第84号
平成23年 9月
MITAKA COLLABORATION CENTER NEWSLETTER
三鷹市市民協働センター

ニュースレター

三鷹市市民協働センターは市民活動を応援し、民学産公の協働によるまちづくりを推進する施設です。
The method that cheers you up

2011年9月号（第84号）

★市民の底力事業★

開催します

演劇のたまご塾

プロの女優さんが演劇の技術を使って「元気のつくり方」を伝授！！

寺子屋カフェ

演劇的元気のつくり方とは

木瓜（ぼけ）みらいさん
（女優）

お芝居には、不思議な力が潜んでいます。その力を人生の舞台で発揮できるよう、
演劇の基礎的レッスンを体験してみませんか？
意外な「わたし」が飛び出してくるかもしれません。
緊張しやすい方、自分の殻を破ってみたい方、朗読、演劇に興味がある方、ない方。
「あなたらしい元気」の泉をあなた自身で掘り出してみましょう。

参加費　各回　1,000円　　いずれも午前10時～正午

内　　容	日　　時
第１回　「演劇的　からだとこえのレッスン」の、体験 ～からだをゆるめる術を身につけよう～ 俳優の基礎訓練のひとつである、からだをゆるめるエクササイズを通して、からだ、こえ、を解放します。	９月30日（金）
第２回　「演劇的　表現のレッスン」の、体験 ～こころを自由に表現してみよう～ からだがゆるむと、こころも自由になります。自由な表現世界を探ります。詩の朗読にも挑戦します。	10月 ７日（金）
第３回　「演劇的　朗読レッスン」の、体験 ～個性豊かに朗読をしてみよう～ 「表現のレッスン」を発展させたレッスンです。朗読も演劇的になると、グッとおもしろくなります。朗読を通してあなたの個性を再発見しましょう！	10月14日（金）

♪♪♪動きやすい服装でご参加ください。全日：お茶とお菓子付き♪♪♪

【対 象】　18歳以上の希望者
【定 員】　10人（先着順）
【保 育】　先着６人(無料)　対象：満１歳～未就学児
おむつ・着替え・飲み物・おやつ等をお持ちください。
※保育受付締切：９月15日（木）
【主 催】　NPO法人みたか市民協働ネットワーク
【会場・申し込み・お問い合せ先】
三鷹市市民協働センター
電話番号：0422（46）0048
ファックス：0422（46）0148
メール：kyoudou@collabo-mitaka.jp

木瓜（ぼけ）みらいさんプロフェール

テレビ番組：おしん、うちの子にかぎって、中学生日記、はるちゃん４、はぐれ刑事純情派ほか多数。ニューヨークやロンドンで多くの舞台に接し、海外演劇人との交流経験多数。これらの実践を通じ人間のからだ（心の働き等も含めた総合的な意味合い）の不思議さ・奥深さなどについて研究を深めた。その中から演技訓練プログラムを編み出した。
（三鷹市在住）

★市民の底力事業（協働推進事業）市内の人財に講師をお願いし、市内での仲間づくりを目的に開催する事業です。

もくじ

〈1ページ〉開催します「演劇的元気のつくり方とは」〈2ページ〉第4次三鷹市基本計画策定における「みたかまちづくりディスカッション」開催のお知らせ 〈3ページ〉チョコっとあっぷる一む、平成23年10月1日から、防犯カメラを稼働します 〈4ページ〉みたか「わの縁日」参加団体募集中、助成金情報

第4次三鷹市基本計画策定における「みたかまちづくりディスカッション」開催のお知らせ

三鷹市では、「第4次三鷹市基本計画」（第4次基本計画）の策定に向け、さまざまな市民参加の取り組みにより、市民のみなさんの意見をお聞きしていきます。

その一つとして、計画策定にあたっての重点課題からテーマを選定し、住民基本台帳からの無作為抽出によって多くの市民のみなさんに議論への参加を依頼する「みたかまちづくりディスカッション」を10月29日（土）・30日（日）に三鷹産業プラザで開催します。

この取り組みに対して、三鷹市と三鷹市市民協働センターの指定管理者であるNPO法人みたか市民協働ネットワークは7月14日に、「みたかまちづくりディスカッション」の円滑な運営に向けて、パートナーシップ協定を締結し、この協定に基づいて実行委員会を設置しました。

９月中旬頃に、市が住民基本台帳から無作為で抽出した方へ参加依頼状をお送りし、参加の意向を確認しますので依頼状が届いた方はぜひご参加ください。

三鷹市長と実行委員会のメンバーと代表理事の
パートナーシップ協定締結式記念写真

◆「無作為抽出された市民による話し合い」の手法

まちづくりディスカッションは、三鷹市が全国に先駆けて平成18年度に実施しました。

多様な市民が参加したこと、参加者が高い満足度を得ていたことから有効性を確認しました。この手法は、平成19年度にも「第3次基本計画の第2次改定」の際に、市民からの意見を伺う機会として取り入れるとともに、平成20年度には国・都・市の三者で共催した「東京外かく環状道路中央ジャンクション三鷹地区検討会」でも採用されました。

この「無作為抽出された市民による話し合い」は、現在では各地で100回以上の開催実績があり、「三鷹モデル」とも呼ばれて全国に拡大しています。

Support programs for child

＊おやこでよって＊

チョコっとあっぷるゅむ

	月日	テーマ・内容	参加費	担当
①	9月1日(木)	**スクラップブッキング** ～ママの言葉を写真に添えてアルバム作り～	1,500円 （手作りお菓子付き）	NPO法人 子育てコンビニ
②	9月5日(月)	**幼稚園情報** ～おしゃべりしながら幼稚園情報交換しませんか？ ～	700円	NPO法人 こもれび
③	9月8日(木)	**自分を好きな子に育てるコーチング** ～会話のコツをゲット～	1,000円	コミュニケーション・ファーム
④	9月12日(月)	**スリングの選び方・使い方** ～赤ちゃんスヤスヤ、ママはにっこり～ 都合により中止となりました。	1,500円	はっぴいまむず
⑤	9月15日(木)	**ベビーマッサージで赤ちゃんニコニコ** ～親子のふれ愛コミュニケーション ～	1,800円（オイル・防水シート・手作りお菓子付き ）	NPO法人 子育てコンビニ
⑥	9月19日(月)	**産前・産後の骨盤ケア** ～知って整え、お産も産後も安心～	2,000円 （さらし付き）	はっぴいまむず （助産師・整体師） 谷　京子
⑦	9月22日(木)	**ベビーサイン** ～赤ちゃんとおててでお話ししましょ♪～ 満員御礼	1,500円	Mama & Baby
⑧	9月24日(土)	**ベビーマッサージ** ～パパもママも赤ちゃんとふれあいましょう～ 残りわずか	1,800円 （パパ＆ママ参加の場合2,000円）	Mama & Baby
⑨	9月26日(月)	**ヨガママ(ハイハイ以降)** ～ママの為のヨガで骨盤整えリフレッシュ ～ 満員御礼	1,500円	花莉屋
⑩	9月29日(木)	**マタニティヨガ** ～ゆったりヨガで　安産力を養いましょう　～	1,500円	花莉屋 （日本マタニティヨーガ協会会員）

※時間は10:30～12:00

【定員】 10組　※ただし①と⑧は6組、⑨は7組
【対象】 おおむね0～3歳のお子さんを持つ親子
及び妊娠中のお母さん
【会場・申込み・問合せ】　三鷹市市民協働センター

☆先着順
☆全回、保育はありません。
☆お車でのご来場はご遠慮ください。
☆お持ち物など詳しい内容のお問い合わせ
・お申込みは当センターへ

About the operation of the security camera

平成23年10月1日から、防犯カメラを稼働します。

利用者の皆様にとって、安全・安心で快適な空間を提供するため
「三鷹市防犯カメラの設置及び運用に関する条例」に基づき、
平成23年10月１日から防犯カメラを稼働します。
ご理解、ご協力をお願いいたします。

We recruit participants

第10回みたか市民活動・NPOフォーラム

みたか わの縁日

開催日：11月19日（土）
20日（日）

毎年恒例！！
市民協働センター
のお祭り

参加団体募集中

交流！
出会い！仲間づくり！

★★ フォーラム当日に参加できるNPO・市民活動団体及び
市民活動に関心のある個人ならどなたでもどうぞ★★

昨年の様子
おいしいものを食べて
面白い体験をして
勉強にもなる！

≪参加団体全員で実行委員会をつくり、企画・運営を行います≫

◆第２回実行委員会＝９月15日（木）　◆第３回実行委員会＝11月２日（水）
いずれも午後７時～（市民協働センター第２会議室）

Information of the grant

助成金情報

三鷹市市民協働センターに持ち込まれた情報およびセンターで収集した情報を、市民活動に関わるものを中心に紹介しています。詳細につきましては、各ホームページ上などでご確認ください。

◆子どもたちの“こころを育む活動”（お問合せ先：「こころを育む総合フォーラム」全国運動事務局）
http://www.kokoro-forum.jp/　TEL:03-5521-6100　〈締切日：2011年9月30日〉

◆「災害ボランティア・NPO活動サポート募金」（お問合せ先：社会福祉法人中央共同募金会企画広報部）
http://www.akaihane.or.jp/er/p6.html　TEL：03-3581-3846〈締切日：2011年9月30日〉

◆TOTO 水環境基金　（お問合せ先：TOTO(株)総務部総務第二グループ）
http://www.toto.co.jp/company/mizukikin/oubo.htm　TEL:093-951-2224
〈締切日：2011年10月10日〉

◆地域の底力再生事業助成　（お問合せ先：東京都生活文化局都民生活部管理法人課）
http://www.seikatubunka.metro.tokyo.jp/tiikiryokufiles/tiikiryoku.html
TEL:03-5388-3166　〈締切日：2011年11月９日〉

■町会・自治会へ　ニュースレターを配付させていただきます

協働センターニュースレターは町会・自治会など地域自治組織に無料で配付させていただいております。組織単位でご連絡いただければお届けさせていただきます。町会・自治会の皆様、ぜひご検討ください。

Editor's note.

編集後記：今月から、ニュースレターの作成に、NPO法人みたか市民協働ネットワークの情報・広報部会のメンバーにも参加していただくことになりました。力強い協力者を得て、幅広い市民の目線の情報を今まで以上に発信できればと思います。まだ始まったばかりで、一朝一夕に大きく変わることはないですが、これまでの話し合いでも多様なご意見を出していただきました。どうぞご期待ください。

ニュースレター配布場所

るま・ばぐーす、一圓(ラーメン店)、グラナダ(レストラン)、きものサロンひさみね、ハローワーク三鷹、各コミュニティ・センター、各市政窓口、各図書館、その他市の公共施設、近隣市区の市民活動支援センター

発行日：平成23年9月1日
発　行：三鷹市市民協働センター
（特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク）
〒181－0013　東京都三鷹市下連雀4－17－23
TEL 0422－46－0048　FAX 0422－46－0148
メール：kyoudou@collabo-mitaka.jp
ホームページ：http://www.collabo-mitaka.jp
開館時間：9:00am-9:30pm
受付時間：9:00am-9:00pm
休館日：火曜日（祝祭日は開館し、直近の平日を休館とします。）