

2022  
7・8  
月号

# つくば市民活動センター 広報70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 > 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】

吾妻地区で子ども達とともに  
お祭りを開催し続けて40年

# 吾妻まつり 実行委員会

今年の吾妻まつりは7月17日(日)、中央公園全体を使って開催予定です。当日はたくさんの方が集まって楽しんでくれている一方で、私たち実行委員会のスタッフは安全なお祭りとなるよう、必死で駆け回っています。さながらお客さんは優雅な白鳥、私たちは水面下の脚のようなものです。この脚のフル回転は、準備の段階から始まっています。特に気を付けているのは地域や地域の子供たちとのつながりで、日曜日午前に吾妻小学校の体育館で行う「おばけの森」大道具制作では、児童・生徒からボランティアを募って、実行委員と一緒に活動しています。さらに「手作りいかだ大会」のいかだ制作を行うこともあります。

熱気あふれる  
会議の様子



吾妻地区はつくば駅に近接する場所にある大街区。この地で地域のお祭りを開催しつづけている「吾妻まつり実行委員会」の、井上波彦実行委員長にお話を伺いました。



吾妻まつりは  
楽しい企画が  
たくさん



その他の活動として、「アトラクション」では、小中の部活動などステージパフォーマンスに出演する団体との折衝やプログラムを決定します。「子供お楽しみくじ」では、景品の選定や等級を付けます。「模擬店」では、保護者のお店の販売品目や出店位置、使用機材の電力の調整を行います。「寄付・広報」では、学校や自治会への各種文書の配布や、すべてを寄付で賄う吾妻まつりとしての最重要項目である、各所への協賛のお願いにも回っています。これらを含め、日曜日午後の実行委員会において、当日の運営や進行をイメージしながら、問題点を詰めてゆきます。ここでは各委員の経験や想像力、頭の回転が大きな力になります。

このような各人の熱意が形になるのが吾妻まつりであり、通常皆さんが目にするのは当日の賑わいですが、実際には前後の合わせて3日間、会場にはボランティアの熱意があふれかえっています。とはいえ、余裕のある運営とは全く言えないのが現状であり、この記事をご覧の皆様におかれましては、おしる準備や片付けの状況をこそ見に来て、そのまま吾妻まつりを一緒に作り上げる仲間に加わっていただけますと、大変喜ばしく思います。夏の景色になりましょう！

吾妻まつり実行委員会「子供たちにふるさとの思い出を！」を合言葉に始めた地域のまつりを40年受け継いでいます。4月から約3か月弱、30名ほどのメンバーで7月中旬の開催を目指して準備を進めてゆきます。活動は「おばけの森」の大道具制作のほか、「いかだレース」「子供お楽しみくじ」「アトラクション」「模擬店」の準備など多岐にわたり、学校や地域の企業・事業所等の皆様との調整を密に行い、当日の完全燃焼を目指します。

# 【 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. 市民活動のための助成金講座

市民活動運営団体の運営に必要な助成金を活用していただくため、採択されるポイントや助成金情報などを分かりやすく説明します。定員15名、Zoomでの参加も可能、参加費無料。

日時：7月19日(火)13:30～16:00  
場所：吾妻交流センター大会議室  
(吾妻1-10-1つくばセンタービル4階)  
対象：市内在住・在勤・在学の方  
講師：認定NPO法人茨城NPOセンター commons  
申込：申込書(市ホームページ、市民活動センターに用意)に記入の上、7月12日(火)までにメール、FAX、直接または電話。☎029-855-1171 FAX 029-855-1175 ✉ ctz015@city.tsukuba.lg.jp

## 3. NPO法人設立基本講座

市民活動団体からNPO法人へと移行を考えている方へ、自分たちでNPO法人を設立する前段階として知っておきたい基本的なことを「NPO法人とは」「NPO法人の要件」「NPO法人設立までの流れ」の3つの話題に沿って説明します。先着8名。

日時：8月20日(土)10:00～12:00  
8月23日(火)13:30～15:30  
場所：つくば市市民活動センター  
対象：市内在住・在勤・在学の方  
講師：市民活動センター職員  
申込：住所・氏名・電話番号・メールアドレス、希望日時を記入し、8月15日(月)までにメール、電話(左記)または直接

# 【 イベント情報 】

## 7/16 ほか フィンランド式産後おはなし会

妊娠・子育て中のママ達は孤立してしまいがち。フィンランド式のダイアログ手法「リフレクティング」を使い、より深く自分を理解しながら、安心して気楽におしゃべりできる場です。お気軽にご参加ください。アイラブつくば補助金事業。

日時 ①7月16日(土)14:00～16:00  
②8月20日(土)13:30～15:30

場所 ①YMCAみどりの本館センターぶどうの木  
(つくば市谷田部1562) ②オンラインZOOM

参加費 無料

主催 産後TOMOサポ・ゆーみんのヨガ

連絡先 ✉ yuuminthai@gmail.com

その他 詳細・お申込みは右記のQRコードから  
オンライン開催に変更する場合は、WEBサイト  
や各SNS等でお知らせします。



## 7/24 第42・43回 子育てサロン開催 8/28

子育ての先輩や同じ悩みを持ったママたちと気軽にお話ししましょう。子育て応援サイクル品(乳児～4歳くらいの洋服多数、おもちゃも多少あり)も無料です。毎月第4日曜に開催。

日時 7月24日、8月28日(日)10:00～12:00  
場所 鳩居堂(つくば市高見原2-8-110)  
参加費 無料(出入り自由)  
主催 子育てサロン  
連絡先 ☎ 090-7236-9024(大山)

## 7/24 バッハの森・夏休みの音楽会

音楽会出演：子どもと大人のハンドベル、器楽アンサンブル、声楽アンサンブル、パイプオルガン 工作：木琴(希望者のみ)

日時 7月24日(日)工作14:00~/音楽会14:30～15:20

場所 バッハの森記念奏楽堂  
(つくば市東光台2-7-9)

対象 子ども、大人(保護者)

参加費 子ども(中学生以下)300円、大人 500円  
木琴工作代(希望者のみ)700円

主催 一般財団法人・バッハの森

連絡先 ☎090-5573-1567(別所)

## 7/18 【子育て応援交流会】 ～教えて！皆さんの子育て支援～

子育て支援をしている皆さんが、今、子育てで真ん中のママ、パパ達に寄り添いながら思うこと、活動の課題と感じていること…ワイワイおしゃべりしながら、シェアしましょう。つながる中で解決できること、きっと見つかるはず！

日時 7月18日(月・祝)10:30～12:30

場所 つくば市吾妻交流センター大会議室  
(つくば市吾妻1-10-1)

参加費 無料 申込は右記QRコードから

主催 つくば市子育て支援ネットワーク “かるがも・ねっと”

連絡先 ☎ 090-8051-7451(落合)

✉ karugamonettoevent@gmail.com

その他 事前連絡お願いします(当日参加歓迎)。





# [ 定例活動のお知らせ ]

## 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  
(月によって日程が違ふことがあります、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

## 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



## 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)

## 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 ]

### 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合せを。

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)



### 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 高次脳機能障害者の会・いばらき

連絡先 ☎ 080-5901-9979

(問合せは平日9:00~15:00)

### 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

### 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ガイドを、毎週土曜13:30~15:00(無料・予約不要)つくば市教育局文化財課とともに行っています。一緒にボランティアガイドをしてみませんか?

日時 土曜 13:30~15:00 小田城ガイド  
第1水曜 13:00~15:30 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)

### 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>

## [ ボランティアの募集等 ]

### 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)

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。

### 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。



## [ ボランティアの募集等 ]

### 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

### 穴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 穴塚の里山 他

問合せ 認定NPO法人 穴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 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セルフ」

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セ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セルフ

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、学校の子どもの間で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 第3土曜(変更あり)  
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。手ぶらで来ても大丈夫。

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

## ミシンの出来る方 ボランティア募集

障害者就労支援施設でリバーシブルのトートバックを作っています。ミシン、またはロックミシンが出来る方を募集。当施設またはご自宅でトートバックを作ってくれる方を募集。

日時 月~金曜 9:30~15:30で都合が良い日  
場所 さくら学園(つくば市島名2304)またはご自宅  
問合せ NPO法人さくら学園  
連絡先 ☎029-875-3517(事務鈴木)

## 産後TOMOサポ ボランティア募集

産後TOMOサポは、「孤」育てをなくすために、「困る前につながる」「アドバイスの場」であるフィンランド式【ネウボラ】をつくばに作ることを目的に、活動しています。フィンランド式産後おはなし会のチラシ配布やお子さまサポートのボランティアを募集しています。

日時 随時  
場所 YMCA茨城みどりの本館センター(つくば市谷田部1562)ほか  
問合せ 産後TOMOサポ・ゆーみんのヨガ  
連絡先 yuuminthai@gmail.com  
その他 活動の詳細はホームページをご覧ください。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。

## 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

## 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9・10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、8月8日(月)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。