

## 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。

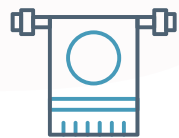


知って得する

しっとくクイヌ こたえ

① 2~4%

バスタオル1枚が約200~300mLの水分を含むと、6畳の部屋で湿度が上がることが期待されます。タオルに含まれる水分は、室内の温度や風通しによって2~4時間で蒸発します。持続的な加湿を望む場合は、定期的にタオルを濡らし直す必要がありますが、衛生面に注意が必要です。

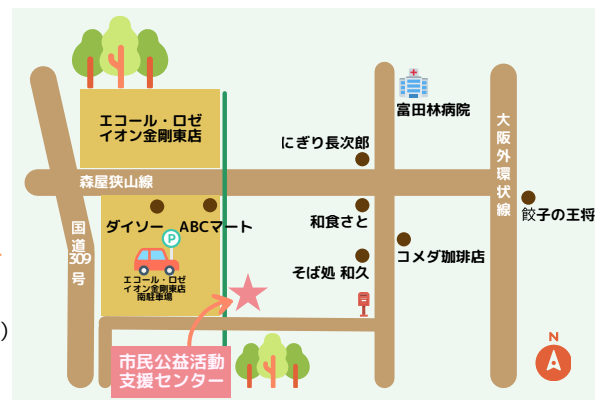


サポとん通信  
新聞部メンバー

サポとん通信新聞部募集中！

寺田耕平（花唐草倶楽部） 池川成子（JNWL大阪東支部ぴーすまいる）  
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）

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）  
TEL：0721-26-7887 FAX：0721-74-5505  
URL：www.tondabayashi.org Mail：info@tondabayashi.org



# サポとん通信

第72号

2025.12.8

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！

HP >>>



第20回の様子



開催決定！

第21回市民活動わくわく広場inとんだばやし

2026年2月15日(日) 11:00 - 16:00 場所：エコール・ロゼ

2026年2月15日（日）エコール・ロゼにて「ひろとん」（市民活動わくわく広場inとんだばやし）の開催が決定しました。様々な市民活動に取り組んでいる団体が、自分たちの活動の成果や課題を発表し、多くの市民に活動をPRします。参加団体募集中！

第21回ひろとんHP >>>



富田林の未来を創造する

ミラトン ダッシュ

Mira-Ton ^ 2025 2

未来の富田林を考えるジカン

～仲間と一緒に活動続けるコツ～

2026年

1月27日(火) 18:30 - 20:00 参加費：無料

場所：TONPAL（多文化共生・人権プラザ）

3階会議室A・B

申込み：0721-26-7887 市民公益活動支援センター

締切：1/23（金）

ぜひご参加ください！

- ✓市内で活動する団体
- ✓これから活動を始めようと思う方

申込みは  
こちらからも

>>>





## トピック

### 市民活動に役立てよう！

終了しました

### ～業務効率化のための 基礎から始めるExcel講座～

10/31、支援センターでは「市民活動で役立つ」を開催しました。基本操作から実務で役立つ幅広い内容を一緒に学びました。次は「Word講座」も開催してほしいとの声を多数いただきました。ぜひ、今後の市民活動に活かしてください



<感想>  
・便利な方法を教えてもらいました。  
・今まで自己流だったので勉強になりました。

### 金剛の未来をデザインしよう！ ➡次世代まちづくりラボ「自分が楽しむ」からはじまるまちづくり

募集中！

「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：12/20（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）

#### 泉大津市在住の金原さんに聞く

地域活動は「誰かのため」ではなく「自分が楽しむこと」から始まります。防災やラジオ体操、シニアダンスプロデューサーなど身近なきっかけから、まちづくりにつながるヒントを紹介。楽しみながら地域とつながる第一歩を踏み出してみませんか。

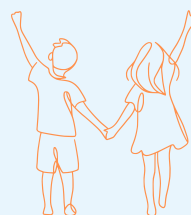


### 第4回 子ども食堂ネットワーク研修会

終了しました

### こどもの居場所づくりを一緒に考えましょう

11/8、とんだばやし子ども食堂・居場所づくり運営支援ネットワーク主催「こどもの居場所としての子ども食堂 ～堺市の取り組みに学ぶ～」を開催しました。



<感想>  
・場所があるだけで居場所だと思った。  
・いろいろな取り組みを知ることができた。

# 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



### 富田林市少年少女合唱団

【第54回定期演奏会】  
ミュージカル「ながぐつねこ」、パプリカなど、楽しい歌がいっぱいです。  
■日時：1/11（日）13:30開演  
■場所：SAYAKAホール小ホール  
■入場料：無料  
■定員：360人(当日直接会場へ)  
■問合せ：  
鷺見(すみ):0721-21-3620  
溝端:090-2830-1641

### 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。(59歳以下)  
■日時：①12/10(水) ②12/19(金) ③1/15(木) ④1/28(水) 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 >>>

### 落語サークル・富福亭

【富福亭寄席】  
富田林に笑いと福の種をまく！  
■日時：1/31(土)13:00 開演  
■場所：金剛公民館2階ホール  
■問合せ：天満家は志か  
ショートメールで 090-6354-0535  
※入場無料・定員100名



### 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：12/17（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 >>>

### 富田林ほっこり会

【第3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：1/17（土）13:00～  
■場所：すばるホール（小ホール）  
■参加費：1,000円（会員無料）  
■問合せ：info@hokkorikai.org  
第一部：子どもの力を引き出す大人の関わり方  
NPO法人ASOVIVA代表理事 長村 知愛  
第二部：大村 崑トークショー

申込み >>>

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

厚生労働省は、健康的な室内の湿度は40～60%と推奨されています。湿度をあげる方法のひとつとして、濡れタオルを使用することがありますが、どの程度上昇するといわれているのでしょうか？

- ① 2～4%
- ② 5～7%
- ③ 8～10%



☆次号のサポとん通信は2月発行です。2月3月のイベント掲載ご希望は、支援センターまで！  
〆切は1月10日です。