

あいぽーと通信 No.248



“あいぽーと”・“ボランティア”・“NPO”に関する情報をお届けします

-Contents-

P1 12/27 (水) 開催 みんなのあいぽーと あなたのあいぽーとあいぽーと大掃除 P2 知ってほしい NPO「生きづらさカフェ」～ただの居場所～
P3「NPO 法人関連」情報 P4「熊本市市民公益活動支援基金」情報 P5「十人十色のボランティア活動」「あいぽーと出前相談会」など
P6～7「あいぽーと FESTIVAL」情報 P8「ボランティア・イベント」情報 P9「助成金」情報 P10～12「あいぽーとカレンダー」

12/27 (水) 開催

みんなのあいぽーと あなたのあいぽーと あいぽーと大掃除

いつも利用している方も、そうでない方も、日頃なかなか顔を合わせることができない、団体同士や個人の方と一緒に、団体の活動についてお話ししながら“あいぽーと”を掃除しませんか！
掃除が好きな方も大歓迎です♪皆様のご参加をおまちしております！



休館日のお知らせ

誠に勝手ながら
下記の日程を休館日とさせていただきます。

12/14(木)
年末年始のため
12/29(金)～1/3(水)

Let's go あいぽーと

毎週月曜日 朝 8 時 40 分ごろ、
FM79.1 ラジオ「朝リズム」において

「Let's go あいぽーと」を放送しています。

あいぽーとで実施される催しや、あいぽーとで活動
する団体情報を発信しています。

サイマルラジオで聴くことができます。



Facebook も開設中 ご活用ください！

あいぽーと情報、NPO 法人情報など、情報
盛りだくさんです。



熊本市市民活動支援センター・あいぽーと

〒862-0971 熊本市中央区大江 5 丁目 1 - 1

熊本市総合保健福祉センター・ウェルバルもと 1 階

TEL: 096-366-0168 FAX: 096-366-8830

休館日：毎月第 2 木曜日・年末年始

電子メール：aipoto_kumamoto_city@joy.ocn.ne.jp

受託管理者：株式会社 熊本シイエム



【日時】2023 年 12 月 27 日 (水) 10:00～11:30

【場所】市民活動支援センター・あいぽーと (中央区大江 5 丁目 1 - 1)

【内容】センター内の掃除、団体 PR タイム

【定員】30 名

【申込方法】TEL、FAX、google フォーム

【その他】掃除用具 (雑巾、ほうき、バケツなど) はこちらで準備します。

ボランティア活動証明書発行できます。



【お問い合わせ】

あいぽーと TEL 096-366-0168 FAX 096-366-8830

『『生きづらさカフェ』～ただの居場所～』（設立：2022年12月）

今回は、代表の原田 智浩さんにお話を伺いました。

『生きづらさ』を感じている人達の居場所づくり



原田 智浩さん

【団体を立ち上げたきっかけ】

私自身が、子どもの頃から学校での人間関係が築けず、孤立しがちになってしまい、十代後半になると入退院を繰り返していました。社会に居場所がなかった私は、入院中に考えてふらっと立ち寄れる居場所が欲しいと思い、熊本市内で活動している当事者会を探しましたが、思うように「生きづらさ」を話せる場所がありませんでした。そこで、入院中に知り合った「NPO 法人でんでん虫の会」に相談し、自分自身で「生きづらさカフェ」を立ち上げることにしました。

【熊本市市民公益活動支援基金の助成事業内容】

「生きづらさ」をテーマとした当事者会や、「社会的孤立」を防ぎ、地域に繋がりをつくる「週末の夜の大人食堂」を開催しています。コロナ禍によって人と人との繋がりは益々希薄化し、望まない社会的孤立状況にある人、また「生きづらさ」を抱えたまま日々を過ごしているパパゲノ当事者の方が増えています。そんな人たちの社会的孤立を防ぎ、「生きづらさ」を抱えて生きている人たちには、当事者会という自分の「生きづらさ」を語れる居場所をつくることによって、絶望し自死を選ぶのではなく、少しでもリカバリーを目指せるキッカケになればと思います。日中は大江コミュニティセンターを常設の居場所として様々なイベントを開催しています。「夜は一人で家でご飯を食べるのではなく、週末の夜は大人食堂へ行こう！」と毎週楽しみに来てくれるような温かい地域の交流の場を作り、皆で夕ご飯を食べて過ごしています。



【今後の展望】

生きづらさカフェと大人食堂を長く続けるのが目標です。参加者から「当事者会があってよかった。」「救われた。」と言われ、それが励みになっています。当事者会を開催する事で、服用していた薬も飲まなくてもいいぐらい体調も良くなりました。頑張りすぎず、ゆるく当事者会を開催できるよう頑張りたいです。

【お問い合わせ】

『『生きづらさカフェ』～ただの居場所～』
TEL 080-5208-2398

12/8(金)14:00 ごろ～放送「あいりぽーと」

FM791「校区のチカラ」で、あいぽーと情報を発信しています。あいぽーと利用登録団体やNPO法人、熊本市市民公益活動支援基金助成事業団体をご紹介します。実際、あいぽーとスタッフが取材にお伺いしリポートします。今回の担当は黒木です。

12月の放送は、12月8日(金)14:00から、
今回ご紹介する団体は『『生きづらさカフェ』～ただの居場所～』さんです。

NPO 法人設立のための「窓口」相談 Day

設立をお考えの団体は、まずはお仲間と一緒に NPO 法人について学びませんか。

NPO 法人の設立のためのご相談は予約がないとお受けできない場合がございますので、個別相談をご利用ください。

- ・NPO 法人の基礎的なことについて聞きたい
- ・NPO 法人設立のための要件は？
- ・設立認証申請書類ってどんなもの？



【相談日】毎月第 2 金曜日(10:00~12:00)、第 4 金曜日(14:00~16:00)

【場所】あいぽーと(中央区大江 5-1-1 ウェルパルクまもと 1階)

※完全予約制です。(1 コマ 1 時間程度)



こちらから申込できます

【12 月相談日】 12/8(金)10:00~12:00 12/22(金)14:00~16:00

【お問い合わせ】 あいぽーと NPO 法人窓口 TEL 096-366-0168

令和 5(2023)年度 NPO 法人設立説明会 in あいぽーと

NPO 法人の設立を検討している方！まずは説明会に参加してみませんか。NPO 法人の基礎と設立する際に所轄に提出する設立認証申請書類作成のポイントを学ぶことができます。

【基礎編】

NPO 法人になるための要件や設立を目指すなら
必ず知っておくべき知識などを教えます。
設立だけではなく新任役員の方も参加してみませんか。

- ・1/12(金)
- ・3/2(土)
- (時間)10:00~12:00
- (会場)あいぽーと
- (定員)20 名
- (参加費)無料

【書類作成編】

設立認証申請書類作成のポイントを教えます！

- ・2/13(火)
- (時間)13:30~16:00
- (会場)あいぽーと
- (定員)20 名
- (参加費)無料



【お問い合わせ】

あいぽーと TEL 096-366-0168

NPO 法人「資金づくり&法人運営」「労務管理」「会計・税務」無料相談会を活用しませんか！ 要事前予約！



資金づくり&法人運営相談会

- 資金調達の方法がわからない
- 助成金申請のアドバイスがほしい
- 事業計画や予算の立てかたなど
- 組織運営や人材確保の相談がしたい

(実施日) 毎月第 4 火曜日

13:30~16:00



労務管理相談会

- 雇用の手続き
- 社会保険って？
- 労働保険って？
- 就業規則って必要なの？

(実施日) 毎月第 3 水曜日

13:30~16:00



会計・税務相談会

- 日頃のお金の管理ってどうしたら…
- これって収益事業？ 減免申請できる？
- 源泉徴収ってどうやるの？
- 決算なんてやったことないんだけど…

(実施日) 毎月第 3 火曜日

13:30~16:00

12 月 26 日(火) 申込締切:12/19

12 月 20 日(水) 申込締切:12/13

12 月 19 日(火) 申込締切:12/12

熊本市市民公益活動支援基金情報

令和5年度「熊本市市民公益活動支援基金」助成事業団体が決定いたしました。

関心のある活動にご参加ください。採択団体の情報はあいぽーと通信、あいぽーとホームページ等でお知らせいたします。

団 体 名	日 時	場 所	内 容
日本ゆたかなまちづくり研究会 090-6155-9118(新田)	・8/12、19、9/16(土)※実施済み ・11/11(土)、11/23(木・祝) ※実施済み	・くまもと県民交流館 バレア 会議室3 中央区手取本町 8-9	※助成事業は終了しました。 ・ゆたかなまちづくりを目指す 公開討論会の集い in 熊本市
むすんでひらいて音楽事務所 090-8329-6865(岡田)	・二人でコンサート ・第3回:9/10(日)※実施済み ・第4回:11/19(日)※実施済み	・在日大韓基督教会(KCCJ) 熊本教会 中央区本山 1-2-24	※助成事業は終了しました。 「左手のピアノの世界」障がい者の音楽活動を推進し、 理解を進める。
NPO 法人熊本ゴルフ振興協会 096-221-1249	・7/2(日)※実施済み	・城西小学校 雨天のため体育館にて実施	※助成事業は終了しました。 ・西区及び城西校区でのスナッグゴルフ体験会 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
緑化ボランティア団体 「グリーンプラントえず」 080-6269-1234(坂口)	勉強会:5/20(土)10:00～ 美化作業:6/10(土)11:30～ 勉強会:6/24(土)9:00～	株式会社ナビラボ2階研修室 東区画図町重富 865-3	※助成事業は終了しました。 熊本市内の湖川を知って環境保全しよう会 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
『生きづらさカフェ』～ただの居場所～ 080-5208-2398(原田)	・当事者会:毎月1～2回 ・居場所づくり:月～土の 13～22 時 ・大人食堂:第2・第4土曜の夜	・熊本 YMCA 本館 ・中央公民館 ・大江コミュニティセンター	「生きづらさ」を抱えて生きている人たちの「居場所 づくり」「大人食堂」 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
NPO 法人 ディスカバリーくまもと 090-8836-6452(坂本)	・7/22～8/26 の毎週土曜 9:30～11:30 ※実施済み	・水前寺成趣園 中央区水前寺公園 8-1 ・天理教熊本教務支庁 中央区水前寺公園 2-30	※助成事業は終了しました。 ・熊本の誇る湧水庭園「水前寺成趣園」と細川文化 の魅力を英語でガイドするための子ども講座
NPO 法人 ガット 096-223-5376(中川)	・体験活動 年12回 ・学校図書館相談 2校決定後～夏季休業日	・ガット事業所、周辺地域 西区中島町1279番地 6 ・本事業を受ける学校図書館 (2校程度)	・子どもの体験活動サポート (野菜の苗植え・収穫、木工、音楽、運動等) ・子どもの読書活動を支える学校図書館相談 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
暮らし応援協力隊 090-9490-0296(馬原)	・暮らしに伴う困りごととは 何でもご相談ください。 ※打ち合わせを実施します。	・東区山ノ内校区 及びその周辺	・地域が抱える課題を少しでも 減らすお手伝いをします。 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
NPO 法人 坪井川遊水地の会 096-341-8222(加末)	・美化作業:年24回 ・講演:清水・黒髪小学校	・中央区(壺川・黒髪)及び 北区(高平台・清水)の 坪井川遊水地	・遊水地除草美化作業 ・遊水地桜並木や防災に関する講演 ※詳細は団体にお問合せ下さい。
特定非営利活動法人 くまもとライフポート 096-297-7151(馬場)	・5月～10月 ※実施済み 10:00～15:30 (毎月5～10回程度実施)	・個人住宅、東町団地、 嘉島町宮之原公園他	※助成事業は終了しました。 障がい者の就労支援として草刈り、芝刈り、除草、 剪定等の作業を行う。

☆令和6年度助成事業募集！☆いよいよ9日まで！

「熊本市市民公益活動支援基金」は、市民の皆様や事業者の方々の社会に貢献したいという想いを寄附金としていただき、NPOやボランティア団体の皆さんが行う公益的な活動を応援しています。

※ 詳しい内容については、あいぽーとまでお問合せ下さい。(申請には団体登録が必要です。)

◎スタートアップ助成

設立後間もない団体の事業を支援します。助成：最大 10 万円 助成率：対象経費の 10/10

◎ステップアップ助成

継続的な活動に取り組む団体の事業を支援します。助成：最大 25 万円 助成率：対象経費の 2/3

◎申請書提出締め切り 12月9日(土) 17時まで あいぽーと窓口へ持参。

◎お問い合わせ あいぽーと TEL 096-366-0168

ボランティアを楽しんでいます♪

私たちがボランティア活動を始めたきっかけは、2人で食事をしている時に偶然あいぽーとの職員の方とお会いしたことです。ボランティア活動についてお話をさせていただいてとても興味を持ち、初めてあいぽーと FESTIVAL にスタッフとして参加しました。人前で司会をしたり、地域の活動に触れたり、参加した方たちとお話したりと、とても貴重な体験をすることが出来ました。ボランティア活動はとても大変なことだと思っていましたが、学生である私たちでも気軽に参加でき、達成感を得ることが出来ました。ボランティア活動をしたいと思ってなかなか機会がなかったのが、あいぽーとを知ることができ、ボランティアのはじめの一步を踏み出すことができました。ぜひ学生の皆さんもそうでない方もボランティア活動に参加することをおすすめします。



林田菜花さん 川口哩理子さん

あいぽーとでは、様々なボランティア活動に関する学びの機会や情報を収集し提供しています。

12月 あいぽーと出前相談会を開催します

- ・ボランティアに関すること（ボランティアをやりたい！ボランティアを募りたい！）
- ・NPOに関すること（NPO 法人の要件は？）
- ・NPO 団体の資金について（熊本市市民公益活動支援基金って何？）

熊本市立図書館

日時 12/19 (火) 14:00～15:30

会場 熊本市立図書館 1 階
(中央区大江 6 丁目 1-74)



こののぼりが目印です！

なかなか「あいぽーと」まで足を運べない方！お近くの方！この機会をご活用ください♪

12月あいぽーとボランティア DAY 開催のお知らせ

ボランティアを始める前に、「なぜボランティアって必要とされているの？」、「初めて参加するけど、どういうことに気を付けたいの？」などボランティアに関する心構えを聞いてみませんか。ボランティア活動に興味があるけど、自分にできるボランティア活動ってあるの？という方へ最新のボランティア募集情報も提供します。

【開催日程】12月 は通常編を開催します。

- ・2023年12月5日(火) 10:00～11:00
- ・2023年12月15日(金) 13:30～14:30
- ・2023年12月25日(月) 19:00～20:00

【開催場所】あいぽーと 【参加費】無料 ※要予約 【定員】30名

【その他】ボランティア活動証明書発行可能※中止になった場合は発行いたしません。

【通常編 内容】

- ・「ボランティア」ってなに？
- ・「ボランティア」ってなぜ必要なの？
- ・「ボランティア」活動する際の心構え
- ・「ボランティア」クイズ
- ・最新ボランティア情報紹介





12/26(火) あいぽーと折々ボランティア募集

ボランティア

あいぽーとで発行している「あいぽーと通信」の発送作業のお手伝いをさせていただきます。
紙を折ったり、封入したり、のりづけしたりといった簡単な作業です。

参加は、お一人でも仲間の皆さんと一緒にでも構いません。

気軽に参加できる内容ですので、『ボランティアを始めたいけど、何をしたいかわからない』と考えておられる方には最適なボランティア活動になると思います。

様々な分野でボランティアをしている方も参加されますので、

楽しくおしゃべりしながら情報交換してみませんか。

【日時】令和5年 12月 26日(火)9:30~11:30 【場所】あいぽーと内 【定員】30名

※要事前予約 あいぽーとまで電話申し込みください。

【お問い合わせ】あいぽーと TEL 096-366-0168

希望者にはボランティア活動証明書発行可能です。

※中止になった場合は発行いたしません。



12/10(日)開催「熊本県 2023 人権啓発フェスティバル」ボランティア募集

ボランティア

【概要】 熊本県・熊本県人権啓発推進委員会・熊本県人権啓発活動ネットワーク協議会が「熊本県 2023 人権フェスティバル」を開催します。フェアトレードシティくまもと推進委員会がブースを出展します。当日運営のお手伝いをしていただけるボランティアを募集します。

【日時】令和5年 12月 10日(日)13:30~16:30 ※時間については応相談

【場所】熊本城ホール 2F シビックホール(中央区桜町 3-40)

【活動内容】

・フェアトレード産品やフェアトレードコーヒー販売

・準備、片付けなど

【募集人員】6名

【お問い合わせ】TEL:070-8953-1746 (担当:はま)

1/13(土)開催「羽子板を作って遊ぼう」ボランティア募集

ボランティア

【概要】 年長児、小学生を対象に「羽子板作り」を開催します。(羽子板の板にマジックで絵を描く制作です。)

開催に伴いお手伝いいただけるボランティアを募集します。

【日時】令和6年 1月 13日(土)13:00~15:30

【場所】東部児童館(東部まちづくりセンター内)(東区錦ヶ丘 1-1)

【活動内容】

・会場設営

・制作・工作の補助

・出来上がった羽子板で遊ぶ時の見守り

【募集人員】4名 【募集締切日】令和6年 1月 10日(水)

【その他】ボランティア活動証明書発行可能

【お問い合わせ】東部児童館 TEL: 096-367-1134(担当:谷富)

12/6(水)開催 地域デビュー講演会

イベント

あなたのパワーを待っています！仕事と地域活動でイキイキライフ!!

あなたのちからを地域に生かしたい方、仕事や学業と両立して地域への第一歩をふみだしたい方、地域とつながる「楽しみ」について考えてみませんか？

【日時】令和5年 12月 6日(水)18:30~20:30(開場 18:00) 【参加費】無料

【会場】熊本市国際交流会館6階・7階ホール 【定員】先着 150名 ※定員になりしだい締め切らせていただきます。

【パネリスト】

・石原 靖也氏(一般社団法人 熊本暮らし人まつり代表理事)、渡辺 正宏氏(子飼繁栄会商店街振興組合代表理事)

・中川原 堅一郎氏(子飼商店街振興組合理事長)、和泉 秀氏(株式会社 urban direction 代表)

【司会】水野 直樹氏(ラジオパーソナリティ)

【申込方法】熊本市コールセンターひごまるコールに電話・web でお申込ください。

TEL:096-334-1500(年中無休/朝 8時~夜8時) Web: <https://higomaru-call.jp/event/>

【お問い合わせ】熊本市(中央区まちづくりセンター) TEL 096-328-2232

12/9 (土) 締切

令和 6 年度熊本市市民公益活動支援基金助成事業募集

[https://www.kumamoto-](https://www.kumamoto-aiport.com/kumamoto_wakuwaku/kiji/pub/detail.aspx?c_id=40&type=top&id=1796)

[aiport.com/kumamoto_wakuwaku/kiji/pub/detail.aspx?c_id=40&type=top&id=1796](https://www.kumamoto-aiport.com/kumamoto_wakuwaku/kiji/pub/detail.aspx?c_id=40&type=top&id=1796)

市民や企業の皆様からいただいた寄附をもとに、NPO 法人やボランティア団体の活動を支援する令和 6 年度『熊本市市民公益活動支援基金』助成事業（仮）を募集します。

◆スタートアップ助成事業◆

資金面に不安がある、助成申請も初めてなど、設立後間もない団体の取組みを支援するための助成です。

◆ステップアップ助成事業◆

継続的な市民公益活動に取り組む団体の更なる発展のため、その活動を支援する助成です。

【助成事業の実施期間】

令和 6 年 4 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日の期間内に行われる事業であって、その期間内に実績報告書の提出ができる事業

【お問い合わせ先】

熊本市市民活動支援センター・あいぽーと

TEL : 096-366-0168

メール : aiport_kumamoto_city@joy.ocn.ne.jp

助成金内容は

あいぽーとホームページでもご覧になれます



12/8 (金) 締切

2024 年度「POSC 社会貢献活動支援のための助成」

<https://posc.or.jp/subsidy/application.html>

【お問い合わせ】

一般社団法人

パチンコ・パチスロ社会貢献機構（POSC）

〒162-0844

東京都新宿区市谷八幡町 16 市ヶ谷見附ハイム 103

TEL 03-5227-1047 FAX 03-5227-1049



1/9 (火) 締切 第 7 回リカジョ育成賞

<https://www.nissan-zaidan.or.jp/oitline-rika/>

【お問い合わせ】

公益財団法人日産財団『リカジョ育成賞 事務局』

〒231-0015

神奈川県横浜市中区尾上町 6-86-1 関内マークビル 4F

TEL 045-620-9780

メール rikajo@nissan-zaidan.or.jp



12/22 (金) 締切

環境分野の次世代育成支援活動助成対象団体募集

[https://www.kyuden-](https://www.kyuden-mirai.or.jp/support/2024/boshu.html#bosyu)

[mirai.or.jp/support/2024/boshu.html#bosyu](https://www.kyuden-mirai.or.jp/support/2024/boshu.html#bosyu)

【お問い合わせ】

公益財団法人 九電みらい財団

〒810-8720

福岡市中央区渡辺通 2 丁目 1-82 電気ビル 第二別館 3 階

TEL 092-982-4627(9:00～17:00 土日祝日を除く)

メール josei@kyuden-mirai.or.jp





団体の判断で中止をしている可能性がありますので、事前に主催団体へ確認のうえ参加ください。
「あいぽーとカレンダー」は、あいぽーとホームページにも掲載しています。

あいぽーとカレンダーに掲載している内容は、一般の方も参加できます。主催団体のルールに則って参加ください。

場所：イ：イベントコーナー 会：会議・セミナー室

期 日	時 間	主 催	内 容	場 所
12月16日 (土)	9:00～11:30	熊本さわやかハイヤ倶楽部	熊本の郷土芸能「牛深ハイヤ踊り」の練習	イ
	13:30～16:30	東教養囲碁研究会	囲碁の対局	イ
	18:00～20:30	熊本市青少年指導員協議会	広報委員会	イ
	9:00～11:50	熊本史談会	歴史の勉強	会
	14:00～15:00	くまもと琵琶楽普及会	ワークショップ琵琶の音色を楽しむ	会
12月17日 (日)	10:00～13:00	熊日童話会	熊本童話会「口演教室、月例童話会」	会
	14:00～16:30	ブレーメンの音楽隊	音楽を楽しむ	会
12月18日 (月)	10:00～11:45	ヨガ健康クラブ	ヨガ入門	イ
	13:30～16:30	日本太極柔力球熊本県協会	太極柔力球	イ
	10:00～15:15	NPO 法人成年後見安心サポートネット熊本	高齢者・障がい者のための後見に関する	会
	19:00～20:40	太陽とひまわりセインの会	太陽とひまわりセインの会	会
12月19日 (火)	9:30～11:30	世界の民族舞踊 ペガサス	世界各地の民族の踊りを楽しもう（フォークダンス）	イ
	18:30～20:30	マイカ	フォークダンス	イ
	10:15～11:40	熊本「新老人の会」	スポーツ吹き矢	会
	13:00～17:00	囲碁普及会	囲碁の研究と対局	会
	19:30～20:30	笑顔のたまて箱	人形劇の練習及び打合せ	会
12月20日 (水)	9:40～11:30	KKA 高齢者健康友の会	みんな笑顔で楽しい健康体操	イ
	14:00～16:30	NPO 法人でんでん虫の会	おしゃべり会	イ
	18:30～20:30	マイカ	フォークダンス	イ
	9:30～11:30	手話サークルわかぎ昼の部	手話サークルわかぎ昼の部	会
	14:00～16:00	NPO 法人でんでん虫の会	クリスマスおしゃべりとうたの会	会
	18:00～20:00	(一社)地域再生・百年ライフサポート協会・羅針盤	相続・遺言・成年後見無料相談及び会員サロン・研修会	会
12月21日 (木)	10:00～12:00	NPO 法人傾聴ネットキーステーション	傾聴カフェ「花ことば」	イ
	10:00～11:50	熊本市居住支援協議会	あんしん住み替え相談会	会
	14:00～17:00	スマイリー健&アロハ・スターハワイアンズ	ウクレレを楽しもう♪♪	会
	18:30～20:30	熊本フォークダンスクラブ	フォークダンス練習会	会
12月22日 (金)	9:30～11:30	曙の会	レクダンス	イ
	13:00～17:00	囲碁普及会	囲碁の研究と対局	イ
	10:00～11:20	熊本健康マージャン協会	麻雀座談会の打合せ	会
	14:00～17:00	スマイリー健&アロハ・スターハワイアンズ	ハワイアン・懐メロ演奏会	会
12月23日 (土)	13:30～16:30	東教養囲碁研究会	囲碁の対局	イ
	10:00～11:00	口からの健康づくり歯っぴーかむカム	ペロタッチ生活養生・食養生	会
	13:00～15:00	OCD（強迫性障害）の会	月例会	会

12月24日 (日)	10:00～12:00	熊本 SCD・MSA 友の会	ミニ交流会	イ
	13:00～16:00	NPO 法人傾聴ネットキーステーション	定例会及び事例検討・スキルアップ講座	会
12月25日 (月)	13:30～15:30	希楽希輝クラブ	高齢者健康体操	イ
	19:00～20:00	あいぽーと	あいぽーとボランティア Day	イ
	10:15～11:50	カフェてくてく会	認知症カフェてくてく会	会
	14:00～15:30	プレーメンの音楽隊	音楽を楽しむ	会
	19:00～20:40	太陽とひまわりセインの会	太陽とひまわりセインの会	会
12月26日 (火)	9:30～11:30	あいぽーと	折々ボランティア	イ
	13:00～17:00	囲碁普及会	囲碁の研究と対局	イ
	18:30～20:30	マイカ	フォークダンス	イ
	9:30～11:30	世界の民族舞踊 ペガサス	世界各地の民族の踊りを楽しもう（フォークダンス）	会
12月27日 (水)	10:00～11:30	あいぽーと	みんなのあいぽーと あなたのあいぽーと大掃除	イ・会
	18:30～20:30	マイカ	フォークダンス	イ
	12/29（金）～1/3（水）年末年始のため休館します			
1月4日(木)	14:00～17:00	スマイリー健&アロハ・スターハワイアンズ	ウクレレを楽しもう♪♪	会
	18:30～20:30	熊本フォークダンスクラブ	フォークダンス練習会	会
1月5日(金)	10:00～11:00	あいぽーと	あいぽーとボランティア Day	イ
	10:00～11:50	熊本健康マージャン協会	マージャン協会の座談会	会
	14:00～17:00	スマイリー健&アロハ・スターハワイアンズ	ハワイアン・懐メロ演奏会	会
1月6日(土)	13:30～16:30	東教養囲碁研究会	囲碁の対局	イ
	13:00～15:30	傾聴ボランティアくまもと	定例会	会
	16:00～18:50	熊本ヨーガ療法研究会	ヨーガ療法の研究・勉強会	会
1月7日（日）	10:00～12:00	熊本 SCD・MSA 友の会	ミニ交流会	イ
	14:00～15:00	くまもと琵琶楽普及会	新春琵琶の調べ	会
1月8日 (月・祝)	10:00～11:45	ヨガ健康クラブ	ヨガ入門	イ
	13:30～16:30	日本太極柔力球熊本県協会	太極柔力球	イ
	10:00～11:50	さわやかボランティアーズ 4 班	さわやかボランティアーズ 4 班例会	会
	19:00～20:40	太陽とひまわりセインの会	太陽とひまわりセインの会	会
1月9日(火)	9:30～11:30	世界の民族舞踊 ペガサス	世界各地民族の踊りを楽しもう（フォークダンス）	イ
	18:30～20:30	マイカ	フォークダンス	イ
	9:30～12:00	はなの風	はなの風（水彩画教室）	会
	13:00～17:00	囲碁普及会	囲碁の研究と対局	会
1月10日(水)	9:40～11:30	KKA 高齢者健康友の会	みんな笑顔で楽しい健康体操	イ
	14:00～16:30	NPO 法人でんでん虫の会	おしゃべり会	イ
	9:30～11:30	手話サークルわかぎ昼の部	手話サークルわかぎ昼の部	会
	14:00～16:30	プレーメンの音楽隊	音楽を楽しむ	会

1月11日 (木)	第二木曜日は休館日です			
1月12日 (金)	9:30~11:30	曙の会	レクダンス	イ
	13:00~17:00	囲碁普及会	囲碁の研究と対局	イ
	10:00~12:00	あいぽーと	NPO 法人設立説明会(入門編)	会
	14:00~17:00	スマイリー健&アロハ・スターハワイアンズ	ハワイアン・懐メロ演奏会	会
1月13日 (土)	9:00~11:50	熊本さわやかハイヤ倶楽部	熊本の郷土芸能「牛深ハイヤ踊り」の練習	イ
	13:30~16:30	東教養囲碁研究会	囲碁の対局	イ
	10:00~12:15	NPO 法人成年後見安心サポートネット熊本	後見実務研究会(協議問題検討会)	会
	13:30~15:30	熊本県エスペラント会	エスペラント語学習会	会
1月14日 (日)	10:00~12:00	さわやか南京玉すだれを楽しむ会	南京玉すだれの練習	イ
	13:30~16:30	ラジオ英語の会	英語を楽しもう	イ
	10:00~12:30	未来を創る会	原発学習会	会
	14:00~16:30	プレーメンの音楽隊	音楽を楽しむ	会
1月15日 (月)	10:00~11:45	ヨガ健康クラブ	ヨガ入門	イ
	13:30~14:30	あいぽーと	あいぽーとボランティア Day	イ
	10:15~11:50	カフェてくてく会	認知症カフェてくてく会	会
	18:30~20:30	ピエロン教室	マジックの練習	会

12/9(土)開催 Let's go ボランティア「白川公園清掃ボランティア」

Let's go ボランティア

ボランティアに関心があるものの、なかなか活動に対して初めの一步が踏み出せない方、ボランティア活動の幅を広げたい方へ、ボランティア活動に触れていただくことで、ボランティアライフを楽しみませんか。今回は白川公園内清掃ボランティアを経験します。あいぽーとのスタッフが同行しますので、初めての方も安心して参加できます。公園の好きな方、清掃が好きな方素敵な時間になるかも！

【開催日】令和5年(2023)年12月9日(土)

【場所】白川公園内(熊本市中央区草葉町5)

【時間】午前8時30分~10時30分

【集合時間・場所】午前8時15分 熊本市中央公民館(熊本市中央区草葉町5)

【申し込み方法】TEL・FAX・専用フォーム

【参加費】無料

【定員】30人 ※先着順。定員に達し次第締め切ります。



軍手持参で参加ください

【お問い合わせ】 あいぽーと TEL 096-366-0168 FAX 096-366-8830

