

# サポートセンター通信

発行日：2019年1月15日 第79号

発行元：松本市市民活動サポートセンター  
〒390-0874 松本市大手 3-8-13  
松本市役所大手事務所 2階  
TEL/FAX: 0263-88-2988  
Mail: support-center@support-center.jp  
URL: http://www.support-center.jp



## パネル展示団体を募集します

皆さまの活動内容を発信する機会のひとつになればと、今年度から新たに始めた長期間のパネル展示ですが、来年度も継続することが決定いたしましたので、展示を希望する団体を募集いたします。初めて申し込む団体はもちろん、今年度すでに展示をした団体も再度お申込みいただけます。ただし、新規の団体の申込みが多かった場合はご遠慮いただく場合があるかもしれません。ご了承ください。

募集期間：1月16日（水）～2月28日（木）

募集対象：サポートセンターに登録している団体。先着12団体（1カ月1団体）

掲示物：横90cm×縦180cmの掲示板2枚分。素材は限定しませんが、重量の軽いもの（模造紙や発泡スチロール製など）。机などの使用は不可。掲示のみとします。

展示期間：1カ月間

展示場所：フリースペースの掲示板に展示します。入替作業はサポートセンターで行います。

搬入・搬出：各団体でお願いします。搬入から搬出までの期間の保管はサポートセンターで行います。



窓口および電話  
(0263-88-2988)  
にて受け付けます

## NPO法人アルプス善意通訳協会の事業が知事表彰に選ばれました!!

NPO法人アルプス善意通訳協会の「国際観光都市松本推進事業」が、長野県の「地域発 元気づくり支援金」を活用して地域づくりに貢献した優良事例として、「知事表彰」に選ばれました！昨年11月8日には県松本合同庁舎にて表彰式が行われました。

私たちNPO法人アルプス善意通訳協会（ALSA）は、長野冬季オリンピックのための通訳強化トレーニングセミナー受講者を中心に、1992年に設立されました（2006年にNPO法人化）。現在会員は167名で、外国語による松本城ガイドが主な活動です。それまで年会費の範囲内で行ってきた活動範囲を広げ、国際都市を標榜する松本市のお役に立ちたい、との思いから「国際観光都市松本推進事業」として、長野県の「地域発 元気づくり支援金」に申し込んだところ、幸いにも3年間支援金をいただくことができました。事業は①諸外国からの観光客急増に備え、フランス語・スペイン語・中国語講座の開講、②街中及び飲食店の英語のメニューや基本会話集の作成、③全国規模講師による講演会開催などの研修、の3つです。これらの事業が評価され、知事表彰を受賞できたことは大変うれしく、光栄の至りです。これを励みに、なお一層松本市の国際化に貢献できるように頑張っていく所存です。（理事長・中田和子）



前列の左から3番目が中田理事長、その右隣が阿部知事  
前列の右から3番目がNPO法人浅間温泉木の絆会の久保村代表  
（第3面「支える人たち」参照）

## 第7回プラチナフォーラム 笑って、輝け、プラチナ人生！

「プラチナ人生を心身ともに健康に生きる」をテーマに、プラチナ世代の皆さんの新たな一歩を踏み出すきっかけづくりを応援する基調講演と、交流会を開催します。

日時：3月9日（土）13:00～16:30

会場：松南地区公民館（なんなんひろば）3階大会議室

対象：おおむね55歳以上の方

内容：基調講演『「心の体操」～笑う門には福来たる！～』

講師：田中高政氏（日本笑い学会信州支部長）

ウェルカムコンサート&ステージ発表・交流会

参加費：300円（資料代及び茶菓子代）

定員：100名（※要申込・2月1日から受付）

申込先：松本市市民活動サポートセンター

TEL 0263-88-2988

主催：プラチナサポーターズ松本

松本市市民活動サポートセンター

松本市社会福祉協議会ボランティアセンター

※内容等の詳細は、サポートセンターのHP、またはチラシをご参照ください。

## しおじりまちづくりフェスティバルに

参加してきました!!

11月17日に、塩尻市のえんぱーくにて行われた「しおじりまちづくりフェスティバル」に参加してきました。他市のイベントに参加するのは初めてでしたが、塩尻を中心に活動している皆さまと出会い、サポートセンターについて知っていただく良い機会となりました。



## 体験創庫かけはし

代表者：藤村 哲（松本市波田 4507-3）  
TEL：0263-92-1508 / 090-2219-2457  
E-mail：ts\_kakehashi@yahoo.co.jp



**\*子どもたちと一緒に。  
笑顔が輝いています。**

体験創庫かけはし代表の藤村さんは、以前は東京で「自然体験活動推進協議会」の仕事をしていましたが、縁あって松本市に移住し、2010年12月に「体験創庫かけはし」を設立しました。現在は、波田の自宅兼事務所にて自然体験活動や野外活動のイベント企画・コーディネート、地域活性化事業のコンサルタント等を行う傍ら、「人と人」「人と地域」「地域と地域」の「かけはし」として、自宅や裏庭・裏山を開放し、様々な活動を行っています。

主な活動は、①企画・運営事業②社会貢献事業③指導者養成・更新育成事業④農業部門の4つに分けられています。

社会貢献事業の一つとして、毎週水曜日に「上波田（かみはた）あそび工房」を開催し、子どもたちが放課後に自然の中で遊び・学ぶ場を提供しています。今では少なくなった異年齢間で遊ぶことや、集団活動を通して子どもたちが自身の可能性を伸ばすきっかけを見つけてもらえれば、と藤村さんは話します。実際、「上波田あそび工房」では、遊ぶ際のルール等は子どもたちが決めています。「子どもたちにルールや決ま

り事を提供してあげなければいけないと決めつけているのは大人たちで、場所や時間、道具、考えるきっかけさえあれば、子どもたちだけでもきちんとルールをつくり、守って遊んでいます」と、子どもたちが持つ可能性について語っていただきました。

農業部門では、地域の遊休荒廃農地を借用した農業体験プログラムもあり、「水田耕作」では田植え・稲刈り・脱穀まで行っています。「畑耕作」では、収穫物の栽培と体験農園の提供もしています。

また、自然体験活動に関する指導者として活躍できる方を増やすため、さまざまな養成講座を年に1回以上開催しています。

今まで体験活動に携わるチャンスが少なかった方が、いつでも・どこでも・誰でも・手軽に参加できる自然体験活動のさらなるマーケット拡大をめざしている藤村さん。現在、企画・運営・活動のお手伝いをしていただけるスタッフなどを募集中だそうです。「人」や「地域」との『かけはし』として活躍したいとお考えの方は、ぜひお気軽にご相談ください。（笠松）

## ぷろじえくとギフト実行委員会

代表者：古畑 裕子  
住所：松本市波田 9982-1  
TEL：080-5109-6161



**\*コミュニケーション・カレッジ設立に向け、精力的に活動する古畑さん**

ぷろじえくとギフト実行委員会は、平成25年5月に「障がいを持つ人の自立と、健常の方々と共生していく“場所”をつくるためのプロジェクト」を目指し、設立されました。

ここでいう“場所”とは「コミュニケーション・カレッジ」を指します。障がいを持つ人の学びの場として、4年制の大学に見立てた学校のことです。障害者総合支援法が定める「自立訓練サービス」と「就労移行支援サービス」を組み合わせた施設で、特別支援学校を卒業後、最大4年の間にライフスキルやソーシャルスキルを学びます。

様々な技術を身に付けられるカリキュラムはもちろん、学校での経験や学びを通して自分の存在価値を見つけ、「生きる」とは何かを考えます。生徒たちが卒業後に自分自身の人生を生きることができれば、自立し認められたことになる、と話す代表の古畑さん。

コミュニケーション・カレッジの設立に向けて、まずは“障がい”を知ってもらおうと、各種イベントに積極的に参加しており、昨年10月に行われた市民活動フェスタにも参加していただきました。

古畑さんにはダウン症のお子さんがいらっしゃるようですが、自身が障がいを持つ子どもの母親になるまで障がいを持つ人と接点がなく、出産後は不安に襲われたそうです。それは、障がいについての知識がなかったからだ、と、古畑さんは当時を振り返ります。

そこで、今年にはぷろじえくとギフト実行委員会が主催で、大きなイベントを企画しています。広い会場で音楽を楽しみながら、障がいの有無にかかわらず、子どもから高齢者までたくさんの人が気軽に参加できる、お祭りのような賑やかなイベントだそうです。

そこでは、単に障がいを知ってもらうだけでなく、障がいを持つ人が社会に出て、素晴らしい製品やサービスを提供し、社会の中であらゆる人と同様に素晴らしい仕事ができる、ということを知ってもらう場所にしたいと考えているそうです。

「それぞれの立場の人たちがそれぞれの人生や仕事を持ち、それぞれの楽しみや悲しみ、生きる価値を持っています。さまざまな人が、同じ地域で一緒に暮らしていることが当たり前な社会になったらいいな」と、優しいまなざしで話していただきました。（山崎）

# 支える人たち

『NPO 法人 浅間温泉木の絆会』  
久保村 能久(よしひさ)さん

松本平を一望できる浅間温泉の大音寺山。地元住民や子どもたちのお散歩コースとして利用されています。先日、その整備に携わったNPO法人浅間温泉木の絆会の「大音寺山 みんなの山づくり実践事業」が、長野県の「地域発 元気づくり支援金」を活用して地域づくりに貢献した優良事例のひとつとして「地域振興局長表彰」に選ばれました。今回は、代表を務める久保村能久さんにお話をうかがいました。



大音寺山で記念撮影

## 一これまでの経緯を教えてください。

平成14年に大音寺山で火災が発生し大きな被害を受けましたが、その後3年間にわたり国・県・市および地元住民による被災木の処理や植栽等の整備が行われました。平成20年には、浅間温泉街づくり協議会の6団体の代表者たちが、大音寺山を大学生や留学生の思い出の地、「第二のふるさと」と思えるようにしたいと市に事業提案したことにより、「国際交流・国内交流・木の絆事業」(大音寺山に桜やもみじを植え、ベンチや四阿(あずまや)を造り憩う場所として整える計画)が始まりました。当初は地元住民で維持管理を行う予定でしたが、管理が十分に行き届いていなかったため、平成26年に浅間温泉遊歩道木の絆会を発足し、12名で遊歩道の整備や草刈り等の作業を始めました。平成28年10月にNPO法人浅間温泉木の絆会として設立認証を受け、現在27名で活動しています。

## 一大音寺山の魅力はどんなところですか？

急峻広大で幽邃絶景。今までに、500株の花の苗、2,000本の木を植えました。春には桜・ハナミズキ・ツツジ・

ハナモモ、夏はサルスベリ、秋は紅葉、冬は冬景色と、四季を通して楽しめる場所になっています。また、自然林を楽しむエリア、花木を楽しむエリア、水辺を楽しむエリアのほかに、絶景を楽しむエリアが4ヶ所あり、市街地展望台・親子の広場展望台・アルプス展望台・御殿山見晴台から絶景を臨むことができます。

## 一今後の活動についてはどのように考えていますか？

大きな整備は終了しました。今後は、維持管理を中心に活動をしていく予定です。また、大音寺山を浅間温泉の新たな観光名所にし、ウォーキング等のイベントでも利用してもらいたいと思っています。そのために周知活動にも力を入れ、口コミで広がってくれたら嬉しいです。そして、子どもや高齢者など多くの人たちが安心して歩けるように整備・維持していきたいと思っています。人力で作業を行っているため、日常の手入れが大変ですが、利用して下さる方に声を掛けていただくことがあり、それが励みになっています。「人はふるさとを育て、ふるさとは人を育む」。これを多くの人に伝えていきたいです。

誰もが楽しめる「みんなの里山づくり」を目指し、「大音寺山に大勢の人に来てもらいたい」と、熱く語っていただきました。展望台からはアルプスが良く見渡せるそうです。これからの季節は寒い季節ではありますが、雪景色を楽しみ、アルプスや松本平を眺めに、ぜひ大音寺山へ足を運んでみてください。(インタビュー：犬飼)

まつもと震災支援ネット  
交流学習会

## 福島から伝えたいこと



2011年3月11日の東日本大震災の惨事を高校生はどう受け止めていたか。その後の心の変遷を、福島県相馬高校放送局の生徒たちが製作し番組フィルムを見ながらたどる。

未来に向けて開放されていく部分、消えない記憶、福島の現状を考える。



日時：2月24日(日) 13:00~16:00

13:00~ 講演・上映

15:10~ 交流会(希望者のみ)

場所：松本市勤労者福祉センター

参加費：無料(申し込み不要)

託児：無料(要申込、未満児、2月17日(日)まで)

託児申込：まつもと震災支援ネット・伊藤(090-9806-5086)

お問合せ：松本市市民活動サポートセンター(0263-88-2988)

まつもと震災支援ネット・伊藤(090-9806-5086)

主催：松本市

主管：まつもと震災支援ネット

※詳しくはチラシをご覧ください。

【講師】

渡部 義弘 氏(福島県立高校教諭)

【アシスタント】

元相馬高校放送局所属の生徒さん

上映作品(予定)

「今伝えたいこと(仮)」「相馬高校から未来へ」  
「ちゃんと伝える」「みなみ吹く風」(若松丈太郎作、生徒朗読)、「野馬追、その心」他

## ■ イベント情報

### 第13回こどもとおとな食堂

日時：1月21日(月) 10:30~13:30

(食事希望の方は12:15までに)

会場：松本市笹賀公民館

参加費：おとな300円

こどもワンコイン(10円でも100円でも)

対象：赤ちゃんから年配の方までどなたでも

内容：おはなし会、リユースコーナー、クイズで学ぶ! 救急ワンポイント

問合せ：apple tree.matsumoto@gmail.com

HP：http://apple tree.naganoblog.jp/

主催：アップルツリー

### 健康まんまる◎広場『健康づくりのエッセンス』

日時：2月2日(土) 13:30~16:00

会場：あがたの森文化会館 2-8教室

参加費：無料

内容：健康講座『健康づくりのエッセンス』  
ワークショップ「健康標語をつくろう!」  
健康年齢ピック「自分の体を知ろう!」

申込：1月30日(水) 締切(電話にて申込み)

信州メディビトネット事務局  
0263-75-6815

(月・水・金 13:00~16:00)

主催：信州メディビトネット

### 🌸 平成30年度松本市ボランティア交流集会 🌸

日時：2月2日(土) 13:30~

会場：松南地区公民館 大会議室

内容：ウェルカムコンサート、各種ボランティアの活動発表・情報交換、  
飲みニケーション(ご希望の方)

対象：市内のボランティア活動者、ボランティアに興味のある方

募集人数：100名(先着)

参加費：無料(飲みニケーション参加者は4,000円)

申込：松本市社会福祉協議会地域福祉課ボランティアセンター

0263-27-3381へ電話か直接申し込み(伊藤・塩原・百瀬)

主催：松本市社会福祉協議会

### 🌸🌸🌸 NPOセミナー開催中!! 🌸🌸🌸

日時：すべて火曜日、10時~12時(参加費無料)

①ソーシャルビジネスとNPO法人の設立講座(終了)

②1月22日 講師：山田 勇 氏(NPO法人えんのわ)  
地域社会のためのイベントのつくり方

③1月29日 講師：山田 直美 氏(NPO法人えんのわ)  
市民活動をすすめるチームづくり

④2月5日 講師：大塚 佳織 氏(NPO法人えんのわ)  
イベントや団体を知ってもらえる広報

⑤2月12日 講師：大塚 佳織 氏(NPO法人えんのわ)  
活動を続け発展させるための資金調達

※要申込。0263-88-2988へ各講座の前日までにお電話ください。

## ■ サポートセンターより

### 地域発 元気づくり支援金 受付中

長野県では、「地域発 元気づくり支援金」により、地域づくりを实践される皆さまの活動を応援しています。

平成31年2月1日(金) 17時まで

※詳しくは県HPを参照

### プラチナサロン 2月

日時：2月14日(木) 9:30~15:00

午前の部 男の料理教室

午後の部 試食・反省会

会場：トライあい・松本

対象：おおむね55歳以上

参加費：1,500円(材料費・参加費)

### プラチナサロン 3月

日時：3月14日(木) 10:00~15:00

午前の部 介護保険制度の仕組みと  
利用方法

午後の部 ふれあいサロンに参加  
賢い消費者になるために

会場：市民活動サポートセンター

対象：おおむね55歳以上

参加費：300円(お茶代)

●こんにちは。12月からお世話になっております、田中です。たくさんの団体の方々  
が活動しているのですね。少しでもお手伝いできればと思います。よろしく  
お願いいたします。(田中)

●10月からスタッフとして皆さまの活動をサポートさせていただいております。  
様々な幅広い活動を知り、勉強中の日々です。お役に立てるよう頑張ります。  
よろしく申し上げます。(梅村)

### 新スタッフ紹介

### 冬はウォーム・ビズ

クール・ビズという言葉。もう聞き慣れてきたと思いますが、実は冬にもあります。  
その名もウォーム・ビズ!!  
そのまんまやん!!...そう、そのまんま直球勝負です。  
環境省が行ったキャンペーン、クール・ビズの秋冬版。  
適度に暖房に頼らず、摂氏20度の暖房の適温でも暖かく働きやすい取り組みを  
指すものだそうです。  
アロマテラピーの感覚を取り入れるとすれば、「夏はペパーミント、冬は蜜柑」。  
寒い冬の職場を、今年柑橘系の香りで“ほっこり”とさせてみませんか?(笠松)

### ふれあいサロン

日時：3月14日(木) 10:00~15:00

10:00~13:00 障がい者施設による販売会

13:00~14:00 生演奏での合唱

会場：市民活動サポートセンター

対象：どなたでも

参加費：無料

### 編集後記

明けましておめでとうございます。12月中旬の気候が嘘かのように、信州の冬らしいお正月となりましたね。今年の干支はイノシシ。私の親族には、伯母・母・父方の従弟・兄・母方の従弟・従弟の子と、6世代にわたって年男・年女がいます。私も負けずに猪突猛進していこうと思います。  
NPOセミナーを皮切りに、サポセン主催事業が続きます。今年もよろしくお祈りいたします。(草間)