

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに!

ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

特集

明るい未来へ!

学生たちが熱い!!

- まんまるニュース SDGs 集中講座
- My ストーリー 被災地を写真でつなぐ実行委員会 代表理事 須磨航さん
- 旬 NPO 紹介 認定NPO 法人エリアネット
- お宝ざくざく地域を掘り起こせ! 安茂里・カサンドラの会
- まんまるイベントスケジュール

まんまる



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

見大志

まんまるはSDGsを推進しています。

2021

秋号

No.30

特集

明るいう未来へ！ 学生たちが熱い!!

新型コロナウイルスの感染が報じられてからやがて2年が経ちますが、いまだ長いトンネルの出口が見えません。停滞する経済、異常気象、多発する災害、他県との往来や帰省の自粛、イベントの中止、アルバイト先の減少、リモート授業、部活動の自粛…。

とりわけ学生たちには、明るい未来を展望しづらい環境が続いているのだらうと思いきや、新聞などで大学生や高校生が社会課題に取り組んでいる記事をよく見かけます。元気に地道に精力的に動いている学生たち。彼らを駆り立てるもの、そして私たち大人にできることは何か、探ってみました。

学んだ技術で地域貢献

長光プロジェクト



放課後、部室に集まりアイデアを出し合う

長野工業高校機械工学科3年生の課題研究で6年前から始まり、現在はメンバー10人で活動中。学習した知識と技術を地域社会に活かすことを目的にものづくりに取り組んでいます。

これまでソーラーライトや夜光反射板などを制作

し、幼稚園、小学校、盲学校、警察署に寄贈してきました。主力商品の燐光灯は自動車会社から譲り受けたオイル缶を再利用したもので、何度も改良を重ねて年間100台以上を制作します。キャンプ場などに販売しており好評です。その売上金の一部は台風19号災害、熊本災害、コロナ対策の支援のため市を通じて寄付しています。

上田千曲高校食物栄養科ではこの燐光灯を使って地域の子どもイベントに参加。長野商業高校とは長商デパートでの販売協力など、学校間の連携も生まれています。

リーダーの松井悠起さんは「授業にはない販売や寄付、関係先との打合せや交渉はとても勉強になるし楽しい。また、自分たちの制作物がいろんな所で役に立っていることは誇りです」と話します。

秋の長工祭や長商デパートでの出品に向けて、今日もメンバーたちは制作に励んでいます。

「防災」が若者をつなぐ 被災地を写真でつなぐ実行委員会

2017年7月の九州北部豪雨の後、「変化していく被災地の状況やそこで活動する学生ボランティアの様々な人を伝えたい」と代表理事の須磨航さんを中心に発足。これまで写真展をはじめ、防災学習や被災して汚れた写真の洗浄などをしてきまし



信州ベースで、避難所運営ゲーム

そんな同団体の活動に度々参加していた市立長野高校生の高梨晃成さん。「自分たちの世代が日頃から防災に興味関心をもって動けば、周りの大人や社会へ波及していくと思う。学生のうちに体験したことは大人になって必ず生きるはず」と話し、高校生を対象とした防災教育に今年から本格的に取り組んでいます。須磨さんや大学生、災

た。須磨さんは「学生ボランティアは、一時的なつながりでも有事のときには必ず力を発揮する。そのためにも無料で泊まれる場所、活動の振り返りを共有できる場が必要だ」と感じ、写真洗浄や防災について学び考える居場所「学生NPO活動協働センター信州ベース」を小布施町に開設しました。



須磨さん



できあがった自作の「カゴ」を手に

「自分の得意を生かして輝ける場を作りたい！」とこのプロジェクトを始めた。

これまで「夢の持ち方・叶え方講座」や、自分だけのオリジナル竹箸作り、卓球大会などのイベントを開

催し、4回目となる今回は再生紙を利用した紙紐・クラフトバンドを使ったカゴ作り。これまでは大人の講師を招いて開催してきましたが、今回は講師も市内の通信制高校に通う高地美咲さん。アイデアから企画まですべて学生が主役です。

今回は、自作の台本とダ



色とりどりのクラフトバンドで編みます

7月29日、新田町にある高大生の居場所・ホムス・プレイス（フォース・プレイス）で、シャインプロジェクトのイベントが開催さ

れ、小学生から大人まで10人が参加しました。プロジェクトを主催するのは、市内通信制高校生の池田陽南さん。小・中学校は飯綱町のフリースクール「みんなの学校」で学んだ池田さんは、「通信制に通う人やシャイな人でも、自分の得意を生かして輝ける場を作りたい！」とこのプロジェクトを始

シャイな人も輝ける！ シャインプロジェクト



高梨さん

害支援ボランティア団体か

らアドバイスをもらいながら、実際に段ボールベッドやテントの組み立てを体験する避難所体験会を企画中です。

「防災」をキーワードにつながる学生たちの動き、今後も注目しましょう。

本の価値を自分で決める Breeze Book Project

Breeze Book Project

に取り組むのは高校生の古川凌真さん。これは自分が持っている本を自分が決めた価格で古書として販売す

る活動です。

古川さんがこの活動を考えたのは、自分が好きな本や影響を受けた本が、古本屋では内容に関係なく、出版年や状態によって定額かつ安価で販売されていることに疑問を感じていたからです。「自分の好きな本がこんな価格で売られているなんて！」「もっと価値があることを知ってほしい」と活動を始めました。その後、共感してくれる仲間を募り、古本屋のイベント出店を決め、8月28日榎堂イーストプラザで初出店。それぞれの伝えた



楽しく営業しています

版年や状態によって定額かつ安価で販売されていることに疑問を感じていたからです。「自分の好きな本がこんな価格で売られているなんて！」「もっと価値があることを知ってほしい」と活動を始めました。その後、共感してくれる仲間を募り、古本屋のイベント出店を決め、8月28日榎堂イーストプラザで初出店。それぞれの伝えた

「以前は、本は自分の知識や娯楽のためだと思っていたが、高校に入ってから友達と感想を共有する機会も多くなり、本が人と人をつなげるツールだ」と考えるようになったと古川さん。そんな思いを知ってもらうためにも、活動を広めていきたいと意気込みます。



手書きのコメントが、興味をひきます



紙芝居で地域を PR 長野美術専門学校



紙芝居とキャラクターを演じるメンバー

学生たちは、紙芝居づくりは初めて、七二会地区も知りません。まずは地域を知ろうと7月に現地を訪れました。委員会メンバーが

長野美術専門学校
の美術研究部員6人は、紙芝居づくりに取り組み、この活動は七二会いいところ発見委員会と市民協働サポートセンターが主催する「まちむら交流会」で、市街地に住む人に七二会地区を知ってもらう紙芝居を作ろうとはじまりました。



ストーリーを練ってから下絵を起こします

9月4日には完成した紙芝居を主催者に披露する会に代表3人が臨みました。10枚の絵は水彩絵の具・色鉛筆など、描いた学生によつてタッチや色使いが異なり目を引きまします。2人が絵のほかに4つのキャラクターを操り、1人が七二会を物語風に語り、大人も感心のできばえでした。

ら暮らしぶりを聞きながら、おすすめスポットを見て回り、紙芝居のネタを集めました。

ながの協働なつと Presents 地域まるごとキャンパスに 参加してみませんか？

↑地域
まるごと
キャンパス



詳細は
コチラ

地域まるごとキャンパスは、「あしもとの地域Ⅱながの」をまるごと「キャンパス」ととらえて、高校生・大学生が、地域の課題解決に取り組む団体の活動に参加するプログラムです。



福祉プログラムで、車イスマラソンに挑戦中！

ります。学校を飛び出して新しい仲間や大人たちと出会い、地域課題の解決に向けてアクションしよう！

一さんは「入学したばかりだったが、短時間でみんなと親しくなれた。早く子どもたちの前で披露したい」とコロナ禍で延期中の本番が楽しみの様子。

◀紙芝居はこちらで見られます。
<https://youtu.be/wgrDgplujMw>

皆さんに共通しているのは、学校内に留まらず、積極的に外部の人たちや多世代の人たちと関わっていること、そして、それを楽しんでいる様子でした。また、物質的には恵まれて見えるこの世の中や既成の概念に対して「果たして、これでもいいのか？」「このまま進んでいいの？」と違和感をいだいている姿、立ち止まって足元を眺めている姿、それを声に出して行動を起こしている姿でした。

私たち大人が、若者のメッセージから刺激を受けて、ともに行動することの大切さを学びました。そして、世代を超えて、積極的に若者に近づいて、主張を聞き、行動する機会をサポートすることが必要ではないでしょうか。



SDGs 集中講座

—若者と大人と一緒に学んだ時間—



昨年度から実施しているSDGsへの関心を深める「SDGs集中講座」を夏休み中の8月7日、11日にオンラインで開催。今年は学生団体ユースリーチのメンバーと一緒に企画を考えました。5月から3カ月かけて、学生が関心のあるテーマの抽出から、ゲスト選定、当日の進行や役割分担まででいねいに仕上げました。

テーマは4つ。長野市内で活動する方たちの講演と意見交換という構成。どんな講座になったでしょう？

■お隣さんは外国人

～多文化共生ってなあに？～

講師 小林フィデアさん
(NPO 法人ムワングザファンデーション)
ナラスさん
(長野市国際交流コーナー)



フィデアさんは、結婚を機にタンザニアから長野県飯綱町へ。タンザニアでは、お年寄り、子ども、障がい者、お客さんを大切にするという話が参加者の心に残ったようです。また、日本の家族とのエピソードから「思いやりの心をもつ日本もとても良いところ、みんな自分の故郷を大切にしてほしい」と話しました。

ナラスさんは、「外国籍の人たちは日本語が難しいと感じる」と課題を挙げ、それを受けて、後半は学生がワークショップ「やさしい日本語に言い換えてみよう!」を企画。クイズ形式で「頭がズキズキする」「避難」などを言い換えてみます。短時間でしたが、楽しみながら学ぶ時間となりました。

■今からでも遅くない!

ジェンダーレス

講師 白澤章子さん
(川中島の保健室)



男だから女だから〇〇すべきという考えは、私たちの社会にもたくさん存在します。しかし、「人間だけでなく他の動物も必ずしもオス・メスにはっきり分かれているわけではない」と白澤さん。多様な性が存在する中で、多数派は普通ではなく多様性を認め合う社会をどうしたら築けるか?について考えました。

後半の意見交換では、それぞれの経験から「学校では、制服や更衣室、合宿や修学旅行でのお風呂などの問題があり、それに対応していくことが必要」、「男女どちらでも着られる服がもっと普及すればよい」などの意見が出ました。

■いまさら聞けない

ゼロカーボン

講師 浜田崇さん
(長野県環境保全研究所)



地球温暖化は、大雨や海面上昇による台風発生などにもつながって、「長野でりんごが育たなくなる可能性もあり、冬日が100年で18日も減少している」と浜田さん。温室効果ガスと地球温暖化の影響について、CO2の重さを例にするなど分かりやすく説明し、このままでは2100年には平均気温が4℃も上昇し、九州と同じくらいになってしまうと話しました。

後半は自分事としてCO2が見える化するためのアイデアを出し合いました。「徒歩や自転車移動をした距離の分がお金やポイントに代わるといい」「どのくらいCO2削減されているかわかるアプリがあれば」などが出ました。

■10代と考える

これからの教育

講師 池田聡子さん
(飯綱町でフリースクール・みんなの学校を運営)

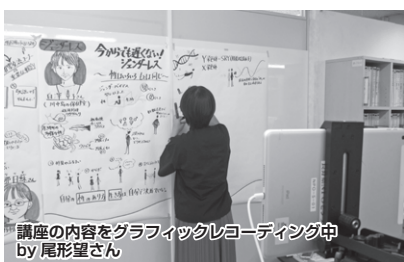


みんなの学校では、5教科はもちろん、自然や動植物とふれあう、農業や料理、ものづくり、音楽・演劇・絵などの授業を取り入れ、頭で考える力・心で感じる力・身体や手先を動かし作り出す力をバランスよく育てる教育を実践しています。

後半の意見交換では、自分が不登校になった時のことを話す若い世代もあり、大人からは「教育現場では『みんな同じことをすべき』となりがちで、それが難しい子には個別の対応をしたくてもできず、歯がゆい」との声が聞かれました。また、若者から「若い世代がもっと政治に参画して教育を変える立場にならない」という頼もしい意見も出ました。



学生たちによるワークショップ



講座の内容をグラフィックレコーディング中
by 尾形望さん

SDGs、実は私たちの普段の暮らしと密接に関わっています。今回、地域の皆さんに講師になってもらいSDGsが身近になったのではないのでしょうか?報告はまんまるのホームページでも掲載、グラフィックレコーディングはまんまるで見られます。ぜひご覧ください!

#18

My
ストーリー

被災地を写真でつなぐ実行委員会

代表理事 須磨 航さん

「子どもの頃はおとなしくて、ただじっと時が経つのを待つ子だった」。中学生の頃いじめに遭いつらかったとき、スクール

ソーシャルワーカーに出会い救われたと話します。高校生の時からボランティアが好きで特別支援学校や放課後デイサービスなどの子ども支援を中心に活動していま

した。そんな須磨さんが福岡県内の大学に進学した2016年、熊本地震が発生。「自分も力になりたい」と思いましたが、すぐに現地には行けず、発災から1年後に仮設住宅のお茶のみサロンなどのボランティアに参加。しかしそこで「被災当初から現場に入り、その経過を一緒に過ごさないと本当の意味で被災した人たちの心に寄り添うことができない」と感じました。

翌年発生した九州北部豪雨では、発災直後から活動。復興していく被災地の変化やさまざまな活動をする学生ボランティアの姿を目の当たりにして、「できることは誰にでも必ず

ある。それを伝えていきたい」と

と同団体を立ち上げました。

令和元年東日本台風発災時は、社会福祉士の試験勉強真っ最中。

「今長野に被災地支援に行ったら絶対に試験に合格できない!」と悩み葛藤しましたが、自分の気持ちを抑えられず、長野へ。必要な備品を駅前の量販店で購入したその行動力には驚きです。

長野に来て約2年。地元福井県でスクールソーシャルワーカーになるという夢を叶えるため、帰郷ことは決めています。故郷に帰っても、今までに得たつながりは大切にしたい。この先も生かしていきたいと話しました。

※被災地を写真でつなぐ実行委員会については、特集ページをご覧ください。

プロフィール

福井県若狭町生まれ、小布施町在住の23歳
好きな食べ物はオムライス。趣味はドライブ



まんまるの!

NPO紹介

認定NPO法人エリアネット



「てとて」でエリアネットスタッフが
お待ちしています!

認定NPO法人エリアネット
千曲市屋代128-1
<https://www.arianet.or.jp/>
TEL・FAX: 026-272-7772

今年の春から認定NPO法人となり、また創立20年という節目を迎えることから名称を「エリアネット更埴」から「エリアネット」に変更しました。

今までは千曲市を中心として市民活動支援や一般向けにICTの活用をサポートする活動をしてきました。

今回の名称変更により、更埴(千曲市)という地域から長野県全域で活動し、果ては全国へ広がっていきたくという思いがある代表の中澤聖子さん。「認定取得にあたっては、今まで活動してきた成果として多くの支援者からの共感と寄付をもらいました」と話します。

新たに千曲市市民交流センター「てとて」の指定管理者にもなり、より幅広い運営と活動を行なっていく予定です。

『あんしんひと貯金、で つながりを確認』

安茂里

7月29日、安茂里地区住民自治協議会主催で「始めよう、あんしんひと貯金」〜見直そう人とのつながり、地域のつながり〜が開催されました。

安心ひと貯金は、駒ヶ根市社会福祉協議会が取り組む地域内の支え合い活動「こまちゃん宅福便」の一環で作られたものです。貯金通帳のようになっていて、お金ではなく人とのつながりを記帳していきます。「最近風邪気味で…」と言える相手は誰なのか？旅行に行くとき一声かけたり、花の水やりなど、ちょっとしたことを頼める人はいるのか？こんなふうに自身に問いか



周りの人と通帳を見ながら話す

けていくと自分の人間関係の範囲や、誰にどんなことなら頼めそうか？助けてもらえそうか？が見えてきます。

退職後、人とのつながりが減った人、役員仲間をたくさん書いた人、趣味の仲間の名前が並ぶ人などさまざま。できあがった通帳を見ながら、周囲の人と「今は困っていないけれど、先々心配」「災害時が気になる」など感想を共有。それを受けて今できることについても話し合いました。交流や対話の機会を増やしたい、世代を超えたつながりをつくるなどの意見が出ました。帰り際、「自分の地域でもやってみたい」という人も。みなさんの通帳に「ひと」が増えることを期待します。

お宝
ザクザク

地域を 掘りおこせ!



安茂里
&
カサンドラの会長野



夫／妻／恋人は アスペルガー症候群

カサンドラの会長野

カサンドラ症候群とは、アスペルガー症候群のパートナーを持ち、コミュニケーションが上手くいかず悩み、頭痛や気分が落ち込むなどの症状が生じる状態を指します。

カサンドラの会長野は、長野市周辺にカサンドラ症候群の人が参加・相談できる活動がなかったことから、2019年10月に設立されました。カサンドラ症候群あるいはそうなのでは？と悩んでいる当事者が集まり、互いの話を聞き合う「お茶会」を月に一度開催しています。

代表の澤山さんと水野さんが一番大切にしているこ



とは、安心して話せる雰囲気です。参加者からは「これまで周りの人あまり相談できず、辛かった」「この気持ちを分かってくれる人がいて本当によかった」という声が聞かれます。

カサンドラ症候群になりやすいのは、優しい人、責任感が強くまじめな人だそうです。澤山さんは「ふだん溜め込みがちな感情をはき出せる場が必要。とても苦しい問題を抱えているケースもあるが、集まって話せて、安心できる、場をこれからも提供できれば」と語りました。

〈問い合わせ〉Eメール
stagea7777@icloud.com
xoa5036@yahoo.co.jp



市民協働サポートセンター

スケジュール

2021年10月▶12月



タイトル	日時	会場 / 費用	内容
NPO 初歩講座	12月8日(水) 13:30~15:30	市民協働サポートセンター 参加費:300円 定員:5人	「何かしてみたいな」と考えている人、ボランティアとは? NPOってなに?という人など、まずこの講座から始めましょう。市民活動やNPOの言葉の意味から市内の市民活動紹介も。
NPOステップアップ講座 [ファシリテーション講座]	11月28日(日) 10:30~16:30	もんぜんぶら座304会議室 (オンラインになる場合あり) 参加費:1,000円(学生無料) 定員:20人	日頃の会議だけでなく、大型のイベントなどでもファシリテーションのスキルは必須。午前中は、何のための会議?誰を呼ぶの?などプログラムのデザインを学び、午後は現場をどう仕切っていくのか?のノウハウを学びます。講師:鈴木まり子さん(日本ファシリテーター協会) 対象:市民活動団体・学生団体・地域活動に取り組んでいる方
NPO カフェまんまる SDGs まんまる [外国籍市民の実態と共生について考える]	11月13日(土) 13:30~16:00	もんぜんぶら座304会議室 またはオンライン 参加費: 無料 定員:各20人 対象:誰でも	長野市内の在留外国人は約4000人。この中には技能実習生として県内の企業で働きながら日本語を学ぶ人も多い。しかし私たちの生活の中では、多文化共生といっても情報も不足し実態もわからない。そんな現状と私たちが考えられる行動について意見交換をおこないます。話題提供と問題提起:春原直美さん(長野県多文化共生相談センター)
NPO カフェまんまる [オリジナル募金箱づくり ワークショップ]	12月12日(日) 10:30~12:30	もんぜんぶら座304会議室 参加費:200円 定員:10人	12月の寄付月間に合わせて、オリジナル募金箱づくりをしませんか。組みたてた箱を、自分好みにデザインをします。できた募金箱は持ち帰っても、寄付してもOK。※「寄付の教室®」ミニ講義付き。
まんまるボランティアサロン ①ボランティアさん集まれ! ②機関誌まんまる発送サロン	①毎月第4火曜日 11:00~14:00 ※12月は21日 ②12月25日(土) 11:00~14:00	市民協働サポートセンター 参加費:無料 対象:誰でも	まんまる開催のボランティアサロンです。封筒や紙バックを、カレンダーや新聞紙で作ります。12月25日は、機関誌の発送作業をします。ボランティアに興味のある方、ぜひどうぞ!

新型コロナウイルスの影響で、開催方法などが変更になる可能性があります。ホームページやフェイスブックでも随時情報発信しています。あわせてご確認ください。

Facebook・Instagram
随時更新してます! チェックしてみて!

facebook



Instagram



新 スタッフ紹介

百瀬 由美子

神奈川県出身。長野に移住して18年目になりました。一人ひとりのワクワクや小さな発見を大切にしながら、地域のつながりを創っていかれたらと思っています。よろしくお願いします!



はココに!

和かふえよろづや

しなの鉄道線屋代駅から徒歩3分の場所にある「和かふえよろづや」は和とつながりをテーマにしたコミュニティカフェです。日替わりシェフによるランチ、箱市と呼ばれる地元クラフト作家による貸し棚販売など、店内にはさまざまな仕掛けや魅力がたくさん。お弁当やお惣菜のテイクアウトも可能です。また毎月第3日曜日には店舗前の歩道を使ったイベント「楽市楽座」を開催し、手作り雑貨や飲食、地元野菜のお店が並びます。今年9月でオープンから5周年。自分に合うつながりがきっと見つかります。この機会に足を運んでみてはいかがでしょうか?
〒387-0012 長野県千曲市桜堂521-1 TEL:026-214-0039
MAIL:info@wacafe-yorozuya.com (定休日:月曜日)



女将たちがいつも明るい笑顔で迎えてくれます

編集後記

秋号では、地域で活動する若者たちを特集しました。今回登場したのは男の子たちが多いですが、実際に地域活動をしている学生の8割くらいは女の子たち。若者たちが自由な発想を持ちながらこれからも活躍してくれることに期待します! (ひらまつ)



発行 / 市民協働サポートセンター まんまる (長野市)

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: https://nagano-shimin.net/

