

# 松本市市民活動 サポートセンター通信 NO.30

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  
E-mail：support-center@support-center.jp  
URL：http://www.support-center.jp

## プラチナ世代の相談窓口「とまり木」

### 10月1日 サポートセンター内にオープン！！



このたび市民活動サポートセンターでは、「社会で何かしたい」「お役に立ちたい」という、“プラチナ世代”の持つ

社会貢献意識やチャレンジ精神を社会に結び付け、今まで培ってきた豊富な知識や経験・技能を生かすため、相談窓口「とまり木」を開設しました。

さまざまな地域活動やサークル活動などを紹介し、地域づくりや仲間づくりのアドバイスをします。

どうぞプラチナ世代の皆さん、気軽にお越しください。

#### ★団体情報をお寄せください。

職員や活動仲間などの人材を求めている団体、また、イベント等への参加者やボランティアが必要な団体は情報をお寄せください。

#### ◆プラチナ世代とは…

おおむね55歳以上の方で、シルバーでもゴールドでもなく、歳月を重ねても色あせることなく輝き続ける元気なシニア世代をいいます。

#### ◆相談窓口は…

市民活動サポートセンター内（大手事務所2階）

#### ◆相談日時は…

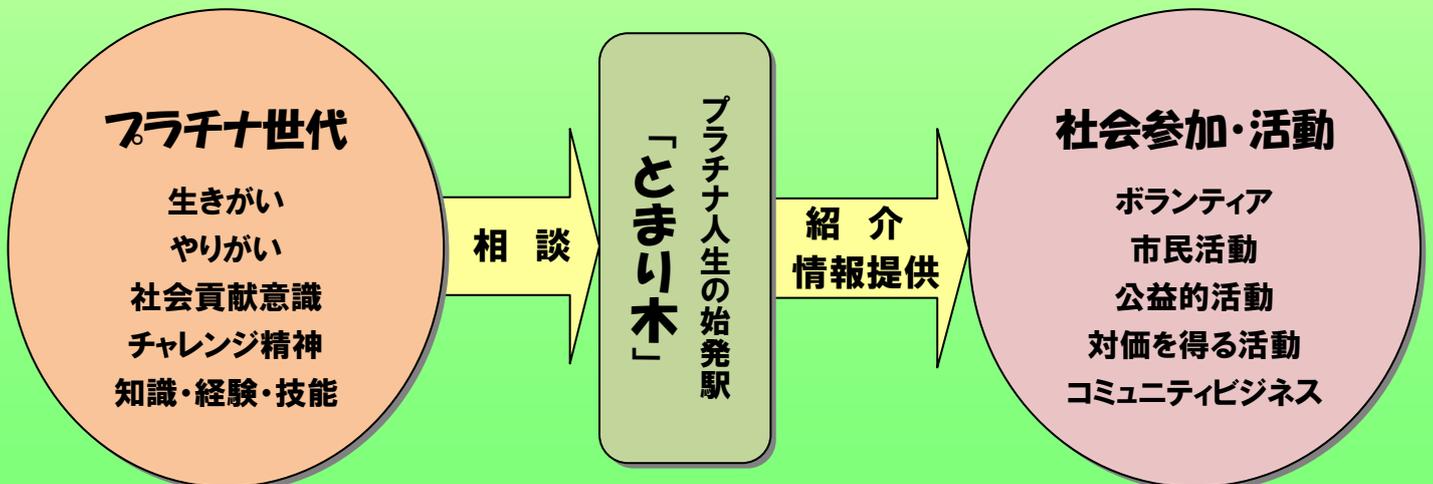
平日の午前8時30分から午後5時まで

#### ◆窓口の主な機能は…

- ① プラチナ世代の方々のメンバー登録
- ② 市民活動団体（サポートセンター登録団体）の紹介
- ③ ボランティアセンターやシルバー人材センターなど関係機関の紹介と連絡・調整
- ④ プラチナ世代の人材を必要とする活動や情報の収集と発信

#### ◆問い合わせは…

市民生活課協働推進係まで  
<電話> 34-3264  
<FAX> 88-2988



#### ■これからの取り組みは…

- ・プラチナ世代支援セミナー（仮称）の開催（12月頃予定）
- ・登録メンバーと市民活動団体とのお見合い（マッチング）（1月予定）



# Close up

このコーナーでは、松本市近郊でさまざまな活動をしている団体をご紹介します！！  
今回お話をうかがったのは、「信州アディクションセミナー」と「松本自己教育の会」の両団体です。

## 信州アディクションセミナー

◇連絡先 TEL:090-9666-2507 (中山)  
E-mail:shinshu.addiction.seminar@gmail.com  
URL:http://sa-semi.net

信州アディクションセミナー共同代表の中山進さん、理美さんにお話を伺った。

信州アディクションセミナー（以下SAS）は、お二人が呼びかけ人となり平成22年4月に設立され、現在会員は17名いる。

依存症（アディクション）に対する行政や医療の対応が遅れている現在、実際に機能しているのは、当事者たちでつくる「自助グループ」である。ただ、初めての人も参加しやすいよう名前や顔を出さないのが、依存症の自助グループである（断酒会を除く）。そのため、自助グループの存在を知らない人も多い。「自助グループの団体が集まるセミナーを開き、多くの人に団体の存在を知ってほしい。セミナーを開催することでグループが活発になっていけば」との思いで設立された。

また、理美さんには、未成年の飲酒を予防したいという強い思いもある。中・高校生からの

飲酒は、心身に与える影響が大きい。薬物依存の入り口となる問題飲酒につながりやすいため、子どもを飲酒から守りたいとの思いがある。

今年9月には、初めてのセミナーが開催された。今後も年一回くらいのペースで開催していきたい、また、相談会やお話会など、メンバー同士で勉強会も企画したいとのことである。

SASでは、来年のセミナーに向けて実行委員を募集中である。「当事者はもちろん、医療に携わっている人、関心のある人、依存症についてわからない人などもぜひ参加してほしい。一人で悩まないでほしい。本人だけでなく家族も苦しんでいるし、家族も参加できたら早く解決できる。依存症は病気である。時間はかかるかもしれないが治療をすることで回復できるものである。」これは、中山さんの強い思いである。

## 松本自己教育の会

◇連絡先 TEL/FAX:0263-46-1578  
(代表：山田 榮一)

松本自己教育の会代表の山田榮一さん、会報編集長の稲田晃さん、カメラマンを務める宮川弘さんの3名にお話を伺った。

松本自己教育の会は、「依存的な自己」から「自律的な自己」へと成熟していくために学び続けることを目的として、平成22年5月に設立されたばかりの新しい市民サークルである。

現在、会員は10名で、主な活動内容は、自主学習会や講座の開催、会報の発行などで、これらを通していかに自己を教育するかについて学習している。学習会では、主体的な行動を生活習慣化するにはどうしたらいいかなどをテーマに、自ら考え、自ら発信し行動することに力点をおいている。また、会員同士と語り合うことで親睦を深め、人間性を豊かにするために学習し、生涯学習に関心のある方たちへ向け、中央公民館と協働で講師を招いて「松本市民教育講座」を毎月1回開催している。このよ

うな学習会や講座で学び合った内容や会員それぞれの考えなどを盛り込んだ会報を毎月発行している。

松本自己教育の会は、スタートを切ったばかりなので、現在は学習会などを通じて会員が心をひとつにし、お互いに刺激し合い、学び合い、自己を深めている最中だと山田さんは語る。今後、松本自己教育の会がどのように展開されていくか期待の広がるサークルである。



学習会のようす

### 「松本市民教育講座」のご案内

会場：中央公民館

【第5回】日時：11月20日（土）午後2時～4時

・いかに学ぶか ～家庭・学校・社会～

【第6回】日時：12月11日（土）午後2時～4時

・脳科学ブームとの正しい付き合い方 早期教育

## 地縁と志縁の連携…活発に市民活動フォーラム開催！！



ワールド・カフェのようす

去る10月1日(金)、松本市音楽文化ホールで市民活動家など約60名が参加者し「市民活動フォーラム2010」が開催された。今年、東京から招いたNPO法人エコ・コミュニケーションセンター代表理事の森良さんの基調講演を柱に、町内公民館と市民活動団体の事例発表や「ワールド

・カフェ」というグループワークも行われ、「もっとみんなが家から出て、まちや人に会おうにはどうしたらいいか」といったテーマで活発な議論が展開された。

「男は過去の栄光にすがるのはではなく、昔の肩書を捨てる必要がある」といった自省的な意見や「家族同士や夫婦単位でのつきあいを基に社会参加したら」とか「回覧板を持って行ったときに一声かけたら」などといった具体的な意見も出され、会場は元気な声に満ち溢れていた。「非常に楽しかった。またやってほしい」といった声も聞かれ、今回のフォーラムを機にさまざまな地縁型団体と志縁型団体の連携が進み、住民主体の地域づくりにつながっていけば素晴らしいことだと感じた。(Y)

### シリーズ③ 『支える人たち』

#### ～松本山雅FC 試合運営ボランティア「TEAM VAMOS」～ マネージャー 風間 敏行さん



第3回目は、サッカーJ2入りを目指し、アツい戦いを繰り広げている「松本山雅FC」です。松本山雅FCのホームゲームを運営するにあたり、多くのボランティアの方が活躍しています。今回は、ホームゲーム運営ボランティアTEAM VAMOSのマネージャにお話を伺いました。

— TEAM VAMOS の設立にいたった契機を教えてください。

2004年に松本にプロサッカーチームをつくらうと、NPO法人アルウィンスポーツプロジェクトが設立されました。その中で、松本山雅のファンクラブであるVAMOS会員(現在のガンズサポート会員の前身)の制度をボランティアのメンバーが作りしました。2005年に「アルウィン2000人プロジェクト」という観客動員のプロジェクトを計画し、休日にビラを配ったりと集客のため色々な工夫をしました。ただ、観客を集めるとなると、運営するうえでも人が必要となり、VAMOS会員制度を作ったメンバーで、ボランティア組織“TEAM VAMOS”を発足しました。

— 設立当初からいろいろな苦労があったと思いますが…。

まったく運営のノウハウなどがないので、Jリーグなどの試合運営を参考にしてゼロからつくっていきました。当時は、駐車場誘導やグッズ販売、DJにいたるまで全てボランティアでやっていました。観客が増えて、運営組織も大きくなってきた今では、駐車場の誘導、警備員などは、委託するようになりましたが、まだ、チケットもぎりやグッズ販売など、多くの部分をボランティアの力に頼るところが大きいです。

— 現在のメンバー数はどのくらいですか。

110人くらいですね。JFLに昇格した今年は倍増しました。近年、学生や主婦の参加が増えてきました。なかには「若い人が頑張っているから私も貢献したい」という70歳の方も参加しています。老若男女を問わずといった感じですね。今後、Jリーグの加盟を目指していくうえでは、200人くらいのメンバーが目標ですね。

— メンバーの心構えとして大事だと思うことは何ですか。

山雅が好きで集まってくれたボランティアですが、ホスピタリティーを持って活動して欲しい。実際、そういった意識が根付いてきたと思います。勝負の世界ですので、勝った負けたでお客さんの満足度が変わってくることは仕方ないですが、来ていただいた人には、何か持って帰ってもらえるようにおもてなしできればと思っています。俗にボランティアといいますが、ボランティアという名前の仕事はなく、実際にはチケットもぎりやグッズ販売といった具体的な仕事です。試合中はその仕事に専念する意味も込めて、「仕事中は観戦してはいけません」というルールを定めています。その代わりに、メンバーの交流を兼ね車を出し合せて、アウェイの試合の応援にみんなで行ったりしていますが…。(笑)

— 最後に、一言メッセージをお願いします。

ボランティアスタッフに、「衣・食・住・山雅」と、山雅は生活の一部と豪語する人がいます。まだ松本には、スポーツ観戦というエンターテイメントの土壌が少ないと思います。これから松本山雅の盛り上がりを通して、松本が活性化するように頑張っていきたいと思っています。

(K)



ボランティアによるグッズ販売

## イベント情報をお寄せください。

センター通信やホームページで、皆さんのイベント情報や募集情報などをご紹介します。  
皆さんから、たくさんの情報をお待ちしています。



### NPO広報入門セミナー

みなさんのNPOは効果的な広報を行っていますか？このセミナーでは、最初に静岡大学教授でライフサポートセンターしずおか会長の日詰一幸氏の講義を聴き、その後に参加者の皆様に広報に関して課題だと感じていることを出していただきディスカッションを行います。難しく考えず、普段思っていることをざっくばらんに話して解決策を探しましょう。

- ◇日時：11月26日（金）13:00～16:30
- ◇場所：松本市中央公民館 会議室3-1  
（松本市中央1-18-1 Mウィング内）
- ◇対象者：NPO法人等公益的な活動を行う市民団体
- ◇参加費：無料
- ◇締切：11月18日（木）  
※定員30名に達し次第締め切ります。
- ◇問合せ：長野県企画部生活文化課  
NPO活動推進室 担当：矢澤  
TEL:026-235-7189 / FAX:026-235-7258

### 松本山雅FC 試合運営ボランティアスタッフ募集

松本山雅FCを運営するアルウィンスポーツプロジェクトでは、ホームゲーム開催日に試合運営を支える『TEAM VAMOS（チームバモス）』のメンバーを募集しています。

- ◇条件：男女不問。高校生以上の方。  
※研修会に1回以上出席可能な方
- ◇申込み：アルウィンスポーツプロジェクト事務局（丸山・三村）  
TEL:0263-46-9500（平日10:00～16:00）  
又は下記 松本山雅FC公式ホームページ  
URL:<http://alwin.org/> から

### ♪サポートセンター新スタッフ紹介♪

- ◇ まだまだ経験未熟で、分からないことばかりですが、皆様のお役に立てるよう日々邁進していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。（五名美恵）
- ◇ 入ったばかりで皆様に教えていただく事の方が多いかもしれませんが、よりサポートセンターが身近な場所になるように頑張っていきたいと思っております。（作田玲子）

### 青少年のカウンセリング体験継続講座

この講座は若い皆さんにカウンセリング・マインドを学んでいただき、人の心を感じ、人も自分も大切にできるようになるための講座です。第7回目は、日本で唯一の1級カウンセラーである松本文男先生から世界最先端の精神疾患治療の現状についてお話しを聴いたり、カウンセリングを体験したりします。

- ◇日時：11月23日（火）10:00～16:00
- ◇場所：浅間温泉文化センター 2階会議室  
（TEL 0263-46-2654）
- ◇参加費：2000円（昼食代含む）
- ◇申込み：NPO法人長野県カウンセラー協会（齊藤）  
FAX:0263-99-2726  
TEL:090-5495-6243（19時以降）  
E-mail:rs05-beta.saito@docomo.ne.jp

### 市民活動団体向け融資のご案内

#### ～NPO夢バンクのご利用を～

市民活動団体の設立や組織運営のため、資金が必要なことはありませんか？松本市では、特定非営利活動法人NPO夢バンクを通して資金の貸し付けを行っています。ぜひご利用ください。

- 期間：3年以内（連帯保証人2人必要）
- 金利：年利2%～3%
- 対象：長野県内に主たる事務所を置く非営利組織（法人格の有無を問いません）
- 使途：立ち上げ資金、運転資金
- 融資額：上限300万円（立上資金は100万円以内）

★お問い合わせ…  
NPO夢バンク（TEL:026-269-0015）へ

### ☆ 編集後記 ☆

最近、朝晩の冷え込みが一段と厳しくなってきましたね。と同時に、まわりの木々が鮮やかに色づき、美しい紅葉の季節となりました。サポートセンターのまわりもナナカマドやイチョウが色づいていて、とてもきれいです。これから冬にむかい、寒さもますます厳しくなっていますが、皆さんどうぞお体に気をつけて、残りわずかとなった2010年をお過ごしください。（よ）