



サポセン News Letter

＼活動をちょっと見直してみませんか／

No. 54
2025年
9月号

サポセン講座 第1回

知っておきたい 市民活動の基礎講座

参加費無料 先着20名

2025. 9. 6 土 13:00-15:00

参加者多数のため場所を変更しました！

会場：バンビオ1番館 4階 学習室2・3

この講座でいろんな疑問が理解できると、
今後の活動がもっと考えやすくなりプラスになりますよ。
規約づくりについても解説します。
「規約」と聞くと難しく考えがちですが、ポイントをおさえれば
簡単に作ることができますよ。
規約のフォーマットもご準備しています。

当日参加枠も
少しあります。

申し込み
受付中です♪



サポセン講座 第2回

長岡京市市民活動サポートセンター 第2回 講座

もっと当事者にイベント参加してほしいなあ！
どうしたらずっと続けることができるかな？
活動が広がるような、支援者となつなりたいなあ。
この活動をみなさんにもっと知ってもらいたいなあ...
活動を続けていると困りごとが変わってききたい！どうしたらいいの？

「課題」にあった 企画づくりをしよう！

日時 2025. 10. 18. (土) 10:30~12:00
場所 市民活動サポートセンター
ミーティングスペース
(JR 長岡京駅前 バンビオ1F)
参加費 無料
定員 20名 10/15(水) 締切
応募者が多数の際は、抽選になる場合があります。

講師
長岡京市まち活アドバイザー 高橋 博樹 氏
2012年『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。
2025年4月よりサポセンの相談員を担う。

申込方法 / 問い合わせ先
【長岡京市市民活動サポートセンター】
ご来館・電話・メールにて
・お名前・連絡先・所属があれば団体名もお知らせください。メール shiminkatsudou-sc@bambio.jp

長岡京市神足 2-3-1 バンビオ1番館 1階
TEL 075-963-5505

ミーティングスペース・ コピー機・印刷機などの予約が、 市の公式 LINE から

10/1
スタート

できるようになります！

(キャンセルもできます。)

- ・90日先まで予約ができます。
(3か月前の1日のルールから 変わります)
- ・市公式 LINE から予約ページに入る方法は、
10月1日にお伝えします。
(来館・電話・メールのご予約も、引き続き受け付けします。)

9月30日(火) 13~16時

練習会を実施予定です♪

「みんなで LINE 予約をしてみよう！」

実際にご自分のスマホを操作し、
予約・キャンセルの練習をします。

30分単位で、3団体の受付をします。

活動が続けるうちに、
「どんなイベントが、いいのかな？」
「本当にお役に立っているのかな？」
「活動年数にともない、
内容はこのままでいいのかな？」
と、考えることはありませんか？
そんなお悩みを、ワークをしながら
見直しませんか？

事務局からのお知らせ

サポセン講座(第1・2回)に出席できないけど、少し心配だな...ちょっと聞いてみたいな...という時は、
お気軽に事務局・まち活ルームにお越しくださいね。(まち活ルームは予約していただくと、安心です。)

まち活ルームの相談日 火曜 9月2, 9, 16, 30日 10月7, 14, 21, 28日
土曜 9月6, 20日 10月11, 18日

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置います。(9/4以降開催分)

京都府地域交響プロジェクト申請事業

虹色でんしゃ
プレゼンツ
スローエイジング
Lesson

2025年度開催日程
4/4(金) 6/6(金)
7/4(金) 8/7(木)
9/5(金) 11/7(金)
12/5(金) 1/9(金)
2/6(金) 3/6(金)
各回10時～12時

お問合わせは
こちらから→
公式HP
NPO法人サポセン
京都府地域交響プロジェクト事務局
090-7460-7233

長岡公園リニューアルオープンイベント

えほんの
よみきかせ

2025/9/6(土) 11:30～12:00
長岡公園・休憩所 fuRari

2025年度開催日程
4/4(金) 6/6(金)
7/4(金) 8/7(木)
9/5(金) 11/7(金)
12/5(金) 1/9(金)
2/6(金) 3/6(金)
各回10時～12時

哲学
カフェ

第12回テーマ
「強さって
なんだ？」

9/6(土) 14:30～16:30
長岡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
※申込は9/5(金)まで
※申込先: サポセン事務局

ながこれんのおはなし会
文庫まつり

9月13日(土)
14時～14時30分
長岡市立図書館 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 など

長岡京市少年少女合唱団
つなぐ 50周年記念
コンサート

2025年 9.15(月・祝) 開演12:30 入場無料
長岡京市民ホール(長岡京市立中央公民館3F)

長岡京市・長岡京市立中央公民館・長岡京市文化会館
長岡京市・長岡京市立中央公民館・長岡京市文化会館

虹色でんしゃ企画

春の特別講座
おはなし会
5月15日(木)
10:00～12:00

虹色交流会
5月15日(木)
10:00～12:00

子どもとおはなし会
5月15日(木)
10:00～12:00

2025年度 秋～冬の自然観察会

9/13(土) 10:00～11:30
カワツツヤドコなど観察します。★観察者: 親子、家族、友達、先生、ボランティアなど。★参加費: 100円(中学生以下無料)。

9/25(木) 10:00～11:30
カワツツヤドコなど観察します。★観察者: 親子、家族、友達、先生、ボランティアなど。★参加費: 100円(中学生以下無料)。

ゆるい
居場所
ばらてい京都

9月18日(土) 14:00～16:00
チエコスモールハウス (長岡一丁目6-4)

対象 女性
費用 無料

歌のちから
心のいのり

2025年 11月22日(土)
14:00開演 (13:30開演)
長岡京記念文化会館

入場料 1,000円 (全席自由)

9/23(土) 10:30～12:00
～思春期から大人へ～
わが子との関係が変わるとき

子どもが変わるとき、親も「手放す」「見守る」「自分の人生を生き直す」必要が必ずあります。子どもの成長とともに、寂しさや虚しさを感じることもありますが、わが子との関係が変わるとき、親子の関係を再構築するチャンスがあります。

セミナー＆座談会
①10:30～11:15
心理タイプで親子の価値観を知るセミナー
②11:20～12:00
大人へと成長するわが子への関わり方座談会

長岡京 ロケット
ドッジボール
体験会

9月23日(祝)
13:30～15:00
第九小学校 体育館

対象 小学1年生～6年生
持ち物 タオル、水筒、体育館シューズ

自分らしく輝くフェスタ

2025年 9月27日(土)
10:00～16:00
入場無料

長岡京市立総合交流センター
(パンビオ1階) 6階和室

ながこれんのおはなし会
ぶんこピクニック

9月27日(土)
15時～15時30分
勝竜寺城公園 管理棟

申し込み 不要 参加費 無料

お味噌づくりにチャレンジ!

9/27(土) 10:00～11:30
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

会募員集

ドッジボール
チームメンバー
募集中

活動内容・環境
・対象: 小学1年生～6年生
・練習場所: 第九小学校、第九小学校の体育館
・練習日時: 毎週水曜 18:00～19:00 (第九小学校)
・練習日: 毎週水曜 18:00～19:00 (第九小学校)
・練習日: 毎週水曜 18:00～19:00 (第九小学校)

ドッジ
大好きな子
集まれ!

2025年度 長岡京市立総合交流センター
(パンビオ1階) 6階和室

お味噌づくりにチャレンジ!

9/27(土) 10:00～11:30
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