

募集
第18回ゆめこらぼ市民協働
フェスティバル実行委員

毎年開催され、多くの市民やNPO・市民活動団体が集う「ゆめこらぼ市民協働フェスティバル」（ゆめフェス）。この地域を盛り上げる大切なイベントを、企画から運営まで一緒に作り上げてくれる仲間を募集します。
（募集締め切り 2026年7月25日）

【こんな方を大歓迎！】

- ゼロからイベントを企画してみたい！
- 西東京で新しい繋がりや仲間を作りたい！
- 地域のNPOや市民活動を裏方として支えてみたい！

第18回 ゆめこらぼ
市民協働フェスティバル

ゆめフェス

実行委員募集中！

応募は
コチラから
⇒⇒⇒



<https://forms.gle/qwiEi1x8QYqESSCj7>

ゆめこらぼ
施設・機材貸出サービス

市民活動の準備や交流の拠点として、ぜひお気軽にご活用ください。多角的なサポートであなたの活動を支える「ゆめこらぼ」の施設・サービスをご案内します。

● サロン

打ち合わせや交流場所として利用可能（最大8名）。登録団体は事前予約が可能です。

● 印刷コーナー

印刷機やコピー、ラミネーター（有料）を完備。裁断機や紙折機は無料で利用でき、資料作成を低コストに効率化できます。

● 機材貸出（登録団体限定）

プロジェクトや配信機器、ポケットWi-Fiルーターなど多彩な機材を予約制で貸し出しています。

詳しくはこちら（利用案内）

<https://www.yumecollabo.jp/facility>



新規登録団体 募集中

「ゆめこらぼ」とは？

「ゆめこらぼ」は、西東京市の市民活動を応援するサポート拠点です！

地域の課題を解決したい市民や団体、企業、行政をつなぎ、新しいまちづくりの形を応援します

- 相談する・学ぶ：「活動を始めたい」という相談から、実践的なスキルアップ講座まで幅広く開催。
- 集まる・繋がる：サロンでの打ち合わせはもちろん、情報交換の場として。
- 作る・発信する：印刷機や紙折り機など充実した設備で、日々の広報活動をサポート。



西東京市市民協働推進センター ゆめこらぼ

開館時間：月～土 10:00～19:00

休館日：日曜日・祝日・年末年始（12/28～1/3）

〒188-0012 西東京市南町5-6-18 イングビル1階

（西武新宿線「田無駅」南口 徒歩2分）

TEL：042-497-6950 / FAX：042-497-6951

info@yumecollabo.jp

<https://www.yumecollabo.jp/>

<https://www.instagram.com/yumecollabo/>

<https://www.facebook.com/yumecollabo/>

vol.90
2026

ゆめこらぼ通信

まちを想う、仲間とつなぐ ゆめこらぼの広報誌

こそだてフェスタ @ 西東京

ゆめこらぼ PEOPLE

こそだてフェスタ@西東京実行委員会
代表 高木恵子さん

原点と情熱

「こそだてフェス」をこれほど長く続けてこられた、一番の原動力は何ですか？

「高木さん 自分でも驚きますが、それだけ続けさせてくれた人たちが周囲にいたということです。初回の準備は大変で「やっと終わる」と当日をカウントダウンするほどでしたが、開催すると楽しく、来場者にも喜ばれました。終了後に「ママたちが本当によく頑張った」と言われ、苦労が報われました。専業主婦が長く、子育ての中で何かしたい思いがありました。2回目に「続ける方が難しい」と言われ、継続を決意したのも大きいです。

地域ぐるみで乳幼児（主に0歳～小学校低学年）と家族を応援するために、毎年秋に西東京市で開催されている子育て応援イベント「こそだてフェスタ@西東京」（以下、「こそだてフェス」）。2011年の実行委員会立ち上げから15年近くにわたり、地域の子育て世代と多様な市民団体をつなぐ「リアルな場」として重要な役割を果たしてきました。今回は、こそだてフェスを牽引し続けてきた高木さんに、これまでの歩みと活動への原動力、これからの地域に対する思いについてお話を伺いました。

育まれた循環する「コミュニティ

こフェスが単なる一過性のイベントを超えて、地域の「居場所」として育っている手応えを、どのように感じていますか？

■高木さん はい、それは実感しています。毎年楽しみにしているというアンケートの声をいただきますし、15年も経つと、かつて遊びに来ていた小さい子が今はボランティアとして手伝ってくれたり、迎える側に回ってくれたりしています。また、子どもを連れてきていたお母さんが出展者になったり、参加者が市民団体に入って活動を始めた例もあります。私たちが目指していた「つながり」が、このような形でところどころで見えるようになったことは、続けてこられた大きな要因でもあります。

市民協働が描く、これからの景色

子育て世代と多世代が交わることで、西東京市にどんな化学反応が起きてほしいですか。

■高木さん 会場には様々な団体が集まり、時には真逆のことを言っていることもありま

会ってほしいのです。

その会場での出会いが、明日からの毎日につながる関係づくりを目指しています。自分が助けられた人が、いつか誰かに還元できるつながりができたら嬉しいです。西東京の素晴らしい活動をしている多様な団体と結びつくことで、必要な人に手が届き、支援の輪が広がっていくことを願っています。



次回、こそだてフェスタについて

次回のこそだてフェスタに関して、一言お願いします。

今は子ども一人一人を大切にしようという動きが強い一方で、親が置き去りにされていると感じることがあります。子どものために親も満たされていなければならず、気づかないうちに追い詰められている方もいるかもしれません。だからこそ、困っている人もそうでない人も、まずは気軽に遊びに来てほしいです。親が笑顔になれるように力を貸してくれる人たちがたくさんいるので、ぜひ出会いに

来てください。また、子育てを応援する団体の方にも、待っているだけでなく、ぜひこの出会いの場に来ていただきたいです。ここは西東京市で小規模ながら長く愛されてきた出会いの場です。

「こそだてフェスタ@西東京」は、単なるイベントにとどまらず、親も子も笑顔になれる明日からの日常を支えるための「つながりの場」として、確実に地域に根付いています。SNSでは得られない顔の見える安心感や、世代を超えた新たな出会いがここにはあります。子育て中の方はもちろん、地域活動に興味がある方も、ぜひ次回の「こそだてフェスタ@西東京」に足を運び、その温かな空気を体感してみてください。

こそだてフェスタ@西東京

日時：2026年10月12日（月・祝）
会場：ひばりが丘児童センター
（東京都西東京市ひばりが丘3-1-25）

【Instagram】
@kofes_24tokyo



HINT!

ゆめこらぼ

「忙しい」市民活動の強力な味方！やさしいA-活用法

市民活動の現場は常に人手や時間が不足しています。そこで注目されているのが「生成AI」の活用です。「難しそう」と思われがちですが、少人数の団体にこそ強力な味方になります。導入のメリットは単なる効率化ではありません。事務作業をA-に任せることで、本来大切にすべき「人との対話」や「現場での活動」に集中する時間を生み出せる点にあります。

ヒント①「白紙」で悩む時間をゼロにする

イベントチラシ作りや助成金の申請書作成。「何から書き始めようか」とパソコンの前で時間が過ぎてしまった経験はありませんか？ A-は「0から1を作る」のが得意です。「イベントのキャッチコピーを5案出して」



「活動報告を助成金の要旨に合わせてまとめ」と頼めば、数秒で土台を作ってくれます。また、長い募集要項を読み込ませて「自分たちの団体が対象になるか？」を精査させる使い方も、事務の大きな助けになります。

ヒント②「やさしい日本語」で誰一人取り残さない

地域には多様な人がいます。慣れ親しんだ専門用語や行政用語は、誰かを遠ざけてしまうかもしれません。A-に例えば「小学校〇年生でも理解しやすい日本語に書き換えて」と頼んでみてください。一瞬で、より多くの人に届く温かい言葉に変換してくれます。A-は、情報格差を埋める「配慮の自動化」を助けてくれるのです。



ヒント③24時間寄り添う「パートナー」として使う

「この企画に懸念点はないか？」「若者を巻き込むにはどうしたらいい？」といった相談をA-に投げかけてみてください。一人で悩むのではなく、A-を「壁打ち相手」として

使うことで、自分たちでは気づかなかった視点やアイデアが得られます。A-は、あなたの活動に24時間伴走してくれる、頼もしいパートナーになります。

使う上での注意点

A-の生成内容が全て正しいわけではありません。整った文章が皆さんの「想い」を代弁しているとは限りません。最終的にA-を使う人が内容を精査し、自分の言葉を付け加えることが、誠実な活動の第一歩となります。



【代表的なA-ツール】

- 「Google Gemini」 Google社のA-で、ドキュメントやGmailとスムーズに連携。
- 「ChatGPT」 対話力が非常に高く、様々な質問や相談にスムーズに対応。
- 「Microsoft Copilot」 Microsoft社A-で、Office製oなども連携。

ゆめこらぼスタッフによる

デジタルお悩み相談室

毎月第2・第4水曜日、午後3時〜5時
どうぞお気軽に、ゆめこらぼまで相談ください。