

2024
12月ほらぷら
月間情報

プラザ催しなど	●
ボランティア・市民活動団体催しで 市民活動センターで行われるもの	▲
市内の他の場所で行われるもの	■
ほらぷら休業日	■

日 曜日	催し物	
1 日		
2 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
3 火		
4 水	さくら草の会	▲
5 木		
6 金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
7 土	みきおもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
8 日	観て！みて！人形劇	▲
9 月	コミュニケーション麻雀体験会 Happiness ♪ 公開練習	▲
10 火		
11 水		
12 木		
13 金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
14 土	ほわいととはあと きらきら書道	▲
15 日	みっきいまふの会 認知症スタディワーク	▲
16 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
17 火		
18 水	さくら草の会	▲
19 木	市民活動センター 休館日	
20 金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
21 土	みきおもちゃ病院 パソコン定期相談	▲
22 日		
23 月	コミュニケーション麻雀体験会	▲
24 火		
25 水		
26 木		
27 金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
12/28 ㊥～1/4 ㊥は 市民活動センター休館日		

観て！みて！人形劇！



三木市内で活動する3つのグループによる人形劇の公演を実施します。画面での映像では味わえない、生の人形劇の魅力をお楽しみください。

- 日 時：12月8日㊥
10:00～11:30
(開場9:45)
- 会 場：三木市立市民活動センター大会議室
- 入場料：無料(申込不要)

プログラム

- ① 10:00～ 人形劇サークルたんぽぽ
「はじめてのおつかい」
- ② 10:30～ 人形劇グループたけのこ
「さるとかに」
- ③ 11:00～ えんげ KIDS
「めっきらもっきら
どおんどおん」



- 問合先：ボランティア活動プラザみき
☎0794-83-0090

Happiness ♪ 公開練習

1970年代のフォークソングやオリジナル楽曲を歌う2人組の音楽グループ「Happiness ♪」が、練習の様子をお見せします！

- 開院日：12月9日㊥
14:00～16:00
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 問合先：ボランティア活動プラザみき
☎0794-83-0090

※申込は不要、出入りも自由です

プラザからの
お知らせ

ボランティア活動プラザみきの
年末年始のお休みは、
12月29日㊥から
1月3日㊥までです。
よいお年をお迎え下さい。

ボランティア・市民活動情報

マガジン

ボランティア・市民活動者のための活動応援情報

ボランティア・市民活動情報「マガジン」は、ボランティア活動
プラザみきのホームページからでもご覧いただけます

(発行)
三木市社会福祉協議会
ボランティア活動プラザみき
〒673-0403
三木市末広 1-6-46
(市民活動センター内)
TEL 0794-83-0090
Fax 0794-82-6666
E-mail mvsc@miki.or.jp



12

Vol.324
2024.12.1

みきボランティアフェスタ2024を開催しました

～つなげる市民力 いかにあう市民力～ 2024.11.17 sun

89名が
参加！

「ほっとけない！地域づくりを考える集い」

今年のテーマは…
「ともに生きる豊かな地域づくりをめざして
～わたしたちの暮らす町の専門職って？～」

ふれあいサロンなど地域活動をもう一步進めて、住民と専門職との協働を行うにあたって、個人情報のある壁があるなかで共に支えあい、ともに生きる豊かな地域づくりについて考える機会となりました。

参加者の意見・感想／

- 専門職の種類の多さに驚きました。
- 地域の人々と専門職がつながるようにするために、まずは相談場所を知ることができて良かった。
- 橋本先生の話を参考に、見守りしあえる地域を作っていきたい。

43団体が
出展！

体験ひろば・情報ひろば

ボランティア・市民活動団体の日頃の活動を市民の方々に広く知っていただき、関心を持っていただく体験ひろばと情報ひろば。子どもから大人までたくさんの方が参加され、活動の魅力を伝える機会となりました。





ボランティア・市民活動には、活動を通じて市民が主体的に社会や地域に参加する機会をつくり、誰もが主役で、誰もが暮らしやすい地域づくりを実現する力があります。

市内で活動展開するボランティア・市民活動団体の取り組みを紹介します。

認知症にだけはなりたくない、認知症になったら人生終わり?なんて絶対に言わせない!

みっさいマフの会

「認知症マフ」をご存じですか?

認知症マフとは、認知症の人に使われている筒状のニット小物（twiddle muff）のことです。認知症の症状には不安や恐怖などの強い感情を抱くことがあります。認知症マフは、触れたり手を通したりすることでリラックス効果が期待されており、イギリスでは医療機関等で導入されています。日本では朝日新聞厚生文化事業団が、認知症になっても暮らしやすい社会の実現のための取組として普及啓発活動をおこなっています。みっさいマフの会も、令和5年4月より三木市で活動をスタートしました。



メンバーはみんな手作りが大好き！得意の技術を活かしてマフを作っています。完成したマフは販売ではなく、メンバーの想いとともに希望された方の元に届けられます。自分の好きな色や、好きな小物でできたカラフルでかわいいマフが届いたら気持ちも前向きになりますね。

みっさいマフの会主催 「認知症スタディワーク」のご案内

認知症は、超高齢社会では誰でもなりうる脳の病気。今回は地域の方が認知症になった場合をテーマに、劇やグループワークを通して学びます。正しく理解して、いざという時に備えましょう！

- 日 時：2024年12月15日（日）
14:00～16:00
- 場 所：市民活動センター 2階中会議室
- 持ち物：参加費（200円）、筆記用具
- 申込先：みっさいマフの会 代表：森田
☎090-1136-1450
✉ miyumotomama@gmail.com

阪神・淡路大震災から30年。これからも絶え間なく心と絆を被災地に運びます。

神戸・心絆（ここな）

神戸・心絆は、阪神淡路大震災を経験して得た教訓を若い世代に伝えていくことを目的に活動しています。追悼行事のための竹灯籠の準備は竹の切り出しからメッセージの書き込みまで全て手作業で実施。竹灯籠には、神戸市の東遊園地にある「1.17 希望の灯り」から分灯された灯りで火を灯します。また、被災地とのつながりを大切に活動しており、東日本大震災の被災地である宮城県名取市関上地区との交流も継続しています。



今年1月に発生した能登半島地震の被災地にも、炊き出しをするために何度も足を運んでいます。9月に発生した奥能登豪雨の日も、被災地に向かっていました。こんな時に現地入りして良いのか、と不安を抱きながらも炊き出しを実施したところ、被災者の方から「こんな時に本当によく来てくれた。ありがとう!」と嬉しい言葉をかけていただいたとのことです。

阪神・淡路大震災1.17 追悼式典のご案内



阪神・淡路大震災発生から2025年1月17日で30年になります。今回の式典では阪神・淡路大震災だけではなく、東日本大震災、能登半島地震で亡くなられた方々の追悼も行います。

竹灯籠は亡くなった方々のお墓です。みんなで協力し、心を込めて火を灯しましょう。

- 日 時：2025年1月17日（金）
14:00～15:30（予定）
- 場 所：市民活動センター 正面駐車場
- 問合先：神戸・心絆 代表：杉山
☎080-5300-6686

助成金情報

助成金等名称 〔申請等期日・期間〕	助成内容	問合・申込先
2024年度 近畿ろうきんNPOア ワード 【応募締切】 2025年 1月31日 金 必着	子育て支援の活動を進める NPO・ボランティア団体を応援します。 〔応募要件〕 近畿2府4県に主たる事務所を置き、非営利の市民活動・ボランティア活動を行う NPO 法人および労働者協同組合、一般社団法人（非営利型）、法人格のない任意団体。 〔助成対象事業〕 2025年4月1日～2026年3月31日に日本国内で実施する新規プログラム（前年度からの継続事業でも可） 〔助成額〕 2023年4月～2024年3月までの期間中の教育ローン新規融資額の0.05%（200万円）を助成。 ＜50万円コース＞ 3～4団体 ＜10万円コース＞ 3～5団体	近畿労働金庫 地域共生推進室 〒550-8538 大阪市西区江戸堀 1-12-1 ☎ 06-6449-0842 fax 06-6449-1414 ホームページはこちら ▼  https://www.rokin.or.jp/npo/npo_award/

2025年カレンダー「ふるさと野のこよみ」販売中!!



NPO法人三木自然愛好研究会が2025年カレンダー「ふるさと野のこよみ」を制作しました。増田ふるさと公園に咲くユニークな植物の写真や説明が掲載されています。ご家庭に飾りやすいよう、以前より一回り小さいサイズ（B3）になっています。

【制 作】NPO法人三木自然愛好研究会

【価 格】1枚 200円

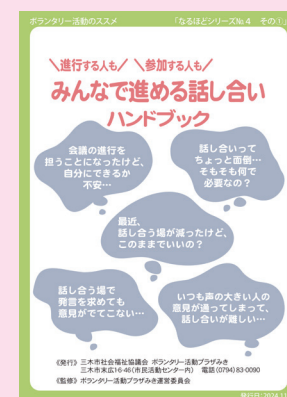
【販売窓口】ボランティア活動プラザみき（市民活動センター内）
三木市高齢者大学事務局（まなびの郷みずほ内）

よりよい話し合いを進めるためのハンドブックができました!

「話し合いが大事だと分かるけれど、なかなかうまくいかない・・・」とお悩みの方のために、話し合いを進めるための手法や実践例などが掲載されているハンドブックを作成しました。

その①

進行する人も／参加する人も／ みんなで進める話し合いハンドブック



話し合いを進行する人も参加する人も主体的に話し合いに参加できるための、進め方のポイントや役割などを紹介しています。

その②

やってよかった／ 対話を用いた話し合いハンドブック



みんなが納得できる結論を導くために、話し合いに「対話」を用いるという考え方や、すぐに取り組むことができる工夫などを紹介しています。

ハンドブックをご希望の方は、ボランティア活動プラザみきまで気軽にお問合せください。