



つながろう! コラボしよう! 元気な“ながの”をつくろう!



# まんまる

市民協働サポートセンター

TEL.026-223-0051 FAX.026-223-0052

〒380-0835 長野市新田町 1485-1 もんぜんぶら座 3F

npo@nagano-shimin.net http://www.nagano-shimin.net/

・・・NPO・市民協働情報誌



特集  
「協働イベントが  
続々と!!」



2016 1.11 (月・祝)

NPO★チャリティイベント!  
**忍者フェスタ 2016**  
inもんぜんぶら座

「忍術のみならず、忍の心をもつ人々をゆるやかに、自分の力とおもいやりでつなぐ、みんなが元気の力とおもいやりでつなぐ、幸せを感じて生きることのできる世界を築こう!」

入場無料  
10:30 ~ 14:00

9つの忍者正遊びに挑戦!  
NPOが企画する11の体験を遊びまわろう!

SPレポートもご用意!  
忍者道場体験、子供を学ばせよう、わらわらお笑い、チャリボートプロジェクト、パワーストーン制作、水や空気を浄化しよう、ダンスボール制作体験、おどろき体験、おどろき体験、おどろき体験

深心のステージに舞台!  
大道芸、忍者道場、あんな演出、おどろき

縁日風屋台でお買ひもの!  
縁日風の舞台、フリーマーケット、駄菓子屋さん、おどろき、15ブース予定

忍道出陣の心!  
忍道出陣の心、忍道出陣の心、忍道出陣の心、忍道出陣の心

主催: 忍者フェスタ2016実行委員会、ながの協働ネットワーク  
協賛: ながの協働ネットワーク、HappySpotClub、忍道出陣の心、忍道出陣の心、忍道出陣の心、忍道出陣の心

事務局: 市民協働サポートセンター  
TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052  
E-mail:npo@nagano-shimin.net



## 「NPO★チャリティイベント 忍者フェスタ2016」

当センターが事務局のNPOのネットワーク「ながの協働ねっと」のプロジェクト「ながの忍者をふやそう大作戦」は、目的に共感する市民・NPO・企業など様々な仲間が協働し、イベントを中心に活動を続けています。

1月11日には、忍者フェスタ2016を開催予定です。世代を超えた交流の場・NPOチャリティイベントとして3回目の開催となります。

開催に向け立ち上がった実行委員会には、NPO法人長野スポーツコミュニティクラブ東北、NPO法人みどりの市民、ながの子育てネット、北石堂町商店街振興組合が新たに企画。それぞれの持ち味を生かした企画提案、更にはネットワークを活かした出店者集めがイベントを盛り上げています。

目玉企画は「9つの忍者正遊び」と、「NPOが企画する11の体験コーナー」。須坂市動物園大型カルタ大会や、HappySpotClubの風船ジャングル、もんぜんぶら座を巡るプレゼント付スタンプラリーなど盛りだくさんの内容です。もう一つの目玉「縁日風屋台企画」には、門前の雑貨屋さんや、松代の駄菓子屋さん、フリーマーケットなど15ブースを予定しています。また、同ねっとの「信州発!一杯の味噌汁プロジェクト」と信里のたんぼぼ直売所が協力し、すいとん100食を振舞います。

忍者Tシャツなど寄付を含んだオリジナルファンディング商品販売による収益と合わせて、イベント収益は、「ハート手裏剣寄付」として、子どもの育成を目的としたNPOの事業に活用されます。過去4団体に5回の寄付実績があり、寄付文化の促進にも一役かっています。

当日の運営にはボランティアアスタップが多数参加します。千曲市からはあんなも駆けつけます。一緒にイベントを楽しみましょう。(文:廣田)

## 信州発! 一杯の味噌汁プロジェクト企画 「みそ駅フェスタ」に集合!

味噌汁を通して人と人、食と地域をつなげる「信州発! 一杯の味噌汁プロジェクト」は、ながの協働ねつとの食育プロジェクトとして活動を展開しています。

昨年開催した「みそフェスタ2015 in長野」では、市民や企業・NPOがともに汗をかき、400人以上が集まりました。その経験とつながりを生かし、以降、様々な地域のイベントで「みそボールちゃん体験ワークショップ」を実施し、多くの市民に味噌の良さを伝え、一日に一杯は必ず食卓に味噌汁が並ぶ習慣を提案しています。

簡単に作れる「みそボールちゃん」は、「可愛い」「楽しい」

と子ども達からの人気が高く、大人からも「それぞれ

具材を選べるのがいい」「手軽で忙しい時に便利」との声も。秋口から冬にかけての野外イベントでは、その場で飲めるみそボールちゃん式味噌汁も提供。「味噌本来の風味があつて美味しい」「温かくてホッとすると」と味噌汁の良さをその場で実感してもらえました。

今年の活動として、長野駅ビルMIDORI内のりんごのひろばで2月13日開催予定の『みそ駅フェスタ』です。みそボールちゃん体験ワークショップに加え、味噌入りチョコで野菜を味わうチョコベジ体験や、オリジナルパネルシアター「みそ誕生物語」を予定。フードバンク信州



の、家庭で眠っている食品を譲っていただく「フードドライブ」も同時開催します。家族そろっての参加をお待ちしています。(文: 廣田)

## 食でつながるありがとう!

毎月第2土曜日はながの「もんぜん」フードライブの日

社会福祉施設等に届ける活動です。

昨年10月7日「フードバンク信州」が設立総会を開き、活動を始めました。さまざま理由で利用されずに廃棄される可能性のある食料を寄付していただき、生活に困っている人や



活困窮者自立相談の現場には、派遣切りで仕事と住居を一挙に失いその日の食料に困る...と、組織や団体、個人が集まって新たな団体が誕生しました。一般の住民に呼びかけ、家庭から食品を持ち寄って提供する「フードドライブ」を当センターと協働で「毎月第2土曜日」に開催しています。皆さんも「もったいないをありがとう」に変える支援をよろしくお願

と欠く人、求職活動期間の生活費がない人、一人親世帯で低収入のため十分な食事をとれない子どもなど、待ったなしの支援を必要とする場面が散在します。「食うに困る人たち」の存在は非常に見えにくいのです。その時「食」の果たす役割はとても大きいといえます。

「フードバンク信州」の目的は、食品ロスを削減し資源の有効活用を図ること、食を通して生活困窮者の支援のネットワークづくりを進めること。この2つの課題解決をつなぎあわせることで、地域に支え合いのネットワークを創る...と、組織や団体、個人が集まって新たな団体が誕生しました。一般の住民に呼びかけ、家庭から食品を持ち寄って提供する「フードドライブ」を当センターと協働で「毎月第2土曜日」に開催しています。皆さんも「もったいないをありがとう」に変える支援をよろしくお願

【もんぜんフードドライブ】  
日時/毎月第2土曜日10時〜14時  
場所/当センター、2月は長野駅ビルMIDORIりんのひろばで開催  
収集食品(常温保存食品) / カップ麺、缶詰、レトルト商品、米(白米・アルファ米・前年度産まで)。賞味期限1カ月以上、未開封、包装が破損していないもの、生鮮食品不可。  
問合せ/フードバンク信州  
☎026-269-0026  
FAX026-269-0016  
(担当:美谷島、小松)  
メール foodbank@npo-nagano.org



## 地域を元気にする活動を応援します！ —平成 28 年度ながのまちづくり活動補助金—

市では、市民の皆さんが自主的に取り組むまちづくり活動を、資金面で支援しています。「地域や社会のためになる活動をしたけれど資金がない」、「活動を充実したい」、「軌道に乗るまでの資金が不足している」などとお考えの皆さん、「ながのまちづくり活動補助金」をご活用ください。

### ■対象要件

- ▼団体／構成員が5人以上（市内在住・在勤・在学の人を含む）の市内で活動する団体
- ▼活動／平成29年3月31日までに完了する活動で、他の補助金などを受けていないもの

### ■対象経費

活動の実施に要する経費（例：印刷代、広告宣伝費、消耗品費、講師への謝礼金など。）  
※団体の事務所維持費など管理的な経費は対象になりません。

### ■補助金の種類・金額

- 【企画・研究部門】**（1事業につき1回まで）  
市民自らが行うまちづくり活動のための調査や勉強会の開催など、企画・研究・計画策定を主な目的とする活動  
▼補助率 10分の10（限度額10万円）
- 【実践活動部門】**（1事業につき最大3回まで）  
まちづくりに熱意やアイデアを持つ市民が自主的に企画し、実施する活動
- ▼ホップコース（1回目）：  
補助率 10分の8（限度額100万円）
  - ▼ステップコース（2回目）：  
補助率 10分の6（限度額60万円）
  - ▼ジャンプコース（3回目）：  
補助率 10分の4（限度額40万円）



※ホップコースには、設立2年未満などの条件に該当する団体のみが申し込みできる「スタート枠」を設けています（限度額50万円）。



### ■募集要領・応募用紙の配布場所

市役所地域活動支援課、各支所、各市立公民館、市民協働サポートセンター（もんぜんぶら座3階）および市ボランティアセンター（ふれあい福祉センター1階）  
※市ホームページからダウンロードもできます。

### ■申し込み

応募用紙に必要事項をご記入の上、1月14日（木）～2月15日（月）（土・日曜日、祝日を除く）に、直接、地域活動支援課へ

### ■募集説明会

とき	ところ
1月10日(日) 14:00～	もんぜんぶら座 会議室 304
1月12日(火) 18:30～	篠ノ井公民館 第二学習室
1月13日(水) 18:30～	もんぜんぶら座 会議室 304

※内容はすべて同じです。また、本事業への応募に関する無料講座も併せて開催します。

### ■公開審査会

補助金の交付団体は、書類審査のほか、4月に開催する公開審査会での発表（プレゼンテーション）を審査して決定します。  
◎詳しくは、市ホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

### <問い合わせ先>

**【地域活動支援課】** 電話 224-5033、FAX224-8596  
Eメール：chiiki@city.nagano.lg.jp  
★当センターでも、予約制で相談を受け付けています。電話 223-0051 まで。

## 2016年1月～3月 市民協働サポートセンター まんまる スケジュール

タイトル	日時	会場・費用	内容	
NPO初歩講座 「きほんのき」	1月27日(水)、2月24日(水) 13:30～16:00 3月23日(水) 18:30～21:00	市民協働サポートセンター まんまるテーブル 300円	「NPOってなあに？」この講座ではそんな疑問にお答えしていきます。法人を設立したいという人もまずはこの講座から始めましょう。毎回ゲストに、市内NPO法人を招いて生の声をお聞かせします。	
ステップアップ講座 広報のいろは 「会員への情報提供を考える」	2月20日(土) 13:00～16:00	市民協働サポートセンター まんまるテーブル 300円	ホームページ、ブログ、メール、SNS、会報…会員や関係者への情報提供はしていますか。2016年度の会員サービスを考えるヒントに!! 当センタースタッフが経験をもとに広報の概要から手法、写真撮影や記事アップのコツまで伝授します。	
ステップアップ講座 ソーシャルビジネスのいろは	3月15日(金) 13:00～16:00	もんぜんぶら座 303 会議室 300円	地域社会の課題をビジネス的手法によって解決するため収益性と社会貢献を両立させた事業がソーシャルビジネス。最近注目の起業形態として事例を交えてアプローチします。	
SCC コミュニティビジネスを目指す働く世代のための交流会	1月8日(金)、2月5日(金)、 3月4日(金) 13:00～15:00	もんぜんぶら座会議室 1/8・3/4(304)・2/5 (601) 無料	フリーランス・専門家・企業家・NPOなど働く世代の交流会。毎回テーマを変えてプレゼンもあります。詳細はFacebook「NPOカフェまんまる」で。	
新!元祖 NPOカフェ まんまる	食と農の座談会④ 「ライフスタイルとしての農業」 1月22日(金) 13:30～15:30	市民協働サポートセンター まんまるテーブル 無料	食と農の座談会シリーズ第4弾! 企画は「NAGANO農と食の会」の渡辺啓道さん。農を生活の中心におく生き方から、農との関わり方を探ります。	
大人の遠足	【戸隠編】 「まっしろな雪山を遊びつくそう!」	1月24日(日) 10:00～14:00	戸隠神社奥社駐車場 集合 大人1,000円	スノーシューでの雪山自然観察と、チーズフォンデュランチ。企画/NPO法人 ecology & eco-lives 信州
	【信里編】 「地元信里でみそ満喫!」	2月18日(水) 10:00～13:00	信里地域交流センター 集合 大人2,000円	みそ仕込み体験と、地元おかあさんの味処「たんぼ直売所」見学。企画/ながの協働ねっと信州発! 一杯の味噌汁プロジェクト NPO法人食育体験教室コラボ
	【松代編】 「真田丸その後のストーリー」	3月20日(日) 10:30～14:00	旧松代駅集合 有料	真田家の実像を巡るまち歩きと、旧樋口家でのランチ&交流会を予定。企画/NPO法人夢空間松代のまちと心を育てる会

## Pick up! NPO!

～パワフルな団体を紹介します～



セミナー「成年後見人って何する人？」11/1

「地域の中にある共助の活動の中に、後見制度が当たり前前に存在するようにしていきたい」。そう語るの  
は、代表の宮澤一江さん。

「後見制度とはそもそも何か」から始まり「後見制度に対する疑問」「後見を委任している現場の様子」など、概要から徐々に後見の現実についていく順番で、講演会・パネルディスカッションが行われました。講演会の講師は、東京から「一般社団法人後見の杜」の代表・宮内康二さんが駆けつけ、ユーモアを交えたトークで、分かりやすく進行していききました。パネラーは、後見を実際に受任している「ウェルサポートぐんま」と「北信

んのインタビュアーや、地元ヴァイオリニスト・市民芸術団体・注目の気になるお店など盛りだくさん。作り手の熱いメッセージに溢れています。「取材した方の思いを伝えたくて原稿が長くなっちゃー！」と話すのは代表の太田さん。「ハツサリ縮めない」と読んでもらえないよ！」と編集会議で厳しい意見が交わされます。「文化芸術の初心者目線で地域の芸術文化を紹介したい」と、企画・写真・取材・

ふくしMねっと」の2団体と「長野県社会福祉協議会」から登壇があり、それぞれの立場から、後見制度の実際や想いを発表。後見受任者のひとり「苦労もあるが、他者の人生を共に歩む、やりがいのある仕事」と語りました。

セミナーの終盤では、来場者にもマイクが向けられました。ある来場者が「成年後見人になりたいと思っています」と言うと、宮内さんは「ぜひトライしてみてください」と応じました。後見制度は難し

### 後見制度をもっと市民の手の中に

#### 市民後見ネットワークながの



オトかな編集会議で12/2

「長野文化芸術企画塾」は、市民芸術館開館に当たって、市が募集したコンサート企画塾で出会った有志で立ち上げました。20代から4代と若い世代が中心。「長野にはたくさんさんのアーティ

まずフリーペーパーを作ることからスタート。その名も「オトかな」(A5サイズ、カラー4ページ、3000部発行)です。創刊号(昨年9月発行)を手に取ると、オシャレなデザインだけでなく市民目線のコンテンツが特徴。芸術館の事業を担当する栗田康弘さ

原稿書き・編集と、一つ一つ丁寧に作りこんでいます。今年度は全3号を予定。

また、11月7、8日には中条の古民家・やきもち家への「ミュージックバスツアー」を開催。50人ほどが参加し、アイリッシュ音楽を楽しみました。次号オトかな(1月発行予定)に掲載予定です。

「取材・文 寺澤」

長野文化芸術企画塾  
メール kakukijuku1@yahoo.co.jp

### 初心者目線で地域の文化芸術を紹介

#### 長野文化芸術企画塾

「取材・文 立岡」

「取材・文 立岡」

「取材・文 立岡」

「取材・文 立岡」