



相談は 毎週火曜、第1・3土曜ですよ／

サポセン News Letter

No. 48
2025年
5月号

相談が変わります！ 相談日に、専門の担当者が 専任することになりました。

相談日：基本 毎週火曜日 と 第1・第3土曜日 10時～17時

場 所：フリースペース 高橋さんデスク（MSの希望もできます。）

相談の予約を
事務局で
受け付け
しています。

月 曜	5月19日（G.W.のため特別に）	
5・6月の相談日	火 曜 5月 6、13、20、27日	6月3、10、17、24日
	土 曜 5月10、17日	6月7、21日



【高橋博樹(ジャック) プロフィール】

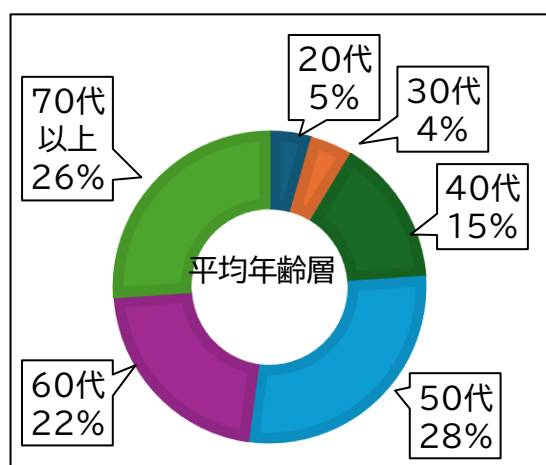
17年前から長岡京市在住。2012年南丹市にて、地域活動のよろず相談所「NPO 法人 テダス」を設立し、地域活動団体の支援(中間支援)を開始。南丹市、京田辺市、宇治市において地域活動の相談員を担う。非営利とは何か(NPOの基礎)、会計(複式簿記)、わくわく会議(ファシリテーション)、企画づくりなどの講座を実施。2児の父(大1、高2)。

【メッセージ】

4月からまち活アドバイザーとして着任しました。高橋博樹(ジャック)と申します。「地域のために何かやりたいことがある」「活動していてこんなことに悩んでいる」、まだ「もやもやしてる」「ふわふわしてる」の方もぜひお気軽にご相談ください。

2024年度 アンケートの集計結果をご紹介します♪～第2弾～

① おおよその平均年齢層は？



② 相談したいことや アドバイスを受けたいことなどは？

- ・ 会員の増やし方など。
- ・ 活動を広めるための取り組み方。
- ・ 資金の流れを正確に記録するために簿記を学びたい。
- ・ 資金調達、助成金の申請方法など。

ほかにも こんな意見がありました

分からない所を向き合って相談し、教えてもらえる場所だと知りました。
事業計画書作成の大切さと、書く手順や方法を分かりやすく教えてもらった。

事務局からのお知らせ

- ・今年度の団体登録を受け付けています。
団体登録は毎年更新となります。申請がまだのところは、お早めをお願いします。
- ・イベントや会員募集のチラシをご持参くださいね。フリースペースに掲示だけでなく、サポセンHPとInstagramからも情報発信しています。どうぞお待ちしております。

発行 長岡京市市民活動サポートセンター H P: <https://www.bambio.jp/nijit/>
電話: 075-963-5505 メール: shiminkatsudou-sc@bambio.jp



イベント

詳細は、サポセンホームページに掲載しています。
フリースペースにチラシもございます。(5/2以降開催分)

ながこれんのおはなし会
文庫まつりミニ

5月10日(土)
14時～14時30分
長岡京市立図書館3階 大会議室
申し込み 不要 参加費 無料

ながこれんのメンバーが楽しい
おはなし会をします。
★絵本の読み聞かせ
★紙芝居
★手遊び など

【お問い合わせ】
★長岡京市立図書館 TEL 953-4646
★長岡京市文庫連絡係 (ながこれん)
★ながこれんLINE

QRコードを携帯し、図書館の蔵書、貸出内容などを入力して閲覧していただけます。ながこれんから図書館まで、ながこれんのメンバー以外は見ることができません。ご了承ください。

今回の担当は
サニー文庫・たんぽぽ文庫
びんぼん文庫の3文庫だよ。

公式ドッジボールクラブチーム
勝龍寺D.C

体験会

参加費 無料

ドッジボール大好きな子集まれ!

5/10±9-11時

体験会の日時に都合が合わない方は通常練習日にご参加できます。詳細はお問い合わせください。

対象 小学1年生～ 6年生の男女 場所 長岡京市立図書館 3階 タオル、飲みもの、体育館シューズ(上履)

予約不要! お問い合わせはHP・Instagramまで▶

勝龍寺D.C

哲学カフェ

第8回テーマ
「成長ってなんだろう?」

5/18(日) 13:30～15:30
長岡京市立総合交流センター (パンビオ1階) 6階和室

参加費 500円 (中学生以下無料)

対象 定員10名 ※要申込
どなたでも参加いただけます

今後のお知らせ
※時間は13:30～15:30

わがままってなんだろう?
やさしさってなんだろう?

【お問い合わせ】
長岡京市立総合交流センター TEL 953-4366
075-953-4366
panbiocafe@gmail.com

令和7年度 京都府ひきこもり相談・訪問支援「チーム絆」地域推進事業

第1回 *定員 30名 (無料) 寄り添い、あゆむ一歩ずつ

ひきこもりに関する学習会
「当事者との関係性づくりを考える」

【日時】 2025年 5月22日(木) 13:30～16:00
【場所】 JR長岡京駅西口前 パンビオ1階 4階中央生涯学習センター 学習室1
【講師】 京都府家庭支援センター ひきこもり支援担当 廣田 和之 主査

NPO 法人 乙訓障害者支援協会 乙訓ももは、乙訓地域のひきこもり状態にある方への支援に取り組んでおり、支援者や地域にお住まいの方を対象に、「ひきこもりに関する学習会」を毎年4回開催しています。今年度の第1回目の学習会は対人援助の基礎となる「関係性づくり」について皆さんと一緒に考える機会を設けます。是非、ご参加ください。

申し込み/お問い合わせ
NPO 法人 乙訓障害者支援協会 乙訓もも
TEL: 075-952-2800 FAX: (075) 874-6260
Mail: otokuni.momo@gmail.com
※参加をご希望の方は、事前にメール・電話でご連絡いただけますようお願い申し上げます。ご質問等も事前にお知らせ下さい。出来る限りご返信いたします。

ながこれんのおはなし会
ぶんこピクニック
in勝龍寺城公園

5月24日(土)
15時～15時30分
勝龍寺城公園 管理棟
申し込み 不要 参加費 無料

ながこれんのメンバーが楽しい
おはなし会をします。
★絵本の読み聞かせ
★紙芝居
★手遊び など

【お問い合わせ】
★長岡京市立図書館 TEL 953-4646
★長岡京市文庫連絡係 (ながこれん)
★ながこれんLINE

心とこころを繋ぎ、図書館の蔵書、貸出内容などを入力して閲覧していただけます。ながこれんから図書館まで、ながこれんのメンバー以外は見ることができません。ご了承ください。

2025年

親子ヨガ 4月25日(金)

親子リトミック 5月23日(金)

10:40

勝龍寺城公園

【お問い合わせ】
長岡京市立図書館 TEL 953-4646
075-953-4366
panbiocafe@gmail.com

ヨーロッパ
井戸端会議の会
～参加者募集～

ヨーロッパの歴史と文化にふれ、知的好奇心を高め、一緒に
おしゃべりしませんか?ご参加お待ちしております。

日時 金曜日 5月 23日
14時00分～16時00分
会場 パンビオ1階 2階中央ホール内
参加人数 30名(先着順) ※参加費無料

※ヨーロッパの歴史と文化にふれ、知的好奇心を高め、一緒に
おしゃべりしませんか?ご参加お待ちしております。

長岡京芸術劇場
長岡京市民管弦楽団
第33回定期演奏会

指揮: 日本貴顕
ピアノ独奏: 沼光 悠理佳
演奏: 長岡京市民管弦楽団

「悲劇的序曲」
「悲劇的序曲」
「悲劇的序曲」

2025年 5月25日(日) 14時開演(13時30分開場)
京都府長岡京記念文化会館 入場無料 (要整理券)

【お問い合わせ】
長岡京市民管弦楽団 TEL 953-4646
075-953-4366
panbiocafe@gmail.com

まち活 gallery

フェリーチエ 4/7～5/1

折紙サークル〈さこたえ〉

5/2～6/6



イベント情報や通信の最新号、
工作「どうぶつ帽子」などを
展示していましたよ。



花 いっぱい 咲いてます♪
ミャクミャクも いますよ～。

みんなで
楽しくおがみを
折っています。
メンバー募集中!

会員募集

『くらしの応援隊』
ボランティアの会

まちの美化・
募金活動

くらしの応援
活動

メンバー
募集中!!

施設での応援
活動

さまざまな協働
活動

災害ボランティア
活動

ランチ会等
楽しみながら活動

【活動費】 会員の年費は1000円
【定員】 定員は100名
【活動時間】 毎月第2、第4日曜日
【活動場所】 長岡京市立図書館
TEL 953-4646 FAX 953-4366
075-953-4366

2025年6月1日(日) 探訪ウォーク 長岡京市の山の辺を歩く —竹林の小道と長岡京を俯瞰する—

■日 時 6月1日(日) 8:20～12:15
■集 合 場 所 阪急長岡天神西行阪急バス停 8時20分集合

コース 阪急長岡天神阪急バス停 (バス移動8時35分) ⇒阪急
明神前バス停 (徒歩) ⇒走馬神社⇒西山体育館・テラス (トイレ
休憩) ⇒じやぶじやぶ池⇒子守神社⇒観音寺⇒光明寺駐車場
(12時00分解散予定) 帰りのバスは案内です。阪急バスは
が丘ホーム前阪急長岡天神駅 12時17分・12時47分

■定 員 30名 (ガイド要員を除く)
■費 用 一般500円 (資料代、保険代)
会員100円
バス運賃 (230円) は各自負担

■雨天中止 前日の19時00分に長岡京市の天気予報が、翌日50%以上
の降水確率の場合は中止

■注 意 体調不良の方の参加は、ご遠慮ください

■申 込 5月10日(土)～5月25日(日) e-mail又は携帯・SMSで事前申込

■申 込 問い合わせ先 NPO 法人 長岡京市ふるさとガイドの会

〒158-8501 東京都目黒区中村 4-1-1
〒158-8501 東京都目黒区中村 4-1-1

■その他
○ガイドの会員が、ポイントでガイドします。
○阪急バス明神前バス停前集合です。(8時45分に集合)
○明神前バス停の集合は、申し込み時に連絡いたします。

■主 催 NPO 法人 長岡京市ふるさとガイドの会

■後 援 長岡京市教育委員会 長岡京市観光協会