



市民活動 サポートセンター通信

第61号

2021.3.31



安曇野市市民活動サポートセンター（安曇野市市民生活部地域づくり課内） 発行

つながりひろがる地域づくり事業補助金を活用しました！

つながりひろがる地域づくり事業補助金は、地域と共に地域の課題を解決するために行われる市民活動を応援するものです。今年度はコロナ禍ということもあり、大人数での交流が難しいなど大変な状況が続きました。しかし、それぞれ工夫を凝らし補助金を活用しながら事業を展開していきました。

そのうちのひとつ「安曇野の子どもを育てよう」（こちょこちょの会）の事業をご紹介します。

子育ての悩みやストレスの解消を図り、心身ともに健やかな子どもを育てる安曇野にすることを目的に、講師を招いての講演会や現場の事例を通じて学び合う事例検討会を開催しました。

またふれあい遊びなどを通じ、子どもとのかかわり方を実践しながら学ぶ「親子講座」を開催しました。コロナ対策として予約制で人数制限をし、開催回数を増やしました。自粛期間中にはわらべ歌やふれあい遊びの動画を配信したところ、好評でした。

その他に子育ての参考になる冊子を発行し、新聞や子育て雑誌などに掲載されました。幅広い子育て世代の他、乳幼児関連の施設からも問い合わせがあり、親子講座への参加者や個別相談者、児童発達支援事業所からの依頼などにつながりました。

他にも5つの事業が実施されました。詳しくは報告書をご覧ください。



ふれあい遊びでわが子との関わり方を楽しく学ぶ参加者

まちを良くする
企画を応援！

つながりひろがる地域づくり事業補助金

市民団体が市民の皆さんを巻き込みながら、まちをより良くするために取り組む事業を応援します。

【助成上限額】 20万円（対象となる経費の2分の1の金額）

【対象経費の例】 講師への謝礼、文具などの消耗品費、チラシ作成費、広告料、施設使用料、ワークショップの材料費、参加者の損害保険料、会場設営の業者委託料、備品購入費など

【応募方法】 4月28日（水）までに必要書類を地域づくり課窓口にご提出ください。

【応募の相談】 「こんな内容で申請してみたいんだけど、どうかな？」 「申請書の書き方を教えてほしい」など応募にあたっての相談を受け付けています。ご利用ください！（受付時間 8:30～17:15）

詳しい内容は問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。 ⇒ ⇒



市民団体ならではの、『多彩さ・機動性・柔軟性・温かさ』を生かした活動をお待ちしています！

「参加の力」で地域もあなたも元気になろう

～協働のまちづくりフォーラムを開催しました～

3月6日（土） ■主催 安曇野市地域づくり課

■場所 市役所本庁舎

基調講演では講師の早瀬昇さんが「まちも私も元気になろう！『参加の力』が創る共生社会」をテーマに、オンラインで講演しました。住民の自主的な活動は地域の魅力が高まるだけではなく、活動する人自身も元気になると説明。一方、自由で創造的な活動を広げるために、心の中の満足感を得ることが大切だと強調しました。

自主活動の決め手は好きで楽しいこと

自主活動に代表される市民活動やボランティア活動は、自由なスタイルであることが大きな特長です。何をするか決め手は、あなたが好きで楽しいこと。活動のペースも選べますし、始めたら止められないということはありません。

ボランティア活動の鍵に「自発性」「社会性・公益性」「無償性」があります。「好き」であることが選択の重要な基準となる点では、恋愛に似ています。

「協働」で地域力が向上

市民活動は自発的だからこそその強みがあります。それぞれの個性を生かせる多彩さ、機動性、柔軟性、温かさなどがその代表例です。市民活動の強みは、全体の奉仕者でなければならない行政を超える特性を持っています。その市民活動と行政が互いの強みを生かした「協働」を進めれば、地域力をアップさせることができます。

人々が自発的な活動を通じて、自身で悩み、工夫して解決する中で、社会課題の「当事者」の意識が高まります。意識の高まりで、居場所と出番を見つけ出し、人々の絆を紡ぎ出す社会づくりにつながります。

活動する人も元気に

市民活動は地域だけではなく、活動に参加する人も元気にすることが分かっています。高齢者1万人余を対象とした調査によると、地域活動への参加者は参加しない人より認知症発症リスクが22%低くなりました。会長など役割を伴う参加者は、さらにリスクが低下しました。別の調査では、ボランティア活動への参加は前向きな気持ちを促進させる結果が出ました。

「自律性」を高めよう

自由で創造的な市民活動を広げるためには、心の中の満足感を得ることを目的とした「内発的動機付け」が大切です。

心の中の満足感を得る鍵に、「自律性」があります。自律性を高めるためには、参加するメンバーに選択・企画する機会を保障したり、価値観や目標を共同でつくって共有したりすることが大切です。

市民活動は自発的だからこそ、言われなくても動きますし、言われても納得しなければ行動しません。しなければならない（マスト）ではなく、できる（キャン）の世界です。「参加の力」を生かして素敵な市を創造しましょう。



大阪ボランティア協会 理事長

早瀬 昇 さん

教えて！早瀬先生！

Q ボランティア活動や市民活動に関心のある人は少数で、大人数の



活動していない人との温度差を感じます。両者の隙間を埋めるためにどんな活動が効果的ですか。

A 機会があれば活動したい人は大勢います。そうした人に向けて、単発で開催するなど参加しやすいプログラムを

提供することが効果的です。一番のポイントは「誘う」ことです。



記念樹を守り、地域を大切にしている情熱に共感しました



【穂高銀座の柳を守り育てる会を取材して】

JR穂高駅前に由緒ある柳があります。昭和62年に「震災後に植樹された銀座の柳は安曇野産だった」という朝日新聞の記事が出たことで、当時の穂高町長が中央区に柳100本を寄贈しました。その返礼として二世銀座の柳が寄贈され、穂高駅前に植樹されたものです。

植樹された柳は穂高駅前の再開発に伴い、その存在が危ういことになりました。現在、会の代表を務める村中哲さんがこの窮状に心を痛み、貴重な柳を残せるように、署名活動などを展開し、同志を集め、関係先との調整を図り現状を維持しています。維持するに当たっては柳の世話や周囲の清掃などボランティア活動に努めています。

ところで、返礼柳にわざわざ二世とつけているのには訳があります。柳は銀座のシンボルですが、関東大震災により銀座は焼失し、柳もなくなりました。その後植樹されたのが二世です。その柳も第2次世界大戦の戦災により、ほぼ焼失してしまい、そのあとに三世が植えられました。そんな経緯の中で昭和59年ころ奇跡的に二世の柳が復活され、全国に寄贈されることになりました。昭和62年に穂高へ里帰りするにはこんな歴史があったのです。

この二世銀座の柳だけでなく、安曇野市内には、様々ないわれを持つ樹木（記念樹、名木など）があります。平成の合併で市域は広がりましたが合併前の地域には、独自の歴史、伝統、言い伝えなど身近な物事が生活に息づいています。その象徴として樹木が残されています。

村中さんは、地域で大切にしている「緑まつわる宝」を守り伝えることに力を注ぎたいと熱く語っていました。樹勢の衰えた現二世柳の次代を担う安曇野の三世柳育成に着手して、守るだけでなく育てることに注力しているとのことでした。趣旨に共感を抱く会のメンバーが毎月5日にボランティア活動を続けています。

【市民活動サポーター 今泉 一】

今よりも一歩前へ！ ～市民活動スキルアップセミナーを開催しました～

市民活動をしていく上で役立つ知識や考え方を学ぶセミナーを開催しました。「初めてのオンライン会議&セミナー」では想定を超えるご参加をいただき、スタッフが足りないという事態に。登録団体の皆さんを中心に助けを求めたところ快くご協力いただき、手厚い体制で開催することができました。参加者の声をご紹介します。

前向きに取り組める企画や事業計画を立てよう

ワークシート等で自分の考えややりたいことを再確認することができました。

画面をみながら、実際の操作を一つ一つ確認できたのでわかりやすかったです。基本的なところから教えていただけ良かったです。

初めてのオンライン会議&セミナー

仲間を集め活動を進めるコツ

主体的に関わってもらうための出番を作ることを、今一緒に取り組んでいる仲間とも共有して取り組めたらいいと思います。

幅広い寄付やクラウドファンディングなどの知識を学べてよかったです。

目標達成のための活動資金をGetしよう



情報コーナー

*定員が設けられているイベント等は、必ず主催者にお申込み
またはお問い合わせください。

お家で体を動かそう！ 動画配信中

コロナ禍で外出する機会が減っていますよね。知らず知らずのうちに体の衰えにつながってしまうかも…。シルバーカフェ安曇野では健康運動実践指導者による「健康体操」動画をYouTubeで配信しています。シルバーカフェの歌に合わせてお家で楽しく体を動かしてみませんか？周りのご高齢の方におすすめするなど、ぜひご利用ください！

◆問い合わせ シルバーカフェ安曇野
清水さん 77-7007



シルバーカフェのホームページから閲覧可能⇒

アルプス花街道参加団体募集

- ◆内容 美しい景観をつくり、安曇野を訪れる方を気持ち良くお迎えするため、マリーゴールドの植栽・管理、植栽場所の草刈り・清掃を行います。
- ◆実施期間 5月～11月（予定）
- ◆実施場所 市内各所
- ◆問い合わせ 実行委員会事務局 71-2494
- ◆申し込み 4月16日(金)までに事務局（市地域づくり課）へ申込書を提出

いきいき中高年社会貢献活動支援助成金

- ◆助成対象 県内在住のおおむね50歳以上の方により自主的に結成された5人以上のグループ
- ◆助成内容 自ら企画・運営し、助成終了後も継続的に実施が可能である事業（高齢者の生きがい・健康づくり活動、保健・福祉ボランティア活動、子どもや若年層を対象とした交流・支援、自然保護・美化活動、まちづくり・地域文化伝承活動等）
- ◆助成期間 令和3年度
- ◆助成金額 上限15万円(対象経費の3分の2)
- ◆募集期間 4月23日(金)まで
- ◆問い合わせ 長野県長寿社会開発センター
026-226-3741

アクティブシニアがんばろう事業補助金

- ◆助成対象 次の条件を全て満たす営利を目的としない団体 ①代表者が市民 ②40歳以上の市民が8人以上かつ5割以上が65歳以上 ③2カ月に1回以上活動を行う
- ◆助成内容 運動機能の向上、文化・芸術の活動に資する事業
- ◆助成期間 令和3年度
- ◆助成金額 活動が月2回以上…上限12万円、活動が月2回未満…上限6万円
- ◆募集期間 4月1日から予算の上限に達するまで
- ◆問い合わせ 安曇野市長寿社会課 71-2254

拾ヶ堰景観形成プロジェクトメンバー募集

拾ヶ堰じてんしゃひろばのシバザクラの定植や除草作業を行っています。4月から一緒に活動していただけるメンバーを募集します。

◆活動日 4月～11月・3月の第2・4日曜日の朝約1時間（季節によって作業開始時間が異なります）

◆問い合わせ 拾ヶ堰景観形成プロジェクト事務局
（市観光交流促進課）71-2053



編集担当のつぶやき

3月6日に開いた「協働のまちづくりフォーラム」に参加していただいた皆さん、ありがとうございます！基調講演の概要を今号で掲載していますが、もりだくさんの内容でしたので載せきれない部分があります。内容が気になる方は、お気軽に市民活動サポートセンターまでお問合せください。

サポートセンターでは令和3年度から、皆さんが定期的に集まれる場をつくろうと計画しています。コンセプトは「市役所でゆるくつながろう」です。ぜひぜひ、一緒に盛り上げてください！（寺島）

— イベント情報をお寄せください —

- ・市民活動サポートセンター通信やホームページで、皆さんの活動やイベントの広報をします。参加者や会員の募集を呼び掛けることができますので、お気軽に市民活動サポートセンターにご連絡ください。
- ・イベントや催しに、市民活動サポートセンター職員や市民活動サポーターが取材に向う場合もあります。活動のPRにご活用ください。

安曇野市市民活動サポートセンター

住所 〒399-8281 安曇野市豊科6000番地
安曇野市役所本庁舎2階 地域づくり課窓口
電話 0263-71-2013 FAX 0263-72-3176
メール kururin@city.azumino.nagano.jp

開庁時間 午前8時30分～午後5時15分
休業日 毎週土・日曜日、祝日
年末年始 12月29日～1月3日

ホームページ <https://www.city.azumino.nagano.jp/site/azumino-skc/>

