

令和6年度 つながる！地域活動ゼミ 実施報告



令和6年度 つながる！地域活動ゼミ チラシ

コロナ禍において自宅にいる時間が増えたことにより、地域活動に興味を持たれた方が多くいらっしゃいました。また一方で、仕事をしているから地域活動に関わることは難しい、一人で新しいことに挑戦する自信がない、という現役世代の声もあり、令和5年度は地域活動への新しい関わり方『プロボノ』について、仕事で身につけたスキルを地域活動に生かすことなどを学んでいただきました。

令和6年度のつながる！地域活動ゼミは、自身の得意や経験を生かした活動や自分が地域で活躍できる場について、講義やワークショップ、現地見学会などを通して楽しみながらヒントを得られる講座です。

参加者同士が協力してお互いの経験を生かすワクワクするような企画を考え、実現につなげるための手法を一緒に考えるプログラムです。

第1講 『自分の得意や経験、やりたいことを整理しよう！』



講師 兼 ファシリテーター
竹迫 和代 氏

日時：12月14日（土曜日） 10時～12時

会場：泉区役所4階ABC会議室

【講師 兼 ファシリテーター】

竹迫 和代 氏 （参画はぐくみ工房 代表）

参画型のまちづくり支援とファシリテーションの普及・啓発を行う「参画はぐくみ工房」の代表。これまで、対話を通して創造する場づくりを支援し、多くの参画型まちづくりや社会教育の場で活躍している。講座ではファシリテーターとして、参加者が地域活動に一步踏み出すきっかけを見つけ、実践への意欲を引き出す進行を行う。

【ワーク：初めましての関係づくり】

参加者同士がお互いのことを知るために「他己紹介」をしました。二人一組になって互いにインタビューした内容を自分ごとのように他の参加者に紹介するというものです。インタビューの中でお互いの共通点を3つ見つけることで親近感を持つことができ、他の参加者にも分かりやすく紹介することができました。

続いて、本講座に参加した動機を1人1分間で話しました。自分で何ができるか考えたいという方や地域の課題解決に向けたヒントを得たいという方、すでに行っている活動を深めたいなど、様々な目的をもって参加されていることが分かりました。

また、今後の講座に向け参加者同士が情報交換しやすくなるよう名刺を作成し交換しました。どんな活動に興味があるか、どんな経験をしてきたかなど直接やり取りすることで、お互いの距離感が縮まり、会話が盛り上りました。



インタビュー中です



他己紹介の様子

第2講 現地見学会 「実践の場で活動のコツを肌で感じよう！」

■学校に行きづらい子を持つ親の会ハピネス（泉区）

日時：1月25日（土曜日） 10時～12時

会場：泉区社会福祉協議会

講師：相澤 由佳里 氏（学校に行きづらい子を持つ親の会ハピネス 代表）

【アイスブレイク】

自分の考えを素直に表現できない時に、人はどのような精神的負担を感じるかということを参加者全員で体験しました。例えば、野球のジェスチャーをしながら「食事をしています」と口に出して言うことは誰もが違和感を感じます。様々な違和感が重なることは精神的負担につながることを知りました。

また、違和感の感じ方や精神的負担の度合いは人それぞれ違うため、何をしてあげようかと考えるより、相手に寄り添って話を聞いたり、その人の支えになるような声掛けが必要になることも学びました。

【講座内容】

ハピネスを立ち上げたきっかけについて講師から話がありました。自身の経験も含め、子育て中の親は子育ての悩みを打ち明けにくく抱えてしまいがちになることや周囲とのコミュニケーション不足から気持ちが不安定になってしまうことがあるそうです。周囲に相談相手がない状況で親としての責任を強く感じ気持ちが不安定になってしまった場合には、自分で解決することは難しく、専門的な支援が必要だと感じたことから看護師等の資格を活かせる活動を始めたとお話ししてくださいました。

また、活動を始めた頃の失敗談から、自分の活動を応援してくれる家族や周囲へ配慮することや時には周囲に頼ることも必要だと教えていただきました。地域活動は自分や周囲の状況に合わせ無理しないことが大切だと感じた参加者もあり、今後、地域の活動に参加する上での新たな気付きを得ることができました。

【ワーク】

参加者が考える地域活動について整理しました。自分がやってみたいことやできそうなこと、今後活動する際に大切にしたいことなど、講師の話を聞いて感じたことなどを書き出し、全員が発表して共有しました。それぞれの思いを聞くことで自分の関わることに気付き、講師からアドバイスを得てより具体的な活動のイメージを持つことができました。



ハピネス代表 相澤由佳里 氏



アイスブレイクの様子

■NPO法人 ハートフル・ポート（旭区）

日時：2月1日（土曜日）10時～12時

会場：住み開きカフェ ハートフル・ポート

講師：五味 真紀 氏（NPO法人ハートフル・ポート 代表理事）

【講座内容】

自宅の一室をカフェに改装し、地域とつながる場として運営することになったきっかけや、10年間の活動から地域に必要な支援を見出し、NPO 法人を立ち上げた経緯をお話ししていただきました。

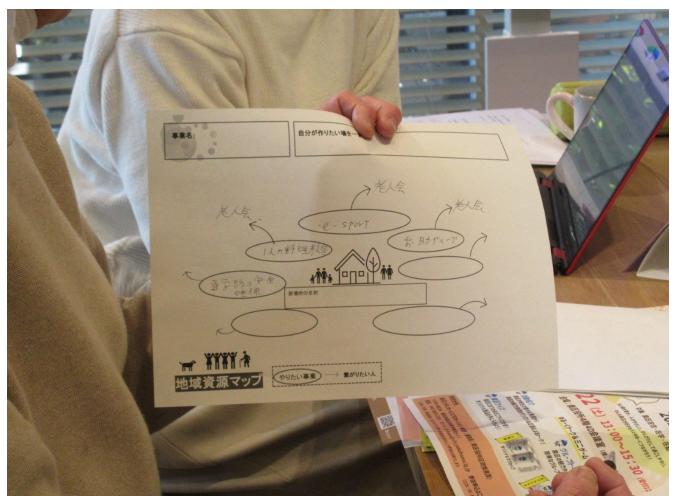
カフェ立ち上げ当初は、お客様の得意や好きなこと、悩みなど色々な話を聞いていたそうですが、その会話から地域で何かやりたい人がいることに気付き、その人たちをお客様のままにせず、やりたいことを実現できるように後押しすることで、皆が楽しいと感じる暮らしにつながればいいなと思われたそうです。また、そういった人たちは地域全体にいるのではないかと考え、法人化して他の居場所と連携することで様々な人とつながり、地域全体の見守りや暮らしやすさを実現できるように取り組んでいらっしゃることです。

【ワーク】

地域で活動を始めるには、まず自分が声に出すことが大切、と五味さんはおっしゃいます。思っているだけでは解決できない時「どうしよう」ではなく「Dōしよう！」という提案をいただき「地域資源マップ」を作りました。自分がやりたいことを書き出し整理することで、つながりたい人が見えてきます。また、声に出すことで、様々な意見を得ることができ、誰かとつながってお互いを応援し合うことで動き出しコミュニティーになっていく、とお話ししてくださいました。



NPO法人ハートフル・ポート代表理事 五味真紀 氏



地域資源マップを作成しました

■NPO法人 よこはま里山研究所

日時：2月8日（土曜日）10時～12時

会場：NPO法人よこはま里山研究所

講師：松村 正治 氏 (NPO法人よこはま里山研究所 理事長)

【講座内容】

まずははじめに、里山とかかわる暮らしを実践することにより、里山の生態系を豊かにするとともに人の暮らしの質を高めることを目指す活動についてお話をいただきました。

活動を始めたきっかけは、野菜の直売を行っている人との会話から、山の生き物と作物の生育は相互に関係していると気付いたことだそうです。かつて多くの人は伐採した木から道具を作り、畠などを耕し作物を作るなど山は人々の生活と密接に関わっていました。都市的な現代の生活の中では木の温もりが求められ、クラフトブームなどの影響もあり森林整備として活動に参加する人が増え、現在では会員数が200名を超えていました。

また、運営メンバーは事業企画や安全管理、広報などさまざまな役割をそれぞれの経験やスキルを活かして分担することで無理のない活動をしているとのことです。参加者と話しやすい雰囲気づくりを心がけ、参加者の求める活動や話を聞くことで、活動の継続につなげているとのことです。

講義のあと、伐採した竹を活用する竹細工工房を見学しました。皆さんのが作品作りに集中しながらも楽しそうに作業されているのが印象的でした。

【ワーク】

講師から地域活動を始めたエピソードから活動を拡大し継続している現在までの取組を聞きました。自分の好きなことや得意を活かす活動についてイメージすることができたところで、参加者それぞれが考える地域活動について整理しました。やってみたいことや自分ができること、講師の話から今後の活動に活かしたいと感じたことなどを書き出し発表しました。それぞれの思いに講師からコメントをいただくことで、より具体的な活動のイメージを持つことができました。



NPO法人よこはま里山研究所理事長 松村正治 氏



竹細工工房見学の様子

第3講 ワーク「仲間と企画作りをしよう！」

日時：2月15日（土曜日） 10時～12時

会場：泉区役所4階ABC会議室

第2講で参加者それぞれが見学した活動についての情報と感想を共有しました。どの活動にも「想い」があり、活動に関わる人たちの得意や経験が活かされていることが継続するためのヒントになっていることが分かりました。

また、第1講で参加者それぞれが発表した本講座への参加動機や気になる活動をもとに「泉区にあったらいいな」と思う活動を考え全員と共有しました。その中で、より共感した内容を一つ選び、具体的な活動につなげられるように意見交換しました。

講師のアドバイスや見学先での気付きを参考に、さまざまな意見を集約しながら具体的な活動を目指すことになりました。テーマは「どんな人も否定されない地域カフェ」です。

第4講 ワークpart2「企画を発表しよう！」

日時：2月24日（月曜日・祝日） 10時～12時

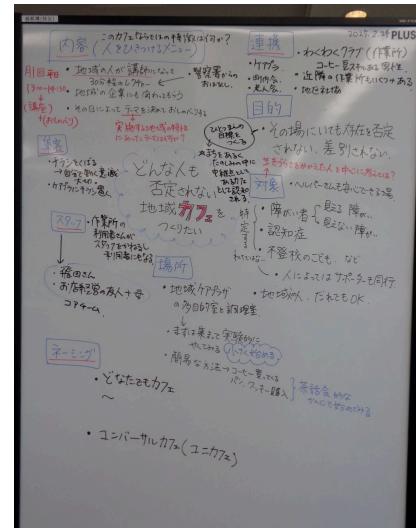
会場：泉区役所4階ABC会議室

第3講で、具体的なテーマを見据えて意見交換を始めたことで、参加者の皆さんには自身がどんな経験を活かせるか考えたうえで参加されました。

目指す活動の主な目的と内容、具体的な対象者、活動拠点や連携が必要な人や団体など、活動開始に向けて多くのことを決める必要があります。それぞれが持っている情報や経験を出し合い、講師のアドバイスから何度か整理したり見直したりしながら意見を交わしました。皆さん、とても真剣に取り組まれ本講座のなかでは意見をまとめることはできませんでしたが、団体を一から立ち上げる貴重な体験をしていただくことができました。



意見交換の様子



活動開始に向けた意見交換の記録