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

まんまる

特集

多文化共生で豊かな地域に

●まんまるニュース
●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 災害支援事業担当 廣田 宜子さん
●ねぽが行く！突撃となりのＮＰＯ　にほんごプラス
●お宝ざくざく地域を掘り起こせ！　大岡地区・芹田地区
●まんまるイベントスケジュール

長野市国際交流コーナーの日本語教室に通う外国人のみなさん

2024 春号 №40

まんまるはＳＤＧｓを推進しています

特集

多文化共生で豊かな地域に

地域に住む外国人のことを知っていますか？

総務省によると、「国籍や民族などの異なる人々が、互いの文化的違いを認め合い、対等な関係を築こうとしながら、地域社会の構成員として共に生きていくこと」を多文化共生と言います。

日本にいる外国人は観光客だけではありません。年々日本で暮らす外国人が増える中、私たちは多文化共生できているでしょうか？

長野市で暮らす外国人が抱える課題や地域の意識から「多文化共生」を考えます。

日本で暮らす外国人をあらゆる面からサポート

長野市国際交流コーナー

長野市もんぜんぷら座3階にある国際交流コーナーは、長野市内に住む外国人の生活やさまざまな手続き関係のサポートなどをしている市の施設です。

現在、市内で暮らす外国人は4000人余り。国籍で最も多いのが中国、次いでベトナム、韓国及び朝鮮、フィリピン、タイとなっています。永住のほか、就労、家族滞在、技能実習など在住理由はさまざまです。

ここを訪れる人の多くは日本語の壁により、生活で困難に直面しています。日本語は世界で最も習得が難しい言語の一つだという調査結果があり、あいまいな表現や擬態語・擬音語、和製英語などは外国人が特に理解しにくいポイントです。

職員のナラスさんによると、ビザ更新のほか、「母子手帳をもらうにはどうしたらいいのか？」「出産後の検診はどこに行けばいいのか？」「就園・就学に必要な手続きは？」など、医療や子ども関係の相談が特に多いそうです。宗教の関係で学校の給食が食べられないケースもあり、そうしたことを学校に伝えるのも同コーナーの役割です。職員は相談に一つひとつ丁寧に応じ、通訳しながら病院や役所への付き添い、引っ越しに伴う業者への立ち合いなどを行います。

一方で、やさしい日本語であれば理解できるケースも多いそうです。「特に災害時は命にかかわるため、『避難』ではなく『逃げろ』のようにやさしい日本語で伝えることが重要。無理なら身振り手振りでも構わない」とナラスさんは言います。自然災害の少ない国から来た人も多く、外国人に向けての防災講習会や日本人に向けて災害時の外国人対応を伝える講習会なども行っています。

「やさしい日本語で」と呼びかけるナラスさん

ナラスさんは、「外国人が日本語や日本の習慣を学ぶと同時に、日本人も外国人が地域に暮らしていることを理解し、お互いに協力して暮らせる社会を築いていくことが大事。また、技能実習生を受け入れている会社や団体が手続きに協力したり、防災講座を開催したりするなどサポートしていくことが重要」と話しました。

いつでも相談できる人がいる安心感

ジェウさん

ベトナム出身のジェウさんは、大学を卒業後すぐに日本で仕事をするため移住しました。現在彼女は長野市内のIT系企業でプログラミングの仕事をしています。

日本に来て4年。来日当初は日本語をほとんど話せませんでしたが、会社内の日本語教室で勉強したことや、もともと日本のアニメが好きだったことも影響し、今では流ちょうに話します。

「日本での困りごとは？」と聞くと、「特にない」と言うジェウさん。「困っても会社の上司や日本人の友達が近くにいるので相談に乗ってくれて解決につながる。日本人はみんな優しい。もんぜんぷら座の国際交流コーナーの存在も大きく、いつでも相談できる人がいることがとても心強い」と話します。病院での専門用語や食べ物に書かれた材料や調理法などで困ることもありますが、スマートフォ

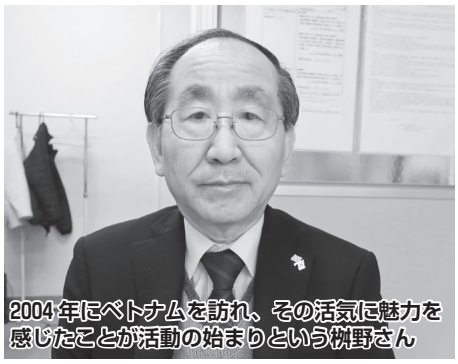
これからも日本に住み続けたいというジェウさん

ンなどを使って翻訳ができるので、言葉の壁はあまり感じないそうです。

　このように相談ができる機関や信頼できる人がそばにいることは生活する上での安心材料です。一方で、「日本人は静かすぎる」というジェウさん。日本人からもっと積極的に話しかけてくれることを待っているのかもしれません。

ベトナム人を中心に 仕事や暮らしをサポート

やさしなのパーソナルステーション


2004年にベトナムを訪れ、その活気に魅力を感じたことが活動の始まりという桝野さん

「NPO法人長野県PS・ふくしネットセンターやさしなの」は、主にベトナム人を対象に職業紹介を行うとともに、暮らしの相談に応じる「やさしなのパーソナルステーション」を開設しています。ベトナム人が長く安心して暮らせる環境を整えることが目的です。

　同法人がベトナム人を対象に行ったアンケート調査から見えてきたのは、「言葉」と「お金」に関する課題。「この二つの課題が大きすぎるため、家族、友達、勉強、災害といった課題が水面下に隠れてしまっている。二つの課題が解決されれば、より生活に関わる課題が浮かび上がってくるはず」と理事長で所長の桝野金治郎（ますのきんじろう）さんは話します。また、「言葉の壁を克服したくても、仕事で疲れて日本語教室に通えない現状がある。受け入れ企業が職場で日本語教室を開催するなどの工夫が必要。一方、日本語特有の微妙なニュアンスは人とのふれあいの中でしか習得できない。外国人を排除せずに地域で共に暮らしていくことが大事であり、暮らしの中から共生が生まれる」と語りました。

外国人と一緒に もっと地域をおもしろく

第三地区住民自治協議会

　権堂を中心とした第三地区は在住在勤外国人が多い地域ですが、課題はあるのでしょうか？　住民自治協議会事務局長の浅倉信（しん）さんと事務局次長の河西映子さんに聞きました。

「外国人から困りごとが直接寄せられることはほぼないが、地区内の飲食店などが外国人コミュニティとなり、困りごとや情報が共有されている可能性は高い」と浅倉さん。外国人との接点がなく、隣に住んでいるのがどこの国の人か、何に困っているのかわからないのが現状です。「隣にどんな人がいるのか関心を持つことから始まるのでは」と話します。

　最近、地区の役員会議では「災害が起きたとき、訪日外国人観光客への案内ができるのか？」という話から、案内板の表記方法の検討に向けた動きも出てきています。また、同地区内の子育てサロンに小学校のALT（外国語指導助手）が来て、子どもたちと遊ぶという取り組みも好評です。「地域にいる外国人の手を借りることで、地域はもっとおもしろくなる」と河西さん。このような取り組みが増えていくことで少しずつ住民間の壁は低くなっていくのかもしれません。

子育てサロンでALTと遊ぶ子どもたち

長野に住む外国人が集う場所

バーンチェリー

　長野市西鶴賀にあるタイ料理店「バーンチェリー」は、本格的なタイ料理が食べら

店主のカセームさん

バーンチェリー
長野市西鶴賀1472-9　TEL：026-232-0299
営業時間：12時～14時、17時30分～
定休日：月曜日

れるとあって、日本人だけではなく外国人も足繁く通う店です。

外国人のお目当ては美味しい料理はもちろん、タイから長野へ移住してきた店主カセームさんへの相談も。長野に店を構えて30年になるカセームさんは、「長野に住む外国人のお父さん的存在」なんだそう。外国人の多くが言葉の壁によって相談したくてもどこに相談していいかわからない状態だと言います。カセームさんは相談者の言葉に耳を傾け、必要があれば市や県の機関を紹介するなどしています。こうした外国人同士のネットワークが長野で暮らす外国人の大きな支えになっているようです。

医療通訳の必要性

一般社団法人多文化共生センターながの

県福祉事務所で中国残留帰国者の通訳を5年間行い、現在は多文化共生センターながのを立ち上げて医療通訳や外国語教室などを行っている笠原理恵子さん。医療通訳をする中で感じていることについて聞きました。

残留帰国者一世には通訳が派遣されたり、二世、三世の子どもが通訳するなどして生活しています。しかし、医療は子どもの通訳では難しいそうです。医療を受診する際、問診票を書いて看護師との確認、医師の診察、検査の有無、検査内容と手順、検査結果、次回の予約など必要なことが多くあります。薬局では書類の記入や薬の説明も。日本語が分からずに「うんうん」と返事をしてしまいますが、「薬は飲み合わせによっては命に関わるので、専門の通訳が入ることはとても大事」だと言います。

医療通訳の必要性を語ってくれた笠原さん

世界医師会は「患者の権利に関するリスボン宣言」の中で、「情報はその患者の文化に適した方法で、かつ患者が理解できる方法で与えられなければならない」と宣言していますが、実際に医療側が通訳を用意している国は限定されているそうです。

また、医療通訳は出産から死まで人の一生に関わるため、本人だけでなく、子どもや家族など様々な人と出会います。医療側が通訳を用意する必要性も感じつつ、「医療通訳はただの通訳ではなく、患者に寄り添える親のような存在」と語る笠原さん。海外旅行先で病気になって医療機関を受診することになった場合、言葉の分からない状態はとても不安です。そんな時、日本語の分かる人がいたらどれだけ安心するか、想像力を働かせることが多文化共生の一歩なのかもしれません。

映画から知る外国人の課題

2月24日、ながの若者スクエアふらっとbで映画「マイスモールランド」の上映会を開催し、30人が参加しました。この映画は、政治的な弾圧から逃れるために幼いころから家族で日本に住むクルド人高校生が主人公の物語です。難民申請が受理されなかったことで生活が一変。自分と家族、取り巻く人々の人間模様を描いています。

上映後には映画プロデューサーの伴瀬萌（めぐみ）さんと助監督の森本晶一さんを囲んで感想を共有しました。主人公と同世代の参加者からは、「日本人として自分が今できている生活は当たり前。でも日本で暮らす外国人にはそうでない人がいる。難民問題は聞いたことがあったが、どこか他人事だった。映画を観て身近にも起こりうる問題だと感じ、もう少し深く知ろうと思った」という感想が寄せられました。

映画は移民難民問題や在留資格、仮放免といった日本の法制度について触れていますが、身の回りに外国人がいて課題を抱えている可能性があることを、私たちはなかなか知る機会がありません。ただ情報を待つのではなく、映画や本を通じて外国人が日本で暮らす上での困りごとに触れる機会を持ってみては。

感想や質問に熱心に聞き入る参加者

取材を通じて、長野市には多くの外国人が暮らしていることがわかりました。言葉が通じない中での暮らしは本当に不安で不便だと思います。でも、言葉の壁があっても私たちは同じ人間です。寄り添うことで、外国人が暮らしやすくなるのはもちろん、私たち自身の暮らしも彩り豊かなものになるのではないでしょうか？　まんまるでも外国人との交流会などを企画していきたいと思います。

まんまるNEWS

NPOカフェまんまる
「出会って、つながって、コラボしよう!～協働の大交流会～」

会場では、出展者との交流が生まれていました

2月3日、長野県立大学三輪キャンパスにて、ながの地域まるごとキャンパス活動報告会と交流会を開催。「ながの地域まるごとキャンパス(以下まるキャン)」とは、地域をまるごとキャンパスととらえて、市民活動団体や企業が「地域活動体験プログラム」を学生に提供する事業です。活動報告会には全37プログラム中12団体がブース出展、15団体がポスター展示をしました。会場では、プログラム提案団体やまるキャン参加学生、まるキャンに興味を持った学生や先生、地域住民など79人が交流しました。

荻原市長は各ブースを回り活動報告を聞き、各団体の熱の入ったスピーチに、他団体の出展者も聞き入っていました。学生が説明しているブースでは年代を超えた交流があったり、ポスター展示を見ながら「コラボしたい」「参加したい」など付箋に書いて貼ったりと様々な形で交流しました。天空の里いもい農場のプログラムに参加した学生は「一年を通して参加することができ、普段はできない農業を通じて、地域の人とふれあえたことがとても良かった」と話しました。

▲2023年度まるキャンプログラム提案団体一覧

NPOカフェまんまる
「障害のある子の親の会を知ろう!」

交流タイムの様子

3月4日、長野市内で活動している障害のある子どもを育てている親の会を知る交流会を開催し、30人が参加しました。今回活動を紹介した親の会は、長野県LD等発達障害児・者親の会よつ葉の会、ダウン症長野ひまわりの会、長野県自閉症協会北信地区いとぐるまの会の3団体。北部相談支援センターからは支援の相談先について紹介がありました。

その後のパネルトークのテーマは、休日の過ごし方と災害時の避難について。休日の過ごし方では、「地域の人と趣味の囲碁を楽しんでいる」「家以外の場所で体験することを心がけている」と家族以外との出会いを求めていることがわかりました。

災害について共通していたのは、「障害のある子どもを避難所に連れて行くことは難しい」ということ。そのためキャンプの練習をしている人もいました。教員を目指している学生からは、「子どもの頃から自分で選択してもらうことを意識していたという話が印象的だった。災害時には学校でも児童・生徒の安否確認をするので、今後教員としてどんな取り組みができるか考えていきたい」と話しました。

#28 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
災害支援事業担当　廣田（ひろた） 宜子（のりこ）さん

「何の知識もなくNPOの世界に入った」と廣田さんは言います。「私をここに引っ張ってくれたのは、とあるNPO法人が主催した環境イベント。2010年、子どもと一緒に参加しました」。

当時の廣田さんは母親を亡くしたばかり。享年54歳という若さでした。妹は母親を失ったショックで不安定になり、長女として妹を支えなければならない立場にいましたが、不安や憂いの中にいたのは廣田さんも同じ。大きな指針をなくした中で、小学1年生と幼稚園年中の息子2人を育てていました。そんな時にママ友から誘われたイベントでした。

廣田さんにとって、そのイベントは久しぶりに家庭以外の社会と触れる機会でした。新鮮な驚きと解放感に溢れていて、気づけば夢中になって、のめり込んでいました。これを機に、「引っ張られる」ようにしてNPOの世界に関わるようになりました。

2011年には、市民協働サポートセンター（旧市民公益活動センター）のスタッフに。19年、災害支援事業立ち上げのスタッフとして「NPO法人ながのこどもの城いきいきプロジェクト」へ移籍。日々勉強からのスタートでした。

「出会った一人ひとりに可能性を見出してもらった」と振り返る廣田さん。その一つが「自分は人と直接関わるのが性に合っている」ということ。中間支援としての活動の中で団体と関わり、大小さまざまなイベントを開催し、子どもも親も楽しんでいる姿を見てきました。参加者だけでなく、主催者もはつらつと取り組んでいる様子に、達成感や充実感を覚えました。「直接支援に携われたことがモチベーションを上げ、今のこどもの城での仕事につながっているように思います」。

平坦ではなかった人生の経験が廣田さんをさまざまな支援活動に引っ張っているのでしょう。

取材・執筆　市民ライター　佐藤テイ子

団体情報
NPO法人ながのこどもの城いきいきプロジェクト
TEL：026-225-9354
メール：n-saigai@na-kodomo.com

プロフィール
1979年長野市生まれ。自然に触れることが好きで、姪っ子を連れて山へ花を見に行ったり、冬はスノーボードを楽しんだりしている。好きな食べ物はあんかけ焼きそば！

にほんごプラス

にほんごプラス代表の岡宮美樹さんは日本語教室に関わる中で、「日本人が外国人に教える上下関係ではなく、日本人が外国人を理解する場があってもいいのでは」と現在の活動を始めました。

インドネシア料理のチキンスープをインドネシア出身の人に作ってもらいみんなで食べたり、カードゲームをしたり、漢字カードを作ったりとお互いの文化を理解する場になっています。漢詩を中国人に中国語で読んでもらったときの感動がきっかけで、今年は多言語多読のブッククラブも計画中。スペイン語や中国語など多言語での読み聞かせは子どもも対象とのこと。英語が話せなくても日本語が話せなくても参加できるやさしいイベントなので気軽に参加してみては。

世界の先生に会えます！と語る岡宮さん

団体名：にほんごプラス
連絡先：nihongoplusn@gmail.com

お宝ザクザク

地域を掘りおこせ!

大岡地区&芹田地区

大岡初! ファシリテーションを学ぶ!

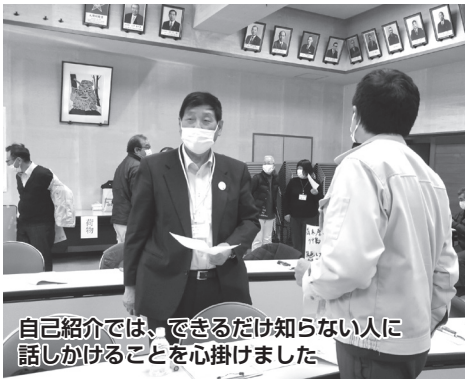
大岡地区

大岡地区住民自治協議会は、会議のファシリテーションを学ぶ講座を2月6日に同地区内で開催し、区長や子育てサークル代表など22人が集まりました。

講師は日本ファシリテーション協会フェローの鈴木まり子さん。冒頭、「目的は会議の開催ではなく、より地域をよくすること。そのためにファシリテーションはある」と話し、「意見を出すのもまとめるのも参加者であり、それを促進するのがファシリテーター」ということを確認しました。

鈴木さんからは、レイアウトや人数編成のコツなど、すぐに使えそうなポイントの紹介もあり、参加者は熱心に耳を傾けていました。「意見が出ない際にどうしたらいいか」という質問に対し、「最初に今日目指すゴールを提案し、全体共有してから始めては」とアドバイスがありました。

今回の講座の目標は「終了後これからの会議や打ち合わせが少し楽しみになっていること」。「次はファシリテーターになりたい」と話す人も多く、次につながるヒントをつかんだ様子でした。企画立案者である地域福祉ワーカーの内田光一郎さんは、「会議を楽しくすることでいい地域になるはず。住民が自分のやりたいことをいろんなところでやって、それがつながることで地域はおもしろくなる」と話しました。



自己紹介では、できるだけ知らない人に話しかけることを心掛けました

「地域のいいところ話してみた! やってみたいこと考えてみた!」

芹田地区

芹田地区には地域活動部会があり、その中の男女共同推進委員会の会議が2月13日、芹田公民館で開催され、各区から代表委員14人が集まりました。毎年2回程度様々な角度から地域のことを考えるこの会議、今回は委員の塚田和子さんの提案でワークショップ形式での開催となりました。

塚田さんは、市人権・男女共同参画課が企画した「女性のための地域活動セミナー」に参加、そこで体験した地域のことを考えるワークショップで「これだ!!」と思ったそうです。講演会のような形式も良いですが、ざっくばらんに話せる場は新たなアイデアやコミュニケーション促進に一役買います。

司会進行は同課の畑順子さん。この日は地域の良いところ、残念なところを出し合い、それを受けて「こうなったらいいな」「こんなことやってみたいな」を話し合いました。

出された意見の中には、女性だけのお茶飲み会や40~50代の人が参加できるイベントの企画など交流を促進したいという意見が多かったのが印象的。地区の活動に無関心な方が増えているという実感から、連絡方法のDX化にチャレンジしたいという意見も。少子化対策は地区だけでは難しいという声もありましたが、芹田地区の子育て応援隊のようなものができたら楽しいのでは? と感じました。次の一手をお楽しみに。

リラックスして話し合えました

まんまる 市民協働サポートセンター スケジュール 2024年 4月▶6月

タイトル	日　時	会場／費用	内　容
NPO 初歩講座 「NPO ってなんだ？」	5月11日（土） 10:30~12:30	市民協働 サポートセンター 参加費：300円 定員：5人 対象：誰でも	ボランティアって何? NPO ってなんだ? などの基礎知識から、NPO 法人の成り立ちや設立についてお話します。また、市内の活動紹介や先輩 NPO による立ち上げエピソードの披露も。
NPO ステップアップ講座 広報講座 「【最新版】心をつかむタイトルの作り方教えます!」	6月16日（日） 13:30~16:00	もんぜんぷら座3階 304会議室 参加費：無料 対象：NPO・市民活動団体、住民自治協議会 持ち物：パソコン	タイトルは記事やコンテンツを読む決め手になる最も重要な部分です。読み手を惹きつけるタイトルは記事やブログ投稿などのコンテンツを魅力的に伝えることができます。前半は広報に際してのリテラシーやタイトルをつける時のコツなどの講義を聴き、後半は AI を活用してタイトルをつくるワークをします。
NPO カフェまんまる 「犯罪を繰り返さないために、市民活動ができることは」（仮）	7月7日（日） 14:00~16:30	もんぜんぷら座3階 304会議室 参加費：無料 対象：関心のある市民活動団体、企業、更生支援をする機関や団体	近年、再犯者率が上昇する傾向にあります。その背景には、法や制度は整備されてきているものの、罪を犯した人が社会復帰後に孤立してしまうという現実があります。こうした現実を前に市民団体は何ができるのでしょうか?　現状を知り、皆で考える交流会です。 協力：長野少年鑑別所
まんまるボランティアサロン ①ボランティアサロン（毎月） ②機関誌発送サロン	①毎月第4火曜日 10:30~12:00 ②6月29日（土） 10:30~	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。「誰か」や「自分」のために、楽しく無理なくボランティアをしませんか? 10代から90代までいろんな人が活躍しています! ①カレンダーで封筒作りやラベル貼りなどの作業をしたり、ゲームで交流したりします。その日によって作業や内容は変わります。 ②3ヶ月に1回発行するセンターの機関誌を発送する作業です。封筒へのラベル貼り、機関誌やチラシの封入をします。

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。

まんまる はココに!

街の焼き立てパン屋さん
「こむぎ」

篠ノ井茶臼山のふもとにある街の焼き立てパン屋さん「こむぎ」。2003年4月に「お客さんの喜んでいる顔が直接見える仕事をしたい」と夫婦で始めました。店内には保存料や添加物を使わず丁寧に焼いたパンが並びます。「お客さんに感謝の気持ちを持ちながらパン作りをしている」と語る店主の岩本圭司さん。最近は食品ロス対策にも取り組んでいるそうです。晴れた日はお店のウッドデッキや近くの篠ノ井西公園でパンを食べるのがおすすめです。
長野市篠ノ井布施五明3547−2　TEL026-293-5022　営業時間／7:00〜19:00
定休日／毎週月火　ホームページ／http://komugi.org/

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 もんぜんぷら座3F
e-mail：npo@nagano-shimin.net
ホームページ：https://nagano-shimin.net/

編集後記

日々の暮らしの中で気候変動を肌で感じるこの数年。大きな災害があっても、大雪が降っても、百花繚乱の信州の春です！自然が持つしなやかさと強かさを感じます。私たちもそんな風にありたいと思うこの頃。(ままりん)