

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	■
ぼらぼら休業日	■

日	曜日	催し物	
1	月	コミュニケーションマージャン体験会	▲
2	火		—
3	水		—
4	木		—
5	金		—
6	土	まんまる (This is MIKI) 公開練習 パソコン定期相談 みきおもちゃ病院	▲
7	日		—
8	月	BANBAN しゃべろう会	■
9	火		—
10	水	音響ボランティア養成講座	●
11	木		—
12	金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
13	土		—
14	日	きらきら書道	▲
15	月	コミュニケーションマージャン体験会	▲
16	火		—
17	水	音響ボランティア養成講座	●
18	木	市民活動センター 休館日	—
19	金	高齢者ボランティアポイント説明会 パソコン定期相談	●
20	土	みきおもちゃ病院	▲
21	日		—
22	月	BANBAN しゃべろう会 Happiness ♪ 公開練習	▲
23	火		—
24	水	音響ボランティア養成講座	●
25	木		—
26	金	高齢者ボランティアポイント説明会	●
27	土	ふたつばクローバー (きょうだい会)	▲
28	日		—
29	月	コミュニケーションマージャン体験会	▲
30	火	育児ファミサポ 預かり活動報告会 (会員のみ)	●
31	水	音響ボランティア養成講座	●

### まんまる (This is MIKI) 公開練習

“身も心もまんまるに”との思いで、ご夫婦で心あたまる懐メロを歌う活動を行っています。この日は、生のピアノ伴奏に合わせて、歌を練習する様子を見学することができます。

一緒に懐メロを口ずさむもOK！出演依頼の相談をするもOK！是非お気軽に足をお運びください。

- 日 時：5月6日④ 13:30～15:00
- 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 ☎83-0090

受講者募集中！

### 音響ボランティア養成講座

音響に関する技術や知識を実践的に学び、市民活動センターや地域で活躍する音響ボランティアを養成します。

シニア世代の活躍の機会としてもお勧めです！



- 日 時：5月10・17・24・31日④ (4日間) 19:00～21:00
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 対 象：音楽が好きの方、機械操作が得意な方
- 定 員：15名
- 受講料：1,000円 (資料代等として)
- 問合先：ボランティア活動プラザみき ☎83-0090

### 人権書道きらきら

障がいの有無や年齢にこだわらず誰もが集い交流し、自己表現を楽しむ「きらきら書道」を開催しています。

書道をしてみたい、いろいろな人と交流したいなど、関心のある方は誰でも参加できます。

- 日 時：5月14日④ 9:30～11:00
- 会 場：三木市立市民活動センター
- 参加費：書道をする人は500円  
付き添い・見学などは無料
- 問合先：ボランティア活動プラザみき ☎83-0090

# 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



4・5  
合併号  
Vol.305  
2023.5.1

## 贈呈者募集!!

＼ 明るい豊かな地域社会づくりに向けた取組みの広がりをめざして /

## みきボランティア活動記章

みきボランティア活動記章は、市民の継続した善行活動に対し感謝するとともに、これからも活動を継続する励みとなる記章として三木市社会福祉協議会が贈呈するものです。



2022年度  
受賞者  
金章 10人  
銀章 3人  
銅章 10人

- 贈呈対象者  
善行活動を行っている個人に贈呈します。  
団体・グループの構成員、企業・事業所の職員も含まれます。
- 贈呈条件  
1. 行っている活動が広く一般社会の利益となる公益活動である。  
2. 自分自身の活動歴が5年以上ある。  
3. 現在もそれらの活動を継続している。
- 記章の種類  
活動歴に応じて応募できる種類が変わります。

5年以上10年未満…銅 記章  
10年以上15年未満…銀 記章  
15年以上…金 記章



応募期間 《2023年5月8日④～6月12日④》

応募方法 所定の応募用紙 (各公民館、交流センター、市民活動センターに配架しています) に必要事項を記入し、ご自身で応募していただきます。受付はボランティア活動プラザみき、よかわステーションの窓口のみとなります。

詳しくは、ボランティア活動プラザみき ( ☎ 0794-83-0090 ) までお問合せください

## ＼ お忘れなですか? 活動中の事故に備えた ボランティア保険・共済のご案内 /

### 全国ボランティア活動保険

- ・基本プラン：350円
- ・天災・地震補償プラン：500円
- ・特定感染症重点プラン：550円

### 兵庫県ボランティア・市民活動災害共済

- ・ボランティア・市民活動共済：500円
- ・ボランティア・市民活動災害共済 (天災プラン)：600円

《 補償期間 》 加入手続き完了翌日 ～ 令和6年3月31日





# もっと広げよう! もっとつながろう! わたしたちのまちをよくする活動

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。活動と人をつなぐ機会づくりとして、ボランティア・市民活動団体の取り組みを紹介します。

## 一人ひとり悩みや想いは違うけれど…みんなで共有・共感する時間や空間を!

### ふたつばクローバー

兄弟姉妹に障がいのある方が集い、それぞれの悩みや思いを語り合う「きょうだい会」を開催しています。

「両親が元気なうちはきょうだいの世話ができていたが、高齢で難しくなってきた。自分の暮らしを維持しながら、両親の想いを背負ってきょうだいの世話をするのが大変。」

「離れて暮らすきょうだいのことが心配。公的サービスを利用して困りごとは聞こえてこないが、きょうだいは判断や意思決定が難しい。今後のきょうだいの暮らしが不安。」

一人で抱えていた悩みを打ち明け、メンバー同士で分かち合ったり、それぞれが持つ経験や情報を共有することで抱えている問題の解決につながるなど、メンバー同士で互いに支えあう活動（セルフヘルプ活動）を行っています。

(活動日) 奇数月の第4土曜日 17:00～18:30  
(活動場所) 三木市立市民活動センター  
(問合せ先) ボランティア活動プラザみき (0794-83-0090)

あなたのお話をぜひ聞かせてください  
お手紙でのやりとりも大歓迎です



## 人形劇の力で子どもたちの心を豊かに!

### 人形劇サークルたんぽぽ

幼稚園や保育所、親子の集いの場等で人形劇の公演活動を行っています。絵本を題材に脚本と人形を制作し、子どもの目線を大切にほのぼのと安心した気持ちで楽しむことができる人形劇づくりに取り組んでいます。

子どもたちが生の人形劇を見る機会が少なくなっている今、目の前の人形が動くおもしろさやそれをみんなで一緒に見る楽しさをもっと多くの人に知ってほしい。そして、人形劇の魅力を通じて、子どもたちの感情や情緒を豊かに育み、親子のふれあいの時間を大切にしたいとの思いで活動しています。

(活動日) 毎月第1・4木曜日 10:00～12:00 他  
(活動場所) 三木市立市民活動センター  
(問合せ先) ボランティア活動プラザみき (0794-83-0090)

一緒に活動するメンバーを募集中!



## 自分たちの活動をもっとを広げたい マガジンで活動紹介する団体を募集

伝えたい人に自分たちの活動情報が届けられるよう、マガジンを通じて発信しませんか!  
詳しくは、ボランティア活動プラザみき (☎ 83-0090) まで

## ボランティア募集

### 子ども食堂の運営サポーターになっていただけませんか?

地域の子どもたちが主体的に活動できる場をつくりたいとの思いが込められた「子ども店長がいる子ども食堂」が今年6月に開設されます。

そこで、食堂の運営をサポートして下さる方を募集します。

- 活動頻度 週に1日、2時間程度 (食堂は毎月第2・4㉝に開催)
- 活動場所 自由が丘公民館
- 対象者 高校生以上 (料理や子どもが好きな方歓迎)
- 問合せ先 NPO ファーストえぶろん 担当: 和田 (080-2400-5859)

## 助成金情報

助成金等名称 (申請等期日・期間)	助成内容	問合せ・申込先
令和5年度 ふれあいサロン事業 〔応募期間〕 令和5年6月30日 まで	<p>(目的) 高齢者、障害のある方などが地域でいきいきとした生活を送ることができるようサロン活動を運営する団体に対し、補助金を交付します。</p> <p>(対象) 三木市を拠点として活動し、構成員が5人以上、三木市から別の補助金や委託金等を受けていない団体</p> <p>(補助金額) 基礎補助金(上限)48,000円補助対象となるサロン利用者数、開催回数に応じて加算があります</p> <p>(問合せ先) 三木市 健康福祉部 福祉課</p>	<p>申請書の配布場所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市役所福祉課</li> <li>・市立公民館</li> <li>・市民活動センター</li> <li>・市のホームページからダウンロード (<a href="https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/24/14090.html">https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/24/14090.html</a>) もしくは、「三木市ふれあいサロン助成金」で検索!</li> </ul> <p>TEL: 0794-82-2000</p> <p>こちらからもダウンロードできます→ </p>
令和5年度 市民活動支援事業 (立上げ支援・協働型) 〔応募期間〕 令和5年5月31日 まで	<p>(目的) 市民の自主的な活動の育成を支援し、いきいきとしたまちづくりを実現する</p> <p>(対象) (立上げ支援型) 設立2年未満の団体 (協働型) 市の共催事業を行う団体</p> <p>(補助金額) (立上げ支援型) 1回目10万円、2回以降5万円 (協働型) 支援対象経費総額の半額</p> <p>(問合せ先) 三木市 市民生活部 市民協働課</p>	<p>申請書の配布場所</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・市役所市民協働課</li> <li>・市立公民館</li> <li>・市民活動センター</li> <li>・市のホームページからダウンロード (<a href="https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/14/6764.html">https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/14/6764.html</a>) もしくは、「三木市市民活動支援金」で検索!</li> </ul> <p>TEL: 0794-82-2000</p> <p>こちらからもダウンロードできます→ </p>

## ご報告

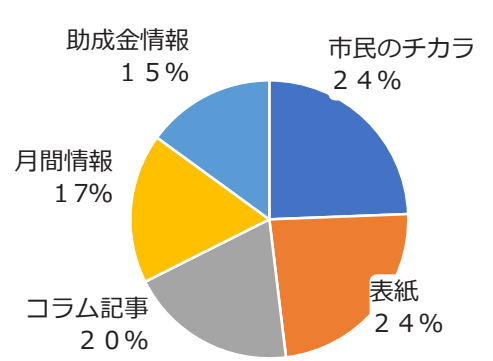
### 『マガジン』読者アンケートご協力ありがとうございました!

114名が回答

#### 回答者の年齢は

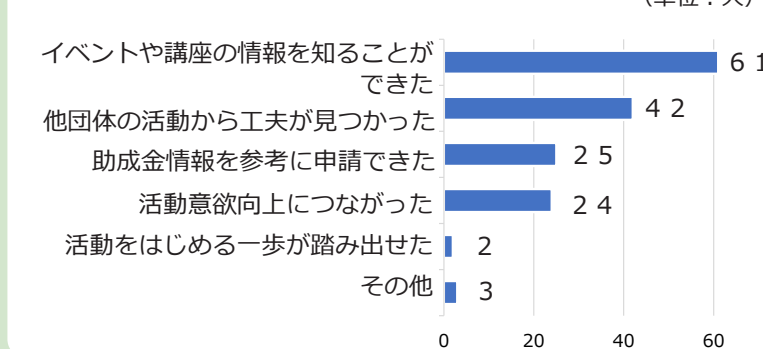
- 50歳代: 10%
- 60歳代: 30%
- 70歳代: 45%
- その他: 15%

#### よく読むコーナーは?



多くの方から「内容に満足している」というお声をいただきました。一方で、文字の大きさやレイアウトの工夫、写真やイラスト付きにして読みやすくして!というご要望もたくさんいただきました。

#### 活動に活かされましたか?



#### その他にも...

- ・活動紹介記事を読みたい!
- ・グループ共通の課題解決のヒントを取り上げて!
- ・ぼらぷら職員の人柄を感じるものがおもしろい!
- ・市民のチカラは活動の参考になる!
- ・みんなの頑張る姿に刺激、元気をもらっています!

などのご意見・ご感想がありました

皆さまからのご意見をもとに、さらにパワーアップした『マガジン』をお届けします。引き続きご愛読ください!