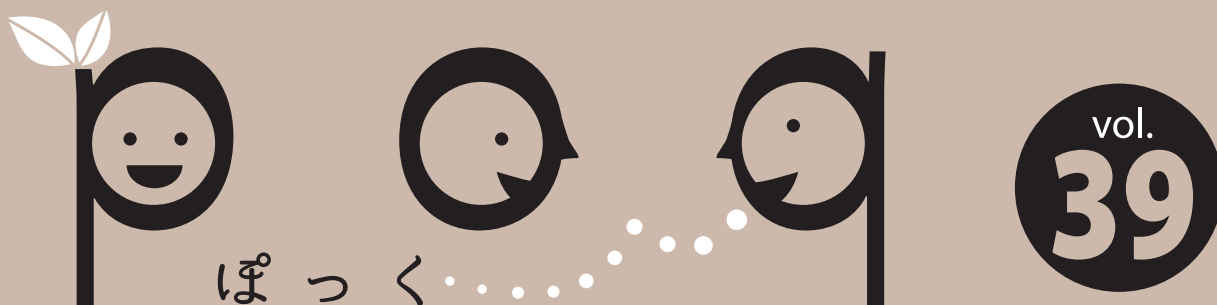




サポセンニュースレター 2025年 銀杏号



p5-6__【サポセンの事業報告】

●NPO・市民活動よろず講座

- ・「拾う」からはじまる街づくりーごみ拾いからウェルビーイングまでー
- ・「わたしが取り組む、まちの不登校支援～ウチの子から地域の子へ～」

●Let's 体験!! 2025

●みらいカイギ 2024 プロジェクト

80 年続けられる趣味！

地域の全世代を一つにする阿波おどりで松戸をもっと元気に！

p7__【ある日のサポセン】

「団体」ってどうやって作るの？

p7__サポセン新規届出団体

p8__【スタッフコラム】

週 2 日、地域活動をするとのくらしいの人に出会える？



サポセン
メルマガ登録はこちら！
<https://bit.ly/3gf0dh6>



まつど市民活動
サポートセンター

<http://www.matsudo-sc.com/>

さんさんROOM

主催 田村陽子

TEL 080-6140-3300



手づくりの看板

日時 毎月第4木曜日
場所 さんさんカフェ店内
(松戸市上本郷)

自宅や勤務先などの他にものんびり過ごせる居場所があればいいなあ～と思い、カフェのお休み日を利用して月に一度開所しています。障害がある人もない人も気軽に立ち寄れる場所を目指しています。



店内の様子



読書の推進と居場所づくり

主催 読書で「市民力」upをめざす会
(本屋 BREAD&ROSES)

E-mail breadandroses0501@gmail.com

HP <https://breadandroses-books-matsudo.jimdofree.com/>

X @breadrosesbooks

Instagram @breadandroses0501

日時 1～2ヵ月に1回程度、
土曜日の18時半から読書会を開催
場所 本屋 BREAD&ROSES(松戸市常盤平)



店長の鈴木さん

当店はまちの小さな本屋で、カフェも併設しています。地域のみなさんやお客さんが思索にふけったり、人と交流したり、一息つけたりする安心・安全な空間をめざしています。本の販売以外に読書会やトークイベントも開催しており、最近ではお喋り会や音楽ライブ、映画の自主上映会も始めました。読書会は現在、「働く」をテーマに、性別や世代を超えて一冊の本をめぐる感想を述べ合ったり、職場の愚痴を言い合ったりしています。求めるものは人それぞれですが、何か一つでも気づきやヒントが得られる場になればいいなと思っています。



読書会の風景

おとなの寄り道処。 On y va!

主催 阿部由紀子

TEL 080-9873-4917



代表の阿部さん

日時 毎月第3木曜日
18時から21時
場所 松戸二丁目自治会館

令和5年3月より、「自称大人の方なら誰でも参加していただける大人の居場所」を始めました。子どもや高齢者の居場所などがある中で、大人限定の居場所があってもいいのではないかと考えました。私自身が日々、相談支援業務をしている中で、人と人とのゆるいつながりの必要性を感じています。様々な年代の方が来られ、都内から来られる方もいらっしゃいます。雑談をしたり、一人で本を読んだり自由な空間です。予約は不要です。また、気兼ねなく参加していただけるように参加費は無料です。新規の方も大歓迎です。お待ちしております。

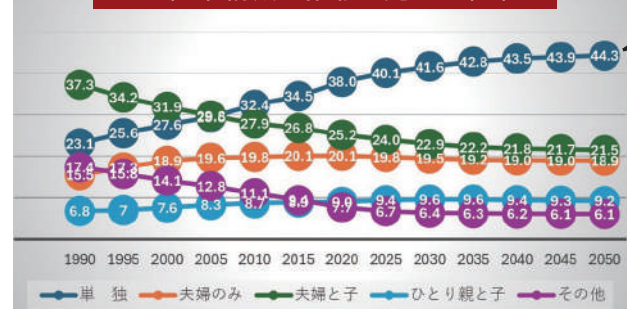


特集

「大人の居場所」 芽吹いています!

現代の日本では、一人暮らし世帯が全体の38%(2020年国勢調査)を占めます。かつてはどのような立場の人々も家族や親族と暮らすことがほとんどでしたが、未婚や晩婚化が進み、また離別や死別のまま今では一人で暮らすことが珍しくありません。家族と同居していても、職場と家庭以外に居場所がない人も多いでしょう。孤独・孤立が社会問題となり、それを担当する内閣府特命大臣まで設置されたことから、その深刻さが伺えます。子どもやシニアの居場所はすでに増えていますが、働き盛り世代の「大人の居場所」はまだまだ少ないのが現実です。最近、そんな状況に気づいた人々が地域で様々な「大人の居場所」づくりを始めています。本特集では、その活動を紹介します。

世帯構成の推移と見通し(%)



総務省統計局「国勢調査」、国立社会保障・人口問題研究所「日本の世帯数の将来推計(全国推計)(令和6年推計)」より作成

2050年には一人暮らしが
44.3%になると
予測されています!

単独世帯

特集掲載団体の
Webサイトを
まとめました!



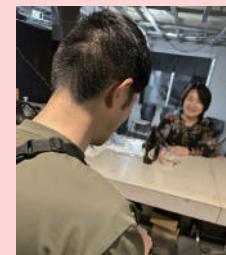
※URLをお持ちの
団体に限ります。

勝手に繋がれ場あ(BAR)

主催 サスティナブルな市民活動研究所(サス研)

E-mail kyochan75@gmail.com

note <https://note.com/susken2022>



主催のお二人

日時 基本的に、第2金曜日19時半～
場所 M.A.D.center / FANCLUB
(松戸市本町)

松戸で活動している方や、松戸に住んでいる方が、お酒を飲みながらゆるく繋がれる場所。松戸に住んでいても意外と地元のイベントのことを知らなかったり、松戸で活動していても交流が広がらないことがあるので、情報を共有でき、つながりができる場としてホームパーティのような雰囲気で開催しています。起業している人、していない人、サラリーマン、主婦、市民活動をしている人もしていない人も、男性も女性も、本当に老若男女いろいろな方が参加されています。SNS から参加される初対面の方も多く、一期一会のご縁が楽しい場となっています。

1 2025年7月27日(日)開催
NPO・市民活動よろず講座

「拾う」からはじまる街づくり ごみ拾いからウェルビーイングまで



滋賀県で「幸せのかけら拾い」を広げる前田智博さん、松戸でゼロウェイストを実践する佐藤誠さんをお迎えし、ごみ拾いが防災や福祉、そして地域のつながりへと広がっていく過程について語っていただきました。日常の中の小さな行動が、まちを変える大きな力になることを実感できる講座となりました。



一般社団法人 Moana
代表 前田 智博さん



まつど
ゼロウェイスト
佐藤 誠さん

まつどゼロウェイスト



特に印象的だったのは、「地域の中で、ごみ拾いははじめとしたボランティア活動に関わる人、支える人、支えられる人が、くもの巣のように地域に糸を張り巡らせていくことが、地域がともに生きていく社会の実現につながる」というお話でした。

講座終了後には、市内でのごみ拾い活動に関する情報を共有し、新たな「はじめの一步」が生まれる時間となりました。参加者からは、「身近な活動から地域づくりを考えたい」「楽しみながら続けるヒントを得た」などの声が寄せられました。

麓 加誓子さん
(はらっぱとそらプロジェクト)

ゲスト

熊谷 亜希子さん
(共育ステーション地球の家)

上島 由香利さん
(やきり子育てカフェつむぎ)



2 2025年8月23日(土)開催
NPO・市民活動よろず講座

わたしが取り組む、まちの不登校支援 ～うちの子から地域の子へ～



講座の後半は、ゲスト講師の3名をそれぞれ囲んで意見交換を行いました



夏休みももうすぐ終わり...という8月最後の土曜日、松戸で不登校支援の活動をしているママさん3名に来ていただき、ご自身のお子さんの不登校やホームエデュケーション、そこから始まった活動内容をお話いただきました。

三者三様のエピソードやそれぞれの全く違う形の活動紹介からは、みなさんの葛藤と前向きな姿勢、我が子だけでなく社会の在り方を思う気持ち、そういったリアルな体験は、参加者の方々の心にとっても響き、熱のこもった感想が多く寄せられました。

サポセンの 事業報告

Saposen
Event Report

松戸市100人カイギ

主催 松戸市100人カイギ(鈴木淳義)

TEL 080-1265-7771

HP <https://100ninkaigi.com/>



VOL.15の集合写真

日時 毎月第3か4週土曜
午後2時～

場所 松戸商工会議所の本館会議室

松戸市100人カイギは、松戸で活動する100人を起点に、人と人をつなぐ、街のあり方や人の価値の再発見を目的とするコミュニティです。100人100様の生き方に触れることで、いつもの景色が少し違って見えてきます。毎回、様々なジャンルの5名にご登壇いただき、それぞれ10分間お話いただきます。そして、いちばんの目的は、この場にいらした皆さんがつながること、です。終始、皆さん笑顔で、最後は「100の手文字」で集合写真を撮ります！



アドカラー

主催 支援者つながるカフェ

E-mail tsunagarucafe.matsudo@gmail.com

Facebook <https://www.facebook.com/profile.php?id=61575186811116>

Instagram @addcolor_matsudo

営業・開催していた時期と、営業時間

2025年3月29日開店～2025年8月23日閉店。
水曜日17時～21時営業と土曜日11時～14時営業。
他不定期にイベント開催。



開催された場所

松戸市松戸 1344-2
(現在は取り壊しのため建物は使えません)

今後の展望

「食事とビール」は日常のコミュニケーションを育む動機としては非常に良かったです。店舗という拠点は現在なく絶賛探していますが、企業やNPO団体、行政と連携して、はたらく機会の創出は継続しています。



いかがでしたでしょうか。行ってみたい「居場所」はありましたか？

ぜひお問い合わせの上足を運んでみてください。

行ってみたレポートもサポートセンターにお寄せいただければ嬉しいです♪

3 夏のボランティア体験講座 Let's体験!!2025

夏休み期間、中学生～20代のユースが松戸市内の市民活動団体の元でボランティア体験を行う、サポセンの夏の風物詩「Let's体験!!」。今年は、千葉県や東京都内の大学生が集まる「学生団体おりがみ」の皆さんにオリエンテーションとふりかえりの会の企画をしていただきました。

参加者数
257名
受け入れ
プログラム数
49プログラム

はなしま
みんなでごはん

活動の様子

松戸まちづくり会議

ふりかえりの会

マインドマップを用いてボランティア体験の振り返りを行い、Instagramをモチーフにしたワークシートにボランティア体験を通して特に印象に残ったことをまとめて、発表するワークショップを実施しました。

オリエンテーション



実際に市民活動をされている方から活動をする上で大切にしていること等をお聞きして、自分自身のボランティア活動の目標を立てるワークショップを実施しました。

マッチングの会



受け入れ団体
説明会
4月19日(土)

申込・面談期間
6月1日(日)～
7月17日(木)

オリエンテーション
& マッチングの会
7月19日(土)

活動期間
7月20日(日)～
8月30日(土)

ふりかえりの会
8月31日(日)



4 2025年9月7日(日)・14日(日)開催 みらいカイギ2024 プロジェクト

80年続けられる趣味！
地域の全世代を一つにする
阿波おどりで松戸をもっと元気に！



体験会数日後、高齢者施設
でのボランティア演舞にも
参加しました！



7日体験会の様子

※阿波おどりは盆踊りの一種です

昨年の2024年12月7日(土)に行われた「まっどみらいカイギ2024」でプレゼンされたこちらの企画、プロジェクト化し虎視眈々と企画を練っていましたが、盆踊りの時期※の終盤、ようやく「阿波おどり体験会」を開くことができました。

会場の総合市民センターには、9月7日(日)は18人、9月14日(日)は8人の参加者が集まりました。体験の場を提供してくれた阿波おどりのチーム「悠ノ風連」の皆さんが丁寧に教えて下さって、皆さん興味津々初めての体験に目を輝かせていました。

あと数日で中国に帰国する留学生もいらしてくれました。日本の文化を感じられる良い体験になったのではないのでしょうか。

幼児から70代までの方が一緒に踊り、元気になる阿波おどり。これからは松戸の元気を作っていくてくれると感じました！

ある日のサポセン

第23話

団体の立ち上げについて

「団体」ってどうやって作るの？

今回は団体立ち上げについて、よくある疑問に答えていきたいと思います。まっど市民活動サポートセンター(サポセン)では、初めての相談から団体設立まで、専門のコーディネーターに相談することができま。ご相談にあたっては事前にお電話やメールなどでご予約いただけるとスムーズにお答えできますのでまずはお気軽にご連絡ください！

Q 何か活動するためには団体って必ず必要ですか？

A 活動の規模や内容にもよりますが、必ずしも最初から必要ではありません。始めは個人として小さく活動を始め、ある程度実績が出来たら団体を作る立ち上げるケースもあれば、一方でまずは団体の形を作ることの方針などを固めてからスタートすることもあります。

Q 団体をつくるためにはそもそも何から始めたらいいですか？

A まずは何よりも団体としての「目的」を明確にしてみましょう。誰にとって、何のために必要な活動なのかを考えてみることで、団体としてのあり方が見えてくると思います。その次に、その目的に賛同してくれる仲間を集めることになりますが、これもよくある団体の悩み事…。サポセンでは代表が1人の段階でも団体の届け出ができますので、是非ご活用ください。

Q 団体の手続きってどのようなものがありますか？

A 任意団体であれば、自分たちで会の決まり事などを決めれば、団体として成立します。また、法人格を取る場合は、NPO法人であれば千葉県庁(松戸市内に事業所がある場合)の窓口でいくつか書類を作成して申請する必要があります。他に、団体が行う市民活動の促進を目的として、団体の広報等を支援する制度があります。サポセンでは団体の届出をする、会議室などの施設利用や、当センターのホームページに団体情報が掲載されます。松戸市の市民自治課では、市民活動団体登録制度があり、まっどまなびいネット

Q 安定して運営するためには法人格を取った方がいいですか？

A 団体の運営規模によって法人格取得をおすすめることもあります。が、小さく活動を始め段階では任意団体でも良いかもしれません。法人格があることで団体として委託など契約ができることなどメリットがありますが、取得するためには手間と一定のお金(税金)がかかることをおさえておきましょう。サポセンでは法人格取得のご相談も受けていますのでお気軽にご相談ください。

Q 会社とNPOって何が違うの？非営利の意味って？

A 教科書的な定義は営利が非営利が目的とした活動でそれを分配するという意味なので、非営利は「利益を目的とせず、分配しない」ということになります。言い換えると、何かしら社会に良いことを目的として活動することになります。また非営利団体はお金を得るような事業をしてはいけないのではなく、利益が出た場合に分配せず、目的の達成のために使うのであれば問題ありません。

団体の申請方法の例

サポセン団体届出窓口

まっど市民活動サポートセンター

市民活動団体登録窓口

市民自治課

NPO法人設立窓口

千葉県庁

できることやメリット

- センター内の会議室や多目的ホールなど施設の予約、利用
- 当センターのホームページ内で団体紹介ページを掲載
- センター内でチラシなどの掲示
- 当センター主催の事業にてボランティアの募集・受け入れ団体としての登録

- まっどまなびいネット(松戸市生涯学習情報提供システム)などで団体情報を公開
- 市役所や市の施設にチラシやポスターの掲示

- 行政などとの契約を法人として交わすことができる
- 助成金や補助金において、法人格が必須の場合に申請することができる
- 一般的には任意団体と比べて社会的な信用度があがる

申請に必要なもの

- 市民活動団体情報届出シート
- 施設予約利用者登録申請書(施設利用を希望する場合のみ)

松戸市市民活動団体登録申請書および以下必要書類
①定款、規約、会則など
②構成員名簿、役員名簿
③当該年度予算書及び前年度決算書

設立認証申請書や定款、役員名簿、事業計画書、活動予算書など、定められた書類などを県庁に提出したのち、公表・縦覧を行い、認証を経てから登記する

サポセン 新規届出団体 を紹介します！

2025年7月16日～
10月31日(届出順・敬称略)

- 松縁会(松戸をゆかりとする会)
- 不登校親子応援ねっと
- ピラティスの会
- Frame shot
- 常盤平双葉町町会
- 熟年男性の賑わう健康料理教室
- ハヶ崎新町子ども会
- 殿平賀町会
- ストリートチルドレンを考える会
- may美
- 松戸ロボット研究会
- Fine Aerobic Club
- 矢切地区町会連合会
- 新日本婦人の会かわせみ班
- お絵描きの会
- ときめき★melody salon
- 松戸ジュニアレスリングクラブ

NEW!

週2日、地域活動をする どのくらいの人に出会える？

コラムを書くのは
とっても久しぶりで
すが、コーディネー
ターの大石です。

2025年9月に、
おなじくコーディネ
ーターの井坂・齋
藤とともに、サポセン
の副センター長に就任しました！

私自身は10年ほどサポセンにいます
が、先日、学生から「NPOで働いてい
て、これまで何人くらいの人と出会ってき
ましたか？」と聞かれました。確かに具体的
には考えたこともなかった……この機に少
し計算してみようと思います。

例えば、私のようにフルタイム（週5）
で地域に関わっている場合。毎日1人ず
つ新しい人と出会うと仮定すると、1年
で240人。10年続けると、2,400人（ち
なみに、「森のホール」の大・小ホールの
合計客席数は2,471席）。

週2日の活動の場合、1年で96人、10年
で960人。週1日でも、10年続けると
480人。5年に減らしても……と、たくさん
の人との出会いが生まれていることが分か
ります。もちろん、一度きりの出会いでは



齋藤 大石 井坂

なく、その中で関係が続く人もいるでし
う。活動を通じて生まれるつながりの総量
を想像すると、自分の人生は人との出会い
に支えられていて、思っているよりも豊かな
のでは？という気持ちになってきました。

内閣府の社会意識調査でも、ボランティア
活動に週1〜2回関わる人は、孤立感が
少なく、幸福度が高い傾向があると報告さ
れています。地域活動に関わると、自然と
会話が生まれたり、誰かに頼られたり、時
には自分が助けてもらったりして、気づけ
ば愛着のある場になっていることがあり
ます。どうやら、仕事や家庭以外にそうし
た「自分の居場所」があることが、気持ちの
安定には大事なのかもしれませんね（今
号の特集も「大人の居場所」ですね）。

まつど市民活動
サポートセンター
副センター長・
コーディネーター
大石 果菜

そうそう、サポセンの公式Instagramが
開設されました！サポセンの講座情報
はもちろんですが、団体さんのチラシ
も定期的に掲載しています。
秋から冬にかけても、松戸には魅力的
な活動がたくさんあります。気になる
活動があれば、ぜひ気軽に足を運んで
みてはいかがでしょうか！



CHECK!



サポセンニュースレター 第39号(2025年銀杏号)

発行日：2025年11月1日
(※年3,4回発行)

発行元：まつど市民活動サポートセンター
(指定管理者 NPO法人まつどNPO協議会)

主な設置場所 松戸市内の図書館、市民センター、公民館等
各種公共施設などに設置しています。

設置協力店

Sampo Café(ハケ崎 7-31-5)

松戸観光案内所(本町 7-3)

やしま商店(本町 6-3)

隠居屋 IN kyo-Ya(南花島中町196)

はれの日サロン(常盤平3-11-1
西友常盤平店5階)

いわぼんホール(岩瀬38)

紙敷あんど(紙敷1135)

さんさんカフェ(仲井町 2-6-4)

みんなでパーク(小金原 6-2-13
京成リブレ2階)

本屋 BREAD&ROSES
(常盤平 4-8-15 ウエキビル1F)

omusubi 不動産
(総台 1-21-1 あかぎハイツ 112)

Coworking Space Flat Café & Bar
(新松戸 3-289)

昭和セレモニー松戸・矢切・北小金儀式殿
(千駄堀620-1・栗山19-4・殿平賀75-2)

松戸スタートアップオフィス
(松戸 1307-1 松戸ビル13F)

まちかどアトリエ Neiro
(松戸 1117 ビラ松濤 2F C号室)

鉄塔の下の倉庫(六実 2-38-9)

さくら島村トータルクリニック
(和名ヶ谷 1424-22)



まつど市民活動 サポートセンター

〒271-0094 松戸市上矢切 299-1(総合福祉会館内)

TEL: 047-365-5522 FAX: 047-365-5636

E-mail: hai_saposen@matsudo-sc.com

URL: <http://www.matsudo-sc.com/>

facebook: <https://www.facebook.com/matsudo.sc>

Instagram: https://www.instagram.com/hai_saposen/

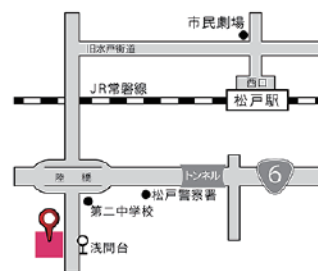
X: https://x.com/matsudo_sc

開館時間

月～土：9時～21時
日：9時～17時

休館日

第1・第3水曜、
年末年始
(12/29～1/3)



編集 後記

今年も残すところあと2ヶ月。体調
に気をつけてお過ごしください(こ)

「ぽっく」の配架にご協力いただける
お店・施設を募集します！

ニュースレター「ぽっく」を、お店や施設に配架していただませんか？ご協力いただいたお店・施設は、
この欄で名称・所在地等をご紹介します。もちろん、無料でお届けし、部数もご要望に応じます。
詳しくは、まつど市民活動サポートセンターまで、お電話・メール等でお気軽にお問合せください。