感染症重点プラン	550円/人

#### 《加入に必要なもの》

- 令和5年度の「ボランティア・市民活動実践団体把握シート」または、「地域福祉活動推進団体登録更新シート」
- 保険料
- 個人、団体代表の認印 (法人の場合は法人印)
- 団体の場合は代表者の住所、氏名
- 加入者全員の氏名、10歳刻みの年齢層

#### 《補償期間》

令和5年4月1日 (途中加入の場合は、加入申込手続き完了日の翌日) ～ 令和6年3月31日

### 兵庫県ボランティア・市民活動災害共済

#### 【共済掛金】

市民活動災害共済プラン	500円/人
天災危険補償プラン	600円/人

< いずれも、補償金額が変更になっています >

#### 《加入に必要なもの》

- 令和5年度の「ボランティア・市民活動実践団体把握シート」または、「地域福祉活動推進団体登録更新シート」
- 共済掛金
- 法人の場合は法人印
- 団体の場合は代表者の住所、氏名
- 加入者全員の住所、氏名、電話番号

### 安心・安全な活動 5大ポイント!

- 転倒防止のため、日頃から体づくりを努めましょう
- 足元の安全を確認する習慣をつけましょう
- 活動当日の体調を把握しましょう
- 準備運動で身体をほぐしてから活動しましょう
- 疲れを感じたら、必ず休憩しましょう



心がけひとつで事故を未然に防いだり、程度を軽減することができます。安心・安全な活動を行うために、次の5つのポイントを心掛けましょう。

共感する活動を直接応援できる寄付のしくみ

## みきボランティア活動応援 共感ファンド

### 応募団体募集!

3/31 (金)まで

応募をお考えの団体のための説明会を開催!

【日時】3月10日(金) 9:30～15:00  
【会場】市民活動センター

共感ファンドの概要や過去の実績等の説明の他、応募を検討されている団体の個別の相談にも応じます。詳細は、こちらの動画をご覧ください。→



【問い合わせ先】ボランティア活動プラザみき ☎0794-83-0090

ボラ・プラみきの  
アクション・レポート  
(40)

～市民のチカラ～

“学んで終わり”じゃない！細川地域学校  
その学びを生かした活動へ

◆ 細川地域学校とは？

地域住民をはじめ地域の多様な主体がお互いの持っている力を出し合い、学び合い、教え合うことで、世代や分野を超えてつながる「地域学校」。細川地域学校では、地域づくりや社会参加をする「人づくり」を学校の理念とし、住民同士がつながり、自分も地域も元気な暮らしがある細川を目指しています。

◆ 自主グループが誕生！

これまでに開催された「お絵描き講座」「山田錦の麴で町おこし」「スマホ講座」の3つの講座では、講座終了後に自主グループが設立され、新たな取り組みが始まっています。



「お絵描き講座」では、ふるさと三木応援大使のイラストレーターこゆりさんのご指導のもと、細川町が出生地の藤原惺窩を題材に、小学生のこども達によって、細川町のオリジナルキャラクターづくりを行いました。それぞれのアイデアを組み合わせ完成したのが「せいかささん」。せいかささんが持っている稲は細川町で作られている山田錦、着物の帯は儒学者の必需品である筆が描き表されています。こども達が思う細川町のイメージや特徴が詰まったせいかささんはこれから色々な場面で登場し、細川町をPRしてくれることでしょう。



「山田錦の麴で町おこし」講座を受講された方々で立ち上げた「ほそかわ花糴倶楽部」は結成後、京都の種麴屋さんへ視察に行くなど、米麴について勉強を重ね、1月には細川産山田錦を使った米麴を、2月には味噌を作りました。米麴は町内3店舗に提供され、細川の名物料理の開発に向けた動きが始まっています。完成した米麴を手にとってもらうことで、改めて細川町の魅力にふれ、愛着や誇りをもつ機会になればと思います。



また、町外の方にも米麴をきっかけに細川町を知っていただき、細川町を訪ねていただければと思います。



「スマホ講座」も同様に、受講された方で「ひよこの会」という月1回のつどいを開いています。つどいではメンバーが使ってみたいスマホアプリを体験したり、わからない操作をみんなで解決したりしています。また、一斉にメッセージを送れるグループラインを活用し、次回のつどいのお誘いや、取組みのまとめを受け渡ししています。LINEやメールのやりとりは、コミュニケーションツールの1つとなります。また、アプリを活用することで、災害時の避難情報など緊急性の高い情報をリアルタイムで得ることで、暮らしや生活が豊かにもなります。ひよこの会の活動は、インターネット機器に対する苦手意識を払拭する機会だけでなく、様々な観点から大切な取り組みと考えます。

◆ 住民の活躍で、いきいきとした地域をつくる

自主グループの目標は、「まず、自分たちが活動を楽しむこと」です。自分が興味のあることなら活動を長く続けられます。活動に携わるきっかけは人それぞれですが、地域の人に自分たちの活動を知ってもらおうと嬉しく、活躍できている実感が湧きます。活動を広げていく過程は、活動者自身を育て、地域に親しむ住民を増やす一助となり、地域を元気にしていきます。「楽しい」を原動力に地域づくりや社会参加をする人づくりを進める、細川地域学校に期待が高まります。

助成金情報

助成金等名称	助成内容	問合せ・申込先
やさしさにありがとう ひょうごプロジェクト 第7回助成団体募集	地域の社会課題の解決に向けて取り組む市民団体を、賛同企業・コープこうべとともに応援する助成制度です。 〔助成の要件〕 兵庫県内で活動を行うNPO法人、ボランティアグループ、一般社団法人、その他 〔助成内容〕 地域の課題解決事業 人と人が助け合い、支え合い、誰もが安心して地域の中でくらするように取り組む活動を助成 〔助成額〕 1団体 上限50万円 〔オンライン説明会〕 第1回 3月10日(金) 15:00～15:45 第2回 4月4日(火) 11:00～11:45	(公財) コープともし びボランティア振興財団 〒658-0081 神戸市東灘区田中町 5丁目3-20 生活文化センター西館2階 TEL: 078-412-3930 FAX: 078-412-3871  ※募集要項、申請書はホームページからダウンロードできます。 <a href="https://www.tomoshibi-found.or.jp/">https://www.tomoshibi-found.or.jp/</a>

**お知らせ** — マガジン読者アンケートにご協力いただきありがとうございました —

1月に実施しましたボランティア・市民活動応援情報誌「マガジン」読者アンケートでは、多くの方に回答の協力をいただくことができました。いただいたご意見の中には、発行時期に関する内容もあり、当月号の発行を前の月に行うよう調整するため、次月号を【4月・5月】合併号として発行することになりました。より皆様に愛される情報誌となるよう、その他貴重なご意見も合わせて次年度のマガジンに反映させていただきます。

三木市には、周りの人を惹きつけ、きらっと輝く活動者さんがたくさんいます。そんな「きらっとさん」に活動のあれこれをお聞きます！

**第10回 (最終回) きらっとさんにインタビュー**

第10回目のきらっとさんは角石智昭さんです。地元地域で防犯パトロールや清掃、子ども向けイベント企画などをされています。地域密着型の活動者でもある角石さん。活動の視点をお聞きました。

角石：今の自分はボランティア活動をしていた母親の影響。「何がそんなに楽しいのか？」と思っていたけど、地域活動がきっかけで180度考え方が変わった。周囲に感謝される以上に、一緒に活動する仲間と「やってよかった」と言い合える面白さ！仲間が活動にハマっていくのを見るのも楽しい。

いつも大勢の仲間と活動されていますよね。

角石：活動って1人のうちは「変わった人」と見られがちで、やる気はあっても恥ずかしい。でも2人だと「何かやってるな〜」、3人だと「地域のためにやってくれている」になる。1人では億劫な事も、人が集まることで胸を張って取り組める。だから、必ず複数名で活動するのが私のやり方。

相手を活動に巻き込んでいく秘訣は？

角石：誰に対しても素の自分で話す。自分のスタイルや言葉遣いを変えない。場にそぐわないと怒られもするけど、飾らずに接すると距離が近くなる。率直に話をすることで互いに理解し合い、信頼関係が生まれる。それが仲間を呼び寄せる1番の秘訣だね。

角石さんにとって「地域活動」「地域づくり」とは？

角石：「ありがとう」の言葉が嬉しくて始めたことが、そう言われなくても自然な行動になるのが地域の活動。同じように、地域の困り事に「出来る人が、出来る事を、出来る範囲で」を大前提に取り組み、解決する。一緒に行動することを楽しみながら取り組むことが「地域づくり」なんじゃないかな。

全10回のインタビューはいかがでしたか？  
今後ますます「きらっとさん」が増え、活発に活動されていくことを応援しています！