

サポートセンター通信

No. 57

発行日：平成27年5月15日 第57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

平成27年度事業計画

今年9月で市民活動サポートセンターは開館10周年を迎えます。6月には登録団体アンケートを実施し、今までの10年をふり返ると共にこれからについて考えます。現在「協働の指針」の見直しも進行中です。これを記念し秋には10周年記念のフォーラムを開催する予定です。さらに、この10年に皆様からお寄せいただいた活動情報やチラシ、新聞のスクラップなどを整理し「まつもと市民活動アーカイブ」を構築していきます。

～今年度講座・交流会の事業をご紹介します～

★市民活動講座

NPO設立のための事業計画や資金計画の立て方を学ぶ基礎講座。実践力を身に付けるためのスキルアップ講座では、広報、資金調達、会計・税務等、“かゆいところに手が届く”学習会を企画中。

★傾聴ボランティア養成講座

プラチナ世代支援講座として、「プラチナサポーターズ松本」との共催により7月に開催決定。初心者でも参加できる実践編を開催します。

★ふれあいサロン 7/9, 10/3, 12/10, 3/10

障がい者就労支援施設の情報共有を目的に、販売会と併せて、職員と利用者の交流をします。

★プラチナサロン「プラチナ世代の地域デビューを応援」 毎月第2木曜日（8月は第3）10:00～15:00

「プラチナサポーターズ松本」の講師による講座と仲間づくりの交流会。

★ヤングサロン「まなび場+しゃべり場」

市内NPOから講師を招き、松本のまちづくりに懸ける思いを聴き交流し、若者目線でまちづくり・地域づくりを考えます。

★しみんサロン「官民協働の地域づくり」

共通のテーマに取り組む団体が課題解決に向けて意見交換とネットワークづくりを進めます。昨年からの継続の「観光」「生物の多様性」に加え、新テーマ「若者の自立と必要な支援」についても計画中です。

市民活動フェスタ ぼくらの学校2015 10月3日（土）、4日（日）あがたの森文化会館にて開催！
〈第1回実行委員会 6月3日（水）19:00～20:30〉ブース出展を希望する団体は実行委員会に出席してください。

第3回プラチナフォーラム「プラチナ人生を豊かに生きる」

プラチナ世代の皆さんが培ってきた豊富なスキルと経験をまちづくりや市民活動に生かしていただくきっかけとして、実行委員会主催「第3回プラチナフォーラム」が3月14日（土）に総合社会福祉センターにて開催され、約110名の参加がありました。

基調講演では、NPO法人プラチナ・ギルドの会理事長の奥山俊一氏を講師に「仕事の人生から“人生の仕事へ”という演題でご講演いただきました。「何かを始めたいと考えていたら、まずは一步を踏み出すこと。私は社会を変えたいとNPOで行動を起こした。世の中のこ



とを非難しているだけではだめだ。」と熱く語られました。感銘を受けた参加者の1人は「仲間が集まると世の中の批判ばかりになりがちだが、

今日は元気をもらった。まず一步を踏み出した」と語っていました。

後半の交流会はウェルカムコンサートで幕開け。昨年からの練習を

重ねたプラチナコーラス隊が「見上げてごらん夜の星を」「故郷」を披露し、「花は咲く」を会場の皆さんと大合唱し会場は一つに。その後の、ワールドカフェでは「人生の仕事」について様々な思いや考えが活発に出されていました。

参加者アンケートでは、「プラチナサポーターズ松本の活動発表に感動し一步踏み出す後押しをされたような気がする」との感想を多くいただきました。プラチナ世代が更なる活動の場を広げるきっかけづくりのフォーラムになりました。



さぼせん日記

4/4 松本ホテル^{まなび}学会 報告会

ホテル学会の2014年度活動報告会が開催され、市内各地域のホテルの発生状況について、学会メンバーより報告がありました。今年は子ども会員による夏休み一研究の発表もあり、子どもから大人まで一緒に関われる活動に発展しています。ホテルの光を守ろうという共通の思いは、一層輝きを増していきそうです。



4/7 しみんサロン・観光編 (第3回)

リピーター向け・滞在型観光を楽しむ新たな「ものごと」を作ろうと、市関係課とボランティアガイドの皆さんが情報を持ち寄りグループワークを進めています。



松本の歴史を極めると外国人にお勧めの2つのグループに分かれてコースを検討しました。現地の確認をしながら実際の観光ルートとして完成させる予定です。

4/9 プラチナサロン

午後の交流会では、日本笑いヨガ協会リーダー吉澤浩子さんを講師にお迎えし笑いヨガを体験しました。まずはジェスチャーを付けて参加者全員の自己紹介。続いて全員で振り子を再生し「いいずら、いいずら、イェー」と大絶賛。目から鱗、涙が止まらない、兎に角笑いっぱなしの交流会でした。



4/28 託児ボランティア講習・交流会

サポートセンターに登録する託児ボランティアの皆さんの研修を兼ねた交流会がありました。本と子どもの発達を考える会事務局長でJPIC 読書アドバイザーの豊嶋さおりさんを講師に絵本の読み聞かせや、簡単な工作を学びました。大人も楽しめる全員参加型プログラムに、時間が経つのを忘れて熱中しました。



支える人たち

～ふれあいマーケットボランティア 藤枝 紀祥さん 藤井 猶子さん～

ふれあいマーケット事務局
(NPO 法人てくてく)
Tel: 0263-34-0611

市内の障がい者就労支援施設が手作り品等の販売を行う「ふれあいマーケット」は、2005年松本市役所東庁舎にて第一回目が開催された。2年後に迎えた市制100周年の年からボランティアとして関わる藤枝さん、藤井さんにお話を伺った。



—どんなきっかけでボランティアを始めたのでしょうか。

藤枝：松本市の市制100周年の時、NPO 法人てくてくの桑原さんの「市役所内でマーケットをやりたい」という意気込みに賛同して関わりだしたのがきっかけです。

藤井：私は、てくてくのお店の前にボランティア募集の張り紙があったので「ぜひやりたいです」と入っていったのがきっかけです。

—ボランティアを始めてみて変化はありましたか？

藤枝：ボランティアが主体的に活動できていて、特に行政と関わるようになってからは役所が身近に感じられるようになりました。いろいろな人と出会い、障がいを持つ方の社会参加について考える機会も増えました。

藤井：私は孫の二人が発達障がいなんです。だから定年後は施設でのお手伝いをしたいと思っていました。活動を通して接し方が分かってきたり、障がいといっても様々な分野のサポートがあることも知りました。

—ご自身の身近な関心からのスタートだったんですね。

藤井：障がいについて他人に聞いてみても誰も教えてく

れないし、他人から聞いたことは実際と違うこともある。

だから、自分で見聞きしたことを息子やお嫁さんに教えてあげたいと思っています。

—活動を通して印象に残っていることはありますか。

藤井：以前、利用者さんが計算作業を終えた後「心配なくできたね」と声をかけたら、帰りに丁寧なお礼を言われたことがあるんです。普段きつい態度をとられることもあるからか、何気ない言葉にも優しい言葉が返ってくるんですね。私自身含め、周囲の人がもっと障がいのある人に優しくならなきゃなと思いました。

—これからどのように活動していきたいですか。

藤枝：これからも、障がいのある方が楽しく参加できる場所を続けていきたいですね。

藤井：変わらず元気に、一日でも長くお手伝いできればなと思っています。

変わらず続けていくということの大切さを感じました。(インタビュー：なかがわ)

松本政経塾

Fax : 0263-36-4691 (代表 : 北原 修)
E-mail : info@msjuku.com URL : http://msjuku.com

勉強会のようす(→)

松本政経塾は2008年に発足し、「地域から日本を変える!」と銘打って地域の活性化、発展について学び議論する活動をしている。2012年には「幸福論先進国ブータンより学ぶ 松本市における松本市民総幸福(GMCH)プラン」を作成した。プランの結びには「出来るだけ普遍的、即ち「今」も幸せを実現でき、「未来」も幸せを得ることができる永続的なアクションプラン」とあり、現在も地域生活を豊かにするための取り組みを続けている。今回は、立ち上げ人であり塾長の北原修氏に発足の経緯と最近の活動について話を伺った。

「青年会議所で活動していた時代、東京にいる友人と会ってショックを受けました。彼らは仕事で新しいビジネスモデルを考えたり、海外進出を狙ったり、非常にアクティブだったんですね。それに比べて松本は横の連帯は強くても、何かを変えていくことについては緩慢に思えました。情熱の部分で、地域間の格差を感じたんです。人を育てる必要性を強く意識したのはその時です。」と話す北原氏。大学時代は友人たちと知っていることについて

て順番にレクチャーをしては議論をする政策サークルを結成していたそうで、身近なことをテーマに据えて共に学びあっていく姿勢は今も塾の活動の基軸をなしている。



「最初は多くの人を呼ぼうと有名人を呼んで講演会をしたこともありましたが、あまり学びの実感が湧かなかったというのが正直なところ。そんなとき感じたのは、地域のことは地域の人が一番実態に根差した知識、経験を持っているということでした。僕が目指したのは、この地域の人々の知識や経験をシェアする場づくりでした。僕自身多くのことを教えてもらいました。」

現在は、高齢者の交流、居場所づくりを支援する「シルバーカフェ」や、「学生の起業支援」など、活動で得た知識を多岐多層にわたるサポートに役立てている。これらの活動を全国に発信したいと夢を描く。今後の活動も注目である。(いしだ)

未来サポート会

Tel : 090-9667-6423 (代表 : 青木 孝子)
E-mail : prof.takako@mbj.nifty.com

インタビューに答える青木さん(↓)

未来サポート会は、県が認定する「しあわせ信州婚活サポーター」の有志10名で構成される。松本地域のサポーターが集まり昨年7月に立ち上げた。結婚を希望する登録会員の親のマッチングやセミナーを行うことで婚活のお手伝いをする。設立して1年にも満たないが、登録者はすでに男性約50名、女性約35名いるということだ。

代表の青木さんはマナー講師として活動する中で婚活サポートの必要性を感じ、県の認定サポーターを経て「未来サポート会」の設立から会に参加、現在は代表となっている。長野市の認定サポーターが開く親向けのセミナーを行ったところ、定員の40名を超える申し込みがあり、結婚を望む気持ちや結婚に対する不安は子どもより親の方が強いことが分かった。そこで当会においても親向けのセミナーを開催すると、会を重ねるごとに申し込みの数が増え、活動が多くの人にますます求められていると感じている。会の運営がまだ確立されていないため、現在は親向けのセミナーは行わず、定例会で課題や方向性の整理と、マッチングからカップルの行く末をサポートしている。

青木さんはマナー講師の知識を生かし、登録会員の方が二人で会って話をする際のマナーについてアドバイスすることもある。マッチングの際の悩みは、登録



者におとなしい方が多く、コミュニケーション不足からお互いのことが分からないままになってしまうこと。「人と関わるといことはまず相手の気持ちを考えること。マナーやコミュニケーションはここから始まる。」と言う。

当会のサポーターは、「登録者の方もその親御さんも真剣だから何とか力になりたい。そして1組でも多くのマッチングが成立して、親御さんもお子さんも幸せになってほしい。」という熱い思いで活動している。今までは先に親同士が会うことを行っていたが、結婚する本人の気持ちや相性が大切であることから、今後は秋頃から結婚を望む本人同士のマッチングの場を設定する予定だ。

(おち・やまぎき)

INFORMATION : お申込み・お問合せは各団体に直接お願い致します。

イベント・募集情報をお寄せください。

サポートセンター通信やホームページで、市民活動のイベント情報や募集情報などをご紹介します。

ニュージーランド教育フェア 2015in 信州【松本会場】

ニュージーランドのクライストチャーチから Christchurch Educated が来日し、グローバル人材育成構想と連携した「教育フェア」を2日間開催します。

- ◆日 時：5月19日(火)
- ◆会 場：松本市あがたの森文化会館 ほか
- ◆講 師：カイアポイ高校校長 ブルース・キアーニ氏
信州大学人文学部副学長 笹本 正治 教授 他
- ◆問合せ：信州大学産学官・社会連携推進機構
(担当：鳥山) TEL:0263-37-3530

第10回「渡来人まつり」協賛イベント 日韓交流 白磁のこころ展 in 松本

2012年、映画『道一白磁の人』の浅川巧が窯跡調査に通った京畿道広州市分院の伝承作家たちの作品を展示します。

- ◆日 時：5月18日(月)～27日(水)
- ◆会 場：蔵シック館
- ◆問合せ：蔵シック館 0263-36-3053
信州渡来人倶楽部 090-1691-4485

松本城を中心としたまちづくりを考える会

「松本城三の丸地区」の魅力あるまちづくりに向けて作成した整備方針について説明を行い、「交流が生まれるまちなか居住」をテーマに意見交換を行います。

- ◆日 時：5月27日(水) 18:30～20:00
- ◆会 場：大手公民館大会議室 ※駐車場はありません。
- ◆料 金：無料
- ◆問合せ：松本市役所 都市政策課 都市計画担当
TEL:34-3251 (直通) FAX:33-2939
E-mail:toshikei@city.matsumoto.nagano.jp

松本断酒会 例会・家族会 参加募集

飲酒による酒害を克服し、会員および家族が相互に理解・協力し合えることを目的に、例会や研修会を行っています。

- ◆日 時：松本断酒会 家族会
5月20日(水) 19:00～21:00
松本断酒会 例会(当事者対象)
5月27日(水) 19:00～21:00
- ◆場 所：あがたの森文化会館
- ◆問合せ：松本断酒会
TEL/FAX: 0263-87-3834 (代表：徳久)

アルプス公園東口駐車場 フリーマーケット

- ◆日 時：5月30日(土)・6月6日(土)
10:00～14:00 ※雨天中止
- ◆会 場：アルプス公園東口駐車場
- ◆出 店：屋外・芝地駐車場テント、タープ使用可。
車出店1500円。無料駐車場あり。
- ◆問合せ：フリマネット信州
TEL:090-9664-5510
HP: <http://furimanet.com/>

シニア世代のためのセルフケア ～自分の身体の調子を自分で整える方法～

- ◆日 時：6月16日(火) 10:00～12:00
- ◆会 場：松本市市民活動サポートセンター
- ◆講 師：アロマ健康サロンメリッサ 骨格アロマ
足つぼセラピスト 清水 ひろみ 氏
- ◆参加費：LDC会員500円 一般1000円
- ◆申込み：NPO法人ライフデザインセンター
松本事務所 TEL/FAX:0263-46-2020

持続可能な地域づくり(公民館ステップアップ講座)

持続可能な社会や地域をつくるため、地域における協働推進を目指す方々のスキルアップ講座です。

- ◆日 時：6月16日(火) 9:40～16:00
- ◆場 所：長野県生涯学習推進センター
- ◆講 師：NPO法人SCOP 理事長
鷺見 真一 氏 他
- ◆申込み：長野県生涯学習推進センター
TEL:0263-53-8822 FAX:0263-53-8825
E-mail:shogaigakushu@pref.nagano.lg.jp

新スタッフ紹介

はじめまして、滝澤です。4月からサポートセンターの一員となりました。みなさんの活動のお役に立てるよう、ベテランスタッフと一緒に頑張ります。どうぞよろしくお祈りします。(滝澤課長)

編集後記

今年の桜の開花は例年に比べ早く、松本城の桜も4月中旬には見頃を迎えました。松本の短い春が過ぎ早くも夏の日差しを感じる今日このごろ、体調を崩しやすい時期ですので風邪などにはお気をつけください。(なかがわ)