あなたの＼地域でやりたい／を一歩前へ

サポートオフィス通信

2026 NOV
vol.73

一般財団法人町田市地域活動サポートオフィス 発行

チラシ作り・仲間探し・資金調達
地域活動のお困りごと、まるごと相談できます
お問い合わせは公式LINEから

特集
「知る」からはじめる
地域活動
はじめの一歩

SO!（サポートオフィス）トピックス
全6回連続講座「まちだづくりカレッジ」
最終報告会でプレゼン発表！

特集
Topics

「知る」からはじめる

地域活動はじめの一歩



「何か地域の役に立ちたいけれど、
強い想いも特別なスキルもない」
「毎日が忙しくて、ボランティアなんて無理かも…」そう思って、
一歩を踏み出せずにいませんか？
はじめから大きな行動を起こす必要はありません。
「活動している人の想いを聞いてみる」
「映画を通して、地域や社会の課題に触れてみる」そんなふうに
「知る」ことも大きな一歩です。
今回の特集では、町田市市民協働フェスティバルまちカフェ！の
企画の中から、おすすめの「知る」企画をご紹介します！

INDEX

次ページではこんな内容をご紹介します！

企画 01 【講演会】
一歩踏み出す勇気～「やってみよう！」
その気持ちがボランティアの始まり

企画 02 【まちカフェ！シネマ】
映画を通じて地域や社会の今を知る

特集
Topics

「知る」からはじめる地域活動
はじめの一歩 おすすめ企画



地域活動において「知る→感じる→動く」は大切なステップ。
まずは、地域や社会の課題、そしてどんな活動や団体があるかを
「知る」ことからはじめてみませんか？
そこで感じた想いを行動に移すことで、
あなたらしい地域とのつながりが見つかるはずです。

ここからは、まちカフェ！の企画の中から、
「知る」きっかけとなる企画をご紹介します。
ぜひご参加いただき、地域活動の一歩を踏み出してみてください。
すでに活動されている方は、まずは自分たちの取り組みや
自分たちが向き合う課題を「知ってもらう」機会をつくっていきましょう。
「地域の活動についてもっと知りたい」
「自分たちの活動を広く知ってもらいたい」
サポートオフィスでは、どちらの立場の方からのご相談も大歓迎です。
どうぞお気軽にお問い合わせください！

CHECK

「町田で部活」

まちだづくり応援基金により立ち上がったサイトで“部活動のように楽しく地域活動”を合言葉に町田のさまざまな地域活動を紹介しています。団体のイベント情報も無料で掲載できます。

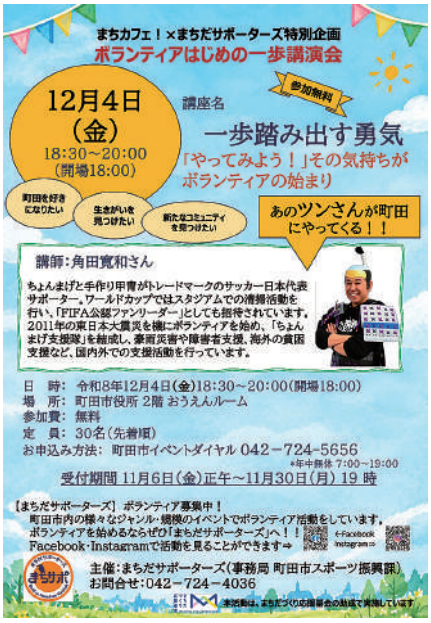
詳しくはこちら

サポートオフィスへの
相談やお問い合わせは
公式LINEから

企画 01

【講演会】一歩踏み出す勇気～「やってみよう！」その気持ちがボランティアの始まり

手づくりの甲冑（かっちゅう）とちょんまげ姿で、サッカーワールドカップのスタジアム清掃を行い、「FIFA公認ファンリーダー」としても活躍する「ちょんまげ隊長ツンさん」こと角田寛和さんをご存知ですか？2011年の東日本大震災をきっかけに活動をスタートし、「ちょんまげ支援隊」を結成。その後も国内外でパワフルに活動を続けています。今回まちカフェ！企画として、まちだサポーターズがツンさんのスペシャル講演会を開催します。活動をされている方の生の声に触れられる絶好の機会です！



- 日　時 12/4（金）18:30～20:00（開場18:00）
- 会　場 町田市庁舎2F市民協働おうえんルーム
- 参加費 無料
- 定　員 30名（先着順）
- お申込み方法 町田市イベントダイヤル 042-724-5656（7:00～19:00）
- お申込み期間 11/6（金）12:00～11/30（月）19:00

講演会参加者には、「まちカフェ！協働ガイドブック」
（まちカフェ！参加団体を紹介している冊子）をプレゼント！
まちカフェ！協働ガイドブックはPDFでもご覧いただけます

INTERVIEW
企画をしたまちだサポーターズ
柴崎さん（左）と清水さん（右）に
インタビューしました



Q 企画への想いを教えてください。

- ツンさんは「ボランティア」で世界に出ていった人。ツンさんの熱い想いを聞くと「ボランティアしたいな」という気持ちが湧いてくるので、多くの方に聞いてもらいたいなと企画しました。
- 被災地のボランティアって大変そう、私にできることはないかなと思っていましたが、ツンさんの話を聞いて「自分にもできるかも」と考えさせてもらいました。

Q アピールポイントを教えてください。

- とにかくわかりやすい！
- 引き出しが多いので、いろいろなボランティアのネタが聞けます。
- ボランティアが楽しいということが伝わると思うので、はじめるきっかけにぜひ！

企画 02

【まちカフェ!シネマ】映画を通じて地域や社会の今を知る

まちカフェ!期間中の企画として4つの上映会が開催されます。今まで知らなかった地域のこと、社会のことについて映画を楽しみながら知ることで、心が動かされ、日常の中での行動や発言にちょっとした変化が生まれるかもしれません。
…まずは面白そうと思った映画をチョイスして上映会に参加してみてください!

PROGRAM 1

「いつか、朝はくる」(上映時間45分)

※上映(45分)後、お話「がん患者家族から寄り添い支援へ」大川裕紀子さん(一般社団法人Heart Care Salon木洩れ日)

- 日　時 11/29(日)14:00~16:30(開場13:40)
- 会　場 町田市民フォーラム3F視聴覚室
- 鑑賞料金 無料
- 主　催 町田とまり木Cafe運営委員会
- 協　力 一般社団法人Heart Care Salon木洩れ日

お申込みはこちら

PROGRAM 2

「水どう宝」(上映時間60分)

- 日　時 12/2(水)(受付14:15~／上映14:35~15:35／終了後シェアタイム16:00終了)
- 会　場 町田市庁舎2F市民協働おうえんルーム
- 鑑賞料金 無料
- 主　催 ゆるっとこども未来まちだ

お申込みはこちら

PROGRAM 3

「ふたりのまま」(上映時間88分)

※上映後、20時~監督と虹色さざんかさんによるメンバートークショー

- 日　時 12/4(金)(開場18:00／上映開始18:30)
- 会　場 町田市民フォーラム3Fホール
- 鑑賞料金 500円
- 主　催 虹色さざんか

お申込みはこちら

PROGRAM 4

「笑いのたね」(上映時間95分)

- 日　時 12/5(土)(開場18:00／上映開始19:00)
- 会　場 町田市民フォーラム3Fホール
- 鑑賞料金 1,000円
- 主　催 like minds

お申込みはこちら

CHECK!!

地域の活動を「知る」場としてまちカフェ!を

町田市市民協働フェスティバルまちカフェ!は2007年からはじまった市民協働フェスティバルで、今年度で20回目を迎え、170以上の市内の活動団体が参加します。地域の活動を「知る」場としてぜひお越しください。



- 期　間 11/28(土)~12/6(日)
- 会　場 11/28(土)10:00~16:00 市庁舎・市民ホールでのオープニングイベント実施
  11/28(土)~12/6(日) 市庁舎(平日一部)や市内各所およびオンラインでイベント実施
- 共　催 まちカフェ!実行委員会(参加団体・ボランティア) 町田市市民部市民協働推進課
- 事務局 町田市地域活動サポートオフィス

まちカフェ!の最新情報はこちら

サポートオフィス SO!トピックス

サポートオフィスから、今あなたに届けたい最新情報を毎号ピックアップ。

全6回連続講座「まちだづくりカレッジ」最終報告会でプレゼン発表!

開催レポートはこちら

5月より開催されていた連続講座まちだづくりカレッジ最終報告会を開催しました。組織づくりコース2団体、ナリワイ起業コース6名がプレゼンテーションを行い、卒業生や参加者から質問や応援のコメントが寄せられました。懇親会では、卒業生同士のコラボ企画や、自主イベントを開催するアイデアなども出て盛り上がり、今後の展開も楽しみです。



▲達成感いっぱい!笑顔の集合写真。

イベント情報
Information

このコーナーでは、これから開催するイベントから
特におすすめをピックアップしてご紹介します。
その他、サポートオフィスが実施するすべてのイベントの詳細は
右記HPよりぜひご覧ください。

実施イベント一覧はこちら

誰でも気軽に立ち寄れる地域活動のつながりの場 まちカフェ!オープンデー

日時 12/10(木)10:00～17:00
会場 町田市庁舎2F市民協働おうえんルーム

サポートオフィスのスタッフが終日おりますので、まちカフェ!以外の地域活動についてのご相談も承ります。特別企画以外は予約不要です。

お申込みはこちら

特別企画 資金獲得連続講座第5弾
申請書の書き方のコツ講座 要予約 時間 13:30～14:30

毎年12月～1月は、次年度から活用できる助成金の公募が複数あります。本講座では、助成金の基本や申請書のコツをお伝えした後、参加者の皆さんで実際の申請書(一部)を作成します。対象とする申請書は、小規模な団体や設立間もない団体でも応募しやすいプログラムを予定しています。実践的に学びたい方の機会として、ぜひご参加ください!

まちカフェ!オープンデーとは

「地域活動団体がいつでも交流し学び合える場」として、市庁舎2階の市民協働おうえんルームにて〈まちカフェ!オープンデー〉を毎月第1木曜日に開催しています(12月は、第1木曜日はまちカフェ!期間中なので、第2木曜日開催)。活動に生かせるスキルを学ぶ講座やイベントに参加したり、団体の定例会の場に使ったりはもちろん、カフェに立ち寄るように気軽にお越しください。



▲市庁舎2Fのおうえんルーム前の看板が目印です


▲7月に開催した特別企画「Let's 協働タイム」の様子

まちカフェ! 20TH 見どころ紹介

いよいよ今月末からスタートするまちカフェ!の見どころや楽しみ方をご紹介します♪ぜひチェックして会場にお越しください。

まちカフェ! 団体PR 動画

まちカフェ!出展団体のおすすめポイントを20秒に凝縮して紹介しています。団体の魅力もわかる動画は要チェックです。

詳しくはこちら

30日前カウントダウン 投稿をチェック

まちカフェ!公式Instagramでは30日前から毎日カウントダウン投稿をしています。フォローやリポスト大歓迎です。

Instagramはこちら

大人気企画! 来場者プレゼントを GET

11/28(土)オープニングイベントでは、緑のアイテムを身に着けた方、「#町田のまちカフェ」とSNSに投稿してくれた方、アンケートに回答した方に、出展団体協賛品をプレゼントします。

地域活動の一歩 おうえんコンシェルジュ

150を超える団体が出展するオープニングイベント。どのブースに行くか迷ったら、あなたにぴったりの団体をご紹介するブース「魔女の館」や総合受付、コンシェルジュデスクをご活用ください。興味関心をお伺いし、お勧めのブースをご紹介します。

スタッフが日々の生活や仕事の中で見た、聞いた、感じたことを読者の皆さんにちょこっとシェアします。

過去のバックナンバーも右記のHPからご覧いただけます。

サポートオフィススタッフ Note No.16



大谷光雄

サポートオフィスのボランティアスタッフです。演劇鑑賞会、文化協会、町内会など地域活動をしています。

あの日あの時のまちカフェ!

まちカフェ!が、まだ市民フォーラムを会場にしていた頃のことです。せっかく「まちカフェ!」という名前がついているのだから、コーヒーとかお茶とかを飲みながら、少しのビスケットなども用意して、ゆっくり語り合える場をつくろうよ、そんな発想から始まった企画が思い出です。4～5人のグループに分かれ、まず、みんなで話したいテーマを出し合い、最も賛同の多かったテーマについて、進行役の問いかけをきっかけに、それぞれの考えや思いを自由に語り合うという方法です。自分の考えを整理できただけでなく、他の人の思いにも気軽に耳を傾けることができ、心が通い合うような、とても豊かなひとときでした。人と人が出会い、お互いを知り、思いを分かち合う。あの時の小さな試みは、私の「まちカフェ!の魅力」を確固とした大切な思い出になっています。


▲2012年のまちカフェ!で実施した企画の様子。

町田市地域活動サポートオフィスでは、地域活動に関する悩みや相談を受け付けています。電話やメール、または直接来所して相談することができます。

町田市地域活動サポートオフィス
MAIL info@machida-support.or.jp
TEL 042-785-4871
月～金 午前9時から午後6時(毎月第三水曜日は午後5時まで)
〒194-0013 東京都町田市原町田4丁目9-8 町田市民フォーラム4階

最新情報はHPや各種SNSでも発信しております。
友だち登録募集中
https://machida-support.or.jp

公式HPはこちら