

ナンバー  
募集

## YYパソコン塾



みんなでワイワイ言いながらパソコンを学びあう場です。

会計簿の作り方、年賀状の宛名印刷・文面の編集、チラシの作成、音楽CDのコピー、名刺やカレンダーの作り方など幅広くとりあげています。

★実施日 毎週木曜日(水曜に変更するときもあります) 13:30~15:30

★場所 いなべ市市民活動センター(員弁庁舎隣 ☎74-5806)

★参加費 毎回100円(参加費の中から、市内障がい者施設への寄付と、ランチ会を2回/年 実施)

※各自ノートパソコンをご持参ください。



☎090-8155-8028 (出口)

ふるさといなべ市の語り部の会主催

## ボランティアガイド養成講座 ~いなべは ええとこ ばっか~

第1回 9月28日(木) 13:30~16:00 持光寺にて 「伊勢輶雑記より」

第2回 10月18日(水) 13:30~16:00 桐林館にて 「昭和の学校教育について」

第3回 10月26日(木) 13:30~16:00 善長寺にて 「巡見街道について」

第1、3回は北勢地域インタープリター協会主宰・川合延雄先生による講座です。

語り部の活動紹介もあります。参加費無料です。

歴史に興味のある方、一緒にいなべの「ええとこ」みつけないか？

\*お申込み・お問合せ 72-3368 (代表：伊藤)

上記が繋がらないときは46-6309 (いなべ市商工観光課)



## 新しい登録団体を紹介します

- ▶三重ZUMBAサークル スパークー ズンバ sparky ZMB …… ズンバ(ラテン系の音楽とダンスを融合させて創作されたダンスフィットネス)を通して皆が楽しめる活動
- ▶このゆびとまれ …… 子ども食堂。困窮世帯に限らず、地域の人が安心して交流できる場所づくり
- ▶北鈴鹿山岳協会 …… 登山道や山荘の点検と維持管理を行い、健全・安全な環境の保全活動

【記事訂正】

第35号のおはなし会の案内で、「くまのこ」の記事に誤りがありましたので、訂正してお詫びします。

大安図書館 大安町おはなし会「くまのこ」の読み聞かせ 毎週土曜日 14:00~14:30

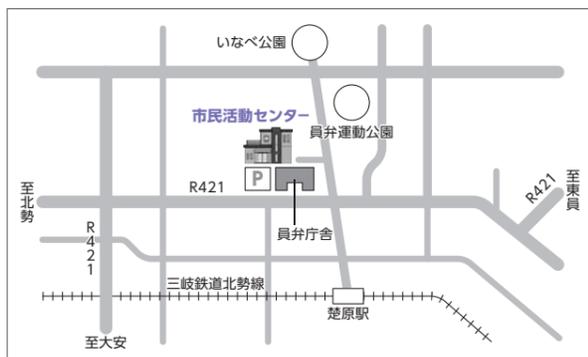
## いなべ市市民活動センター

市民活動センターは、市民活動やボランティアを始めたい方、また、すでに活動している方の相談場所です。“住みやすいまち”を実現するために、みなさんの活動をサポートします。

- ★活動したい人と仲間を求めている団体を繋ぎます
- ★会議などで使える場所を提供します
- ★情報の受発信をします
- ★印刷機が利用できます

☎74-5806 ☎74-5834

HP <https://inabeshiminkatu.jimdo.com/>



いなべ市

# 市民活動センターだより

第36号  
平成29年9月



発行編集 NPO法人いなべ市民クラブ

〒511-0205 員弁町笠田新田73番地1

☎74-5806 ☎74-5834

URL <https://inabeshiminkatu.jimdo.com/>

市民が主役、市民がつくる  
“いなべのまち!”



## いなべ市食生活改善推進協議会



### 活動を始めたころのお話を聞かせてください

戦後、栄養不足を改善しようと厚生省指導のもと、全国の保健所を中心に、主婦を対象とした「栄養教室」が行われるようになりました。

そこで健康生活について正しい知識と技術を学習し、自らが健康生活の実践者となりこの問題に取り組む意欲的な主婦のグループがこの地区でも生まれ、昭和45年4月に、「食生活改善推進員」が誕生しました。

最近では、男性の養成講座修了者も加わり、さらに大きな健康の輪が広がっています。



### どんな活動をされていますか

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに、各町伝達料理、巡回栄養教室を開催。巡回男性料理教室では、退職後の社会参加や仲間づくりに。「おやこの食育教室」は、親子で調理すると子どもが食べられなかった食材も完食してくれます。これらの教室で、食育、食材の地産地消や生活習慣病予防・ロコモ予防・認知症予防を進めています。特に、幼少期から減塩の定着が必要なことや、野菜の積極的な摂取のPRに努めています。

ピンクのTシャツ、ピンクのエプロンと三角巾で、スマイルフェスタ、市民感謝祭、介護医療フェアなどのイベントに参加して「減塩みそ汁の試飲」「野菜350グラムの計量」「試食」を実施しています。

### 今後の活動の目標は?

食べることは生きることの基本です。健康で長生きできるように、減塩料理、野菜の摂取などを進めていきます。楽しい時間を仲間と共有し、失敗しても構いません。

おいしく食べて、笑顔あふれる教室で社会参加に、仲間づくりに来てみませんか。お待ちしております。



ここが魅力です!

男性料理教室が開催されています。参加者は増えており、みなさんは料理をつくる楽しさを見つけたようです。知っているようで知らないことが多い、うちくばかりの男性では、困りますね。楽しく、美味しく食事するための講座です。興味のある方、ぜひご参加ください。

☎いなべ市食生活改善推進協議会  
78-0193 (小林)

## 阿下喜の八幡祭と阿下喜パトロール隊

あなたの地区では、毎年祭りはおこなわれていますか？各地で、祭りの中心となる青年団員の減少や消滅が進み、伝統行事や祭りが消えつつあります。その中で、阿下喜の「八幡祭」は、毎年7月の最終土曜・日曜に行われています。仮装行列や女みこしなどのアトラクションもあり、祭りを盛り上げています。

この祭りで、事故や犯罪が起きないように見守りのパトロールを行っているのが「阿下喜パトロール隊」です。「阿下喜パトロール隊」は、地元の消防団OBが集まり、平成16年に発足しました。

普段は、犯罪がない、住民が安心して暮らせるようにと、毎週土曜の夜に、阿下喜の町中をくまなく巡回しています。

その活動が認められ「八幡祭」では、パトロールの重要な役目を担っています。



今年も「八幡祭」は7月29日・30日に盛大に行われました。阿下喜パトロール隊のメンバーは、警告灯をかざしながら、大勢の見物客の誘導や交通整理をしながら祭りが無事に進行するのを見守っていました。

なお、阿下喜パトロール隊は、日本最大の自転車競技レース「ツアーオブジャパン in いなべステージ」でも交通整理を引き受けています。阿下喜のまちだけでなく、さまざまところで守っていただいているんですね。



## 点字 体験教室

いなべこども活動支援センターの夏のオープンスクールに「東員点訳友の会」が、点字体験教室を開催しました。点字器と点筆を使って、50音を用紙に右から左へ打ち込んでいきます。読むときは、用紙を裏返して左から右へ読みます。

参加した小学生から中学生の26名は、コツコツとリズムカルに自分の名前やトランプの数字を打ち込んでいました。

この日は、視覚障がいの方にも協力していただいて、参加者が打ち込んだ点字を実際に指先で読んでいただきました。視覚障がいの方に読んでもらったことで、点字をより身近に感じ、目の見えない人の立場にたつてその重要性も深く理解できたことでしょう。

また身近な商品（シャンプーやリンスのボトルや缶ビールや調味料など）にも点字が印字されており、参加者はその商品を手に取って確認していました。

東員点訳友の会 ☎76-4932 (中村)

団体運営に関すること  
助成金を考える

いろいろなボランティア団体があります。でも、どんな活動にもお金は必要です。無償のボランティアであっても活動費が必ず必要です。市民活動センターには、この活動費についての相談が多くあります。

そこで、今回は、助成金について考えてみたいと思います。

活動の財源は、まずは会員の会費、寄付金、事業収入などで確保することです。

次に新たな事業、ステップアップを試みるうえで、助成金を考えてみましょう。ただし、助成期間は、1年から最高でも3年で、継続的な資金ではなく、組織の基本財源にはなりません。そのことをふまえながら、助成金を搜しましょう。



## ● 助成金の申請は難しい?? ●

- \*申請には、いろいろな資料が必要です。(前年の活動報告、決算書、事業計画、予算書など)多くの助成金があり、NPO法人でなくても申請できる企業、財団はたくさんあります。しかし、助成金を申請する団体も多いことから、相手に伝わるように書くことが大事です。
- \*企業、財団の意図があり、テーマを指定しているものが多いです。環境保護、高齢者支援、障がい者福祉など、活動を指定しています。申請する団体は、自分たちの活動にあった助成金を探しましょう。
- \*団体の人件費として使いたいとの要望がありますが、人件費を認める助成金はとても少ないです。本来、助成金は、継続的なものではないからです。ステップアップのような一時的なものです。

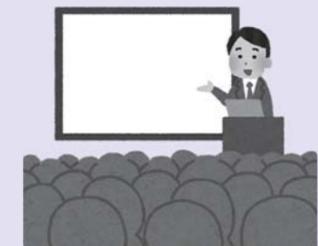
ネットで、「NPO助成金」を検索すればたくさん出ています。(子育ての応援、高齢者の支援、障がい者の支援、環境活動支援など)自分たちの活動の分野を応援している企業、団体を探しましょう。詳しくお知りになりたい方は、いなべ市市民活動センターへお尋ねください。

## 助成金講座

日時 10月13日(金) 13:30~15:30

場所 いなべ市市民活動センター 2F 会議室

- \*各種助成金の紹介、申請書の書き方など
- \*団体運営の基本、寄付を募る、助成金に頼らない団体運営について



いなべ市市民活動センター ☎74-5806