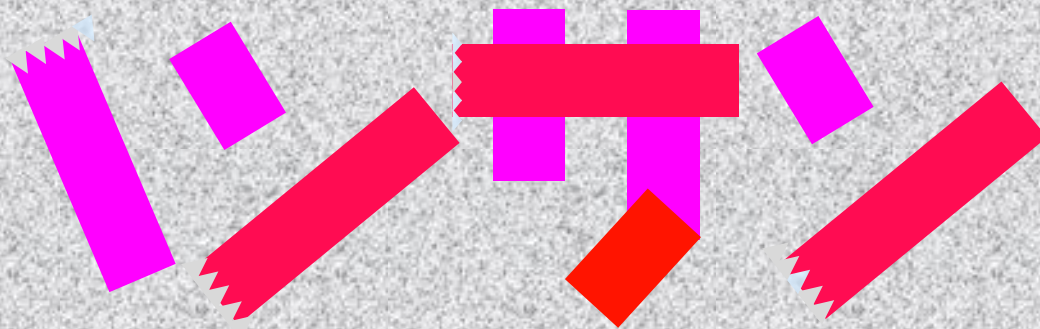


Hot and New South Akita Npo



8

August  
2018  
Vol.134



### ◆表紙の紹介◆「ゆざわ未来づくり学校 2018」

7月29日(日)に湯沢市雄勝スポーツセンターにて、こまちハート・オブ・ゴールドが「ゆざわ未来づくり学校2018」を開催しました。3回目の今年は、秋田で夢を叶えて就職・起業した方々を迎えて、それぞれの講師から経験談を聞いたり、仕事体験などを行いました。

### ◆目次◆

- P2 わくわくげんき 美姿勢トレーニング@秋田
- P3 活動ウォッチング 助成表彰、避難者支援事業
- P4~5 助成金・イベント情報
- P6 災害関連用語を知ろう





# わくわくげんき

Vol.4

横手市で、地域課題をビジネスの手法を用いて解決する事業「コミュニティビジネス」を行っている、「美姿勢トナーニング@秋田」の後藤明代さんにお聴きました。



左から諸越知美さん、後藤明代さん、佐藤理湖さん



## 「美姿勢トナーニング@秋田」をはじめたきっかけは、何ですか？

音楽講師時代に中高年向けのトレーニングを教えた経験から、身体のしくみについて向き合い、本格的に美姿勢トナーニング(トナーニング=整える)を学び教室を開きました。「活動をする上で、自分自身で実践して伝えることを大切にしています。相手にトレーニングの効果を実感してもらった時、活動を始めて良かったと思っています。」と語ってくれました。(諸越知美)

## 今後の目標は、どんなものにしていきたいですか。

今後は、美姿勢トナーニングをたくさんの女性に伝えられることを目標に日々精進していくそうです。この活動をするようになってからは、自分がこだわっていたことの小ささに気づき、思いこみに縛られることもなくなったと語っていました。(佐藤理湖)

### 「美姿勢トナーニング@秋田」連絡先

後藤明代 TEL : 090-2797-4542

Mail : bisisei.akita@gmail.com

### ◆美姿勢トナーニング◆

「立つ・座る・呼吸する」の日常の動作を見直すことで、女性らしく美しい姿勢と体形、健康を手に入れる方法です。



## 取材して感じたこと

今回の体験をして、一番始めに思ったことが後藤さんの綺麗さでした。背筋がピンとしていて、スタイルもよくビックリしました。私は、よく猫背と言われることが多く姿勢に悩んでいたもので、もっと早く美姿勢トナーニングを知っていたらよかったですなと思いました。

(佐藤理湖)



実際にトレーニングを受けさせて頂いたが、見違える程姿勢が良くなり、体の奥深くの筋肉が鍛えられる感覚がありました。また、優しく丁寧な分かりやすい指導で、非常に楽しくリラックスすることができました。これからもっと美姿勢トナーニングが、年齢を問わず多くの女性に広まってほしいと思いました。(諸越知美)





## ニッセイ財団「児童・少年の健全育成助成」「生き生きシニア活動顕彰」 本年度贈呈式が行われました。

ニッセイ財団は昭和 54 年から毎年、未来を担う子供たちが、心ゆたかに成長することをめざした児童・少年の健全育成活動や元気で活力に満ちた高齢者の地域貢献活動に取り組む民間の団体・グループに助成金を贈っています。

秋田県では、これまで県内 215 団体に助成金が送られています。

7 月 19 日に本年度の助成金が贈られた県内の団体は次の通りです。

### 『児童・少年の健全育成』

- ・寺内ライジングサンドッジボールクラブ（秋田市）
- ・大住卓球スポーツ少年団（秋田市）
- ・仁賀保剣道スポーツ少年団（にかほ市）
- ・人形劇団おむすび座（秋田市）
- ・あさひこども食堂（横手市）

### 『生き生きシニア活動』

- ・ハーモニカアンサンブル「ひまわりの会」（秋田市）
- ・忠義な猫の会（横手市）
- ・金井・上坂部集落（横手市）
- ・若畑部落会（湯沢市）
- ・白欠自治会（鹿角市）
- ・三ツ方森町内会（由利本荘市）



表彰式の様子  
（写真提供：  
「忠義な猫の会」）

## 「たてやまトレッキング体験ツアー」が開催されました！

避難者支援秋田県南連絡協議会主催、東日本大震災被災者支援事業「たてやまトレッキング体験ツアー」が 8 月 4 日（土）に開催されました。

観光案内人による歴史紹介などを受けながら、院内館山を 2 時間ほどかけて散策しました。小学生の元気な声と爽やか風の中で、県南地域で避難生活された後に福島県へ帰還された方との交流を深めました。散策後は、現在の福島の様子についての情報交流会を行いました。福島では、かなり生活が落ち着き始めていること、年月を経過しての学校生活での変化があるなどを話していただきました。秋田での避難生活を不安なく過ごせたことが、今も秋田と関わりあえることがうれしいとも語ってもらえ、支援側の皆さんも笑顔で応えているのが印象的でした。



たてやま遊歩道を NPO おがちふるさと学校の皆さんのガイドを受けながら散策する様子



焼きたてのピザを食べながらの情報交換

## ◆助成金情報◆

住民同士の支え合いによる除排雪活動を支援します。

～除排雪団体設立助成事業費補助金の募集案内～

秋田県では、地域住民を主体として高齢者世帯等の除排雪活動に取り組む団体の設立に要する経費に対して、補助金を交付します。

募集期間：平成 30 年 7 月 2 日（月）から随時受付中

※ 選定された団体数が補助予定団体数に達した時点で募集の締め切りとなります。

補助対象団体：

平成 30 年度中（予定を含む）に高齢者世帯等の除排雪に取り組むため、地域住民を主体として設立した団体

補助対象事業：

- 除排雪に関する地域課題を解決するため、団体を設立し、支援活動に取り組むもの。
- 事業に実現性と継続性があるもの。
- 団体の代表者との連絡体制が確保されているほか、各種の説明会および審査会等に参加できる体制であるもの。

補助上限額等：

補助上限額：10 万円

補助率：10 分の 10

補助予定団体：10 団体

補助対象期間：

補助金の交付決定日から平成 31 年 3 月 29 日（金）

補助対象経費：

経費区分	対象経費
賃金	設立に係る事務作業等の賃金
報償費	講師、各分野専門家等への謝金
旅費	団体の構成員、講師等への交通費、宿泊費
需用費	消耗品費（3 万円未満の物品）、燃料費、食糧費、印刷製本費等
薬務費	通信運搬費、広告料、保険料等
使用料及び貸借料	会場借り上げ料等
物品購入費	3 万円以上の物品 （除雪機械の取得に係る経費および除雪用のトラクターのアタッチメントを含む）
その他	上記以外に必要と認められた経費

提出書類：

- 応募書（様式は県の HP からダウンロードできます。）
- 団体の規約その他の規定
- その他、事業の取組内容が分かる参考資料等

問い合わせ・提出先：

〒010-8570 秋田市山王4-1-1  
秋田県生活環境部 県民生活課 安全安心まちづくり班





## ◆助成金・イベント情報◆

### JM 基金

「JM 基金」では、子どもの心と体の健やかな成長を願い、こども社会に格差ない「平等の機会」を支援することを目的とされ、子どもたちに無料で食事の提供をしている団体・個人に対しての活動の支援を行う。

申込み期限：平成 30 年 8 月 31 日（金）

助成金額：1 団体 30 万円以内

詳細：<http://kosuikyo.com/>

問合せ先：（公益）公益推進協会 JM 基金事務局

TEL：03-5405-1814



### 平成 30 年度ボランティア活動助成

高齢者、障がい児者、子どもへの支援活動及びその他、社会的意義の高いボランティア活動および、雨・台風による大規模自然災害の災害支援活動に助成します。

応募締切：平成 30 年 9 月 15 日（土）

助成金額：1 団体上限額 30 万円（総額 4,500 万円）

<http://www.daiwa-grp.jp/dsf/grant/outline.html>

連絡先：（公財）大和証券福祉財団 事務局

TEL：03-5555-4640



### 平成 31 年度 花博自然環境助成 調査研究・行事・復興活動支援助成事業

国際花と緑の博覧会の「自然と人間との共生」という理念の継承発展または普及啓発に資する事業であって、生命の象徴としての「花と緑」に関連する広汎な分野において、科学技術または文化の発展または交流に寄与するものを対象。

申込み期限：平成 30 年 9 月 14 日（金）

検索項目：花博自然環境助成

問合せ先：（公益）国際花と緑の博覧会記念協会

TEL：06-6915-4516



### 見える！分かる！

#### グラフィック・レコーディング体験講座

フラットな話し合いの場をつくりたい。まとまらない会議を変えたい。などと考えている方への講座です。お子さん連れの方も参加可能です。

実践したくなる実践編：平成 30 年 8 月 25 日（土）

13：00～17：00

詳細：facebook「Akita Graphic Recorders」で検索

連絡先：秋田グラフィック・レコーダーズ

TEL：090-3782-4982（担当：平元）



### 第 16 回 読売福祉文化賞

読売新聞社と読売光と愛の事業団は、新しい時代にふさわしい福祉活動に取り組んでいる団体などを顕彰する「第 16 回読売福祉文化賞」(後援＝厚生労働省ほか)の受賞候補を募集。

①一般部門：3 件（トロフィーと活動支援金各 100 万円）

②高齢者福祉部門：3 件（同上）

締切：平成 30 年 9 月 30 日（日）

検索項目：第 16 回 読売福祉文化賞

連絡先：社会福祉法人 読売光と愛の事業団

「福祉文化賞」係

TEL 03-3217-3473



### 湯沢市男女共同参画・市民大学講座開催

市民大学講座では、さまざまな意見や価値観を共有し、理解を深めるカードゲーム（思考の防災訓練）「クロスロード」を体験できます。

開催日程：平成 30 年 9 月 19 日（水）10：00～11：30

会場：湯沢市勤労青少年ホーム 2 階

対象：湯沢市民大学受講者及び一般市民

参加費：無料

問合せ先：湯沢市役所共同事業推進課

協働のまちづくり班

TEL：0183-55-8249



### 平成 30 年度花王・みんなの森づくり活動助成

緑豊かな環境を次の世代の子どもたちに引き継ぎ、緑との触れ合いを通して、子どもたちの豊かな心を育てていくため、身近な緑を守り育てる活動と、子どもたちが緑と触れ合う機会を創出する活動に取り組む市民団体を応援します。

応募締切：平成 30 年 10 月 14 日（日）

助成金額：初年度 50 万円上限

問合せ先：（公財）都市緑化機構みんなの森づくり事務局

TEL：03-5216-7191

詳細：<https://urbangreen.or.jp/grant/>

kao\_minnanomori/guideline-kao



活動資金調達をお考えの NPO 法人・市民活動団体向けの助成金情報です。

申請書の書き方等の相談を受け付けております。

ご相談（0182-33-7002）ください。

休館日（木曜日）

## THEME

# 災害関連用語を知ろう

7月の西日本の豪雨による災害は、平成25年8月の仙北市での土石流災害、平成29年7月に発生した集中豪雨を思い出すのもでした。今回は、災害が発生したときに耳にする用語について、確認しましょう。

### ◆「避難場所」と「避難所」の違い

#### 「避難場所」

正式には「緊急避難場所」で「広域避難場所」と呼ばれ、災害時に地域全体が避難する場所で、大きな公園などが指定されています。一時的な避難場所であるため、飲料水や食料などは備蓄されません。

#### 「避難所」

災害で住む家を失った人の一時的な生活場所になる場所で、食料や水の備蓄やトイレなどがあります。災害の危険性がなくなるまで必要な間、滞在させる施設です。



### ◆「義援金」と「支援金」の違い

#### 「義援金」

被災者に直接渡されるお金。平等に渡すために被害からしばらく経ってから配布されます。

#### 「支援金」

被災地で活動を行う団体や機関（NPO・NGO等）に対してのお金です。

※近年はふるさと納税や現地の物品購入などによる支援が増えてきています。

### ◆避難情報の違い

#### 「避難準備・高齢者等避難開始」

避難勧告や避難指示（緊急）を発令することが予想される場合。避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難を開始します。

#### 「避難勧告」

速やかに避難場所へ避難します。

#### 「避難指示（緊急）」

まだ、避難を開始していない人は、緊急に避難場所へ避難をします。

### ●防災情報

秋田県内の防災情報がわかるホームページの紹介です。

秋田県防災ポータルサイト

検索

<http://www.bousai-akita.jp/index.html>

自分の住んでいる地域の防災情報を得ることができる「防災メール」を登録したり、市町村のハザードマップを確認できるページがあります。ぜひ、参考にしてください。



編集スタッフの つぶやき VOL.4

NPO 派遣相談員  
今 拓也

...今年は全国的に酷暑となっています。県内でも連日気温が35度前後となっており、体にもこたえる暑さですね。年々夏が暑くなっているのを感じます。

さて、特にこれからの時期は夏の疲れや夏バテが心配されます。みなさんそれぞれ対応方法をお持ちかと思いますが。あなたの解消法は何でしょうか？私は、①食べる量を増やす②早めに寝る③体を休める時間を増やす ことにしています。体調により変化しますが出来る事からやっけていくようにしています。

...何はともあれ、ニュースでも盛んに呼びかけていますが熱中症に気をつけて、夏の残りを乗り越えましょう！

秋田県ボランティア・NPO 活動ニュース県南版

**ハンサン** 2018年8月10日発行  
8月号 VOL.134

発行：秋田県あきた未来創造部地域の元氣創造課  
〒010-8570 秋田市山王四丁目1-1 TEL.018-860-1245

編集：特定非営利活動法人秋田県南 NPOセンター  
(南部市民活動サポートセンター)

〒013-0046 横手市神明町1-9  
TEL.0182-33-7002 FAX.0182-33-7038

南部市民活動サポートセンター

【相談受付】月・火・水・金 9:00~18:00 土 9:00~17:00

【休館日】木曜日・年末年始(12/29~1/3)

〒013-0046 横手市神明町1-9  
TEL.0182-33-7002 FAX.0182-33-7038

E-mail: ssc7002@luck.ocn.ne.jp

<http://www.kennannpo.org/project/supportcenter.html>

