

# 市民の一步が未来をつくる！ 市民活動支援センターだより

市民活動支援センターは、NPOやボランティアなどの市民活動団体や地域づくり団体の活動を支援している組織です。行政と市民の皆さんの間に立って社会のニーズを把握しながら、様々な市民活動の相談窓口として情報提供やアドバイス、事業提案、講座開催、団体間交流のコーディネート等を行っています。どうぞお気軽にご利用ください。

## 平成 28 年度 妙高市地域の元気づくり活動助成事業 公開審査会を開催しました！！

妙高市地域の元気づくり活動助成事業は、妙高市を元気にする活動等を自主的に取り組もうとする市民活動団体、地域自治組織を財政的に支援する制度です。

今年度は、小さな成功体験事業に1団体、地域のやる気事業に4団体の申請がありました。

5月14日に交付団体を決定するための公開審査会を開催。多くの方が会場に足を運んでくださいました。

「小さな成功体験事業」に申請した団体は模造紙で、「地域のやる気事業」に申請した団体は模造紙を利用したプレゼンテーションで事業内容を発表し、審査を受けました。審査の結果、申請したすべての団体の事業が採択されました。



事業内容をプレゼンテーションする申請団体

### 今年度の補助金交付団体と交付決定金額を紹介します。

#### 《小さな成功体験事業》

【立ち上がれ杉野沢】設立準備委員会  
「杉野沢地域活性化魅力ある地域づくり事業」

- 申請額 ￥50,000
- 総事業費 ￥80,000 (申請時)
- 補助金交付額 ￥50,000

#### 《地域のやる気事業》(2年目)

大字関川振興協議会  
「北国街道の史跡等を活用した地域振興」

- 申請額 ￥1,000,000
- 総事業費 ￥1,500,000 (申請時)
- 補助金交付額 ￥685,000

#### 《地域のやる気事業》(3年目)

矢代地域づくり協議会  
「矢代地域活性化ビジョン実施事業」

- 申請額 ￥350,000
- 総事業費 ￥550,000 (申請時)
- 補助金交付額 ￥350,000

#### 《地域のやる気事業》(3年目)

東赤倉森林公園再生委員会  
「東赤倉森林公園の再生と活用推進事業」

- 申請額 ￥1,000,000
- 総事業費 ￥1,500,000 (申請時)
- 補助金交付額 ￥755,000

#### 《地域のやる気事業》(3年目)

NPO 法人 げんき妙高  
「気候療法を活用した健康保養地のまちづくり事業」

- 申請額 ￥1,000,000
- 総事業費 ￥1,640,000 (申請時)
- 補助金交付額 ￥1,000,000

小さな成功体験事業(単年度補助)は、予算の範囲内で12月16日(金)まで随時募集をしています。ただし、補助金交付額が予算額に達した時点で終了となります。

詳しくは妙高市市民活動支援センターまで  
TEL: 73-7808

# おしゃべりカフェ Go!!縁会

「おしゃべりカフェ Go!!縁会」は、市民活動や地域活動を支える人、これから関わる人や興味のある人たちを「つなぎ」、交流とネットワークの楽しい場です。

## 《『いこいのなかま』さんを講師に迎え、ストレッチと健康麻雀を体験しました》

5月19日に市民活動団体「いこいのなかま」の橋本さんを講師に迎え、Go!!縁会を開催しました。

当日は、まずストレッチを行い、体がほぐれたところで、健康麻雀を実践。橋本さんから「健康麻雀は、混ぜる、指先を使う、わいわいしゃべりながらゲームを楽しむ、ことで脳が活性化され、認知症予防効果があります」と説明を受け、初心者～経験者が一緒に卓を囲み、手牌を見せながら賑やかに体験していました。

参加者からは「麻雀は初めてだったけど、とても楽しかった」「また参加したい」と好評を得ることができました。

今後も定期的にGo!!縁会を開催し、各団体の活動を体験しながら交流を深めていきたいと思えます。

新しい取り組みを考えている団体の皆さん、当センターと一緒にやってみませんか!!



### いこいのなかま

地域の皆さんと楽しくコミュニティを回り、ストレッチやラジオ体操・リズム体操で「いつまでも健康で生き生きと暮らせる健康づくり」活動をしています。

## 次回のお知らせ「NPO法人 げんき妙高」さんを講師に迎え、ノルディックウォーキングを体験!



「ノルディックウォーキング」は、2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果をより増強するフィットネスエクササイズの一つです。一般的な歩行運動と異なり、上半身の筋肉をより積極的に使うため、首や肩の血行も促進され、鍛えることができます。また、体のバランス維持をサポートできるため、バランス感覚が落ちている高齢者でも転びにくく運動できるとも言われています。

今回は、年齢性別を問わず気軽に楽しみながら健康づくりができるノルディックウォーキングを体験して、皆さんと交流します。

- ◆日 時：6月21日(火) 10:00~11:30
- ◆会 場：勤労者研修センター
- ◆定 員：20名 ◆参加費：100円(茶菓代)
- ◆ポールレンタル代：500円(ポールが必要な方)
- ◆内 容：ノルディックウォーキング体験教室・交流会
- ◆申込締切：6月14日(火)

### NPO法人げんき妙高

妙高市民をはじめ、この地で健康づくりを望むすべての方々に温泉療法や気候療法を取り入れたプログラムを提供し、健康づくりを推進しています。

《問い合わせ・申し込み》 妙高市市民活動支援センター TEL: 73-7808 (担当: 保坂)

## 暖談講座「地域づくり人」育成講座(全3回) 地域の今! 地域の未来を考える!

地域には様々な得意分野をもった多様な人材が存在しています。活動の担い手として活動する人も人材であり、それらの人々を発見・発掘し、活躍の場を提供し、時にはサポートする人も人材です。

地域づくりに関わる全ての人材を「地域づくり人」として位置づけ、その人材を育成して地域ぐるみで地域づくりをする方法を全3回で学びます。

### ◆第1回: 6月22日(水) 「地域づくり」と「地域づくり人」

- ・講 師：[地域と組織のデザイナー]スタジオファイル代表 金子洋二氏
- ・時 間：13:30~16:30
- ・会 場：勤労者研修センター 研修室A
- ・参加費：無料
- ・対 象：NPO法人、市民活動団体、地域自治組織の方、市民活動に興味のある方
- ・申込締切：6月20日(月)
- ・申込方法：氏名、団体名(町内名)をご連絡ください
- ・申し込み：妙高市市民活動支援センター TEL: 73-7808 FAX: 73-7230



### ◆第2回: 7月19日(火) 「地域の特性を生かした新しい地域づくり! ~今、求められている地縁組織の見直し~」

### ◆第3回: 8月23日(火) 「間違いだらけの地域づくり~地域をかえる力・伝える力とは~」