

知ってる？ボランティア活動でもらえる “まちスタンプ”

小さなお子さんはもちろん、大人だって「ごほうび」は嬉しいもの。
地域のボランティア団体や商店・企業にご協力いただき、【まちコラ】が
“まちのスタンプ”を発行します。



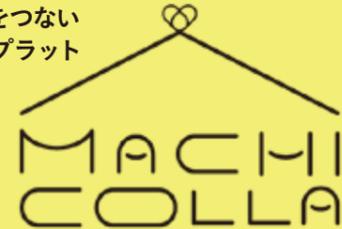
- STEP 01** ボランティア活動に参加
【まちコラ】の登録ボランティア団体が主催するボランティア活動に参加してください。
- STEP 02** 活動に応じてスタンプを獲得
活動終了後、担当者から“まちのスタンプ”をもらってください。
(※活動内容に関わらず「活動1回につき、1まちのスタンプ」です。有効期限はありません。)
- STEP 03** スタンプを商品・サービスと交換
貯まった“まちのスタンプ”は【まちコラ】に登録された地元の商店や企業が提供する商品やサービスと交換することが可能です。

まちのスタンプで交換できる商品・サービス

 お食事券¥500 居酒屋〇坐、 うまいもん茶屋心助	 お菓子の詰め合わせ (500円相当分) コメダ珈琲店 徳島北島店	 すべてのドリンク 100円 OFF 珈琲 愛夢豆
 野菜や果物の詰め合わせ (500円相当分) 特定非営利活動法人ほっこりタイム	 コーヒー(HOT or ICE) 1杯無料 株式会社よんくる TEL.088-624-7017	 オンライン健康相談(40分) zoom使用 健幸コンサルタント ヒデ TEL.070-9119-6455

【まちコラ】って何だろう？

【まちのコラボレーション きたじま(まちコラ)】
は、人と人、商店・企業と地域、人とモノをつない
でいく「地域循環型コラボ」の登録制プラット
フォームです。



人と人をつなぐ

地域活動に興味のある人、
居場所を探している人、
「つながりたい」の気持ちを縁結び。

商店・企業と地域をつなぐ

社会貢献したい思いを持つ、
北島町のお店や企業を地域に
優しく縁結び。

人とモノをつなぐ

家やお店、企業にある余ったモノ。
捨てるより必要な方へ
優しく縁結び。



学ぼう!遊ぼう!地域まるごと教室

ままちコラ

参加者募集
複数申込OK
受講無料
要事前申込

まちの企業や商店の方たちが、日常をちょっと豊かにしてくれる知恵や
楽しいことや役に立つ情報をシェアしてくれる、アットホームな教室です。
皆様のご参加をお待ちしていま〜す!

2025/2.1(土) ~ 3.31(月)

北島町民
以外の方も
大歓迎!



- 受講予約期間** 令和6年12月16日(月)~各開催日の3日前まで
- お申し込み方法** ※定員になり次第に締め切らせていただきます。(講座への参加は事前予約が必要です)
受講料は原則無料ですが別途材料費が必要となる場合があります。

- STEP 01** 教室選び
参加したい教室を選択
(複数選択も可能です)
- STEP 02** お申し込み
開催される各企業・お店へ電話・
メール・QRコード等で「まちコラ
参加」とお伝えください。
- STEP 03** 会場へ!
当日は会場に直接お越し下さい。

お問い合わせ

特定非営利活動法人 YUO&ゆう
まちのコラボレーションきたじま【まちコラ】

〒771-0205 徳島県板野郡北島町江尻柳池12-1
TEL.088-678-5638 <https://www.machi-colla.jp>
E-mail:info@machi-colla.jp

地域まるごと!ワクワク教室 選べるテーマ



大好評につき 第2弾 緊急開催決定!

10月21日・22日に北島町役場で開催された『地域まるごと!こどもワクワク体験教室』が大反響! 「キャンセル待ちで参加できなかった…」 「次回はいつ?」 との声にお応えし、今回は対象を大人まで拡大! 開催場所も商店や店舗にうつし、特別体験が盛りだくさん。家族や友人と一緒に、新たな発見とワクワク体験をお楽しみください!



01 「お肉の秘密に迫る! 親子ハンバーグ作り体験会」

3/26(水) 10:00~12:00
お肉屋さんの仕事を学び、親子でハンバーグを手作りして持ち帰る体験会。食育と地域交流を楽しむイベントです。
●開催場所: 株式会社北島藤原精肉店
●講師: 株式会社北島藤原精肉店
●対象: 小学生 ●定員: 5組10名程(子供一人、大人一人)
●持ち物: ミンチ(約800g)をこねる用の大き目のボールを持参。ハンバーグを持って帰る保冷バッグ&保冷剤
●材料費: 1,000円

お問い合わせ先
株式会社北島藤原精肉店
TEL:080-5711-9140
板野郡北島町鯛浜字外野24-5
受付時間: 8:00~18:00
定休日: 月曜日




02 食×運動×マインドで解決! 実践型健幸対策講座~体のしくみを知る!~

2/15(土)、3/8(土) 10:00~12:00
疲れる、太る、病気になる、眠い。現代社会を生きていくうえで避けて通れない体の不調。これらに対策する方法を、栄養学を学んだ理学療法士がわかりやすくお伝えします。
●開催場所: NPO法人YOU&you事務所(板野郡北島町江尻字柳池12-1)
●講師: 健幸コンサルタントヒデ
●対象: 健康になりたい方ならどなたでも(介護予防教室ではありません)
●定員: 5名 ●持ち物: 水分補給用の飲み物、筆記用具
●参加費: 無料

お問い合わせ先
みんなのヒュッゲ
TEL:070-9119-6455
Mail:minnano.hygge@gmail.com
受付時間: 9:00~16:00 (メールはいつでも可)
定休日: なし




03 消防署の仕事体験

3/9(日) 10:00~12:00
※災害が発生した場合または雨天の場合は中止とする。中止の判断は8時に行い連絡を行う。
消防庁舎の見学、結索体験、消火器取り扱い体験及び放水体験等。
●開催場所: 板野東部消防組合消防本部
●講師: 板野東部消防組合
●対象: 小学校高学年(5年生及び6年生) ●定員: 10名
●持ち物: 作業がしやすい手袋(軍手など)
●参加費: 無料

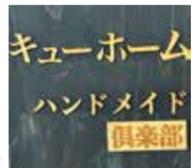
お問い合わせ先
板野東部消防組合消防本部 警防課
TEL:088-698-9903
板野郡北島町北村字大開11-1
受付時間: 8:30~17:15
定休日: なし



04 親子で楽しくDIY(日曜大工)

2/9(日)、3/9(日) 10:00~12:00 13:00~15:00
建築端材を使って楽しく工作をしましょう。(貯金箱、ティッシュBOX、本立て、ペン立て、木ポット)等
●開催場所: キューホーム駐車場テントか打ち合わせ室
●講師: キューホーム 九鬼建築 九鬼和義
●対象: 親子で参加できる小学生
●定員: 午前、午後とも2組づつ
●持ち物: 手袋など、汚れてもいい服装で参加してください
●材料費: 2,000円(当日手渡しで)

お問い合わせ先
キューホーム 九鬼建築
TEL:090-3786-2378
板野郡北島町太郎八須字新堀46-2
受付時間: 10:00~17:00
定休日: 毎週水曜日、第2第4日曜日

05 じゅしねんどで遊ぼう!

2/15(土) 10:00~11:00 13:00~14:00
3/15(土) 10:00~11:00 13:00~14:00
3/26(水) 10:00~11:00 13:00~14:00
小学生の兄妹と一緒にじゅしねんどで簡単なものを作ませんか?
●開催場所: 菜々市場ほっこり2階
●講師: RsT(スクラフト部)
●対象: 年長~ ●定員: 各回3名
●持ち物: 特になし
●材料費: 200円(現金のみ)

お問い合わせ先
菜々市場ほっこり
TEL:088-698-0034
板野郡北島町高房字百居内40-13
受付時間: 10:00~17:00
定休日: 日曜日、祝日




06 肌の悩みを解決! 自分に合うスキンケアを見つけよう!

2/10(月)、2/17(月) 10:00~15:00
1年以上、肌の悩みがある方!自分にあったスキンケアを見つけませんか? AIで肌診断をして自分にあったスキンケアを見つけます。実際にスキンケアを試してもらって正しい使用方法をレッスンします!
●開催場所: メナード化粧品北島町代行店
●講師: メナード化粧品北島町代行店
●対象: 女性(男性は女性と一緒に可)
●定員: 4名 ●持ち物: メイク用品 ●材料費: 無料

お問い合わせ先
メナード化粧品北島町代行店
TEL:090-6883-1150
徳島市応神町古川字鯛浜添19-4
リバーサイドハイツ302
受付時間: 9:30~16:30
定休日: 日曜日、祝日



07 管理栄養士が考えた日替わりメニュー

2/21(金)、3/7(金) 13:00~ 90分程度
サッとできる!!簡単メニュー!!晩ごはんや、お弁当の一品に。親子、お友達と一緒に料理を楽しみませんか!!
●開催場所: フジグラン北島まるざ店舗
●講師: (株)永真
●対象: 6才~ ●定員: 8名(小学生は保護者同伴)
●持ち物: エプロン ●材料費: 300円

お問い合わせ先
(株)永真
TEL:088-697-3370
担当者: 船越 090-8697-8992
板野郡北島町鯛浜字西ノ須81-1
フジグラン北島 グルメアビニュー 1F
受付時間: 16:00~24:00
定休日: なし



08 制服のアップサイクル!! おしゃれなリースを作ろう!

2/11(火) 10:00~12:00
販売出来ずに廃棄になってしまうものがとっても可愛いリースになっちゃった!廃棄になった制服で、環境に優しい!楽しい!リース作りをお楽しみください!
●開催場所: さくらや徳島北店(北島町鯛浜字かや118-4)
●講師: さくらや徳島北店 川邊
●対象: 親子(小学生)
●定員: 親子3組(2人で1個) ●持ち物: なし
●材料費: 300円

お問い合わせ先
さくらや徳島北店
TEL:088-698-9451
板野郡北島町鯛浜字かや118-4
受付時間: 10:00~18:00
定休日: 火、木、日曜日




09 介護相談教室

2/15(土)、3/22(土) 13:00~16:00
当施設では介護の相談から看取り介護まで、利用者様の状態に応じたケアを提供させていただいております。介護に対する悩みや相談など詳しく説明させていただきます。
●開催場所: 健祥会ライデン1地域交流ホール
●講師: 特別養護老人ホーム健祥会ライデン
●対象: 介護でお悩みを抱えている方、介護保険制度について知りたい方等
●定員: 10~15名程度 ●持ち物: メモ・筆記用具
●参加費: 無料

お問い合わせ先
特別養護老人ホーム健祥会ライデン
TEL:088-624-7701
板野郡北島町太郎八須字備後江家10番地1
受付時間: 9:00~17:00
定休日: なし



10 まちづくり体験イベント ~未来のまちづくりマスター~

2月、3月の第3土曜日 13:30~15:30 ※(体験時間は要相談)
建設コンサルタントの仕事を知り、地図に道路を描いてCADで再現、プロの技を体験してみよう!
●開催場所: 本社(北島町鯛浜字原87-1)
●講師: 株式会社フジタ建設コンサルタント
●対象: 小学校4年以上
●定員: 5名 ●持ち物: 特になし
●参加費: 無料

お問い合わせ先
株式会社フジタ建設コンサルタント
TEL:088-698-2155
板野郡北島町鯛浜字原87-1
受付時間: 9:00~17:00
定休日: 毎週土・日曜日