

2022
5・6
月号

つくば市民活動センター 広報69号

【発行】つくば市市民活動センター

市民活動センターは、ボランティア活動やその他の社会貢献活動を行っている市民活動団体を総合的に支援していく施設です。

茨城県つくば市吾妻1-10-1 つくばセンタービル1階

☎ 029-855-1171 FAX 029-855-1175

ホームページ：つくば市ホームページ > くらし・手続き > コミュニティー > 市民活動センター
当センターが行う事業、市民活動団体等の情報、助成金情報等を掲載

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/community/1014813/index.html>

【市民活動団体紹介】

日中両国の皆さんの
温かい心の交流を支援

NPO法人 つくば日中協会

つくば市の皆様、こんにちは。グローバルという言葉が身近なところで使われるようになって、もう30年くらいになると思います。私たちの協会はその頃平成5年に任意活動団体「つくば日中協会」として発足し、令和2年に特定非営利活動法人（NPO法人）として新たな出発をしました。

発足当時は、中国からの筑波大学中国人留学生やつくば市にある研究所で働く中国人研究者が増えつつある時期で、まだ新しい研究学園都市つくば市の皆さんとの日中交流活動を通して、日本に憧れてやってきた中国人の方々と相互理解と友情を深め、つくばでの研究生活を支援するために設立されました。国際的な環境は日々変化しつつある中で、当協会は市民目線の温かい草の根の民間交流により、皆さんに幸福感を持っていただけるような活動を心掛けています。

これまでの主な活動として、筑波大学留学生による中国語講座や日中市民フォーラムや論語勉強会、日本/中国料理教室、秋の筑波山登山、年末の日中交流忘年会や留学生のホームステイなどを実施しています。

今回は平成5年から日中の架け橋となるべく活動しているつくば日中協会の理事長に話を伺いました。



中国語講座
(2021年度
初級コース)



筑波大学
留学生と
筑波山登山

平成30年にはつくば日中協会設立25周年と日中友好条約締結40周年の記念に、つくば市民や中国人留学生など132名の「つくば日中フォーラム」を国際会議場で開催しました。名誉会長のつくば市長をはじめ中国大使館来賓のご挨拶や、研究者などの講演を含め、大変有意義な日中交流の場を提供できました。

令和元年には、会長の引率した「成都訪問団」が中国四川省成都市郫都区政府を表敬訪問し、つくば市民と地元郫都区民の皆さんとの交流を楽しみました。また、当協会には、企業や研究所での業務経験の豊富な方々が沢山おりますので、会員の協力によって、北京市、深圳市、成都市などからのビジネスに関する相談などにも対応しています。

令和2年2月以降、私たちの生活や活動はコロナ禍にあり窮屈な状態が続いていますが、安全に活動できるよう会員一同知恵を絞っています。日中両国の皆さんの温かい心の交流と生活環境、つくば市の科学技術や経済が益々発展していきますよう、つくば日中協会もこれからも努力していきます。皆様にも、当協会の活動にご理解・ご参加・ご協力いただきたくよろしくお願い申し上げます。



日中交流忘年会
に参加した
五十嵐立青市長
(2019年度開催)

【 市民活動センターからのお知らせ 】



1. パソコン・スマートフォン・タブレット に関する相談

日時：毎週水曜日 13:00～17:00 無料
(1時間程度、要予約)
場所：つくば市市民活動センター

2. 「パワーポイントの基本を学ぼう」 講座

パワーポイントの基本的な使い方と効果的なチラシや資料の作成方法などを学びます。申込は5月9日(月)～25日(水)に、団体名・参加者氏名・住所・☎・Eメールを記入し、メール・FAXまたは直接持参
日時：令和4年5月29日(日)
10:00～12:00
場所：吾妻交流センター 大会議室
申込・問合せ先：つくば市市民活動センター

3. アイラブつくばまちづくり補助金関係 説明会

個性豊かで活力のあるまちづくりに自主的に取り組む活動に補助金を交付するアイラブつくばまちづくり補助事業の説明会(事業概要説明、個別相談)の開催、申込等の詳細は市ホームページまたは広報つくば6月号をご覧ください。

日時：令和4年6月28日(火)
14:00～16:00 要予約
場所：吾妻交流センター 和室
(つくば市吾妻一丁目10-1)
申込・問合せ先：つくば市市民活動センター
☒ ctz015@city.tsukuba.lg.jp

【 イベント情報 】

5/5 「The Gardener」

ツノのあるやんちゃな男の子「パック」が庭で見つけた不思議な箱とは…? シルクドソレイユ正式登録アーティストによる「人形劇じゃない、人形劇」。こどもの日に、子ども無料公演を開催します! 出演：小心ズ(要予約)
日時 5月5日(木・祝)
(A) 14:00～15:00 (B) 16:30～17:30
場所 アルスホール(つくば市吾妻2-8)
参加費 参加費：おとな3,000円/子ども(18歳以下)無料(小学3年生までは保護者同伴)
主催 つくば子ども劇場
連絡先 ☎ 029-852-9134(平日12:00～15:00)
☒ 298kodomogekijo@gmail.com

5/14 第5回 歴緑カフェ

つくば市さくらの森「歴史緑空間(公園用地 上條先生観察会☆)講師：筑波大学生命環境系 教授 上條隆志先生。新緑の中、自然豊かな森を歩きながら観察しましょう! SDGs No15「陸の豊かさ」も守ろう! 持ち物：飲み物(必ず)・帽子・長袖・長ズボン・歩きやすい靴(前日に雨が降った時は長靴)・タオル・虫よけ等。要予約(定員あり)
日時 5月14日(土)9:00～(午前中)
※雨天 5月15日(日) 同時刻 同時間
場所 つくば市さくらの森「歴史緑空間」集合：つくば市さくらの森28 砂利駐車場(桜中学校体育館を背に北へ100m程の右側)
対象 小学3年生以上(小学生は保護者同伴厳守)
参加費 大人300円/人 中学生以下無料
主催 NPO法人金田台の生態系を守る会
申込先 ☒ info@kondadaiseitaikei.com
その他 トイレは済ませてきてください。近くのコンビニ(ファミリーマート)まで車で2～3分。

5/21 「ふわふわくらぶ」第3回 絵本であそぼう

0歳から2歳までのお子様と保護者のための遊びの会「ふわふわくらぶ」。5月は絵本講師の「ひろみさん」と一緒に絵本であそんじゃおう!
(要予約)
日時 5月21日(土)11:00～11:30
場所 つくば市子育て総合支援センター 多目的室
(つくば市流星台61-1)
対象 0～2歳のお子様と保護者(定員10組程度)
参加費 ひと家族500円
主催 つくば子ども劇場
連絡先 ☎ 029-852-9134(平日12:00～15:00)
☒ 298kodomogekijo@gmail.com

第61回茨城県母親大会 記念講演 6/5 「私たちが地球のためにできること -マイクロプラスチック汚染と未来へのアイディア-

講師：高田秀重(東京農工大学農学部環境資源科学科教授)。専門は合成洗剤や環境ホルモンなどの環境汚染物質の研究。1998年からプラスチックと環境ホルモンの研究を開始し、2005年以来マイクロプラスチックの地球規模モニタリングを主宰している。記念講演のほか運動交流なども。
日時 6月5日(日)13:00～15:30
場所 市民ホールくきざき
(つくば市小荊318)
参加費 一般700円・学生500円・高校生以下無料
主催 第61回茨城県母親大会実行委員会
連絡先 FAX:029-824-8947
☒ hahoyaibaraki@sa3.so-net.ne.jp



[定例活動のお知らせ]

第2水曜 アサーティブトレーニング 勉強会(傾聴のワーク)

相手も自分も大切にしながら、自分の気持ちや思いを伝える関係性を築くトレーニングです。

日時 第2水曜 10:00~12:00

場所 吾妻交流センター大会議室
(つくば市吾妻1-10-1)

参加費 会員1,000円/年 ビジター200円/1回

主催 つくばアサーティブの会

連絡先 ☎ 090-3685-7088 Fax 029-893-3381
(石黒澄子)

✉ sp8f9ez9@snow.ocn.ne.jp

第2金曜 高次脳機能障害者の 家族会交流室

高次脳機能障害者との生活について、同じ立場の家族同士が、情報交換を行う場です。

日時 第2金曜 11:00~14:00

場所 新型コロナウイルス感染症拡大により会場が変わります。事前にお問い合わせください。

参加費 無料

主催 高次脳機能障害友の会・いばらき

連絡先 ☎ 080-5901-9979

(問合せは平日9:00~15:00)

第1・3土曜 パソコン無料相談 & サポート

パソコンについてインターネット、メール、デジカメ、ワード、エクセルなどの疑問に答えます。訪問サポートについてはお問い合わせを。

日時 第1・3土曜 10:00~12:00 13:00~15:00

場所 つくば市社会福祉協議会相談室
(つくば市筑穂1-10-4旧大穂庁舎内)

相談料 無料

相談員 つくばパソコンボランティアサークル

問合せ ☎ 029-879-5898

(つくばボランティアセンター)

たのし家サロン・講座

広い縁側と庭のある民家で楽しいひと時をどなたでも!「たのしや」と読みます。車イス用スロープあり。

日時 ①ふれあいサロン 月曜10:15~12:00

②講座「習字」第2・4金曜13:30~15:30

③講座「茶道入門」第1水曜、第3月曜
13:30~15:30(要予約)

場所 たのし家(つくば市下広岡1055-77)

参加費 ①100円

②、③700円(会員500円)材料費別途

連絡先 ☎ 090-4226-6957 (犬丸)

✉ tanoshiya.tsukuba@gmail.com

水曜・木曜 子育て休憩室 子育てほっとステーションオアシス

①、②とも乳幼児とお母様・お父様の交流の場です。時間内であればいついらしてもいつ帰られてもOKです。

日時 ①子育て休憩室 水曜 10:00~12:00

②子育てほっとステーションオアシス
木曜10:00~12:00

場所 ①吾妻交流センター和室
(つくば市吾妻1-10-1)

②並木交流センター和室
(つくば市並木4-2-1)

参加費 無料

主催 子育て休憩室&

子育てほっとステーションオアシス

連絡先 ☎ 029-851-5263

第2・4火曜 すくすく子育て広場

乳幼児とお母様・お父様の交流の場です。時間内であれば、いついらしてもいつ帰られてもOKです。

日時 第2・4火曜 10:00~12:00

場所 つくばスタイル館
(つくば市学園南2-1研究学園駅前公園内)

参加費 無料

主催 すくすく子育て広場

連絡先 ☎ 029-851-5263

第4木曜 オレンジサロン

子どもの時に親との関係がうまくいってなかった、今も心の傷が癒されず悩んでいる方を対象として話し合いの場を設けました。お気軽にお出かけください。

日時 第4木曜 10:00~12:00

場所 会場は非公開のため問合せ時にご案内します。

相談料 無料

相談員 認定NPO法人いばらき子どもの虐待防止ネット
ワークあい

電話 ☎ 029-309-7670

連絡先 ✉ network-i@ams.odn.ne.jp

月曜、水曜、木曜 電話相談オレンジライン

子育てに不安や悩みがある方。子供の頃の虐待などのトラウマや、親との関係でつらい思いをされている方。ご相談ください。

日時 月曜、水曜、木曜 10:00~15:00 祝日、年末年始、お盆は除く。

電話 ☎ 029-309-7670 (電話相談)

相談料 無料

相談員 認定NPO法人いばらき子どもの虐待防止ネット
ワークあい

連絡先 ✉ network-i@ams.odn.ne.jp



[定例活動のお知らせ]

[ボランティアの募集等]

月曜、木曜、第1・3土曜「ゴンタで遊ぼう」in 流星台プレイパーク

どなたでも出入り自由な外遊びの場です。汚れてもいい服、水筒、お弁当があるといいよ！雨天中止。

日時 月曜、木曜、第1・3土曜 10:00~14:00
春・夏・冬休みは特別日程、詳しくはつくば遊ぼう広場の会ホームページからカレンダーへ。

場所 流星台プレイパーク（つくば市流星台59）

参加費 無料

主催 つくば遊ぼう広場の会、他

連絡先 ☎ 090-4067-2633(黒河)



第2・4火曜 シニアサロン ぶらり

シニア同士の友だち作りに、どなたでもどうぞ。

日時 第2・4火曜 13:00~16:00

場所 吾妻交流センター大会議室
（つくば市吾妻1-10-1）

参加費 100円/回 年会費1,200円

主催 シニアサロン ぶらり

連絡先 ☎ 029-851-1880(二木)

第2金曜、第4土曜 おもちゃライブラリーさくらんぼ

障害を持つ子も持たない子も「おもちゃを通して仲良く遊ぶ場」であるとともに「お母さん同士の交流の場」です。おもちゃの貸し出し、修理を行っています。共にボランティアして下さる方も募集。

日時 ①第2金曜 10:00~12:00、13:00~16:00

②第4土曜 10:00~12:00

（月によって日程が変わることがあります、お問い合わせください。）

場所 老人福祉センターとよさと
（つくば市遠東639）

参加費 無料

主催 おもちゃライブラリーさくらんぼ

連絡先 ☎ 029-847-0231 Fax 029-847-0233

☎ tsugemyns@gmail.com

土曜 のうさぎ文庫

のうさぎ文庫では、読み聞かせ、紙芝居、工作、自然観察、昔ながらの遊び等を行っています。本を借りる方は一家族200円の入会費が必要。

日時 土曜 10:00~12:00

場所 のうさぎ文庫（つくば市上広岡460-54）

主催 ☎ 070-3245-3014

連絡先 ☎ nousagibbu@yahoo.co.jp

こどもとのふれあいボランティア募集

毎月1回開催される通所児童の保護者の会（わたぼうし会）の開催中、通所児童と遊んでくださる方を募集しています。資格、経験は不問です。子供が好きな方や、子育てがひと段落した方など、お待ちしております。

日時 第4火曜 12:20頃~13:00頃まで

場所 つくば市福祉支援センターさくら
（つくば市梅園1-2-1）

問合せ わたぼうし会 ボランティア係
（担当 松田、石井）

連絡先 ☎ tanpopovolunteer@yahoo.co.jp

その他 ボランティア活動保険に要加入（当会にて費用負担）。お茶を支給いたします。

小田小交流プラザ・ご利用案内

小田小交流プラザは小田の魅力的なヒト・モノ・コトと訪れる人をつなげ、つい立ち寄りたくなる場となること目指しています。①登録団体・個人への教室・運動場の貸出 ②登山客・サイクリストが立ち寄る補給所・休憩所として教室の開放 ③玄関ラウンジの開放 ④地域での交流イベント等の開催 ⑤小田のおみやげの提供などを行っています。教室等の貸出のご予約待っています。

日時 土曜、日曜 10:00~17:00

場所 小田小交流プラザ（茨城県つくば市小田3107）

負担金 利用登録料(初回のみ：個人500円、団体1,000円)

①生活科室・家庭科室（全体利用）

地域の方：500円/1時間

その他（一般）：1,000円/1時間

②運動場

地域の方：2,000円/半日、3,000円/1日

その他（一般）：3,000円/半日、6,000円/1日

③拠点貸切

地域の方：15,000円/1日

その他（一般）：20,000円/1日

管理 小田地域まちづくり振興会

問合せ ☎ 029-811-6154（土曜、日曜 10:00~17:00）

☎ oda.shinkou@gmail.com

その他 詳しくはHP <https://www.odashou.com>

放課後の遊びのボランティア募集

室内や近隣の公園で子どもたちと一緒に遊んでくれる方。日程等はお問い合わせください。

日時 放課後から19時ころまでのご希望時間

場所 NPO法人居場所サポートクラブ ロベ
（つくば市島名2298X-STAGE 1F 006）

交通費 規定により支給

問合せ NPO法人居場所サポートクラブ ロベ

☎ 029-886-9318 ☎ info@robe-npo.org



[ボランティアの募集等]

お出かけサポート・

相談ボランティア募集

要支援・要介護者の在宅での相談を聞いたり、可能な範囲で外出のサポートを行っています。現在は病院でリハビリ医療に従事している医師や療養士らが中心となっていますが、資格の有無は問いません。

日時 適宜（主に土日）
場所 つくば市近隣
問合せ 和い和い（わいわい）リハビリサポート
✉ waiwaiodekake@yahoo.co.jp（武臣）

宍塚の自然と歴史の会 会員募集

貴重な里山を未来に伝えるため1989年から、林、湿地、谷津田等で保全活動を行い「ユネスコ未来遺産」に選ばれています。

日時 ①保全活動 第2・4日曜 9:00～12:00
②煮炊き手伝い 第4日曜 10:00～13:30 他、
会報などの印刷・発送作業
場所 宍塚の里山 他
問合せ 認定NPO法人 宍塚の自然と歴史の会
✉ shishituka@gmail.com
その他 ホームページ
<http://www.kasumigaura.net/ooike/>

パソコンボランティア募集

パソコンの困りごとをサポートしませんか？

日時 毎月第1・第3土曜
10:00～12:00、13:00～15:00
場所 大穂窓口センター2階つくば市社会福祉協議会
ボランティアセンター会議室（つくば市筑穂1-10-4）
対象 高齢者・障害者でパソコンを使用する方向け
問合せ パソコンボランティアサークル
☎ 090-5751-7492（森）
✉ tsukkuba031@gmail.com

本のリユース!「コミュニティブックシェルフ」

本のリユース促進を目的として、本を譲りたい人と受け取りたい人の間での本の交換ができる本棚を設置しています。読まなくなった本や捨てるには思いが詰まっている…といった書籍があればブックシェルフまでお持ちください。

日時 筑波大学中央図書館の開館時間内
場所 筑波大学中央図書館のエントランス前
（つくば市天王台1-1-1）
ゲートの手前なので、一般の方も利用可能です。
問合せ つくば3Eフォーラム学生委員会
コミュニティブックシェルフ
連絡先 ✉ tsukuba.cbs@gmail.com

マイカー（自動車）で 運転ボランティア募集

バスやタクシーなどの公共交通機関を利用できない方のために車で外出の支援を行っています。利用者さんの増加に対し運転者が足りません。あなたの力をお貸しください。

日時 随時
場所 荖崎高齢者交流センター内
（つくば市下岩崎2068）
参加費 入会金 1,000円
問合せ NPO法人 友の会たすけあい
☎&Fax 029-840-1125
その他 ホームページ
<http://npo-tomonokai@jimdo.com/>



赤ちゃんが学校にやってくる！ スタッフ募集

1歳半までの赤ちゃん連れの親子ゲストと、学校の子どもたちとの交流の場を一緒に作ってみませんか？ 子育ての経験のある方なら老若男女を問わず歓迎します。

日時 随時（夏休みなどの長期休暇、1、2月は授業はありません）
場所 つくば市および近隣市町の小中学校、高等学校
問合せ NPO法人ままとーん
☎ 080-9867-1868、✉ npo@mamatone.org
その他 ホームページ 茨城赤ちゃん学校ネットワーク
<https://akachan-gakko-ibk.wixsite.com/home>

困窮家庭児童生徒の学習支援・送迎・ 食育ボランティア及び支援品の募集

経済的な理由で子どもたちに未来をあきらめさせない無料学習塾で勉強を教えませんか？ 学生一般どなたでも資格は問いません。送迎の手伝いは自家用車のほか貸出も可。子どもたちの食育支援も行います。無償ボランティアです（交通費は規定で支給）

日時 月曜、火曜、木曜 18:30～21:00。送迎はその前後。食育は16:00～20:00（30分程度、前後あり）。土曜昼2時間も応相談。
場所 谷田部地区、竹園地区（送迎は万博地区も）
問合せ NPO法人居場所サポートクラブ ロベ
☎ 029-886-9318 ✉ info@robe-npo.org
支援品 無料塾で使用する辞典、電子辞書、携帯（シムフリー）、パソコン、生活用品、文具、体操服、つくば市中高生の制服等も募集。



[ボランティアの募集等]

たんぽぽクラブ ボランティア募集

たんぽぽクラブは「楽しく自立支援」をモットーに月1回土曜日、おでかけや運動、バザーでの出店等様々な活動を行います。買い物や交通機関利用時のサポートをしたり、一緒に運動したりしませんか。毎週木曜日の19時から打ち合わせを行っています。

日時 月1回土曜日
場所 茨城YMCA会館ホール（つくば市東新井24-7）
問合せ 認定NPO法人茨城YMCA
✉ info@ibarakiymca.org
☎ 029-852-4128(櫻井)

リサイクルプラザ・中央公園 販売スタッフボランティア募集

市民の皆様より無料で提供いただいた衣類・カバン・おもちゃ・学用品・雑貨等の不用品を「再生品」として販売するリサイクル事業を行っています。販売スタッフ募集。

日時 水曜、土曜、日曜 13:00～15:30
場所 中央公園レストハウス（つくば市吾妻2-7-5）
問合せ NPO法人つくばクリエイティブリサイクル
☎ 090-6486-8956



花壇のお世話活動に参加しませんか ボランティア募集

松見公園「いやしの庭」・「さくらそう花壇」・TXつくば駅A5出入口周辺「花とアートのコンテナガーデン」等で花のまちづくり活動をしています。手ぶらで来て大丈夫。

日時 火曜 9:30～11:30（当日参加も可）
場所 松見公園「いやしの庭」
対象 花好きな方、花の世話に関心のある方ならどなたでも。元気なシニア大歓迎（孫連れ可）
問合せ NPO法人つくばアーバンガーデニング「コミュニティガーデン花仲間」
☎ 090-5345-7854
✉ fudebako87@yahoo.co.jp

自然生クラブ 農業ボランティア募集

自然生クラブ農園で、知的ハンディキャップのあるメンバーと一緒に農作業をし、農園を無農薬・有機栽培していくボランティアを募集しています。

日時 月曜～金曜の日中（曜日・時間は応相談）
場所 つくば市白井・神郡の田畑
問合せ NPO法人自然生クラブ
☎&FAX 029-866-2192
✉ jinenjo@dance.ocn.ne.jp
その他 活動の詳細はホームページをご覧ください。

森林整備のボランティア募集

里山の保全と生き物たちの生息場所の草刈りや枝払いのボランティアをお願いします。森林整備の他、調査活動などに関わるボランティアも随時募集しています。

日時 第4日曜9:00～12:00
場所 つくば市さくらの森（元・金田台）
問合せ NPO法人金田台の生態系を守る会
✉ info@kondadaiseitaikei.com

小田城の歴史ボランティアガイド募集

常陸小田城跡の歴史ならびに小田地区の観光のボランティアガイドを、つくば市教育局文化財課とともにを行っています。一緒にボランティアガイドをしてみませんか？

日時 第1水曜 13:30～15:30に定例会
場所 小田城跡歴史ひろば案内所 学習室（つくば市小田2532-2）
参加費 年/1,000円
主催 常陸小田城親衛隊の会
問合せ ☎ 090-1665-6269（岡野）
090-1662-0974（橋本）

昭和の御殿「矢中の杜」 ボランティア募集

国登録有形文化財の昭和の邸宅「矢中の杜」を体感しながら保存しましょう。掃除や簡単な修繕、庭仕事、邸宅公開補助、事務作業などをしていただける方を募集。

日時 土曜 10:00～17:00
第2・4日曜12:00～など
場所 矢中の杜（つくば市北条94-1）
問合せ NPO法人「矢中の杜」の守り人
☎ 090-6303-4531（中村）
✉ yanaka.no.mori@gmail.com
その他 NPO会員になっていただける方も募集（要年会費）

※令和4年7・8月号に市民活動団体紹介やイベント情報等を掲載希望の市民活動団体は、6月1日までに、ご連絡ください。

※つくば市市民活動センターは、ボランティア活動やその他の社会貢献を行っている市民活動団体等の方なら、どなたでもご利用できます。利用方法などご不明な点がございましたら当センターまでお問い合わせください。