

北上市市民活動情報センター NEWS

毎月第1
木曜日発行

Vol. 165

2025年1月号

地域づくり・市民活動などのご相談は北上市市民活動情報センターへ

発行 北上市市民活動情報センター
(受託者) いわてNPO-NETサポート
北上市大通り1-3-1 おでんせプラザぐろーぶ4階
☎0197-61-5035 ✉shimin@npo2000.net

ブログ



facebook



きたかみまちづくりコラボアワード
市民投票がはじまります!

「応援したい
取り組み」
に投票しよう!

コラボアワードでは市民投票を行い、市民の皆様
様に「応援したい取り組み」や「もっと広めてほしい
取り組み」を選んでいただきます。

市民投票の期間
令和7年1月25日(土)～2月11日(火・祝)

投票方法は3つ!

①パネル展示による投票

エントリーのあった活動を下記施設に掲示し、
来場者にシールで投票していただきます。

- 北上市役所本庁舎、和賀庁舎
- 北上市生涯学習センター
- 中央図書館
- さくらホールfeat.ツガワ
- 江釣子ショッピングセンターパル
- ツインモールプラザ東西両館
- 市内16地区交流センター



②専用SNSによる投票

専用SNSにて取り組み紹介を行います。
「いいね」や「シェア」の数を票数とします。

③最終投票

令和7年2月18日(火)に開催する「北上市ま
ちづくりマッチングフェア」の会場で最終投票
を行います。

これまでの投票数と最終投票をもって、表彰す
る取り組みを決定します。
大賞ほか各賞には表彰状と応援金が贈られます。

交流センターさんの
講座まとめました

1月



2次元コードを読み取ると、情報センターブログ
の「1月の講座予定」ページに飛びます。
印刷もできますので、ご活用ください♪

きたかみ△(参画)カフェ
が開催されます

きたかみ△カフェは、さまざまな世代が交流し
ながら、誰もがいきいきと暮らせる北上の未来
を考え、自由に語り合う場です。

日時:令和7年1月26日(日)

午後1時30分～午後3時30分

(注)参加には事前申し込みが必要です。

申込みは右の二次元コードから→



当日の流れ(予定)

- 13:30 開会
- 13:40 アンケート結果紹介
- 14:00 パネルディスカッション
- 14:40 グループワーク
- 15:15 まとめ

会場

江釣子ショッピングセンターパル
ジョイスタジオ

主催

- ・きたかみ男女共同参画サポーターの会
- ・北上市



江釣子地区自治振興協議会

みんらぼカードで楽しく人生会議しませんか？

令和6年11月26日(火)、江釣子地区交流センターにて、ひまわり学級の講座「人生を100倍楽しむコツ～みんらぼカードで楽しく人生会議しませんか？～」が開催されました。

地域包括支援センターわっこの職員3名が講師を務め、みんらぼカードの体験と一緒に楽しみました。

「みんらぼカード」体験のようす

「もし、余命2か月といわれたら？」

みんらぼカードは一関市で在宅医療に携わる医師が考案した、人生会議が楽しくできるカードゲームです。

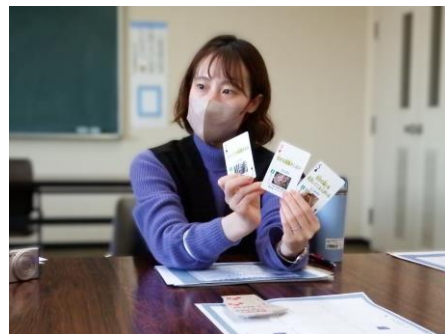
カードには「やりたかったことに挑戦したい」「望んだケアを受けたい」などの言葉が書かれており、手札の取捨選択をくりかえすうちに、自分にとって大切にしたいことが見えてきます。



自分の順番が来て、手札を交換する際は、「なぜ、そのカードを捨てる・選ぶのか」を説明します。他の参加者は話し手のエピソードに耳を傾けます。

場はリラックス感があり、時々、笑いも起こっていました。ややもすると「縁起でもない」と敬遠されがちな内容でも、楽しい雰囲気が進められていました。

参加者からは、「皆さんの考えを聞いて、なるほどと参考になった」「もっと自分自身のことを大切にしたいと思った」といった感想がありました。



地域包括支援センターわっこの伊藤さんは、「今日の体験を通じて、これから自分がどのような人生を送りたいか考えるきっかけにしてほしい」と語っていました。

新・わたしのきぼうノート

市役所本庁舎
長寿介護課で
配布しています



自分がどのような人生を送りたいか考えることは、これからをより前向きに生きることの心づもりにつながります。

令和6年1月26日に改訂された「わたしのきぼうノート第2版(北上市発行)」について、地域包括支援センターわっこの小野寺さんから説明がありました。

参加者は、相続や遺言、ノートの保管場所等について積極的に質問していました。

小野寺さんは、「想いは変わるので、お正月やお盆、誕生日などに定期的に見直すことが大切です」と話していました。

取材にご協力いただいた皆さま、
ありがとうございました。



行政書士は、暮らしやビジネスの“どうしよう”を解決する「頼れる街の法律家」です。

行政書士藤井等事務所代表の藤井さんは、北上市内を中心に、不定期で「毎日の生活・お困りごと無料相談会」を実施しています。

取り組みの内容を一部ご紹介します。

「無料相談会」の開催にいたるまで

藤井さんは37年間にわたり岩手県庁に勤めてこられました。

「県民生活センターの担当になった際、消費者トラブル等の相談対応をしているなかで、生活面など『悩みごと』や『お困りごと』があっても、身近に相談できる人がいない、ということがありました」と藤井さんは語ります。

一人ひとりの悩みごとに向き合うことの大切さを改めて実感した藤井さんは、定年退職後の令和5年、行政書士として独立開業。

誰もが気軽に相談できる場を提供したいという思いから、令和6年5月から「毎日の生活・お困りごと無料相談会」を始めました。



おでんせプラザぐるーぶでの相談会の様子です(令和6年11月)。行政書士が身近に感じられるような雰囲気でおこなわれていました。



行政書士 藤井等事務所
代表 藤井等さん

「毎日の生活・お困りごと無料相談会」を開催しています。今後の開催予定はホームページからご確認ください。予約不要で、相談料や参加料も無料です。お気軽にご相談ください。



ホームページ

「無料相談会」を夜間に開催



「ito cafe」(多機能型事業所 障がい福祉サービス事業)で、令和6年5月から11月まで毎週火曜日の夜間、相談会を開催しました。

夜間に相談会を開催していることに、かなりの驚きと感謝のことばがあったそうです。

こんなお困りごとありませんか？

- ・一度のつもりで買った商品が、定期購入だった
- ・”簡単にもうかる”と言われたが、もうからない
- ・相続・遺言書は、どうすればいいの？
- ・成年後見制度って、なに？
- ・『墓じまい』『お骨取り出し』は、誰に相談すればいいの？

企業情報

行政書士 藤井等事務所

所在地:北上市二子町高屋77番地2

電話:

0197-62-8688(受付 9時~17時)

080-9543-4970(受付 9時~17時)

※お問い合わせはできるだけ、ホームページのお問い合わせフォームからお願いします



お問い合わせフォーム

令和7年度 岩手県福祉基金助成事業

対象活動

- (1)社会福祉活動に対する助成
- (2)社会福祉施設の整備事業に関する助成
- (3)社会福祉従事者研修に対する助成
- (4)社会福祉の啓発及び顕彰事業に対する助成
- (5)(1)のうち「地域共生社会の実現」に対する助成

団体要件

県内に住所又は活動の本拠を有する、社会福祉を目的に組織された団体、社会福祉施設

助成金額 活動内容により異なる

実施 岩手県福祉基金

応募期間

令和7年1月10日(金)まで



地域福祉活動応援事業補助金

対象活動

北上市内で、地域福祉を推進する先進的な活動、地域の新たな福祉課題へ取り組む活動や地域福祉活動を通じた地域の活性化を図る活動

団体要件

北上市内で地域福祉活動を行う住民団体で、非営利団体とします。

助成金額

1団体あたり上限10万円

実施

北上市社会福祉協議会

応募期間

令和7年1月17日(金)まで



助成金情報はブログで随時更新

一緒にやってみませんか！ 会員・ボランティア募集

「鬼よ燃えろ！冬のみちのく芸能まつり」 座席のご案内ボランティア募集

貴重な芸能を未来に継承する舞台です。今年、日本遺産である島根県の「石見神楽」が特別出演します。

当日、来場者を指定席へご案内するボランティアを若干名募集します。詳細は、下記連絡先までお問い合わせをお願いします。

開催日:

令和7年1月26日(日)

開場:午前10時

開演:午前10時30分

(午後4時30分終演予定)

会場:

北上市文化交流センターさくらホールfeat.
ツガワ 大ホール

お問い合わせは

北上市民俗芸能協会

電話:0197-72-7861

(平日午後1時~5時)



鬼よ燃えろ！冬のみちのく
芸能まつり特設サイト

北上地区BBS会 会員募集

北上地区保護司会では、令和6年7月、更生保護活動の関係機関「BBS会」を立ち上げました。趣旨に賛同し、ともに活動して下さる会員を募集します。

BBS会とは？

非行のある少年など生きづらさを抱える子ども・若者の立ち直りや再チャレンジを支援、前向きに生きていくことを促す活動を行う、青年ボランティア団体です。

また、犯罪・非行の前歴のために仕事に就くことが容易でない刑務所出所者、保護観察対象者等を、その事情を理解した上で雇用し、立ち直りを支援する「協力事業主」を募集しています。働く場所があることは、再犯を防止することにつながります。詳細は、下記までお問い合わせをお願いします。

お問い合わせは

北上地区保護司会

事務局:北上市大通り1-3-1

おでんせプラザぐろーぶ4階

電話・FAX:0197-63-2266

(平日10時~16時)

