

NPO 法人 M-CAN 入会のお誘い

三島コミュニティ・アクションネットワーク 愛称 M-CAN(ミカン)は、三島地域の助け合いの仕組みとして組織され、今では安威川東部エリアにおける福祉の拠点として位置づいています。

コミュニティデイハウス「日向(ひなた)」や在宅親子のつどいの広場「こえんひろば」など、地域福祉にこだわった事業を展開し、「共生のまちづくり」など、住民一人ひとりが輝いて生活できる仕組みづくりを目指しています。

M-CAN では、設立主旨を理解いただき、一緒に「まちづくり」「地域福祉」を創っていく方を募集しています。

- ① 個人正会員(年額) 5,000 円(一口)
- ② 団体会員(年額) 10,000 円(一口)
- ③ 賛助会員(年額) 3,000 円(一口)

会員には情報誌「M-CAN Juice」をお届けします。また、M-CANが実施する様々な行事の案内や事業活用がおこなえます。

個人・団体正会員については、総会での「議決権」が保障され、M-CAN の意思決定に参画することができます。



NPO 法人 M-CAN(ミカン)まで、お気軽にお問い合わせください。



M-CAN Juice Vol.36

2026年5月29日発行

印刷: 株式会社プリントバック

デザイン: WoodVillageFactory WVF

地域交流促進事業



愛センターの地域交流事業としては、「ふれあいラジオ体操」や「ふれあいの囲碁・将棋」を毎週水曜日に実施し、ラジオ体操は第一週目にはラジオ体操後の時間で“出前講座”等の各種ミニ講座に取り組んでいます。特に法人としては、「手話講座」・「韓国語講座」などの各種講座を実施し、毎年開催の「人権連続講座」では、“地域で学ぼう人権・平和”をテーマに11月から5回連続で企画・実施しました。

相談機能強化事業では、日々の生活における悩みから今後の仕事に関する相談など、多様な方から様々な相談を受けました。

また、イベントとしては、「菜の花卓球大会」、



「韓国語講座」の様子



「人権連続講座」の様子
～地域で学ぼう人権・平和～



「みしま・まちの玉手箱」模擬店の様子

「みしま歴史探索の旅」、「ふれあいカラオケ交流会」、「みしま・まちの玉手箱」「おたがいさまフェア」などを愛センターと共同開催し、多数ご参加いただきました。地域の方々にはおにぎり・カレー作りのお手伝いをしていただき、ありがとうございました。

今年度も愛センター利用者や周辺にお住まいの皆さんとの交流に向けて、興味・関心をもって気軽に参加していただけるような企画・交流をしていきたいと思ひます。



「みしま・まちの玉手箱」舞台発表の様子



茨木市学習・生活支援事業



2025年度の学習・生活支援事業は、当初3名の出発でしたが徐々に増え、3年生8名・2年生4名・1年生5名の合計17名で毎週火曜日と木曜日、大学生や元教師のスタッフたちの支援を受けながら、各自の学習課題に向き合いました。

特に3年生は進路目標に向かって毎回熱心に取り組み、全員希望の進学先に進むことができました。また、学期末にお楽しみ会を開催し、参加生徒同士の親睦を深め、みんなで楽しむこともできました。

今後も様々な課題を抱える生徒たちの居場所として、それぞれの特性や希望に応じた丁寧な支援に努めていきたいと考えています。





こえんひろば

2005年に在宅子育て親子のためにオープンした「こえんひろば」は、昨年20周年を迎えました。

保育所・幼稚園以外で小さな子どもと遊びに行ける場として少しずつ認知され、今では一時預かり「だんごむし」やプレ幼稚園「ありんこ」など地域の子育てを応援しています。

20周年記念イベントは総持寺のち・愛・ゆめセンターでふわふわ巨大すべり台、バルーンショーや歌って遊ぼう、マジックショー、他にもハンドメイドマルシェなど二日間にわたり楽しんでいただきました。

これからも子育て親子に寄り添い、一緒に育っていく「こえんひろば」でありたいと思います。



コミュニティハウス 日向(ひなた)



日向では、総持寺のち・愛・ゆめセンターで65歳以上の茨木市民を対象とした介護予防の運動を月4回(月曜日2回、金曜日2回)と認知教室を水曜日に月2回しています。

現在、月曜日の運動は体操指導者による指導が好評です。また金曜日はDVDを見ながらの歌体操の他にモルックやポッチャ、輪投げなど新たなスポーツを導入しました。チーム戦でわいわいと盛り上がり、勝負が楽しいと参加者が増えてきています。

お昼ご飯には、利用者さんも家庭の味を求めて来られます。食材費も高くなってきましたが、一食400円で頑張っています。

ここ最近は、麻雀・スマホ教室・童謡唱歌・手芸など趣味活動が活発になって利用者も増えてきました。この地域になくてはならない場所を目指しています。皆さん、お気軽にお問い合わせください。スタッフ一同、お待ちしております。



プレようちえん ありんこ



総持寺のち・愛・ゆめセンターの広いお部屋で活動しています。季節の製作をしたり、お天気が良い日は、総持寺公園やチューリップ公園などいろんな公園に行って元気いっぱいお友達と遊びました。

11月は“ちょい”の畑で芋ほりをさせてもらい、子どもたちは大きなお芋に大喜びでした♪

新年度も地域の人たちとたくさん交流しながら楽しく活動していきたいと思っています。

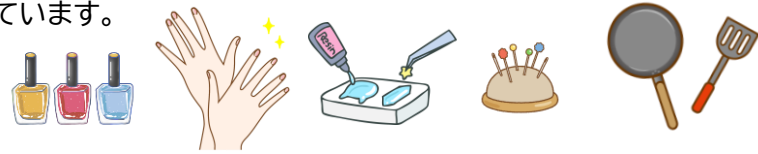


(1才児) プレありんこ	月曜	10:00~12:00
(2才児) プレありんこ	火・水・木曜	9:30~12:30



ユースプラザ EAST ちょい (choi)

ちょいでは、新しいスタッフ(大学生を中心に)が充実してきたおかげで、利用者さんも中・高校生(女子)が増え、最近では活気ある声があちこちから聞こえるようになりました。ハンドメイドの活動も盛んになり「ネイル・レジン・手芸」など活動も多彩になりました。また、食を意識した活動「ちょいとクッキング(自分でつくろう晩ごはん)なんでもクッキング(やってみたいを実現する)」を進めています。



CSW Community Social Worker

高齢者や障がいのある方、ひとり親家庭など、社会的援護を要する方々が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、小学校区単位で「健康福祉セーフティネット会議」を定期開催しました。民生・児童委員や関係機関との密な情報共有を行い、地域課題の早期発見と解決に向けたネットワークの強化に努めました。

これまでのつながりを大切に、誰もが一人で悩みを抱え込まない地域づくりを目指し、より気軽に相談できるよう環境を整えるとともに、地域全体での支え合いを形にしながら、皆さまが日々の暮らしの中に安心を感じていただけるよう、取り組んでいます。

なお、2026年度は、東保健福祉センターにCSWが配置されています。



CSW こんなことありませんか？

あなたや、あなたの身近にいる方が抱えている
困りごと…
ひとりで抱えるのはしんどくないですか？
まずは、「話すこと」から始めてみませんか？

しつこくかかってくる
勧誘電話

断りきれない
勧誘販売

早く気分が落ち込んだ
ところから抜け出せない

ちょいを利用する人たちが、心地よく過ごせる場所づくりを利用者のみなさんが考えてくれてレイアウトをしてくださいました。毎月第1金曜日に行っている「ちょいカフェ(家族会)」も少しずつ参加する保護者が増え、悩みの相談だけでなく、日頃も出来事や雑談をする中で参加された方の気分が軽くなるよう努めています。

ちょいは、利用者や保護者のみなさんが心安らぐ施設であるよう努めてまいりますので、これからもみなさんのご指導・ご協力をよろしくお願いいたします。



連携事業 みかん屋 ぶらぶら らくらく亭

みかん屋一階の総持寺カフェはレンタルカフェとして運用をしています。福祉委員会との連携事業の「ぶらぶら」をはじめ、地域の方が運営するランチ食堂や子ども食堂、ピクシー食堂、ブラジル料理に韓国料理、クレープ屋さん等々、多くの個人や団体のみなさんに活発に利用されています。

これからも地域の方がちょっとぶらぶら寄り道できるカフェとして運営していきたいと思っています。

2015年の秋から開始したぶらぶらとホーム事業は昨年10年を迎えることが出来ました。途中コロナ禍でお休みもしましたが、地域の皆さんのおかげでここまで続けて来られました。

最近では愛センターを利用する若者がここで集まって利用してくれています。いろんな年代の方々がぶらぶらと寄れる居場所として、これからも細く長く続けていけたらと思っています。

毎週火・水・木曜日の午後1時ごろから三島丘府営住宅の「旧・集会所」に皆さんが集まってこられます。その日によってプログラムは違います。参加される人もさまざまです。昨年はスタッフ含めて2,000人を超える利用がありました。

毎月第二火曜日には、保健師さんに来ていただいて健康相談もしています。何か心配に思うことがあればいつでもお立ち寄りください。

