

## のぼりんのイベント

### 市民活動パワーアップ講座

#### 「ポスター(パンフレット)作成」



新年度のお知らせや仲間づくりに作成してみませんか？  
ご希望に沿えるようスタッフがお手伝いします！

日時 4月22日(水) 13:30～15:00  
定員 5団体(1団体2名まで)  
対象 市民活動の運営に関わられている方、これから立ち上げを考えている方  
内容 会員募集や団体紹介のポスターを作成  
持ち物 パソコンをご自身で用意できる方はお持ちください。使用したいイラストや写真等。  
参加費 無料

#### 「のぼりん利用ガイダンス」



お気軽にガイドセンターまでお声がけください！

日時 4月1日(水)～4月30日(木)  
開設時間内いつでも可  
所要時間は30分程度です  
内容 のぼりんの利用を考えている方、市民活動に興味のある方  
施設利用やのぼりんサポートをご案内させていただきます。  
参加費 無料

## のぼりん文化講座

和製エアロビクスともいわれ  
楽しい粋な踊りを体験します

#### 「かっぽれ踊り」

日時 4月20日(月)  
13:30～15:30  
講師 櫻川さん  
定員 10名(申込み順)  
対象 どなたでも  
持ち物 動きやすい服装、日本手ぬぐい  
参加料 無料



指先で脳活…筆文字文化を楽しみましょう

#### 「初心者書道教室」

日時 4月22日(水)  
10:00～12:00  
講師 成田さん  
定員 10名(申込み順)  
対象 18歳以上  
持ち物 硯・墨液・筆(大小)・文鎮・下敷き・半紙・新聞紙  
参加料 無料



民謡はお腹の底から声を出します。  
全身の運動にもなります

#### 「江差追分道場」

日時 4月25日(土)  
14:00～16:00  
講師 石橋さん  
定員 10名(申込み順)  
対象 どなたでも  
持ち物 なし  
参加費 無料



様々な文化講座を開催しております。2か月に一度同じ講座があります。気になる講座がありましたら、どうぞお気軽にお申込み下さい！  
☎83-6866

※各イベントについては、2月25日現在の情報掲載しています。やむを得ない事情により、変更や中止がある場合には、ホームページと館内掲示にてお知らせさせていただきます。

# のぼりんの文化講座のご紹介

## 2026年度のぼりんの文化講座

登別市文化協会の協力のもと、年間を通じてさまざまな文化に触れ、学びを深めることができる機会です。教室スタイルのものも多数あります。新たな趣味や交友を広げる場としても是非ご活用ください！

**偶数月に開講  
(4.6.8.10.12.2)**

### 初心者書道教室



筆文字文化を楽しみ、  
筆文字で毎日脳活  
しましょう

### 江差追分道場



民謡はお腹の底から声  
を出し、全身の運動にも  
なります

### かっぽれ踊り



和製エアロビクスと  
も言われるかっぽれ  
踊りを楽しく踊ります

**年に3回開講  
(2.7.12月)**

### 生け花教室



伝統の生け花を  
学び、季節のお花  
を生けます

初心者大歓迎。  
新年度から始めて  
みませんか？

**奇数月に開講  
(5.7.9.11.1.3)**

### 囲碁教室



年齢に関係なく楽し  
めます。碁にふれて  
みませんか？経験者  
には対局指導します

### こども将棋教室



対局を通して将棋を  
楽しみませんか？  
集中力や、忍耐力が  
向上します

### 大正琴教室



やさしい曲から少し  
ずつ練習を重ねます  
大正琴を弾いてみま  
せんか？

### 陶芸教室



焼き物大好きな人が  
集まり、粘土をコネコ  
ネ、楽しく美しい陶の  
輝を咲かせましょう

### パステル画教室



絵が苦手な人や  
パステル初心者  
に向いています。  
楽しく自由に描い  
てみませんか？

# のぼりんの様子

## のぼりん主催「みんなでまちづくり」を開催しました



北海道福祉教育  
専門学校  
高山晃作さん

「健康寿命を考える～スポーツが生み出す社会的価値～」

2月28日開催

今回は介護福祉士や保育士を養成する学校で教員を務められている高山さんに、「健康寿命を考える」をテーマにお話していただきました。講義では、健康寿命と平均寿命の差が大きくなっていること、その原因は生活習慣病の影響であり、それは体を動かす環境が昔と比較して少なくなっていること等、現代の健康問題と運動の重要性を考えさせられる時間となりました。また、スポーツはするだけでなく、観る、支援することも幸せ効果があるとのことでした。運動が苦手な方もできそうという声が聞かれました。

後半は、自分の筋力を確認しよう!ということで、立ち上がりテストを行いました。40cmの高さの椅子から、胸の前で腕を交差させて立ち上がります。両脚で成功したら、次は片足でチャレンジ!よろけてしまったり、すぐ立ち上がることができたりと各々異なる結果となりました。80歳代の参加者さんも30、20cmの台と挑戦する姿も見られました。筋力保持と対策の必要性を学んだ時間となりました。高山さん、ありがとうございました。



### パワーアップ講座

## 「水彩画・アクリル画を描いてみませんか?」を開催しました

2月18日に行われたパワーアップ講座に3名が参加し、水彩画やアクリル画のコツを学び、実践しました。アクリル絵の具3原色を使い様々な色の作り方と風景画における遠近法を色で描き分ける練習を楽しくおこないました。

絵画教室は今年度のパワーアップ講座で初めての試みでした。次年度もこの企画を予定しています。絵に少しでも興味のある方、お待ちしております!



## 助成金情報

### 2026年度(第24回)ドコモ市民活動 団体助成事業

【実施団体】モバイル・コミュニケーション・ファンド

【URL】<https://www.mcfund.or.jp>

【対象分野】社会教育、環境保全、子どもの健全育成  
NPO支援

【助成額】上限 80万円～110万円

【募集期間】3月31日(火)17時厳守

【事業実施期間】2026年9月1日～2027年8月31日

### こどものみらい基金

【実施団体】サウンドハウスこどものみらい財団

【URL】<https://www.kodomozaidan.org/recruit/>

【対象分野】子どもの健全育成、NPO支援

【助成金額】上限額:120万円

(月額5万～20万円を半年単位)

【募集時期】随時

【事業実施期間】6か月、もしくは6か月以内

詳細はお問合せください

# のぼりん登録団体 掲示板

## 己書で春を楽しもう イベント

日時 4月8日(水)15:00-17:00  
 内容 筆ペンで春の季節を描きます  
 定員 3名  
 対象 どなたでも  
 参加料 2,400円  
 締切 当日  
 主催 楽輝己書道場(ラッキーおのれしょ道場)  
 問合せ 兼子さん(090-1388-4716)



## 琴の三絃の体験 イベント

日時 4月26日(日)10:00-12:00  
 内容 琴と三絃体験  
 定員 3名  
 対象 どなたでも  
 主催 鈴の会  
 問合せ 山口さん(85-3459)



## のぼりんからのお知らせ

### のぼりん団体登録申請更新はお済みですか？

のぼりんの団体登録は  
1年毎の更新となります。  
 ぜひ団体登録をお願いします！

- ① 持参/郵送
- ② FAX 83-6866
- ③ メール [support@noborin.org](mailto:support@noborin.org)



### 提出方法はコチラ

申請書はこちらから  
 ダウンロードできます



<https://noborin.org/documents/>

### 市民活動室の利用時間帯のご案内

5月から  
 夏季料金に  
 なります！

????????????????????????????????????

午前：9時－12時  
 午後：13時－17時  
 夜間：18時－22時  
 全日：9時－22時

- のぼりんの市民活動室は時間帯により使用料金が異なります。時間帯を過ぎますと追加料金がかかりますのでご注意ください。
- ご利用時間の10分前には退室のご準備をお願いいたします。
- 詳細はのぼりんまでお問い合わせください。

SNS発信しています ⇒  
 のぼりんの文化講座に予定や様子  
 イベントの情報を発信しています



インスタ



ホームページ  
 (のぼりんの活用法や  
 ブログ等)

## 募集

通信に掲載する記事を募集しています。

**【5月号】5/15～6/15の情報**

掲載ご希望の方は、4月5日までに、  
 のぼりんスタッフまでお声かけください。

登別市市民活動センターのぼりん

住所 〒059-0024  
 登別市緑町1丁目1番地4

TEL/FAX 0143-83-6866

メール [support@noborin.org](mailto:support@noborin.org)

HP <https://noborin.org/>

開館時間 月-金 9:00-22:00

土-日 9:00-18:00

休館日 祝日・年末年始(12/29～1/3)