



『よりみちカフェの様子』

知りたい・知ろう
地域のコト



ピックアップ情報



お気軽に
参加ください

体験
交流
ひろば

あそんで、つくって、まちを発見！
ちがさきとつながる ワクワク体験

こどもたん mini

▷開催日時 8月22日(土) 10:00～15:30

会場：ちがさきサポセン

入場
無料



体験から広がる、
夏休みの自由研究

詳細はコチラ△

午前
10:00
↓
12:00

- ・レモン電池作り・手話体験・竹とんぼ作り
- ・メキシコ紹介/飾り切り紙であそぼう
- ・乳がん発見ラボ&缶バッジワークショップ

12:00→
12:30

- ・盆踊りとサンバ演奏体験

午後
13:30
↓
15:30

- ・ラジオドラマ体験・8の字風車作り
- ・科学であそぼう・KEEP LEFT プレート作り
- ・自然エネルギーで飛ぶおもちゃ作り

1 日中
10:00
↓
15:30

- ・木工と飛び出すぬりえ・環境輪投げ
- ・まとあてや
- ・ルーレットで知ろう、ボランティア

おし
ゃべ
り交
流会
無料

よりみちカフェ

～市民活動の「今」をテーマに
ゆるっとおしゃべり

＝全日程 開催時間 10:00～11:30＝

▷第3回：9月8日(火)

テーマ：地域に居場所があるっていいね！

～麻雀して、笑って、おしゃべりして

ゲスト：中川桂子さん、船津幸子さん、他メンバーさん
(雀の会/松林公民館サークル)

▷第4回：10月20日(火)

テーマ：なんとなく足の向かない『ギカイ』へ
わたしたちが通うわけ

ゲスト：藤池 香澄さん、信濃小百合さん、高山美也子さん
(未来を考える市民の会)

▷第5回：11月24日(火)

テーマ：好きなコトをカタチにしてみたら、、、
～食から広がるつながり、
話して聞いて見つける小さな一歩～

ゲスト：菊池 奈々さん
(ちがさき和食文化継承会)



デ
ジ
タル
サ
ポ
ー
ト

市民活動 IT スキルアップ講座 3

「Google 活用」

▷開催日：9月末(全2回講座)

※詳細が分かり次第、HP や SNS でお知らせ

もっと知りたい！サポセンのこと

～市民活動応援プログラム～ 2026年5月～7月 開催報告

開催報告

よりみちカフェ



「よりみちカフェ」とは
まちや人とゆるやかにつながる、自分らしい生き方の
ヒントを見つける、おしゃべり交流会

第1回 日 時：2026年6月16日（火）10:00～11:30
ゲスト：「茅ヶ崎ラフターヨガクラブ」中川みず江さん、二見 勝さん
テーマ：「笑いのチカラで心も身体も健康に！」

前半は、二見さんからラフターヨガについてのお話。

そして、まずは笑ってみることが大事ということで、実際にみんなで体験！

深呼吸をして、手拍子、掛け声に合わせて「ホッ、ホッ、ハハハ」。

お腹から声を出し、身体を動かしました。

遊び心いっぱいのエクササイズをしていくうちに、参加者の皆さんの声もだんだん

大きくなり、最後は笑い声があふれてきました。笑うって以外と身体を使うんだ！と実感しました。

後半は、お二人の活動を始めたきっかけや「茅ヶ崎を笑いのオアシスに」という思いについてのお話を聞きながらの交流。参加者同士の会話も広がっていき、和やかな雰囲気になりました。



詳細はコチラ△



第2回 日 時：2026年7月14日（火）10:00～11:30
ゲスト：「KEEP LEFT PROJECT」南八重 智子さん、原 俊一さん
テーマ：「茅ヶ崎で楽しむ、自転車のある暮らし」～安心して走れるまちって？



活動のきっかけは12年前、ご自身が自転車で走行中、逆走してきた高校生とぶつかりそうになり、心ない言葉を投げかけられた経験でした。

街で見かける自転車の前カゴに「パトロール中」のプレートからヒントを得て、左側通行を印象づける「KEEP LEFT」プレートを作ることを思いつき、イラストレーターの経験を活かしデザイン性のあるものを作りました。新聞にも取り上げられ、2511枚のプレートを茅ヶ崎市内4校へ寄付したエピソードなど、活動の広がりを紹介いただきました。

「左側通行して、安全に走れるか」、「学校や地域での啓発、行政との連携があるいいね」、「初めて活動を知った」などの声があり、それぞれの経験や考えを交えながら意見が交わされました。自転車の乗り方や道路環境、青切符制度にも話題が広がり、交通ルールを自分事として考える大切さを感じる時間となりました。



詳細はコチラ△

研修受入

茅ヶ崎市新採用職員研修講座

▷日時：2026年6月10日(水) @サポセン

▷受講者：31名

浜見平の「おでかけワゴン」など、市民活動団体と行政との連携推進につながる事例を紹介。「空き家活用」をテーマとしたグループワークでは、地域課題を自分ごとと捉え、柔軟な発想力でたくさんの魅力的な事業企画がうまれました。「自分にはない考えを知ることができた」「人の数だけ解決法がある」などの感想があり、市民活動を身近に感じていただく機会となりました。

皆さんのこれからのご活躍を楽しみにしています！

講師派遣

ボランティア大学

(茅ヶ崎ボランティア連絡会・茅ヶ崎市社会福祉協議会との共催)

▷日時：2026年6月11日(木) @さがみ農協ビル

▷受講者：48名

福祉分野以外の市民活動やサポセンの役割・機能について紹介をしました。地域で活動している団体にも興味・関心をもっていただき、「何かやってみたい」と思ったときには、お気軽にサポセンへ相談できることをお伝えしました。

「ユースボランティア茅ヶ崎 2026」

オリエンテーション開催日：2026 年 7 月 11 日(土)～7 月 13 日(月)・15 日(水)

参加者：94 名

ボランティア体験期間：2026 年 7 月 21 日(火)～9 月 6 日(日)



今年で 22 回目を迎えた「夏休みのボランティア体験」。社会福祉法人茅ヶ崎市社会福祉協議会と認定特定非営利活動法人 NPO サポートちがさきの共催で、今年も多くの方が地域に一步踏み出しました。対象は中学生から大学生(25 歳程度)まで。体験先は福祉・保育・子ども・環境保全・地域安全・国際・社会教育・まちづくりなど多彩な分野に広がり、21 団体・施設、約 60 カ所が受け入れに協力してくれました。

Step① オリエンテーション

7 月 11 日～13 日に参加者全員へボランティア体験のオリエンテーションを開催。体験先の団体と参加者が直接面談し、体験内容の確認や日程調整を自ら行います。参加のきっかけはさまざまですが、行動を起こしたその瞬間から、参加者はすでに立派なスタートを切っています。

Step② 体験期間

実際の体験では、参加者が地域の方々と関わりながら、「できた」「楽しい」「もっとやってみたい」という前向きな気持ちが自然と生まれ、次のステップへ進むきっかけにつながっています。主催者や体験先の団体も、みなさんの大切な一步を心から応援しています！

心^{スリー}の成長にもつながる 3 ステップ プログラム

Step1：オリエンテーション (知る・みつける)

Step2：体験期間 (参加する)

Step3：シェア de ボランティア (ふりかえる)



Step③ シェア de ボランティア

今年は 8 月 7 日(金)14 時～16 時、ちがさきサポセンで開催。体験を終えた学生同士で、活動してみて感じたことや心の変化、新しい発見について語り合う振り返りの場です。こうした時間は、自分の成長を実感し、次のステージへ進むための貴重な機会となっています。

高校生ボランティアのチームワークが光る



毎年オリエンテーションを支えてくれる高校生ボランティアのみなさんが、今年も頼もしい活躍を見せてくれました。アレセイア湘南中学高等学校ドルカス部の 3 名、鶴嶺高校 JRC 部の 5 名には、会場準備、受付対応、高校生ボランティアの部の挨拶として部活の活動紹介やボランティアの体験談などをお話いただきました。みなさん自ら進んで行動し、積極的に取り組む姿が印象的でした。そして、挨拶では息の合った掛け合いが見られ、会場に笑いが起こる場面もありました。明るい雰囲気広がりました。高校生ボランティアのみなさん、本当にありがとうございました。

《会場設営・受付》

テキパキとコミュニケーションを取り合い、椅子や机の設営や受付がスムーズに行われました。



《挨拶》

部の活動紹介や、参加者へ応援メッセージが届けられました。



△アレセイア湘南
中学高等学校ドルカス部

鶴嶺高校 JRC 部▽



《感想》

オリエン参加者が多いことに驚きました！ユースボランティアを機に地域でボランティアが活発になってほしいと思いました。



「2026 年度 市民活動に関する状況調査(アンケート)」 集計結果 (概要)

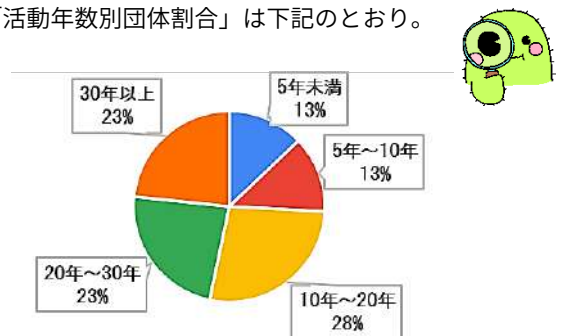
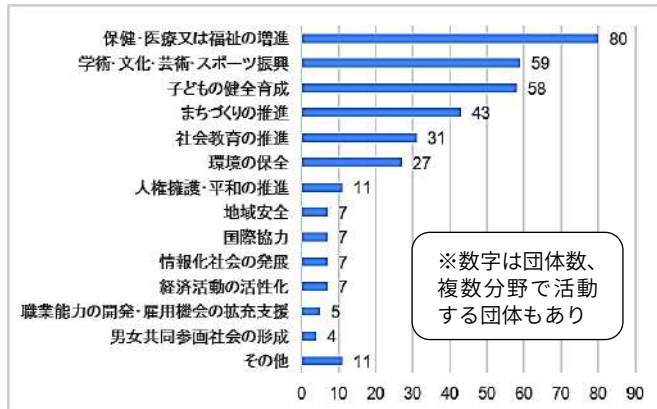
データベース登録団体（ガイドブック非掲載含む）を対象に、アンケート調査を行いました。

今後の施設運営や市民活動の支援・推進事業に役立ててまいります。ご協力ありがとうございました。

調査期間：4/28～6/20 対象：309 団体、回答数：251 団体（法人等 55、任意団体 196） 回答率：81%

Q1. アンケートの回答団体について

「分野別内訳」と「活動年数別団体割合」は下記のとおり。



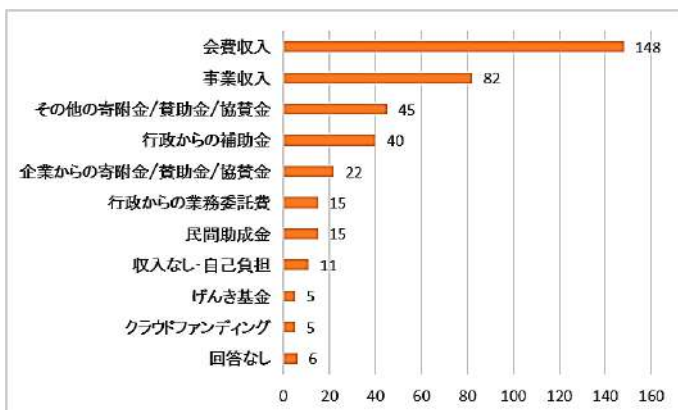
Q2. 回答者について

代表または会長 69.6%、事務局 15.8%、連絡担当 8.3%

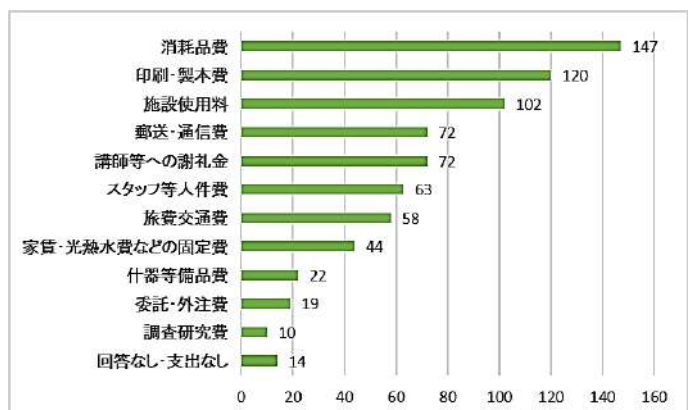
Q3. 活動の頻度

月 1 回 29.2%、週 1 回 24.9%、必要に応じて(不定期)22.9%、週 5 回以上 19.4%の順。休止中も 2.4%あり。

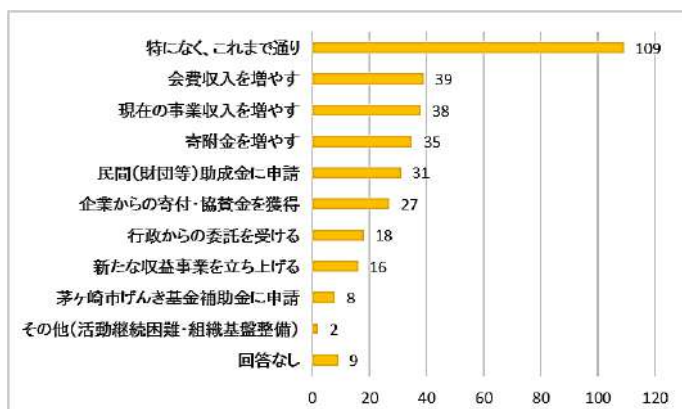
Q4. 主な収入源 (複数選択)



Q5. 主な支出費目 (複数選択)

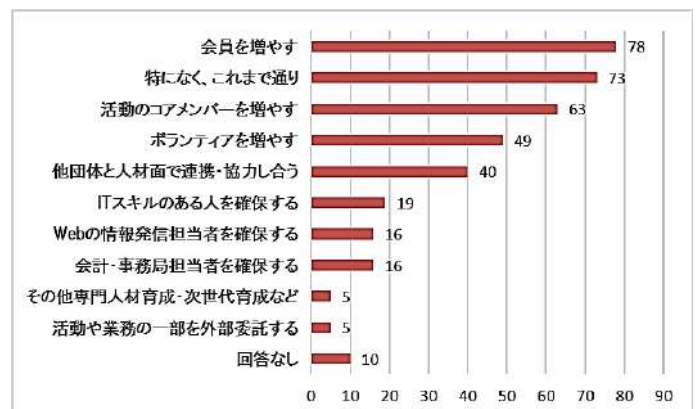


Q6. 「資金調達・収入源の多様化」に関して 今後力を入れていきたいこと (複数選択)



現在の運営を維持したいと考える団体が多い一方、約 4 割の団体が何らかの収入源の強化を検討していることがうかがえます。団体の状況に応じた助成金申請や財源多様化の伴走支援にも力を入れていきたいと思ひます。

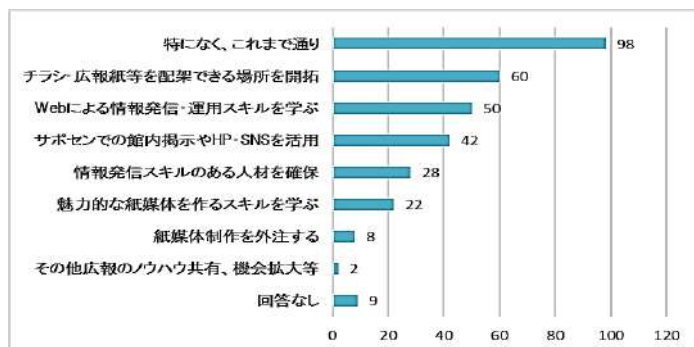
Q7. 「人材確保・育成」に関して 今後力を入れていきたいこと (複数選択)



多くの団体が、人材不足や担い手不足を大きな課題として認識しています。運営面を支える人材ニーズ他、人材を単独で確保するだけでなく、他団体と人材面での協力関係を築いたりすることへの期待も比較的高い結果となりました。

Q8. 「広報活動」に関して

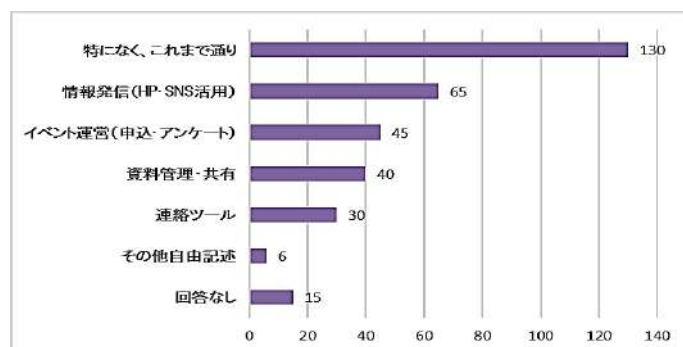
今後力を入れていきたいこと（複数選択）



団体の活動を知ってもらうための広報力向上へのニーズとともに、情報発信を担う人材やチラシ・広報紙のデザイン力、SNS やホームページ運営の知識不足などの課題もあげられました。サポセンとしても、情報発信のハブとしての役割をさらに強化し、多くの団体の活動促進につなげていきます。

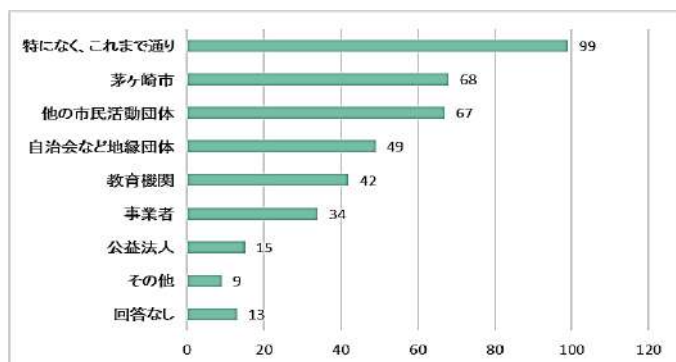
Q9. 「市民活動の DX 化」に関して

今後力を入れていきたいこと（複数選択）



「特になく、これまで通り」と回答した団体が半数以上あり、DX 化に対する温度差が大きいことが分かりました。高度な DX よりも、情報発信力向上や「Google フォーム」の活用、写真・会議資料の共有など身近なデジタル活用へのニーズが多くありました。IT 相談会 (p8)、ぜひご活用ください！

Q10. 「多様な活動主体との連携」に関して、今後力を入れていきたい連携先は？（複数選択）



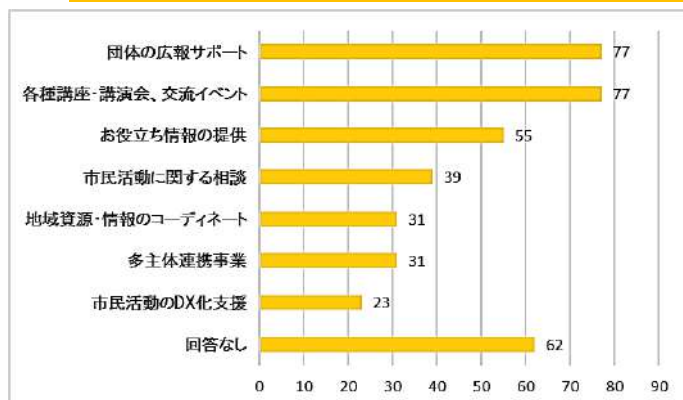
市との協働や団体間ネットワークへの期待に加え、多様な協働への関心も高い結果となりました。自由記述では、活動内容に応じた具体的な連携先が挙げられたほか、市との情報共有の改善やより幅広い個人・団体との連携を望む意見もありました。

Q11. 施設・設備で、特に利活用しているものは？

Q12. 利用する理由

→P6 施設編参照

Q13. サポセン機能や主催事業の中で、活用・参加している、したいものは？（複数回答）



活動の知識や交流機会を得るだけでなく、自分たちの活動を発信し、情報や人材・他団体とつながるためのより一体的な支援の充実が求められています。時間や距離などの条件によって参加できないという声もあり、参加のしやすさ、情報提供方法の工夫など、改善の必要性も感じました。

Q14. サポセンがもっと良くなるアイデア（自由記述）

交流・連携を生み出す場づくり、団体運営支援の充実
市民活動団体同士の交流会やテーマ別の情報交換、活動発表会、イベントなどを通じて、お互いの活動や課題を知り、新たな連携につなげたいという期待が寄せられました。また、行政・企業・市民をつなぐコーディネート機能や、多様な組織をつなぐプラットフォームシステムの構築を望む声も多くありました。

情報発信と新たな担い手づくり

サポセンの認知度向上やサービス内容の分かりやすい発信、若者や社会人・シニア世代への参加促進、ボランティア募集の強化など、市民活動の担い手を広げるための発信力の向上やマッチングの仕組みを希望する声がありました。

利便性・施設機能の充実

オンラインでの予約や登録変更、Web 会議設備、備品貸出の充実、静かな環境づくりなど、施設をより利用しやすくするための具体的な改善要望が寄せられました。

Q15. その他（自由記述）

「設備やサービスに大変助けられている」「スタッフが親切で安心して活動できる」「今のままで十分」等、感謝の声を多くいただきました。これからも人や団体をつなぎ、地域の多様な主体との連携を促進する拠点としての役割を自覚し、更なるブラッシュアップを図ります。





新しい出会い・笑顔・元気あふれる

「市民が主役のまちづくりの拠点」ちがさきサポセン！

=年間 346 日、1 日 12 時間オープン！=

<施設編>

アンケートで見えてきた！サポセンってこんなところ

市民活動やボランティアなど公益的な活動をしている人、これから活動しようと考えている人たちがたくさん利用しています。(昨年度利用者 18,590 名) 今回は、2026 年 5 月に実施した「施設利用アンケート」の結果も含めて施設・設備の紹介をします！

利用者はこんな方々…

市民活動団体だけでなく、地縁団体、サークル、地域で活動する様々な人が利用

サポセンを知ったきっかけは…

口コミや市役所・公共施設・市社協など地域のネットワークからの紹介

一番利用されているものは…

1 フリースペース (会議・打合せ・作業・交流などに…)



◎夜 9 時 30 分まで OPEN！★比較的、夜は空いています★

◎予約なしで使える ◎予約もできる(2ヶ月前から予約 OK、大勢の利用や大量印刷時は予約がおススメ)

◎飲食 OK (ごみは持ち帰り！マイボトル持参で！(環境負荷低減のため飲料自販機はありません)

◎給湯室 (カップや急須、ポット常備。使用後は次に使う人のために綺麗に…)

📶 Wi-Fi 完備 📺 大型・小型モニター常設 (Zoom、会議資料の共有に)

2 作業コーナー (イベントのチラシ・広報紙づくりに…)



◎印刷機は 2 台！(複合プリンター-EPSON/白黒・カラー、印刷機 Duplo/白黒)、レーザープリンター、コピー機もあり、用途にあった機器をスタッフがおすすめ！データ持参がキレイに仕上がります☆

◎紙折機、丁合機、ラミネーター、裁断機もあります

◎貸出文房具(ホッチキス・はさみ・のり・セロテープ)などが揃っています！

⇒お家で眠っている文房具の寄付大歓迎♡

3 掲示物コーナー (旬の情報を収集・発信)



☆情報の宝庫☆

◎市民活動関連のチラシが豊富！

活動に役に立つ講座情報なども掲示中！

市民活動やボランティアなど公益活動のイベントチラシ(紙・データ)を提供いただくとサポセン

HP のイベント情報に掲載も可能です。

ご相談ください！

4 貸出パソコン (情報収集)



◎ 4 台完備(無料)

活動に必要なインターネット閲覧や文書作成に利用可能。印刷機と繋いで印刷すると写真や画像がキレイ！

※プリント代は有料

プレイルーム



◎お子さま連れにも安心♡

◎個室会議室の利用可

◎バリアフリー

誰もが安心して使える

図書コーナー



◎まちづくり、NPO 運営の“いま”わかる旬な本が揃っている

一人ひとりの想いをしっかり受け止め、みなさんの「やってみたい」「解決したい」を応援します。施設の利用法、市民活動やボランティア、NPO の運営等に関するご相談は随時、受付中！

活動に役立つ貸出備品

◎イベント(会議、上映会等)で貸出しできる備品が充実！

▷有料：プロジェクター、スクリーン

▷無料：放送設備一式、名札ストラップ、アンケートボードなど

活動拠点として

◎ロッカー(有料)：団体の資料や用紙、共有備品の保管

◎レターケース(無料)：郵便物の取次やメンバー間の書類等のやり取りに

～どちらも 1 ヶ月から利用 OK！

利用する理由は…

「スペースが無料で利用できる」「駐輪場・駐車場がある」「集まりやすい距離」「印刷料が安い」という、利便性の理由が多く挙がる一方で、情報提供や他団体との交流が目的との回答もいただいています。



詳しい施設案内はコチラ



茅ヶ崎で活躍中の市民活動団体を追っかけレポート！

さぼちゃんが行く！



団体 HP ▲



団体インスタ ▲

乳がんサポート湘南ちがさき Akala (アカラ)

早期発見・早期治療の大切さを伝え、乳がんになっても自分らしく健やかに暮らせる社会づくりを目指しています。乳がんを「正しく知り、備える」文化を地域に広めていきます。(設立 2023 年 4 月、正会員 8 名)

《副代表で乳腺外科医の和田さん、メンバーでサバイバーの松村さんにお話を伺いました》

誰にも後悔してほしくない

活動のきっかけは、和田さんが診療を続ける中で、「もっと早く受診していれば助かったかもしれない」と感じる患者さんに数多く出会ったこと。早期に見つければ治療できる可能性が高いのに、実際には進行し治療が難しい状態になってから病院を訪れる人が少なくありませんでした。「乳がんという病気が身近なものとして認識されていない」。強い危機感と啓発の必要性を感じ、乳がん経験者の松村さんに声をかけました。松村さん自身もまた、「もっと早く知っていれば」という後悔を誰にもしてほしくないという思い、ステージⅣで乳がんが見つかった親しい友人を亡くされたときの「もっと早く伝えていれば」という後悔が、活動の強い原動力となりました。



「知ること」が命を守る

乳がんは、日本人女性の 9 人に 1 人が罹患し、特に 30～40 代の働き盛り・子育て世代の発症率が増えています。原因を完全に防ぐことは難しいけれども、早期発見・早期治療によって治る可能性が高い病気です。だからこそ重要なのは「早く気付くこと」。防災と同じで、起きたとき見つかったときにどうすればよいのか、知っておくことが備えになります。

活動の柱の一つは「伝える・広める」こと。啓発チームでは、乳房セルフチェックを伝える地域のイベント出展（「まちスポ茅ヶ崎サンノイチ」や「にじカフェ」など）、リーフレット配布、企業向けセミナーの実施、ピンクリボンライトアップなどを行っています。保健所とも連携し、触診モデルの貸し出しが可能になったり、教育委員会からの提案で、小学校入学前健診の配布資料に啓発リーフレットを入れてもらう取り組みが始まるなど、行政の協力も得ながら活動の幅を広げています。

“地域でつなぐ「希望と安心」の輪”

もう一つの活動の柱は「寄り添う・支える」こと。患者サポートチームでは、安心して治療と生活ができるよう「情報のハブ」として、イベント時やホームページ等で様々な情報提供を行っています。

現場の医療従事者による「正しい情報」と「自分の経験を誰かの役に立てたい」という乳がん経験者(サバイバー)の「想い」の両面からアプローチできることは Akala の強み。診断された人が安心して相談でき、必要な支援につながり、やがてその人が誰かを支える側にもなっていく。そんな支え合いが循環する地域をつくることを目指しています。

検診が当たり前の社会になるように

活動を続ける中で難しいと感じているのは、自分には関係ないと思っている人へ情報を届けること。今年度「市民活動げんき基金」の助成を受けて検診の啓発シールを作成しました。セルフチェックをしてしこりに気付いた時に「そういえば」と思い出してもらえるように、地域のあちこちで目にする環境づくりにも力を入れます。シールを貼ってもらえる施設を絶賛募集中です！



また、リーフレット配架への協力店や地域とのつながりを紹介してくださる方、啓発イベントのお手伝い、チラシデザイン・インスタ発信などが得意な方も大歓迎！コアメンバーは治療をしながらの活動であったり、仕事と子育て真っ盛りの医療従事者なので、地域との橋渡しをしてくださる方、サポートメンバーの存在はとても心強いとのことでした。

「Akala」はハワイ語で「ピンク、太陽」の意味。乳がん啓発のピンクリボンをイメージするとともに活動に対して明るく前向きな印象を持ってもらえるよう名付けたそうです。

つらい感情を内に秘めながらも明るく未来への希望を語ってくださる、まさに太陽のようなお二人の笑顔、すぐには結果が出ないかもしれないことにも決して諦めず強い意志を持って邁進する凛とした美しさが心に残り、自分自身の生き方も問われていると感じました。-----自分ができることをちゃんとやろう。そして、乳がん検診、受けに行こう。(N)

お知らせ

Web 版/市民活動団体ガイドブック 2026 年度

8 月にサポセン HP にて登録情報を一斉更新予定！
300 以上の団体情報を掲載しています。「社会や地域
貢献につながる活動をしたい」「課題解決のために他
団体と協力したい」など市民と団体をつなぐガイド
ブックとしてご活用ください。

★新規登録も随時受付中



△サポセンガイドブック

登録のメリット

- ♥ サポセンからのお役立ち情報が受け取れる
- ♥ 団体のことをもっと多くの人に知ってもらえる
- ♥ 情報公開により、信頼性が向上する
- ♥ 他の市民活動団体や多様な活動主体との連携、
ネットワーク作りに役立つ
- ♥ サポセンが広報活動をバックアップ！

炎天下かけ込みスポット

誰もが一時的に「危険な暑さ」
から身を守るために、ひと休み
できる場所です。

外出時、体調が悪くなる前に
当スポットを利用して、
熱中症を予防し、元気に夏を
過ごしましょう！



サポセン利用時は

“マイボトル”をご持参ください

早めの水分補給を！
環境に配慮した施設のため自動販売機
の設置がありません



サポセンの SNS

Instagram @chigasakisapocen

Facebook 「茅ヶ崎サポセン」

★Facebook グループ「ちがさき市民応援団」
(公益活動をする人たちの交流の場、投稿 & シェア歓迎)

YouTube 「ちがさき市民活動サポートセンター」

いいね &
フォローしてね！

今後の予定

(主催イベント、その他)

8 月 22 日(土)	10:00~15:30	こどたん mini
*8/21(金)午後利用制限有り *8/22(土)通常利用不可・夜間休館 (詳しくはお問合せください)		
9 月 8 日(火)	10:00~11:30	よりみちカフェ③
10 月 20 日(火)	10:00~11:30	よりみちカフェ④

9 月末に IT スキルアップ講座 3 (Google 活用) を
予定しています。

お願い

最新情報はホームページにてご確認ください。
主催イベント開催等のためフリースペースのご利用を
制限させていただく場合があります。
ご理解ご協力のほど、お願いいたします。

IT 相談開催日 (8 月~10 月) ※予約制※

【サポセン主催】

【パソボラ湘南主催】

IT お悩み解決！相談会

IT 支援

- ① 13:30~14:30
- ② 15:00~16:00

- ① 13:00~14:00
- ② 14:00~15:00
- ③ 15:00~16:00

8 月	3 日	17 日
9 月	7 日	21 日
10 月	5 日	19 日

8 月	10 日	24 日
9 月	14 日	28 日
10 月	12 日	26 日

※予約は、開催日の 3 日
前まで受付。
空きがあれば
当日でも OK！



※担当：杉岡さん(16 時以降、
電話で申込)
090-9543-0070
詳細はコチラ▶



広報ちがさき「市民の活動だより」

毎月 1 日発行の「広報ちがさき/市民の活動だより」
コーナーで市民活動団体を紹介しています。

▷9/1 号：特定非営利活動法人 バク・アップ・ネット

▷10/1 号：茅ヶ崎市ターゲット・バードゴルフ協会

紙面の都合上、掲載が延期される場合があります。

ちがさき市民活動サポートセンター

(開館時間：9:30~21:30/休館日：毎月第 3 水曜日、年末年始)

〒253-0041 茅ヶ崎市茅ヶ崎 3-2-7

TEL/FAX：0467-88-7546 E メール：s-center@sapocen.net

U R L：https://sapocen.net/ ちがさきサポセン

<駐車場 14 台・障がい者用駐車場 1 台・駐輪場あり>

【編集・発行】認定特定非営利活動法人 NPO サポートちがさき
(指定管理期間：2026 年 4 月 1 日~2031 年 3 月 31 日)



サポセンキャラクター
“さぼちゃん”



サポセン HP