

2025
12月号

Vol.36

はじめての「一歩」を市民交流サロンから！



しるみる通信

まちづくり講演会 地域づくりにおける外部人材との連携 ～県内外の地域おこし協力隊の事例から学ぶ～を開催しました！

市民交流サロン・まちづくり講演会が11/8(土)に上記テーマで秋田拠点センターアルヴェ2階の多目的ホールAで開催されました。

講座の内容

総務省の地域おこし協力隊アドバイザーも務める株式会社 Time Colors 代表取締役 伊藤晴樹氏を講師に迎え、参加者12名のもと、自身の経験を踏まえた地域おこし協力隊の活動内容の話や地域づくりのためのワークショップを行いました。

伊藤講師からは、「地域づくり」と「まちづくり」の違いや、地域づくりにおいて、まち・ひと・しごとの一体的取り組み、「寄り添う型の支援」と「事業導入型の支援」などの話がありました。

参加者の感想

- ・私はいつも人任せなので、情熱をもって地域づくりに取りくもうとする人はすばらしいと思いました。
- ・今活動している内容が間違いでなかったと再確認できて大変良かった。



講師の伊藤晴樹氏



講座の様子



ワークショップの様子

令和7年度 市民協働ミーティングを開催します！

「今しかない！ディグる※先には何がある?!」をテーマに、秋田を拠点に活動する若手の研究者、実践者をゲストに迎え、取組事例などを紹介していただくほか、参加者同士でグループワークを行い、交流を深めながら、新しい活動や課題解決のアイデア、ヒントを探る場とします。

※「ディグる」とは、「dig(掘る)」に由来し、「深く探求する」という意味です。

- ◎日 時 令和8年1月17日(土) 13:30~16:30
- ◎会 場 秋田市文化創造館 1F コミュニティスペース
秋田市千秋明德町3-16
- ◎対 象 他団体とのつながりを得たいと思っている市民、
団体および企業又はテーマに興味・関心がある方
- ◎定 員 40名(参加費無料)
- ◎ゲスト 工藤 尚悟 氏(国際教養大学 准教授)
鷲谷 建 氏(AKITA"KARA"代表)



みんなで
ほりさげよう！

申込みは1/4(日)まで
こちらから



申込み:氏名(ふりがな)、年齢、連絡先(電話、メールアドレス)所属(任意)、活動内容(任意)を
申込フォーム、メール、又は電話のいずれかの方法でNPO法人アーツセンターあきたまで
問合せ:TEL 018-888-8137(平日のみ) E-mail program@artscenter-akita.jp

市民活動センター 市民交流サロン

〒010-8506 秋田市東通仲町4番1号 秋田拠点センターアルヴェ3階

TEL:018-887-5312 FAX:018-887-5659

メール:cosmo-space@alve.jp

受付時間:900~19:00



最新情報はこちらから→

HP



Facebook



Instagram





『一般社団法人 Japan Well-being』

さんをご紹介♪

Q1 どんな活動をしていますか？

秋田の地域の人々が健康で幸せに暮らせるよう医療・福祉活動を行っています。東京都健康長寿医療センター研究所が開発した「読経」を用いた健康プログラムを活用し、口腔嚥下機能向上や精神的健康を得る活動を行っています。

Q2 活動するとき、どんなことを心がけていますか？

東京都健康長寿医療センター研究所の最先端医学の健康プログラムにより、社会で生きづらさを感じている人々の健康増進・社会参加を進めるための活動に支援するよう務めております。

Q3 一言PRをどうぞ！

- ・読経による脳の活性化
- ・講音・発声訓練による口腔咽頭機能の向上
- ・仏教の教えを取り入れることで癒やしを得る活動などを行っています。



大悲寺での講演会の様子



準備体操の様子



読経の様子

どなたでも参加できます。
私たちの活動にあなたも参加してみませんか！



団体名 一般社団法人 Japan Well-being
代 表 代表理事 百瀬 和
電 話 080-3195-1779
メール japan well-being@wellbebe.net

サロン主催事業等の案内

NPO・市民活動団体のための 生成AI活用術講座

日 時:令和7年12月6日(土)14:00~15:30

講 師:NPO法人あきたパートナーシップ
代田 浩章 氏

対 象:NPO・市民活動を行っている方
又はテーマに興味関心がある方

定 員:先着10名(参加費無料)

会 場:秋田拠点センターアルヴェ3階 市民交流サロン

持ち物:パソコン(Wi-Fiによるインターネット接続可能な物)
筆記用具



まちなかサロンin文化創造館

日 時:令和8年1月25日(日)13:00~15:00

ゲスト:豆腐百景 店主 矢吹 史子 氏

ファシリテーター:NPO法人アーツセンターあきた
白田 佐輔 氏

対 象:NPO・市民活動を行っている方
又はテーマに興味関心がある方

定 員:先着20名(参加費無料)

会 場:秋田市文化創造館

1階コミュニティスペース
持ち物:筆記用具、飲み物、エプロン



NPO・市民活動団体のための 「Excel簡単会計集計」勉強会

現金出納帳作成編:12月 7日(日) 9:30~12:00

アンケート集計編:12月 7日(日)13:30~15:30

事業費作成編:12月14日(日)10:00~12:00

対 象:NPO・市民活動を行っている方
又はテーマに興味・関心のある方

定 員:各回先着5名、参加費無料

持ち物:筆記用具、電卓、パソコン(Excelインストール済み)

NPO・市民活動団体のための「パソコン勉強会」

Word初級編:1月17日(土) 13:00~15:30

Word応用編:1月24日(土) 13:00~15:30

Excel初級編:2月 7日(土) 13:00~15:30

PowerPoint:2月14日(土) 13:00~15:30

講 師:NPO法人COZYサークル

対 象:NPO・市民活動を行っている方
又はテーマに興味・関心のある方

定 員:各回先着10名、参加費無料

持ち物:Word・Excel・PowerPointが
インストール済みのパソコン、筆記用具



申込等、詳細は市民交流サロンHP(表面参照)を！