



ふくさぽねっと！

☆しものせき市民活動センターであなたの活動を広めませんか☆

この度センターでは4月より、「自分たちの活動をもっと知ってほしい」、「新しい仲間を増やしたい」…そんな団体のみなさまへ、多目的スペースの一部を登録団体専用**毎週土曜日（終日）**開放します。
名付けて『**チャレンジワークショップ “ツドリーナ”**』会場使用料は無料です。

〈目的〉

市民のみなさまに団体の活動を知っていただくための“活動紹介の場”として開催。

〈例〉

- ・体験や物づくりなどのワークショップ
- ・活動紹介 など

ぜひ新しいファンを増やすための時間としてご活用ください。

〈お願い〉

- ① 会のミーティング等にはご使用いただけません。
- ② 営利目的での使用はできません。
- ③ 参加費を徴収してのご利用はできません。
※ただし材料費等での徴収は構いません。
センターにご相談ください。
- ④ 予約制となっておりますので、希望する日時をセンターまでお知らせください。継続的な使用もできます。

名称通り登録団体の皆様と、市民の方々が「集う」場所にしたいと思っています。
是非、皆様の活動を広く広報する場所として『**ツドリーナ**』をご利用ください。



● 法人設立・法人化を検討している方のための 法人「粗づかみ」勉強会 ●

参加 無料

日時 5月24日（日）14：00～16：00

会場 しものせき市民活動センター



【講師】伊藤 彰 氏

- ・やまぐち県民活動支援センター センター長
- ・特定非営利活動法人やまぐち県民ネット 21 理事

〈内容〉

法人化を検討する際、複数ある法人制度のどれが自分に適しているのか迷いがちです。本講座は、いくつかの法人格を比較してその概要を「粗づかみ」できることを目指して開催します。

〔プロフィール〕

1974年生まれ。山口県のNPO法人公式相談窓口である「やまぐち県民活動支援センター」で2004年から勤務。NPO法人相談担当を経て、今に至るまでNPOの設立や運営に関する助言や支援に携わっている。現在はセンター長で、全国NPO事務支援カンファレンス認定講師を務めている。

【休館のお知らせ】

3月15日（日）は定期清掃のため、終日休館とさせていただきます。ご利用のみなさまには大変ご迷惑をおかけしますが、ご了承くださいませようお願い申し上げます。

しものせき市民活動センター ふくふくサポートフラップ

下関市竹崎町四丁目4番2号 ヴェルタワー下関2階

URL <https://fukusapo.net> / MAIL info@fukusapo.net

TEL 083-231-1826

FAX 083-232-1881





国際交流会

～日本文化体験～

1月18日(日)、梅光学院大学のインターンシップ実習生と共に企画した「日本文化体験」をテーマとした国際交流会を開催しました。当日はアメリカ、インドネシア、バングラデシュ、ベトナム、中国など多国籍な参加者が集まりました。まずは「カナダ友好協会」仲愼太郎先生によるアイスブレイクで初対面の緊張をほぐしました。続く「餅つき体験」では、初めて杵を持つ参加者も、コツを掴むと



餅つきの様子

力強い音を響かせ、つきたてのお餅を丸めて味わうひときは「おいしい」と喜びの声が溢れる大好評のプログラムとなりました。また、願いを込めた「紙絵馬づくり」でそれぞれの願いを共有し合う時間となり、又けん玉や千本引きなどの「日本の遊び」コーナーでは、国籍を問わず童心に帰って盛り上がりました。午後からは書道家・木原流水先生による書道パフォーマンスがおこなわれ、力強い筆さばきに、会場全体が静まり返り、その美しさに感激する参加者の姿が印象的でした。最後は自由な交流タイムを楽しみ、互いの文化を尊重し合う温かなひとときとなりました。

書道パフォーマンス



福笑い



参加者が寄せ書き後、センターに飾っています →

市民活動のための助成金セミナーを開催しました！

2月7日(土)に、公益財団法人山口きらめき財団 助成金担当主任の森永小波氏を講師に迎え、市民活動のための助成金セミナー「はじめての助成金申請書づくりー市民活動の想いをかたちにするためにー」を開催しました。

助成金の申請を考えている団体に対し、「どうして助成金が必要ですか？」について、○×形式での解説を交えながら、助成金の見つけ方、申請書の書き方、必要書類の揃え方、相談窓口の紹介などを具体的に、一つひとつ丁寧に教えていただきました。



▲ 森永氏



▲ 岡氏

また今回は、講師の財団の助成事業である「きらめき活動助成事業」の他に、県内の青少年の健全育成事業を助成対象とする、公益財団法人河村芳邦記念青少年育成財団の常務理事兼事務局長 岡孝則氏と一般財団法人愛山青少年活動推進財団の事務局長 古川安代氏に、それぞれの助成事業について、対象となる事業を分かりやすくご説明いただきました。



▲ 古川氏

参加者からは、「大いに参考になった」「助成金に対する理解が深まった」「申請書を書くポイントがわかった」などの他に、「助成財団の担当者から直接話を聞くことができとても良かった」という声が多くあり、大変有意義なセミナーとなりました。



登録団体さん
による

リレーコラム

「NPO 法人ヒューマンネット 21 下関」
代表 井上 隆純氏

vol.36



生きる喜びを創造するアクティブシニアの実現を目指して。

長寿化が進む日本では人生100年時代の到来が叫ばれて久しいのですが、健康寿命を維持して長寿人生を生き抜くモデルが確立されていません。大手広告会社の博報堂が近年、実施している「人生100年時代にあなたは何歳まで生きてみたいですか？」という国際的な調査の結果ではアメリカやヨーロッパの国々に比べ長生きしたいと思っている日本人の数値が極端に低いことが気になります。(日本26%、アメリカ69%、中国82%) その理由として長生きしてもこれから大変だからとか、周りに迷惑をかけるからと言った理由が目立ちます。かつて石原慎太郎は「老いてこそ人生」という書物の中で、「人生という劇場の最後の幕をたっぷり味わうためには人生の経験を重ねてきた人間としての意識を構えて、老いをしっかり見つめて味わうことだ」と思う。自分自身の老いていく人生ほど実は味わい深く、前後左右を眺めれば眺めるほど面白く、味わい深いものはない」と言っています。諸々の縁によって人間としての命を賜り、かけがえのない1回限りの人生を生きている私たちは、命の縁が続く限り自分の為にも家族や地域のためにも精一杯、生き抜いていく気力が必要だと思います。

NPO法人ヒューマンネット21下関では、社会的に孤立・孤独・不安・



Zoom会議の様子



発揮会の交流会

退屈を感じている熟年者が、生き甲斐を持って充実・安心・繋がりを実現し、生きる喜びを創り続ける人生の実現を目指した活動に取り組んでいます。毎月1回の街づくりをテーマにした勉強会「発揮会」の開催や、オンラインでのズーム会議、有志によるしいたけ栽培等に取り組んでいます。2026年からは本格的な熟年者向けオンライン講座とサロン運営に取り組む予定です。生きる喜びを創り続けるアクティブシニアに興味と関心のある方はぜひご参加ください。心からお待ちしております。

☆次号へのバトン☆

「高齢社会をよくする下関女性の会 (ホーモイ)」



代表 田中 隆子氏

「NPO 法人ヒューマン
ネット 21 下関」
代表 井上様のご紹介

市民福祉講座をはじめ高齢化社会を元気に明るくする活動をずっと以前から地道に続けておられ、頭が下がる思いです。

次回の掲載 お楽しみに！



◆◆ 令和8年度 ◆◆

ロッカー・付属設備（メールボックス・パネル・ピクチャーレール）申請のご案内

現在ご利用いただいているロッカー・付属設備の使用期間が、**3月末で終了**となります。使用中の団体、新規で利用する団体は4月以降の手続きをお願いします。

3月1日（日）から電話での申込み受付となります。

申込終了後、**必ず3月末**までに申請に来られてください。

※ロッカー等、数に限りがございます。申込順となりますのでご注意ください。

・ロッカー（大）	210円 / 月
・ロッカー（小）	100円 / 月
・メールボックス	無料
・パネル	無料
・ピクチャーレール	無料



◆ 令和7年度 活動報告書 提出のお願い ◆

登録団体のみなさまには毎年、活動報告書の提出をお願いしております。

団体の会計年度終了後2か月以内に必ずご提出ください。

提出方法はメール・ファックス・郵送・窓口
に直接、いずれの方法でも結構です。

活動報告書の様式は、センターのホームページから入手できますが、会の決算報告書などに掲載の活動報告や独自のものでも構いません。

*** 3年間続けて活動報告書を提出されない団体は、登録抹消となりますのでご注意ください。**



令和8年度 下関市市民活動支援補助金

【対象となる活動】市内において、公益的事業（活動の効果が市民全体にも広く及ぶ事業）を継続して実施している又はこれから実施しようとする市民活動団体が行う活動。

- 【補助金の種類】
- ① 団体立ち上げ支援（設立から3年未満の団体の活動を支援）
 - ② イベント事業支援（記念事業やイベント事業の開催を支援）
 - ③ 団体基盤強化支援（備品購入を支援）

【募集期間】令和8年4月1日（水）～4月30日（木）当日消印有効

【お問い合わせ先】下関市市民部まちづくり政策課 電話：083-231-1261

【その他】3月下旬に募集案内を市のホームページに掲載する予定です。

申請方法や、交付対象となる事業、経費等について、ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。



「ふくさぼねっと！5月号」の同封チラシの締め切りは4月15日（水）です。