



☆ららだよりは、生駒市 HP でもご覧いただけます! [生駒 ららだより](#) で検索!

大募集

「生駒プロボノマラソン」に参加しませんか?

社会人が一日で参加できるプロボノ^{*}ワークを通じて地域団体・NPO等をサポートすることで、企業人と社会・地域との新たなつながりを創出する一日体験型プロボノイベント「生駒プロボノマラソン」の参加団体・参加者を募集しています。

※プロボノとは、ラテン語の Pro Bono Publico（公共善のために）を語源とする言葉で、社会的・公共的な目的のために、職業上持っている知識やスキル、経験を生かして社会貢献するボランティア活動のことです。



- 活動日・時間：9月13日（土） 10:00～18:00
- 会場：コミュニティセンター
- 費用：無料
- 申込み：WEB ページ・申込みフォーム、
[生駒プロボノマラソン](#)で検索!
<http://servicegrant.or.jp>
- 応募締切：7月15日（火）まで
- 主催：生駒市 ■企画・運営：（特活）サービスグラント



QRコード
はこちら

サポートメニュー例えば・・・

- チラシ作成や ロゴマークの作成、Facebook の立上げ・活用についてのサポートを行います。
- 助成金申請のための企画書の骨子や予算書作り、団体の課題整理や商品企画のためのワークショップを行います。
- 事務処理や情報共有の効率化について、また、ITによる資金調達（クラウドファンディング）のアイデアを一緒に考えます。
- 外国語翻訳のお手伝いや、会計や法律について相談にのります。

参加の方法は二通り!

【企業人・個人】



【地域団体・NPO】

プロボノワーカー

個人や友人・職場の同僚と3～4名のチームでの参加もOK。サポートメニュー（例）に得意な分野があれば、どなたでも参加できます

支援を希望する団体（15団体）

生駒市内に活動拠点を持つ団体

- ・自治会 ・特定非営利活動法人 ・公益法人
- ・一般社団法人 ・一般財団法人
- ・社会福祉法人 ・（活動規約を持つ）任意団体

* 株式会社・有限会社・宗教団体・政治団体は
応募できません

説明会を開催します!



プログラムについて説明します。

支援を受けたい団体の皆さん、プロボノ活動に興味ある皆さん、お気軽にお越しください。

■日時：6月25日（水）19:00～20:30 6月28日（土）11:00～12:30

■場所：コミュニティセンター ■申込み：不要 ※両日とも同じ内容で開催します

今回は「生き生きと楽しいひとときを共有しましょう！」をキャッチフレーズとして地域の高齢者を対象に「癒しの園芸」活動を行っている北野さんにお話を伺った。

幼いころから庭の花に水をやる手伝いをするなど身近に緑や花が多い環境で育ち、家庭をもつてからも自然と庭に花を植え、きれいに花を咲かせることを楽しんでいた北野さん。平成3年に生駒市で「花と緑のまちづくりコンテスト」が始まったのをきっかけに、住んでいる地域の人と協力し合い、花を種から育てる活動を始めた。地域の街並みに花をいっぱい咲かせきれいになっていくのが嬉しかった。翌年から地域のグループでコンテストにも参加をしている。平成11年には「花のまちづくりセンター設立市民懇話会」にも委員として参加、花に関わる活動を続けてこられた。

平成16年、奈良県農林部フラワーセンターが主催する「癒しの園芸」実践ボランティア養成講座があることを知り、「癒しの園芸」という言葉にひかれ受講。1年間のカリキュラムの中で、園芸作業が人の心を癒し、体のリハビリに役立つことを学び、車いすやアイマスクの体験などを通じて対象となる高齢者や障がい者の気持ちを知るなど様々な経験を積ませてもらったという北野さん。今までは上手に育てることに一生懸命になってきたが、これからは園芸作業を通じて関わる人を元気にしたいと思い、奈良県フラワーアドバイザーの会に入会し、新たな活動を始める。

「癒しの園芸」を取り入れた活動を生駒でしたいと思い、平成23年に「いこまグリーンフレンド」を立ち上げる。地域の公民館や高齢者施設などで手先を使って植物をペットボトルに植え、育てる楽しみを体験しながら交流するプログラムを行う。ペットボトルを使えば資源の再利用になり、土の乾き具合も一目瞭然、費用も安価で準備でき

る。苗は1回に20種類ほどを用意。高齢者が自分で好きな苗を選び、どう植えようかと考え、作業することは脳の刺激になる。また、そよぐ葉、花の香りを感じながら成長を見守ることで、気持ちが癒され、穏やかになる。回数を重ねても楽しく取り組めるように、季節に合わせて苗の種類を変えたり、土をカラーサンドやジェルゼリーなどに変え、色彩や手触りを変える工夫もしている。施設の高齢者が「家に持って帰って水をやるのが楽しみや」、「自分で植えたんよと家族に見せるねん」と話しながら目を輝かせて作業されている様子を見て、「私たちが逆に元気をいただいているんです」と優しいまなざしで話す。



カラーサンドを使った寄せ植え

寄せ植えをするプログラムだけではなく、ゲームや歌体操を取り入れた活動も始めた。声を出し、手や膝をたたき体を動かすと血行もよくなる。「参加者が笑顔になり、元気になれる。それが喜びなんです」と微笑みながらも力強く話す様子に北野さんの自信を感じた。

一人一人の感性を大切に、「“おばちゃん”が高齢者と同じ目線で、一緒になってできることを行う「癒しの園芸」活動。これからも難しく考えず、自然体で活動を続けていきたい」と笑顔で話された。



「また来てや」「今度も楽しみにしてるで」の声にやりがいを感じると微笑む北野さん(ららポートにて)

インタビュー：藤川尚子(ららポート ボランティアコーディネーター)

ボランティア活動相談

ららポートでは、ボランティアなどNPO活動を行いたい人や団体と、活動を受けたい人や団体をつなぎ、活動に向けての調整を行っています。

【見守り保育ボランティア調整依頼】 38件

地域の子育て支援の一環として、小さな子どもをもつ保護者の社会参加の支援活動をサポートしています。

活動ボランティア のべ 65名
活動日数 のべ 19日

【施設プログラムに関わるボランティア調整依頼】 13件

高齢者や障がい者を地域住民で支え合い、助け合うやさしいまちづくりの推進をサポートしています。

【レクリエーションボランティア調整依頼】 10件

子どもや高齢者を対象としたレクリエーション活動を通じて、地域コミュニティづくりをサポートしています。

活動ボランティア 4名と 3グループ
活動日数 のべ 7日

【プログラムサポートボランティア調整依頼】 32件

市内で実施されるプログラムのサポート活動を通じて、ボランティアなどNPO活動が活発になるためサポートしています。

活動ボランティア 76名と 1グループ
活動日数 のべ 38日

「興味はあるんだけど・・・」「どんな活動があるのかな？」
「ちょっと地域に貢献してみたい！」という皆さん、
「個人ボランティア」に登録し、ボランティア活動を始めてみませんか？

【その他】 5件

マイサポいこま(支援制度)に関する相談 89件

「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)」の申請や実績報告に必要な書類作成の相談を行いました。

相談数 35団体 のべ 102件

※ららポートでは、他の補助金や助成金の情報提供や申請に向けた書類作成の相談も随時行っています。お気軽にお問合せください。

「学生ボランティア」事業

将来を担う若い世代の、地域コミュニティへの関心を高め、市民の様々な活動に参加するきっかけづくりをサポートしています。

登録人数 19人
のべ活動日数 71日
活動分野 国際交流・高齢者支援・障がい者支援・環境保全など

NPO活動に関心のある学生を対象に、地域の様々な課題やニーズに対して多くのボランティアが関わり支え合っている現状を知り、活動への関心を高める機会として活動調整をしています。

登録団体情報発信支援

参加事業

「環境フェスティバル」 7団体ブース・パネル展示
「福祉と健康のつどい」 4団体ブース・パネル展示

市が主催する事業開催時に事業目的に関連した分野の団体が展示を行い、市民に活動の紹介をしました。

いこま寿大学実務講習会ボランティア実習

活動人数 のべ 37人

いこま寿大学の学生を対象とした実務講習会「ボランティア実習」として2回の講座と実習の企画運営を担当しました。実習では市内の施設や団体の活動に参加するサポートを行いました。

登録団体との協働事業

ららポート交流事業「第5回 らら♪まつり」の実施
平成26年2月15日 生駒市コミュニティセンター
参加団体 59団体、参加人数 600名

登録団体が一堂に会し「広く市民へ公益活動をアピールし、団体間の相互理解をはかる」ことを目的として実施。登録団体有志からなる運営委員会を立ち上げ、企画・運営を協働で行いました。今回は「災害とボランティア～わたしたちができること」を共通テーマに、団体がボランティアの視点からどのような活動が可能かを考えて発表しました。

お知らせ

「生駒市民が選択する市民活動団体支援制度(愛称:「マイサポいこま」)」

「マイサポいこまギャラリー」で、あなたが支援したい事業を見つけよう!

生駒市民^(※)が、自分で支援したい市民活動団体の事業を選び、その団体事業に支援金が交付される「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)」。

【ギャラリー日程】

- ①7月1日(火)~7月8日(火) たけまるホール(旧 中央公民館)
②7月9日(水)~7月15日(火) 北コミュニティセンター-ISTA はばたき
③7月16日(水)~7月22日(火) 図書会館
④7月23日(水)~7月29日(火) 生駒駅前図書室(ベルテラスいこま)
⑤7月30日(水)~8月4日(火) 南コミュニティセンターせせらぎ
⑥8月6日(水)~8月12日(火) 生駒市役所

マイサポ団体の事業は、広報いこまち7月1日号と同時に配布される「マイサポ団体紹介冊子」や生駒市ホームページでもご覧いただけます。

「マイサポいこま」のページ http://www.city.ikoma.lg.jp/kashitsu/01500/05/12.htm

支援したい事業を見つけたら、届け出用紙に書いて届けよう!

(市HP「マイサポいこま」のページ、届出フォームよりインターネットでの届出もできます)

届出期間:7月1日(火)~8月12日(火) 必着

※詳細は「マイサポ団体紹介冊子」(広報いこまち7月1号同時配布)をご覧ください。

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こわれたおもちゃをおもちゃドクターが修理します。

日時/6月19日(木)、7月17日(木)
受付は10時~15時
場所/ららポート 3階 (申込み不要)
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

報告



いま、ここから。ママの一步応援講座

ここから生まれた『iko mama bento』4月27日(日)好評の内に20分で完売しました。応援ありがとうございました。

Facebook アドレスはこちら 『生駒のママによるご当地 弁当商品化プロジェクト』 facebook.com/ikomamalunch



~ららポートご利用の皆様へ~

いつも節電にご協力いただき、ありがとうございます。ららポートの平成25年度の電気使用量は前年度比4.4%増でした。引き続き節電にご協力お願いいたします。

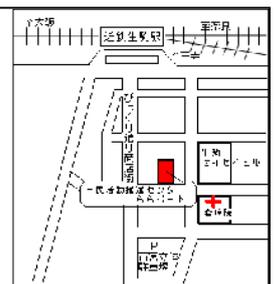
《編集後記》

春になり、自転車で街なかを走ることが多くなりました。街なかの木々の緑や、草花の香りに季節を感じ、心が癒されます。新しい年度が始まり、ららポートに新しいスタッフが加わりました。ご来所の際には是非お声がけくださいね。 <ら>

■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 61団体 [構成人数 1,781人] (5月1日現在)