



「70歳代の地域デビューを考える」プロジェクトに向けスタート

～公民館講座・まちづくり円卓会議の話し合いがきっかけで～

これまで経験したことのない超高齢社会を迎える西東京市。5年目になる今年のまちづくり円卓会議では、初めて公民館の「まちづくりチャレンジ講座」とも連携、市内のシニア・主婦・有識者・企業・市役所関係者などがタッグを組み、官民交えてシニアの活躍の場をどう作るかを考えました。その結果、進行役の熊田博喜武蔵野大学教授の提案を基に、シニアの参加を促し共に活動する組織の発足に向けスタートすることになりました。参観していた市民からも参加表明が多数あり、「話し合いだけでは終わらせない！！」と今後も参加者を募集して具体策を模索していきます。

第1回 まちづくり円卓会議
平成28年11月3日(木・祝) 参観者45名

70代からも元気でいるためには?
「退職後も地域・社会でも居場所がある、役に立つことができる」そんな好循環を作っていくのが今後の課題。
第1回円卓会議は「ピンチをチャンスに変える」好機と捉え、多世代でいきいきと暮らせる地域づくりを目指すまでの課題について話し合いました。



<参観者との意見交換>

- 「地域とつながりのなかった人が急につながるのは難しい」
- 「健康に自信があるうちに、地域デビューを」

プライドが邪魔している
家族も困る
70歳前の今も出ないのに、今後はさらに…
介護保険費用の財政負担にもつながる…

「70歳代からの地域デビュー」につなげるため、提案された具体案について意見交換。
「70歳代が地域とつながる」きっかけとは何かを話し合います。

学び 調査 報告
培ったスキル 懇親会 連携

<参観者からの意見>
 ●70歳、それ以前から「どのようにこの町で暮らしたいのか」を思い描いた行動
 ●行政や企業もそれに対応する仕組みづくりや情報発信
 ●地域住民自らの取り組み

地域デビューするには…
●地域につながる関係づくり
●「何ができるか、したいか」の選択肢づくり

12月
円卓会議メンバー意見交換会

提案をたたき台に話し合った第2回をもって、円卓会議は一旦終了しました。参観者からも18名、活動への参加表明があり、まずは70歳代の実態調査を開始する方向となりました。様々な人が関わることで、より有意義な活動に発展し、多世代が元気に活動することにもつながるでしょう。

ご自身やご家族にとって他人事ではないセカンドライフ・地域デビューの課題を共有し、具体的に検討した今回の内容を、多くの人に知ってもらいたいと思いました。提案の実現はもちろん、このような話し合いの場からも“地域につながる人”が増えていくことを期待します。 ＜ままペンシル：廣田亜希子＞ ＜写真撮影、カメラボランティア：勝正俊＞

◆◆登録団体活動紹介◆◆

南部地域協力ネットワーク 「暮らしに役立つ防犯講座」



2月25日(土)「暮らしに役立つ防犯講座」を、武蔵野徳洲会病院の講堂で開催しました。親子連れから高齢者まで幅広い世代が参加しました。

講師は「うさぎママのパトロール教室」を主宰する安全インストラクター、武田信彦さん。武田さんは、比較的安全といわれる日本でも、子どもたちが犯罪や事故に巻き込まれる危険は少なくないと指摘。大人たちが笑顔でありさつする声かけの習慣は、犯罪抑止効果があるとのことでした。

後半は、2人一組で体を動かすプログラムに。新聞紙で作った筒(長さ80センチ程)を間に置き、相手が手を伸ばしても届かない安全な距離の取り方や、簡単な護身術をユーモアを交えて教えていただきました。

身近な内容で、皆さん、今後の活動に役立つと好評でした。

(記:石井智恵子代表)



西東京菜の花エコ・プロジェクト 公民館市民企画事業 講演会「私たちと水、食べ物、エネルギーそして農業からまちを考える」



宮沢佳恵
農学博士
東京大学大学院農学生命科学研究科
農学国際専攻
国際植物資源科学
研究室准教授

「まさか人間の心理の話にまで行きつくとは…」

農業に関する話を講演で話すのかと思っていたら、それだけでは収まりませんでした。西東京菜の花エコ・プロジェクトは今まで体験型環境学習・啓発活動・環境に関する学習会等を開催していましたが、15周年を迎えることから「農のあるまちづくり」を考えるきっかけとして環境を考える若い世代を招き、新たな活動へ踏み出そうとしています。

3月5日(日)、谷戸公民館でまず事例発表をした若尾氏と高村氏は医農福連携、自助と互助、健康作りと多世代交流、産後ケア、新しい公共など、農業だけでなく、コミュニティだけではなく、分野を超えて社会問題に取り組むまちづくりを実践していることを報告しました。

次に講師の宮澤氏は農学を起点として幅広い分野を研究しており、持続可能な環境を実現するためには必ずしもコストをかける必要はなく、昔ながらの智慧と、現代の技術を組み合わせて新たな発想と工夫をすることが大事だと言います。しかし中々今までのやり方を手放すのは難しいもの。そこで必要なのは心理学的手法だというのです。

ワークショップで考えたのは「自分が怒っていること」。「怒り」の根本を考えると往々にして些細なことであったり、「こうでなければならない」という自分のフィルターに固執していることによって解決が難しくなることがあります。自分がなぜ怒っているのか、客観的に見つめることができたということでした。



若尾健太郎
ノウマチ西東京農地保全協議会事務局長
株式会社ユニココ代表取締役



高村和明
まちにわひばりが丘事務局長
HITOTOWA INC.ディレクター



◆◆登録団体活動紹介◆◆

定例会インタビュー シリーズ第6弾

杉の子会

杉の子会の定例会議（リーダー会）にお邪魔し、楽しい活動や団体運営などについてメンバーの方々へインタビューしてきました。その模様をお伝えし、団体紹介いたします。

☆『杉の子会』の始まりは

昭和24年柳橋保育園が開設、当時、PTA会長の池田幸正さんを中心に自然な形で地域との結びつきがあり、また、保育園の先生方から卒園児の成長した様子を知りたいとの声が上がり、年2から3回、保育園の同窓会的に野外活動続けていました。段々、参加者が多くなったので今後の活動方針を検討した結果、野外活動のオーソリティであるYMCAの理解と協力を得て新たに出発することになり、昭和50年に地域子ども会「杉の子会」が誕生しました。

☆どのような活動をしていますか

スタート時の「子どもはみんなで育てる。健康に育てる。できることは協力する。」という理念のもと、地域に密着した活動として会は成長しています。ボランティア活動の社会人、大学生や高校生などの様々なリーダーの方によってバラエティに富んだ野外活動を企画しています。毎年6回のプログラムを実施し、会員数も100名を超えて、文字通り地域に密着した子ども会として皆に親しまれています。

杉の子会は、平成26年11月に日本ボランティア学習協会よりアレック・ディクソン賞を受賞しました。41年間の活動実績が評価されています。

☆活動して良かったと思うこと

学生ボランティアでリーダーとして参加している方からの感想
「実際に自然に触れる中で子どもたちの成長を感じる機会が山ほどありました。この企画に出会えたことが幸せです」

☆課題は

メンバーが増えても、安全第一に考えながら低学年も高学年も、ともに楽しみながら自然体験をするプログラムを展開していくことにかかっています。これからは、若いリーダーの安定的確保と、全リーダーのスキルアップを図ることが大切です。

☆イベントの企画や運営はどのようにされていますか

運営会議は年4回、年間の計画や全体運営に関する打合せ、リーダー会（ボランティア）は毎週1回、プログラムのディレクター（実施リーダー）を中心近く実施されるプログラムについて企画。

☆ゆめこらぼに期待すること

リーダー募集や参加者募集などの周知で協力していただきたい。

2017年度のプログラム予定			
回数	実施月	プログラムの内容	日数
1	4月	公園等で仲良くなるプログラム	日帰り
2	6月	野外炊飯又は軽ハイキング	日帰り
3	8月4日～7日	夏キャンプ・山梨県丹波村東キャンプ場	3泊4日
4	10月	秋探し又は軽登山	日帰り
5	12月	クリスマス会	日帰り
6	2018年2月9日～12日	雪上体験プログラム・スキーリトマント妙高少年自然の家	3泊3日(前夜泊)



冬キャンプ



冬キャンプ

人材・団体育成事業

NPO活動パワーアップ講座

「プロのノウハウ教えます～多くの人に知つてもらうためには～」

2月25日（土）イングビル3階会議室でひばりタイムス編集長北嶋孝氏を講師として招き「多くの人に知つてもらうためには」をテーマに講演を行いました。

北嶋さんは共同通信社を退職し、現在は記者としてのノウハウを活かして地元でひばりタイムスを立ち上げ、編集長として西東京市議会の模様を中心にホームページやニュースレターを用いて情報発信しています。インターネットを利用してコストを極力かけずに少人数で毎月、およそ1日当たり2,000アクセスに達するユニークな情報発信サイトを作り上げています。その方針や運営を教えて頂きました。



あなたの団体の活動模様を情報発信してみてはいかがでしょうか。

NPOパワーアップ講座で北嶋さんが紹介したようにインターネットを利用して少人数かつコストをかけずに効果的な情報発信が可能です。ゆめこらぼで開催しているITコラボ勉強会で情報発信サポートチーム（仮称）を発足させ、活動団体の活動模様を情報発信していくことを支援します。また、情報発信をするメンバー育成にも取り組んでいきますので団体の活動模様をインターネットを利用して発信したい団体の方、検討している方はゆめこらぼへ是非、ご連絡ください。

新たな登録団体<1月～2月>

◆混声合唱団コールフロイデ

混声合唱を通じて歌うことの楽しさを味わい、会員間の親睦を深め、活力のある健康的な人生を送る。

◆保谷新体操クラブ

新体操を通して子供たちの、身体、精神の健全育成、踊る事、演じる事の楽しさ、芸術性を高めていきます。技術の向上度合いにより試合に出場し、スポーツ能力も高まります。

<平成29年2月末現在で158団体になりました。>

おとぱミディサロン 地域デビュー交流会

お父さんお帰りなさいパーティー＆ようこそゆめこらぼミディ（12月22日（日）開催）と地域デビューシリーズに参加した方の交流会を開催しました。3月18日（土）田無総合福祉センター栄養指導室で吉田朋子さんを講師に、参加者10名で地場野菜を使ってかんたん棒餃子・焼き込みご飯（デザート付）作りを学び、楽しく会食しました。和気あいあいの雰囲気の中、地域デビューシリーズ参加者や既に地域活動に参加されている方と共に、これまでの地域デビューについて話しながら、今後のおとぱミディの進め方について話し合いました。「おとぱミディサロン」は茶話会形式で毎月1回開催し、新しい企画について気軽に話し合うことでまとまりました。

毎月第3木曜日に開催する「おとぱミディサロン」については、ゆめこらぼまでお問合せ下さい。



その他、ゆめこらぼ主催イベント

- ・出前相談会 in 柳沢マーケット
場所 柳沢せせらぎ公園
日時 4月16日（日）午前11時から午後4時
- ・おとぱミディサロン
場所：ゆめこらぼ
日時 4月20日（木）午後3時半から午後4時

編集後記

ゆめこらぼ通信ではできるだけ多くの人に西東京市のNPOや市民活動団体を紹介します。新企画として次のゆめこらぼ通信から活動団体のホームページ紹介の企画をもり込む予定です。皆様のご要望をゆめこらぼ通信に反映させていきますのでご意見・ご要望をお聞かせください。

西東京市 市民協働推進センター ゆめこらぼ

〒188-0012

西東京市南町5-6-18 イングビル1階

Tel:042-497-6950 Fax:042-497-6951

E-mail:yumecollabo@ktb.biglobe.ne.jp

<https://www.yumecollabo.jp/>



開館時間 午前10時～午後7時
休館日 毎週日曜日