市民活動やＮＰＯの情報をお届けする山形市市民活動支援センター情報紙

月刊 とぴあす

vol.79
毎月第３木曜日発行
令和５年 10 月 19 日

特集

センター利用登録団体の方必見！

センターの印刷コーナーを使いこなそう！

センター 今月の1枚

10 月の毎週土曜日、18 時から 20 時に「ふらっとふれんず光のパーティー」を開催中です。
手づくりランプシェードや様々な光の演出をしています。霞城セントラル 22 階の山形市市民活動支援センターがキラキラとした空間となっております。
10 月 21 日と 28 日の開催に間に合う方は是非当センターまでお越しください！

山形市市民活動支援センター
スタッフブログ
更新中！

今号の内容

● 特集：センターの印刷コーナーを使いこなそう！
● イベント・講座情報「んーぽ新聞」
センターや、市民活動・ＮＰＯ団体が開催するイベント情報をお届けします！
● とぴあす連載コーナー
市民活動ひとくちコラム「cocotomo」
センター職員のいちおし！ vol.61

山形市市民活動支援センターとは

様々な分野の市民活動やＮＰＯ、ボランティアなど、公益的な活動をしている人、はじめたい人たちを応援する施設です。

ＮＰＯ、市民活動に関する各種相談の他、山形市を中心に活動する非営利活動団体を対象に、会議室、印刷コーナー等を提供しています。
利用対象や利用方法の詳細については当センターまでお問い合わせください。

センター利用登録団体の方必見！

センターの印刷コーナーを使いこなそう！

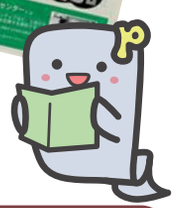
10 月中の土曜日の夜「ふらっとふれんずパーティ」を開催中です。会場には様々な展示がありますが、利用登録団体の方も活用できる設備を使用して作成している物があることをご存知でしたか？今回のとぴあすでは、団体の広報に役立つ印刷コーナーの活用方法をご紹介します。

輪転機で２色のチラシを作ってみよう！

２色輪転機は、黒と赤、青、緑から２色を選んで印刷する印刷機です。読み込んだ印刷物から、輪転機が自動で色を判別してくれます。輪転機での印刷は、普通のカラー印刷とは違った雰囲気が特徴ですので、イベントのお知らせを２色で印刷してみてはいかがでしょうか？

PC からデータを送ることできれいに２色にすることができます。

紙面版とぴあすも
２色輪転機で作成しています。
紙折機もありますので、一味違った広報誌作りにもどうぞ！



大判印刷を使ってみよう！

大判印刷２枚を貼り合わせて作成しました！

当センターには、最大 A1 サイズのロール紙に対応した大判印刷機があります。A2 ～ A1 サイズのポスターの印刷はもちろん、横断幕などの長尺印刷に対応しています。

※大判印刷は通常の印刷と利用要件が異なりますので、
ご希望の方は、一度センターまでお問い合わせください。

各種備品を利用できます

書類や郵送物の作成に必要なのりやホチキスはもちろん、紙を自動で等分に折れる紙折機、ハサミやカッター、A1 サイズの大きさのカッティングマット、１ｍの定規なども使用することができます。

色んな人に見てもらおう！

チラシやポスターは、市民活動情報コーナー「ふらっと」内での配架、掲示が可能です。また、机やパネルを利用しての展示スペースとしても活用できます。霞城セントラルに訪れる様々な年齢層の方が利用するスペースで、団体の情報を告知しませんか？

展示コーナーとしての利用の一例です。

現在開催中の「ふらっとふれんずパーティ」では、展示に使える備品を使用しています。展示について関心のある方も、お気軽にセンターに足をお運びください。

印刷コーナーのご利用には利用登録が必要です

上記で紹介した印刷コーナーは、当センター利用登録団体向けに提供しています。利用登録は山形市で活動するＮＰＯ・市民活動団体を対象とし、その他利用条件がございますので、詳しくはセンターホームページ「利用登録団体になるには」のページをご確認ください。

イベント・講座情報

んーぽ新聞

センターの講座や、センターに登録している市民活動団体の活動など、市民活動・NPO・ボランティア情報をお届けします！

最新情報はセンターウェブサイトをチェック!!

センターからのお知らせ

市民活動団体・ＮＰＯのＩＴサポート（個別相談会）

団体のホームページを作りたい、更新が上手くいかない。活動紹介のため、パワーポイントで資料を作りたい、ＳＮＳで情報を発信したいなど、様々なＩＴ関連のお悩み事をお気軽にご相談ください。団体ごとに５０分間、個別に相談できます。

■日時　２０２３年１０月２８日（土）２９日（日）
　　１１月２日（木）
①１４：００～１４：５０②１５：００～１５：５０
①②各１団体（先着順）
■場所　山形市市民活動支援センター　ミーティングコーナー
　（霞城セントラル２２階）

第２６回哲学カフェ
不要論～わたしのいらないもの～

哲学カフェ、今回のテーマは「不要論～わたしのいらないもの～」。物理的なものに限らず精神的なものでも、皆さんが普段いらないと思っているもの、ありませんか？

■日時　２０２３年１１月８日（水）１４：００～１６：００
■場所　山形市市民活動支援センター　ふらっと
　（霞城セントラル２２階）

◆ＮＰＯ勉強会～ＮＰＯ法人設立編～

これからＮＰＯ法人を設立したい、または活動する中で法人格が必要となったという方を対象とした勉強会です。
※要事前申込

■日時　２０２３年１１月１８日（土）
　１４：３０～１６：３０
■場所　山形市市民活動支援センター
　会議室Ｂ
　（霞城セントラル２２階）
■定員　先着１０名

センター主催の講座・イベント情報の詳細はこちらからご覧いただけます

登録団体からのお知らせ

未来に残していきた生き物たちを描こう！
２０２３年度ＹＡＭＡ－ＭＯＮＯ絵画コンクール

私たちヒトも同じ山形に住む「いきもの」として、自然や動物たちとどのようにかかわっていけるか、考えるきっかけづくりにしてみませんか？

■募集テーマ　みんなにも知ってほしい「私の大好きな山形のいきもの」　※野生の動物種のみ（ペットは除きます）。
■募集期間　２０２３年１０月１日（日）
　～１２月１５日（金）（必着）
■応募資格　山形県在住の方であればどなたでも
　（１団体・１家族／１点）

●連絡先／やまがたヤマネ研究会
　ＹＡＭＡＭＯＮＯ絵画コンクール事務局
℡０８０－９６３６－６０１６
✉yamagata_yamane@ybb.ne.jp

登録団体からのお知らせ

外国人・支援者対象
社会福祉の基礎を学ぼう～高齢者福祉編～

山形に住む外国人の方も高齢化が進み、福祉サービスの利用に際し通訳を要する場面が増えてきました。周囲の外国の方のために、また、自分のためにも、社会福祉の基礎を学びませんか。通訳として活動したい方、関心のある方、お気軽にご参加ください。

■日時　２０２３年１１月５日（日）　１３：３０～１５：３０
■会場　山形県国際交流センター　研修室
　（山形市城南町１－１－１　霞城セントラル２階）
■テーマ　高齢者福祉の基礎（介護保険制度、社会資源等を含む）
■講師　山形市基幹型地域包括支援センターセンター長・保健師　中舘のり子氏
■参加費　５００円（資料代。但しＩＶＹ会員は無料）

●連絡先／認定ＮＰＯ法人ＩＶＹ
℡０９０－２３６５－１２０８（西上（にしがみ））
FAX０２３－６３４－９８８４
✉dzb23053@nifty.com

第６４回　痛みの情報交換会

「私とＲＳＤ（反射性交感神経性ジストロフィー）」と題して、北野美智子さんの話題提供による情報交換会を行います。

■日時　２０２３年１１月１１日（土）１３：３０～１５：００
■場所　山形市市民活動支援センター　高度情報会議室
　（山形市城南町１－１－１　霞城セントラル２３階）

●連絡先／認定ＮＰＯ法人モルヒネ友の会
℡０２３８－２４－３７００
FAX０２３８－２４－３７２７
✉moruhinetomonokai@gmail.com

絆チャレンジ
～タスキをつないで　フルマラソンに挑戦！～

いただいた参加料から全参加者の合計周回数×１０円を社会貢献を趣旨とした団体に寄付するチャリティランです。参加者皆様の元気と熱意をつなぎ、チーム全員で４２．１９５ｋｍを走ります。

■日時　２０２３年１１月１２日（日）１１：３０受付開始
　１２：３０競技開始１６：３０競技終了予定　※雨天決行
■場所　ネッツえがおフィールド（山形市あかねヶ丘陸上競技場）
　（山形市あかねヶ丘２－４－１）
■種目　４２．１９５ｋｍリレーマラソン（４～１０名のチーム）
※チームでの参加となります。事務局でのチーム編成はしません。
■参加料　１人１，０００円（保険料、参加賞等含む）
■申込締切：１１月１日（水）１７時

●連絡先／山形ＴＦＣ事務局
℡０８０－６０３６－２３８７（クラブマネジャー 芦野）
　０７０－２０１６－７６８９（事務局長 冨樫）
✉info_tfc@yamagata-tfc.org

フレイル予防と音楽療法
～講話と実践～

現在の日本は平均寿命が延び、世界トップクラスの超高齢社会を迎えようとしています。これからは「元気に自立した日常生活が送れるように健康寿命を延ばす」ことが大切です。そこでこの度、高齢者の音楽療法の第一人者である藤本禮子先生をお迎えして「フレイル予防と音楽療法」と題し、フレイルにならずに元気な生活を送るにはどうしたらよいか、実践も交えてご講演頂きます。

■日時　２０２３年１１月２２日（水）
　第一部１０：００～１１：３０
　第二部１１：４５～１３：１５
■場所　山形市総合福祉センター　２階　交流ホール
　（山形市城西町２－２－２２）
■参加費　２，０００円　※当日お持ちください。

●連絡先／山形音楽療法研究会　代表　鈴木香織
℡０９０－６４５８－０６８９
✉ko05.haru86@gmail.com

とぴあす 連載コーナー

－市民活動－ **Q&A**

Q．パソコンのソフトを導入したいけど金銭面的に大変です
A．ＮＰＯ法人を対象にした、製品価格や月額料金の割引を受けられるプログラムを活用してみては？

たとえば、ＩＴ企業の社会貢献として提供されている、ツールの導入を支援する「TechSoup」や、デザインツール Canva の有償プランを使用できる「Canva for ＮＰＯ」など、非営利組織を対象にした、ウェブやソフトウェアの導入支援を行うプログラムが数多く提供されています。そのプログラムの多くは非営利での活動を目的とした法人格を持っていることが条件になっていますが、便利なツールを利用しやすくなることもＮＰＯ法人を設立・運営するメリットとも言えるのではないでしょうか。

● このコーナーはこれまでに講座や窓口相談でいただいた質問をピックアップし、内容を一部編集した上で掲載しています。

市民活動ひとくちコラム

ｃｏｃｏｔｏｍｏ
代表　大泉まり　さん

ｃｏｃｏｔｏｍｏは「子育て支援、居場所作り、社会との繋がり」を原点に２０２３年５月から活動を開始しました。山形県の子育てママのニーズに答えるために、決まった拠点を設けず、各市町村で飲食店を間借りし、子連れで楽しめるイベントと合わせた見守りランチ会を月２回程度実施しています。託児ではなく、お母さんの目の届く位置にキッズスペースを作り、お母さんが食事している間、お子さんを見守っています。子育てで孤立しがちなお母さんたちがほっと安心して美味しい食事をゆっくり食べてほしい。そんな想いで活動しています。

今後の「どこでもｃｏｃｏｔｏｍｏ」開催は、１０月２８日、１２月１６日上山市凛音ｃａｆｅ、１２月６日山形市カシェルポポ、１月２７日山形市さんかく舎で行います。是非お気軽に遊びに来てください。

●連絡先／ cocotomo（インスタグラム）
https://www.instagram.com/yamagata_kosodatecafe/

センター職員のいちおし！

スタッフが気になることやおすすめしたいことなどをご紹介します

vol.61

書籍　見て覚える！社会福祉士国試ナビ

編集：いとう総研資格取得支援センター　出版：中央法規出版

厚生労働省は「リスキリング」（新しいことを学ぶ、学び直し）を勧めています。

その一環で、社会福祉士を目指していらっしゃる方がおいでかもしれません。社会福祉士の国試対策の参考書をご案内します。

「何、参考書?!」と思われるでしょうが、それ以外にも使えるんですよ。

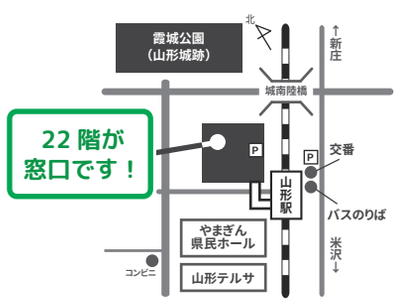
社会福祉士として必要な知識、各制度や社会資源が書かれています。例えば、介護保険、障害者支援、来春施行される「女性支援法」などが図解で説明されています。相談援助等で「使える制度がないかな～」と探す時に便利です。

友人は、この一冊に試験に出そうな重要事項を全部書き込んで覚えました。見事合格！リスキリングいかがでしょうか。（文責：沼澤）

発行：山形市市民活動支援センター
〒990-8580　山形市城南町 1-1-1 霞城セントラル 22・23 階
電　話：023-647-2260　ＦＡＸ：023-647-2261　メール：center@yamagata-npo.jp

・開館時間 / 9 時半～ 21 時
・休館日 / 月曜日、祝日（月曜日が祝日のときは火曜日）、年末年始

★印刷と相談の方は１団体２名、２時間までの駐車券補助があります。
（霞城セントラルパーキング・山形駅東口交通センター駐車場をご利用ください）



編集後記｜**いよいよ 10 月後半、ふらっとふれんずパーティがだんだんハロウィン仕様になる予定です。すでに見に来た方も、まだ来てないという方も、ご来館お待ちしております。（後藤）**

山形市市民活動支援センターだより とぴあす
担当：後藤・田中・川部