

2024 年 9 月 11 日

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金 事業報告書

公益財団法人長野県みらい基金

理事長 高橋 潤 様

所在地 長野市上駒沢 393-8

団体名 信州こども食堂 古里こどもカフェ

代表者職氏名 代表 米澤 八重子



2023 年 9 月 28 日付けで助成決定通知を受けた標記助成金について、下記のとおり報告します。

記

1 助成を受けたメニュー

○	(1) 「こども育成」: 地域における子どもたちの育ちや子育ての支援等を目的とする活動
	(2) 「まちづくり」: 住民が主体となり、自ら魅力的な地域づくりを実現するための活動
	(3) 「学ぶ若者応援」: 若者の学びの意欲を後押しし、多様な学びの機会を創出する活動

2 報告する事業について

(1) 事業名称

憩いの居場所 古里こどもカフェ

(2) 事業の実施期間

2023 年 9 月 28 日 ～ 2024 年 8 月 31 日

(3) 助成額

(A) 既助成額 (概算払)	300,000 円
(B) 対象経費の支出額	300,000 円
(C) 助成金返還額 = (A) - (B)	0 円

(4) 実施した取り組み（この事業で具体的にやったこと、誰に・いつ・どこで・何をどのように行ったのか）

2月18日（日）10時～13時上駒沢集会所に於いて子供31名含む60名の参加者と餅つき機を使って4Kの付きたての餅を5種類のトッピングで食べて頂きました。

5月12日（日）10時～13時アグリながめ第2駐車場（被災地支援）に於いて子供30名含む72名の参加者と毎年恒例の「信州プロレス」とのコラボ企画を実施しました。これに合わせて屋台村・フリーマーケット（学生服リユースで折り畳みコンテナ使用）のコーナーを設置。綿あめも大人気でした。

被災地被災者支援（アグリながめ第2駐車場）を始めて6年目になります。
タープテント大型の破損修理を終えて1月・3月・5月と出張こども食堂inながめま」を実施することが出来ました。

(5) 達成できた状態・成果（この事業で具体的に実現できた状態、誰がどのような助けを得られたのか）

【子供を一人にしない、孤立させない】長期の休み中の食材配布を通して留守番している子供達・不登校の子供達が食材の受け取りを楽しみに毎週日曜日に顔を見せてくれます。声掛けが出来る大事な時間でした。

【事情ある家庭へ食材を宅配で対応】色々な情報で「こども食堂」に出て来られない家庭に食材をお届けして声掛けをし、社会、人との関わりを切らない為の声かけ活動をしている。

【小中高生の運動着、学生服リユースの活動】在学中の運動着、制服のサイズが合わなくなり提供する人、欲しいとサイズ合わせに来られる人で動き始めました。

【台風19号被災地被災者支援活動】は発電機の購入で屋台村が充実して参加する子供達が増えてきました。お友達を誘って楽しんでいるようです。タープテントも復活して被災されと人達の交流の場づくりのお手伝いが出来ました。

3 「長野ろうきんNPO自動寄付システム」寄付者様へのご報告（メッセージ）

この度はありがとうございました。皆様から寄せられた寄付金とお心を大切に子供達に繋いで行きます。購入させて頂きました発電機は災害時の緊急活動応援に使用させて頂きます。子供も大人も「憩える場所づくり」を念頭に置いて、地域に根差した子供達の育成のお手伝いをさせて頂きます。心から感謝申し上げます。

4 添付書類

- (1) 収支報告書
- (2) 領収書等、実際に経費を支払ったことが確認できる証拠書類（写し） ※対象経費のみ
- (3) 事業の経過及び成果を示す書類（外部公開可能な写真を含むこと）
- (4) 成果物各1部（開催案内・チラシ、当日配布資料等） ※成果物がある場合
- (5) その他参考となる資料



【古里こども食堂】開催のお知らせ



【開催日時】 2月18日(日) 11:00~13:00

【開催場所】 上駒沢集会所

遊びの広場・フリーマーケットなど…

【軽食・お菓子・食材提供など】



参加費： こども無料・大人300円の協力金をお願いします
(参加希望者は軽食・食材提供などの為事前予約をお願いしています)

子供達の居場作りの為ご寄付をお願いします

△第5類感染症などの状況により開催内容が変更される場合があります

△当日は各自感染予防にご協力下さい

主催：信州こども食堂
古里こどもカフェ

共催：NPOホットライン信州
信州こども食堂ネットワーク

お問合せ 090-6473-9455(米澤)





【古里こども食堂】開催のお知らせ

開催日時：5月12日（日）10時～13時

開催場所：アグリながぬま第2駐車場



参加費：こども無料・大人300円の協力金をお願いします
(参加希望者は軽食・食材提供など準備の為事前予約をお願いしています)

子供達の居場所作りの為ご寄付をお願いします

△第5類感染症などの状況により開催内容が変更される場合があります

※当日は各自 感染予防にご協力下さい

6月の予定

開催日時：6月9日（日）11時～13時

開催場所：上駒沢集会所

主催：信州こども食堂

古里こどもカフェ

共催：NPOホットライン信州

信州こども食堂ネットワーク

お問合せ 電話 090-6473-9455(米澤)

予約締切日 4月26日(金) 期日厳守

古里こどもカフェ

大好評!!

フリーマーケット開催

開催日時：5月12日（日）10時～13時

開催場所：アグリながぬま第2駐車場

フリーマーケットのみ参加の方は
軽食・食材提供はありませんので予約不要です



△第5類感染症などの状況により開催内容が変更される場合があります

※当日は各自 感染予防にご協力下さい



衣服・タオル類・寝具類・食器類・学習用品・おもちゃなど…
（在庫状況により変更があります）

当日は多数取り揃えていますが
品切れの際はご容赦下さい



子供達の居場所作りの為ご寄付をお願いします

主催：信州こども食堂
古里こどもカフェ

共催：NPOホットライン信州
信州こども食堂ネットワーク

【お問合せ】090-6473-9455（米澤）

台風19号被災地を元気に!!



笑いの神

今年も 長沼 につ!!

信州プロレス 降臨!!



開催日時：2024年5月12日(日)

開催場所：アグリながぬま 第2駐車場

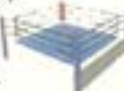
2023年
信州プロレスの
皆さんと

【受付】10:00~10:55

11:00~12:00 お笑いプロレス試合

(試合終了後にお土産をお渡しします)

遊びの広場・軽食・フリーマーケットなど...



参加費：子ども無料・大人300円の協力金をお願いします

【※食材・お土産は数量限定】

※ 参加希望者は軽食・食材提供など
準備の為事前予約をお願いしています

※第5類感染症などの状況により開催内容が変更される場合があります

※ 当日は各自 感染予防にご協力下さい



予約締切日 4月 30日(火) 期日厳守

主催：信州子ども食堂
古里こどもカフェ

共催：NPOホットライン信州
信州子ども食堂ネットワーク
信州プロレス

協力：(株)ディースワン 美七福

【お問合せ】090-6473-9455(米津)



ついたお餅って おいしいね！

長野市 古里こどもカフェ



2月18日(日)10時から13時、上駒沢集会所にて子ども食堂を開催しました。餅つき機を使い4キロのお餅をつきました。子供31名を含む60名の参加者でした。つきたてのお餅には、粒あん・きな粉・黒ごま・大葉入り大根おろし・九条ネギ入り納豆など自由にトッピングして食べて頂きました😊



卵農家さんから頂いた立派な鶏卵を使ったミートローフ。野菜たっぷりの味噌汁。手作り杏仁豆腐みかん添えをランチプレートで提供しました。お餅やみそ汁のおかわりをしてお腹いっぱいになった後は、中学生・大学生ボランティアによるゲーム大会で盛り上がりました。子供達から「美味しいナ！」「おなかいっぱい！」「超たのしー！」など声を頂きました。

今回、回覧板を見たボランティア希望の方2名が参加してくれ、「楽しかったので次回もぜひお願いします」と頼もしい言葉をもらいました。



小さな4姉妹を連れて家族総出で参加してくれたお父さんは、「2回目の参加ですが、楽しい企画を考えてもらい子供達が毎月楽しみにしています」「ランチも小さな子供にも食べやすく美味しかった！これからもよろしくお願いしますね」と声を掛けて下さいました。
食材提供して頂いた方々には、心から感謝致します。



信州プロレス 笑顔の子供達

長野市 古里こどもカフェ



5月12日10時から14時まで、「出張こどもカフェ in アグリなぐめ」を開催。子供30名を含む72名の参加でした。毎年行っている『信州プロレス』さんのコラボ企画はもう6回目。お笑いゴム紐マッチは今年も大盛況。お父さんお母さんから「久しぶりに大笑いしました！」と感想を頂きました。



これに合わせて屋台村&フリーマーケットコーナーを設置。NPO ホットライン信州、県の振興局を通じて頂いた食材や、なちゅらるショップくりのみ様、篠ノ井 長谷寺様など大変多くの方々にご寄付頂いたものを使い、トマトチキンカレー、おでん、玄米串団子、こねつけを提供することが出来ました。



「トマトのカレーは初めて食べたけど、とっても美味しいね！」とスタッフにわざわざ伝えに来てくれた子がいました😊『どれでも2個10円』『ガムのつかみ取り1回5円』の駄菓子コーナーや綿あめも大人気でした。



毎年恒例の大きなイベントを、たくさんの方のお力添えで大成功をおさめる事が出来まして、感謝しております。ありがとうございました。





2024 年 7 月 9 日

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金 事業報告書

公益財団法人長野県みらい基金

理事長 高橋 潤 様

所在地 諏訪市中洲 2843

団体名 特定非営利活動法人
子どもサポートチームすわ

代表者職氏名 理事長 小池 みはる



2023 年 9 月 28 日付けで助成決定通知を受けた標記助成金について、下記のとおり報告します。

記

1 助成を受けたメニュー

☐	(1) 「こども育成」: 地域における子どもたちの育ちや子育ての支援等を目的とする活動
☐	(2) 「まちづくり」: 住民が主体となり、自ら魅力的な地域づくりを実現するための活動
☐	(3) 「学ぶ若者応援」: 若者の学びの意欲を後押しし、多様な学びの機会を創出する活動

2 報告する事業について

(1) 事業名称

不登校経験者の若者が企画する「学びを自然の中で体験する」合宿

(2) 事業の実施期間

2023 年 9 月 28 日 ～ 2024 年 7 月 9 日

(3) 助成額

(A) 既助成額 (概算払)	300,000 円
(B) 対象経費の支出額	300,000 円
(C) 助成金返還額 = (A) - (B)	0 円

(4) 実施した取り組み（この事業で具体的にやったこと、誰に・いつ・どこで・何をどのように行ったのか）

(1) 企画・準備

- ・不登校経験者による企画委員会の立ち上げ 2023年11月 5名でスタート
全4回 企画完成
- ・場所 高遠青少年自然の家
- ・日程 6月8日～6月9日 1泊2日

企画委員会での議題

やりたい事 BBQ、ナイトハイキング、溪流つり、キャンプファイヤー、餅つき、ボードゲーム、キャンドルの集い、ハイキング、竹とんぼづくり、草花の観察、体育館で運動
マイはし作り、

募集対象をどうするか⇒安全管理も考え小学生高学年以上とする

やることを選択⇒餅つき、キャンプファイヤー、ボードゲーム、ハイキング、竹とんぼづくり、草花の観察、体育館で運動

選択のポイント 活動内容を選べるようにすること。やる内容に幅を持たせること。無理なく出来る事。

(2) 下見

- ・5月6日企画委員5名で高遠青少年自然の家を下見。ハイキングコースを実際に歩く。

(3) キャンプ実施

1日目

- ①参加者全員で餅つきをして、手握ね、餅つきを体験する。
- ②シーツを各自持って、自分が寝るベッド、寝具を整える
- ③自然観察と室内運動に分かれて活動
- ④夕べの集い（宿泊している他団体に自己紹介）
- ⑤キャンプファイヤー

2日目

- ① 朝の集い ラジオ体操、国旗掲揚
- ② 宿泊棟清掃
- ③ ハイキング
- ④ BBQ 薪から焚き付けをし、炭を作って、焼きそば、焼肉を行った。

内容詳細

- (1) 子どもサポートチームすわのスタッフ（不登校経験者）、子どもサポート利用中高校生、子どもサポートチームすわ卒業生（現在社会人）、若者ステップハウス利用者2名（不登校経験者がそれぞれの意見を持ち寄り。企画から運営までを行うことが出来た。
- (2) 企画委員全員が、施設を見学し、ハイキングコースを実際に歩いて、参加者にむいのないコースを決めてきた。企画と実践が自分たちの考えでできた。
- (3) 1日目
(ア) 餅つきは全員参加とした。餅つきを経験したことが無い生徒がほとんどであったが、杵の持ち方、もち米のこね方等、サポートして下さる方と一緒に綺麗な餅に仕上げることが出来た。食の問題で、潔癖症があり普段他の人が作ったものは食べられないという生徒が3人ほどいたが、この日の昼食はみんな作った

餅のみでだった。食事前は食べられないと言っていた生徒も食べることが出来、全員で車座に座って、つきたての餅を食べることが出来た。一人で食べることが当たり前になっていた生徒が食に関して新しい体験ができた。

- (イ) 自分の寝具を自分で整えるという事も、体験したことが無い生徒が多く、シーツのかけ方を学ぶことが出来た。
- (ウ) 高遠の自然を満喫することが出来、専門の方に実際に植物を手に取りながら昔ながらの遊びも踏まえて教えていただくことが出来、普段では体験できない時間を過ごすことが出来た。体育館で運動、子どもサポートチームすわと若者ステップハウス、その他中学生が共に活動することが出来た。
- (エ) タベの集い この日は岡谷中学のコーラス部、埼玉のボーイスカウト下見、大学ゼミの合宿などが宿泊しており、互いに自己紹介をした。キャンプファイヤーの薪組から行い、着火の為のトーチも適当な太さ長さと枝にぼろきれを巻き付け手作り

(5) 達成できた状態・成果（この事業で具体的に実現できた状態、誰がどのような助けを得られたのか）

・中学3年生女子Aさん 家庭の事情（経済的な困窮）と本人の人間関係（一緒に宿泊できる友人がクラスにいない）という理由から、修学旅行に参加できなかったが、今回親も賛同し、キャンプに参加できた。

・中学3年生女子A、B 団体生活になじめず、学校での行事でもみんなと一緒に何かをすることが苦手であった。今回お風呂はみんなと限られた時間での混浴であることを伝えると、絶対に無理と言って拒否していたが、キャンプファイヤー後一緒に風呂に入ることが出来た。

・高校3年生男子 C 君 家庭内では極度の潔癖症で、家族と食事をする時も食器や、箸のつけ方などにとてもこだわる。他人が素手で作ったものは食べられないという事であったが、みんなで餅つきをし、彼が力があるので中心になって餅をついた結果とても上手に餅がつきあがった。その餅を手でちぎり、大根おろし、きな粉、あんこの餅を作った。彼はどの抵抗もなく、すべての種類の餅を食べることが出来た。

・小学校高学年から、20歳前半までの年齢差がある団体のキャンプであったが、共に補い合い、できる事をやるという姿勢でキャンプに参加できた。

企画が、不登校を経験した生徒、学生によるものだったので、無理な集団活動のような設定はなく、嫌であれば、抜けられるという予定が組まれていた。強制されないことで、選択することが出来、やれることはやろうという気持ちが参加者に見られたことはとても良かった。

3 「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」寄付者様へのご報告（メッセージ）

今回、このような企画を成立させることが出来た事に、深く感謝を致します。不登校経験者が、元気になった現在、つらかった時代に出来なかった事をやってみたいという発想から始まった企画です。皆様のご厚意により、バスを借りることが出来たり、経済的に苦しい家庭の子どもでも2000円という参加費でキャンプに参加することが出来たりしました。「子どもサポートチームすわ」のスタッフも「若者ステップハウス」のメンバーと協働し2日間を共に過ごすことで、深い理解と関係性を新たに築くことが出来ました。ボランティアの方や、施設の方の温かいご厚意に触れることが出来たのも今回参加した子ども達にとっては幸せだったのではないかと思います。家庭だけでは教育できない社会性を芽生えさせる第一歩にご協力いただけました事を心よりお礼申し上げます。

4 添付書類

- (1) 収支報告書
- (2) 領収書等、実際に経費を支払ったことが確認できる証拠書類（写し） ※対象経費のみ
- (3) 事業の経過及び成果を示す書類（外部公開可能な写真を含むこと）
- (4) 成果物各1部（開催案内・チラシ、当日配布資料等） ※成果物がある場合
- (5) その他参考となる資料

「学びを自然の中で体験する」合宿 企画会議 第1回

助成金概要 事業名上記 期間 2023 年 11 月～2024 年 8 月

不登校児童の野外活動助成

参加者 当フリースクールに通う児童 チラシで募集した児童生徒 20 名等

募集年齢「小 5～20 歳位」

場所 高遠青少年自然の家

目指す状態・成果

- 1、自然の中で植物観察をすることによって、視覚、嗅覚、触覚を使って感じ新しい発見を楽しむ。
- 2、環境というテーマについて自らの意見を持ち発表する。
- 3、身体を動かしながら、仲間との活動を楽しむ。
- 4、食についての原点として、自ら口に運ぶ物を材料からみて、触って確かめる。
- 5、家族以外の人たちと語り合う。社会の中の大人の考え方を知る。「孤立しがちの不登校児童生徒が体験を通して自然や社会の接点を見つけて、自立への第一歩とする。

不登校経験のある若者。

- 1、自らを振り返り、考えそれを元に企画することにより自己肯定感を高めることができる。
- 2、大勢の中で自分の役割を自覚し働くことで、社会の一員として立ち位置を感じることができる

ボランティアスタッフ

- 1、児童生徒の生活の一部を見ることで児童生徒への理解が深まり今後の活動へつながる。

費用

総支出 353850 円 キャンプ予算 313850 円

・決めごと

小中高校生全員が楽しめるプログラム作りにする「プログラムによってグループ分けする」

全員でやるか、2～3 グループで別れてやるか

時期、やりたいことを決める

チラシをどこに配るか

・時期

年始年末お盆がだめ

土日に行く

来年の8月までの間

・やりたいこと

溪流釣り「道具は自分たちで用意する必要があるかも」「釣り竿のみ貸出」「遊漁券が必要」
「小学生無料、中学生 300 円、大人 1100 円」「グループ分けする」「釣った魚は焼ける？」
「釣った魚は夜に BBQ」(該当成果④)

ハイキング「場所は未定」「ナイトハイキングもあり」「ナイトハイキングは指導員がいない」
「ナイトハイキングはどのコースでできるのか」「ライトは貸出があるのか」(該当成果③)

キャンプファイヤー[全員参加型]「薪の量がどれ位か」「1 時間位やりたい」(該当成果①)

星の観察「スタードームの中」(該当成果①)

沢のぼり「沢伝いに山頂を目指す」「寒いかも」(該当成果③)

BBQ[全員参加型]「仮予算に記載済み」「準備は誰がするか」「食材の持ち込みができるか」
「溪流釣りで釣った魚の持ち込みができるかどうか」(該当成果④)

草花の観察(該当成果①)

竹トンボ作り(該当成果①、③)

山で鬼ごっこ「危険かも」「時間が空いたら」(該当成果③)

アスレチック(該当成果③)

昆虫観察(該当成果①)「小学生なら昆虫の方が好きか」

動物観察(該当成果①)

登山「小学校4年以上に限定」「目安5月～11月」(該当成果③)

スケジュール

1日目

それぞれの駅でバスに乗る「岡谷～上諏訪～センター～茅野」

入所最短で9:30～

荷物を置いたり手続き

10:30 から動き始める

・AM

草花の観察

竹とんぼ作り

・PM

ハイキング

・夜

ナイトハイキングと星の観察でグループ分けする

ボードゲーム

ドミノオン

TRPG

2日目

宿泊棟から9:00 に出る

・AM

溪流釣り

・PM

BBQ

その他意見メモ

BBQ とハイキングを1日目と2日目でわけ

1日目ハイキング、2日目 BBQ

レストランで食事できる

帰りは16時くらい

ナイトハイキング一夜のさんぽ程度

手持ち花火の持ち込みができるか確認する

☆次回までに確認しておく事

・チームすわ

「溪流釣り」

Q.釣った魚は焼けるのか？

Q.釣り竿以外の道具について（糸や針、バケツなど）

「BBQ」

Q.火の準備など、どこまでが準備されていて、何ができるのか？

Q.食材を持っていく方法はないか？

・step ハウス

「キャンプファイヤー」

Q.薪の量と大きさについて

Q.薪をもちこめるか？

Q.花火をやってもいいか？

「ハイキング」

Q.ナイトハイキングの指導員の有無

Q.ハイキングコースの詳細

Q.ライトの貸し出しについて

学びを自然の中で体験する合宿 企画会議 第2回(1月31日(水)開催)
5人全員参加 15:00~17:00

前回、問い合わせしておく事の報告
チームすわ

BBQ

- ・皿や焼き肉のたれ、網などは向こうで用意がある
- ・食材は後から注文できない
- ・暗くなった際の照明はあったほうがいいのかも
- ・余った食材は安全面に気を付ければ持ち帰っても大丈夫
- ・こちらでもっていくものは 後片付け用のタワシ、スポンジ、洗剤、ふきん、火をつけるための道具(チャッカマン、着火剤)
- ・着火剤として牛乳パックを持っていくと面白いかも
- ・暗くなると作業しづらいので6時30分までに片づけを終わらせられるようにする

溪流釣り

必要なもの

遊魚証(小学生以下無料 中学生 300 円 大人 1100 円)[売店より購入]、釣り餌(時価)[売店より購入 一週間前までに注文]、溪流竿(3~4m 10 本程度の用意がある)、釣り針セット、ビク(魚をいれて持つ運べる道具)

こちらで準備するもの[長靴]

指導をつける関係で、釣りをを行う人数は 10 人前後が最適、最大で 15 人

Step ハウス

- ・ナイトハイキングはコースが決まっている ライト持ち込み必須 指導員なし
- ・キャンプファイヤー 薪は 4 束 薪一束 550 円 値段が変動するかもしれない
- ・花火は打ち上げ花火以外なら大丈夫

行動スケジュール（案）

一日目

AM もちつき

PM 体育館で運動 草花の観察

夜 キャンプファイヤー、前後でナイトハイキング

雨の場合

AM もちつき

PM 体育館で運動

夜 ボードゲーム(TRPG など)、キャンドルのつどい

二日目

AM ハイキング、竹とんぼ作り

PM BBQ

雨の場合

AM マイはしづくり、竹とんぼ作り

PM BBQ

最終決定スケジュール

一日目

9:00 着

10:00 もちつき

12:30 お昼ごはん

14:00 草花の観察、体育館で運動（雨の場合体育館で運動）

16:00 自由時間

17:00 タベのつどい

17:30 キャンプファイヤー準備

18:00 夕飯

19:00 キャンプファイヤー

20:00 片づけ、風呂

22:00 就寝

二日目

6:00 起床

7:00 つどい

8:00 片づけ

8:30 移動

9:00～ハイキング、竹とんぼ作り（雨の場合は竹とんぼ作り、マイはしづくり）

11:30 BBQ（屋根があるので雨天決行）

15:30 バスで帰宅

（茅野駅→チームすわ→上諏訪駅）要検討事項（駅は一つに絞ってそこから電車で帰る？）

次回 企画会議2月14日（水曜日）

次回までの確認事項

チームすわ

- ・焼き肉の食材は野外炊飯棟に持ってきてくれるのか
- ・焼き肉をやった後の灰の処理方法（灰を処理するための道具はあるのか）

step ハウス

- ・ハイキングのコースの確認
- ・キャンプファイヤーの片づけ周り（灰の捨て方、片づけの際の照明、灰を片付けるための道具、火の消し方）

学びを自然の中で体験する合宿 企画会議 第三回

一日目

9:00 高遠着

入所 シーツや荷物を運ぶ

9:50 移動

10:00 もちつき

お昼休み、休憩

14:00 草花観察、体育館で運動(雨天、全員で体育館で運動)

16:00 自由時間

17:00 タベのつどい

17:30 キャンプファイヤー準備

18:00 夕飯

19:00 キャンプファイヤー

20:00 片づけ、お風呂

22:00 就寝

二日目

6:00 起床

7:00 朝のつどい

朝食

8:00 片づけ

8:30 移動

9:00 ハイキング(雨天、マイはし作り)、竹とんぼ作り、宿泊棟点検(1人~2人)

11:30BBQ

16:00 帰宅

・ハイキングコースの確認

西尾根ハイキング、東尾根ハイキング

4.5km くらい

二時間くらい

団体準備

トランシーバー電池(1台につき単三電池最大3本必要)、水筒、雨具、ゴミ袋、双眼鏡(あると便利)

自然の家用意

トランシーバー、地図、双眼鏡(貸出あり)、鈴

・キャンプファイヤー

1.5～2時間

6週間前に書類提出 その際に片づけの詳細はおしえてくれる

・BBQ

・焼き肉食材は食堂に取りに行く必要がある 料金が令和6年4月から変わる

・焼き肉後の灰を片付ける場所は指導員か現地の人に聞く

・灰を片付けるための道具はこちらで用意する必要がある

・自然の家で用意している道具は、はかま、鍋、ボール、アミザル、まな板、おたま、さいばし、包丁、しゃもじ、フライ返し、ピーラー

体育館では何をやるか

ハンドベース

ドッチボール

バレーボール

バドミントン

卓球

大縄跳び

鬼ごっこ

宿泊棟予約日

6月8日、9日

予備日6月1日、2日

利用当日までの流れ

原則二カ月前までに事前の打ち合わせ・下見・実地踏査(電話での予約が必要)

利用六週間前までに申込書の提出(FAX・E-mail・郵送などで提出)

必要書類

- ・利用申込書
- ・食事・シート・教材など申込書『2枚組』 ※申込内容が無くても必要事項を記入し提出する
- ・活動計画表
- ・食物アレルギー連絡票 ※利用者の食物アレルギーの有無にかかわらず、利用日の4週間前までに提出する

利用おおよそ二週間前に調整結果・利用承諾書のお知らせが郵送される

1週間前までに人数の変更や食事数の変更がある場合は書類の再提出が必要

利用当日は「調整結果の活動計画書」「利用者名簿」が必要

申込管理を諏訪と岡谷それぞれで10人ずつ分ける

自己負担金 2000 円

次回会議までに担当すること

諏訪

- ・活動計画表
- ・食事・シート・教材など申込書『2枚組』

岡谷

- ・利用申込書

学びを自然の中で体験する合宿 企画会議第四回

申し込み人数 20 人

申し込み締め切り 4 月 24 日

親の同伴は原則断るが電話でどうしてもという声があった場合は状況に応じて応える

チラシの配り先団体内で配る

中型バス 27 人乗り 2 日分料金

自家用車 2 台ガソリン代

宿泊料金

食事代

各プログラム費用

最終合計金額 ￥330,762

一人当たり ￥11,025

最大人数 32 人

公民館に 8:10 分集合

持ち物

- ・上履き
- ・水筒
- ・雨具
- ・帽子
- ・履きなれた靴
- ・懐中電灯
- ・お泊りセット(着替えや、風呂道具、歯ブラシ)
- ・飲み物代(500 円)

団体持ち物

- ・単三電池 6 本
- ・チャッカマン
- ・ゴミ袋
- ・アコギ
- ・カホン
- ・トーチ棒
- ・新聞紙
- ・灰を片付ける道具
- ・タワシ
- ・スポンジ
- ・洗剤
- ・ふきん

NPO 法人子どもサポートチームすわ主催

学びを自然の中で体験する合宿 詳細

・日時 6月8日～6月9日 1泊2日

・費用 2,000 円

・集合・解散場所

上諏訪駅西口 or 中洲公民館

・スケジュール

6月8日(土曜日)

上諏訪駅西口 集合 7:20 → 上諏訪駅発 7:30 → 中洲公民館 集合 7:45

→ 中洲公民館発 7:55 → 高遠青少年自然の家 8:50 →

荷物置き場に荷物を置きに行きます。 → 餅つき 10:00～13:00 →

餅つき終了後に宿泊棟に、シーツと荷物を持って移動 → 自由時間 13:00～13:45

〔自然観察(指導員付き)・室内運動(要、上履き)] 14:00～16:00

「↑選択式です。好きな方に参加してね(≧▽≦)。◇雨天時は室内運動のみです」

自由時間 16:00～16:50 → タベのつどい 17:00～17:20 →

終了後にキャンプファイヤー準備 → 夕ご飯 18:00～18:50 →

キャンプファイヤー(雨天時、宿泊棟でレクリエーション) 19:00～20:00 →

入浴 20:10～21:00 → 就寝 22:00

(※入浴時間が決まっています。この時間以外は入れないので要注意)

6月9日(日曜日)

起床 6:00 → 朝のつどい 7:00 → 朝食 7:20~8:00 →

宿泊棟清掃・片付け ~8:50 → 荷物移動後 →

ハイキング・竹とんぼ作り ~11:30 → 野外炊飯棟 A に移動→

野外炊飯(BBQ) →

ご飯を食べて、片づけて、15:50 まで自由時間 → バスに乗って帰る 16:00 →

中洲公民館 到着 17:00 → 上諏訪駅 到着 17:20

・持ち物

・着替え ・お風呂道具(タオル、バスタオル等) ・歯ブラシ ・ぼうし ・雨カッパ
・懐中電灯 ・水筒 ・ジュース代(500円くらい) ・軍手 ・上履き ・上着

・服装について

・山の上なので平地より寒いです。寒くなっても大丈夫のように、重ね着をするか上着を持ってくる等、工夫しましょう。
・歩きなれた靴、動きやすい服で来ましょう。

・備考

・お風呂について

みなさんでお風呂に入るのは無理な場合、別に個別対応可能です。
事前にスタッフまで相談しておいてください。

・各活動プログラムについて

どんな事をするかわかるように各プログラムの資料もあります。
確認しておくとうれしいよ♪

・東尾根ハイキング道中の様子



これくらいの坂道を上ります。
わかるかな？

道幅は狭い
部分でこれ
くらいだよ

この鉄塔目指して歩くよ
写真は曇っているけど、八ヶ岳が
キレイに見えるよ





◆◆ 生活体験活動 ◆◆ もちつき

平成27年5月1日現在

活動の概要	昔ながらのきねとうすを使って、それぞれの役割をこなしながら、新しい年を迎えるための準備としてのもちつきを体験してみましょう。
対 象	小学生～大人（園児は大人の付添いがあれば大丈夫です。）
所要時間	2～2.5時間 開始15分前には集合し、道具や準備品の確認をお願いします。 事前にグループ分けをし、余裕を持って、準備・片付けまで行ってください。
活動場所	ピロティ（冬場と雨天時は、もちつき後「天竜」を利用）
準備する物	利用団体： 食材料（ふかしたもち米、あんこ、きなこ、大根は売店（食堂）より購入） スポンジ（一人1個） 洗剤 ふきん（一人1枚） ※ビニール手袋（一人一組） そうきん（一人1枚） 自然の家： うす きね バケツ ボウル バット 皿 箸 おろし金 包丁 ブルーシート 新聞紙 ※準備から片付けまでが活動になります。準備品の保管場所は、事務室にお尋ねください。
留意事項	① この活動は研修指導員を必要とします。事前に自然の家職員に相談してください。 ② 夜間あるいは、荒天時の代替えプログラムとしては、活動できません。 ③ 申込みは、10名以上でお願いします。 ④ 準備・片付けは団体のみなさんで行ってください。 ⑤ もちをまるめる場所にブルーシートを敷いておきます。 ⑥ もち米は食堂でふかしてもらえます。（価格は価格表をご覧ください） ふかしたもち米・あんこ・きなこ・大根を売店（食堂）から受け取ります。 ※ふかしたもち米を受け取るボウルを持っていきましょう。 ⑦ 活動終了後は、道具を洗い、ふきんでふいて元の場所にきちんと戻しましょう。 ※冬場は、水が冷たいのでビニール手袋をして洗い物をします。 ⑧ ブルーシートが汚れたら、そうきんで拭き取っておきます

活動例（研修指導員の指示にしたがい、このような流れでお願いします。）

- ① はじめのあいさつ ※研修指導員紹介や「お願いします」など
- ② 道具・食材を準備する。指導員の指示に従って、利用団体で準備します。食材は売店より購入します。
※臼、きね、手返し用のボウル、バケツなどセットする。
※きなことあんこをそれぞれバットに入れておく。大根をバットにすり下ろしておく。
- ③ ふかしたもち米を売店でもらい、臼へ入れ、もちつき開始。
- ④ もちをつく。（利用者） 手返しをする。（指導員）
- ⑤ つき上がり。つき上がったもちをボウルに取り、まるめる場所へ移動する。
- ⑥ まるめる・・・研修指導員がもちをちぎるので、ちぎったもちをまるめる。
- ⑦ あんこ、きなこ、大根おろしのバットにもちを入れ、あんこもち、きなこもち、大根おろしもちにする。
- ⑧ 食べる
- ⑨ 道具・食器の片付け・・・洗い物（きね うす 皿 ボウル バケツ等）を分担して洗い、ふきんでよく水気を拭き取る。研修指導員の確認のもと、利用団体が倉庫へ道具を片付けます。
- ⑩ 活動場所の清掃。研修指導員の指示にしたがって清掃をお願いします。
- ⑪ おわりのあいさつ ※お礼の言葉や「終わりのあいさつ」など



◆◆ 野外体験活動 ◆◆ 東尾根ハイキング

活動の概要	家族向けに一番手軽なハイキングコースです。自然観察やハッ岳・南アルプス展望、山菜採りやきのこ狩り、そしてバードウォッチングもできます。冬はアニマルトラッキングをしながらの雪中ハイクも楽しめます。 尾根への入路はいくつかありますが、尾根に上がってしまえば案外平たんで、未就学の子どもでも十分歩けます。
対 象	幼児以上
選んだ時期	春 夏 秋 冬
往復距離	4.5Km
所要時間	およそ2時間
準備する物	利用団体： トランシーバー用電池（1台につき単三電池最大3本必要） 水筒 雨具 ごみ袋 双眼鏡（あると便利） 自然の家： トランシーバー 地図 双眼鏡（貸出し用有り） すず
留 意 事 項	◎ 活動弁当の空き容器・袋等は途中で捨てないで、必ず青少年自然の家まで持ち帰り、売店（食堂）職員の指示で処理してください。持ち込まれたごみについては お持ち帰りください。持参弁当の残飯は生ごみサイロへ処分してください。 ○ 生息する動物に出会ったら、おどかしたりせずに静かに観察しましょう。特に鳥たちは敏感ですので、驚くと活動エリアを変えてしまう恐れがあります。 ○ コースを表示する丸太や看板には、触れないでください。方向が変わったり、表示が取れたりして、後の人が迷惑します。

展開例・コース例		地図上の○囲いの数字はオリエンテーリング用のポストです。
自然の家 ↓ 利用者駐車場 ↓ ⑬ポスト ↓ ⑫ポスト ↓ ⑪ポスト ↓ ⑩ポスト ↓ 鉄塔（⑨ポスト） ↓ ⑧ポスト ↓ ⑦ポスト ↓ すりばち広場 ↓ 自然の家	駐車場の上下に尾根への登り口があります。 ハッ岳が一望できる眺めの良い場所です ⑧番ポストへ上がると尾根コースになりますが、急勾配な場所があり、雨天時は通行困難となります。	モデルコースは東尾根全コースの約半分を踏破するコースです。 尾根は鉄塔（⑨ポスト）をピーク（1388m）として、⑭ポストまで多少のアップダウンはありますが、なだらかに下っていきます。尾根まで登る道は概ね急坂で、雨天時や地面がぬれている場合は踏破するのが困難な場合もあります。 活動の前に事前踏査を十分に行い、安全なハイキングを計画していただくようお願いします。

全ポスト (40ポイント)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1 金沢峠 | 21 土がけの上 |
| 2 千代田湖北 | 22 中山湖南西 |
| 3 千代田湖南西 | 23 道の曲がり |
| 4 道の分岐 | 24 鉄塔 (45番) |
| 5 鉄塔 (49番) | 25 続美沢曲がり |
| 6 道の分岐 | 26 わんぱく広場 |
| 7 道の分岐 | 27 小笠地 |
| 8 鉄塔 (48番) | 28 道の曲がり |
| 9 鉄塔 (47番) | 29 道の分岐 |
| 10 道の分岐 | 30 道の分岐 |
| 11 岩 | 31 岩 |
| 12 貯水タンク南 | 32 尾根 |
| 13 道の分岐 | 33 三角点 |
| 14 道の分岐 | 34 道の分岐 |
| 15 鉄塔 (46番) | 35 尾根 |
| 16 小笠地 | 36 鉄塔 |
| 17 すりばち広場 | 37 沢 |
| 18 道の分岐 | 38 鉄塔 (片倉) |
| 19 道の分岐 | 39 道の分岐 |
| 20 道の分岐 | 40 かん部 |



自然の豊さを見つけよう 考えよう 味わおう 楽しもう

国立信州高遠青少年自然の家

寒尾根ハイキングコース

— 急な坂道
— 坂道
— 比較的平坦な道

地図記号

- 主要道路
- 道路
- 道
- 小道、小径
- 不明瞭な小径
- 立入可能な開けた土地
- 荒地・伐採地・植林地
- 走行容易
- 走行可能
- 通行困難

Map symbols

- Major road
- Road
- Vehicle track
- Footpath, Small footpath
- Less distinct small path
- Open land (Crossable)
- Rough or Semi open land
- easy running
- slow running (Forest, Undergrowth)
- difficult to run

縮尺 1 : 15,000
等高線間隔 5m

◆◆ 創作活動 ◆◆ マイはしづくり

活動の概要	地元長野県の本曾産の檜（ひのき）を削ったり磨いたりして、世界で一つしかない自分の箸「マイはし」を作ります。
対 象	小学校4年生以上
所要時間	2～3時間
活動場所	千曲 梓 三峰 クラフト室 など
準備する物	利用団体：マイはしづくりセット（売店より購入） 新聞紙 鉛筆 定規 自然の家：木工用ナイフ 電熱ペン
留意事項	① この活動には研修指導員はつきません。見本等を参考にしてください。 ② 荒天時の代替えプログラムとして計画できます。 ③ 活動前に、売店（食堂）でマイはしづくりセットを購入してください。 （はしの原木 粗い紙やすり1枚 仕上げ用紙やすり2枚） ④ 道具は、事務室に取りに来てください。 ⑤ 活動終了後は、道具の数を確認し、事務室に戻してください。 ⑥ 使用した活動場所の掃除を念入りにし、忘れ物がないか確認してください。 ⑦ 木くずなどのごみは、まとめて事務室へお持ちください。

展 開 例

①活動準備

箸の形を「四角柱型」か「八角柱型」にするか決める。（八角柱から円柱にすることもでき、高度な技術が必要な「三角柱」や合格する箸「五角柱」にチャレンジしても良い。）

②制作

◎ 四角柱型

- ★原木が四角柱なので比較的作りやすい。
- ★電熱ペンで文字を書きやすい。
- ★紙やすりだけでできる。



柄の部分



先端部分

1. 紙やすりで原木の表面を磨いたり、角が丸みを帯びるように磨いたりする。

※まず粗め（100番紙やすり）で先端を細くする。



2. 先端の細さは、好みに合わせる。



◎ 八角柱型

- ★木工用ナイフを使用する。
- ★持ちやすい。
- ★電熱ペンは、文字は通さないなので、模様が良い。

1. 原木の柄の裏に鉛筆で八角形の印をつける。



2. 印から先端付近まで、木工用ナイフで削る線を描く。



3. 線に沿って、木工用ナイフで削る
(※ 削りすぎないように注意！)



4. 八角形の各面を磨いたり、角が丸みを帯びるように磨いたりする。
5. 先端まで八角形を維持するのは難しいので、中間から先端は円柱にする。

③電熱ペンを使用する。

- ★やけどをしないように気をつけてください。
1. 電源を入れ、電熱ペンの先端を温めておく。
※300~400℃の高温になります。
先端の金属部分には触れないでください。
※大人が近くについていてください。



2. 柄の部分に鉛筆で下書きする。

3. 電熱ペンで下書きをなぞるように描く。
※電熱ペンを強く押しつけると、先端が破損してしまいます。
※ゆっくりとやさしくなぞってください。

文字や模様
など書いて
自分らしい
箸(はし)を



④仕上げ(※自宅で行ってください。)

- ★仕上げをしないと、醤油やソースの色がつきます。

1. ティッシュペーパーにオリーブオイルを少量つける。
2. オイルを箸に染み込ませるように塗る。
3. 上下の端の部分は念入りに塗る。(1日乾かす)
4. ゼラゼラ感が残ったら、再び紙やすりで磨き、オリーブオイルを塗る。



⑤おまけ「箸置きづくり」

- ◎小枝を拾ってきて、木工用ナイフで削り箸置きを作ってみてもよいでしょう。
- 自然の家の木(小枝)を思い出として、残すことができます。



◆◆ 創作活動 ◆◆ 竹とんぼづくり

活動の概要	伝統的な遊び道具である竹とんぼをつくり、高く舞い上がった時の喜びや感動を得ることができます。また、安全への注意力や気配り、集中力を養うことにもつながります。
対 象	小学生～大人
所要時間	およそ2時間
活動場所	千曲 梓 三峰 クラフト室 体験学習室 など
準備する物	利用団体：竹とんぼセット（売店より購入） 紙やすり 紙コップ 定規 木工用ボンド 新聞紙 （使い慣れたナイフがあれば持参してください。） 自然の家：木工用ナイフ きり
留意事項	① この活動は、団体独自で行うか、研修指導員を希望するかを事前に自然の家の職員に連絡してください。 研修指導員希望の場合（指導料：指導員1人1回3,670円） ② 活動前に、売店（食堂）で竹とんぼセットを購入してください。 ③ 団体独自で行なう場合は、道具を事務室に取りに来てください。 研修指導員希望で行なう場合は、環境未来センターで指示に従ってください。 ④ 木工用ナイフは、切れる物をお持ちください。自然の家にもありますが、使い慣れていて切れる物の方が、ケガが少ないようです。 ⑤ 活動終了後は、道具の数を確認し、事務室に戻してください。 ⑥ 使用した活動場所の掃除をし、忘れ物がないか確認してください。 ⑦ できあがった竹とんぼを飛ばす時は、安全な広い場所を選び、人から離れて、ケガのないように注意してください。

展 開 例

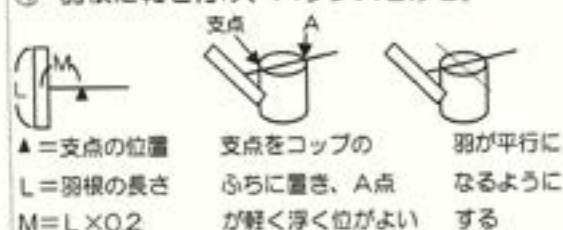
- ① 竹板（羽根）に線を引き、けする。



- ② けすり取った面をヤスリで滑らかにする。

- ③ 四隅の角を取る。

- ④ 羽根に軸を付け、バランスをみる。



- ⑤ 羽根に軸を木工用ボンドで固定して完成。

1セット



学びを自然の中で 体験する合宿



6月8日（土曜日）

～6月9日（日曜日）



・参加費 2,000円

参加対象年齢 小学5年～20歳

プログラム内容予定

草花観察、山歩き、キャンプファイヤー、
BBQを主として予定しています。



今回の合宿のねらい・目的

今回の合宿は、フリースクールに通っている高校生以上の若者で内容を企画しました。

自然の中で視覚、嗅覚、触覚を使って感じる、食の原点として自ら口に運ぶ物を材料から見て触って確かめる、など自分の五感で感じてもらえるような内容を考えています。

ぜひ参加してください！

申し込み〆切 4月24日まで

※定員に限りがあるので、早めのお申し込みをお願いいたします。

・お問い合わせ先 0266-58-5678（NPO法人子どもサポートチームすわ 金子まで）

-----申し込み-----切り取り線-----

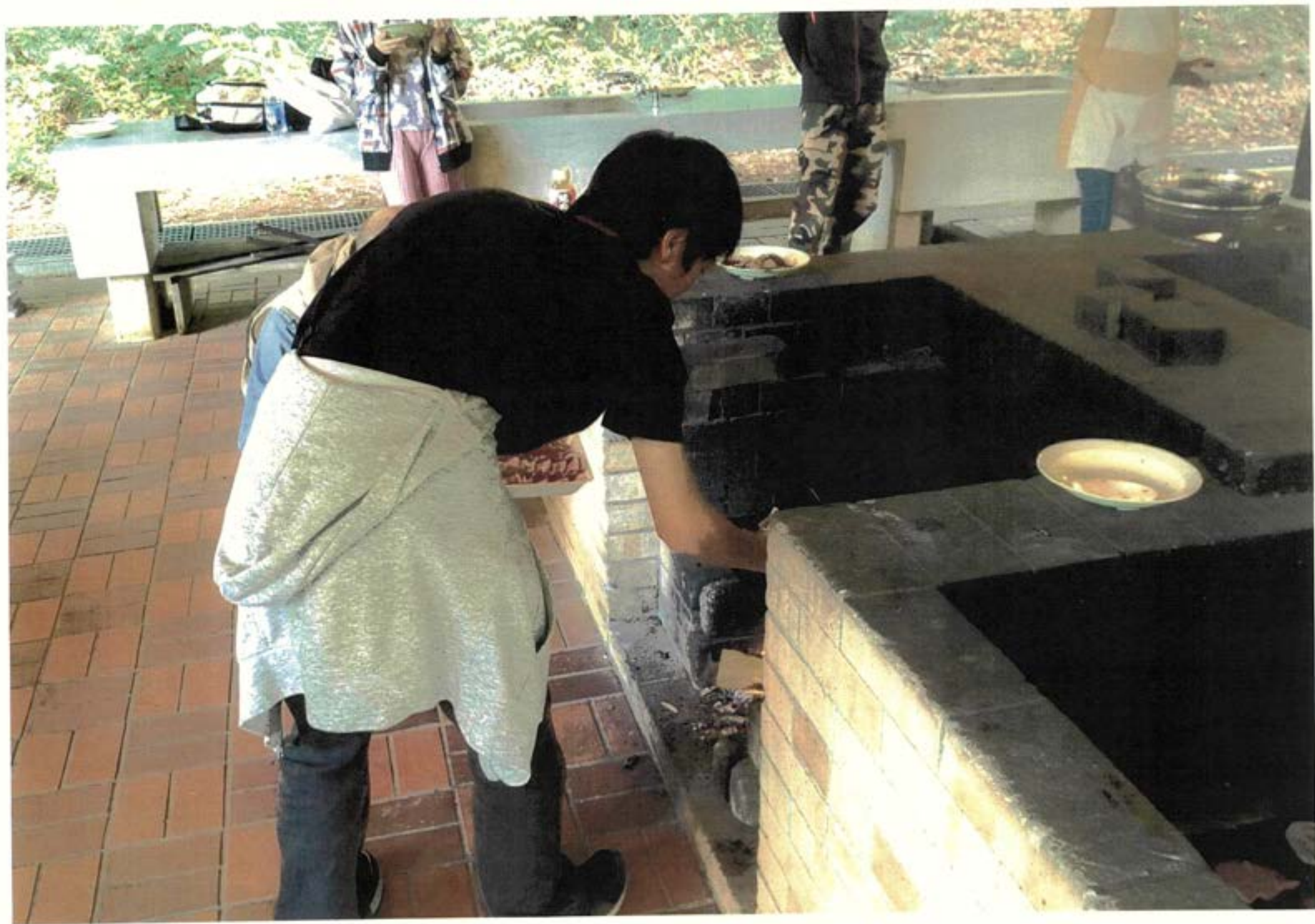
名前 [] 学年 [] 年齢 [] 歳

性別（○でご記入ください） [男 ・ 女] アレルギー [有 ・ 無]

9日午前参加プログラム希望調査 [ハイキング（雨天時マイはし作り）・竹とんぼ]

アレルギー 有に○をした方へ
アレルギー食材をご記入ください。



















2024 年 11 月 28 日

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金 事業報告書

公益財団法人長野県みらい基金
理事長 高橋 潤 様

所在地 松本市新村 2967-8
団体名 信州みんなの食堂
代表者職氏名 代表 下里 かおり



2023 年 9 月 28 日付けで助成決定通知を受けた標記助成金について、下記のとおり報告します。

記

1 助成を受けたメニュー

○	(1) 「こども育成」: 地域における子どもたちの育ちや子育ての支援等を目的とする活動
	(2) 「まちづくり」: 住民が主体となり、自ら魅力的な地域づくりを実現するための活動
	(3) 「学ぶ若者応援」: 若者の学びの意欲を後押しし、多様な学びの機会を創出する活動

2 報告する事業について

(1) 事業名称

安心して過ごせるみんなの居場所 (こども食堂)

(2) 事業の実施期間

2023 年 9 月 28 日 ~ 2024 年 9 月 28 日

(3) 助成額

(A) 既助成額 (概算払)	300,000 円
(B) 対象経費の支出額	300,000 円
(C) 助成金返還額 = (A) - (B)	0 円

(4) 実施した取り組み（この事業で具体的にやったこと、誰に・いつ・どこで・何をどのように行ったのか）

- 授乳室にある2カ所の窓と、食堂内にある灯油ストーブ付近の窓3カ所に防火カーテンを設置しました。
- 食堂内の床に何カ所も見つかったフローリングの剥がれは、全て業者の手で綺麗に直してもらいました。
- 居抜き前のレストランオーナーが変えていなかった屋外設置の灯油タンクを1ランク下のサイズに変えました。
- 開催中に破損した不凍栓を直しました。
- 不足していたボードゲームを新しく購入しました。幼児から中学生が遊べて、1人から数人でも遊べるタイプを二種類選びました。

(5) 達成できた状態・成果（この事業で具体的に実現できた状態、誰がどのような助けを得られたのか）

ドアが占められる授乳室に防火カーテンを設置することで、室内が見えない部屋ができました。灯油ストーブから燃え移る心配がない部屋では、安心して授乳やおむつ替えができます。出産直後から幼児期の子どもを育てる母親は家に籠りがちですが、授乳とおむつ替えができる食堂があることで気分転換に役立ててもらっています。また、食堂内にあるもう一つの灯油ストーブ付近は西日が強く差し込むため、防火カーテンが必須でした。暖かい場所では、親子の会話や子どもたちの声も弾んでいます。長い冬の間、参加者には安心安全な空間で過ごしてもらうことができました。

これまで、剥がれた床材でつまづく部分があった心配でしたが、剥がれを直したことで転ぶ心配がなくなりました。裸足で歩き回る幼児や小学生が出てきて、居心地の良さを実感できている証拠だと嬉しくなりました。

対面で遊べるゲームは、親子で遊んでいる様子や子ども同士、1人で楽しんでいる子どももいて、楽しさを提供できています。

最後に、計画になかった「不凍栓修理」についてのご報告です。子ども食堂は週に1回なので、冬季中は毎回開け閉めしていた不凍栓。開催日当日に開けたところ、老朽化により、破損しました。室内では水が出せなくなり、炊事用とトイレ用の水は外の蛇口から鍋とバケツで運びました。一週間後の開催日までに直さなければなりません、費用を捻出できなかったため助成金を頼らせてもらいました。おかげさまで、翌週以降の運営には支障が出ることなく継続できています。

3 「長野ろうきんNPO自動寄付システム」寄付者様へのご報告（メッセージ）

私たちの子ども食堂は、築37年のレストランを居抜き活用で始めました。開所したところ、消防署から「防火カーテンへの取り換え」と「灯油タンクの適正設置」を指摘されて困りました。慈善事業で始めたので、費用を出せず悩みましたが「長野ろうきんNPO児童寄付システム」寄付者様に助けられました。おかげさまで、継続できる見通しが立ちました。これからも、居場所を必要とする子どもたちやご家庭のために活動を続けて参ります。毎週水曜日を固定して開催、予約制にできなかったことで、子どもが自分の足で通っています。幼い子どもの子育てで日々忙しいママの「今夜は外食したい」という要望にも応えられる準備も整いました。ワンオペで頑張るママの息抜きの場にも活用されています。子どもを見守ってくれるボランティアスタッフも登録制ではなく、来たい人が来れる時間帯で来てくれます。参加者もスタッフも日によって多かったり少なかったりしますが、それ

もいいと思っています。参加者が少ない日は、普段では話せない話ができるディープな居場所に。スタッフが少ない日には子どもが手伝いを名乗り出てくれるので、お互い良い経験になります。子どもたちからは様々なアイデアが飛び出てくるので、いっしょに居場所づくりをしている感覚があります。参加者が多くて混雑する日には、子どもから席を空けてくれたり相席に協力してくれたり。支えあっている優しい空間ができていると感じます。私の役目は、安全安心して参加できる環境を整えること。今回の助成金によって、一歩前進できました。

「信州みんなの食堂」は、誰でも入れる子ども食堂です。機会がありましたら、ぜひとも様子を見がてらお立ち寄りください。この度は、ありがとうございました。

4 添付書類

- (1) 収支報告書
- (2) 領収書等、実際に経費を支払ったことが確認できる証拠書類（写し） ※対象経費のみ
- (3) 事業の経過及び成果を示す書類（外部公開可能な写真を含むこと）
- (4) 成果物各1部（開催案内・チラシ、当日配布資料等） ※成果物がある場合
- (5) その他参考となる資料

毎週水曜に開催 多世代の交流場

松本市 信州みんなの食堂



12月の「信州みんなの食堂」は毎週水曜日、夕方3回と昼間1回の4回開催し、子ども113人を含む180人が参加しました。

6日は夕方開催。松本大学から寄付されたもち米で餅つき。餅つき場で仕上がった餅は、素早く丸めて黒ゴマときな粉で味付け。おやつや食事で食べました。多くの子がおかわりできて大満足。2升近くあった餅もあっという間に食べきりました。

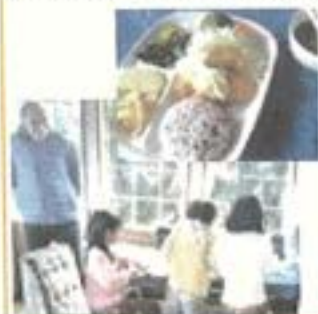


13日は、安曇野市から読み聞かせボランティアのご夫婦が来てくれて大型絵本を読んでくれました。食事時には学区内の学校長が初来場。子どもたちと同じテーブルで食べたり、食後に宿題を教えてくれたり。「また来てね」と声をかける子もいて、ここが居場所として定着したようです。

地元の川魚店から「信州サーモン」と「鯉のあら」を卸売価格で譲ってもらいました。家庭ではなかなか味わうことができない貴重な魚で松本の川魚文化を伝えました。



20日は、宿題の合間にカップケーキの飾り付け。寄付のキウイ、バナナ、クッキーやイチゴを乗せて冷蔵庫へ。全員でクリスマス気分を味わいました。また、国際サンタ松本支部から子どもたち一人ひとりにクリスマスプレゼントが届けられ、どの子もいい顔しながら受け取りました。



27日は昼開催。小学校の終業式を終えて12時過ぎに到着した子どもたち。お腹ペコペコさんたちのために、すぐ配膳に取りかかりました。

この日は開催52回目。これまでに多くの人々からさまざまな寄付をいただき、運営を軌道に乗せることができました。皆様からの温かいご支援に感謝申し上げます。これからも、子どもを中心にした多世代交流の居場所づくりを進めてまいります。



こどもカフェ 信州みんなの食堂

誰でも入れる子ども食堂

12月の開催日

場所 松本市新村2218 (旧あんだんて)

対象 あかちゃん～おとな (誰でも)

活動日 4日, 11日, 18日, 25日

時間 PM 4時 ~ 7時 (Lo.6時)

参加費 こども：無料
おとな：500円～
(カンパ協力お願いします)

毎週水曜日

問合せ先 「信州みんなの食堂」

090-7943-4452 (下里)

インスタQR



年始のご案内
1月1日、8日は
お休みします



「信州みんなの食堂」

食材費の他、建物維持管理費が発生するため
カンパ協力金や寄付によって運営しています
ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します

共催：NPOホットライン信州・信州こども食堂ネットワーク



こどもカフェ

9月

信州みんなの食堂

子どもは、宿題や自由時間の中で
大人は、保護者同士や親子で—

おうちの人も
お気軽に



単発でのお手伝いも
大歓迎です♪



みんなの
居場所

9月の開催日：

開催日
の様子



6日、13日、20日、27日

(16時～宿題&遊び、17時～食事)

参加費：こども無料

大人500円～

(カンパとしてお願いします)

温かい
ご支援に
支えられて
います



サイズ別
子供服コーナー常設

「信州みんなの食堂」

松本市新村2218

連絡先：下里

個人Line

(090-7943-4452)



共催：NPO法人ホットライン信州・信州こども食堂ネットワーク



2023 年 10 月 31 日

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金 事業報告書

公益財団法人長野県みらい基金

理事長 高橋 潤 様

所在地 北佐久郡軽井沢町追分 607

団体名 特定非営利活動法人
油やプロジェクト

代表者職氏名 理事長 斎藤 尚宏



2023 年 9 月 28 日付けで助成決定通知を受けた標記助成金について、下記のとおり報告します。

記

1 助成を受けたメニュー

	(1)「こども育成」：地域における子どもたちの育ちや子育ての支援等を目的とする活動
○	(2)「まちづくり」：住民が主体となり、自ら魅力的な地域づくりを実現するための活動
	(3)「学ぶ若者応援」：若者の学びの意欲を後押しし、多様な学びの機会を創出する活動

2 報告する事業について

(1) 事業名称

「ホンモノ市」魅力度アップ事業

(2) 事業の実施期間

2023 年 9 月 28 日 ～ 2023 年 10 月 31 日 (ホンモノ市実施日 10/8-10/9)

(3) 助成額

(A) 既助成額 (概算払)	300,000 円
(B) 対象経費の支出額	300,000 円
(C) 助成金返還額 = (A) - (B)	0 円

(4) 実施した取り組み (この事業で具体的にやったこと、誰に・いつ・どこで・何をどのように行ったのか)

「ホンモノ市」魅力度アップ事業を下記の内容で実施致しました。

「ホンモノ市」は地元クラフト作家の応援と主に浅間山麓エリアの町おこしを目的とした手作り作品の展示即売会です。(出店参加者はチラシを参照)。

- ・実施日： 2023年10月8日(日)・9日(月・祝)
- ・場所： 文化磁場油や(軽井沢町道分607番地)
- ・イベント魅力度アップ事業で取り組んだ内容

- 1 「油や」2階に来場者増を狙ってアート会場を新設。信州ほかで活動しているアート作家4名を招待し、絵画作品、インスタレーションなどの展示を行いました。作家4名は会場に滞在して作品の解説をして来場者との会話を楽しみました。一人の作家は簡単な絵を即興で描いて好評でした。(作家：ナカムラジン(キュレーター兼)、森泉智哉、佐藤雅子、神林學)
- 2 参加作家を申込先着順から選抜制に変更し、参加作家の多様性と質のレベルアップを図りました。コロナ禍前は誰でも出店できるということで最大60店ほどの参加があったのですが、今回は35店の出店申込に絞られました。(出展者35 (うち前庭27、館内8))
- 3 新館館内の「ギャラリー一進」に手間をかけた職人仕事をするクラフト作家の展示会場を特設し、高品質の作品を前庭の会場と差別化してクラフト市の魅力度をアピールしました。

——

直前の一週間でFBでは有料広告、SNS (FB、X (旧twitter)、インスタ) で作家紹介を実施、直前の金曜日に近隣(軽井沢町と御代田町)に新聞折り込みチラシ配布を行いました。

(5) 達成できた状態・成果 (この事業で具体的に実現できた状態、誰がどのような助けを得られたのか)

「ホンモノ市」は、コロナ禍の3年間はコロナ対応もあって規模を縮小して実施したことから来場者が減少、展示販売される作品の質量ともにレベルが落ちたという声が来場者などから寄せられていました。その対応として、

- 1 「油や」2階にアート会場を新設しましたが、館内への入場者が玄関に靴の置き場がなくなり入館整理を行う対応をするほどの多くの来場者がありました。アート会場の設置がイベント来場者増に大きく貢献した実感があり、「ホンモノ市」魅力度アップとしてアート会場は好評であり来年も継続をしていきたいと考えます。
- 2 参加作家を申込先着順から選抜制に変更しました。イベント開催中の出店者へのヒアリングでも作品の販売額が良かったという作家との会話が多くあり、選抜制にした結果として出店者の質のレベルアップが図られたと考えます。
- 3 新館館内の「ギャラリー一進」に高品質の作品を前庭の会場と差別化してクラフト市の魅力度をアピールしました。アート会場と合わせて「ギャラリー一進」も予想以上の賑わいがあり、会場が狭く感じられるほどでした。

——

イベント初日は好天となり多くの来場者で賑やかな一日となりました。イベント二日目の9日(月・祝)はあいにくの雨だったのですが、その雨の中をも来場者が結構あって、「ホンモノ市」魅力度アップ事業を行うことで、コロナ禍で少し心配・感じていた停滞感を払拭する活気あるイベントになったと考えます。

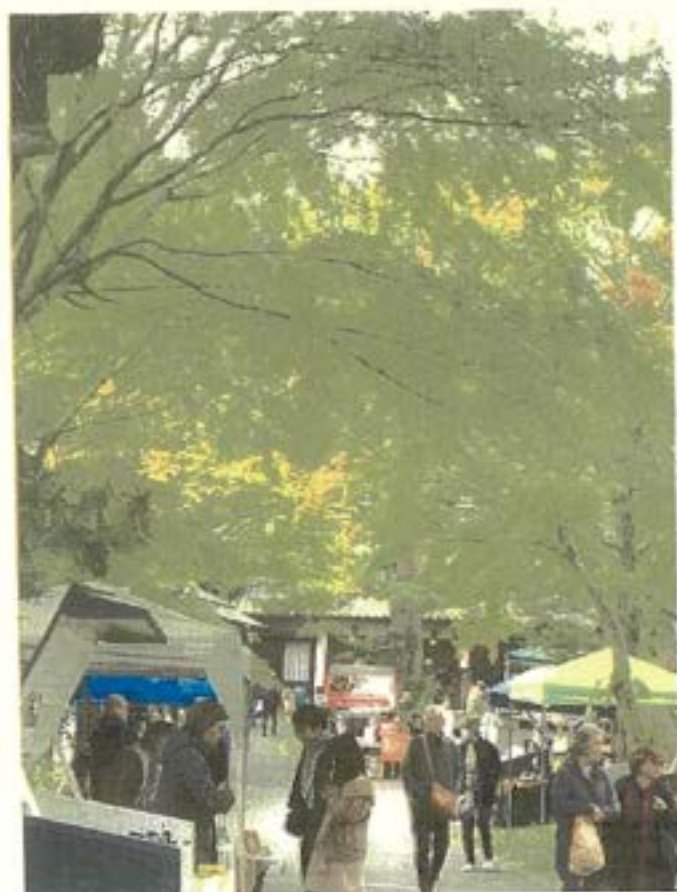
3 「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」寄付者様へのご報告（メッセージ）

「ホンモノ市」は、信州を中心とする地元アーティスト・クラフト作家の応援と浅間山麓エリアの町おこしを目的とした展示即売会です。今年はコロナ禍で被った停滞感を払拭すべくアート会場の設置など新たな取り組みを行い、同時にイベント広告を積極的に行うことで「ホンモノ市」の活性化ができたと考えます。「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金事業に採択されたことで資金的にたいへん助かりました、寄付を頂いた皆さまに感謝とお礼を申し上げますと同時に、来年以降も「ホンモノ市」を継続・進化させることで魅力的な地域作りの実現に貢献したいと考えます。

4 添付書類

- (1) 収支報告書
- (2) 領収書等、実際に経費を支払ったことが確認できる証拠書類（写し） ※対象経費のみ
- (3) 事業の経過及び成果を示す書類（外部公開可能な写真を含むこと）
- (4) 成果物各1部（開催案内・チラシ、当日配布資料等） ※成果物がある場合
- (5) その他参考となる資料

2023 年信濃追分文化磁場油や「ホンモノ市」会場風景





ナカムラジン



神林 學



クレッグ・シャノン



森泉智哉

佐藤智子 (賛助出展)



2024 年 11 月 25 日

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」助成金 事業報告書

公益財団法人長野県みらい基金

理事長 高橋 潤 様

所在地 岡谷市堀ノ内 1-14-8

団体名 子ども・若者 STEP ハウス

代表者職氏名 理事長 北山 秋雄



2023 年 9 月 28 日付けで助成決定通知を受けた標記助成金について、下記のとおり報告します。

記

1 助成を受けたメニュー

☐	(1) 「こども育成」：地域における子どもたちの育ちや子育ての支援等を目的とする活動
☐	(2) 「まちづくり」：住民が主体となり、自ら魅力的な地域づくりを実現するための活動
☒	(3) 「学ぶ若者応援」：若者の学びの意欲を後押しし、多様な学びの機会を創出する活動

2 報告する事業について

(1) 事業名称

居場所のない若者の居場所作りと学ぶ意欲を支え、自立支援を応援する

(2) 事業の実施期間

2023 年 9 月 28 日 ～ 2024 年 10 月 31 日

(3) 助成額

(A) 既助成額（概算払）	300,000 円
(B) 対象経費の支出額	300,000 円
(C) 助成金返還額 = (A) - (B)	0 円

(4) 実施した取り組み (この事業で具体的にやったこと、誰に・いつ・どこで・何をどのように行ったのか)

- ① 創作活動 月1回 講師の方を呼び、身近にある素材を使った創作や絵の具などの画材を使ったアートまで様々な創作を行った。小学2年生から大人まで。
- ② 美術 計4回(9月) 美術を通じて人とのコミュニケーションの取り方を学んだり、他者がどう感じているか知るを目的に、「絵でテレパシー」という題名で講座を行った。小学生から大人まで。
- ③ 調理実習 料理が得意なお母さんを中心に行ったお昼作りとおやつ作り(各月1回)に加え、毎週木曜日は調理実習の日とし、みんなで食べるお昼をみんなで作った。小学生から大人。
- ④ ボードゲームの日 毎週水曜日に誰でも参加できるボードゲームの日を設定し、年齢幅広く交流できる場とした。ボードゲームに詳しい方をお呼びし、講師になってもらった。中学生から50代男性も参加。
- ⑤ 演劇講座 開催2回。(5月7月)講師の方をお呼びし、自己紹介、今までの印象的な出来事話すなど、演劇もしながら対話を通じて、過去の自分と向き合うことや、未来の自分を思い描くというワークショップを行った。中学生から大人。
- ⑥ 化石館5月・宝石館8月・美術館9月 化石と宝石は中学生の男の子が興味があり、みんなで見学に行き、宝石は体験も参加。美術館は、子ども達にアートを身近に感じて欲しいと地域の美術館に行った。
- ⑦ TRPGゲームイベント 月に1回、土曜日に開催。高校生以上を中心とし、テーブルトークゲームでゲーム内でのキャラクターを演じながら他者とトークをし、普段話すのが得意ではない人でもゲームを通じて仲間を作っていった。
- ⑧ 畑作業 本事業場所の庭で、きゅうり、トマト、しし唐などを栽培し、水やりや収穫などを行った。野菜を使って、料理もした。
- ⑨ コーチング 4月

(5) 達成できた状態・成果 (この事業で具体的に実現できた状態、誰がどのような助けを得られたのか)

- ① 創作活動では、ハンマーを使って釘を木材に打ち込む活動も行い、釘打ちは心のストレス解消にも繋がるので、中学生の男の子たちも夢中で参加していた。普段はゲームをしているので、ゲーム以外の集中できる場となった。
 - ② 美術 二人一組で行う、言葉だけで相手に情景を伝え、もう1人は聞いたことを絵にしていくというテーマで、中学生の男の子は、細部まで伝える力と相手の言葉を汲み取る力の才能を発見し、本人の自信となった。自分と他者がいかに感じていることや考えていることが違うのかなど、相手や自分を知る勉強になった。
 - ③ 調理実習 料理をしながらコミュニケーションを取り、自分で作って食べるという食を大切にすることを目的に行った。小学2年生の男の子が、コロッケをジャガイモをつぶして丸めるまで行い、家では母親が食べる時間をきにして最後までやらせることができていなかったが、お昼の時間は過ぎたものの、最後までやりきるという達成感を育むことができた。中学生や大人が、年下の子に包丁の使い方などを教え、教える側も与えることへの喜びを感じていた。
- ☆R5. 9月からR6. 4月まで、月2回カフェを開催し、近所の方や一般の方も含め、お世話になっている方を招き、コーヒーやケーキ、サンドウィッチなどを振

舞った。STEP ハウスを利用している子ども達や大人も、外部の人達とも関われるきっかけとなった。今後また再開する予定。

- ④ ボードゲームの日 ウボンゴというテーブルゲームを講師の方が教えてくれ、中学生、高校生、50代の大人まで幅広く交流できる場となった。50代の男性は過去にうつ病を経験しており、だんだんと社会に復帰したいということで参加し、相手との間にゲームがあることによって、人とコミュニケーションが取りやすくなった。
- ⑤ 演劇講座 高校生の女子がお母さんと参加し、自分の今まで印象に残っているお話のテーマでは、普段は余り話さない子が、お母さんとその時の光景を思い出しながら笑顔で話していた。その女子が話してくれたことも踏まえてその場にいる人で即興演劇を行い、自分が経験した出来事を他者が演じてみることによって客観的に見るという体験を行えた。
- ⑥ 化石館や宝石館で歴史を学びながら、化石磨き体験や宝石で作るネックレス体験などを行った。高校を卒業した10代の女子も少し外に出たいと参加し、化石を磨くという作業がはじめてで、かなり集中力がある作業なのでとても疲れてたが、周りの人もみんな同じように頑張っているのを見て、最後までやりきった。美術館は、美術の講師の方がお勤めしてくれ、ピカソやダリなどの有名な画家の展示を生で見ることができ、絵を見ることによって、物事の背景や奥深さを感じる経験となった。
- ⑦ TRPG ゲームイベント 高校生や大人を中心とし、作家志望の人や趣味でシナリオを書いている人などが集う会となっている。毎月必ず行い、それぞれが才能を発揮できる場となっている。
- ⑧ 畑作業 水をあげなければ枯れてしまうという単純なことでも、自分の必要性を知る体験となっている。
- ⑨ コーチング 4月に、高校生でコーチングの資格を持っている方を呼び、STEPハウスの普段の活動とスタッフの対応の仕方を見てもらった。活動をより良くするためのアドバイスやカードを使っの研修も行い、スタッフの意識も高まった他、講師の高校生と子ども達の交流にもなった。

3 「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」寄付者様へのご報告（メッセージ）

「長野ろうきん NPO 自動寄付システム」を使って寄付をして頂いた皆様、大変にありがとうございました。皆さまのおかげで、子ども達のニーズに合わせて多様で豊かな活動にすることが出来ました。心より感謝申し上げます。

4 添付書類

- (1) 収支報告書
- (2) 領収書等、実際に経費を支払ったことが確認できる証拠書類（写し） ※対象経費のみ

- (3) 事業の経過及び成果を示す書類（外部公開可能な写真を含むこと）
- (4) 成果物各1部（開催案内・チラシ、当日配布資料等） ※成果物がある場合
- (5) その他参考となる資料

創作の日



化石館



美術 講座名絵でテレパシー



演劇 ちゃぶ台を生かして加速劇



調理実習



宝石館での体験



ボードゲーム



コーチング講師の高校生とSTEPハウススタッフ



畑作業



カフェの日

