



あなたも
始めてみませんか？

市民活動の ススメ

今回の市民活動特集号では、「松戸のま
ちを明るく元気にする」ための一歩を踏み
出した人たちの声を紹介します！
住みやすい地域づくりのために、あなた
も活動を始めてみませんか？



市民活動とは

営利を目的とせず、地域課題の解決に向けて、市民が
自発的に行う活動のことです。
活動を通して、多くの人たちが仲間との出会いや新た
な気づき・学び、社会や誰かの役に立つことの充実感を
得ています。



活動紹介 1

子育てが楽しくなる 地域コミュニティ事業 なないろのもり

☎ 同団体 ☎ 7iromori@gmail.com



(左から)小林さん・太田さん・染谷さん・近藤さん

活動内容

親子・多世代で参加できるイベントを季節ごとに開催しています。イベントに参加してもらうことで子どもも大人も楽しい時間を共有し、世代を超えた人のつながりを広げ、子育てをしやすい環境を作ることが目的に活動を行っています。

活動を始めたきっかけは

子どもが同じ幼稚園に通っている母親同士で知り合い、矢切地区で子どもを受け入れる場所がもっとあれば良いなと思い、子どもの卒園と同時に活動を始めました。

最初は、メンバーが得意なダンスやヨガを教えたり、ワークショップを開いてクラフト(手作業による製作品)を作成したりと、子どもと母親が楽しめるイベントを計画して活動をしていました。

活動の魅力や嬉しかったことは

人とのつながりを広げることができるのが、この活動の魅力だと思います。活動を始めて10年たちますが、最初はイベントに参加していた子どもたちが、成長して運営の手伝いに来てくれるようになったり、お手伝いをしてくれた人が「次はこれをやりたい」と企画を持ってきてくれるようになったり、活動の輪が広がっていくのが嬉しいです。“大人になっても楽しいことはたくさんある”ことを、みんなで実感しています。

活動する中で心掛けていることは

お互いに生活スタイルや仕事が違う中で、“みんなが楽しく”活動できるよう心掛けています。「いろんな人がいることが素敵なんだよ」という共通認識を持ち、できるだけオープンに話し合うことで、活動が負担にならないようにしています。また、誰でも参加できるイベントを開催することで、参加してくれた人にも“みんなが楽しく”が伝わるように取り組んでいます。

活動を考えている人たちに メッセージを

私たちも活動をしていく中で悩むこともありましたが、市やサポセンなどに相談したことで、丁寧にサポートをしてもらえました。相談した人を通じてさらに横のつながりができるなど、まずは話や相談をしてみることでいろんな縁がつながっていきます。一步踏み出してみると、同じ思いを持ち、一緒に活動をしてくれる人たちがきっと見つかるはずです。



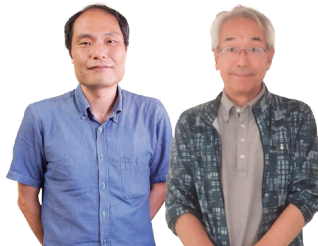
多世代で楽しめるクリスマスイベント

活動紹介 2

一人ひとりに合わせてつながりが広がる事業

生きづらわーほり プロジェクト (現:NPOほっぷらん)

☎ 同団体・木下 ☎ h.kinoshita@hoprun.org



(左から)富安さん・木下さん

活動内容

生きづらさを抱えている人たち向けに、生きづらさを和らげる環境をつくることを目的として活動をしています。ひきこもり当事者・経験者などが集まって、安心して過ごせる場「風の家はう」の運営や、みんなで料理を作って・食べて・笑って・リラックスできるクッキングミーティング、ひきこもり当事者の家族・支援関係者・関心のある人が交流できる対話イベントなどを企画しています。

活動を始めたきっかけは

会社員時代に、パワハラやメンタル不調の話などをいろいろなところで見聞きし、関心を持ち調べるようになりました。ある引きこもりの会のイベントに参加した時に、出会った人から「活動を始めるのであれば拠点があった方が良い」とアドバイスをもらい、今から9年ほど前に「生きづらわーほりプロジェクト」という団体を立ち上げて活動を始めました。「わーほり」は「ワーキングホリデー」の意味で、参加してくれた人にワーキングホリデーのように環境を変える体験をしてもらいたいという思いを込めています。

活動の魅力や嬉しかったことは

基本的に参加者が来てくれること、そして参加者から喜びの声を聞くことが嬉しいです。コミュニケーションについての講座

を行った際に「自分にとってこの講座が転機となり、仕事を始めました」と話してもらい、活動していて良かったと思いました。ありのままの自分を受け入れてくれる場所は、皆さん心地よいみたいで、活動自体にもやりがいを感じています。

活動する中で心掛けていることは

活動を継続させることです。参加者の中には「半年前から行きたいと思っていたが、ようやく来ることができました」と話す人もいます。そのため、大変な中でも継続することが大事だと思います。参加者が少ない時でも、個別の事情などのより深い話ができるので、参加人数などの結果にはとらわれず、過程を大切にするように心掛けています。

活動を考えている人たちに メッセージを

最初から肩肘を張るとうまくいかないの、まずは興味のあるイベントに参加して、現場にいる人と交流し、その場の雰囲気を感じてみてください。市民活動とかボランティアと言うと堅いイメージを持つかもしれませんが、活動を始めれば“やって良かった”と思えることにきっと出会えると思います。



個別相談したり本を読んだりして自由に過ごせる場づくり



活動紹介 3

みんなで育て、みんなで作る
沿道での食べられる景観事業

エディブルウェイ プロジェクトチーム

園同団体・江口 info@edibleway.org



(左から)青木さん・江口さん・渡邊さん親子

活動内容

沿道の住宅や店舗前、地域の拠点、街中のプランターなどで野菜やハーブを育てる「食べられる景観」づくりや、植物を使ったクラフト活動(手作業で制作をする活動)を実施しています。生活に身近な場所での園芸活動を通じて、住民の交流を促進し、地域コミュニティ向上、地域環境を学び合う場をつくることを目的に活動しています。

活動を始めたきっかけは

園芸活動や一緒に食べる活動を通して地域の交流やつながりをつくることを目指して、平成28年に千葉大学園芸学部の研究室と同大学周辺の地域の住民が協力し、沿道での「食べられる景観」づくりのプロジェクトを始めました。令和2年4月からは市民活動団体として、地域の住民や同大学の学生、OB・OGが運営を担い、活動を継続しています。コロナ禍で一緒に食べる活動ができなくなったことがきっかけで、植物を使ったクラフトワークショップの活動を取り入れるようになりました。

活動の魅力や嬉しかったことは

家の前にお揃いのプランターを置いているので、ご近所同士でプランターの手入れ具合を確認し、元気かどうかチェックして、声を掛け合っています。活動に参加している小学生が「イチゴの小さい芽が出たよ」

と植物のちょっとした変化を教えてくれるなど、共有しているプランターがきっかけで幅広い年齢層の仲間が増えていき、沿道で声を掛けてもらえることも増えていくところが魅力だと思っています。

活動する中で心掛けていることは

まずは自分たちが楽しむことと、参加する皆さんと楽しみを共有できるようにすることを心掛けています。メンバーや参加者同士で植物の育成などの相談をして、困りごとなどはその時に話し合っ決めてるようにしています。また、初めから厳格なルールを決めるのではなく、その時に相談して決める、といった寛容さを心掛けて活動しています。

活動を考えている人たちにメッセージを

できることからまずチャレンジをする。少人数でも仲間が集まれば、小さな活動から始められます。何かを成し遂げるためというよりは、楽しいことをちょっとずつ増やしていくイメージです。自分ひとりで全部やるのではなく、助けてもらいながら仲間を作って少しずつアイデアを出し合い、実現していくと良いと思います。



収穫したハーブでペーストづくり

あなたも市民活動を
始めてみませんか



まつど市民活動サポートセンター
MATSUDO CIVIC ACTIVITIES SUPPORT CENTER

身近な地域で何かをやりたいと思ったら まずは「サポセン」へ

問 同センター ☎047-365-5522、FAX 047-365-5636、✉ hai_saposen@matsudo-sc.com

まつど市民活動サポートセンター(サポセン)は、市民活動を広げ、松戸をより暮らしやすいまちにすることを目的とした施設です。

サポセンには、市内でさまざまな活動をしている団体の情報があり、幅広い相談に対応ができるコーディネーターが常駐しています。

情報を見に来るだけでも、ちょっと話を聞いてみるのも、じっくり相談するのも良し。「ボランティアをしてみたい」「こんな活動を立ち上げてみたいけど何から始めたらいいの?」「地域で何かお手伝いしたいけど、松戸市内にはどんな活動があるの?」そんな人はぜひ一度サポセンへお越しください。

※詳細は同センターホームページをご覧ください。



同センター
ホームページ

市民活動は特別なことではなく、
誰でもすぐに始められます。
活動を始めようと思ったら、「サポ
セン」を思い出してください!

所在地: 上矢切299の1(総合福祉会館内)

アクセス: 松戸駅西口から、京成バス 1番乗り場「市川駅」行きで「浅間台」下車

開館時間: (月)~(土)9時~21時、(日)9時~17時

休館日: 第1・3(水)、年末年始



アクセスマップ



まつど市民活動
サポートセンター
(総合福祉会館内)

2026(令和8)年度実施分 市民活動助成制度の事業を募集します

今回紹介した3団体は、「市民活動助成制度」を活用しています

松戸を元気に明るくする市民活動に対して、その取り組みに必要な資金を助成する制度です。新たな市民活動への取り組みや、既存の市民活動の活性化に本制度を活用してみませんか。

受付期間:9月30日(火)まで

対象の活動:団体が行う公益性の高い市民活動(1団体1事業)

申請対象:市内に事務所または活動場所があり、構成員が5人以上の市民活動団体

助成内容 ●スタート助成(10万円以内)

●ステップアップ助成(30万円以内)

※募集要項は市民自治課・まつど市民活動サポートセンターで配布するほか、市ホームページでダウンロードできます。



市ホームページ



親子で楽しめるイベントの開催
(なないろのもり)



街中のプランターで植物を育成
(エディブルウェイ)

市民活動助成制度説明会

日時:8月30日(土)11時~12時

会場:市民会館

■8月29日(金)までに、申し込みフォームまたは電話・Eメールで市民自治課 ☎047-366-7318、
✉mcshiminjichi@city.matsudo.chiba.jpへ
※当日会場での申し込みも可。



申し込みフォーム

まつど市民活動サポートセンター主催講座

①助成金を活用して、活動をステップアップするコツ

②想いが伝わる! プレゼンのコツ **要申込**

日時:①9月6日(土)10時~12時

②10月4日(土)13時30分~15時30分

会場:同センター(オンライン配信あり)

定員:各先着30人

■各開催日の前日までに、申し込みフォームまたは電話・Eメールで同センター ☎047-365-5522、
✉hai_saposen@matsudo-sc.comへ



申し込みフォーム

市民活動の場として利用できる!

活動拠点マッチング事業をご利用ください

市内や市近隣にある貸し出し可能な会議室・フリースペース・ホールなどの情報を集約し、市ホームページに公開しています。公開されている施設は、無料または光熱水費などの実費相当額で使用できます。

対象団体:市に届け出をしている次の団体

●社会教育関係団体 ●青少年団体 ●教育・社会福祉団体

●市民活動団体 ●町会 ●自治会

※利用方法および利用できる施設一覧は、市ホームページをご覧ください。

※同事業の貸し出し施設(部屋)を随時募集しています。詳細は市ホームページをご覧ください。



貸出施設(部屋)の一例



市ホームページ

社会貢献活動を寄附で応援しませんか

市では、皆さんからいただいた寄附を「松戸市協働のまちづくり基金」に積み立て、市内で社会貢献活動を行う団体に「市民活動助成金」として同基金が交付しています。詳細は同基金ホームページをご覧ください。



同基金
ホームページ

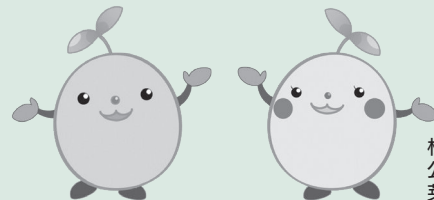
寄附の方法は4種類

●**チャリボン:**いらなくなった本やCD・DVD・ゲーム機・ゲームソフトなどの買取査定額を寄附できます

●**チャリティー自動販売機:**市内に16台あるチャリティー自動販売機の売上金の一部が寄附されます

●**メルカリ寄付:**フリマアプリ「メルカリ」で出品した商品の売上金を、メルペイ残高を通じて寄附できます

●**市に直接申し込む:**銀行振込などにより直接基金に寄附できます



松戸市協働のまちづくり
公式キャラクター・
芽でるくん、芽るるちゃん