

武蔵村山市 ボランティア・市民活動センター
市民力アップを目指す広報紙



Collabo-ba

■ コラボ・バ ■



「ファシリテーター」
三田地 真美氏



「ゲストスピーカー」
ヒガシヤマトみらい基地
代表 KJ 氏



住み開き 自宅から始まる新たなコミュニティー p.2・3

市民活動カメラマン養成講座 p.7
助成金申請のコツ p.7

- ・ VOICE - 声 -
- ・ インフォメーション
- ・ センターからのお知らせ



自宅から始まる新たなコミュニティ

空き家、空き部屋の新しい活用法として、今「住み開き」が注目されています。住み開きとは、「住み」家を「開く」、つまり住宅の一部を開放するという意味の造語です。自宅を、知っている人から知らない人まで、さまざまな人が集うパブリックスペースとして共有します。そんな地域に「開いた」活動やスペースを住み開きと呼びます。



神明 吉澤さん家の

にじいろひろば

(ママのためのひろば)

自宅の1階で

毎週金曜日 10:00 ~ 12:00

入室料 100 円 (完全予約制 定員4組)

詳細はHPをご覧ください
ご予約はInstagramから



▶ 活動内容

一番の特徴は、ママが主体ということ。ママのためのワークショップや親子イベントを開催し、ママがイベント参加中は別室でスタッフが1対1でお子さんを保育。ママたちの情報交換や交流の場になっています。

▶ きっかけはコロナ前の「家事育児サポーター養成講座」

自らの子育て時代、親子で過ごせる場はあっても、自分ひとりゆっくりできる場所が、まわりにはなかったことや、少しでも自由な時間を持つと、子どもとの向き合い方が変えられるという、自分の体験を思い出し、ママが主体のひろばを作りたいと思うようになったそうです。来てくれるママにゆっくりしてもらいたい、お子さんのこともしっかり見てあげられるような場所にしたいと

いろいろ考えた結果、自宅を開放するのがベストだということろにたどり着き、ご家族の応援もあり令和4年5月にひろばをオープン。

訪れたママたちと話していく中で、「こんな特技がある」「こんなものを作ることができる」という方に講師をお願いする事で「ママたちの新しい一歩を応援する」という、とてもいい環境ができあがってきました。

▶ これから

今後は若いママたちだけでなく、お互いさまサロンとのつながりにも力を入れ、多世代交流ができるひろばにしていきたいと代表の吉澤さん。

▶ 吉澤さんからのメッセージ

おかげさまでオープンより1年半が経ちました！毎日がにじいろ一色で私自身もとても楽しんでいます！

ひろば運営に関わるスタッフはすべてボランティアで運営しています。それぞれに仕事や家庭がある中で、にじいろに関わってくれているので、とても感謝しています。スタッフのことを大事にして、今後も楽しく活動を続けていきたいと思っています。



連続講座

住み開きカフェのススメ

～ 住み開きカフェってなあに？～

日 程 1月25日(木)・2月8日(木)

いずれも 13:00 ~ 15:00

場 所 市民総合センター

参加費 1回 500 円 (全2回 1,000 円)

定 員 10 人

申込み 1月17日(水)17:00 まで

1 回目 1/25(木)

講義 「住み開きカフェの立ち上げ支援の事例」

◆ 参加者自己紹介：カフェに寄せる思い

講師 牧野 史子氏

(NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン理事長)



2 回目 2/8(木)

講義 「オープンリビングけやきの見える家ができるまで」

◆ワークショップ

武蔵村山に欲しい住み開きカフェを語ろう

講師 樋口 蓉子氏 (オープンリビングけやきの見える家 代表)





ミツモ 本木さん家の

お茶会・オレンジカフェ

ミツモ（認知症カフェ）



自宅の庭とサンルームで
月1回水曜日13:30～15:00

参加費 100円お菓子付き
(予約不要・当日参加OK)

開催日程の問合せは
080-2094-7450
本木さんまで

▶ 活動内容

認知症の方ご本人やご家族に限らず、友人や地域の方々がどなたでも参加できるカフェ。お茶を飲みながらゆっくりとお話したり、庭の草木などを使って簡単なリースや小物作りを楽しんだり、過ごし方はそれぞれです。

▶ きっかけは「お互いさまサロン」「介護予防リーダー養成講座」

退職後に地域とのつながりを作って、自分の「居場所」を作りたいと思ったそうです。初めは自治会館を利用してお茶会を開催していたそうですが、他の自治会の人々が来づらいことや、ご主人の認知症が進み、長時間過ごすのが難しくなったこともあり、それなら自分の家でやろう！と、令和元年に自宅を開放し「お茶会・オレンジカフェ」を始めることに。

縁側に近所の方が気軽に集い、お茶を飲みながら世間話をして帰るような昔ながらのあたたかい雰囲気でした。会話の

きっかけ作りにと準備された創作物。皆さん創作活動も楽しまれていました。癒し担当の看板犬アイボの『さくらちゃん』はさまざまな芸当を披露してくれ、訪れる人に大人気です。

▶ これから

今年は助成金を活用して「介護かるた」を作成中。完成すれば高齢者施設や学校にも配って、認知症を含む高齢者福祉の理解を広げる活動をしています。

また、ご自宅は子ども110番ハウスでもあり、地域の中学生くらいまでの子どもたちにも、気軽にちょっと寄り道したり、いざというときに頼ってもらえる場所にしたいと本木さん。

▶ 本木さんからのメッセージ

1人でも2人でも来てくれたらおしゃべりできるので、ぜひ遊びに来てください。主人の様子に合わせながら、これからもできる範囲で続けていき、子どもから大人まで、気軽に集まれるみんなの居場所にしていきたいです。



▲ さくらちゃん



インフォメーション



ボランティアが不足しています！ あなたの力を貸してください！

まずは！

ボランティア・市民活動センターにご来所いただくかお電話ください！ボランティアのイロハを丁寧にご説明いたします。

042-590-1430

登録！

窓口にて、登録してください。ボランティア登録しなくても活動はできますが、登録していただくと、市の「市民活動補償制度」を利用できます。

マッチング！

活動のご紹介や、情報のご案内。ボランティア「してほしい」方と「したい」方をつなぎます。必要な内容を確認し、両者合意のものと活動となります。

活動！

当日「ついでに、これもお願い」などというような依頼にお応えする必要はありません。活動が終了しましたら、センターに報告をお願いいたします。

できる事をできる時にできる事から

紹介したボランティア全てに必ず応じなければいけないわけではありません。無理のない範囲でご検討ください。支援の輪を広げ、ボランティアも利用者もいきいきと過ごせる武蔵村山に。



メンバー募集！

新 やまびこ会

入会金、年会費無料！

登山・ハイキングを楽しみませんか？

健康の増進、リフレッシュ、仲間づくりに

月に一回程度、主に関東周辺の山や丘陵、谷などのハイキングコースを歩きます。

集合場所への移動は各自、主に公共交通機関を利用し移動。イベント案内、参加申込み、会員間の連絡は全てグループラインにて行います。

新年ミステリーツアー

当日のルートはお楽しみに！

日時 令和6年1月13日(土) 9:00～
場所 かたくりの湯前の広場に集合し狭山丘陵の散策路を楽しみます
問合せ 090-2541-9889 (河島)
お申込 令和6年1月10日(水)までにグループラインにご連絡ください。



開催します！

NPO 法人シニアメイトサービス

映画鑑賞会

参加費 500 円

『ぼけますから、よろしくお願いします。』と
『続編 ～ おかえりお母さん ～』の2作品を鑑賞します。

「令和元年度 文化庁映画賞文化記録映画大賞を受賞」動員 20万人を超える大ヒットを記録した感動の前作には続きがあった。認知症の母と老々介護する父(95歳)の暮らしを、ひとり娘の信友直子監督が記録したドキュメンタリー作品を、この度オレンジカフェ(認知症カフェ)の一環として上映します。

日時 令和6年1月20日(土)
13:00～16:30
場所 市民総合センター 2階会議室
定員 30人
申込み 042-564-0011



メンバー募集！

武蔵村山市水泳連盟

思いっきり泳ごう！

新規募集



泳力に応じた指導をします

初級 中級 上級

正 会 員：初心者歓迎！

市内在住在勤の高校生以上
ジュニア会員：1種目 15m以上泳げる方
小学2年生～中学生

日時 毎月原則 第1、3日曜日
第1部 15:30～16:30

正 中級、上級

第2部 16:30～17:30

正 初級 ジ 初級、中級

場 所 スポーツイントライの屋内プール

会 費 1月入会の場合 3,000円(3月まで)

問合せ 080-1203-4664 (金子)

kenjikane@gmail.com

開催します！

みんなの暮らしフェスタ
実行委員会

参加費無料

令和5年度 武蔵村山市

みんなの暮らしフェスタ

テーマ：SDGsってなあに？

地域の市民団体が日々の「暮らし」の中にある
SDGsについて、発表します！

ワークショップ・非常食のプレゼント
○×クイズ・子供服のおさがり交換会

日時 令和6年1月13日(土)・14日(日)
10:00～15:00

会 場 さくらホール(武蔵村山市民会館) 展示室

問合せ 武蔵村山市協働推進部協働推進課

042-565-1111 (内線番号：242)

開催します！

そんぼの家 武蔵村山

こども無料
(幼児から18歳まで)
大人300円【保護者】

子ども食堂

— みんなと一緒に楽しい時間 —

毎月第4土曜日
11:45 ~ 14:30

ボランティア募集中！

- ・子ども食堂のボランティア
毎月第4土曜日 11:30~15:00
- ・日常レクリエーションボランティア
歌、演奏などをやってくれる方
14:00~15:00 日程ご相談ください！

場 所 三ツ藤 1-4-1
定 員 先着 10 人 (要事前予約)
締切り 開催の5日前までに電話またはFAXにて
申込み 電話 042-520-7222 (芳賀・土居)
9:00 ~ 18:00 (土・日・祝日も受付)
FAX 042-520-7272 (24 時間受付)



メンバー募集！

村山楽陶会



臭覚 自然の土の匂い

聴覚 心地よいいろいろな音

触覚 土を練る感触

視覚 美しく彩る

味覚 作品を使用実感

(6 ページ)
まなぶとできる「陶芸体験」を実施します。

想いを創る ~ 五感で感じる陶芸体験 ~ 初心者でも大丈夫!!

自分好みの器や小物の完成品を想像し、無心で粘土と向き合う幸せ。少人数ですが陶芸を通して会員同士の親睦を深め、楽しい陶芸活動をしています。
活動日には見学・体験も随時お待ちしております。

活動日 火曜日 13:00 ~ 15:00 (月3 ~ 4回)
場 所 市民総合センター3階 実習室
会 費 入会金 3,000 円、月会費 1,500 円
会費には粘土代、焼成費が含まれます。
問合せ 080-5415-2704 (岩城)



開催します！

MSP 村山サポートプロジェクト

参加者募集!!

協働事業提案制度令和5年度実施事業

リサイクルまつり

むさむらゴミ減大作戦!!

日 時 令和6年2月17日(土)・18日(日)
9:00 ~ 15:00 雨天中止
場 所 大南公園 (緑が丘 2542)
申込み 070-4011-3524 (宇部)
メール msp8686go@gmail.com



出演者募集！

武蔵村山市音楽文化振興協会

第2回

街音ステージ

出演者12組
大募集!

大人も子どももファミリーでも
プロじゃなければOK!!
ステージ発表しませんか?



日 時 令和6年2月11日(日)
14:00 ~ 16:30
場 所 さくらホール (武蔵村山市民会館)
小ホール
参加費 1,000 円 / 演奏時間12分以内
締切り 令和6年1月31日(水)
問合せ 090-5783-6194 (井上)



市民活動 パワーアップ講座

団体やサークルで活用したい、これから何か活動を始めたいと思っている方対象!! 初心者でも安心! 基本操作が学べます!

YouTube に動画 をアップロードしてみよう!!

動画で活動を PR するだけでなく LINE やメールで送れない動画も団体に共有できます!!

1/17 (水)
14:00~16:00

- ▶ 動画の不要な部分をカット (簡単な編集)
- ▶ YouTube にアップロード
- ▶ 公開設定の仕方について



Google アカウント (gmail) をお持ちの方
YouTube アプリを事前にダウンロードお願いします

場 所 市民総合センター 2 階 会議室
定 員 6 人
参加費 1,000 円
持ち物 普段お使いのスマホ
申込み 1 月 9 日 (火) 17:00 まで

Zoom を活動に活かす! テレビ・web会議ツール 少人数だから初心者でも安心!

step 1 初心者編 1 月 13 日 (土)
14:00~15:30

Zoom ミーティングに参加して
基本操作を学びます。

対 象 団体やサークルで活用したい方
これから始めたいと思っている方

場 所 市民総合センター 2 階 会議室
定 員 3 人
参加費 500 円
申込み 1 月 5 日 (金) 17:00 まで
※パソコンはこちらで用意します。

step 2 ホスト体験編 2 月 3 日 (土)
14:00~16:00

ホスト (主催者) 側になって
メンバーを招待する方法を学びます。

対 象 step 1 【初心者編】に参加された方
Zoom を使ったことがある方

場 所 市民総合センター 2 階 会議室
定 員 5 人
参加費 500 円
持ち物 ノートパソコン
(デスクトップの方はご相談ください)
申込み 1 月 26 日 (金) 17:00 まで

step 3 ホスト発展編 2 月 24 日 (土)
14:00~16:00

ホストができる機能の中から、更に
掘り下げた便利機能を学びます。

対 象 step 2 【ホスト体験編】に参加された方
ホストをやったことがある方

場 所 市民総合センター 2 階 会議室
定 員 5 人
参加費 500 円
持ち物 ノートパソコン
(デスクトップの方はご相談ください)
申込み 2 月 16 日 (金) 17:00 まで

まなぶとできる市民活動体験ワークショップ



- 第 89 回 - 陶芸体験 2 日間で平皿を創ります

日 時 1 月 16 日 (火)・23 日 (火)
13:00~15:00
場 所 市民総合センター 3 階 実習室
定 員 10 人
参加費 1,500 円 (材料費含む)
講 師 村山楽陶会 (登録団体)
申込み 1 月 9 日 (火) 17:00 まで



草月流 カジュアル生け花 手軽に生け花を楽しみましょう

日 時 2 月 14 日 (水) 10:00~12:00
場 所 市民総合センター 2 階 会議室
定 員 15 人
参加費 1,000 円 (材料費含む)
持ち物 タオル
講 師 石原 融 氏 (よってかつしエスクラブ / 登録団体)
申込み 2 月 6 日 (火) 17:00 まで

市民活動カメラマン 養成講座Part2

市民活動入門講座

平成 28 年度に Part1 を開催。修了生は現在、当センターからの依頼により市内各所で撮影にご協力いただき、その作品は広報紙『コラボ・バ』の表紙などを飾っています。趣味のカメラを通して地域に貢献できる活動です。

日 程 原則第 3 土曜日 ※都合により変動あり
場 所 市民総合センター 2 階 or 撮影場所
参加費 1 回 1,000 円 (全 6 回 6,000 円)
定 員 17 人
対 象 全 6 回参加できる方
将来的に取材や撮影にご協力いただける方
講 師 佐伯 直俊 氏 (フォレストスタジオ代表)
持ち物 一眼レフカメラまたはミラーレス一眼カメラ
とスマホ (スマホは画像加工のため必須)
申込み 1 月 13 日 (土) 17:00 まで



SAEKI NAOTOSHI



佐伯 直俊 氏

東京工芸大学芸術学部写真学科卒。
「フォレストスタジオ」代表。学校
行事撮影・卒業アルバム制作。建築・
肖像写真などの撮影を得意とする。
「緑を愛する会日野」代表。20 年
にわたり公園の緑地育成ボランティア
活動を行っている。



日付	時間	主な内容 (予定)
1/20(土)	13:30 ~ 16:00	初回導入、機材確認、カメラ基礎知識
2/17(土)		昭和記念公園で実践! カメラ知識 (画角と位置取り) 雨天の場合、多摩動物公園「昆虫館」
3/9(土)		2 月に撮った写真を見せ合おう!
4/ 未定	未定 2 時間程度	団体の活動撮影① → スマホを使った写真加工
5/ 未定		団体の活動撮影②
6/ 未定		「市民発!! 元気フェスタ」の撮影と仕上げ

講座の内容は変更する場合もございます。

知って活かそう! 団体を強くする

助成金申請のコツ

毎年多くの受講団体が助成金を活用して活動しています。

この講座では、真如苑「多摩地域市民活動公募助成」をモデルにして、実際に申請用紙を書いてみます。それを団体以外の方に見てもらい、申請する事業の客観性や説得力をチェックし合うことで、より採択されやすい書類の書き方を学びます。「伝わる申請書の書き方」を学び、活動の幅を広げてみませんか?

日 時 2 月 10 日 (土) 14:00 ~ 16:00
場 所 市民総合センター 2 階 会議室
対 象 市民活動団体の方 (法人格必要なし)
事前に助成金申請書を書いてこられる方
定 員 5 団体
講 師 吉富 広 (ボランティア・市民活動センター長)
参加費 500 円
申込み 2 月 2 日 (金) 17:00 まで

市民活動パワーアップ講座

真如苑助成金

● 今号の表紙 ●

12月2日（土）に開催した、『むさしむらやままちづくりつながる座談会』。30名以上のみなさまにご参加いただき、基調講演、グループワーク、交流会とあったという間の2時間半でした。この会を機に、新たなつながりが生まれることを期待しています。詳しい内容は次号の『コラボ・バ』をご覧ください。

今年もお世話になりました。来年も皆さんに頼りにされるセンターを目指し、さまざまな取り組みをして参りますので、2024年もどうぞよろしくお願いいたします。

● ほっと一息 ●

春に植えた我が家のミニトマトは季節を間違えているようで、まだ花を咲かせて実がなっています。緑の実が赤くなることを期待してもう少し頑張ってもらう予定です。長男が8年前に食べたビワの種を植えて芽を出し、成長して立派な木になり、今年初めて花が咲きました。5月ごろ実ができるのが今から楽しみです。もう一つ何か実がなる木を育てようと計画中で、ミカンか柚子、アンズもいいなと思案しています。何かおすすしめがあれば、教えてください。（松庫）

1月・2月の休業日

日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6					1	2	3
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
28	29	30	31				25	26	27	28	29		

● 休業日 ● 市民総合センター休館日

<年末年始休業> 12月29日（金）～1月3日（水）

<3月の部屋利用予約> 1月4日（木）8:30から受付
※メール、FAXまたはHPの入力フォームから申請ください。

- 休業日 日曜・祝日・年末年始・施設点検日
- 開業時間 8:30～17:15（夜の部屋利用がある場合はスタッフが窓口対応します）
- 休館日を除き、休業日は職員不在ですが、部屋の利用はできます。詳しくはホームページをご覧ください。

市民発!! 第8回 市民活動見本市

2024年
6月2日 SUN
10:00～15:00

元気フェスタ 開催予定

2月中旬頃参加団体募集開始
協賛企業さまも募集しています!

詳しくは、コラボ・バ2月号
または市報、SNSにて!
Instagramフォローしてお待ちください!

Instagram
@genkifesta



こちらは、今年度の元気フェスタにご協賛いただきました企業の広告です



天乃屋
AMANOYA



歌舞伎揚
連続売上
No.1
揚げ物(米菓)カテゴリー

※出典 KSPA-POS 全国揚げ物(米菓)カテゴリー
2009年～2022年合計販売金額

株式会社天乃屋
東京都武蔵村山市伊奈平2-17-2
TEL 042(560)6661(代表)

いままお菓子を開化する。

文明堂
BUNMEIDO



文明堂壹番館 武蔵村山店
東京都武蔵村山市伊奈平2-19-1
TEL 042-506-0002

<https://www.bunmeido.co.jp>



武蔵村山市ボランティア・市民活動センター広報紙『コラボ・バ』No.58（通巻161号）

2023年12月20日発行（発行部数31,000部） ※年6回 偶数月発行

編集・発行 武蔵村山市ボランティア・市民活動センター（指定管理者：NPO法人むさしむらやま子ども劇場）

〒208-8503 東京都武蔵村山市学園四丁目5番地の1 武蔵村山市民総合センター2階

TEL 042-590-1430 FAX 042-590-1436 Mobile 080-7366-1361

メール v.shimin@musashimurayama.org

HP <https://musashimurayama.org>

HP・公式LINE・Instagram・Facebook・YouTube

こちらへ▶▶▶



