

KAGAYAKI

発行：福生市輝き市民サポートセンター 企画・編集：福生市社会福祉協議会
〒197-0011 東京都福生市福生 1014 番地 10 (JR 青梅線福生駅隣接 福生市プチギャラリー 4 階)
TEL&FAX: 042-551-0166 URL: <https://kagayaki-fussa.tokyo.jp/>



事業予告

市民活動支援講座

住み慣れた地域でいつまでも元気に ~未来のわたしのために~

介護と向き合うことになった時、相談出来る場所を知っていれば、心強くなれるのではないのでしょうか。介護への心構えや、いつまでも元気であるための介護予防についてのお話や、小地域活動や地域との繋がりを通して、市民活動への関心を持っていただくための講座です。

【日時】令和6年2月3日(土) 午後2時~4時

【場所】輝き市民サポートセンター (JR 青梅線福生駅隣接プチギャラリー4階)

【講師】介護福祉課職員・地域包括支援センター職員・小地域活動担当職員

【対象】どなたでも

【定員】先着 15 人

【申込み】令和6年1月9日(火)午前10時から、輝き市民サポートセンターへ
申込書持参、または TEL/FAX: 042-551-0166
mail: kagayakishimin@forest.ocn.ne.jp



申込フォーム

地域デビュー応援隊委員会による みんなあつまれ 第一回 あなたが主役 ~ぶっさ芸能フェス~

地域が抱える様々な課題解決のために、今回は、住民自らがすでに地域にある資源(ヒト、モノ、資金、情報の発信)を活用することで良い地域づくりを目指していますが、個人の隠れた魅力を発見して更なる活動の広がりとなります。

【日時】令和6年2月17日(土) 午前10時~午後3時

【場所】福生市公民館 一階展示スペース 視聴覚室 音楽室 美術室 調理室 児童室

【参加条件】個人として参加

【問合せ】輝き市民サポートセンターへ

TEL/FAX: 042-551-0166 mail: kagayakishimin@forest.ocn.ne.jp

参加者募集しています!



得意な分野であなたが主役になりませんか?

日頃、活動していることや趣味でやっていることなどをご披露ください。個人の魅力を出せることを募集いたします。ご不明な点等ございましたら、輝き市民サポートセンターまでご相談ください。演目・出し物時間は後日お知らせします。皆さんのご参加お待ちしております!

【募集項目】楽器演奏(ドラム・和太鼓は除く) 歌唱 ダンス 舞踊
モノづくり バルーンアート マジック 草笛 演劇
落語 講談 料理 講演 読み聞かせ 傾聴 各種大道芸
など



※写真はイメージです

登録団体代表に聞く

登録団体へインタビュー!

取材日：10月28日(土)

第四回は、導引気功をもって市民の健康やまちづくりの向上を活動の目的としている SSS®福生の鈴木さんと佐藤さんにお聞きしました。

18年前、お友達に誘われ身体のために始められました。福生市での活動は17年程経ち、ここまで続けられたのは、手軽に始めることができ、緩めの動き・気功の動きと毎回毎回指導が違い、楽しい時間となっているからだそうです。自分自身も健康になったと実感されていました。

また体験したことを困っている市民に知ってもらい、外に向けた活動を続けていき、誰もが楽しく生きられるまちづくりを目指すものだと言われました。これからも、「導引気功」をもっと浸透していくよう、練習を重ね続けていきたいとおっしゃっていました。



鈴木さん 佐藤さん

事業報告

地域デビュー応援隊委員会

まち歩き ~熊川の名木と寺社を歩いてみませんか~

実施日：10月10日(火)
参加者 10名 講師 1名 事務局 2名

前日の雨がうそのように天気に恵まれ、市内の各所をはじめ地域を巡り、「まち」の魅力を発見できる「まち歩き」で、一緒に楽しく歩き、未だ知らない福生の魅力や資源を発見し広く告知することを目的として開催しました。

福祉センターを午前10時スタートしました。森田製紙跡、ガイドによるコース案内の鍋二公園、福生院、熊川公園と歩き、熊川神社では宮司からのお話を聞きました。また、黒松・コブシ・樺といった個人宅の指定木や市の記念木、寺社の記念木や福生市に伝わる古来からの伝承を聞き、自然に触れ福生市の魅力を再確認しました。



市民活動支援講座 みつけた 地域とあなたの資源を活かす仕事 ~コミュニティビジネス~

実施日：11月18日(土)
参加者 24名 講師 1名
事務局 3名

地域住民が地域のために興した事業の成果、利益、ノウハウ等が地域に還元され、地域社会・経済が豊かになり、新たなまちづくりのきっかけになるコミュニティビジネスを学び、同じ生活圏の住民同士が協力し合い、豊かさを生み出すという点に効果を見出しました。参加者同士でチームになって、地域の中にある課題の解決、利用できそうな資源や自分自身が「やれる」「やりたい」を話し合い発表し、コミュニティビジネスとは、生きていくのに必要なものを少しずつ自分たちの手で生み出し分け合い、コミュニティ全体で次の豊かさの獲得を目指すことの重要性を学びました。

〈参加者の意見〉・地域と繋がり的重要性 ・内容が具体的だった
・意識を持っている方が多かった ・地域貢献ができると思った



市民活動支援講座 課題解決に役立つコミュニケーションツール 『学ぼうコーチング』

実施日：11月25日(土)
参加者 8名 講師 1名
事務局 3名

アイスブレイクから始めまりました。コーチングの手法を活用することによって、「課題解決」「目標達成」がより早く、より効果的になり、またコミュニケーションツールであるコーチングによって周囲の人とのコミュニケーションの改善ができるようにもなりました。また、ワークショップでは、今までやってきたこと、これからやりたいこと話し合い発表しました。自己の向上につながる講座であり、今後も継続的に学んでいきたいと思えます。

〈参加者の意見〉・わかりやすかった

・今後意識して取り組みたい
・コーチング・コミュニケーションの手段がわかった
・普段の生活の中でもトレーニングが可能と思った

