

# ざまっと通信

# 62

～つながろう★さぽせんオンステージ～

催し

## 登録団体パフォーマンス

と き：2024年 **4月27日** **土** 開演 **13:00** (開場 12:30)

ところ：ハーモニーホール座間 小ホール

主 催：座間市・座間市民活動サポートセンター

入場自由  
(無料)

座間市民活動サポートセンター登録団体が、日頃の活動の発表を行います。当日はマジックやギター演奏、合唱などをぜひお楽しみください。



### 出演団体・演目紹介

- ❖ かながわ我楽多一座 . . . . .マジック
- ❖ 座間クラシックギタークラブ . . . . .ギターアンサンブル
- ❖ シルバーコーラス・スマイル . . . . .混声合唱
- ❖ ポストウレ・デ・ボス (ボイストレーニング講座) . . . . .歌唱
- ❖ 要約筆記と手話 ひまわり会 . . . . .手話コーラス
- ❖ すおな一れ . . . . .混声合唱

## 第4弾

## 「聴く力を育てよう」講座開催

と き：2023年11月25日（土）・12月2日（土）全2回 10：00～12：00

ところ：座間市民活動サポートセンター

参加者：8人（1回目7人・2回目6人）

講 師：傾聴を学び・実践する会（ラポールの会）



今回は2回にわたっての講座を行いました。1回目では参加者が2人1組になって「聴き手」と「話し手」を役割交代しながら体験。「聴き手」次第で「話し手」の話しやすさが大いに変わることを体感しました。

2回目は3人1組で傾聴の実践。一人が「観察者」となり、チェック表を記入しながら「聴き手」の傾聴技法を確認しました。最後のふり返りでは傾聴講座を体験してみた感想を発表し合いました。

### 参加者の声

- 共感をもって話を聞く事はむずかしい。積極的に相手の話を聞く努力が必要と思った。
- 参考になった。これからの生活に取り入れて少しでも平穏な暮らしをしていきたい。

## 第5弾

## 「理学療法士と学ぶ 健康教室」講座開催

と き：2023年12月16日（土）10：00～12：00

参加者：13人

ところ：座間市民活動サポートセンター

講 師：MKフィットネス



理学療法士・食育健康アドバイザーである「MKフィットネス」から、糖尿病と骨粗しょう症について教えていただきました。前半では、糖尿病とはどのような病気なのか、また食事と運動についての講義のあとに予防運動を行いました。

後半では骨粗しょう症になりやすい要因を学び、運動面からの予防を目指し転倒しないからだづくりを体験。参加者の皆さんは熱心に講義を受けていました。

### 参加者の声

- 参考になった。運動療法、実演がよかった。
- 体調、体のゆがみ、不調等の質問ができて心強かった。
- 糖尿病も骨粗しょう症も早期発見と運動・食事に気をつけて過ごすことが大切と思った。





## 報告

# ～市民活動を語り合おう！～ 団体交流会 開催

と き：2024年1月27日（土）10：00～12：00  
ところ：座間市民活動サポートセンター  
参加者：8団体 15人

座間市で活動している者同士、抱えている悩みや課題を語り合う場として、「団体交流会」を開催しました。はじめに各団体の紹介をしていただき、参加者の皆さんから団体運営をするにあたり様々な思いやこれからの展望なども話していただきました。

質問タイムのあとは3つに分かれてのグループトーク。和気あいあいと話も弾み、新たなコラボレーションのお話もあり、有意義な交流会となりました。



### 参加団体

- ◆アートステージ ◆クラシックギターアンサンブル ピアチエーレ
- ◆座間安全・安心推進会 ◆座間子育て応援プロジェクト！
- ◆特定非営利活動法人 ざま災害ボランティアネットワーク
- ◆ふるさとフォーラム座間 ◆マイマビリィ ◆レインボーキャリア会

## 報告

# テレビ朝日元アナウンサーに学ぶ 「好感を持たれる話し方」講座開催

と き：2024年2月17日（土）13：30～15：30  
ところ：ハーモニーホール座間2F 大会議室  
参加者：54人  
講師：テレビ朝日アスク シニアマネージャー 藤井 暁氏



満員御礼の会場は熱気に包まれました。講師は今回で2回目の藤井暁氏。アナウンサー時代の裏話や楽しいエピソードも踏まえての分かりやすい講義に、参加者はあっという間に引き込まれていきました。

腹式呼吸や活舌を良くするセリフを全員で練習。即実践できる話も多く、大変勉強になりました。笑い声が溢れ、終始大盛り上がりの講座となりました。

### 参加者の声

- 人を引きつける話術・話題の楽しさ。あっという間の2時間だった。
- アナウンサーの方の裏話や楽しいエピソードも交えつつわかりやすく、楽しく学ぶことができ大変良かった。

# 事務局からのお知らせ

登録団体の皆さまへ

令和6年度

## 「学びのフリースペース」で 講座開催してみませんか

「学びのフリースペース」では、登録団体が講師となり、市民に向けて講座を行います。団体の、今までの活動を通して培った知識や技術を市民にお伝えしませんか？昨年度は5団体が講座を開催しました。団体のスキルアップにも繋がります。ぜひご応募ください。



2ページに  
報告記事が  
あります

サポートセンター登録数・利用者数

2024年2月29日現在

|               |   |        |
|---------------|---|--------|
| 登録団体数         | : | 174 団体 |
| サイト「ざまっと」利用団体 | : | 136 団体 |
| 利用者数累計        | : | 4574 人 |

(2023年4月から)

## サポートセンターに登録しよう！

サポートセンターでは、市民活動団体の新規団体登録を随時受け付けています。団体登録申請書は、サポートセンターの他、一部公共施設で入手できます。また、情報サイト「ざまっと」からもダウンロードできます。

## 就任のご挨拶

ざま市民活動応援広場  
理事長 増茂 邦雄



世界的な気候変動による災害が現実のものとなり、さらに日本においては少子高齢化が進み、まさに社会課題山積の状況です。社会のあり様が変わり市民活動の重要性がますます増えています。「地球規模で考え、足元から行動せよ」という言葉もあります。一人一人が身近なところから活動することが大事なことだと思います。市民活動団体の代表として長らく座間市民活動サポートセンターの運営に携わってまいりましたが急に理事長職を引き受けることとなり重責に身の引き締まる思いです。たくさんの人々の力を結集できるよう努めたいと考えています。

座間市民活動サポートセンター  
センター長 黒沢 輝明



私自身、コロナ禍で始まった座間市民活動サポートセンター勤務ですが、早、3年が経ちました。この間、様々に行動制限があった中、当センターの利用にも大変ご不便をおかけしました。今ようやくの制限緩和で、皆さんの市民活動も活発となって当センターにもいよいよ活気が戻ってきました。そうした中で、このほどセンター長の重任を任されることとなりました。これからも一期一会の思いで皆さんと触れ合いながら、身近な座間市民活動サポートセンターとして親しまれるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

編集・発行

座間市民活動サポートセンター(運営：ざま市民活動応援広場)

開館時間 9:00~17:00

休館日 火曜日、国民の祝日に関する法律に規定する休日、12月29日~翌年1月3日

〒252-8566 神奈川県座間市緑ヶ丘 1-1-1 ふれあい会館 1階(ざまコミュニティプラザ)

TEL : 046-255-0201

E-mail : ss-zama@feel.ocn.ne.jp

FAX : 046-255-3243

HP : <https://zamat.genki365.net/>



情報サイト「ざまっと」へ▶