

時間 場所 内容詳細 費用 定員 申し込み方法 プレイガイド 締め切り 分野 対象 金額 問い合わせ・連絡先

告知 良寛・貞心尼 手まり茶会



紅葉が鮮やかな秋のひととき、良寛の里でのおもてなし…。手まりは良寛さまと貞心尼の出逢いをつくり、詩歌に書に2人の親交を深めました。遺墨を鑑賞しながらの茶会です。11/15(金)・16(土) 良寛の里美術館 5,000円 事前申込制 長岡良寛の会 ☎090-2626-1037 (安達)

告知 雪国での暮らしをラクにする！カラダケアと除雪のコツ



理学療法士が一人一人の体の状態や、姿勢・動きをみて最適な簡単カラダケアと、体に負担がかからない除雪方法をサポートします！11/16(土)10-11時30分 中央公民館(さいわいプラザ)和室2 1,000円(お子さま無料) 先着15名 フォームからお申し込みください カラダLab.

告知 「語りの杜に風が吹く2」～ふるさとの物語～



越後ながお語り座 ネット特別公演。想像の世界に心を浸す楽しさを味わってみませんか？11/17(日)13時30分-16時 紙芝居・民話・わらべ唄ほか アオーレ長岡市民交流ホールA 1,000円(中学生以下無料) 越後ながお語り座 ネット ☎090-3505-1672 (今井)

告知 誰もが安心して認知症になれるまちながをおかを目指した認知症講座



認知症の人の視点からつくられた書籍「認知症世界の歩き方」を中心に、対話と想像力を使いながら一緒に学んでいきたいと思えます。産業ケアマネによる講話もあります。11/23(土)14-16時 アオーレ長岡 第2-3協働ルーム 先着40名 長岡地区労働者福祉協議会 ☎0258-86-0111

告知 ベトナムフェス2024 in Nagaoka



ベトナムを存分に楽しめるイベントが開催決定！今年のテーマは「ベトナム×休日」ベトナムの要素を入れつつ、子供から大人まで楽しめる様子を企画。グルメのほか、民族衣装のアオザイ試着体験など、美味しく楽しめるイベント盛りだくさんです！ぜひお越しください。11/23(土)・24(日) アオーレ長岡

告知 第19回 五色百人一首 新潟県大会



年に一度の五色百人一首の大会。遊んだことのない子たちも参加OK！実際の試合を見たり体験したりしませんか？11/24(日)12時45分-15時30分 中央公民館 和室(さいわいプラザ3階) 幼児から中学生まで対象。体験交流会も開催 事前申込制 TOSS五色百人一首新潟県支部

告知 講演会「今あるあなたの家を再エネ・省エネで快適に」



今あるあなたの家を、快適にするには、どんな工夫をすればいいか、再エネ・省エネの専門家、建築家の後藤哲男先生から教えてもらいませんか？11/24(日)14-16時 長岡中央公民館(さいわいプラザ4階)大ホール 100名(前日まで申込み可) (一社)ながお自然エネルギー ☎090-1469-8855

告知 不登校・引きこもり支援のためのブリーフセラピー入門

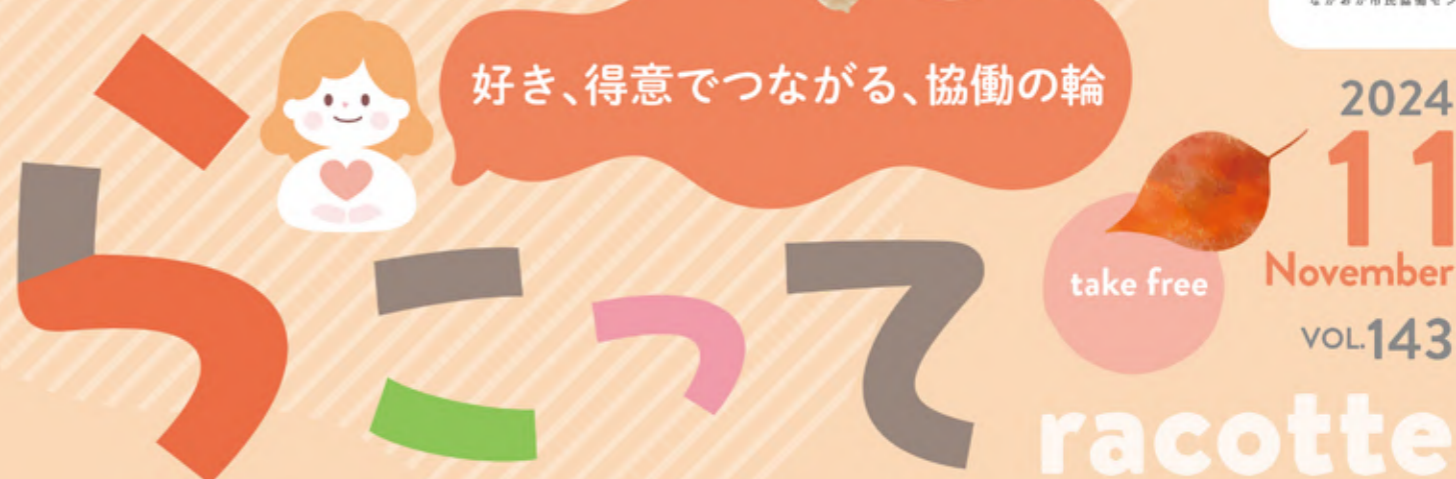


関係性に注目して解決を目指すブリーフセラピーのノウハウを学ぶ機会です。12/8(日)13時30分-16時30分 中央図書館講堂 講師/久持修氏(やまき心理臨床オフィス代表) 3,000円(送金先を連絡します) 50人 11/30(土) 長岡楽しく学ぶ会 ☎090-1531-1294

告知 いろいろばた



山本一成(語り翁)。長い人生経験の中で生きることのすべを知り、それを次の世代に伝えてゆく。老人の眩しに少し耳を傾けてみませんか。12/8(日)10-11時 中之島コミュニティセンター「裏表」/歴史を立体的に見る。戊辰戦争の裏の歴史。ふる里伝え隊 ☎090-4953-4570(小林)



2024 11 November VOL.143

take free racotte

活動ピックアップ!

tochio

栃尾地域

ママたちの得意を持ち寄り伝える音楽の楽しさ



代表 ヴィヴァーチェ Vivace 矢島実穂さん 小林美穂子さん 小林知子さん

栃尾の子育て支援センターで出会った、楽器演奏経験のあるママたちで活動を始め、2024年4月に有志で団体を立ち上げました。生の演奏を聴く機会が少ない小さいお子さんがいるご家庭向けに、イベントに出るときは一緒に口ずさんだり手拍子したり、誰でも楽しめる雰囲気づくりを行っています。今後たくさんの人に音楽の楽しさを伝えながら、懐メロなど曲の幅も広げ、高齢者福祉施設での慰問活動もしていきたいです。

長岡 | みんなのSDGs



壊れた楽器に 第二の人生を



有限会社 高橋楽器

代表取締役 高橋裕二さん

教育楽器の販売や楽器の修理、ピアノ調律を行う会社です。古くて売り物にならない楽器を使えるように修理したり、オブジェにリメイクしたりして子育て支援施設や福祉施設に寄贈する活動をしています。壊れたコントラバスの板面に彫刻を施し、時計に生まれ変わらせたりもしました。第二の人生を迎えた楽器たちに身近に接してもらおうことで、楽器や音楽に対するの関心や、物を大切に作る気持ちを育ててもらえると嬉しいです。

センターからのお知らせ! 協働マッチングリスト2024 配布中です!

協働マッチングリストは、協働センターに登録した団体のうち「協力できること」と「協力してほしいこと」の公開を希望した団体のリストです。他の団体とコラボしたい方や地域活動に関わりた方、イベント参加や寄付で団体の力になりたい方はぜひご覧ください!



● 入手・閲覧方法

- ① 協働センターで受け取る
- ② PCで協働センターのホームページ「コライト」から閲覧、またはPDFをダウンロード
- ③ スマートフォンで右QRコードから閲覧、またはPDFをダウンロード



発行 ながおか市民協働センター



〒940-0062 長岡市大手通1-4-10 シティホールプラザアオーレ長岡 西棟3階 TEL: 0258-39-2020 Mail: contact@nagaokakyodo.net



毎週月曜17時からは「つなラジ」FMながおか(80.7MHz)でオンエアしているながおか市民活動紹介番組「つながるラジオ」第5月曜日を除く、約10分間をお楽しみに♪

本誌で掲載の方々にはコンテンツで動画を配信中国!



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、子育ての駅など公共施設に設置しています。

## 写真が育む 山古志との幸せな関係

片桐 恒平さん(87歳)  
アマチュア写真家

NAGAOKA PLAYERS

山古志大好き  
写真で生きる  
片桐恒平



Katagiri Tsunehei

1937年旧六日町(現南魚沼市)生まれ。長岡市に転居後、1974年から山古志の景色や暮らしを撮り続けている。

山古志の人たちはみんな友だち。大切な宝物です」と笑顔で語る片桐恒平さんは、山古志の人と暮らしをテーマに写真を撮り続けています。山古志との出会いは長岡に転居した50年前。

「撮影スポットを求めて長岡の周辺を巡っていた時、山古志にたどり着きました。棚田や山林など里山の美しい景色や昔ながらの暮らしを営む人たちの姿に、日本の原風景を見ているようでとても感動しました」。

山古志に一目惚れした片桐さんは、時間を見つけては撮影に訪れていました。しかし、当時は知り合いもおらず、カメラをぶら下げた“ヨソ者”を住民は訝しげに眺めていたそうです。

「自分もさほど積極的な性格ではないため、打ち解けるまでに少し時間がかかりました。でも撮った写真を名



やまこし復興交流館の「おらなる」などで写真展を開催し、訪れる人に山古志の魅力を伝えている。

刺代わりに渡すと大変喜ばれて、食事をごちそうになることもありました。次第に多くの人から声をかけられるようになりました」。

片桐さんの評判は村全体に広がり、地域行事や学校行事を撮影したり、ガイドブックや広報資料に起用されたり、小学校での写真教室も頼まれるようになりました。「撮影はすべてボランティア、写真も無償提供です。喜んでもらえればそれで満足です」。片桐さんは写真をコミュニケーションツールにして、住民と交流を深めていきました。

山古志を語る上で避けて通れないのが2004年に発生した中越地震。片桐さんにとっても忘れられない大きな出来事です。山古志での撮影を終え、長岡市内の自宅に戻った直後地震に遭遇しました。山古志は全村避難となり、現地の状況を知るすべがなく心配が募ります。やがて一時帰宅を許され、住民とともに山古志に降り立つと変わり果てた村の姿に呆然。片桐さんがフォトルームとして借りていた一軒家も全壊し、保管していた機材や撮影フィルムにも大きな損害

歴史や風土を記録した写真の数々。劣化したフィルムの修復にも注力しています。



が出ました。

被害の大きさに打ちひしがれながらも「被害の状況、そして復興していく姿を写真に収めなければ」と決意を新たに、村中を歩き回って撮りためた写真は地震被害や復興への歩みを語る上で貴重な資料になっています。地震の翌年には復興応援写真集『山古志のこどもたち』を出版。また、定期的に写真展を開催して、山古志の魅力や震災の記憶を多くの人たちに伝えています。

現在は、春夏秋冬1日中ファインダーを覗くことは難しくなりましたが、撮影への意欲はまだ衰えてはいません。「山古志を後世まで語りついでいくために、これからも撮り続けていきたい」。山古志への思いに溢れた片桐さんの写真、機会があればぜひご覧ください。

## 周年事業で地域の歴史や伝統を内外に発信！

事業名	神谷創立百周年記念イベントの開催
実施日	2023年10月21日
場所	越路小学校体育館(悪天候により当初案から変更)
団体名	神谷百周年実行委員会
補助額	670,000円(総事業費1,243,187円)
使途	謝金、広報宣伝費など



神谷子供会のシャガリ。地域の伝統芸能を担う団体も勢揃いしました。

- 越路地域の神谷集落が設立100年を記念して集落の伝統、文化やこれまでの取り組みを、広く地域外へも発信しようとイベントを企画しました。
- 集客の目玉には、神谷集落とも縁があり村人の手で270年前から受け継がれてきた福島県の「檜枝岐歌舞伎」を招致。歌舞伎の披露だけでなく、伝統文化の継承についての講話をしてもらいました。
- また、越路地域の伝統芸能を披露や、集落の予算で作成した記念誌「神谷百年のあゆみ」を、神谷の関係者だけでなく越路地域の学校や公共機関、区や町内会の窓口へ幅広く配布するなどして、伝統や歴史を多くの人に発信しました。
- 当日は悪天候のため、急遽会場を神谷神明社から越路小学校体育館に変更するというトラブルもありましたが、短時間で対応できたことで地域の組織力・団結力を改めて実感することができました。

長岡市未来を創る  
市民活動応援補助金



## 補助金 事例紹介

令和6年度申請受付中

2月実施事業の申請締切は11/20  
申請の際は、事前に協働センターに  
ご相談ください。詳しくはこちら↓

地道な活動の積み重ねの先に、地域の伝統を内外に伝える良い機会だと思えます。

市民活動 | 虎の巻 |

今月の伝授テーマは  
**クラウドファンディングでいくら集められるのか?**

〈虎の巻〉を動画で解説中

**Q** 活動費が足りないで「クラウドファンディング(以下、クラファン)」でお金を集めたいと思っています。いくらぐらい集められるのでしょうか?

**A** インターネット上で寄付を呼びかける「クラファン」は、今ではすっかり身近になってきました。ネットで知った誰かが、お金を支援してくれるなら簡単に集められると思うかもしれませんが、現実には決して甘くはありません。安易に挑戦して、資金が集まらずに終わってしまったプロジェクトがWEBサイトに掲載され続けている…なんて事例も目にします。

クラファンには「 $\frac{1}{3}$ 」の法則といわれるものがあります。支援者の $\frac{1}{3}$ は「自分の直接の友人・知人」、次の $\frac{1}{3}$ は「自分の友人や知人の友人・知人」、残りの $\frac{1}{3}$ が「サイト

などを通じてプロジェクトを知る、全く知らない人」になることが多いと言われているものです。つまり、身近な人から支援してもらえる金額の3倍が集められる金額のひとつの目安。

10万円を支援してもらえそうなら、全体で30万円。33万円なら約100万円といった具合です。逆に言えば、その見通しが立たない場合、成功は難しくなります。

またシステム手数料が10～25%、広告宣伝費、返礼品の仕入れ代、送料などの経費についても考える必要があります。クラファンを成功させるには、どのくらいの金額でどのような返礼品であれば、身近な人が支援してくれ、さらには周りにオススメしてくれるかどうか。「経費」を差し引いて、実際に活動に使える金額はいくらになるか?といったところまで考えることが欠かせません。

(ながおか市民協働センター 唐澤頼充)