

市民公益活動支援センターとは？

町会・自治会等やNPO、ボランティア団体など、非営利で公益的な活動をする人たちが利用できます。同センター（NPO法人きんきうえぶ）では、団体の運営や設立に関する相談や助成金情報をお知らせしたり、印刷機、裁断機、紙折り機などの利用ができます。また、団体登録をすると、プロジェクターやスクリーンなどの備品貸出しの他、市内4ヶ所のネットワークステーションや7ヶ所の公的連携施設を、規程内で無料で利用できるなど、さまざまなサービスがあります。詳しくはお問合せ下さい。

●会議室使いたい

市内4ヶ所のネットワークステーションと、7ヶ所の公的連携施設が無料で利用できます。

- ネットワークステーション
- ・エコールロゼ4階ロゼサロン
- ・富田林イトマンスイミングスクール「わくわくるむ」
- ・金剛ショッピングモール貸し教室
- ・多目的カフェ＆バー花唐草

■公的連携施設

- ・レインボーホール（市民会館）
- ・かがりの郷
- ・総合スポーツ公園
- ・すばるホール
- ・Topic(トピック) きらめき創造館
- ・金剛地区魅力向上拠点「∞KON ROOM」
- ・TONPAL（とんぱる）多文化共生・人権プラザ

●印刷作業をしたい

チラシやポスターなどの印刷ができます。例…A4印刷の場合（用紙持込み）マスター代30円、インク代1円/枚紙折機、裁断機等も利用できます。（無料）

●相談したい

活動に関する悩み・困り事や、団体設立のための相談にお答えします。また、市民公益活動に役立つ講座を開催しています。

●情報を発信したい

市内の各公共施設等に設置している「支援センターニュース」に掲載したり、センターのメルマガやホームページで、情報を発信することができます。また、ホームページ・チラシ作成等の情報発信に関する支援も行っています。

●備品の貸出しができます

プロジェクター、スクリーン、ワイヤレスアンプなど、活動に必要な備品を無料で貸出ししています。

●活動の輪を広げたい

市民活動わくわく広場inとんだばやし（ひろとん）や登録団体交流会、シンポジウムなどに参加することで、より一層活動の幅を広げることができます。



知って得する

しつとくクイズ こたえ

② なかなか眠れなくなる。

寝る前や夜間にブルーライトを浴びると、睡眠ホルモンといわれているメラトニンの分泌が抑制され、脳が昼間だと勘違いしてしまい、体内時計が後ろにずれてなかなか眠れなくなる。メラトニンは、体温を下げて眠りへ導いてくれる他、睡眠中の成長ホルモンの分泌も促してくれます。（文部科学省後援 健康管理能力検定の公式サイト参照）



LINE 公式アカウント

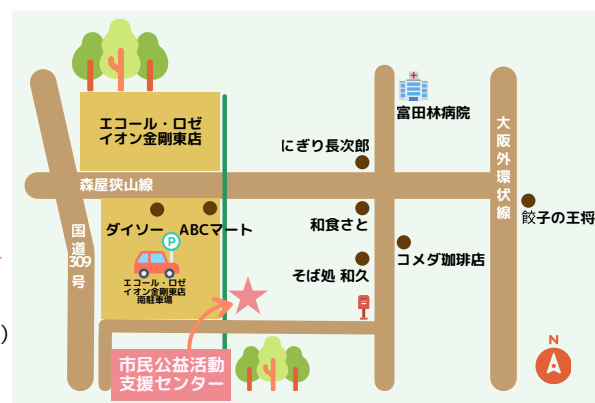


印刷予約も可能です！

サポとん通信

市内公共施設の施設や店舗様にも配架ご協力頂いています。

- | | |
|--------------|-----------------------|
| ・PL病院 | ・ステキレストラン千一夜 |
| ・富田林病院 | ・四天王寺悲田富田林苑 |
| ・富田林モータースクール | ・多目的カフェバー花唐草 |
| ・菓子工房YAMA O | ・エメールヘア |
| ・お菓子の夢工房・樹 | ・こんごう体育整骨院 |
| ・ピストロ Be屋n | ・富田林イトマンスイミングスクール |
| ・寺内町「大正紹漫」 | ・アロマススペース&ギャラリーCocoro |



サポとん通信 新聞部メンバー

- | | |
|-----------------|-----------------------|
| 寺田耕平（花唐草倶楽部） | 池川成子（JNWL大阪東支部びーすまいる） |
| 安野 壽（はんどくらぶ） | 野田友子（彼方上7町会まちづくり協議会） |
| 井尻志郎（おれんじパートナー） | 寺田美哉子（市民公益活動支援センター） |
| 楠 喜博（伝達工学研究所） | 妹尾美千代（市民公益活動支援センター） |
| 木口文里（NPOあずみな） | 澤田朱美（市民公益活動支援センター） |

サポとん通信新聞部募集中！

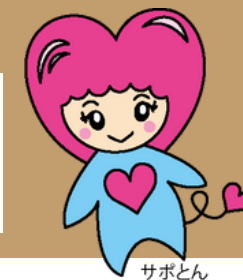
発行元：富田林市市民公益活動支援センター（NPO法人きんきうえぶ）
住 所：富田林市小金台2丁目5番10号（エコールロゼ南側平面駐車場南東沿い）
T E L：0721-26-7887 F A X：0721-74-5505
U R L：www.tondabayashi.org Mail：info@tondabayashi.org

サポとん通信

第71号

2025.10.8

富田林市内の地域活動情報を中心に「まちの情報」を発信します！



市民活動を
一気に紹介

HP >>>

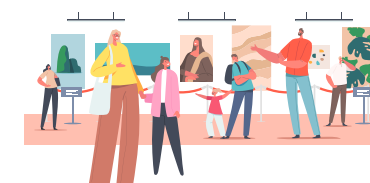
とんだばやし市民活動パネル展

富田林市内で活動する市民活動団体を一気に知ることができます。ぜひこの機会に足を運んでみてください。

- ▶富田林市市民会館（レインボーホール）
終了しました 6/17（火）～6/26（木）
- ▶すばるホール
終了しました 6/27（金）～7/3（木）
- ▶きらめきファクトリー
終了しました 7/5（土）～7/18（金）

- ▶多文化共生・人権プラザ（TONPAL）
9/29（月）～10/14（火）
- ▶きらめき創造館（Topic）
10/17（金）～10/31（金）
- ▶大阪大谷大学
11/4（火）～11/13（木）

※日程は変更になる場合があります



業務効率化のための～基礎から始めるExcel講座

Excelの不安解消！作業の正確さとスピードを高めるためのスキルを習得しましょう！

- 日時：10/31（金）13:30～15:00
- 場所：市民公益活動支援センター（小金台2-5-10）
- 対象：市民活動を行っている、または始めようと考えている人
- 参加費：無料
- 持ち物：Excelが使えるパソコン
- 申込み：電話0721-26-7887 またはフォームで

>>>



トピック

市民活動に役立てよう！

終了しました

～チャットGPT超初心者講座～

8/20「市民活動に役立てよう！チャットGPT超初心者講座」を開催しました。
会場だけでなくオンラインからも多くの方にご参加頂きました。
「もっとAIに関する講座を開催してほしい」「初めてのリモートミーティングで経験出来ただけでも感謝」などとの感想を頂き、ビジネスだけでなく市民活動でも役立つと実感されたのではないのでしょうか

<感想>

- ・実例がわかりやすかった
- ・市民活動でも使える
- ・イベント開催時に使えそう



金剛の未来をデザインしよう！次世代まちづくりラボ まちづくりに活かす「広報スキルアップ」

「地域をもっと良くしたいけど、何から始めたらいいかわからない」「地域の人とつながって、新しいことに挑戦したい」「自分のアイデアを地域で試してみたい」などなど...金剛地区でのまちづくり活動に興味がある方、地域で何かしてみたい方のヒントとなる次世代まちづくりラボを開催します。

- 日時：10/25（土）10:00～11:30
- 場所：金剛地区魅力向上拠点 ∞KON ROOM（寺池台1-9-70-S3）
- 対象：市内在住の方
※保育付き（生後6ヶ月～就学前の子ども対象）
- 申込み：電話（0721-60-6030）

募集中！

「はしのまち映画会」さんに聞く

和歌山県橋本市に移住した家族が、地域とのつながりを求めて映画の自主上映会を開始。3年間で28回主催し、のべ700人以上の人たちがつながるきっかけをつくってきました。チラシやSNS、メルマガ、プレスリリースなど、いろいろな広報を試してみた経験も交え、ゼロからの地域活動のはじめ方について、広報担当者がお話します。



登録団体紹介

とんまま.Re

子ども用品
おさがり会
開催中！

『おさがりひろば』開催の
会場又はイベント募集中！



富田林にありそうでなかった子供用品を、無料で譲ったり貰ったり出来るwin-winな、おさがりイベント『おさがりひろば』を開催中！！あなたの欲しかったものが、無料で見つかるかもしれない。「もう着られない」を「また着られる」へ。あなたの想いを繋ぎませんか？
あなたの1着が、誰かの笑顔に。

寄付募集中！



おさがりひろばの
開催情報は
Instagramで！



イベント情報

富田林市内で活動する団体のイベント情報をお知らせします



富田林ほっこり会 元

【第2回 ほっこり公開講座】
精神障がい者と家族が向き合っている精神疾患について、すべての市民向けに公開講座を開催します。
■日時：10/18（土）13:30～16:30
■場所：すばるホール（小ホール）
■参加費：無料
■問合せ：info@hokkorikai.org



申込み >>>

筋肉健康会 元

【マッスルビューティー・エクササイズ】
楽しく美しく過ごすための「ボディメイク」を食事と運動の面から楽しく学ぶことができます。
■日時：①10/15(水) ②10/28(火) ③11/13(木) ④11/27(木) 18:30～20:00
■場所：すばるホール
■参加費：500円/回
■持ち物：ヨガマット・飲料
申込み >>>



とんだばやし観光会 元

【富田林ガイドウォーク～富田林を歩こう～】
＜紅葉の錦織公園と中高野街道を歩く(7.0km)>
■日時：11/30(日)10:00 集合
■集合場所：南海 金剛駅 東出口
■参加費：300円
■問合せ：毛穴 090-5366-9670



HP >>>

認知症ケアを推進する会 おれんじパートナー

【おれんじパートナー交流会】
認知症ご本人・家族の方、認知症サポーター、地域で認知症ケアについて理解を深めていきたい方、その他どなたでも参加できます。認知症ケア、解決のヒントに触れてみませんか。
■日時：10/22（水）13:30～15:00
■場所：すばるホール3階会議室
■参加費：100円
■問合せ：井尻 090-3996-0071



HP >>>

富田林寺内町 シネマプラス映画祭 元

【映画と、なにかで、面白く。】
富田林寺内町を中心に、映画鑑賞とそれぞれの映画にちなんだプラスイベントを楽しんでいただける映画祭です。
■日時：11/8（土）11/9（日）11/15（土）11/16（日）
※期間中に寺内町界隈のお店で1,000円以上購入・飲食されたレシート持参で入場料が100円割引になるキャンペーンも！
HP >>>



シリウス・ウィンド・バンド 元

【星空コンサート】
夜空に光る星座のように
つながり、ひろがる 富田林の音色
■日時：10/26（日）
開場:13:00 開演:13:30
■場所：すばるホール
■入場無料、全席自由



HP >>>



彼方上7町会 まちづくり協議会

【第7回かかしフェスティバル】
かかし・マルシェ・イベントなど多数あり。
農空間で秋を満喫しよう！
■日時：11/1（土）～11/2（日）9:00～
■場所：嬉石川河川敷
■問合せ：ochikatakami@gmail.com



元

富田林市
元気なまちづくりモデル事業補助金

知って得する

しっとくクイズ

答えは裏面

ブルーライトとは、スマートフォンをはじめ、パソコンやテレビ、ゲーム機器などのデジタル機器の画面から発せられる青色光です。寝る前や夜間にブルーライトを浴びると、どのような影響があるでしょう？

- ① 目が疲れてよく眠れる
- ② なかなか眠れなくなる
- ③ 特になんの影響もない



☆次号のサポとん通信は12月発行です。
12月1月のイベント掲載ご希望は、
支援センターまで！
〆切は11月10日です。

