



☆ららだよりは、生駒市 HP でもご覧いただけます! で検索!

募集

マイサポいこま 平成26年度 支援対象登録団体募集 説明会の開催

マイサポいこま(生駒市民が選択する市民活動団体支援制度)は、地域のためにがんばっている市民活動団体を、みんなで応援する制度です。

制度の内容や申請方法についての、団体向け説明会を開催しますので、ご参加ください。

- 日時：2月28日(金) 10時~12時
3月 1日(土) 13時30分~15時30分
※両日とも同じ内容で実施します。
ご都合の良い日にご参加ください。

平成26年度から
様式の一部が変更予定です。

- 会場：コミュニティセンター4階会議室(セイセイビル内)
- 参加費無料、申込み不要 当日直接会場にお越しください。
- 手話通訳・要約筆記通訳(2月14日(金)までに事前申込み)
- 説明会にて、「平成26年度 マイサポ団体募集要項」をお渡しいたします。



募集

補助金・助成金申請のための 「魅力的な事業企画書やさしい予算書の作り方」講座の開催

「補助金や助成金の申請をどうすればよいのだろう・・・」とお困りのみなさん!!

この講座で、団体が企画した事業の魅力を伝える事業企画書や、企画内容にそった予算書の作り方を学び、皆さんの今後の団体活動にお役立て下さい。

※「マイサポいこま」の団体募集要項や申請書類の様式を使用して実施します。

- 日時：3月14日(金)・15(土) 両日とも9時30分~15時30分
※両日とも同じ内容で実施します。ご都合の良い日にご参加ください。
- 講師：水谷 綾さん (社福)大阪ボランティア協会事務局長
- 会場：コミュニティセンター4階会議室(セイセイビル内)
- 対象：平成26年度「マイサポいこま」への申請を考えている団体および
市内在住・在勤・在学もしくは市内で公益活動をされ、テーマに興味のある方
- 定員：各回40名(申込順) ●参加費：無料
- 申込受付期間：2月10日(月)から定員になるまで
- 申込方法：住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を明らかにして、「市民活動推進センター ららポート」窓口受付、FAX、電子メール(lalaport@city.ikoma.lg.jp)もしくは電話にて申込み
- 一時保育 2歳以上就学前のお子さん(3月1日(土)までに事前申込み)
- 手話通訳・要約筆記通訳(3月1日(土)までに事前申込み)

生駒山を中心に里山保全の活動をするいこま里山クラブは設立10周年を迎えた。設立以来代表を務める海老澤さんにお話を伺った。

海老澤さんは、平成11年にグリーンボランティアならクラブに入会した。当時すでに活動していた山登りの先輩との話の中で、「自分の気力・体力があるうちから何かを始めたい」と考えたからだ。平成15年に生駒市緑の基本計画推進懇話会に委員として参加し、計画を“絵に描いた餅”で終わらせてはいけないと、平成16年「いこま里山クラブ」を立ち上げ生駒山で活動を始めた。生駒の里山を整備し、豊かな森を子どもたちへ引き継いでいきたい、という思いで活動を続けている。

幼いころから近くの山の中で遊ぶのが常で、森に親しんで育った。趣味は山登り。北アルプスをはじめとして国内外の山に登った。事前に準備をし、体調を整える。一步一步を積み重ね、山頂をめざしていく。登っている時は苦しいこともあるが、山頂から見える景色はご褒美、何とも言えない達成感を感じる。またそこから目の前に見える山に登れば未知のものが見えるのではないかと期待し、いろんな山にチャレンジした。その頃に比べ、今は「今、そこにある自然」が豊かであること、それに気づけることが嬉しいと話す。

生駒山麓公園内で開く子ども対象の自然観察会では、太陽の光を感じ木々の中を歩き、五感いっぱい自然を感じてもらおう。例えば木の葉を見る時は手にとって色・模様・手触り・匂いなど感じてもらう。また、生態系をみださないよう、森のマナーを教える時は、子どもたちに質問をして自ら答えを考えられるように導く。「森に缶は捨てていいか？」の問いに、「缶は自然界にはないものだからNO」とすぐに答えが返ってくる。次に「バナナの皮は捨ててもいいか？」の問いに子どもたちは少し考える。「腐って自然にかえるからYES

S」の答えに、「ではバナナの木は生駒山に生えているか？」と聞くと、「生駒山の生態系に無いものを捨ててはいけない、NO」。自ら考え、気づき、五感を通じて覚えたことは記憶に残る。それを家へ帰って話題にしてもらえると嬉しいと話す。「子どもたちからもらう手紙を読むと、とてもやりがいを感じる。でも、だからこそ間違ったことを伝えられないよう、常に勉強しなくちゃね」と微笑みながら話す様子に、活動への思いを感じた。

東日本大震災の支援では、いこま里山クラブ会員で募金し寄付をした。また、“ふくしまキッズ in いこま”ではクラフトを担当し、福島と生駒の子どもたちの交流プログラムに協力した。福島の山のどんぐりを預かり、竹のポットの中に植え、育てる活動もしている。生駒と福島を繋ぐ支援活動になり、苗木として育ったら元の山に植え、その地の生態系の基礎となり、将来豊かな森に育ててほしいと願っている。

これからも活動を通じて里山の環境保全を訴えていきたい。そして家族で山や森についてや、人間の優しさ・心の豊かさについて話をするきっかけづくりをしていきたい。この10年間に何千本の木を植えたことだろうか。自分が生きている時にはその成長を見て確かめることはできないかもしれない。だが、やがて木々は成長し、芽吹き、花が咲き、実がなることだろう。子どもたちが、自分が植えた木に愛着を持って成長を見守り、大人になって「自分が植えた木やで」と家族と共に生駒山を訪れる、そんなことを想像するだけでワクワクする。



「山登りも人生も“一步一步”が大切」と、海老澤さん（ららぽーとにて）

インタビュー：藤川尚子（ららぽーと ボランティアコーディネーター）

お知らせ

ららポートに登録しているボランティア・NPOが大集合！！

「第5回 らら♪まつり」開催します！

参加費・
申込み不要

- 日 時：2月15日(土) 10時30分～13時30分 (開場は10時)
- 会 場：コミュニティセンター (生駒セイセイビル)

楽しい体験プログラムに参加しよう！

ミニ手話体験・介護服紹介・音楽健康法体験
盲導犬使用者のお話など
キッズも楽しめる体験がいっぱい！

いいもの買って活動応援！！

フリーマーケットコーナー

パン・焼き菓子などの食品、家庭用品・
雑貨・手作り小物など

せんたくん、
たけまるくん、
遊びに来るよ！

団体ブースを回って“もんだい”にチャレンジ！

ららラリー！

サインを集めると最後に参加品が
もらえます！

旅フォトグラファー三田崇博さん
による東日本大震災被災地での写
真修復ボランティア活動紹介コー
ナーもあります



☆「らら♪まつり」は、市民活動推進センターららポート登録団体とららポートによる協働で開催します。

登録団体情報

こわれたおもちゃを修理する おもちゃの病院

持って来ていただいた壊れたおもちゃを、
おもちゃドクターが修理します。
日時/2月20日(木)、3月20日(木)
受付は10時～15時
場所/ららポート3階(申込不要)
費用/原則無料(部品代等の実費が必要になる
ことがあります)
問合せ/健やか交流塾おもちゃ病院 生駒病院
宮田修さん
tel/090-7873-4765

市民講座<介護問題を考える・パート2>

現役のベテラン「ケアマネージャー」から、
現場の実際を聞くことができます。
日時/2月22日(土) 13時30分～16時
場所/ららポート3階
参加費/無料(申込不要) 定員/48名
問合せ/NPO 法人市民の輪いこま 事務局
tel・fax/77-7791

お願い/東北支援の一環として、被災地の人が草履スト
ラップを作るための古いTシャツを送ります。ご協力
いただける方は、当日古いTシャツを会場にお持ちく
ださい

いこま里山クラブ結成 10周年記念

生駒山麓公園に記念樹を植えますか
日時/3月15日(土) 10時～12時
場所/生駒山麓公園
対象/生駒市内に住むか生駒市内に通勤・通学し
ている人(定員100名抽選制) 小学3年
生以下は保護者同伴 参加費/無料
その他/作業のできる服装と靴・防寒着・軍手・
水筒持参(軽食を用意します)
申込・問合せ/住所・氏名・年齢・電話番号を記
入して2月28日(金)までにハガキか
電子メールで
〒630-0243 生駒市俵口町 159-4
松倉 弘二さん 090-5133-7373
Mail/m-hiroji@kcn.ne.jp

ハロハロ☆ikoryu チェコ day

日時/3月9日(日) 10時～13時
場所/たけまるホール調理室
内容/チェコの家料理をつくりながら楽しく
交流しましょう。講師 谷口マルチナさん
参加費/800円(材料費込、幼児無料)
持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、タオル
申込・問合せ/参加者全員の名前・住所・電話
番号・年齢を書いて3月1日(土)までにFAX
か電子メールで
NPO法人いこま国際交流協会ハロハロ係
tel・fax/78-6491
Mail/entry@ikoryu.net

いま、ここから。ママの一步応援講座

今年度、ららポートでは「地域課題解決活動促進事業」を実施しています。その一環として、女性のキャリアを応援する“COLOR”との協働で講座を実施しました。

生駒市の女性の就業率は全国的に見ても低い状況です。それぞれが持っておられる力を発揮していただくきっかけや機会を作りたい—企画段階からCOLORと打合せを重ね、この講座が誕生しました。6月のオープンセミナーに始まり、二つのコースに分かれて半年間にわたったこの講座、最終回の様子を取材しました。

Aコース『もっと自分を知って、信じて、生かし切ろう！』

毎回異なるテーマに、個人ワークとグループワークを積み重ね自分への理解を深めました。

〈受講生〉25人
 〈最終回〉講座との出会い、これまでの道のり、そしてこれからの自分について一人一人が「自分だけの物語」を語りました。

〈受講生の感想〉
 ・自分のペースで少しずつでも楽しんで進みたい。
 ・受講したことは小さな一歩、考え方の幅が広がった。など

毎回出される家庭でのワーク（宿題）と講座を繰り返すことで自分への理解が深まっていったようです。修了後の一人一人の表情に、自信と力強さを感じました。



辻本環さん(左)(COLOR副代表、パーソナルコーチ)
 安井亜希さん(右)(パーソナルコーチ)



それぞれの「思い」を丁寧に聴き合いました

Bコース『自分の“好き”を持ち寄って、みんなで生駒市のご当地弁当を商品化しよう☆』

“生駒のご当地弁当”を題材にマーケティングの手法によるターゲットやコンセプトの設定などディスカッションを重ね、商品開発のプロセスを学びました。

〈受講生〉10人
 〈最終回〉検討を重ねたメニューを調理し、ママたちの生駒への思いとアイデアが詰まった「iko mama bento (いこままべんとう)」が完成。鬼木利恵さん(COLOR代表、キャリアコンサルタント)

〈受講生の感想〉
 ・生駒に心から愛着を感じるようになった。
 ・自分自身がこの半年間で変わり、夢の一步を踏み出せた。など

「iko mama bento」は、この春に販売予定。
 ママたちのチャレンジは続いています。

プロジェクトの様子はFacebookをご覧ください。
 『生駒のママによるご当地弁当商品化プロジェクト』

アドレス：[facebook.com/ikomamalunch](https://www.facebook.com/ikomamalunch)



試行錯誤しながらメニューを開発



完成！

《編集後記》

先日、生駒山麓公園を歩いてきました。立ち並ぶ木々、霜のついた下草、差し込む暖かな陽の光、冬枯れの景色もいいもんだな、と感じました。まだまだ寒い日が続きますが、いろんな所を歩いて冬の生駒を楽しみたいと思います。〈ふ〉

■生駒市市民活動推進センター ららポート

〒630-0257 奈良県生駒市元町1丁目7番6号

TEL:0743-75-6000、FAX:0743-75-0151

e-mail : lalaport@city.ikoma.lg.jp

生駒市公式Twitter アカウント : @lkoma_lalakatsu

開館日時 月曜日～土曜日 午前9時～午後5時

休館日 日曜日・祝日・年末年始

※オストメイトトイレがあります※公共交通機関でお越し下さい



●ららポート登録団体 67団体 [構成人数 2,006人] (1月1日現在)