

# ハート基金&いちサポ補助金 いちかわ市民活動サポート制度



いつも新しい流れがある 市川

2024/12月  
No.011

市民活動に活用  
「いちサポ補助金」

活動  
特集



## 傾聴ボランティアサークル うさぎの耳



### ～傾聴活動を通じて 支え合い暮らしやすい市川を目指す～

～2006年4月うさぎの耳発足からコロナ禍を超えて18年～

行徳公民館で開催された「傾聴の学び・初級講座」の受講生有志が立ち上げた「うさぎの耳」。傾聴が自己流にならないよう専門家の指導のもと毎月「学習会」を行い、市内の施設、個人宅での傾聴活動を続け18年が経ちました。

コロナ禍では施設の訪問や養成講座ができず会員数も減少していますが、昨年からはようやく養成講座を再開。少しずつ訪問できる施設も増えてきました。相手の心に寄り添いながらお話を聴くことは、相手の満足や安心感を生むだけでなく、自分自身の心の広がりや成長を感じることにつながるとのこと。シニアがシニアを支える共生を目指すみなさんにお話を伺いました。(令和6年度養成講座にて)

#### 市民活動全体に対する総合的な支援に向けて

市は、市民活動団体が行う事業のサポートを行うとともに「①活動する市民を増やす」「②市民活動のファンを増やす」といった市民活動全体に対し、総合的なサポートを行うため「いちかわ市民活動サポート制度(通称:いちサポ)」を平成28年度に立ち上げました。

— 掲載項目 —

いちサポ補助金交付団体 活動紹介 / いちかわ市民活動サポート制度について

# 【特 集】いちサポ補助金交付団体 活動紹介



養成講座を運営されている会員のみなさん

傾聴はただ話を聞くことでも、雑談でもなく、相手を理解し、心を傾けて話を聴くスキルが必要です。私たちは、長い耳でピョンピョンと近づこうさぎのように、相手の気持ちに寄り添い話を聴く技術を磨き続けています。

※前列、右から2番目 養成講座講師の田口学先生  
(日本大学非常勤講師、公認心理士、臨床心理士)

## いちサポ補助金

×

## 傾聴ボランティアサークル うさぎの耳

世界に類をみない超高齢社会の日本で、シニアがシニアを支える活動は、意義のある重要なことです。歳を重ねる方のごころと身体の変化を知り、同世代の心のケアに気持ちを振り向けながら、自分たちもより良く生きていこうと思います。

## インタビュー

### — 「うさぎの耳」の活動内容を教えてください

活動は3つの柱があります。

一つ目は、学習会で学び続けること。月に1度、傾聴に関する新しい情報、傾聴に関する知識などを学びロールプレイを通じて会員のスキルアップを図っています。

二つ目は、実践すること。市内の高齢者施設、個人のお宅などに伺い実践することで、お役に立ち、自分の成長を感じることもできます。

三つ目は、毎年養成講座を実施し、スキルを持った方や仲間を増やすことです。

5回の養成講座で参加者の距離がどんどん縮まっていく様子を見てみると「傾聴」ってすごいな、と感じます。

活動のアレコレ！  
みなさんにお聞きしました！

### — 「うさぎの耳」の魅力はどんなところにありますか

○専門家の先生から定期的にご指導をいただける機会があることは、とても魅力的なことだと思っています。自己流にならず、自分の癖なども発見することができるので、成長を実感できます。

○実際の傾聴は個人で対応する場合がありますが、会員同士のコミュニケーションが円滑なので、気になることや不安、もちろん楽しいことも分かち合うことができるのが魅力です。

○傾聴活動だけでなく、会員同士のコミュニケーションをはかる企画があるところです。コロナの影響でそれが途絶えてしまったのが残念ですが、徐々にコミュニケーションの機会を増やせればと思っています。

### — いちサポ補助金の活用について教えてください

○補助金は、市民を対象にした「養成講座」の開催に活用しています。参加費をいただいているのですが、受講生の負担を少しでも軽減し、毎年継続して開催できるのは補助金の支援があるからです。

○養成講座の講師に専門家を招くことができるのも、支援があるからこそと思っています。

《 うさぎの耳 連絡先 》 代表：村山慎一 047-373-3880

原則毎月第3土曜日 午後1時30分～4時 月例学習会を実施しています。

興味のある方は、お問い合わせください。

# 補助金の流れ

対象：NPO法人や任意団体

## <活動の計画>

年間の活動を会員みんなで検討し、計画を立てます。  
また、補助金の活用についても検討します。



## <補助金の申請>

補助金を受ける目的、活動することで地域にどれだけの利益をもたらすことができるかを申請書でPRします。

## <補助金の活用>

実際の事業・活動に必要な経費に対し、補助金を充当することや、これまでから拡充した経費に充当することで、充実や発展を目指します。

### 団体での活用例(抜粋)

|          |          |
|----------|----------|
| 報償費      | 講師料(専門家) |
| 使用料及び賃借料 | 会場使用料    |
| 印刷製本費    | チラシ等印刷   |

## <実際の活動>

活動計画や補助金申請の際に記載した事項に則り、実際の活動を行います。

## <活動実績の報告>

活動の報告、補助金を活用した費目に係る収支決算書を作成し、実績の報告を行います。

## <補助金の受取>

実績報告後、確定した補助金額を市から受け取ります。  
※概算払で事前に受け取っていた場合、差額の返金が必要となることもあります。

■ 詳しい内容については「補助金ガイドブック」をご覧ください

NPO・市民活動支援課の窓口でお渡し、または市公式Webサイトからもご覧いただけます。

# いちかわ市民活動サポート制度とは？

NPO法人はもちろん、  
任意団体まで幅広く応援します

## 【市民活動を支える2本柱】

1. 市川市市民活動総合支援基金（愛称：市川ハート基金）  
→ 市民からの寄附で市民活動団体を支えるしくみ
2. 市川市市民活動団体事業補助金（通称：いちサポ補助金）  
→ 社会貢献に係る事業費への補助をするしくみ

### 1. いちかわハート基金 の流れ

市民等から  
の  
ふるさと納税

企業等から  
の  
指定寄附

いちかわハート基金

#### 使い道の一例

#### ①団体への備品貸出

市民活動団体がイベントで使用する備品  
を市が購入し、貸し出します。

簡易テント、スピーカー、マイク、  
プロジェクター、PC など

#### ②活動センターの充実化

作業スペースの充実化として、PCの設置  
や裁断機、紙折り機等の設置しています。  
印刷機も設置し、費用を抑えて印刷するこ  
とができます。

#### ③活動支援講座の開催

財政面、チラシの作成など、講師を招き、  
団体向けに講座を開催しています。

### 2. いちサポ補助金 の流れ

市民活動団体からの申請

審査会等での審査

市民活動団体が実施する  
社会貢献活動の事業費用  
の一部を補助します

#### 事業の考え方

- ・自主的自発的に行われるもの
- ・市内において実施するもの
- ・営利を目的としないもの
- ・市民を主たる対象とするもの
- ・地域の課題、問題が解決されるもの

＊対象経費の1/2

＊上限30万（3回まで）

＊4回目以降は別途審査

