



『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。

令和7年度 登録団体さんの活動についてお聞きしました！今回は…

＼一緒に話そう♪遊ぼう♪子育てしよう♪／

子育て家庭に寄り添い地域で支え合う環境づくりを目指す NPO 子育てオーダーメイド・サポートこもも三沢チーム

子育てオーダーメイド・サポートこももは、産前産後の家事や育児をサポートする訪問支援をはじめ、これからママになる方、赤ちゃんから大人まで、みんなで繋がる「あそびば」の運営、子育てのヒントや学びが得られる「学viva」の開催など、多彩な活動を行っています。ひとりでがんばりすぎず、誰かとつながることで子育てがもっと楽しくなる。そんなあたたかい居場所を地域に届けてくれる団体です。

家事サポート



あそびば



学viva



こもも三沢チームの活動を継続していくため、ぜひご協力をお願いします！

ご協力の方法

- ① 会員(スタッフ)になって一緒に活動する
活動内容：会場準備・片付け・イベント中の写真撮影・参加者さんとおしゃべり等
- ② 寄付をする
個人：3,000円～/法人：10,000円～指定口座へ振込み、またはスタッフへ渡す
- ③ 毎月11日にイオンの黄色いレシートをこももBoxに投函する
お買い上げレシートの金額合計の1%と同額の品物がイオンより寄贈されます
- ④ 物資を寄付する
イベント時に使用する道具や資材等

※それぞれの協力方法など詳細は、公式LINEよりお問い合わせください。

こももの詳細や活動の様子はInstagramをご覧ください。

すべてのお申し込み、お問い合わせは公式LINEからお願いいたします。



そだなす館 花 Diary

ダイアリー

この夏、マリーゴールド満開予定です！

「変わらぬ愛」「健康」「希望」—そんなポジティブな花言葉をもつマリーゴールド。今回の花植え作業で、そだなす館は明るいオレンジ色で彩られました。そして「マリーゴールド」といえば、あいみょんの曲。歌い出しは“風の強さがちょっと〜♪” うんうん、たしかに作業当日は若干の強風でした。“心を揺さぶりすぎてえ〜♪” いや、揺さぶられたのは心よりむしろ足腰。しゃがみっぱなしの作業で下半身がやられました。が、こういう動きが難無くできるような健康なカラダでいなければ！と、マリーゴールドの花言葉や歌詞をまさに体現する花植え作業となりました。



ココロとからだを健康に！健康寿命を延ばす！

いきいき3B体操教室

ボール・ベル・ベルダーを使って楽しくエクササイズ

《 無料体験実施中 》 お気軽にお越しください！

8月12日(火)・26日(火)

9月16日(火)・30日(火)

13時30分〜15時 そだなす館 大会議室

※時間に変更になる場合があります。

会員
募集



それ、人権擁護委員に話してみては…？

人権・困り事相談所

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。

8月7日(木)・21日(木)

9月11日(木)・25日(木)

9時30分〜14時30分

そだなす館内 相談室



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

市民活動ネットワークセンターみさわ

🔍 検索

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