

# 守谷ボランティア NEWS

2026年7月号 (毎月1日発行)



<発行> 守谷市民活動支援センター  
〒302-0119 守谷市御所ヶ丘5丁目25番1  
守谷市市民交流プラザ 2階  
電話：0297-46-3370 FAX：0297-46-3320  
Email：supportcenter@moriya-cac.org  
ホームページURL：https://moriya-cac.org/  
開館時間：午前9時～午後5時(午後8時まで延長可)  
休館日：月曜日、年末年始

## もりサポ塾 学生ボランティア/生徒募集

様々な事情で学習機会が限られ、通塾が困難な生徒を支援する塾です。夏休みの大学生ボランティアと生徒を同時募集！私たちの後押しが子どもの未来を広げます。教え、学び、つながる喜びを体験しませんか？

- 日時 8月4日(火)～7日(金) (17:00～20:00)  
8月8日(土)(10:00～13:00)
- 会場 市民活動支援センター 会議室
- 対象 [ボランティア]大学生  
[生徒]通塾が困難な市内在住の小学6年生～中学3年生
- 申込方法 8月1日(土)までに、QRコードまたはメールで申し込む
- 問合せ先 かわさき ☒ morisapojuku@gmail.com



## 市民活動支援センター「夏ボラ」大募集！

夏休み中にボランティアを体験したいと考えている小・中・高・大学生から一般の方、一緒に活動してみませんか。

※ボランティア証明書を発行します。

【活動内容の一例】

- ・[小学生向け]おもちゃの修理体験
  - ・みんなで楽しめるおやつ作り
  - ・里山の安全な遊び場づくり など
- 他にもいろいろ！

詳細はホームページをご覧ください。



## 己書で楽しむランタンづくり

ランタンに己書で字を描き、色紙をはったり絵を描いたりして、明かりをつけて楽しみましょう！



- 日時 8月21日(金) 10:00～12:00
- 会場 市民活動支援センター 会議室
- 対象 小学生(低学年は保護者同伴可)
- 材料費 600円/1人 ●持ち物 飲み物
- 定員 10組 ※超過の場合は抽選
- 申込方法 8月7日(金)までにメールまたはQRコードから申し込む
- 主催・問合せ先 己書もりや道場  
よしだ ☒ onoresyomoriya@gmail.com



## 「守谷のまつり」写真展

フォトクラブ写遊が「写真deもりや再発見プロジェクト」として写真展を開催。夏の「守谷のまつり」展のほか、秋・春には「守谷の花と風景」展も実施します。作品を通じ、地元の新たな魅力をぜひお楽しみください。

- 日時 8月3日(月)～14日(金)  
※市役所開庁日/最終日は16時まで
- 会場 守谷市役所1階ロビー
- 主催・問合せ先 フォトクラブ写遊  
後藤 ☒090-4123-4430



## 登録団体活動情報 7月

各団体の活動予定は変更になる場合があります。事前に各問合せ先にご確認ください。

団体名	場所	活動日	問合せ先
ほっとカモン もりやっ子食堂(子ども食堂)	文化会館	第3もしくは第4土曜日 10:20～終了次第	大塚 0297-45-6938
わんにゃんM's 動物愛護活動(譲渡会)	守谷市役所	第2日曜日 13:00～15:00	wannyan.emuzu@gmail.com
和太鼓友 和太鼓の練習、イベント	もりりん北守谷 他	第1・3日曜日 12:00～16:00 他	加藤 090-7171-1274



## まちの力をつなぐ「まちからBox」

助成金情報 * 内容は変更になる場合があります。各HPをご確認ください。	
もりや 公益活動	7/10～8/9 令和8年度もりや公益活動助成金2次募集 もりや公益活動促進協会 https://moriya-cac.org/sokushin
医療・福祉	～7/31 医療的ケア児者の福祉向上案件 一般財団法人 松翁会 http://www.shouhukai.or.jp/
地域活動・まちづくり	～7/31 2026年度「くらし活動助成基金」 生活協同組合パルシステム茨城 栃木 https://www.palsystem-ibaraki.coop/

「借りたい力・貸したい力・繋げます」。これは市民活動支援センターのスローガンです。このたび、その想いを形にした「まちからBox」を設置しました。これは、地域の中にある「貸したい力」と「借りたい力」を結びつけるための仕組みです。農業、カフェ経営、教職、技術職、医療・福祉、自治会活動など、守谷市にはさまざまな経験や知識を持つ市民の皆さんがいます。そうした力を登録していただくのが「まちからメイト」です。探求学習支援や地域行事の運営、まちづくり活動への助言、福祉・環境活動など、活躍の場はさまざまです。「月に1回だけ」「オンラインなら参加できる」といった無理のない関わり方でも大歓迎です。一人ひとりの経験が「見える化」されることで、地域のつながりが生まれ、まちが動き出します。あなたの経験や知識は、地域にとってかけがえのない財産です。ぜひ「まちからメイト」にご登録いただき、一緒に守谷のまちづくりを楽しみませんか。



## こんにちは！守谷のボランティアさん 「地域元気活動サポート隊」の活動取材してきました

2026年5月15日(金) 10時～ @文化会館  
6月11日(木) 14時～ @市民活動支援センター 会議室

地域元気活動サポート隊は、「運動を通じて身体だけでなく、こころや人とのつながりも元気にしたい」という思いから設立された団体です。女性のライフステージに寄り添った体操教室の運営や、障害を持つ子どもと家族向けのインクルーシブフィットネスの開催、各種イベントへの参加など、北守谷地区を中心に活動しています。

はじめに取材したのは、文化会館で第1・第3金曜日に開催されている、女性向けのフィットネス教室「ピマウェルネス」。当初は子育てママの運動サークルとして始まった教室ですが、現在は幅広い世代の参加者が集まり、こころと身体をほぐしながら交流する場へと進化しています。ヨガマットをお借りして、日頃使っていない筋肉を意識して伸ばしたりほぐしたり。終わる頃には身体全体がぽかぽかと温まり、気持ちもとてもリフレッシュできました。



次に取材したのは、市民活動支援センターの会議室で、第1・第2木曜日に開催されている「かんたん体操」。参加者は60代から80代が中心で、椅子やポールなどを使いながら身体を動かします。明るい音楽のリズムと先生の掛け声に合わせて、皆さん楽しそうに体操されている姿が印象的でした。



動きはシンプルで、ゆっくりとしたペースで進むため、世代を問わずだれでも参加できます。また、先生の解説がとにかく丁寧で、各動作の効果や意識すべきポイントが、わかりやすく伝えられていました。



どちらの教室でも「ウェーブストレッチリング」というトレーニング器具が、耳の下や足の裏への刺激など、多彩な場面で活用されていました。

代表の屋嘉部さんによれば、同じ動きでも参加者の身体の状態や体力によって感じ方は様々。複数のやり方を提案したり進行のスピードに配慮したりするなど、誰もが安心して参加できる雰囲気づくりを心掛けているそうです。

「この動きが難しい場合は、無理しなくて大丈夫」や「身体の声を聴いて、気持ちいいところを自分で見つけてみましょう」といった声掛けに励まされ、私自身も安心して参加することができました。

屋嘉部さんは地域元気活動サポート隊を「運動を教える団体」ではなく、「運動を通じて身体・こころ・つながりを育む場をつくる団体」でありたいと語ります。その背景には、ご自身が子育て中に感じていた不安や孤独感を、みんなで集まって身体を動かし、笑ったり話したりすることで解消できた経験があるそうです。「参加者が互いに仲良くなり、それぞれの居場所をつくっていることが何よりの喜びでありやりがい」という言葉が印象的でした。

取材中にも、参加者同士で和気あいあいと雑談や情報交換をする場面が見られました。参加者のSさんは、「来れば心の元気がもらえる」と、もう10年近くも通い続けているそうです。

今後は運動教室にとどまらず、ウェルビーイングの視点から人と人とのつながりやまちづくりに関する研究、健康講演会の企画なども展開予定とのこと。地域のウェルビーイング向上に貢献する団体として、今後の活動に注目です。

<市民活動支援センター>