

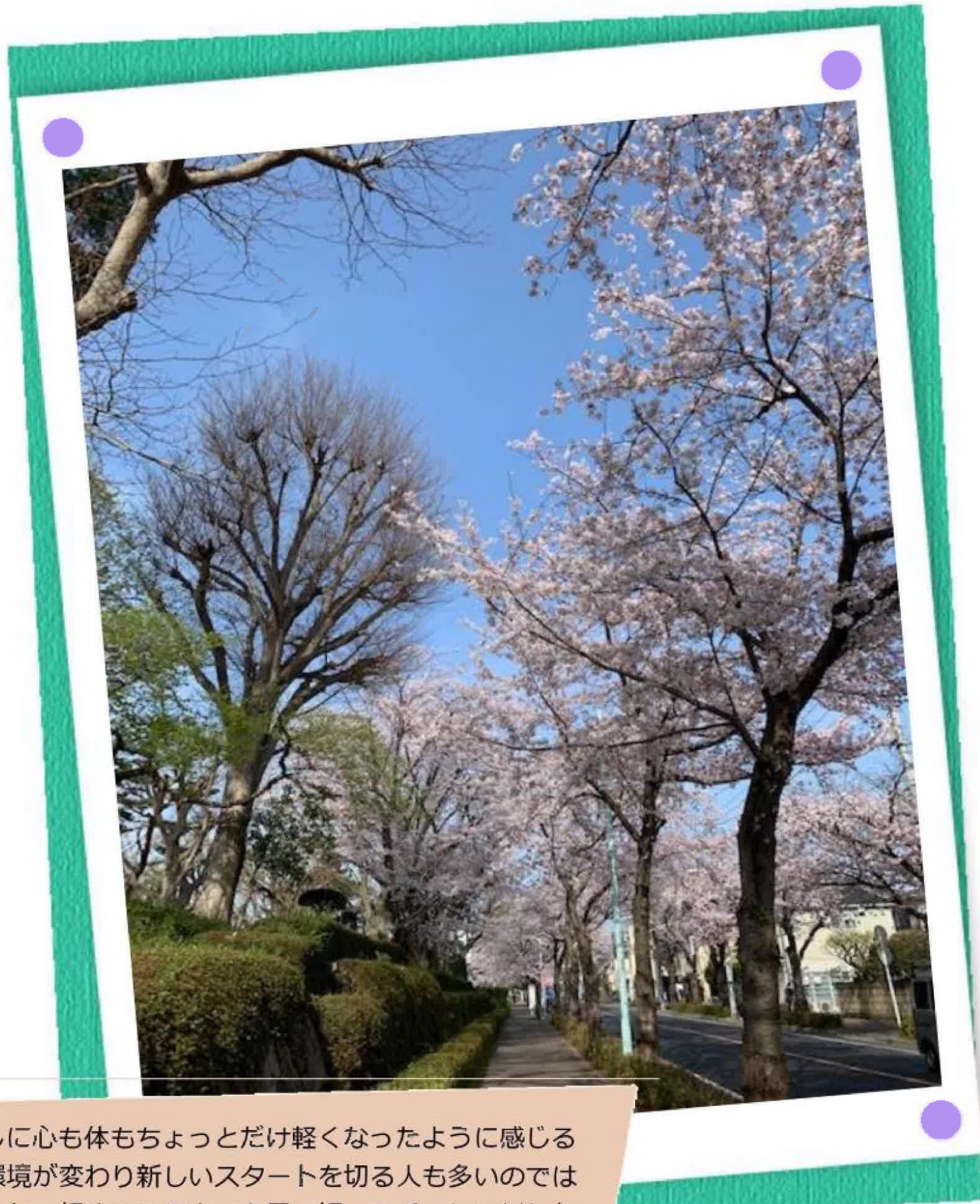
市民活動～おもいをカタチに～

# こまえくぼ

1 2 3 4  
狛江市市民活動支援センター広報紙

Vol.22  
2023年4月

Take free  
ご自由にお持ちください



この春、  
新しいことを始めてみたくなる

春の陽ざしに心も体もちょっとだけ軽くなったように感じる季節です。環境が変わり新しいスタートを切る人も多いのではないのでしょうか。初めてのことでも思い切ってチャレンジしたら、ちょっと新しい自分が見つかるかも？



【目次】

- P2 こまえくぼからのお知らせ 安心してボランティア・市民活動を始めよう  
こまえくぼ1234でできる いろいろ
- P3 市民活動団体紹介 コマラジ「KOMAE AMフライデーアートサーカス」に出演しました  
助成金情報
- P4 地域の皆さんと歩む事業所紹介vol.20 「炭火焼鳥 三日月」  
「こまえくぼ1234」と出会える場所





## こまえくぼからのお知らせ

### 安心してボランティア・市民活動を始めよう

ボランティア活動は様々ありますが「私は身体を動かしたり、重たい作業などしないから大丈夫」と油断していませんか？ボランティア活動に関する危険は、なにも活動中だけではありません。ふと気を抜いた瞬間に事故はやってくるかもしれません。

#### 保険適用例

みなさん「まさか自分が…」とと思っていましたが、ボランティア保険に加入していたため補償を利用することができました。

活動が終わって後片付けをしていたところ、持っていた荷物が足に落ちて骨折をした。



雪の降る日に活動先から自転車で帰る途中、凍った道路に滑って転倒。大けがをして救急車で病院に運ばれた。

車いすの介助をしている時、車いすの操作を誤り転倒。乗っていた利用者にはけがをさせてしまった。



安心してボランティア活動を行うためには、ボランティア保険の加入はもちろんですが、その活動や行動にはどのような危険があるのか考え、事前の準備をしなければなりません。

ボランティア保険には加入の条件があります。活動の内容がボランティア保険の対象となるのかなど、詳細については、こまえくぼのホームページ（各種保険）でご確認ください。

[保険期間]令和5年4月1日から令和6年3月31日までの1年間  
(中途加入の場合は加入翌日から令和6年3月31日まで)

[申込窓口]こまえくぼ1234(狛江市市民活動支援センター)・あいとぴあセンター(狛江市社会福祉協議会)



\*団体が主催して行うイベント等については、別途行事保険があります。

## こまえくぼ1234でできる いろいろ



ボランティアについて知りたい

活動の情報を発信したい

助成金について知りたい

他の活動団体の情報を集めたい

団体の運営に悩んでいる

#### 相談する

ボランティアや地域での活動について「知りたい」「聞きたい」ことがあるときや悩んだ時にはこまえくぼへ

#### 使う

打ち合わせやちょっとした作業にも自由に使えるオープンタイプのスペースです。

#### 知る・知らせる

イベント告知、ボランティアの募集、活動報告、助成金などの情報発信をしています。

#### 学ぶ

団体運営のための講座、初めての人でもボランティア・市民活動に触れることのできるイベントなどもあります。

#### 借りる

登録団体は、プロジェクターなどの備品を借りられるほか、印刷機も使えます。





## 市民活動団体紹介

コマラジ「KOMAE AM フライデーアートサーカス」に出演しました！

2022年12月～2023年1月

コマラジ出演時の音声はこまえくぼの各団体のページで聞くことができます。聞き逃した方は二次元コードからCheck！

### 養氣會狛江合気道倶楽部、養氣會



12/2

合気道競技。武道の動きは他のスポーツにも役に立つので一般の方は勿論、合気道経験者も学生も未経験者も子供も、まずは体験会に来て欲しいです。会員募集中。



### 狛江市環境保全実施計画緑ワーキンググループ



12/16

道沿いガーデンの講演会を行ったり、広げるために市内で道沿いの緑化をなさっているお宅の見学会を毎年5月に実施しています。市内の公園などで近隣の方が参加して花壇の管理などできると、緑豊かな町が広がっていくのではないのでしょうか。



### サポートセンターりんく



12/23

「地域の中で自分らしくいきいきと」をコンセプトに、障がいや発達上の困難をもつ方の地域生活を支援する活動をしています。「こまえくぼ1234フェスティバル」で出店の機会が持て、たくさんの方と交流できたことはとてもよかったです。



### フィギュアノート普及会HappyMuse



1/20

例えばトーンチャイムのアンサンブルクラブ、楽器経験のないシニアの気楽なキーボードサークル、孤独になりがちな外国の方や楽譜が苦手ないろんな方と楽しく音楽ができるグループを作りたい。



## 助成金情報

ボランティア・市民活動に関する主な助成金等の情報です。その他の情報はこちら →



### 狛江市社会福祉協議会「あいとぴあ助成金」

#### ●対象団体

狛江市内で活動する福祉団体、町会・自治会等

#### ●受付期間

4月14日（金）から **5月12日（金）午後5時まで**

#### ●対象事業・助成金額等

6月1日（助成決定通知以後）～2024年3月31日の期間で実施する事業

調査・研究活動/研修/啓発活動/地域交流事業 100,000円

新規事業開始経費 30,000円

団体開設経費(6/1時点で設立1年未満) 200,000円

町会・自治会地域福祉活動 20,000円～30,000円  
(加入世帯数による)

#### ●その他

二次審査(プレゼンテーション:町会・自治会等は除く)は、令和5年5月19日（金）午後5時に実施予定です。

#### ●問合せ先

狛江市社会福祉協議会 あいとぴあ助成金担当

電話 03-3488-0294

HP <https://welfare.komae.org/>

### 狛江市市民公益活動事業補助金

#### ●対象団体

市民公益活動（市民が自主的かつ自発的に行う不特定多数の利益の増進に寄与することを目的とする活動）を行い、次のいずれにも該当する団体。（法人格は問わず）

▽営利活動、宗教、政治及び公益を害するおそれのある活動を目的としない団体

▽市内に住所がある役員が在籍、または事務所・活動拠点・活動範囲に狛江市を含む団体

#### ●補助金

▽スタート補助金 上限5万円（総額20万円）

※4/1時点で設立後3年以内かつ、過去に交付を受けたことがない団体

▽チャレンジ補助金 上限20万円（総額140万円）

※平成27年度以降に交付を受けたことが2回以内の団体

#### ●選考方法

公開プレゼンテーション方式（5/28(日)に実施。

スタート補助金申請団体は書類選考のみ）

※詳細は市ホームページをご覧ください。

#### ●申込締め切り・問合せ先

**5月8日（月）まで**に政策室市民協働推進担当へ。





事業所データ

設立 2018年7月開店  
住所 狛江市岩戸北4-5-7  
電話 03-5761-7706

◎事業所理念

お酒を提供する店は、地域の方々にやすらぎを与えるとともに、貴重なコミュニケーションの場になると考えています。店をとおして地域の人と人がつながり、まちの活力に結びつけていけたら良いと思っています。

◎業務内容

喜多見駅前にある店舗です。備長炭で焼き上げた焼き鳥をはじめ、季節の料理、青森県を中心とした各種日本酒など、お客様が喜んでいただくことを第一にこだわりのメニューを考えています。

◎地域貢献の取組み

- ・市民活動支援センター広報紙「こまえくぼ1234」の配布協力
- ・社会福祉協議会会員協賛店として登録

狛江市市民活動支援センター広報紙「こまえくぼ1234」と出会える場所

- 西野川 西野川郵便局、狛江保育園、こまえ正吉苑、野川地域センター、デイサービスつむぎ狛江、SOMPOケア ラヴィーレ狛江、和Kitchen楽蔵、野川のえんがわ こまち、TIPI cafe&lunch
- 東野川 いなげや、狛江ハイタウン、東野川郵便局、文具みしま堂、イリーゼ狛江・別邸、えるぶ、志美津や
- 和泉本町 上和泉地域センター、はっぴいハウス、コマ工理容室、福祉ネット「ナナの家」、市民総合体育館、イリーゼ狛江、狛江郵便局、北部児童館、きさらぎ整骨院、広洋舎、狛江市役所、市民センター、さわやか整骨院、一心亭、藤田不動産、パザバ、ミニストップ狛江和泉本町店、セントラルハイツ、松原学童保育、Snowdrop、ハンズプレイス・カフェ、中華料理 丸仲、カフェマメフク、居酒屋四ツ葉、鮎たかはし、la felicità di tutti、金子モータース
- 中和泉 いち絵、和泉児童館、飯田屋、アズハイム、カットハウス丸山、K.Base、フィックスヘア、狛江のいずみ、カルチャースポットポケット・ゆめぼっと、肉の白井、木村メガネ、コマラジ、みずほ銀行狛江支店、中和泉郵便局、Komae cafe、こまぼっとシルバー相談室多摩川住宅、コーヒーガーデンフロンティア、狛江増田屋、シューズショップ東京堂、やきとり大吉狛江通り店、旭寿司寝具工房いづみや、狛江インドアテニススクール、KenkoCoffee
- 元和泉 あいとびあセンター、西河原公民館、ワークイン・メイ、防衛省スポーツセンター、ひだまりセンター、むいから民家園、ライフケアさんさん、ニチイケアセンター狛江元和泉、セブンイレブン狛江店、泉の森会館、セブンイレブン狛江北店、小田急OX、啓文堂狛江店、マクドナルド狛江マルシェ店、ドコモショップ狛江店、コミュニティドラッグみどり、よしこさん家
- 東和泉 よしだ接骨院、カーブス狛江駅前店、ジョナサン狛江店、狛江市商工会、狛江駅前郵便局、ケアサポートモア、城南信用金庫狛江支店、きらぼし銀行狛江支店、こまえ工房、和泉多摩川駅前郵便局、美容室TBK、みんなの広場、ツクイ狛江、カレーショップ・メイ、BLUE多摩川アウトドアフィットネスクラブ、COUP DE COEUR、ぼえむ狛江南口店、The BACKYARD CAFE、マインズショップ狛江店、焼き肉鳥政、アイスタジオ、むさし多摩川鍼灸院、狛江オルテンシア、和泉多摩川駅、狛江駅、
- 岩戸北 フリースクールKOPPIE、ピタッティ、ク・フーフ、トヨタモビリティ東京狛江店、国際自然大学校、炭火焼鳥 三日月、ミニストップ狛江岩戸北店、CAFE&SPACE pushpull、四季彩春風、木下の保育園岩戸北、千代田第一工業、間瀬コンサルタント
- 岩戸南 岩戸地域センター、びっくりドンキー、東京靴流通センター、岩戸児童センター、ひかり作業所、カットスペースフィールド、岩戸南郵便局、こまえ苑、コマエベース
- 駒井町 京王ストア駒井店、狛江共生の家、キッチンCOCORO、五十川養蜂園、籠屋秋元商店、籠屋たすく
- 猪方 南部地域センター、シルバー人材センター、ENCHANTE
- その他 喜多見名倉堂接骨院、喜多見駅

～「こまえくぼ1234」の配達には、ボランティアの皆さんのご協力をいただいています～

狛江市市民活動支援センター（こまえくぼ1234）

指定管理者：社会福祉法人狛江市社会福祉協議会

〒201-0003 狛江市和泉本町1-2-34

TEL 03-5761-5556

FAX 03-5761-5033

E-mail info@vc.komae.org

WEB https://komaekubo1234.kokosil.net/

Twitter @komaekubo1234

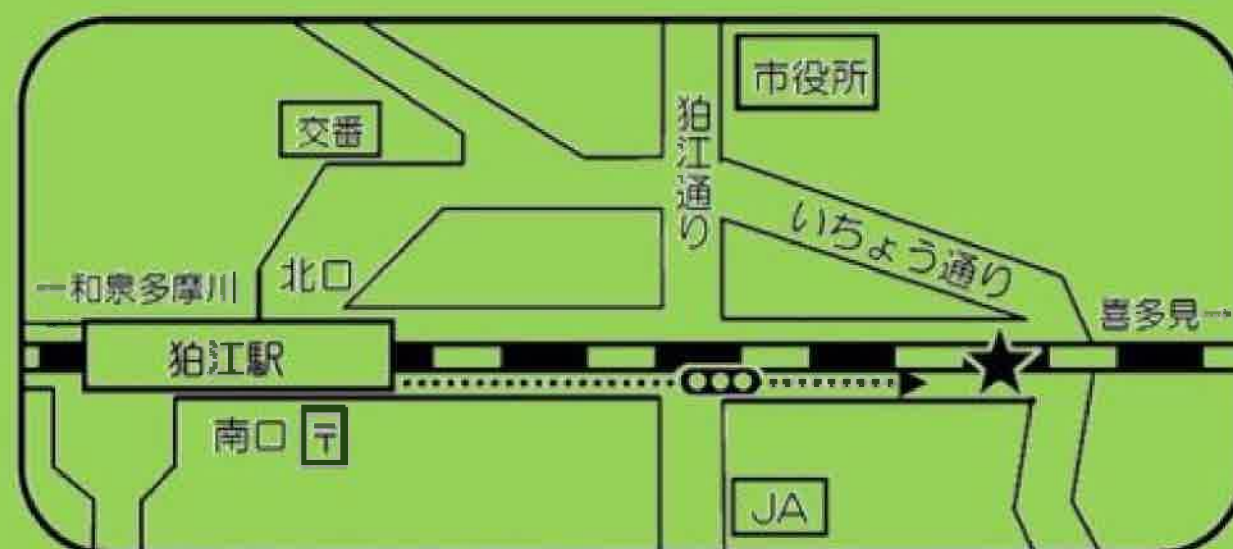
開館時間 火曜・祝日を除く午前10時～午後5時



ホームページ



ツイッター



狛江駅南口より徒歩5分  
(小田急線側道を直進、突き当たり左手の高架下)



市民活動～おもいをカタチに～

# こまえくぼ

1 2 3 4  
狛江市市民活動支援センター広報紙

Vol.23

2023年5月

Take free

ご自由にお持ちください

「第3回

5/21(日)

こまえくぼ1234フェスティバル開催」

今年もやります！  
どなたでも参加いた  
だけるイベントです



(好評の朝採れ野菜)

(楽しさいっぱいの登録団体のイベント)



狛江市市民活動支援センター（こまえくぼ1234）をより多くの皆様に知っていただき、利用に結びつけていただければという思いで、昨年度からフェスティバルをスタートしました。

市民の皆様と構成する「こまえくぼ1234応援隊」が企画・運営を行うフェスティバルに、多くの方々のご来場をお待ちしています。（詳細は2面）

※写真はいずれも昨年開催した第1回こまえくぼ1234フェスティバルで撮影したものです。

こまえくぼ  
1234

狛江市市民活動支援センター

【目次】

- P2 事業報告 学ぼう@こまえくぼ 人が集まるチラシと広報のコツ  
こまえくぼからのお知らせ 第3回こまえくぼフェスティバル
- P3 市民活動団体紹介 コマラン「KOMAE AMフライデーアートサーカス」に出演しました  
講座 体験@こまえくぼ ささえる@こまえくぼ
- P4 地域の皆さんと歩む事業所紹介vol.21 「五十川養蜂園」  
こまえくぼからのお知らせ LINE公式アカウントを開設しました





## 事業報告

学ぼう@こまえくぼ

人が集まるチラシと広報のコツ 3月5日(日)

講師に、坂田静香さん(NPO法人男女共同参画おおた 理事長)をお迎えした講座には、7団体10名の参加がありました。

実際に使用されたチラシを基に具体的でわかりやすく、坂田さん自身の失敗から得た、企画力と広報力についての考え方にみんな引き込まれました。

### ■人の集まらない講座の言い訳ベスト3

1位「開き直り」 2位「市民の意識が低い」 3位「天気が悪かった」

人集めができない組織は決まって同じ言い訳をする。

それは、20年近くたっても順位も中身も全く変わらない。

これまでの自分たちを振り返り、「あるある」と思い当たることも…。

### ■企画力向上ワーク

○グループワーク「人が集まるポイントは？」

・まずは企画ありき。

企画に時間をかける。誰を対象として、その講座を受講したらどんなメリットがあるのか、企画の段階でしっかり考える。

・その次が広報

広報=広く報せるということ。

企画の良さをどうやって広く報せるかということ。



「坂田講師の熱い講義に聞き入る参加者」



「実際に使われたチラシについてディスカッション」

チラシと企画、どちらかが0(ゼロ)だともう一方も0(ゼロ)。どちらにも時間をかけないといけない。

では、どうやって人が来る企画をつくるのか、そのためのチラシを作るポイントは何かなど、具体的な方法についても教えていただき、明日から実践できる内容の濃い講座でした。

2時間では収まりきらない講座の詳細は、ホームページの活動報告で見ることができます。

(<https://home.komaekubo1234.kokosil.net/ja/archives/17115>)



←活動報告



## こまえくぼからのお知らせ

## 第3回こまえくぼ1234フェスティバル

令和3年に実施した市民活動支援センター開設5周年記念イベントをきっかけに昨年度スタートした「こまえくぼ1234フェスティバル」を開催します。

**5月21日(日) 午前10時～午後3時**(物産展は売切れ次第終了)

〈こまえくぼ駐輪場〉

〈こまえくぼフリースペース〉

### ①魅力たっぷり！物産展

昨年好評だったセンター登録団体でもある多摩川いかだレース実行委員会とつながりのある地域、事業所が参加します。

○愛知県西尾市(一色産うなぎ、えびせん)

○茨城県境町(朝採れ野菜)

○石川酒造(地酒、地ビール)

### ②CSR(社会貢献事業所)による出店

市内で地域に貢献する活動をしていただいているお店が参加します

○Pitatti(カジュアルイタリア料理店)

○Kenko Coffee(自家焙煎珈琲豆・紅茶・焼き菓子・雑貨)



### ③CSR関連講演会(午前10時30分～正午)

「コミュニティFMがつなぐ地域の絆」

コマラジ社長みずから熱い想いを語ります。

○講師 松崎学さん(狛江ラジオ放送株式会社代表取締役)



### ④登録団体によるイベント(午後1時～3時)

「幸せと平和」をテーマに、5つの団体で構成されるコラボ5が、絵本、大型絵本、紙芝居、オカリナ演奏、音楽に合わせて人形達が踊るボードビルで、みなさんご存知の歌や唱歌、きれいなメロディーのウクライナ民謡などを、一緒に歌ったり、知らなかった絵本にも出会える、盛り山な内容です。

○参加団体 コラボ5

(オカリナひまわり、おはなしこまえ、こまえほんの会、コンティーゴあなたといっしょ、りぶりんと・狛江かわせみ)





## 市民活動団体紹介

コマラジ「KOMAE AM フライデーアートサーカス」に出演しました！

2023年2月～3月

コマラジ出演時の音声はこまえくぼの各団体のページで聞くことができます。聞き逃した方は二次元コードからCheck！

### NPO法人フードバンク狛江



2/10

市民や企業から食品ロスとなる食品等の寄贈を受け、こまYELLの生活困窮者自立支援を食品提供で支えています。フードバンクを地域で支える仕組みづくりを目指しています。



### 狛江市障害者団体連絡協議会



2/17

障がいの当事者と障がい者の家族が支援情報の収集の必要性を感じ1996年に活動を始めました。人々が他者を知り、互いが理解し、共に生きてゆく社会に向けた啓発活動を行いたいです。



### 狛江市文化講演推進会



2/24

4/22には将棋・羽生善治さんに講演いただきました。来年の第2回講演会開催にむけて、それを実現したときの達成感をイメージしてメンバー全員がプラス思考で取り組んでいます。

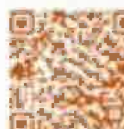


### わたしたちはここにいるよプロジェクト



3/3

この社会に生きる人は全て何らかの当事者で、「わたしたち」なんだと思います。「ワタシは関係ないし〜」ではなく何らかのつながりがある、「わたしたち」なのではないかと考えるととても身近に感じられます。



## ささえる@こまえくぼ ボランティア・市民活動の 安全と安心

5月8日（月）午後2時～4時

対象 食の提供をするボランティア・市民活動団体、茶話会などを行うボランティア・市民活動団体、地域活動団体  
会場 こまえくぼ1234フリースペース  
定員 20人

飲食をともなう活動の安心を学ぶ講座

【内容】

- ・活動における衛生管理と運営上の注意点について（食中毒や感染症等の対策、手続等について）  
講師：多摩府中保健所職員
- ・安全に活動を行うために（ボランティア保険・行事保険）  
講師：三井住友海上火災保険

## 講座

## 体験@こまえくぼ 出前授業サポーター養成講座

5月26日（金）

- ①午前10時～12時
- ②午後6時30分～8時30分

会場 こまえくぼ1234フリースペース  
定員 各回10人



市内の幼稚園・保育園、小中学校での体験学習において、子ども達に教えたり見守りをするサポーター（ボランティア）の養成講座です。車いす体験・アイマスク誘導體験・高齢者疑似体験の3つを学びます。講座終了後は、サポーターとしてこまえくぼ職員と一緒に小中学校等の体験学習で活動します。







事業所データ

2002年7月開店  
住 所 狛江市駒井町2-5-2  
電 話 03-3480-8383

◎事業所理念

レンゲ蜜、アカシア蜜、百花蜜、ミカン蜜など国内産の良質なはちみつの販売を行っています。

◎業務内容

地域の皆様に安全で安心かつ美味しい国内産のはちみつを提供できるように、こだわりをもった品揃えを心掛けています。

◎地域貢献の取組み

- ・市民活動支援センター広報紙「こまえくぼ1234」の配布協力
- ・社会福祉協議会会員協賛店として登録



こまえくぼLINE公式アカウントを開設しました。

LINE公式アカウントでは、ボランティア・市民活動に関する情報を月3～5回程度配信していきます。Twitterも情報発信中です。

LINE 公式アカウント

# 友だち募集中

@komaekubo1234  
うれしい情報をLINEでお届け!



# 公式Twitter 情報発信中!!



@komaekubo1234  
フォローしてね!



狛江市市民活動支援センター（こまえくぼ1234）

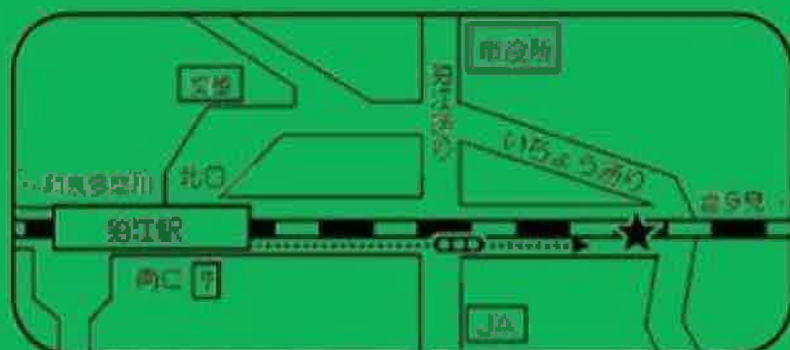
指定管理者：社会福祉法人狛江市社会福祉協議会  
〒201-0003 狛江市和泉本町1-2-34  
TEL 03-5761-5556  
FAX 03-5761-5033  
E-mail info@vc.komae.org  
WEB <https://komaekubo1234.kokosil.net/>  
Twitter @komaekubo1234  
開館時間 火曜・祝日を除く午前10時～午後5時



ホームページ



ツイッター



狛江駅南口より徒歩5分  
(小田急線側道を直進、突き当たり左手の高架下)