



『市民活動ネットワークセンターみさわ(愛称:そだなす館)』は、市民の皆さんが自主的に行う公益的活動(まちづくりやボランティアといった、営利を目的としない活動)を支援するための施設です。活動のために必要な情報収集、会報やチラシの作成やミーティング等お気軽にご利用ください。

当館に登録されている団体さんのイベントをご紹介します。

●三沢市連合町内会

三沢市クリーン大作戦

市民みんなでひと掃き運動

日時: 令和5年4月16日(日)

午前8時から11時まで

ところ 三沢市全域

主唱 三沢市連合町内会

協力 三沢市・三沢市建設協会・三沢建設
関連団体協議会

協賛 三沢ロータリークラブ・三沢ライオンズ
クラブ・三沢東ロータリークラブ・
三沢木崎野ライオンズクラブ・三沢青
年会議所・小さな親切運動の会・ガール
スカウト青森県第3団・三沢インタ
ーアクトクラブ・三沢ショッピングセ
ンター・三沢市子ども会育成協議会

●新型コロナウイルス感染症対策

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

令和5年3月13日から

マスク着用は個人の判断が基本となります

ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病
がん
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります



作成: 令和5年2月10日

***当館では、接遇時、職員のマスクの着用を継続致します。**

おらほのそだなす館さ、来てけで!

📅 土・日曜もやってる! 🌙 21:00までやってる!

🆓 会議室使用は無料! 🖨️ 会報やチラシづくりに、充実の設備! ※



設備の使用につきましては、団体登録(無料)が必要です。(※)

・裁断機 ・紙折り機 ・コピー、印刷機 ・PC



開館時間 月～土曜日 9:00～21:00
日曜日 9:00～16:30

★事務員が常駐しております。

休館日 祝祭日、年末年始

* そだなす館のイチオシ！

令和5年度マン・パワー市民農園一般利用者募集

家庭菜園の場所がない、交流の場を広げたい、子供に作物を育てる楽しさを教えたいという方に特にオススメです。お気軽にご相談ください。

- 利用期間 4月中旬～11月中旬
- 場 所 堀口地区(堀口中学校付近)
- 利用面積 5坪(1区画)(1申し込みにつき2区画まで)
- 応募資格 利用規約、利用マナーが守れる方
- 利 用 料 1区画 1,000円(維持管理費として)
- 区 画 数 228区画(先着順)
- 申込方法 **電話予約の上、来訪契約**
- 申込受付 3月14日(火)～16日(木)
※平日 9:30～15:00 から受付開始

※家族、団体扱い以外の代理申し込みや、1区画を複数(家族、団体扱い以外)での共同利用はできません。

★申し込み・問い合わせ先
NPO法人マン・パワー (☎ 57-2322)
マン・パワー事務所(三沢市中央町2-9-1)

* 助成金のお知らせ！

みちのく・ふるさと貢献基金助成事業

公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金では、県内における個人、団体、NPO法人、企業等が地域の発展、地域貢献に資するために地域資源を活用・創造する活動や、健康増進、医療、福祉、環境に関連する活動に対し、必要な費用を助成しています。

助成金額：必要経費以内で100万円を限度

対 象 者：原則として1年以上の継続的、組織的活動

対象団体：実績のある個人、団体、NPO法人、企業等

- ①青森県の自然、地域、生活文化、歴史風土などの地域資源を活用・創造する活動や健康増進、医療、福祉、環境に関連する活動を行うこと

応募資格：②2023年10月1日から2024年9月30日までに実施する活動であること

- ③助成金給付後、活動・研究報告書を提出すること

応募期間：4月1日(土)～5月31日(水)

応募・問い合わせ先：公益財団法人みちのく・ふるさと貢献基金事務局

(☎ 017-774-1179)

〒030-8622 青森市勝田一丁目3番1号

* 皆さま自慢の「〇〇」を待ってます！



そだなすタイムズでは、皆さまの自慢の『〇〇』を募集しております。俳句・短歌・川柳、作品の写真、団体紹介・会員募集など、作品や情報をお寄せください。ご連絡は当館まで。



人権・困り事相談

毎月、第2・第4木曜日に相談員がまいります。ご予約は不要です。お気軽にお越しください。

4月6日、20日、5月11日、25日

時 間；9：30～15：00 Tel52-7083

場 所；市民活動ネットワークセンターみさわ(そだなす館)

当館のホームページが活用できます！ 活動紹介やメンバー募集しませんか？

新しく開設した当館のホームページを利用し、みなさんの団体のことや活動について紹介できるようになります！

特に専用のホームページをお持ちでない団体の方々はご利用になってみてはいかがでしょうか？

お気軽にお問い合わせください。

メールでも直接でもOKです！情報をお待ちしています。

✉ info@network-misawa.net

Wi-Fi 利用出来ます。

市民活動ネットワークセンターみさわ

🔍 検索