

練馬区やさしいまちづくり支援事業

地域活動紹介 BOOK

令和5年度



もくじ

- はじめに … 1ページ
- 練馬区やさしいまちづくり支援事業について … 2ページ
- 令和5年度 やさしいまちづくり支援事業の助成団体紹介 … 3ページ
- はじめの一步助成団体 … 4～5ページ
- やさしいまちづくり活動助成団体 … 5～10ページ
- 特集1 ワンポイントセミナー
『地域の課題解決活動を魅力的に魅せるための写真編集・活用術』 … 11～12ページ
- 特集2 事業報告会 … 13ページ
- 令和6年度 助成団体募集 … 14ページ

はじめに

自分たちのまちを、自らの手で暮らしやすいまちにしていこう…
練馬区では、子育てや高齢者、障害者支援・地域の居場所づくりなど様々な分野で自主的に活動し、住みやすいまちにしようと頑張っている区民の方が数多くいます。

「やさしいまちづくり支援事業」は、地域福祉・福祉のまちづくりのために、住民自らが主体となった創意工夫あふれる企画提案事業に対して、活動費の助成などの支援を行っています。

令和5年度に「やさしいまちづくり支援事業」の支援を受けた14団体の活動概要と地域の方へのメッセージを紹介しています。

あなたの身近な地域で広がっている、まちを笑顔にする活動の数々を知り、あなたも地域活動に参加してみませんか？

♪ あなたの
まちでも
活動中



令和6年度 練馬区やさしいまちづくり 支援事業について

2つの部門が
あります



はじめの一步助成部門

助成限度額 5万円

助成回数：同一団体に対し1回のみ

支援の対象となる活動

これから福祉のまちづくり活動を始めるための準備段階にあたる活動を対象とします。

活動の例

- 組織づくりや活動の輪を広げるためのイベントや広報活動
- 翌年以降の事業計画づくりに必要な取り組み

助成の内容

活動を行うのに必要不可欠な経費

外部講師謝礼・材料費・印刷費
交通費・通信費 等



やさしいまちづくり活動助成部門

助成限度額 10万円

助成回数：同一団体に対し3回まで

支援の対象となる活動

地域福祉および福祉のまちづくりに関する課題解決を目的とした、地域活動等を対象とします。

活動の例

- 多様な区民が暮らしやすいまちをつくる新たな手法の実験
- 身近な地域を改善するための具体的な実践活動

助成の内容

活動を行うのに必要不可欠な経費

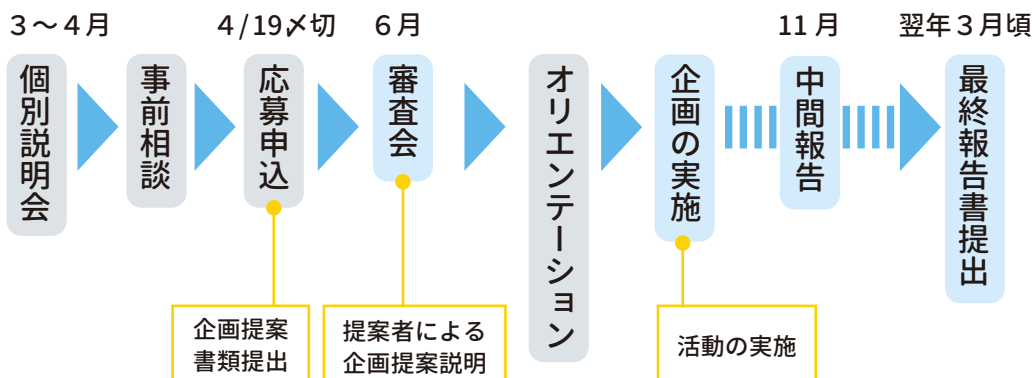
外部講師謝礼・材料費・印刷費
交通費・通信費・委託費 等



区の支援（2部門共通）

- ① 研修の実施 ② 広報・周知の支援

令和6年度 年間スケジュール（予定）



令和5年度

やさしいまちづくり支援事業の助成団体紹介

令和5年度は、はじめの一步助成部門3団体、やさしいまちづくり活動助成部門11団体、合わせて14団体がやさしいまちづくり支援事業の助成を受けて活動を行っています。

凡例

- 多世代…高齢者・働く人・子ども等の集い、交流活動
- 高齢者…高齢者の見守りや認知症予防の活動
- 子育て…子育てのしやすいまちづくりの活動
- 障害・相互理解…多様な人の存在を知り、理解し合う活動
- その他の活動
- …Xアカウント（旧 Twitter）
- …Instagram アカウント
- …Facebook アカウント

はじめの一步助成

- 1 コミュニティパズル 【地域と共に 交流カフェの開催】 4p
- 2 スマイル倶楽部 【介護予防 フレイル予防活動】 4p
- 3 ご近所さんプロジェクト 【子育て世代と多世代のご近所さん作り】 5p

やさしいまちづくり活動助成

- 1 未来の保育と子育てトーク
【保育士による 子育て発達 学びと繋がり交流】 5p
- 2 とよ熱プロジェクト 【寝ころびプラネタリウム&プールでカヌー体験】 6p
- 3 ハッピーメノポーズ 【女性ホルモンの変動からみる女性の健康サポート】 6p
- 4 石神井・小さなうち 【不登校児童 みんなの居場所活動】 7p
- 5 これからっとラボ in 練馬 【これからつながる練馬 de らいふ】 7p
- 6 地域の居場所ぬくぬく 【生きづらさを抱える方達を対象とした居場所づくり】 8p
- 7 collet（コレット） 【練馬産後ケアバランスボール】 8p
- 8 ねりま笑店街実行委員会・ねりまキッズボランティア
【多様な子ども達が、共に輝く居場所を作る Vol.2】 9p
- 9 ねりまっハッハッハッハー
【笑いヨガとリラクゼーション、頭の運動・笑う脳活性化ゲーム】 9p
- 10 Music Quality in Nerima オケピ フィットネス部【まちのふぁそらしど♪】 10p
- 11 ハッピーお茶家 【居場所活動による社会的孤立防止と地域支援】 10p

1



コミュニティパズル



地域と共に 交流カフェの開催

活動内容

人と人の距離、会話、困った時に相談できる場所づくりを目指します。年代や国籍を超えそれぞれの文化を尊重して、地域の中で育み、助け合いの輪を広げていけるようなコミュニティづくりに奮闘中です。国際交流の日本文化を紹介するお茶会や、世界のおばんざいを作る料理教室など多岐にわたって活動しています。



「韓国メイク教室」のお知らせパンフレット



「世界のおばんざい（韓国編）」料理＆ランチ



「民族衣装を着て異文化体験」向山庭園にて

地域の方へメッセージ

異文化異世代交流イベントを、月1回のペースで行っています。お互いが得意なことを教え合い、気軽集える場所をつくっていきます。パズルのピースのように、それぞれの個性を尊重し、みんなでひとつの素晴らしい作品になれるように、1人ひとりを大事にしながら取り組んでいきます。まだピースが足りません。皆さんのピースを合わせて完成して頂けませんか？

【主な活動場所】 向山庭園、生涯学習センターなど
 【定例の活動日】 ミニカルチャーセンター、異文化交流カフェは、月一回程度（インスタグラムでご確認ください）
 【連絡先】 Eメール puzzle.nerima@gmail.com

Instagram



2



スマイル倶楽部

高

介護予防 フレイル予防活動

活動内容

練馬区フレイル予防サポーター育成研修を修了した仲間が集まって『通いの場』づくりや中高年から高齢者の交流の場として活動しています。フレイル予防の三本柱「栄養」「運動」「社会参加」をコンセプトに『ねりまお口すつきり体操』『栄養について』のお話、音楽レクリエーション等を通じて、参加型から体験型へと特技を引き出して活動しています。



会場の皆さまと一緒に脳トレ体操 12345



盛り上がったカタツムリ指体操



ココネリホールの待ち時間

地域の方へメッセージ

主に地域の高齢者の方々を対象に、身近に感じて頂ける『通いの場』として『楽しそう！参加してみたい』『楽しかった』『またあのの人に会いたい！』と心が動けば体も動く事を目指し、地域貢献しながら活動しています。

また理学療法士である講師とのコラボ企画として、他団体からの講師依頼も受け付けています。

【主な活動場所】 光が丘図書館・田柄地区区民館・田柄地域集会所
 【定例の活動日】 セミナー開催 ひと月おきに1回
 チラシにて告知 木曜 14:30～16:00
 You Tube チャンネルにて動画配信 不定期土曜
 【連絡先】 ☎ 080-5900-9311 Eメール miyuki.yuyu@gmail.com

3



ご近所さんプロジェクト

子育て世代と多世代のご近所さん作り

活動内容

転居や共働き等で地域のつながりが薄い子育て世代が、ご近所でのイベントを通じて地域に愛着が持てるようなキッカケづくりをしています。

そこで関わった人の興味や人柄を知り、認め合える「ご近所さん」ができること。楽しさの共有だけでなく、ちょっとしたSOSに気付いたり、支え合えるつながりが増えていく。そんな活動をしています。



昨年行った落書きイベントの様子 「子育ての悩みを絵本で解決！」



地域の方へメッセージ


たくさんのご近所さんに出会い、町ですれ違った際、あいさつを交わせる関係を広げたいと思っています。地域につながりを感じられるイベントを楽しみながら、ご近所トーク（雑談タイム）をご一緒しましょう♪活動してくれるメンバー募集中！子育て世代が、地域につながりを感じられるような、イベントのアイデア、やってみたいことも募集中！

【主な活動場所】春日町、高松、田柄、光が丘

【定例の活動日】不定期

「ご近所活用イベント」道、公園、森、お店、公共施設。その遊び方は無限大∞ 「ご近所先生」大人も子どももそれぞれが持つ「何気ない知っていること」それが誰かの「困った」を助ける。「やりたい」を叶える。

【連絡先】Eメール gokinjosan.pj@gmail.com

 @gokinjyosan_nerima

HP



やさしいまちづくり活動助成

1



未来の保育と子育てトーク

【やさまち 1】

～保育士による 子育て発達 学びと繋がり交流～

活動内容

定期的に親子が交流できる場「親子交流会 子育て発達トーク」を開催しています。「対話」や「五感遊び」の実践を通し、発達に関する理解と知識を深めています。また、個別の「子育て相談」・子育てや発達について詳しく学べる「子育て応援講座」も開催しています。

子育て世代の方と子育て支援や保育者の方なども単身でご参加頂いております。

音楽遊び～パラバルーン



感触遊び～片栗粉こねこね

育児や発達トーク
と紙芝居



地域の方へメッセージ

私たちはいつでも「子育ての悩みや疑問」を分かち合える「仲間・居場所の存在」や、発達の知識と発達段階に応じた遊びや関わり方を学ぶ機会が保護者の安心へつながり、保護者の情緒の安定こそが子どもの「豊かな発達」につながると考えています。地域で子育て仲間を輪を広げ、地域全体で子育てをする社会を一緒に作りましょう！

【主な活動場所】練馬区立男女共同参画センターえーる、新桜台まちの公民館 KOTI（羽沢 2-1-7-2F）等

【定例の活動日】交流会 主に第二月曜 10:00-13:00
不定期の休日開催 13:30-15:00

子育て応援講座（年2回）・個別相談（随時）

【連絡先】Eメール mirainohoikutokosodatetalk@gmail.com



@kosodatetalk



@miraino.hoikuto.kosodatetalk

HP



2



とよ熱プロジェクト

【やさまち 1】



寝ころびプラネタリウム & プールでカヌー体験

活動内容

とよ熱プロジェクトは、豊玉第二小学校の保護者有志が中心となり 2022 年に創設された任意団体です。小学校の施設を活用して、子どもを中心とした画期的な体験型学習イベントを通じて、参加した人たちの交流を図り、多様性を尊重し合う魅力的なまちづくりを目指しています。



「寝ころびプラネタリウム」



「プールでカヌー体験」

地域の方へメッセージ

身近な小学校を舞台に、子どもを中心としたイベントを開催しています。日常的な場所で、非日常的な体験型学習イベントを開催することで、みんなが笑顔になれる空間づくりを目指しています。今後も引き続き楽しいイベントを開催していきます。みんなと一緒に遊び尽くしましょう！

【主な活動場所】練馬区立豊玉第二小学校

【定例の活動日】定例会議：月 1 回日曜 午後
イベント開催：不定期

【連絡先】☎ 090-7803-6755（代表：西谷）

EXメール toyonetsuproject@gmail.com @toyonetsu

Instagram



3



ハッピーメノポーズ

【やさまち 1】



女性ホルモンの変動からみる 女性の健康サポート

活動内容

メノポーズとは、英語で閉経・更年期という意味。ネガティブイメージの強い更年期ですが、女性であれば誰にでも訪れる更年期。どうせなら、ポジティブに！そして更年期以降の人生をより元気に、美しく過ごしていくためのチャンスにできたら、素敵だなという思いで、更年期の知識を普及、そして更年期座談会を開催しています。



更年期セミナー



更年期対策ケアエクササイズ

地域の方へメッセージ

更年期の不調はちょっとクセがありますが、正しく知り、自分に合うセルフケアや治療により、予防やマネジメントができるものでもあります。一緒に学び、地域での更年期サポートの輪を広げていきませんか？

【主な活動場所】練馬区立男女共同参画センターえーる

【定例の活動日】不定期：1~2ヶ月に1回

【連絡先】EXメール hmenopause0316@gmail.com

Instagram



4



石神井・小さなうち

【やさまち 1】



不登校児童 みんなの居場所活動

活動内容

不登校など学校に行っていない子どもの居場所を中心に、子どもや地域みんなの居場所になれるように活動しています。

不登校の居場所活動は、現時点で40人以上の登録者があり、毎日10人近くの子どもが来ています。普段は自由に過ごしていますが、月に1～2回ほど学習の時間や体操の時間を設けています。



お庭で芋掘り



みんなでお昼ご飯

地域の方へメッセージ

石神井公園にほど近い小さな木造のおうちで活動をしています。まずは不登校の子どもたちが自分らしく過ごせる居場所から、やがては誰もが出入りできる居場所にしていきたいと思っています。人手や資金など、足りないものばかりです。みなさまの声に耳を傾けながら、より楽しい場所にしていきたいと思っています。

【主な活動場所】

練馬区石神井台2丁目26-26 石神井・小さなうち

【定例の活動日】

(不登校の居場所) 平日 8:30～13:30

【連絡先】 ☎/FAX 03-6915-9596

EX-メール chisanaoichi@gmail.com

HP



5



これからっとラボ in 練馬

【はじめ1/やさまち 1】



「エルダー世代のための
修活講座 自分の思い
家族に伝えていきます」
講座内の、エンディング
カード体験



「エルダー世代のための
健康講座 男性の更年期
女性の更年期」講座内の
筋力アップ体操



「これからつながる練馬 de らいふ」
フレイル予防体操

これからつながる練馬 de らいふ

活動内容

これからっとラボ in 練馬は、「エルダー世代(50代～60代)のセカンドライフを応援!」をテーマに活動しています。練馬の様々なイベントや講座、ワークショップ、地域活動に参加して、その体験を共有し、つなげていきたいと思えます。「自分史ミニブック」「エルダーあるある川柳」などのワークショップも紹介しています。

地域の方へメッセージ

人生100年時代のセカンドライフを、より楽しく充実して暮らしていくには、仲間づくり、地域活動、健康づくりが大切です。エルダー世代が知りたい情報や、地域とつながる機会としてのイベント、講座を定期的で開催しています。

【主な活動場所】 ココネリ、文化交流ひろば

【定例の活動日】 定例会：毎月第3火曜 午後

【連絡先】 ☎ 070-4231-5852

EX-メール korelabo55@gmail.com

HP



6



地域の居場所ぬくぬく

【はじめ1 / やさまち 1】

相

生きづらさを抱える方達を 対象とした居場所づくり

活動内容

そこに行けば誰か知り合いがいてホッとすると、自分らしく楽な気持ちでいられる、そんな居場所を目指しています。交流会では、障がいのある方、ない方、若い方から高齢の方まで、楽しく交流しています。他に、障がいのあるお子さんの家族の集いを隔月開催、不定期で「生きるを考える対話講座」を開催しています。



ぬくぬく交流会
(喫茶店 森のくまさん)



対話講座 (貫井図書館)

地域の方へメッセージ

ぬくぬくは、生きづらさを抱えている方、人とのつながりに困難を感じている方、またそのご家族が、気軽集える地域の居場所づくりに取り組んでいます。音楽を楽しんだり、自己紹介ゲームで盛り上がり、お悩み事や辛いお話もうかがえたらと思っています。お気軽にお問合せ下さい。

【主な活動場所】 中村北 4-8-23 喫茶店
「森のくまさん」店舗内

【定例の活動日】 交流会：月に1~2回、水曜の午後
家族の集い：隔月第4月曜の午後
(HP でスケジュールをご確認ください)

【連絡先】 ☎ 090-7417-2399 Eメール sasakikyoko0920@gmail.com

HP



7



collet (コレット)

【はじめ1 / やさまち 1】

多子

練馬産後ケアバランスボール

活動内容

練馬区で出産、育児をされている方全員に体力・気力回復支援となる「産後ケア」をお届けします。

産後ケアの専門家、産後指導士が中心となり妊娠、出産、育児で起こりやすいマイナートラブルに対し、身体を整え、育児に必要な体力をつけることからアプローチしていきます。またパパ参加のベビーマッサージなど家族で参加できるイベントも開催しています。



現地イベントでのベビーマッサージ

現地イベントでのバランスボール
レッスン



オンライン
産後ケア講座



地域の方へメッセージ

産後ケアを通じてママが元気になると、家族はもちろん地域全体に良い循環が生まれ、女性の活躍促進、少子化対策、健康寿命の増進への大きなカギとなります。また「パパの育児参加」が注目されているなか、パパも参加できる場を提供する事でより具体的に産後ケアに触れ、またパパ同士の交流の場にもなっています。ご家族でのご参加お待ちしております！

【主な活動場所】・石神井公園区民交流センター等
・練馬区内児童館・zoomを使ったオンライン

【定例の活動日】

・月1回、現地イベントまたはオンライン産後ケア講座

【連絡先】 ☎ 090-7295-2999 (代表：石本)

Eメール collet2022.nerima@gmail.com

Instagram



8



ねりま笑店街実行委員会・ ねりまキッズボランティア

【やさまち 2】



多様な子ども達が、共に輝く 居場所を作る Vol.2

活動内容

障がいのあるなし、学校の好き苦手、国籍に関係なく、共に活動出来る居場所づくりをしています。「子ども達のやりたいことを実現する!!」をモットーに、遊び、イベント開催、ボランティア、すずらん新聞（ねりまこども新聞社）発行等、武蔵大学 A't、練馬高校の学生のサポートのもと、5歳～中学生が力を発揮しています。



クリスマス集会
やりたいことを
キッズ自ら企画



石薬師市祭り
キッズ企画の
お店を出店

企画、取材、記事作り、
配達までやる
すずらん新聞



地域の方へメッセージ

子どもも大人もゆる～くつながり、活動を通して互いに育ち合える場です。子ども達の豊かな感性や発想、個々人が「楽しい！嬉しい！やったー！」と思えることを大切にしています。地域団体との協働も多数、商店街や多くの団体、区民ボランティアに支えてもらっています。子どもも大人も、ぜひ遊びに来て下さい！

【主な活動場所】 豊玉地域集会所、豊玉公園、豊玉地域
【定例の活動日】 定例：月1回日曜 午後
イベント開催：不定期

【連絡先】Eメール nerikids-bora@googlegroups.com

✕ @nerimasyotengai f nerimashotengai

📷 @nerima_kids_volunteer

HP



9



ねりまっハツハツハツハー

【はじめ 1 / やさまち 2】



笑いヨガとリラクゼーション、 頭の運動・笑う脳活性化ゲーム

活動内容

笑いのエクササイズとヨガの呼吸法を組み合わせた健康体操「笑いヨガ」と、頭と体を同時に使う簡単なゲームを集約した「笑う脳活性化ゲーム」を開催し、初めての方でも安心して、ともに笑いあえる場を広げています。ここで出会えた笑顔が参加された方にとってかけがえのない宝物となるような居場所づくりを目指しています。

＼イエーイ！やったー！やったー！イエーイ！／
座ったり、休憩したり、水分補給は自由♪



たっぷり笑った
あとは癒しの楽
器でリラックス



ココネリ多目的室入り口の
のぼりや看板が目印

地域の方へメッセージ

誰もが気軽にいつからでも楽しむことができる、自然と笑顔になれる健康法を2つ、毎月開催しています。笑うことで多くの酸素を自然に体に取り入れ、心身ともにすっきり元気に。笑うことから始まる新しい自分発見、明るい変化を体感しにどうぞお越してください。—私たちは思う存分に笑いあえる、安心・安全な場を提供しています—

【主な活動場所】 ココネリ3階 多目的室1・2

【定例の活動日】

・「笑いヨガとリラクゼーション」 毎月1回日曜 10:15～11:30

・「頭の運動・笑う脳活性化ゲーム」 毎月1回火曜 10:15～11:30

【連絡先】 ☎/FAX 03-5935-9701 (担当：ハスイケ)

Eメール nerimahha888@gmail.com

HP



10



Music Quality in Nerima オケピ フィットネス部

【はじめ 1 / やさまち 3】



まちのふあそらしど♪

活動内容

“ここに寄り添う音楽”をコンセプトに、練馬にゆかりのある音楽家達によるコンサートをお届けしています。また練馬高野台の順天堂大学医学部附属練馬病院にて患者様やご家族、医療スタッフの皆さまとのこころを紡ぐコンサート事業も開催しています。



はつらつセンター豊玉
「初夏のピアノコンサート♪」

みんなで元気になる歌をうたい、やさしい手話も楽しめました！



地域の方へメッセージ

耳や肌であたたかい音色を感じていただきながら、演奏に合わせて歌ったり手話も楽しめる参加型のコンサートは心の健康や癒し、なにより笑顔につながるひとときとして毎回大変喜んでいただいております。今後もさらに地域の皆さまに寄り添う活動を広めていきますのでぜひお気軽にお問い合わせください。

【主な活動場所】江古田近辺をはじめとした区内ホールや会場、保育園や高齢者施設など

【定例の活動日】不定期

【連絡先】平日 12:00-18:00 (代表：多田)

☎ 090-6032-9068 Eメール baton.lab@gmail.com

✕ @musicquality_ Instagram @music.quality_

YouTube



11



ハッピーお茶家

【やさまち 3】



居場所活動による 社会的孤立防止と地域支援

活動内容

地域で孤立しがちな方々、ふれあいを求める方々が気軽に訪れ、心安らぐ場所となる。お茶カフェ、ころころ食堂などを通して、地域住民や団体がつながり連携を深めていきます。ひとりひとりの力が発揮でき、共に支え合いのできる地域共生社会を目指していきます。



ふれいす 1周年会でダンスを楽しんでいます



お茶カフェでおしゃべりをしています

地域の方へメッセージ

障がいのある方の余暇活動、ハッピーふれいすの利用者の方は毎回楽しみに来場してくれています。子どもの居場所じゅぴたーでは、第3火曜日の14時～「お茶を飲みながらおしゃべり会」を親御さん向けに開催予定。第2、4火曜日ころころ食堂も金曜日のお茶家カフェも、おひとりでご利用できますのでお気軽にお立ち寄りください。

【定例の活動日】

お茶家カフェ／第1～4 金曜 10:30～16:00

子どもの居場所じゅぴたー／第2～4 火曜 10:30～16:00

ころころ食堂／第2・4 火曜 16:00～18:30

ハッピーふれいす／第1～3 金曜 16:00～19:00

第2・4土曜、第1・3日曜 12または13:00～16:00



HP

【主な活動場所】大泉地域

【連絡先】☎ 080-5298-3016

Eメール happy.ochaya@gmail.com

開催日：令和6年2月1日（木） 10：00～12：00

場所：練馬区役所 アトリウム地下多目的会議室

活動の広報にかかせない写真。デジカメやスマホで誰でも気軽に撮影ができますが、ちょっとしたポイントを意識することで魅力的に感じてもらえる写真にすることができます。さらに活動がより伝わる、画像の活用方法まで講師の方から教わりました！



活動継続には、広報がとても大切！

1分間に伝わる情報量は、文字より画像の方がより多く伝えることができます。ぜひ広報に写真を活用しましょう

講師 酒井勇貴さん | 合同会社クレイジーコンサルティング 代表社員 写真や動画を駆使した広報支援を展開中。

構図がポイント！

同じ写真でも構図によって印象が変わる

三分割構図

画面を縦横三分割して、そのなかで構図を考えてみます。被写体を少しずらして3分の1に余白を持たせるだけで想像力が引き立てられる写真になります。



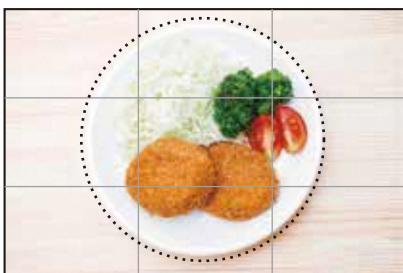
撮影者：酒井勇貴（合同会社クレイジーコンサルティング）

三分割構図を意識した写真の印象は？

余白があることで落ち着きと奥行きを感じます。

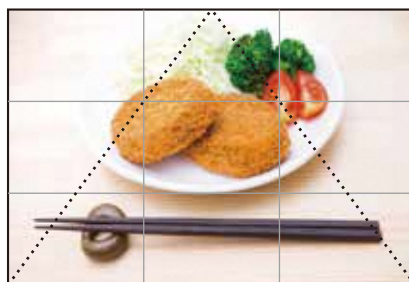


日の丸構図



インスタグラムなどの食べ物写真などでなじみ。画面の真ん中に被写体がくる。

三角構図



三角形の形で被写体のボリュームを考える。逆三角形や左右に寄せた三角にしても良い。

対角線構図



画面の対角線上に被写体を配置。三分割構図と合わせ技で使ってみよう。

画像を編集

画像の完成イメージを言語化してみよう

画像編集をする前に、まず自分なりに完成イメージを持ち、言葉にしてみましょう。具体的に言葉にすると編集がとてもスムーズになります。

アプリを使って、画像編集にチャレンジ！



1つのチラシに1つの内容が基本です。アレコレ詰め込みすぎないように。

チラシに活用

画像は文字よりたくさんの情報や印象を伝えられます。画像を上手に使い、文字情報を整理することで趣旨や要点が伝わりやすいチラシを作ってみましょう。

チラシはアプリを使って手軽に自作することもできますし、プロのデザイナーに頼むのもいいでしょう。どちらにしても情報の整理と完成のイメージを持つことが大切です。

情報は大きく分けてこの3つ

- キャッチコピー / リードコピー
- ボディメッセージ (具体的な内容)
- オファー (特典と期限) … 連絡先・申込方法 etc.



団体について知ってもらいたいという気持ちが強くて、文字が多いチラシになっていました。

SNS に活用

画像はチラシやリーフレットだけでなく、SNS などの発信にも活用しましょう。

SNS で大切なのは、こまめな発信です。そのために同じ写真を何回も投稿するのもあり！同じ写真でも違うコメントをつけるなど工夫をすると投稿のハードルが下がります。

■ 権利にご注意を

画像を使用する際には、肖像権・プライバシー権・名誉権など注意したい権利があります。

この写真を使って大丈夫か事前にしっかり確認・対策をしましょう。

撮影のコツ！

まずはたくさん写真を撮ろう！

構図も大事ですが、まずは、とにかく写真をたくさん撮りましょう。

その中から写真を選ぶとき、編集でトリミングをするときに構図を意識してみよう。

ここぞ！という重要な写真を撮るときには、構図を意識して印象に残る一枚を！

活用のコツ！

SNS は身近な仲間を巻き込んで

SNS の投稿は1人が少しずつでもシェアすれば、結果的にすごい波及効果があります。1人で頑張るのではなく、身近な仲間を巻き込んで、みんなで活動を広げていきましょう。そして、大切なのは共感。誰かの気持ちを代弁するような内容から共感が生まれます。

令和5年度やさしいまちづくり支援事業 事業報告会



開催日：令和5年12月16日（土） 場所：練馬区職員研修所

令和5年度に支援を受けた活動団体の事業報告会を開催しました。
年齢も経験も様々なメンバーが、まちを笑顔にする活動を発表してくれました。

プログラム

- 9：50 受付開始
- 10：05 開会
- 10：05～11：00 活動報告の発表①
【3団体】
- 11：00～11：15 休憩／ポスター見学
- 11：15～12：10 活動報告の発表②
【3団体】
- 12：10～13：20 休憩／ポスター見学
- 13：20～14：15 活動報告の発表③
【3団体】
- 14：15～14：50 休憩／ポスター見学
- 14：50～16：25 活動報告の発表④
【5団体】
- 16：25 閉会

審査委員



今井 伸 委員長

十文字学園女子大学
人間生活学部 教授



石井正子 副委員長

立教大学
異文化コミュニケーション
学部 教授



山浦成子 委員

子育て支援サークル
ママヘルプ 副代表



吉田美穂子 委員

パワーアップシンガーズ
"SOLE" 代表



俣田茂雄 委員

練馬区民生・児童委員
協議会
栄町・桜台地区副会長



小峰英巳 委員

練馬ビジネスサポート
センター
ビジネスマネージャー



渡邊秀樹 委員

練馬区地域文化部
協働推進課長



北沢武宏 委員

練馬区福祉部
管理課長



活動報告の発表

各団体、5分間で一年間の活動の報告をします。活動のなかで得た成果や課題をいかして、さらなるステップアップを目指します。



審査委員との質疑応答

団体メンバーが最も緊張するという質疑応答ですが、審査委員からのアドバイスや意見がお悩み解消のヒントにつながる大切な時間です。



ポスター見学

会場には各団体のイベントチラシをポスターにして展示しています。どれも参加してみたいイベントばかりです！



やさしいまちづくり支援事業 助成団体募集

令和
6年度



募集
します。

地域の
アイデアを
笑顔にする

まちを



自分たちのまちを、みずからの手で
暮らしやすいまちにしていこう…

やさしいまちづくり支援事業は、地域福祉・福祉のまちづくりのために、住民自らが主体となった
創意工夫あふれる企画提案に対して、活動費の一部助成や活動への助言などの支援を行っています。

個別説明・事前相談

助成の要件やアイデアのまとめ方・申請書類の書き方などを
アドバイスする事前相談を行います。

初めての応募には事前相談が必要です。区ホームページに
ある「応募の手引き」をご確認いただき、事前相談をお願い
いたします。窓口での相談は事前にお申込みが必要です。

〔期間〕令和6年4月17日(水)まで
午前9時～午後4時(土日・祝日除く)

応募受付

直接または郵送にてお申込みください。
※窓口での応募の場合は事前予約が必要です。

〔期間〕令和6年4月1日(月)～4月19日(金)〔必着〕

助成事業内容

はじめの一步助成部門

助成限度額 5万円

これから、福祉のまちづくり活動を始める
ための準備段階にあたる活動

やさしいまちづくり活動助成部門

助成限度額 10万円

地域福祉および福祉のまちづくりの課題を
解決するための活動

右のQRコードから練馬区のホームページにアクセスできます。応募の手引きをご確認ください。



申込み・問合せ先

練馬区福祉部管理課ひと・まちづくり推進係

練馬区豊玉北 6-12-1(練馬区役所西庁舎 3階) 電話:03-5984-1296 FAX:03-5984-1214

Eメール:TIKIFUKUSHI08@city.nerima.tokyo.jp



練馬区やさしいまちづくり支援事業

まちを笑顔にする地域活動紹介 BOOK 令和5年度版

令和6年3月発行

制作・発行：練馬区福祉部 管理課 ひと・まちづくり推進係