

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.98

今月の紹介団体 ****



2面

こどもまんなかネットねりま
長谷部 暢子(はせべのぶこ)さん



3面

NPO法人楽膳倶楽部
清宮 百合子(きよみや ゆりこ)さん



練馬つながるフェスタ 開催日程が決定しました!

「練馬つながるフェスタ」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。

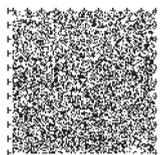
今年度の練馬つながるフェスタの開催日程が決定しました! ぜひご参加ください!

6月28日(土)	春日町図書館
8月7日(木)	関区民ホール
9月28日(日)	勤労福祉会館
10月18日(土)	光が丘IMA イベントスペース
11月30日(日)	石神井公園区民交流センター
2026年	
3月7日(土)	ココネリホール



昨年度の様子

たくさんの参加を
お待ちしております!



専用アプリのUni-Voiceを使用して右のコードを読み取ると記事の情報を音声で読み上げます。

音声コード

「こどもをまんなか」につながる練馬を目指して

こどもまんなかネットねりま



代表の長谷部 暢子さん（前列右）と
役員の方々の皆さん

2023年9月に発足した「こどもまんなかネットねりま（通称：こまねり）」は、子どもを取り巻く課題に地域で取り組む、練馬区内の地域活動団体が連携するネットワークです。こども食堂や学習支援、不登校児の居場所づくりなどを行う約50の団体が参加し、情報共有や相互支援を通じて、子どもたちの健やかな成長を支えています。

代表を務めるのは、長年にわたり石神井のプレーパークや不登

校支援の現場で活動してきた長谷部さん。

「お金も人手もなく、ほぼ熱意だけで頑張っているけれども、良い活動をして

いる小さな団体がたくさんあります。連携すれば、必要な支援を届けやすくなると思うんです」と語ります。

ネットワーク設立のきっかけは、子どもの居場所をテーマにしたドキュメンタリー映画の上映会でした。地域活動団体を招いたプレ上映会で「団体同士のつながりが欲しい」との声が相次ぎ、ネットワーク化を決意したのだそう



親しみやすいよう、子どもたちが描いたイラストを使った広報用ポストカードも作成しました

です。本上映会では、会場の壁面に約50団体の紹介展示も行われ、参加者の中には「こんなに応援団がいるんですね」と涙を流す姿もあつたといえます。

こまねりのホームページでは、支援を必要とする人が自分に合った団体を検索できる仕組みを

整えています。これにより、子どもや保護者が必要な支援にスムーズにたどり着けるようになりまし。また、参加団体向けには、交流会やLINEチャットを通じた情報交換の場も提供しています。

さらに、練馬区との協働事業「ねりま協働ラボ」にも採択され、今後3年間でトークセッションやシンポジウムの開催、行政と民間双方の情報をまとめたパンフレットの作成を目指しています。「パンフレットの完成がスタート地点と捉えています。行政と民間が連携し、すべての子どもたちとつながれる未来をつくりたい」と意気込みます。

「私たちはタタミイワシ。それぞれは小さくても集まれば栄養たっぷり（笑）。そんな思いを胸に、こまねりは“こどもをまんなか”にしたネットワークとして、緩やかに拡がり続けます。

■ こどもまんなかネットねりま

代表：長谷部 暢子

メール：info@

komaneri.com



こまねり立ち上げのきっかけとなった「ゆめバの時間」の上映会の様子。団体向けの勉強会や座談会も積極的に開催しています

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。

■ 一般財団法人 松翁会「社会福祉助成金」

【助成対象】 医療的ケア児者を支援する民間の事業（施設備品やICT化促進の物品、訓練用品、災害対策品の購入／施設改修／地域支援ネットワークづくりのためのセミナー開催などを想定）

【助成金額】 1件あたりの上限額：50万円

【応募期限】 2025年7月31日

【関連 URL】 https://shouohkai.or.jp/zaidanhojin_shououkai/business/

【問い合わせ】 一般財団法人 松翁会 事務局
社会福祉事業部助成係

〒100-0004 千代田区大手町 1-5-5 大手町タワー地下1階 TEL：03-3201-3225

■ 社会福祉法人 松の花基金 令和7年度助成金

【助成対象】 知的障害児（者）の福祉向上のために行われる事業や調査研究およびそれに附随する事業

【助成金額】 1法人あたりの上限額：100万円

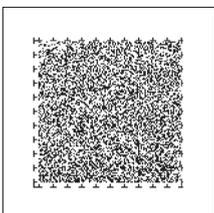
【応募期限】 2025年8月31日

【関連 URL】 <https://www.matsunohana.jp/application>

【問い合わせ】 社会福祉法人 松の花基金（福島・森下・鬼頭）

〒103-0004 東京都中央区東日本橋 1-7-2

TEL：03-5848-3645 FAX.03-3861-8529



音声コード

ボードゲームで気軽に「終活」に取り組もう!

NPO法人楽膳倶楽部



理事長の清宮百合子さん(前列左から2人目)とメンバーの皆さん

光が丘地域で27年にわたり、高齢者向けの会食会や料理教室などを行ってきた「NPO法人楽膳倶楽部」。地域に根ざした活動で、食を通じた健康づくりや孤立防止に取り組んできました。理事長の清宮さんは、「高齢者が地域で安心して暮らしていけるように」との思いから、終活をテーマにした新たな取り組みにも力を入れています。



終活ボードゲームを楽しむ参加者。遺言書やお墓など普段は話しづらいテーマでも、いろいろな意見を聞いて考えるきっかけになります

その1つが、練馬区の協働事業「ねりま協働ラボ」に採択された「終活ボードゲーム」です。終活というかまえてしまう人もいますが、ゲームを通じて楽しみながら終活について考えられるよう工夫されています。参加者同士が笑顔で交流しながら、人生の振り返りやこれからの備えについて前向きに話し合える場を目指しています。

清宮さんは、「講座形式だと参加のハードルが高いので、もっと気軽に参加できる方法を」と考え、ボードゲームの形にたどり着いたと話します。2024年からメンバーと共に試作を重ね、すごろく形式のゲームとしてようやく納得のいく内容に仕上がりました。さらに、進行のテンポや話しやすい雰囲気づくりにもこだわっています。



ゲームの後は、お茶を飲みながら参加者から感想や改善点を聞き取ります

2025年5月には、光が丘団地内の集会所で初めて一般向けイベントが開催されました。イベント

では、まず軽い体操からスタートし、心身共にほぐれたところで、参加者が2グループに分か

れてゲームを楽しみました。サイコロを振ってコマを進め、「カードを読む」マスに止まると終活に関するテーマが書かれたカードを引き、そのテーマについて意見や体験を語り合います。アドバイザーとして参加しているNPO法人成年後見のぞみ会のメンバーが、成年後見制度などについて説明する場面もありました。

「皆さんの声をもとにさらなるブラッシュアップを図り、今年度中には完成版を作る予定です。将来的には、街かどケアカフェや町会、福祉施設などでも活用してもらえたら」と清宮さん。

終活に少し抵抗がある方も、まずはボードゲームから気軽に参加してみたいかでしょうか。

■ NPO法人楽膳倶楽部

理事長：清宮 百合子

TEL：03-6915-6300

メール：rakuzen@tokyo.nifty.jp

■ Panasonic [NPO/NGO サポートファンド for SDGs] (国内助成)

【助成対象】日本国内の貧困の解消に取り組むNPOの組織基盤強化を対象とした以下の2つのコース

①組織診断からはじめるコース

組織診断によって組織の優先課題と解決の方向性を明らかにした上で組織基盤強化計画の立案と組織基盤強化に取り組む

②組織基盤強化コース 組織の優先課題と解決の方向性が明らかで、組織課題の解決や組織運営の改善に取り組む

【助成金額】1件あたりの上限額：①150万円/②200万円

【応募期間】2025年7月15日～7月31日

【関連URL】https://holdings.panasonic.jp/pnsf/npo_summary/2025_recruit.html

【問い合わせ】特定非営利活動法人 市民社会創造ファンド

国内助成・協働事務局(駒井・山田)

〒103-0012 中央区日本橋堀留町1-4-3 日本橋MIビル1階

TEL：03-5623-5055 FAX：03-5623-5057

E-mail：support-f@civalfund.org

■ ブリヂストン BSmile募金

【助成対象】「環境」「安心・安全なMobility社会」「地域社会」「DE&I」「人財育成・教育」の社会課題解決に取り組む団体・事業

【助成対象】1団体あたりの上限額：100万円

【応募期限】2025年7月14日

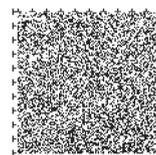
【関連URL】<https://www.philanthropy.or.jp/bridgestone/2025/>

【問い合わせ】公益社団法人日本フィランソ

コピー協会「BSmile募金」事務局

〒100-0004 東京都千代田区大手町2-2-1

新大手町ビル244区 TEL：03-5205-7580



ねりま協働ラボ ～練馬を良くするアイデアを募集します～

「ねりま協働ラボ」は、団体と区が力を合わせて、地域の「あったらいいな」「できたらいいな」という思いを実現する取り組みです。団体から地域の課題を解決するアイデアを募集し、選定されたアイデアに補助金の交付や広報活動などの支援を行います。



2つのコース

	未来創造チャレンジ	コラボチャレンジ
募集内容	区との協働で実現を目指す、未来の練馬をもっとよくするための課題解決アイデア	複数の団体等による協働で、これまで実現できなかった地域課題解決に挑むアイデア
実施期間	最大3年間(令和8年4月～11年3月)	1年間(令和8年4月～9年3月)
補助金額	最大300万円(補助率10/10)	最大30万円(補助率10/10)
支援内容	区との協働実施、広報協力、会場提供協力、専門家による伴走支援	区による広報協力、会場提供協力等
採択数(最終)	1事業程度	5事業程度 (町会・自治会は2事業まで優先的に採択予定)
募集期間	令和7年6月1日(日)～8月29日(金)	



詳細はこちら

ねりま協働ラボ 応募説明・サポート講座 7月5日(土) 10時～12時 練馬区役所本庁舎20階 交流会場

ねりま協働ラボの概要や申請書の書き方、分かりやすい文書作成のポイントをお伝えします。お申し込み方法など、詳しくは区ホームページをご覧ください。



詳細はこちら

【問い合わせ】 地域文化部協働推進課協働事業担当係
TEL : 03-5984-1614 E-mail : KYODOSUIISHIN@city.nerima.tokyo.jp

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。

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。



facebook



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

練馬区立区民協働交流センター フェイスブック 検索



X(旧twitter)



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

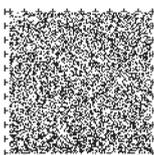
※過去の地域活動ニュースも掲載中
<http://www.nerima-kyodo.com/>



練馬区立区民協働交流センター 検索

★ 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



音声コード