

もおかの人と人をつなぐ情報誌

コラボ!

第58号

2023.7

真岡市市民活動推進センター コラボーレもおか 【運営団体】特定非営利活動法人ま・わ・た

特集

アフターコロナの市民活動

5月に新型コロナウイルス感染症が5類感染症へ移行となり、様々な活動が一気に活性化してきました。市民活動の世界でも、待ってましたとばかりに、続々と活動が再開されています。

特に食事を介した居場所である「子ども食堂」や「サロン」、多くの人を集めて楽しむ「お祭り」や「マルシェ」のようなイベント型の活動は、開催を心待ちにしていた方も多いのではないのでしょうか。

それぞれの活動が活性化するにつれ、ボランティアの活躍の場も増えてきます。

例えば、「真岡市夏まつり花火大会」では、その翌朝にコラボーレもおかとボランティア連絡協議会共催でゴミ拾いボランティアを実施しています。直近の開催時には160名を超える応募がありましたが、花火大会の中止に伴い実施できずにいました。今年は花火大会の開催に伴い、久しぶりに実施できるので、ぜひ多くの方に参加してもらいたいです。

花火大会の会場である五行川河川緑地では、新しい賑わいが創出されています。令和3年度から始まった「真岡まちづくりプロジェクト」の一環で、緑地の利活用が進んでいます。マルシェなどのイベントも数多く開催されるようになり、多くの方の交流の場となったようです。当センターでは「市民活動的マルシェの作り方」を作成し、ウェブサイトで公開しています。よかったら参考にしてみてくださいね。

これから団体の活動が再開する中で特に気を付けてほしいことは、活動の「安全管理」についてです。

コロナが落ち着き久しぶりの活動で、本来行っていた事故予防などが疎かになってしまうかもしれません。また、コロナ禍の間にメンバーが入れ替わり、共有すべき情報の確認が抜けてしまうことなども考えられます。

安全に活動を再開させるため、改めて安全管理体制を整理してみたいかがでしょうか。市民活動に対応した保険なども検討することをお勧めいたします。

市民活動の安全管理や保険についてご不明な点等あれば、お気軽にご相談ください。

コロナ禍から日常を取り戻しつつあり、今年度は皆さんの活動も活発になっていくことと思います。コラボーレもおかでは、引き続き皆さんの活動に寄り添って支援していきたいと思っておりますので、ぜひ活用ください。



子ども・子育て支援を考える勉強会

3/11 土

ボランティアコーディネート講座として昨年から継続している講座を行いました。

今回は参加者の皆さんからの要望で、勉強会として実施しました。NPO法人キーデザインの土橋優平さんを講師に、フリースクールや自身の活動についてのお話をいただきました。Q&Aでは、第三者をうまく巻き込み当事者の視野を広げることの有効性など、具体的な事例をもとに知ることができました。

その後、参加者は自己紹介や、グループに分かれてお互いの活動を話し合うなど、情報交換をしました。今後も子育て支援活動の輪が広がり、活性化していけばと思います。（参加者16名）



五行川の草を抜くというボランティア

3/12 日

昨年から実施している、五行川河川緑地周辺の護岸の除草作業を行いました。

今回もラジオ体操からスタートし、安全に気をつけて作業を開始しました。

何度か参加してくださっている方は作業にも慣れた様子で、効率よく草を取り除いていました。皆さんの頑張りで、トラックに積みきれないほどのたくさんの草や土を取り除くことができました。

河川緑地が市民の憩いの場として、利用が活性化するように、今後も継続的な活動でよりよい景観を目指していきたいと思います。

5月にも同様の活動を企画していましたが、こちらは残念ながら天候不良で中止になってしまいました。また次回、皆様のご参加をお待ちしています。（参加者27名）



第88回こらぼ茶話 「きみのこと、しりたいな」

3/18 土

「発達障がいの子に寄り添おう」をテーマに、障がいを持ったお子さんへの理解を深める講座を開催し、ご家族や子ども支援を行う方など、様々な立場の方が参加しました。

はじめに「県東自閉症児者親の会 りぼんの会」より、ご家族の立場からお子さんやその家族について知ってほしい話を聞きました。後半は真岡市障害児者相談支援センターの疋田友子さんの話で、発達障がいの特性などについて学びました。

お子さんだけでなく、その家族まで支援を広げていく必要性を感じました。

障がいを持つお子さんと直接関わる方から話を聞くことで、多くの気づきを得ることができました。（参加者13名）



第89回こらぼ茶話 「観光コンシェルジュとめぐる専修寺」

3/24 金

桜が満開となったこの日、こらぼ茶話で二宮の「高田山専修寺」を訪問しました。

ボランティアで真岡市内の観光案内を行う「もおか観光コンシェルジュ」の案内のもと、案内コースの1つである専修寺で、御影堂や御廟、涅槃堂などを見学しました。

当日は輪番の方（住職に代わる方）もいらっしやったので、併せてお話を聞くことができました。

後半には二宮の和菓子とお茶で一服しながら、コンシェルジュの活動や他のコースについてのお話を聞きました。地域の魅力を改めて知ることができた1日となりました。（参加者13名）



第90回こらぼ茶話 「酒と泪と家族と仲間」

4/22 土

「アルコール依存症」と聞くと、「意志が弱い」「だらしない」という印象を持っている方も多いのではないのでしょうか。れっきとした病気であることを知ってもらうきっかけとなるよう、「栃木県断酒ホトギス会 南部断酒会」の皆さんを講師に、体験談を話してもらう講座を行いました。

断酒会の普段の例会と同じく、「聞いた話は外にもらさない」のルールのもと、当事者や家族の立場からこれまでの体験を語ってもらいました。

実際に経験した人たちの話は力強く、参加者の皆さんも自分の経験と照らし合わせたり、講師に質問したりして、多くの気付きを得たようでした。（参加者4名）



サロン・ド・コラボ

5/27 土

今年度初めてのサロン・ド・コラボを開催しました。サロン・ド・コラボとは、昨年度より開催している市民交流の場です。

今回は、赤ちゃんのお口ふきなどに使えるガーゼを作るボランティア活動を取り入れわいわいおしゃべりしながら、ガーゼマスクをほどこ作業をしました。

初めての方やお久しぶりの方もいらっしやったので、自己紹介や近況報告などを簡単に、自由に話しをしたり、時には作業に集中したりしながら過ごしました。気付けばあっという間に予定の時間が過ぎていました。

サロンでやりたいことの提案も大歓迎です。今後も毎月1回行っていく予定ですので、皆さんお気軽にご参加ください。（参加者7名）



視察研修 「地域を活かす、つながりづくり」

5/31 水

今年の視察研修は鹿沼市を訪問しました。

前半は、県内で活動を行う「子ども食堂サポートセンター・とちぎ」の荻野由香里さんより、子ども食堂の現状やサポート体制などについて伺いました。

お昼をはさみ、後半は「NPO法人福聚会」の石網秀行さん、「生きいきこっとな村」の紺野勝寛さんより、福祉施設と任意団体が協働で行う地域サービスなどについて伺った後、実際に生きいきこっとな村の畑を見学しました。直売コーナーには利用者の作った新鮮野菜が並び、参加者の皆さんも袋一杯購入していました。

真岡での地域のつながりづくりにも大いに参考になる視察研修でした。（参加者17名）



新規 団体 紹介 (5月現在)

団体名	主な活動内容
ライムの会	デッサン画の基礎練習
京泉1区	自治会活動
春来町区自治会	自治会活動
大谷台町自治会	自治会活動
NPO法人希望のタネ	外国人への生活支援
真岡市野球連盟	社会人・学童軟式野球を通じた社会貢献
鳳世真行	日本舞踊(新舞踊)の継承とPR

登録団体紹介

■ ふまねっと真岡

「ふまねっと運動」は、歩行機能の改善、認知機能の向上が期待できる運動です。

運動のやり方は、床に敷いた“あみ”をよく見て、踏まないように、ゆっくり一步一步、慎重に歩きます。年齢は問いません。お子様から高齢者まで、杖を使っても、手を引かれていても、歩ければ、歩きたいと思う気持ちがあれば、どなたでも参加できる運動です。しかも一人ではなく皆さんと一緒にやるので、応援し合ったり、喜び合ったり、楽しく和気あいの雰囲気の中で、効果が得られます。

一度体験されるとその楽しさがお分かりいただけると思います。興味がある方のご連絡をお待ちしています。

代 表：菅谷 光子



■ もおか弓友会

もおか弓友会は弓道の楽しさを知り、日々の生活に笑顔が増えるよう活動している弓道愛好家の団体です。

小学生から高齢者まで約50名の会員です。主な活動として、初心者や小学生向けの「もおかスポーツクラブ弓道教室」。そして、弓道大会や審査会に挑戦できるよう稽古している「もおか弓友会弓道活動日」があります。その他に真岡市主催の「親子弓道教室」等に積極的に取り組んでいます。多くの方々に弓道を知っていただけるチャンスを作りたいと思っています。

活動場所は真岡ハイトラ運動公園内にある「真岡市弓道場」です。毎週、水・金曜日の夜間「もおか弓友会弓道活動日」です。弓道に興味関心のある方は見学にお越し下さい。お待ちしております。

代 表：大塚 久雄



■ 栃木県リトルベビーサークル「にちにちらんらん」

早産児（在胎37週未満）または低出生体重児（2500g未満）のお子さんをご家族を対象としたサークルです。

定期的にお話会や相談会を開催しています。季節のイベントやワークショップも多数開催しています。またリトルベビー写真展を企画し、栃木県内を巡回しています。

今年度、「とちぎリトルベビーハンドブック」が導入されました。当サークルは当事者家族としてリトルベビーハンドブック作成に携わりました。

現在、サークルメンバー&サポーターを募集しています。お気軽にお問い合わせください。

代 表：小林 恵



「たくさんの人に知ってもらいたいリトルベビーのコト リトルベビーママに知ってもらいたいサークルのコト」

真岡市市民活動推進センター コラボレもおか

〒321-4507

栃木県真岡市石島893-15 真岡市二宮コミュニティセンター2F

T E L : 0285-81-5522

F A X : 0285-81-5558

e-mail : info@collabo-moka.net

U R L : <http://www.collabo-moka.net/>

【開館時間】火～金：9:00～21:00

（土・日は18:00まで）

【休館日】・毎週月曜日 ・祝日

・年末年始（12/29～1/3）

※その他イベント・施設管理の関係で臨時に休館になる場合があります。



◀ コラボレもおか
イメージキャラクター
コラちゃん(左)と
ポ〜れくん(右)

ギャラリー



すま・切り絵「カワセミ」