

ぽぽら
だより

- 発行元 春日部市市民活動センター「ぽぽら春日部」
(指定管理者：㈱コンベンションリンクエージ)
- 編集 ぽぽら春日部編集部、運営パートナー
- 発行日 年4回（6月、9月、12月、3月）

イベント・公開講座の報告

市民活動講座 【12月18日】 「基本中の基本、 市民活動ってなあ～に」

なにか困った、なんとかしたい、もっと良くなればいい、という思いから始まる「市民活動」。清掃や障がいをお持ちの方の支援など、個人で参加できる「ボランティア」から、それらを団体や組織として取り組む「市民活動団体」「NPO」などについて、日本NPOセンター事務局長の吉田さんに説明していただきました。参加者からは「実際の事例を交え



て紹介してもらい、わかりやすかった」「活動を継続するためのコツなども知りたい」といった感想がありました。

市民活動講座 【2月16日】 「広報講座 Facebook活用術」



「多くの方にイベントに来てほしい!」「活動をもっと知ってもらいたい」というときに便利なFacebookなどの情報発信ツール。今回は、基本的な使い方と注意しなければならないセキュリティもあわせて教えていただきました。つながること・ひろめることの素晴らしさを学んだ講座になりました。当日は定員を大きく上回る50名近くの参加がありました。

市民参加型トークセッション 【2月5日】 春日部たいわし隊 モヤモヤカフェ

～小学生の子を持つ親のお悩みはき出し会～

もっと幅広い世代の方に来館してほしい!というコンセプトで実施している「たいわし隊」。今回からは子どもの学校生活についての悩みをテーマに、小学生の子を持つ親の方々に参加していただきました。会場はカフェ風の空間を演出。コーヒー片手にリラックスしてお話できる場をつくりました。

当日は30～40歳代のリアルなお話しが満載。スッキリしたり、勉強になったり、充実した笑顔があふれました。3月・4月も開催予定です!



市民活動講座【1月19日】

「イイね！かすかべ」 知っておきたい春日部の暮らしづくり

新春最初の講座は、春日部でより良い暮らしづくりに取り組んでいる活動団体から3名の講師をお招きし、市民活動を始めるヒントを探りました。当日は40名を超える方が、それぞれの事例発表に真剣に耳を傾けていました。また、それぞれの講演内容に対して、「する側・される側共に明るく介護を行える気持ちの持ち方のヒントをいただいた（講演①）」、「貧困の子どもを満腹にするだけでなく、親子と一緒に食べることが大切



であることなど、こども食堂には様々な良い影響があることを知り、是非協力したくなった（講演②）」、「仲間作りもでき、健康寿命も延ばせる健康体操が身近にあったことに驚いた（講演③）」等、たくさんのご意見をいただきました。センターでは、今後も市内で活躍する活動団体の皆さまを応援するとともに、新たに活動を始める方の地域デビューをサポートして参ります。

講演① 〈介護を、快護に！〉

「上を向いて歩こう会（パーキンソン病家族の会）」
代表 佐藤 斎さん



理学療法士として介護施設で働いた経験から介護をしている家族へのケアの大切さに気づき、「家族の会」を

立ち上げた経緯や熱い思いを語っていただきました。「パーキンソン病のような難病は、患者だけ治療やリハビリをしても日常生活に戻れない場合があります。患者のご家族に介護をする際の苦勞を吐き出してもらうなど、心を整えてもらうことにより相乗効果が生まれ、前向きで笑顔あふれる家庭を築くことができます。」と、佐藤さん。今後もそんな手助けができる場づくりを続けていきたいとのことでした。

講演② 〈今注目の子ども食堂〉

「NPO法人かすかべ子ども食堂ひなた」
副代表理事 佐藤 恵さん



子ども食堂を通じた場づくりの大切さや、活動に関わるきっかけについて語っていただきました。

「クックパッドに載せたレシピが週間検索数1位になった！子どものお友達に食べさせてあげたい！」そんな想いを抱いている時に、ひなた代表の猪狩さんに出会い、一緒に食堂を設立。二人が同じシングルマザーという境遇だったこともあり、子どもに食事を提供するだけでなく、お母さんたちのコミュニケーションの場にもなっています。現在では、近隣の支援者や地元企業・県内外からの学生ボランティアなど協力の輪が広がっています。

講演③ 〈健康となかまづくり〉

「KUBIRE」代表 矢野 剛敏さん



現状の医療行為のあり方について疑問を抱き、元気で行ってみたい所・やってみてほしいことを少しでも長く実現していただくために、オリジナル健康体操（KUBIRE体操）を考案された矢野さん。健康自主自立・健康コミュニティ作りを実践し、埼玉県東部地域で女性に笑顔と健康を伝える活動をしている今を語っていただきました。KUBIRE体操を続けることで少しでも健康寿命を延ばし、自律した日常生活を少しでも長く楽しく過ごしていけるように、これからもKUBIRE体操の普及に努めていきたいそうです。

2018年度新規登録団体のご紹介

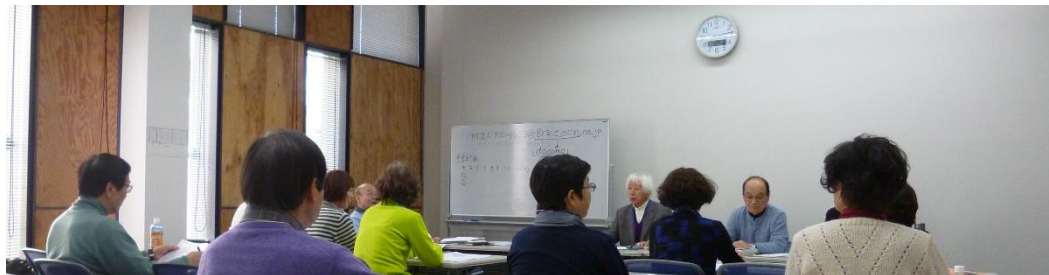
新規登録団体の活動内容をご紹介します。今号で取材を担当したのは、運営パートナーの鹿沼さんと今井さんです。はたしてどんなお話を聞いたのでしょうか！？

今回取材した登録団体に興味を持った方は、ぜひセンタースタッフにお声がけください！

取材団体①

彩の国いきがい大学春日部学園第23期校友会

～校友会の学びを实践・奉仕の精神と地域発展活動を目指します～



高齢者の学習の場である「彩の国いきがい大学」の春日部学園を平成30年3月に卒業した23期生の集まりです。会員同士の親睦を深め、地域の発展に寄与する活動を目指しています。

初年度の活動としては、8月に「終活」をテーマに小谷みどりさんにご講演いただきました。著名人のお話だけあって、とても面白く有意義な内容で、会員の皆さまからはいきがい大学の学びへの喜びの声をいただきました。10月には観光バス2台で東海方面の久能山に遠足に出かけ周辺観光と参加者の親睦を深めました。

校友会の中には13のクラブが存在し、各クラブごとに目的にそってそれぞれ活発に活動しています。

校友会のメンバーには女性が多数在籍して役員・副会長の役職も担っていただき、積極的に活躍されています。

今後の活動につきましては、会員への事業を充実するとともに、地域への貢献を意識した活動も検討したいと思います。個人やクラブでボランティア活動をなされている人や、何か社会貢献をしたいという意欲を持った人たちも多いので、団体として集約していければ、よいと考えています。



団体代表：浅井義彰さん
事務局のみなさん（写真左・中央）
取材：鹿沼英雄さん（写真右）

取材団体②

エンジョイ食育

～生まれる前から食育を・産後のためのフレッシュヨガを～

私たちは、食は三世代まで影響することなど、食の重要性を唱え、食の改善を指導し、母子の健康の大切さを学んでいく団体です。春日部地域の助産師会の地区長として、長年新生児訪問の活動をしてきた経験を活かし、病院の選び方・ケアの方法なども専門の立場で指導します。

これまで公民館で食育関連の料理教室や産後ヨガの教室などを開催してきましたが、私たちの活動をより多くの春日部の市民の皆さんや妊婦さんに認知してもらいたいと考え、母乳外来専門の佐々木さんとともに団体を設立する運びとなりました。

今後の目標は、一人でも多くの方に私たちの活動を通じて、楽しい育児を体験し、学んでいただけるような場をつくることです。また、高校生を対象としたセミナーや講演会なども行っていきたいと思っています。



団体代表：外山君江さん（写真右から4人目）
佐々木さん（写真一番左）
取材：今井永子さん（写真一番右）

新着情報

○ロッカー 使用申込受付スタート!



共同事務室内に設置されている登録団体向けのロッカーの新年度分の受付を開始いたしました。市民活動のために必要な物品保管等にご利用いただけます。お申し込みをお待ちしております。

(小) はA4用紙 (500枚入り) が12冊入ります!

(大) は模造紙やイベント用品などの保管に便利です!



使用料：大：600円/月 小：300円/月
 規格：大：縦800mm×横364mm×奥行405mm
 小：縦400mm×横364mm×奥行405mm
 使用期間：使用開始日から当該年度3月31日まで

○今後の講座・イベント開催予定

◆春日部たいわし隊【モヤモヤカフェ】
 日時：平成31年3月5日(火)
 平成31年4月2日(火)
 10時～12時
 内容：小学生の子を持つ親のためのお悩みはきだし会

◆「市民活動広報講座(応用編)」
 日時：平成31年3月16日(土)
 14時～17時30分
 内容：ホームページ作成講座
 【初心者向け】



◆市民活動団体交流会
 日時：平成31年3月23日(土)
 11時～15時30分
 内容：・防災関連のお役立ち講演
 ・防災食を食べてみよう!

講師： 斎藤芳男さんプロフィール
 防災士 (NPO日本防災士機構) 埼玉支部所属/埼玉県自主防災組織リーダー養成指導員/イツモ防災インストラクター/春日部市出前講座講師/日本赤十字救急法救急員

参加をご希望の方は、下記の連絡先にお問い合わせください

○登録団体一覧表設置



交流・ミーティングスペースの入口掲示板に、当センターの「登録団体一覧」を掲示する特設コーナーを作りました。

380を超える団体が活動されています。興味のわく活動があるか、是非見に来てください!

春日部市市民活動センター「ぽぽら春日部」

春日部市南1-1-7 ふれあいキューブ4階
 TEL / 048-731-3550 FAX / 048-734-1605
 Mail / popola@kasukabehall.jp

WEB / <http://kasukabe.genki365.net/>
 Facebook/ <https://www.facebook.com/popolakasukabe/>

営業時間：午前9時～午後9時30分
 休所日：年末年始(12/29～1/3)

当施設の会議室などを利用するためには、「団体登録」が必要です。登録には窓口でのヒアリング及び登録申請書、団体の規約、名簿、活動実績等の資料の提出が必要となりますので、詳しくは上記窓口にお問い合わせください。



※東武スカイツリーライン/アーバンパークライン「春日部駅」下車。「春日部駅」西口から徒歩5分。

※駐車場(有料)は数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。