

市民活動フェスタ2014in松本 からだで体験。あたまで発見。「ぼくらの学校」
 ～きっと見つかる！まなびのアドベンチャー～

今年の市民活動フェスタ「ぼくらの学校」は、48団体が参加して、展示・ワークショップ・講義・販売などで活動を紹介します！

異分野団体と交流できる「またとない機会」です。皆さんのご来場をお待ちしております！

今年4月にスタートした若者による社会貢献活動グループ『ヤングサポーターズ』は、初参加のぼくらの学校にて、ステージ発表とワールドカフェを開催します！みなさんに楽しんでいただけるよう、若者のアイデアとパワーで張り切って準備しています。どうぞお楽しみに！

ヤングサロン企画

ワールドカフェ

(16:15～18:00)

テーマ

「松本のススム道
 ～若者に期待すること～」

R1“松本のイメージは？”

R2“三ガク都を活かしていくには？”

R3“若者に引き継ぎたいこと”

ステージ発表

(13:30～15:30)

・マルバツクイズ

・伝言ゲーム

・手話コーラス

・演奏



ファシリテーター実践講座 ～ちょっとした工夫で実りのある会議に～

組織の定例会議や地域の会合、異なる立場の人が話し合う協働のための会議など、様々な会議の場面で進行を担うファシリテーターの重要性が増しています。

会場：松本市民活動サポートセンター

講師：傘木宏夫氏 (NPO 地域づくり工房代表)

対象：サポートセンター登録団体、公民館、福祉ひろば等、地域で活動する方など

定員：30名 (先着順) 参加費：無料

申込み：サポートセンターへ ※11月1日より受付開始

日程と内容：

<会議編> いずれも 19:00～21:00

【第1回】11月27日(木)

講義：会議の種類に応じた運営の工夫

【第2回】12月4日(木)

演習：会議運営の悩みを交流しよう

【第3回】12月11日(木)

講義：ファシリテーターの役割と実践

<ワークショップ編> いずれも 10:00～12:30

【第4回】2月7日(土)

演習：組織の「資源」を引き出す

【第5回】2月14日(土)

演習：計画につなげるワークショップ



傾聴ボランティア講座

～お話し相手のボランティア始めてみませんか？～

初心者大歓迎！すでに傾聴ボランティアとして活動している方はフォローアップに！プラチナサポーターズ松本、松本市社協ボランティアセンターとの共催で開催します。



会場：松本市民活動サポートセンター

講師：西澤聖長氏 (長野いのちの電話事務局長)、他

対象：プラチナ世代の方

定員：30人 (先着順) 参加費：1,000円 (資料代)

申込み：サポートセンターへ ※受付中

日程と内容：

いずれも 10:00～15:00 (昼休憩あり)

【第1回】10月3日(金)

講座ガイダンス、自己理解・他者理解

【第2回】10月10日(金)

「地域で支える認知症」/講師：八田桂子氏
 (グループホームひだまりの里代表)

ボランティアの役割/講師：松本市社協

【第3回】10月31日(金)

自分の気持ち・アサーティブな考え方

【第4回】11月5日(水) 講座ふり返りと交流

サポセン日記

8/14 プラチナサロン「男子厨房に入る」

この日の講師は、料理歴6年の古畑芳孝(65)さん。料理教室に通いながら書き溜めた自作のレシピ本6冊を持参し、料理の楽しみ方や料理を通して変わった人生観などについてお話くださいました。最近は厨房に立つことも増えたとか。和食の出しの味が分かるようになり、得意料理のう巻きはご家族の評判も良いそうです。料理は頭を使い、指先を使い、認知症予防にも役立つのでチャレンジして欲しいと勧めていました。座学の後は、細野麗さんの健康体操で体を解し、交流を深めました。



9/10 ぼくらの学校フラッシュモブ練習

今年のぼくらの学校では、ダンスフラッシュモブ(街頭で複数の人々が突然ダンスを踊り出す)を実施することになり、実行委員のメンバーがAKB48の「恋するフォーチュンクッキー」の振り付けを練習しました。音楽に乗って手と足の動きを合わせるのに四苦八苦(汗)当日は、子どもからおとなまで、若者も、プラチナも、ダンスで一体になれるといいですね!



9/11 プラチナサロン「男だってソーイング」



8月に続きイケテル男子を目標に、ミシンに挑戦。ミシンのおじさんこと池田通信(65)さんを講師にお招きし、プラチナサロンのユニフォームのエプロンを制作しました。62才の男性は小学校以来、66才の男性にあっては裁縫の経験なしという状況でしたが、女性陣のアドバイスを受けながら「ミシンも面白いねえ」と熱中している様子は、とても素敵でした。10月のプラチナサロンでは、お揃いの緑のエプロンで皆さまのお越しをお待ちしています!

支える人たち

～松本大歌舞伎市民サポーター 太田 佳奈さん～

まつもと歌舞伎実行委員会
(事務局 松本市役所文化振興課)
Tel:0263-34-3293

7月20日から連日開催され、多くの来場者で賑わった信州まつもと大歌舞伎。市民サポーターとして大歌舞伎を裏で支える太田佳奈さんにお話を伺いました。

—市民サポーターを始めたきっかけは何ですか?

まつもと大歌舞伎は今回で第4回目の公演になりますが、第1回目の公演は観客として見に行っただけです。その時にボランティアの方々が楽しそうだったのが印象に残っていて。その後2回目があることを知り、応募したのがきっかけです。

—ボランティアで公演に関わってみてどうでしたか。

舞台裏に立ち会うことで「こうやってつくっていくんだな」ということが分かったり、役者さんの張り詰めた緊張感も関わってみなければ味わえない。やはり1度目の鑑賞とは見え方が変わりましたね。

—市民サポーターはどんなことをするのですか?

私は今回機材担当なのですが、席案内やおみやげの配布、演出の片付けなどしています。

—会場はとてもいい雰囲気、ボランティアの皆さんが楽しんでいるのが伝わってきます。

歌舞伎自体あまり身近なものではなく、勝手がわからないこともたくさんあるので、役者さんやお客様に失礼のないようにと気をつけています。でも自分自身

も楽しまないと笑顔になれないので、まずは自分から楽しもうと思ってやっていますね。1年おきにお会いするボランティアの方と挨拶を交わすこともあり、いろいろな人とのつながりを感じられますし、役者さんや県外のお客様から「松本に来てよかった」という声をきくと、松本が愛されているのを感じ嬉しくなります。

—ボランティアを通して感じたことや変わったことはありますか。

楽しそう、やってみようかな、から始めて、一度参加するとまたやってみようという気持ちになって。以前は人との関わりが苦手でしたが、思いきってボランティアに参加した事で多くの人と出会い、人との関わりや繋がり大切さを学びました。

サイトウキネンのボランティアにも参加しているという太田さん。今では、ボランティア参加に躊躇していたのが不思議なくらいです、と笑顔で話す姿が印象的でした。(インタビュアー：なかがわ)



Close Up!

松本性を語る会

Tel : 090-1869-1981 (代表 後藤 裕子)

「松本性を語る会」は、あがたの森青少年の居場所に併設する「まちかど保健室」の相談員後藤裕子先生が中心となり1990年に設立された。10数人の小さな集団だが、子ども達の未来のために、学校の性教育を高めたいという先生の熱い思いに賛同した学校関係者、保護者が集まり、さらに、子どもの性教育は学校だけの問題ではないと、医療関係者や弁護士も加わり活動する。

全国組織「“人間と性”教育研究協議会」の基本理念「科学・人権・自立・共生」を柱に様々な“性”を認め合って、性に関して自分らしい生き方を皆ができることを目指す。性同一性障害・同性愛などのマイノリティ、ジェンダー、また思想、人種、障がいでの差別について勉強をし、共生できる社会について語り合う。

現在、活動の中心は子ども達の性教育。貧困・競争・格差などの生きづらさを抱えた子ども達が、過剰な性情報にさらされて道を踏み外してしまう現状に「これは子どもが悪いのではなく、貧困に巻き込み、自然にわかるだろうと

教材を説明する
後藤先生(→)



放置し、性教育をしてこなかった大人に責任がある。」と、養護教諭の経験がある

先生は強く語る。おとな達が手助けをし、正しい知識を身に付けて自分を守る、立ち直ることを子ども達に期待する。

教育現場に後藤先生が出向くことも多い。今までの性教育の授業は命の大切さを女性の妊娠時点から語っていたが、子ども達はそれ以前のことを、そして自分の性のことを知りたがっている。そこを科学的にストレートに教えると、彼らは理解して安心するという。

定例で開催される「性を語る会」では、性についての勉強会や模擬授業などで、子ども達に“伝わる”性教育のあり方について研鑽を積む。今回は、9月25日(木)。まちかど保健室にて、夜7時30分から9時30分に開催する予定。会に興味のある方は、一度覗いてみてほしいと呼び掛ける。メンバーが増えることを期待している。性について真摯に学んでいる会の姿勢に心打たれた。(こばやし)

松本市まちなか観光ボランティアガイド

Tel / Fax : 0263-34-3295 (観光コンベンション協会)

松本市まちなかボランティアガイドは松本観光コンベンション協会に属する団体で、平成11年度に設立された。松本市街の観光に訪れる観光客に、市内の歴史・文化・自然等の知識を深めてもらうことを目的として、松本城をはじめ、中町通り、縄手通り等、市街地の観光名所を一緒に歩きながら地元住民の目線で案内する。ガイドなしの観光では見たままの情報しか得られないが、ガイドがあることによって知識が深まり、感じとれるものが増えるなど、観光の楽しみの幅が広がる。

夏から秋のシーズンまで、松本市観光情報センターには3~4人が常駐し、事前に申込みをしていない人でもガイド



を利用することができる。

「松本は文化やイベントが栄え民度が高く、そいつ

(←)松本城を案内する
メンバー

た『景観だけでは伝わらない魅力』を観光客に伝えたい」と代表の伊藤智之さんは語る。メンバーはシニア世代が多く、活動を生きがいとしているという方も多い。

また、月に一回行っている月例研修会(まちなかボランティアガイドが集まる勉強会)ではガイド仲間が集まり、より質の高いガイドを目指すため情報共有や意見交換を行っている。「ガイドの質のレベルアップ、それによって観光客に喜んでいただけること、松本市が活気付き、さらに良くなっていくことが一番」と伊藤さん。「松本には、日常では気づかない魅力がたくさんあります。どうぞガイドをご利用ください」とメンバーの熊谷さん。

松本は文化的に栄え、観光シーズンには観光客で賑わう一方、活動の人材不足といった課題もある。ボランティアガイドでは、18歳以上の健康な方で市の歴史や文化に興味があり、観光案内に意欲を持つ人を募集している。松本の魅力を発信したいという方は、松本市まちなか観光ボランティアガイドを訪れてみてはどうだろうか。(うみぐち)



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。



市民公開講座「うつ病」

心に働きかけ、気持ちを楽にする認知行動療法についての講演です。

- ◆日時: 10月13日(月) 13:00~14:30 開場 12:30
- ◆会場: ホテル国際 21 3F 千歳の間
- ◆講師: 大野 裕先生 (国立精神・神経医療研究センター)
- ◆料金: 参加無料
- ◆問合せ: 長野市医師会
TEL:026-226-5850 FAX:026-224-8691

がん患者支援のチャリティイベント

リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2014 信州まつもと

がん征圧を目指し、がん患者や家族、支援者が夜通し24時間交代でアルプス公園内を歩き、勇気と希望を分かち合います。

- ◆日時: 9月20日(土) 13:00~21日(日) 13:00
- ◆会場: 松本市アルプス公園
- ◆料金: 協力費 1000円~ (サバイバー、学生無料)
- ◆申込み: RFLJ 信州まつもと実行委員会事務局
Mail:rfl.matsumoto@gmail.com
TEL:080-1063-4517 (大月)



チャリティフィットネスまつり松本

様々なフィットネスの体験。自分の身体を知ろう、見てみよう!

- ◆日時: 9月21日(日) 9:30~16:00
- ◆場所: 松本市総合体育館
- ◆料金: 入場無料
- ◆内容: セグウェイ・サッカー体験・健康体操・ヨガ・チアダンス・コアトレーニング 他
- ◆問合せ: NPO 法人 CFM 実行委員会
TEL: 090-2726-3761 (小林)
E-mail: cfm2013@yahoo.co.jp

MHC 登山講習 紅葉の溜沢・奥又白を行く

上高地へ入り、横尾、本谷橋を経て溜沢ヒュッテに宿泊。翌日は屏風のCOLから屏風の耳へ登り、奥又白を経て徳沢へ下山します。

- ◆日時: 9月27日(土)・28日(日) 集合 7:30
- ◆料金: 参加費 16000円 (登山講習料、山岳保険、宿泊代) ※交通費別途
- ◆申込み: 9月25日(木) 締切
NPO 法人ヒマラヤ友好会 TEL:47-6197

第5回全国小水力発電サミット in 長野 活かそう豊かな水資源

基調講演やパネルディスカッション、分科会、エクスカーションなどを通し、自然エネルギーが拓く地域の未来について考えます。

- ◆日時: 11月20日(木)・21日(金)・22日(土)
- ◆会場: ホクト文化ホール、信州大学工学部ほか
- ◆申込み: HPにて受付 9月30日(火) 締切
- ◆問合せ: 実行委員会事務局
TEL:026-217-8288 FAX:026-284-4237
E-mail:nagano@nagano-summit.info
URL:http://nagano-summit.info/

「地域における協働の未来」公開シンポジウム

大正期・大阪と平成・長野県の比較考察をもとに、地域づくりのための協働のあり方を展望します。

- ◆日時: 10月4日(土) 15:30~17:30
- ◆会場: 信州大学 経済学部 第1講義室
- ◆講師: 玉井 金五氏 (愛知学院大学教授)
轟 寛逸氏 (長野県職員)
- ◆料金: 入場無料
- ◆主催: 信大大学院 経済・社会政策科学研究科
地域社会イニシアティブ・コース
- ◆申込み: 経済学部 学務グループ TEL:0263-37-2304
E-mail:k_grad@shinshu-u.ac.jp

JICA ボランティア秋募集「体験談&説明会」 松本会場

JICA ボランティアは、発展途上国からの要請を受けて、政府公認のもと各国で技術の移転を目的に活動を展開しています。

- ◆日時: 10月4日(土)
- ◆会場: M ウィング 4-4 会議室
- ◆問合せ: JICA 青年海外協力隊 駒ヶ根訓練所
業務課 担当: 吉田 太郎
TEL:0265-82-6151 FAX:0265-82-5336
E-mail:jicakjv-jocv@jica.go.jp



編集後記

今月8日は中秋の名月、また9日には月が地球に接近し一段と大きく光るスーパームーンが、9月の澄んだ空気に映えていました。日の短さや朝晩の冷え込みにも、松本の短い秋の訪れを感じる今日この頃です。(なかがわ)