

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに!

NPOと市民をつなぐ機関誌

まはる

- 特集
- まんまるニュース
- Myストーリー
- まんまるの!新NPO紹介
- お宝ざくざく 地域を掘りおこせ!
- まんまるイベントスケジュール

特集 GO!GO! アウトドア ぼくらは自然と生きていく





特集

GO!GO! アウトドア ぼくらは自然と生きていく



夏だ!! 山だ!! 海だ!! 夏休みを自然の中で過ごすと思っている方も多いのではないのでしょうか?
 山に囲まれた信州では、自然と共に生きることがあたりまえで、そこには大切な知恵や技がありました。しかし、便利な暮らしを享受する現代の私たちにとって、自然の中で過ごすことは特別なことになっていきます。
 そんな中、野外体験をプログラムとして提供し、改めて自然との共存や、自然の中で生きていくための人とのつながりを見直す活動をしている団体があります。その活動の現場を訪ねました。

野外活動を通して

長野と首都圏をつなぐ

NPO法人やまぼうし自然学校

団体に取材!

菅平高原にあるNPO法人やまぼうし自然学校は、1994年に森林インストラクターが中心となり任意団体として活動を開始し、2000年に長野県初の環境系NPO法人として発足しました。自然や環境の大切さを教える活動を長年にわたって行っています。

当初は、森林インストラクター養成講座を中心に、行っており、特に県内在住の退職後を考える40代から50代に人気があり、受講者は毎年200人を超えていたそうです。現在は東京と埼玉に支部をつくり、首都圏の受講者を対象に講座を開いています。

2004年には、地域子ども教室（現在は森でモリモリ遊び隊）を開始し、年に10回ほど地元の子どもたちが森に遊びに来ます。最初は自然に触れさせたいという親の思いで参加した子どもたちが、学校に戻って友達に紹介し、やまぼうしファンが増えてきたそうです。代表理事の加々美貴代さん

は、「森でモリモリ遊び隊に参加していた子どもたちの中には、野外活動系の高校に進学したり、山岳部や登山部に入部していて、時々菅平に遊びにきてくれる」と嬉しそうです。

最近では、首都圏の子どもたち向けに、林間学校やサマーキャンプの受け入れが増え、昨年度は年間延べ206校・2万人を受け入れました。自然に触れる機会が減っ



森でモリモリ遊び隊集合!!

やまぼうし自然学校今後の予定

★原人キャンプ
8月13日(月)～16日(木)
参加費 1人 36,000円

★だれでもデイキャンプ
9月8日(土)10:00～14:00
参加費 1組 4,000円

☎ <http://www.yamaboushi.org/>

てきたからこそ、やまぼうし自然学校は多世代から愛され続ける学校になっていくのではないのでしょうか。



女子も木こりになれる！

NPO法人まめってえ鬼無里

体験
レポート

NPO法人まめってえ鬼無里は鬼無里地区の活性化を目的に設立されました。活動は多岐にわたり、鬼無里の良さを満喫できるさまざまなプログラムを提案しています。そのひとつ「もりがーる」を体験しに行きました。

もりがーるは、地域の共有林に手を入れ、森・山を守る林業を体験するプログラムです。天気は上々、いざ待ち合わせ場所の鬼無里薪ステーションへ！この日集まった女性は8人。地元鬼無里からはもちろん、

遠くは東京・千葉からもまた、リピーターの中にはマイチェンソー持参の方が出て驚きました。一行はステーションから七ツ室共有林へ車に揺られること数分。到着したのは木漏れ日美しい森の中です。

さっそく、同法人理事米山幸雄さん、森林組合の川又徳久さん指導の下、ヘルメットや防護用のチャップスというズボン・手袋を装着！チェンソーの刃を研ぐ作業・目立てからスタートしました。自分で使う道具は手入れもちゃんと自分でするの



チェンソーで思いっきり良く

がもりがーるの掟。危険回避のためにも大切な作業で、「切れ味が悪いのは自分の責任」だそうです。今回のミッションは林道を覆う木の間伐。道端に無尽蔵に生えた木をチェンソーを使って伐倒しま

す。まずは、倒れる方向を見極め、周囲の細い木々を切って逃げる場所を確保します。そして、倒れる側に切り込みを入れ、反対側からもチェンソーで切り込みます。ミシミシと、ユラユラと、ゆっくりゆっくり木が倒れていく様子はダイナミックの一言です。終了後周囲を眺めると全体が明るくなり、陽の光が降り注いで気分は爽快。森を守ることは一朝一夕には叶いませんが、まずは体を動かして、関わってみることが大切だと感じた一日でした。

もりがーる今後の予定

9月1日(土)・11月3日(土)

9:30 集合～15:30

参加費(講師料、保険料込み) 1回2,000円
内容 チェンソーの目立て(手入れ)、下草刈り、伐採作業、引き出し作業、たま切り、薪割り、きのこの駒打ち、製材など
☎ <http://mamettee.org/>

小川村を拠点に広がる人脈 NPO法人信州フォレストワーク

団体に
取材!

NPO法人信州フォレストワークは、任意団体として活動をはじめ、2002年に法人化しました。森林ボランティアによる里地里山の保全や森づくりに取り組んでいます。間伐など里山の手入れから、米づくり・環境教育などの活動を実践しています。小川村に拠点を構え、会員が手作りでログハウスを建てました。小川村の宿泊体験施設「林りん館」のすぐ下、その名も「森もり館」です。

講座を開催しています。里山に入って、薪づくりやトレッキングなど昨年は年5回開催しました。今後の計画は秋を予定。小川村に拠点を作ったことで、大き

「里山を再生し文化や知恵を継承することが使命」と、学校の裏山を手入れして活用する環境教育にも取り組みました。また、「里山に入って遊ぶことが少ない。親子で森を楽しむことは大事」と、コープながのと協働し、親子を対象に小川村でみんなの森づくり



セルフビルドの森もり館

信州フォレストワークの今後の予定は、ホームページに定期的に掲載されます。
HP: <http://www.sfw.or.jp/>



野外体験で

自分らしくいられる人に

イベント取材

飯綱高原にある「飯綱高原ネイチャーセンター」は、1994年に設置された民

間の施設です。幼児から青年までを対象に野外体験学習の場を提供しています。

く前進したと感じる」と理事長中島佐代子さん、コツコツとできることを積み重ねてきたと言います。地域で活動が認知され、人脈が広がり、「立屋・番所のさくらを愛する会」や「峰街道の会」にもその専門性を

生かして協力しています。「私たちの団体は、ボランティアがベース。みんなが同等な立場で、やりたい活動に加われることを大事にしている。ぜひ女性や親子も参加を」と中島さんは強調します。

週末に行われる通年の自然学校「キッズクラブ」には、小学1年生から中学3年生まで、市内在住者を中心に60人余りが参加。「いつでも、どこでも、誰でも、自分らしくいられる人を目指そう」を合言葉に、自然体験を通して人と人との関係を学び、子どもたちの可能性を広げています。

五月晴れの日曜日、田植え体験を実施。田んぼに足を踏み入れた瞬間、「冷たい!」「気持ちいい!」と大きな声が響きます。全身を使って泥の感触をあじわう子、虫やカエル探しに没頭する子、友達と手をつなぎ恐る恐る足を踏み入れる子どもたちなど様々。月・花・風の3つのグループに分かれ、子どもたち自身が稲の植え方を考えながら、思い思いの田植えがスタート。ソリを使って稲を運び、紐を張って列をそろえるなど、経験値の高い子どもたちがリーダーシップを発揮します。

活動の様子を見に来ていた40代夫妻は、「小学校入学前から参加し、今年で7年目。専門スタッフによる自然体験プログラムが魅力な上に、地域を越えて一緒に活動できる仲間と出会うことが子どもたちの成長につながっている」と言います。スタッフの氷室秀樹さんは、「卒業した生徒がボランティアスタッフとして

ネイチャーセンター今後の予定
<https://www.facebook.com/WanpakuXueXiao>

～おまけ情報～

◆まちむら交流会 in 大岡◆ 「ぷち森林塾 森でつくろう!」

日時：7月29日(日)・8月25日(土)・9月16日(日)
各日 9:00～14:00 頃
場所：聖山高原チャペル(集合大岡支所)
参加費：大人 2,500円・子ども(小学生)800円・幼児無料・制作をしない大人 1,000円(材料費・保険料・食費込)
対象：小学生の子どもがいる親子、限定10組
内容：森や山について知り、親子で林業を体験します。大岡の森の木を使って、黒板、椅子、机づくり。お昼は大岡の米や野菜、湧水を使ってみんなで作ります。
持ち物：軍手(綿素材・滑り止めのないもの)・水筒・汚れても良い安全な服装(できるだけ綿素材の長袖・長ズボン・帽子・首巻タオル・足首までの靴下・運動靴)・カッパと長靴・虫よけグッズ(ヘルメットは準備します)
メ切り：7月22日(日) ※先着順
問合せ・申し込み：TEL:026-223-0051 市民協働サポートセンター

て参加してくれている。こ
こでの学びを日々の生活に
は」と話します。
も生かしてくれているので
アウトドアとひと言でくくってしまつことのできな
い、大切に育て上げてきたさまざまな活動。その一端
に触れるためのステージは私たちのすぐ近くにありま
した。
自然と対話し、人と関わりと自分の違った一面を発
見することもあるかもしれません。
空調の利いた室内で過ごすのも良いですが、思い
きって信州の森へ、山へ飛び出してみたいかがで
しょう?



5月17日に開催したNPOカフェまんまるでは、6次産業の可能性とその課題について語り合いました。前半は市内NPO法人3団体が事例発表しました。

信州・川中島平フアクトリーの宮崎由紀美さんは、「地域活性を目的に、多業種の関係者が協働し商品開発を行う」

1+2+3=6次産業で

NPOは稼げる!?

てきた。ターゲットを絞った販売戦略が必要」と語りました。

飯網高原よつこらしよの山室秀俊さんは、「各種助成金・補助金を活用し、専門家の力を借りて商品開発を行っている」と、花豆を使用したスイーツ「ぶちやギロール」を参加者に振る舞いました。

日本の工芸と文化の藤谷延子さんは、「商品開発には様々な支援が受けられるが、その先の販路拡大が最難関。農家

支援につなげていくためには、農作物の単価を崩さずに商品価値を上げていくことが必要」と話しました。

後半のワークショップでは、参加者全員で6次産業のアイデアを出し合いました。20代農業従事者の男性は「た

くさんのヒントを得ることができた。今日のつながりを活かし、連携も視野に事業を組み立てていきたい」と意欲を語りました。



個人・団体など多様な人が集まった



まちづくりの拠点「オープン15周年」 もんぶらの未来を語るっ!

もんぜんぶら座（通称・もんぶら）は、平成15年6月1日にオープンしました。老朽化に伴い、現在市がそのあり方を検討中。そこで、利用者や地元の市民20人が参加して、もんぶらの未来について知恵を出し合いました。



利用者をはじめ、地元の企業経営者、大学講師らも参加

まず市担当者が市街地の変遷を説明しました。平成に入りデパートなどが撤退。市街地に賑わいをと、もんぶらが生まれたとのこと。原点を知った上で「こんな施設が欲しい!」「こんなイベントをやりたい!」などの意見を一人一人発表しました。

後半は、意見を3つに集約。観光を視野に入れた「International Community」人が集まり、人が流れる拠点、多世代交流の場「文化・歴史で市民を継ぐプロジェクト」

ト、子ども・若者が集う場「アイ・スクリーム」と、各グループがアイデアを発表。若者企画では「前向きな暗闇」をテーマに、暗闇体験、水族館、eスポーツスタジアムなど、五感を育てる斬新なアイデアも。

最後に「ワークショップを続けて」「市民による市民のためのもんぶらへ」との声も聞かれ、自分にできることを考えるきっかけとなりました。

#05

My
ストーリー

NPO法人 ながのこどもの城いきいきプロジェクト

小笠原憲子さん

NPO法人ながのこどもの城いきいきプロジェクト（以下こども城）の理事で、もんぜんぶら座2階こども広場じゃん・けん・ぼんの運営責任者・小笠原憲子さん。30年前、子どもたちの学習支援をしていたことが、今の活動の原点です。

1997年、こどもの城が発足翌年からビッグハットで「子どもフェスティバル」が開催されました。当時児童福祉施設の給食指導を担当していた小笠原さんに依頼があり、保育所等の栄養士たちと子どもの食事相談・食育ブースを出したことが、こどもの城に関わるきっかけでした。イベントを通して子どもたちの食について悩んでいるお母さんたちに出会い、気軽に相談できる場所が必要だと栄養相談などを担当しました。「食べる意欲がない、野菜は全く食べない」など、問題は「子ども自身が農や食

に関わる機会が少ないこと」と考えた小笠原さん。当時は先駆的な、生産から流通・消費（栄養）・廃棄（環境）まで一貫した食育活動にも取り組みました。

その後しばらくは、じゃん・けん・ぼんスタッフと栄養士会常任理事、二足のわらじで忙しい日々を送っていました。小笠原さんは「どちらの仕事もそれぞれにプラスになつた」と振り返ります。

団体情報

特定非営利活動法人
ながのこどもの城いきいきプロジェクト
〒381-0043 長野市吉田 1-7-4
URL <http://www.na-kodomo.com/>

プロフィール

おがさわらのりこ ながの協働ネットワーク、(公社)長野県栄養士会参与、長野市安茂里で夫と二人暮らし。趣味は季節の果物のジャムづくり

こどもの城は昨年、月2回権堂イーストプラザで「こどもわくわくカフェ」をスタート。小さな広場、学習・食事支援、思春期相談と0歳から18歳まで途切れのない支援を実現しています。調理を担当し、「大勢で食べるとおいしいね」の声に力をもらい、「食べるのが大好きで、大切に思えるようになってほしい」と願っています。



こどもの城は昨年、月2回権堂イーストプラザで「こどもわくわくカフェ」をスタート。小さな広場、学習・食事支援、思春期相談と0歳から18歳まで途切れのない支援を実現しています。調理を担当し、「大勢で食べるとおいしいね」の声に力をもらい、「食べるのが大好きで、大切に思えるようになってほしい」と願っています。

NPO法人保科の郷



初めての総会にて、理事たちで!

NPO法人保科の郷は、若穂保科地域の活性化を目的に、平成30年3月29日に設立しました。

副理事長の北澤翼さんは「路線バスを残すには、実際にお客さんに来てもらわなければならない。保科の住民が主体のイベントを開催し、多くの人々が訪れるきっかけをつくりたい」と話し、夏には地域内で夏祭りを、10月には大規模な秋祭りを企画しています。

保科の郷の会員は、移住者が8割。30年前1ターンしてきた理事長の加藤英夫さんは「イベント参加者が将来的にはUターン、1ターンにつながる」と話しています。保科の魅力が1つ増えるきっかけに期待です!

事務局本部 〒381-0102 長野市若穂保科 1745-1
TEL:026-285-0282 e-mail:kitazawa.dtp@gmail.com

「楽しい」と心から感じられる場所

アーティストが集い、楽しいを発信する拠点「中条アートロケーション《場》」が5月にオープンしました。

クラウドファンディングで資金調達をし、中条地区にある古民家を改装。アーティストが共同利用する工房（制作現場を見学することもできる）設備を中心に、多目的スペースやカフェも設置。演劇や音楽、ライブイベントなどのイベント会場としても活用できます。

長野市在住のアーティスト、金属造形作家の角居康宏さんと、画家・絵師のOZー尾頭ー山口佳祐さんが中心となり、その他6人のアーティストと2人のスタッフで運営されています。

長野市の「空き家バンク」に登録されていたというこの物件には家が2棟あり、県内外の



個性的なアーティストのみなさん。カラーでないのが残念

アーティストが滞在型で利用できるよう、居住スペースも併設する予定とのこと。角居さんは、「アーティスト、音楽家、クリエイターといった表現を生業にする人たちは心のうちで遊ぶことができません。そういった人たちが中条に入居することによっておもしろい空気感をつくり、「中条つておもしろいところ」という認識を生み出してほしい」と地域貢献への意欲を語ります。

7月末には、銀座NAGANOでのトークイベントを予定。9月以降はワークショップ企画を本格始動する予定です。

中条アートロケーション《場》

長野市中条 4462 電話 090-4181-4502 (角居)

お宝 ザクザク 地域を掘りおこせ!



稲田南原には「カエルの縁側」と名付けられたお茶のみサロンがあります。2年前、住民の宮澤栄子さんが、「地域に気軽に寄れる場所を作りたい」と自宅駐車場にベンチを置き、近所の人を誘ったところ、30人を超える人が集まりました。これではとても入りきれないと近くの公民館へ場所を移し、現在は毎月第4日曜日開催しています。

5月27日、初めての文化祭が催され、2カ月の赤ちゃんからシルバーカーを押すおじいちゃんまで40人が集まりました。参加者の1人が「地域にはいろんな特技を持っている人がいる。それを披露しあってはどうか?」と提案し、半年かけて準備しました。公民館に地域のみなさんがそれぞれ

多世代がつながる地域の縁側



どじょうすくい登場! 子どもたちは目が点

の作品を持ち寄った展示と、ギター、フラメンコなどの特技を披露しました。子どもたちが歌うと、大人は目を細めて拍手を送ります。どじょうすくいとピコ太郎の登場には一同大爆笑!! 公民館の2階が温かい雰囲気になれました。

サロン・縁側と聞くと高齢者が集まっている様子を想像する人も多いと思いますが、カエル縁側は、年齢に関係なく地域の人と人をつなぐゆるやかな場所です。ここでの出会いが、地域の仲間づくりにもなっています。





市民協働サポートセンター スケジュール

2018年

7月▶ 9月



タイトル	日時	会場 / 費用	内容	
NPO 初歩講座「きほんのき」	7月25日(木) 13:30-16:00 8月22日(木) 13:30-16:00 9月26日(木) 18:30-21:00	市民協働サポートセンター 300円 定員：10人	「NPOってなあに？」法人を設立したいという人もまずはこの講座から始めましょう。毎回ゲストに、市内NPO法人を招いて生の声を聞いています。9月は夜の開催となります。	
NPO ステップアップ講座 イベント企画のいろは × NPO カフェまんまる 「イベントーズミーティング」	7月7日(土) 13:30-16:00	市民協働サポートセンター 300円 定員：15人	イベントを「する側」のみなさんに集まっていただき、情報・課題共有を行いながら交流を深め、より充実したイベントプログラムについて学び合います。	
NPO ステップアップ講座 「NPO会計のいろは」 ①基礎・実践編 ②応用編	①9月6日(木) 14:00-16:00	もんぜんぶら座 304 会議室 300円 定員：15人 持ち物：パソコン	NPOとして日々の経理や決算の仕事をしっかりと行うことは、助成元や寄付者等の信用を得るために必須！即実践に活かせる体験講座で自団体の事務を見直してみませんか？ ①講義／会計の目的と必要性 実習／エクセルを使って帳簿をつくってみよう！ 【対象】 ボランティア団体、NPO法人の会計担当の方 講師：NPO法人エリアネット更埜	
	②9月13日(木) 14:00-16:00	もんぜんぶら座 304 会議室 300円 定員：15人 持ち物：パソコン	②実習／NPO法人専用の会計ソフトの体験 【対象】 NPO法人の会計担当の方 講師：ソリマチ株式会社	
NPO カフェ まんまる	おでかけまんまる 「デジタルものづくりで 地域に貢献しよう！」	7月11日(木) 18:30-20:30	信州大学教育学部 FabLab nagano 100円(材料費) 定員：12人	FabLab nagano は、信州大学教育学部内にある市民向けに一般開放されたものづくり工房です。3Dプリンターなどを使って、「どのように地域貢献していけばいいのか」を参加者のみなさんと一緒に考えます。
NPO カフェ まんまる	地域まんまる in 戸隠 「地域とつながり生きていく 施設」	9月2日(日) 10:00-12:30	とがくししょうまの家 無料 定員：15人	地域にある福祉施設を地域活動の拠点として活用することが求められ、その動きは加速しています。新たにNPO法人が指定管理者になったとがくししょうまの家。施設にも地域にも有効な活用方法について参加者と考えます。
ポップアップ知恵出し会議 空き家放置に物申す！ 地域でのユニークな活用を考えます	7月21日(土) 15:00-18:00	CAMPiT リノバプロジェクト (三輪 4-2-13 旧 NTT 本郷社宅) 無料 定員：20人	空き家が社会課題となっています。放置した空き家が、地域のみなが集まれる場所に生まれ変わったとしたら!? 託児所やデーサービス、カフェやゲストハウスなどなど。活用事例発表と共に知恵を出し合います。	
まちむら交流会 in 大岡 「ぶち森林塾 森でつくろう！」 3回連続企画	7月29日(日) 9:00-14:00頃 8月25日(土) 9:00-14:00頃 9月16日(日) 9:00-14:00頃	聖山高原チャペル (大岡内 2861-3) 大人 2,500円 子ども(小学生)800円 幼児無料 (材料費・保険料・食費込)	森や山について知り、親子で林業を体験します。対象は小学生の子どもがいる親子、限定10組です！大岡の森の木を使って、黒板、椅子、机をつくり、お昼は大岡の米や野菜、湧水を使ってみんなで作って食べます。持ち物あり。P4参照。 企画団体：大岡森林塾	



はココに! 機関誌まんまる設置場所募集!!

長野市立図書館から徒歩1分のところにある「あがたまちテラス」(長野市南長野県町495/TEL026-217-7177)に設置いただいています。1階にはママさんがやっている食堂、2階には心地よい空間のデイサービスがあります。7・8月には、多世代が交流できるマルシェを企画中です。

まんまるを設置いただける場所(カフェや金融機関、病院、商店、福祉施設など)を募集しています。まずはセンターまでお問い合わせください!



2階のサンフィットにて、
管理者の家城裕子さん

発行 / 市民協働サポートセンター まんまる
TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052
〒380-0835 長野市新田町 1485-1 もんぜんぶら座 3F
e-mail : npo@nagano-shimin.net
ホームページ : http://nagano-shimin.net/

編集後記

取材やまちむら交流会の打ち合わせで、西山方面に行くことが多いこの頃。すっかり運転も慣れてきました。そして、先日大岡で運転中に鹿に遭遇!! もりがえるにもハマリそうな予感。マイチェーンソーかっこいい!! (ままりん)

