

練馬区の  
地域活動団体などを  
毎月紹介しています!



# ねりま 地域活動ニュース

発行：練馬区立区民協働交流センター

vol.77

## 今月の紹介団体 \* \* \* \* \*



**2面**  
**遊芸会**  
松井 保男 (まつい やすお) さん



**3面**  
**光が丘ボランティアの会**  
小山 謙一 (こやま けんいち) さん



## 備えて安心元気な老後 ねりま終活フェスタ

**入場無料** 10月22日(日) 10時~16時  
ココネリホール

これからの人生を生き生きと  
過ごすための「終活」について  
知る講演会や相談会



【問い合わせ・連絡先】  
練馬終活協働チーム事務局 (NPO 法人 楽膳倶楽部)  
TEL.03-6915-6300 E-mail:rakuzen@tokyo.nifty.jp

詳しくは、NPO 法人楽膳倶楽部ホームページ  
(<https://www.rakuzenkurabu.jp>)をご覧ください。



10時30分~11時  
● 講演「健康長寿の秘訣  
にこにこ体操&フレイル予防」  
講師：理学療法士 小峰 康裕 氏 &  
スマイル倶楽部

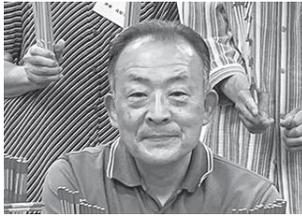
11時10分~12時  
● 講演「耳の聞こえ講演会」  
講師：宮廣 忠男 氏

13時~14時  
● 落語「天国からの手紙」  
出演：天神亭 きよ美 氏

● 相談ブース  
老後資金、生前整理、墓じまい、老人ホーム、  
家族葬、遺言書、相続税、福祉用具 など

※相談は事前予約制です。左記まで  
①氏名(フリガナ) ②相談内容(上記より選択)  
③来場予定時間をお伝えください。

# 「南京玉すだれ」を通して地域で交流を 遊芸会



会長の松井 保男さん

「アさて、アさて、アさてさてさて、さては南京玉すだれ♪」とお馴染みの口上に合わせて巧みに竹のすだれを操っているのは、遊芸会の皆さん。毎月第2日曜日、練馬高野台駅前地域集会所の一室で南京玉すだれの練習をしています。

結成は2008年。練馬区認知症予防推進員養成講座の修了生の有志5名で、ボランティア活動をやろうと結成したのが始まりでした。区内のさまざまなイベントに出演したり、高齢者施設を

訪れたりして、日頃の練習の成果を披露しています。現在16名いる会員の平均年齢は77歳。最高齢の86歳の会員は、まだ入会して間もないそうです。

会長の松井さんは、コロナ禍でもずっと練習を続けていたと振り返ります。

「施設などへのボランティア訪問は休止していましたが、9月に訪問依頼があり、ようやく再開できます」と嬉しそう。行き先に合わせて毎回演目を変えているため、久しぶりの訪問の話し合いも熱を帯びています。

新しい技や企画などを担当している副会長の高橋さんは、谷原のガスタンクや、石神井川の平成みあい橋などの“ご当地玉すだれ”を多数生み出しています。コロナ禍では作曲にも挑戦し、南田中の歴史を綴る「豊年祝いささら踊りの歌」を完成させ



練馬つながるフェスタin春日町では、子どもたちにも大人気!

たそう。今後の玉すだれのレパートリーになるのが楽しみです。

お互いに教え合ったり、ダイナ

ミックな技に挑戦したり…生き生きと活動している皆さんの様子は本当に楽しそうです。結成当初から活動を続けている会員の

1人は、「一芸を身に付けることで人生がすごく楽しくなりますよ♪」と満面の笑みでピースサイン。

今後の展望について、

「これからは個々のスキルを高めながら、南京玉すだれを通じて地域の人たちと触れ合いたいと思っています。若い世代の方たちにも入っていただけたら嬉しいですね」と松井さんは語ってくれました。

10月にの練馬まつりではステージにも出演しますので、日本の伝統芸能である南京玉すだれを楽しんでみてはいかがでしょうか。一芸を習得したいという方は、下記までぜひご連絡を!



笑顔あふれる練習風景。1枚のすだれが、天の橋立、後光、鯛、打上げ花火など次々と形を変え、まるでマジックのよう!

## ■遊芸会

代表：松井 保男  
TEL：090-3421-5545  
メール：yy2403@ezweb.ne.jp

## 地域活動団体助成金等情報

助成内容や応募条件などは各助成金によって異なりますので、必ず事前に詳細を確認してください。募集要項・申請書類については、各ホームページからダウンロードしてください。

### ■公益財団法人 ヤマト福祉財団「ヤマト福祉財団助成金」

#### 【助成対象】

- ① 障がい者給料増額支援助成金/障がい者の給料増額に努力し取り組む事業所・施設に対し、さらに多くの給料を支払うための事業
- ② 障がい者福祉助成金/ボランティア団体、サークルなど幅広い団体活動

【助成金額】1件あたりの上限額：①500万円/②100万円

【応募期間】2023年10月1日～11月30日

【関連URL】<https://www.yamato-fukushi.jp/works/subsidy.html>

【問い合わせ】公益財団法人 ヤマト福祉財団 助成金事務局

〒104-8125 中央区銀座2-16-10

TEL：03-3248-0691 FAX：03-3542-5165

### ■公益財団法人 生協総合研究所「アジア生協協力基金」

【助成対象】日本国内に拠点を置くNPO/NGO や市民グループなどの非営利組織が行う、以下の①～③を全て満たす事業

- ①アジア地域で実施される事業
- ②社会的に脆弱な立場や経済的に困難な状況に置かれた現地の人々を主要な受益対象者とした事業
- ③現地の人々の主体的な参加と協同・組織化を促進し、現地の人々の社会的・経済的自立を目的とした事業

【助成金額】1件あたりの上限額：100万円

【応募期限】2023年10月31日

【関連URL】[https://ccij.jp/jyosei/kikinkoubou230720\\_01.html](https://ccij.jp/jyosei/kikinkoubou230720_01.html)

【問い合わせ】公益財団法人 生協総合研究所 アジア生協協力基金公募係

〒102-0085 千代田区六番町15プラザエフ6F

TEL：03-5216-6025 FAX：03-5216-6030

E-mail：ccij\_asia@jccu.coop

## 高齢者が元気に楽しく暮らせる街にしたい

### 光が丘ボランティアの会



会長の小山 謙一さん

「地域みんなに幸せになってほしいから、困っている人を助けたい」という思いで、高齢者を対象にさまざまなイベントや勉強会を開いたり、困りごとの相談に乗ったりと、精力的に活動している「光が丘ボランティアの会」。

会員数は約400名。いつ誰が来ても参加できる場所を作っておこうと、ほぼ毎日、光が丘区民センターでイベントを行っています。その内容は、スマホ教室、住宅に関する相談、料理教室、

映画鑑賞会、講演会などバラエティー豊かな。開催スケジュールや生活のお役立ち情報などを掲載した瓦版を月2回作成し、6,000部発行しているというから驚きです!

「40名の世話役たちとみんなで相談しながら企画を考えているんですよ。とにかく外へ出るきっかけを作らないと、高齢者は心身共に衰えてしまいますからね」と会長の小山さんは言います。活動拠点は光が丘ですが、周辺エリアからの参加者も多いそうです。

小山さんが会を立ち上げたきっかけは、団地内で足の不自由な一人暮らしの高齢者が生活に苦労している様子を見て衝撃を受けたこと。定年後に一念発起し、2014年に「困っていたら連絡を」と携帯番号を書いた手作りのチラシを、母と妻と3人で団地のポストに配ったの

が始まりでした。

今では月に数十件もの相談が寄せられますが、1人ひとりの話を丁寧に聞き、役所への提出書類を一緒に作ったり、専門家につないだり。区の担当者や医療機関、警察署など、地



スマホ教室の様子。「高齢者も勉強して知識を身に付け、自分で考えられるようになってほしい」というのが小山さんの願いです

域の強力なネットワークを築いてきたことが大きな強みになっています。

会が目指しているのは、高齢になっても安心して暮らしていきけるまちづくり。光が丘を“日本一のまち”にするために、何でもやると小山さんは意気込みを語ってくれました。

「仕事や子育てなどいろいろなことから解放された高齢者は、人生の最後を楽しく生きないとね」と笑います。

毎朝みんなで光が丘団地周辺の清掃をする“朝活”が日課とのこと。見かけた際はぜひ声をかけてみてください!

#### ■ 光が丘ボランティアの会

代表：小山 謙一

TEL：090-4019-6432



7月に開催された「認知症の予防と治療の医療講演会」は満席!会場は参加者の熱気にあふれていました

#### ■ 一般財団法人 コープみらい社会活動財団

##### 「コープみらい・くらしと地域づくり助成」

【助成対象】くらしや文化の向上、社会発展、地域の活性化をめざす市民団体の「食・食育」「消費者の権利」「福祉、健康」「子ども・子育て」「次世代支援」「教育、文化、スポーツ」「環境保全」「人権、平和、国際協力・交流」「防犯・防災・減災、災害復興支援」などの事業・活動

【助成金額】1件あたりの上限額：20万円

【応募期限】2023年11月2日

【関連URL】<https://www.coopmirai-zaidan.or.jp/josei/collect/>

【問い合わせ】生活協同組合コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部 社会貢献活動助成金事務局  
〒164-0011 中野区中央5-6-2  
TEL：03-3382-5665 (平日9時～17時)  
E-mail：tokyo\_kouhou@coopdeli.coop

#### ■ 中央ろうきん助成制度「カナエルチカラ」

【助成対象】NPO法人など非営利の団体が行う以下の事業

- ① 新たな事業や、既存の事業・活動に新たな視点や切り口、要素や方法を加えたもの
- ② “ひと・まち・くらし”づくりに役立つ発想豊かな事業
- ③ 働く人が直面する、“疾病治療・介護・子育て等と仕事の両立”“働くことに困難を抱える若者や女性・高齢者の自立就労支援”など、多様な働く場・機会の創出に焦点を当てた事業
- ④ 公的な補助や支援の対象とならない(なりにくい)、自主的かつ先駆的な事業・活動

【助成金額】1件あたりの上限額：計200万円(最長3年間計)

【応募期限】2023年10月31日

【関連URL】<https://chuo.rokin.com/aboutus/csr/subsidy/application/>

【問い合わせ】中央労働金庫 総合企画部(CSR)事務局  
〒101-0062 千代田区神田駿河台2-5 TEL：03-3293-2048  
(平日9時～17時) E-mail：npo@chuo-rokin.or.jp

**受講生募集中!**

**地域活動のお金の不安解消セミナー**

地域活動につながる、スキルアップを目的とした講座を開催しています。現在地域活動を行っている方、地域活動をこれから始めようとしている方を対象に、地域活動における資金獲得方法をお伝えします!



**【日時】 10月11日(水) 14時~16時30分**  
**ココネリ3階 研修室3**

「地域活動のための資金繰りに悩んでいる」「活動を始めたけれどお金に不安を感じる」そんな方におすすめの講座です。補助金やクラウドファンディングなど活動資金を獲得する方法を紹介し、資金調達に対する不安を解消します。

**【講師】 柳田 好史 氏**  
(NPO法人としまNPO推進協議会 代表理事)

**【定員】 15名(先着順)**

**【申込み】** ①講座名 ②氏名 ③電話 ④住所 ⑤メールアドレスを、10月6日(金)までにポータルサイト (<https://www.collegenerima.jp>)・電話・メールで協働推進課カレッジ担当係へ



**【問い合わせ】** 地域文化部協働推進課カレッジ担当係  
TEL: 03-5984-1613 E-mail: kyodosuishin04@city.nerima.tokyo.jp



**練馬つながるフェスタ in 大泉を開催します!**

**9月30日(土) 13時~16時30分**  
**練馬区立大泉図書館**  
(大泉学園町2-21-17)

「練馬つながるフェスタ(つなフェス)」は、町会・自治会、NPOやボランティア団体など地域で活動している皆様の日頃の取り組みを見て・聞いて! 知って!

たくさんの仲間と“つながる”ことができるイベントです。「練馬つながるフェスタ in 大泉」では、ワークショップ、読み聞かせ、物品販売を行います。イベントの詳細は練馬区公式ホームページをご覧ください。



今後の練馬つながるフェスタ



詳細はこちら↑

11月11日(土)	光が丘IMA
12月16日(土)	石神井公園区民交流センター
2024年 1月13日(土)	関区民センター
3月2日(土)	ココネリホール

**練馬区立区民協働交流センター(つながる窓口)**

区民協働交流センター(つながる窓口)では、町会・自治会、NPO、ボランティア団体などの活動に関する相談を随時受け付けています。どうぞお気軽にご利用ください。

**【事前予約が必要な相談内容】**

- ① NPO法人の立ち上げ、運営等に関すること
- ② 会計・税務に関すること  
専門の相談員や税理士が対応しますので、事前に電話でのご予約をお願いします。



<https://www.facebook.com/Nerimakyodokoryucenter/>

練馬区立区民協働交流センター フェイスブック 検索



[https://twitter.com/kyodo\\_nerima](https://twitter.com/kyodo_nerima)

練馬区立区民協働交流センター エックス 検索

**ホームページ**

※過去の地域活動ニュースも掲載中  
<http://www.nerima-kyodo.com/>

練馬区立区民協働交流センター 検索

練馬 1-17-1 ココネリ 3階 TEL:03-6757-2025 年中無休 9時~22時(12/29~1/3は休業)  
事業の実施等により開館時間が変更となる場合があります。

**★音声でお読みいただけます** 「ねりま地域活動ニュース」は音声で伝える「視覚障害者用」録音版を貸し出しています。ご希望の方は一步の会にお申し込みください。NPO法人点訳・音声訳集団一步の会 練馬区高松 2-16-12 TEL: 03-3577-5666