

都市型介護予防モデル 松戸プロジェクト

参加のご案内

2017年 2月 14日版



松戸プロジェクトとは？

地域活動への参加で


健康寿命を延ばす

全国に先駆けた


科学的研究プロジェクトです

幅広い皆さまにご参加いただけます


松戸プロジェクトでは、さまざまな人が、ご自身の生活スタイルに合わせて、趣味や特技、専門性などを活かしたかたちで社会参加する機会を数多く創出していきます。




松戸に住んで30年
自慢じゃないが
地域活動歴はゼロです



自分の経験を活かせる
ボランティアが
あればいいなあ…



外出して体を動かし
人と話したりする機会を
たまには作りたい



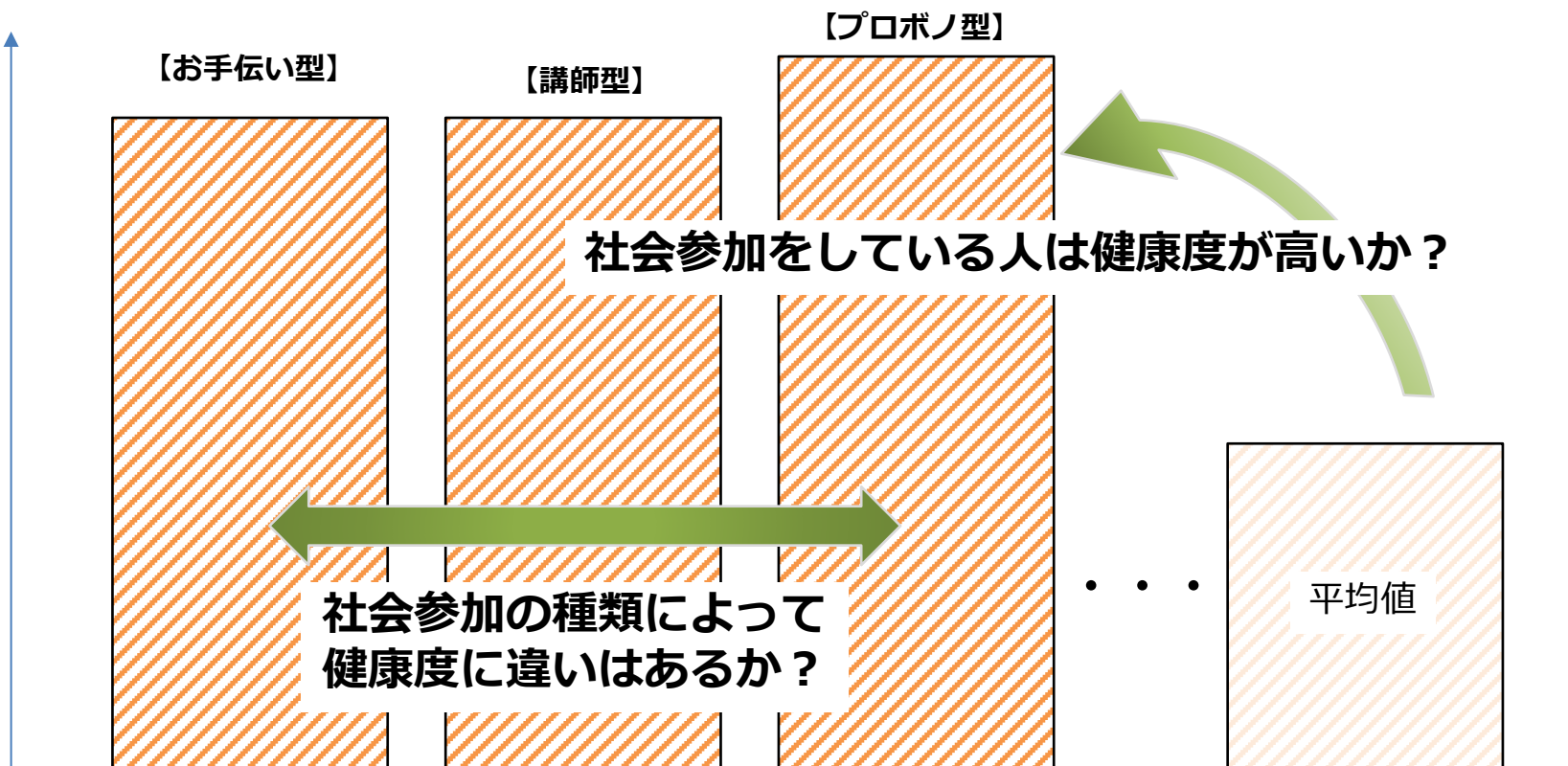
会社として
地域活動に協力する
方法はないだろうか？

科学的研究!?! … その中身とは？

48万人都市・松戸市では、地域活動やボランティアへの社会参加^{【※】}を積極的に推進していくことで、「社会参加することが、健康度を高める」という仮説を検証。得られた成果は、日本全国に、あるいは世界に向けて、モデルとして発信していくことを目指しています。

健康度

(指標の例…主観的健康観／要介護認定率等)



※ スポーツクラブ等の民間事業のプログラムと健康との相関関係についても合わせて検証予定です。

たくさんあります！ 松戸の地域活動・NPO

松戸市内には、数多くの地域活動団体やNPO法人が存在し、日々活発な活動を行っています。あなたの参加を待っている団体が、きっとあります。

いきいきサロン
ふれあい会食会
民児協 など

老人クラブ

まつどNPO協議会



松戸市社会福祉協議会
ボランティアセンター



町会・自治会

元気応援くらぶ



※次ページで紹介

ご存知ですか？「元気応援くらぶ」

松戸市においても、介護予防推進を目的にモデル事業として住民主体型の地域活動「元気応援くらぶ」の立ち上げを応援しています。将来的に、多数の既存団体も含め、住民の交流の場を市内500カ所開設することを目指しています。

週1回以上
開催

住民主体で
運営

目標は
市内500カ所

活動内容は多種多彩です！

- ◆ グラウンドゴルフ
- ◆ ストレッチ体操
- ◆ お茶会
- ◆ 農業体験
- ◆ 編み物
- ◆ 押花
- ◆ 囲碁
- ◆ 将棋
- ◆ めり絵
- ◆ 音読
- ◆ 書写
- ◆ 折り紙
- ◆ 脳トレ などなど！



松戸プロジェクトの全体像



参加

地域活動への参加やアンケートへの回答など

地域活動・NPO等

ご自身に合った社会参加の機会を創出

市民みんなで活動を応援！



参加

企業・個人事業主のみなさん

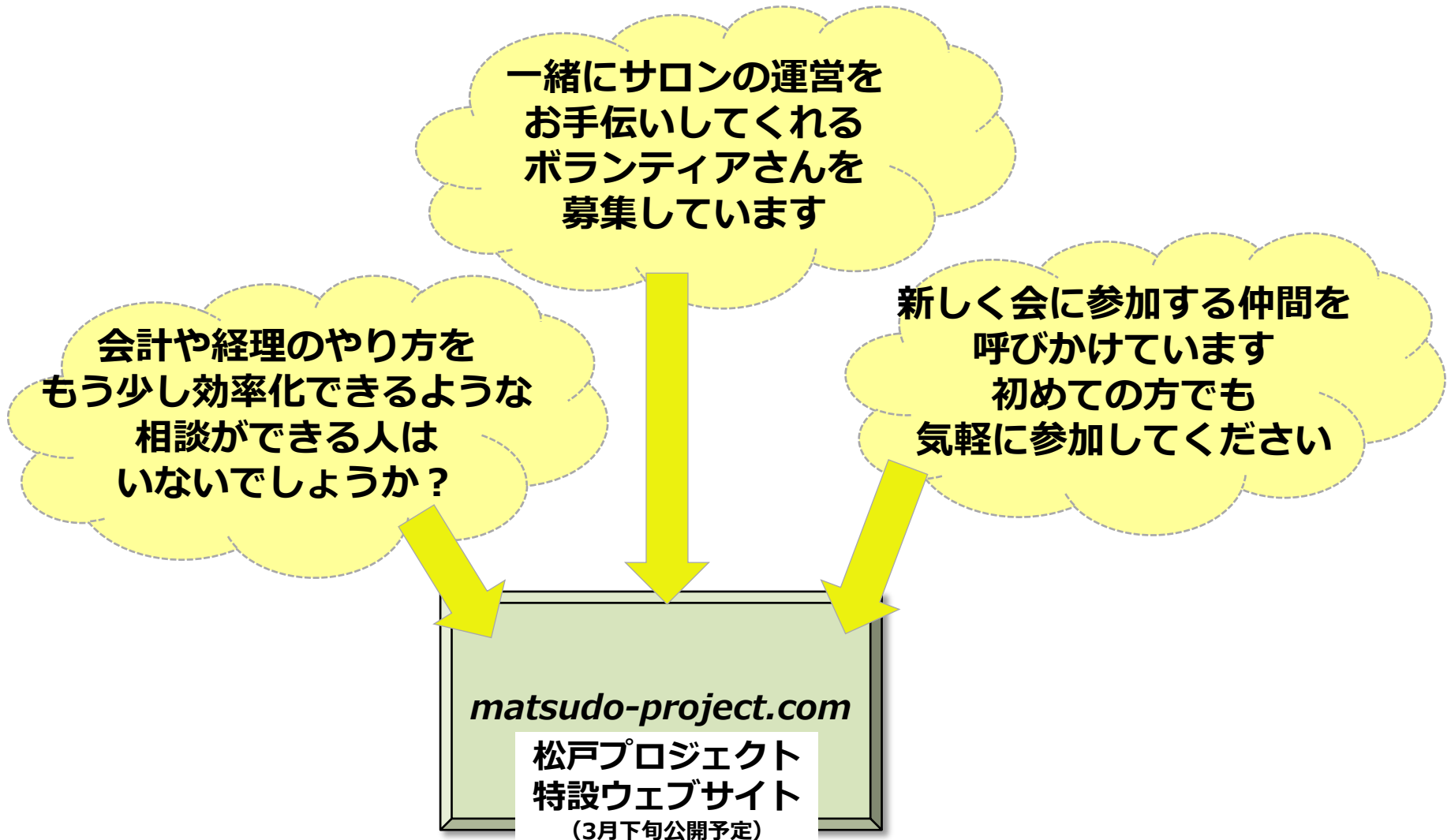
ボランティア活動への参加やサービス・商品の提供など

松戸プロジェクト応援団

地域活動を応援する ボランティア活動

地域活動・NPO等のみなさまへ

特設ウェブサイトの準備ができ次第、日頃の活動に関する情報、および、ボランティア募集をはじめ各種支援ニーズのご登録にご協力をお願いします。



松戸プロジェクト応援団 5つの参加方法

ちょっとしたことでよければ
お手伝いしてみたい

① お手伝い型

得意技をいかして
みなさんに喜んでもらいたい

② 講師型

会社での経験・ノウハウを
地域に役立てたい

③ プロボノ型

身近な場所で、自分たちなりの
新しい活動を始めたい

④ 拠点づくり型

松戸プロジェクトの運営そのものに
自分の力を活かしたい

⑤ 間接支援型

① 「お手伝い型」とは？

地域活動・NPO等の運営におけるさまざまな場面を支えるボランティアです。

活動内容の具体例

- ◆ 会場の設営・用具等の準備
- ◆ 参加者の受付・出欠確認
- ◆ 参加者の誘導・ご案内
- ◆ 高齢者のちょっとしたお世話や話し相手
- ◆ 設営の撤収・そうじ、片付けなど

ちょっとしたことでよければ
お手伝いしてみたい



② 「講師型」とは？

ご自身の得意技をいかして、地域活動・NPO等を活性化するボランティアです。

活動内容の具体例

- ◆ 体操の指導
- ◆ 趣味をいかした教室の開催
(編み物、絵手紙、書道、など)
- ◆ 特技の披露 (マジック、落語、漫談、など)
- ◆ ゲームの相手 (囲碁、将棋、麻雀、など)
など

得意技をいかして
みなさんに喜んでもらいたい



③ 「プロボノ型」とは？

「プロボノ」とは、仕事で培った経験・スキルをいかした社会貢献活動のこと。会社などにお勤めの経験をもとに、団体の組織運営を支えるボランティアです。

活動内容の具体例

- ◆ 総務支援（書類の整備、議事録の作成、など）
- ◆ 経理支援（経理業務の簡素化、決算の整理、など）
- ◆ 広報支援（参加者募集チラシの作成、など）
- ◆ 運営支援（マニュアルの整備、事務の効率化、など）

会社での経験・ノウハウを
地域に役立てたい



④ 「拠点づくり型」とは？

元気応援くらぶをはじめとする、介護予防のための通いの場の立ち上げを応援します。事業者のみなさまからの企画・提案もお待ちしています。

活動内容の具体例

- ◆ 元気応援くらぶの活動内容等の企画
- ◆ 事業計画の検討
- ◆ 補助金の申請手続き
- ◆ 活動の立ち上げと課題の解決など

身近な場所で、自分たちなりの
新しい活動を始めたい



⑤ 「間接支援型」とは？

「松戸プロジェクト」の運営に関する各種機能を担う“本社”的な存在です。
地域活動・NPO等のネットワーク構築や参加者の管理などの総務を担います。

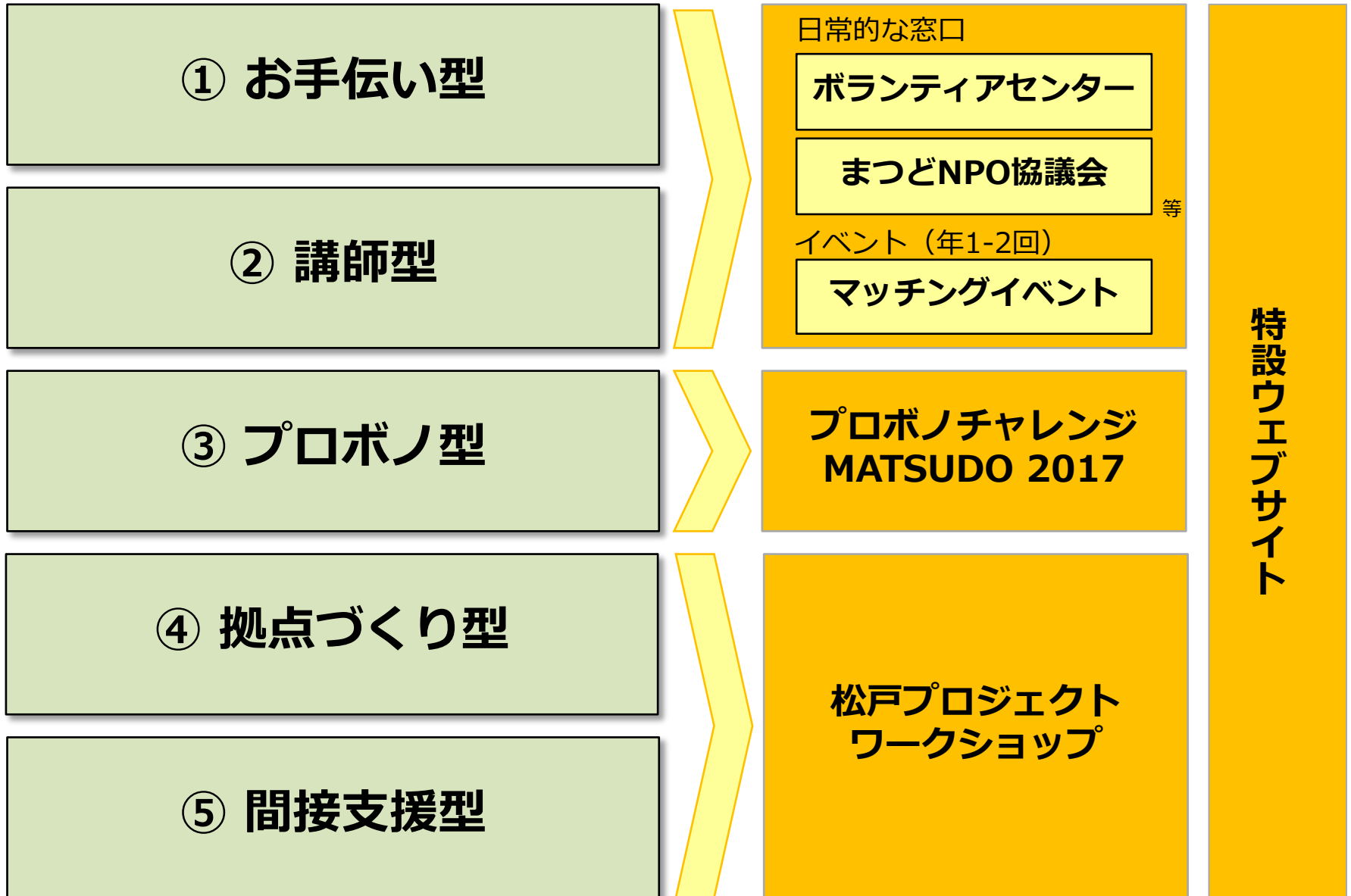
活動内容の具体例

- ◆ 地域団体・NPO等の情報収集
- ◆ 参加者の管理・登録内容の確認
- ◆ 松戸プロジェクトの広報活動
- ◆ 参加者の登録促進
- ◆ イベントの企画・運営手伝いなど

松戸プロジェクトの運営そのものに
自分の力を活かしたい



松戸プロジェクト応援団に参加するには？



マッチングイベント

イベントでは、地域団体の活動紹介・ディスカッションなどを通じて、団体への理解を深める「トークセッション」と、個々の団体と興味ある市民と出会う「ブースセッション」を予定しています。

トークセッション

地域活動・NPO等の運営者やボランティアが登壇。活動の魅力や課題、募集するボランティア活動の内容などについてお伺いします。



ブースセッション

地域活動・NPO等を中心に、松戸市内の団体がブースを出展し、活動紹介、チラシ・資料等の配布、参加者の募集などを行います。



プロボノチャレンジ MATSUDO 2017

仕事で培った経験やスキルを活かしたボランティア活動「プロボノ」に、約2カ月間で参加できる“プロボノ体験企画”です。会社などで得た経験・ノウハウを、地域活動に役立ててみませんか？

プログラムの特徴

仕事の経験・知識をいかした支援

成果物を明確にした期間限定の支援

3～5人のチームを組んでの支援

主な支援内容

総務支援

会則・規約の整備
議事録等の整備 等

経理支援

精算・支払業務の簡素化
決算資料の作成 等

広報支援

参加者やボランティア募
集チラシの作成 等

運営支援

マニュアルの整備
事務の効率化 等



松戸プロジェクト ワークショップ

松戸プロジェクトの間接支援に関心を持つみなさんや、松戸市内で新たに介護予防の拠点づくりに関心を持つ人が集まるワークショップです。

ワークショップの内容

松戸プロジェクトの課題の洗い出し

実施項目の検討と優先順位付け

各項目に関する実現可能性の検証

役割分担・スケジュール等



企業の皆さまへ～参加・協力のお願い

地域活動・NPO等に対して、自社の商品等を寄贈したり、事業所・店舗等のスペースを提供することで、松戸プロジェクトへの応援をお願いします。

活動内容の具体例

- ◆ サービス・商品の提供
- ◆ 店舗スペース、会議室等の提供
- ◆ 松戸プロジェクトに関する情報提供
(店頭・チラシ・ホームページ等を活用)
- ◆ 専門的技術支援
- ◆ 社員のボランティア活動の積極推進
- ◆ 寄付・寄贈等
など

会社として、お店として、
松戸プロジェクトにお役に立つことは
できるのでしょうか？



松戸プロジェクト 特設ウェブサイト

松戸プロジェクトの特設ウェブサイトには、プロジェクトの概要紹介のほか、市民の皆さん向けの「参加登録」、団体向けの「地域活動登録」などの登録機能があり、登録された情報をもとにマッチングにつなげていきます。

<http://matsudo-project.com/>

[3月下旬公開予定]