

# サポートセンター通信

No. 73



発行日：平成30年1月15日 第73号

発行元：松本市市民活動サポートセンター  
〒390-0874 松本市大手 3-8-13  
松本市役所大手事務所 2階  
TEL/FAX: 0263-88-2988  
Mail: support-center@support-center.jp  
URL: http://www.support-center.jp

## 長期間のパネル展示を実施します

市民活動フェスタ2017 in 松本「ぼくらの学校」期間中に、1ヵ月間のパネル展示を行いました。期間中、サポートセンターを利用する多くの方が、パネル展示をご覧になっている場面をたくさん見かけました。そこで、1ヵ月間のパネル展示を恒常的に行うこととします。初めての試みとなりますが、皆さまの活動内容を発信する機会のひとつとなればと考えております。皆さまのお申込みをお待ちしております。

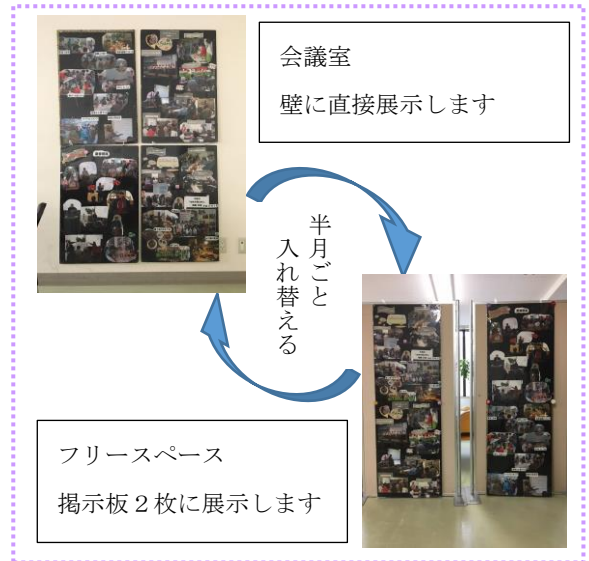
募集期間：1月16日（火）～2月28日（水）  
募集対象：サポートセンターに登録している団体  
先着24団体（1ヵ月2団体）

パネル：横90cm×縦180cmの掲示板2枚分  
素材は限定しませんが、重量の軽いもの（模造紙や発泡スチロール製など）。机などの使用は不可。掲示のみとします。

展示期間：1ヵ月間  
展示場所：会議室とフリースペースにそれぞれ1団体ずつ展示し、半月で場所を入れ替えます。入替作業はサポートセンターで行います。展示する月は、サポートセンターで振り分けます。

搬入・搬出：各団体でお願いします。搬入から搬出までの期間の保管はサポートセンターで行います。

申込方法：窓口および電話（0263-88-2988）にて（休館日は留守番電話となるため、対応不可）



## 第6回プラチナフォーラム

プラチナ人生をぴんぴん・キラリと輝くために！

「プラチナ人生を心身ともに健康に生きる」をテーマに、プラチナ世代の皆さんの新たな一歩を踏み出すきっかけづくりを応援する基調講演と、交流会を開催します。

日時：3月4日（日）  
13時～16時20分  
会場：松南地区公民館（なんなんひろば）3階大会議室  
対象：おおむね55歳以上の方  
参加費：300円（資料代及び茶菓子代）  
定員：100名（※要申込）  
内容：  
・基調講演『「声を出して元気に「いきいき」！」  
～声を出すことは健康につながる～』  
講師：布野えいじ氏（ヴォイスアーティスト&トレーナー）  
・ウェルカムコンサート&ステージ発表・交流会  
主催：プラチナサポーターズ松本

松本市市民活動サポートセンター  
松本市社会福祉協議会ボランティアセンター  
申込先：松本市市民活動サポートセンター

TEL 0263-88-2988（2月1日より申込開始）

※内容等の詳細は、サポートセンターのHP、またはチラシをご参照ください。

## NPO セミナー

～市民活動最初の一步～

「市民活動とは？」「団体を立ち上げるには？」「活動を広げるには？」等の疑問にお答えします。

日時：すべて10時～12時  
1月24日（水） 講師：山田勇氏（NPO法人えんのわ）  
「何かしたい！」を実現する！！  
～市民活動の基本と活動のすすめ方～  
1月31日（水） 講師：山田勇氏（NPO法人えんのわ）  
「何かしたい！けど…」の不安を解消する！！  
～仲間あつめと市民活動Q&A～  
2月7日（水） 講師：大塚佳織氏（NPO法人えんのわ）  
「何かしたい！」の想いや活動を伝えるコツ！！  
～広報活動と寄付あつめ～  
2月14日（水） 講師：菊谷幸仁氏（日本政策金融公庫）  
長野県県民文化部県民協働課職員  
「何かしたい！」のチームを組織化する！！  
～NPO法人化と活動資金あつめ～

参加費：無料  
定員：先着30名（※要申込）  
申込先：松本市市民活動サポートセンター

TEL 0263-88-2988

※連続講座ですが、単発受講も可能です。詳細はサポートセンターHP、またはチラシをご参照ください。

## 松本市朗読赤十字奉仕団ひびきの会

住所：松本市笹部 4-21-7  
TEL：0263-28-1489  
Mail：ykiriyuki@gmail.com



\*活動のようす  
様々な工程を経て  
録音図書ができる

松本市朗読赤十字奉仕団は、1978年に盲学校より音声テープの作成を求められたのがキッカケで録音図書製作を開始し、翌年3月に設立されました。

主な活動として、視覚障害者の方のために、書籍等の活字媒体を音声に変換したテープやCDを提供したり、音訳者の養成を行っています。1981年には、広報や議会だより・社協まつもと・公民館報の音訳も手掛けるようになりました。

もともと本を読むことが好きだった代表の桐原幸子さんは、「自分の好きなことが誰かの役に立てる」と、12年間活動を続けられているそうです。

2000年にデイジー信州が発足し、その構成団体の一つとして、毎年上田点字図書館へ録音図書を提供しています。それらの図書は、全国組織である日本点字図書館管理のサピエ図書館（点字・録音図書の国内最大の書誌データベース）に登録され、全国どこからでもダウンロードが可能になります。2008年、会の通称を「ひびきの会」とし、会員数は約30名となりました。

2011年に、松本市中央図書館がデイジー図書の

貸出を開始しましたが、ひびきの会も中央図書館にデイジー図書を提供しています。その活動が認められ、県知事表彰や、長野県視聴覚障害者福祉協会より感謝状を贈呈されています。

録音図書の製作には多くの工程があり、下読み・文字や漢字の調べ込み・録音・リスニングチェック・校正・最終手直し・CDへのダビングを行い、ようやく完成します。薄い本で2～3ヵ月、厚い本になると半年～1年もかかるそうです。「ただ朗読している音声を録音すれば良い」という訳ではなく、聞く人にきちんと意味が伝わるよう、イントネーションやアクセントには特に注意が必要で、とても苦勞するそうです。

ひびきの会では、個人からのリクエストも受けており、書籍はもちろん、パンフレット・講習会のテキスト・取扱説明書までも音訳して頂けるそうです。視覚障害者の方や、活字を読むのが困難な方も「気軽に本を楽しむことができる」。こんな素晴らしい活動をしている団体がある事を、一人でも多くの方に知ってもらいたいと思いました。（笠松）

## SHIP×まつもとのひとたち

事務局長：小澤 俊輔  
TEL：090-5516-6665  
Facebook：「まつもとのひとたち」で検索



\*動画講座でのようす  
講師と受講生で動画の  
チェック中

「SHIP×まつもとのひとたち」は2015年9月に、「松本をもっと知りたい！松本でなにかやりたい！」という有志メンバーのもとに結成しました。”松本を知る”ことをテーマに、松本の歴史や文化、自然などを知る活動を行い、松本の魅力をSNSや動画サイトなどで発信しています。

松本を知るための主な活動として、市内の井戸巡りや、文化、食に関する講座を開いたり、それらを知るための催しなどを開いたりしています。

また、これまでの活動で知った松本の魅力を発信しようと模索したところ、動画サイトへ手軽に投稿できるようになったことや、動画サイトの閲覧が増加したことに着目し、2017年から動画の撮り方や編集の方法を教える講座を始めました。この講座は年齢を問わず初心者から参加ができ、カメラマンや映像制作者などプロの指導を受けながらメンバーも一緒に技術を学び、完成した動画をグループで共有し、動画サイトなどで配信しています。

「同じ撮影場所でも撮影する人によって作品に違

いがあり、地元の人でも新たな発見や魅力を感じることができます。それぞれが感じる松本の魅力をインターネットを通じて、全世界にアピールできたら」「活動を通して、松本のインバウンドのアピールだけでなく、地元の方にシビックプライド（地元に対する誇りや愛着）を持っていただくことで、活動の次のステップとなり、そのステップが松本への還元につながる」と語るのは、SHIP×まつもとのひとたち事務局長の小澤俊輔さん。

松本の魅力を、長野県や日本国内に限らず、世界へ発信しているSHIP×まつもとのひとたち。今後の活動にも注目です。

また、個人や団体などで松本市内を撮影した動画などを募集しているそうです。撮影した動画や自慢の作品がある方、もっと松本を知りたい方、スキルアップを目指している方、団体や動画の情報は、Facebook「まつもとのひとたち」からもご覧いただけます。この機会に、一度チェックしてみたい方がでしょうか。（海口）



# 支える人たち

## 「松本おもちゃの家」 （「松本おもちゃ図書館」 運営ボランティアグループ）

みなさんは、松本おもちゃ図書館をご存知ですか？子ども達に沢山のおもちゃを用意して、気に入ったおもちゃで遊ぶ機会を提供しています。今回は北部おもちゃ図書館へお邪魔し、ボランティアの上條さんと齋藤さんにお話をうかがいました。



後列：左から山下さん、上條さん  
前列：左から山田さん、齋藤さん

### 一おもちゃ図書館の設立について教えてください

おもちゃ図書館は世界中にあります。1963年にスウェーデンで始まり、その後日本にも広まりました。松本では、市の事業として1981年9月に南松本を拠点に始まり、北部は、1999年のふくふくらいず設立に伴い、開館しました。

### 一どのような活動をしていますか？

おもちゃの貸出業務が、私たちボランティアの主な活動です。北部のおもちゃ図書館は月に2回、第1火曜日と第3土曜日に開館していて、子ども1人に対して1つのおもちゃを貸出し、つぎの開館日に返すという流れになっています。

以前は、主に障がいのある子ども達の利用を対象にしていたのですが、今はどなたでもご利用いただけます。借りたおもちゃで遊び、みんなのおもちゃだから大切にしたい、ものを大切にすることという子ども達に伝わればと思って活動しています。

### 一たくさんのおもちゃがあつて驚きました

市からの委託料で新しいおもちゃを買っています。ぶらんこやすべり台は、買うと邪魔になってしまうけれ

ど、おもちゃ図書館を利用すれば、一時的に借りて遊ぶことができると思います。なるべく大きくて、一般家庭では買いにくいようなおもちゃを用意するようにしています。ここで遊んで、気に入って購入する方も結構いるんですよ。

今は遊びも変わってきているけど、ゲームではなく、おもちゃで遊んでほしいと思います。

### 一ボランティアをしてきたうえでのご感想は？

私（上條さん）は、ボランティアを始めてもう15～16年になりますが、子どもが好きだから楽しいです。私たちが元気をもらっている、そんな気がします。月に1、2回のボランティアなので、仕事をしながらでも、みんなで協力しあって無理なく活動しています。

### 一困っている事はありますか？

一緒にボランティアをしてくださる方を募集しています。今は専業主婦が少なくなって、声をかけてもなかなか来られないんです。母になっても、おばあちゃんになっても続けられる、本当に楽しいボランティアなので、ぜひ参加してほしいです。80歳まで続けた方もいるんですよ。

年間、約2,500名という大勢の利用者がいる、松本おもちゃ図書館。お邪魔した当日も、開館と同時に多くの親子が遊びに来ていました。親子でおもちゃを使って遊ぶことで、より楽しい時間を過ごしてもらえれば、と笑顔で話すボランティアの皆さん。実際に多くの方から喜ばれているとのこと。子どもが夢中になって遊べて、親子で安心して利用できる場だと思いました。まだ利用したことが無い親子の皆さん、今後利用してみたいかでしょうか。（インタビュー：犬飼）

まつもと震災支援ネット  
交流学習会

## 今だから知っておきたい 子どもの健康・甲状腺がんのこと

※詳しくはチラシをご覧になるか、お電話にてお問合せください。

「3.11甲状腺がん子ども基金」の代表理事を務め、医学博士である崎山比早子氏のお話を聞き、茶話会をしながら交流を行います。

日時：2月25日（日） 13：30～ 講演会  
15：10～ 交流会（希望者のみ）

場所：あがたの森文化会館 講堂

託児：無料（要申込・未満児・定員5名・2月16日まで）

子どもひろば：無料（要申込・年長～小学生・定員20名・2月16日まで）

託児・子どもひろば申込：日本チェルノブイリ連帯基金  
（0263-46-4218・平日9時～17時）

講演会・交流会の問合せ：松本市民活動サポートセンター（0263-88-2988）  
まつもと震災支援ネット・伊藤（090-9806-5086）

主催：松本市 主管：まつもと震災支援ネット

講師：崎山比早子氏（医学博士）

- ・千葉大学医学部大学院卒
- ・元マサチューセッツ工科大学研究員
- ・元放射線医学総合研究所主任研究官
- ・元国会事故調査委員会委員
- ・高木学校、原子力教育を考える会のメンバー
- ・3.11甲状腺がん子ども基金代表理事



## ■ イベント情報

**チェルノブイリ原発事故から**  
 31年のウクライナを訪ねて  
 2017年10月にウクライナを訪問した  
 原富男さんから、お話を聞きます。  
 日時：1月27日(土) 10:30～  
 会場：Mウィング 3-B  
 資料代：500円  
 報告者：原 富男(チェルノブイリ救援中部)  
 主催：日本チェルノブイリ連帯基金  
 (0263-46-4218)  
 みどり信州  
 (0263-27-4020・村井)

**チェルノブイリ・フクシマ**  
 ～原発事故被害者と心をつなぐ～  
 日時：2月14日(水)  
 13:00～15:00  
 会場：日本チェルノブイリ連帯基金  
 事務局(松本市浅間温泉2-12-12)  
 お話：カルティナ・ポウクンさん  
 イェヴゲーニヤ・ドンチェヴァさん  
 参加費：無料  
 問合せ：電話 0263-46-4218  
 FAX 0263-48-6229  
 E-mail asama@jcf.ne.jp

イベントやボランティア募集情報、嬉しいニュース等、サポートセンターまでお寄せください。通信やホームページに掲載いたします。



**外国人観光客おもてなしセミナー【台湾編】**  
 日時：1月25日(木) 13:30～15:30  
 (受付 13:15～)  
 会場：ホテルモンターニュ松本  
 (松本市市上3-2、0263-35-6480)  
 参加費：1,000円  
 定員：30名程度  
 主催：NPO法人中信多文化共生ネットワーク多文化人財センター  
 後援：松本市、松本商工会議所、  
 一般社団法人松本観光コンベンション協会  
 申込・電話 070-1466-2107  
 問合せ E-mail tabunkajinzai@gmail.com

## ほくらの学校の意見交換会を行います

来年度の開催に向けて、意見交換会を行います。  
 今年度参加できなかった団体の皆さまの出席もお待ちしております。

日時：2月7日(水) 19:00～21:00  
 場所：松本市市民活動サポートセンター 会議室

## ■ サポートセンターより

### 地域発 元気づくり支援金 受付中

長野県では、「地域発 元気づくり支援金」により、地域づくりを実践される皆さまの活動を応援しています。

#### 受付期間

平成30年2月1日(木) 17時まで  
 ※詳しくは県HPを参照

### プラチナサロン 2月

日時：2月8日(木) 10:00～15:00  
 午前の部 研ぎ  
 午後の部 健康講座  
 会場：市民活動サポートセンター  
 対象：おおむね55歳以上  
 参加費：300円(お茶代)

### プラチナサロン 3月

日時：3月8日(木) 10:00～15:00  
 午前の部 Show&Tell  
 午後の部 ふれあいサロンに参加  
 会場：市民活動サポートセンター  
 対象：おおむね55歳以上  
 参加費：300円(お茶代)

### アース・カレンダー(46億年の歳月を1年に置き換えてみると)

- 1月1日『地球誕生』46億年前
- 2月9日『陸と海の形成』41億年前
- 2月25日『海中に原始生命誕生』39億年前
- 5月31日『光合成を行うシアノバクテリア出現』27億年前
- 11月14日『オゾン層形成』6億年前
- 11月28日『まずは植物が陸上へ』5億年前
- 12月8日『シダ植物が繁栄』3億年前
- 12月31日 15時『人類の祖先(猿人)誕生』500万年前
- 12月31日 23時 38分『ホモサピエンス誕生』20～15万年前
- 12月31日 23時 59分『狩猟から農耕へ』1万年前
- 12月31日 23時 59分 58秒『産業革命/化石燃料の使用開始』250年前
- 12月31日 24時『地球環境の急激な変化』現在

人間って…(笠松)

### ふれあいサロン

日時：3月8日(木) 10:00～15:00  
 10:00～13:00 障がい者施設による販売会  
 13:00～14:00 生演奏での合唱  
 会場：市民活動サポートセンター  
 対象：どなたでも  
 参加費：無料

### 編集後記

明けましておめでとうございます。今年には諏訪湖から富士山を拝むことができ、新年から気が引き締まりました。戊年らしく、ワンステップ上を目指したいです。さて、NPOセミナーを皮切りに、サポセン主催の行事が続きます。皆さま、ぜひお出かけください。今年も1年、よろしく願いいたします。(草間)

