

何をするにも先立つものが欠かれないのは、市民活動も同じ。無理なく活動をするためには資金をどう集め、どう使うかという「予算計画」が重要です。市民活動は行政などが補助金で応援してくれることがありますが、最初から「補助金で50万円もらえるから……」と、お金ありきで計画を立てて後々苦労するというケースも少なくありません。というのも、補助金はずっともらえるものではなく、いずれ自立することが前提の支援だからです。

①

### 必要な費用を算出

会場費、講師謝金、材料費、広報費、道具・備品代、保険など

まずは現実的な予算計画を組むことが大切です。そのためには、補助金や手元に集まった「使えるお金」から活動を考えるのではなく、「やりたい活動に必要な費用はいくらか？」から予算を立てましょう。

②

### A. 恒常的にかかる費用

会場費や光熱費、材料費、広報費など

### B. 単発の費用

道具・備品代、パンフレット作成代、単発の企画やゲスト出演など

①の費用を「A恒常的にかかる費用＝活動を続ける上でずっとかかる費用」と「B単発の費用＝次回から不要な費用」に分類します。

③

### 資金調達方法を考える

会費、参加費、物販、寄付金、協賛金など、どうやって必要資金を集めるかを考えましょう。補助金を活用する場合は「B」の費用に当てることがオススメ。「A」の費用については、いずれ自力で調達できる見通しが立つかどうかをよく検討しましょう。

④

### ①を見直して実現可能な計画にする

必要費用と資金調達先のバランスを調整しましょう。「A」の費用が小さいほど活動の負担は少なくなります。お金をかけずに、借りたり、持ち寄り、手伝ってくれる人を集めたり、自分たちでできることを増やしたりといった工夫も市民活動の醍醐味です。

### まとめ

予算規模が大きくなれば、活動の負担も増えていきます。負担が大きすぎれば活動は続きませんし、逆に活動規模が小さすぎればやりがいや手応えを感じられず同じように活動が続かないかもしれません。それらのバランスを考えながら、自分たちの活動にあった予算計画を立ててみましょう。



### この団体ができること

## 私たち、「アコースティックゴスペル温野菜」はクラシックギターの伴奏でゴスペルを歌うことができます!

長岡を中心にイベントや介護福祉施設への慰問で、心温まる癒しのハーモニーをお届け中。ゴスペル曲のギター編曲もすべて自分たちで行い、レパートリーを増やしています。一緒に歌ったり、伴奏したりすることができるので興味のある方はお問合せください。



**協力してほしいこと** 歌イベントに参加したいので、機会があればお声がけください。

### 活用しよう! 協働マッチングリスト

市民活動団体の「協力できること」「協力してほしいこと」をまとめたリストです。リストを開けば、助けになる団体、または力になれる団体がきっと見つかります!



### センターからのお知らせ

## 活動紹介にオススメ! / 協働センターの壁面展示

協働センターのロビーには無料で利用できる非営利団体の活動発表用の展示スペースがあります。使い方はいろいろ! 展示用備品のレンタルもできます。サークルの作品展示や、活動紹介などにいかがですか?



**【展示期間】**  
2週間以内  
**【利用申込】**  
協働センター窓口または電話でお申込みください  
※展示予定日の6カ月前より予約受付  
※個人の利用はできません

### 展示スペース

【正面壁】幅5m80cm×高さ1m70cm  
【協働ルーム脇壁】幅6m50cm×高さ2m50cm  
【BCホール脇壁】幅6m×高さ1m75cm

### 協働センター

## Q&A

よく寄せられるご相談

Q.会費は何円が妥当でしょうか?

A.活動内容や規模によって会費額は変わります。「最低限の必要経費÷人数」が基本ですが、メンバーに負担させたくない場合は、参加費や物販等で活動費をまかなえるよう予算を立てましょう。

Q.寄付金を集めるポイントはありますか?

A.まずは寄付金がどのように使われるのか、趣旨や用途を明確にすることがポイントです。また、寄付者に対して事業報告をしっかりとすることも、継続的な支援をしてもらうためには欠かせません。

**配布場所** 長岡市役所及び各支所、サービスセンターの他、市内図書館、コミセン、子育ての駅等、公共施設に設置しています。  
要チェック! タイムリーな情報と協働センターの日常

f @NkyodoCenter | t @nagaoka\_kyodo | i @mytown0258



Racotte vol.96

発行 ● ながおか市民協働センター

2020  
12  
FREE

### 今月のインタビュー

## 好奇心旺盛なアイデアウーマン 覚張裕香さん

活動地域  
川口



活動分野 | 地域づくり、子育て、防災  
団体での役割 | 施設管理者  
特技 | 筋トレ  
よく行く場所 | 妄想の世界

活動地域  
小国

## 「音楽の森」のオーガナイザー 荒井能弘さん



活動分野 | 地域づくり、文化芸術  
団体での役割 | 代表  
特技 | 伐木  
好きな食べ物 | 木の実

### 活動PickUp!

- めだかの学校「うるめっ子学園」
- RUN伴 新潟中越エリア長岡
- サンタプロジェクト・ながおか
- あげ家松兵衛

### 市民活動・虎の巻

市民活動の活動資源『カネ』編  
～よい活動は、よい予算づくりからはじまる～

### この団体ができること

私たち、「アコースティックゴスペル温野菜」は、クラシックギターの伴奏でゴスペルを歌うことができます!

毎週月曜日17時頃から放送中!  
**つながるラジオ**  
ながおか市民活動紹介番組 | FMながおか 80.7MHz | 10分程度放送 第5月曜日を除く

ながおかの市民協働のポータルサイト  
**コライト、見ないと!**  
協働センターのホームページ「コライト」では、市民が行うイベントや助成金などの情報を幅広く掲載しています。らこまのバックナンバーも閲覧できます。  
https://nkyod.org/コライト

地域をよくするウワサのあの人にインタビュー！  
活動に込める気持ち、これまでのいきさつ、組織での役割……。根掘り葉掘りお聞きしました。

がくはり ゆか  
**覚張 裕香さん(36歳)**  
特定非営利活動法人くらしサポート越後川口

1984年東京都生まれ。2015年、夫の祖父母が住む川口に家族で孫ターン。川口きずな館では、施設管理者として働いている。



●ダンボールや身の回りの物を使い、「作って、遊んで、壊す」が親子で楽しめる2日間のイベントで、迷路や秘密基地を作りました。

## 心に残り続ける楽しい体験を！ 川口を好きな人が少しでも多くなるように

やりたいことがあると、まずは口に出し、次々とアイデアを形にしていく覚張裕香さん。東京都出身の覚張さんは、2015年に夫の祖父母が住む川口に家族で孫ターン。当初は方言をうまく聞き取ることができず、耳を慣らすためにお茶飲み場となっていた近所の商店に毎日顔を出すことで徐々に地域へ溶け込んだそう。

2017年、子どもの保育園入園を機に、特定非営利活動法人くらしサポート越後川口が管理する中越地震メモリアル施設の川口きずな館で働き始めました。最初は来館者の受付業務の担当でしたが、「興味があると、色々なことに手を出しちゃうんです」と、担当を超えてイベントの企画運営をするようになりました。例えば、川口で親子で思いっきり楽しめるイベントがほしいと「巨大段ボール迷路を作ろう！遊ぼう！」を開催。「やってみると好評で、次回のリクエストを多数受け、それが自分の中で自信になりました。」

そんな覚張さんの活動の転機になったのは、

2019年に台風19号で被災した長野県へのボランティア参加。初めて見る被災地の実情に自らの防災の知識と備えの不足を実感し、「防災を身近に感じていない人にも、自分ごとのできるきっかけを作りたい」と思うようになりました。そこで、参加へのハードルを低くするため「あそびから学ぶ防災」をテーマに防災が体験・経験できるように、段ボールクラフトや防災キャンプを企画。今後は、川口きずな館で独自の防災学習を展開するために防災士の資格取得を目指しているそうです。

覚張さんが最近うれしかったことは、イベントによく参加してくれる子どもから「がくちゃんみたいな仕事がしたい」と言われたこと。「子どもの頃の楽しい体験は記憶として残る。川口が好きで川口に居続けたいと思う子どもが増えるように、20年、30年後に向けて種蒔きをしています」。蒔いた種がどのような花を咲かすのか、今から楽しみます。



## 「いいね。やってみよう！」 様々な出会いから生まれた、森の音楽フェス

音楽と森林が好きだという荒井能弘さん。1997年、結婚を機に小国に移住。それまでは就職や人生観などで迷うこともあったそうですが、目標を失っていた時に行ったインドへの旅で迷いが晴れたそう。現地の人々の生きる活力を目の当たりにしたことによって、人生はもっと多様なものであることに気づき、気持ちが楽になったと言います。その後、日印の文化交流活動を手伝い、社会貢献的な経験が今の活動の原点になりました。

小国では森林に直接関わる仕事に就いたこともあり、森林を活かした魅力的な地域づくりに貢献したいという思いが強まりました。「音楽フェスをやらどうか」という仲間の一言から「音楽の森」がスタート。「演奏活動をしていたわけではないので、人脈は全くありませんでした。ひたすら周囲の人に話しかけたり、気になるイベントに出かけたりして、情報や協力者を集めました」。最初は協力者との関わり方

も難しかったそうです。「協力してくれる人とのコミュニケーションを大切にしたいと思っています。実際にはつらくなってしまうこともありましたが、お互いに無理のないペースで関わりながら価値あることを作っていきたいと思うようになってからは、より楽しく活動できるようになりました。」

荒井さんの行動は、とすると場当たり的に見えることもあったかも知れませんが、しかし天性のバランス感覚で、良い結果に向いてしまうのが荒井さんの持ち味です。2015年に始めたイベントは今秋で6年目を数え、回を追うごとに認知度も高まってきました。多彩なジャンルの音楽演奏に限らず、飲食やワークショップなど様々な催しも人気の一つになっています。

「音楽と森林の豊かさを感じながら、心地よく過ごしてもらえたらうれしいです。そして、より多くの人から愛されるイベントにしていきたいと思っています。」

よしひろ  
**荒井 能弘さん(53歳)**  
財団法人 事務職 / 音楽の森プロジェクト

1967年、新潟市秋葉区(旧新潟市)生まれ。学生の奨学・助成事業を行う団体の職員。木の伐採を頼まれるなど地域の人に頼られている。



●10月に小国森林公園で開催された「音楽の森2020」。2日間に渡って開催され、約500名が思い思いの時間を楽しみました。



## 活動PickUp!

生の声は「ラジオ」「コライト」で  
「つながるラジオ」で取材した団体をご紹介します

**めだかの学校「うるめっ子学園」** 長岡  
めだかも郷土も育む



自然のめだかや改良めだかの魅力や楽しさを伝えるため、各地域のイベントに出張して展示会を行っています。展示会では、めだかのチャリティ販売も行い、売り上げの一部をともしび基金などに寄付しています。2015年、市民活動フェスタに参加するため4人で団体を立ち上げ、現在会員は25人に増えました。今後は、道の駅「ながおか花火館」での展示会開催を目標に活動を継続していきます。

**RUN伴 新潟中越エリア長岡** 長岡  
「誰もが暮らしやすい地域」への願いをタスキに込めて




認知症の方やその家族、医療・福祉関係者と地域住民と一緒にタスキをつなぎ、日本全国を縦断する「RUN伴」というイベントを中越エリアで開催している団体です。2015年の活動開始から徐々に参加者の数が増えていき、認知症への関心も高まってきていると感じています。これからは認知症の方と地域住民の接点をつくることによって認知症への関心を高め、誰もが暮らしやすい地域を目指して活動していきます。

**サンタ・プロジェクト・ながおか** 長岡  
本にのせた想いを届けるサンタクローズ



クリスマスを病院で過ごす子どもたちに本のプレゼント。そんな活動に賛同した有志が集まる団体です。長岡市内の協力書店で本を購入し、クリスマスカードにメッセージを書いて一緒に書店に預けていただくと、私たちがラッピングして寄付先に届けます。今年度は、市内3病院のほかに、フードバンクにいがた長岡センターで支援しているひとり親家庭の子どもたちにもお届けします。

**あげ家松兵衛** 栃尾  
食材提供でフードロスも削減



あぶらげの製造および販売を行っているあげ家松兵衛は、月に1度の夕食会で人とのつながりを育む「新町みんな食堂」の活動に共感し、あぶらげなどの食材提供を行っています。食材提供は、まだ食べられるのに廃棄されるフードロスの削減にもつながっています。これからは、地域のために頑張っている団体さんに食材提供を続けていきます。

**みんなの声** 投稿 随時募集中

投稿テーマ 「長岡みんなのSDGs」

投稿方法  
投稿フォームを使う  
協働センター窓口で投稿する

QRコードから投稿フォームへアクセスしてください。  
協働センター窓口には設置されている「みんなの声」コーナーからも投稿できます。

投稿者 小千谷のパーティーボーさん

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す17の目標"SDGs"に関する投稿を掲載しています。

SDGsに関する詳細は、2020年らこって4月号の「虎の巻」をご覧ください。

都会の生活に疲れた人たちが田舎の自然の中で過ごす暮らしに憧れているそうです。小千谷のクラインガルテンもそうだし、川口でも週末だけ、今流行りのベルテントで過ごせる施設があるそうで関心が高まっています。自分は元々田舎育ちですが、大自然に抱かれたベルテントライフ、エコの観点からしてみたいです。