



市民協働サポートセンター
令和 6 年度運営報告

令和 7 年 3 月

特定非営利活動法人 長野県NPOセンター

目次

総 括 （令和 6 年度を振り返って）

令和 6 年度事業報告

（１）ネットワークの強化・拡大	１
（２）情報の収集・提供業務	４
（３）市民公益活動、団体運営等に関する相談及び調整	６
（４）団体・個人の育成	８
（５）市民公益活動の促進をはかるためのその他の事業	９
（６）施設管理業務	９
（７）添付資料	１１

【総括】

市民協働サポートセンター

令和6年度を振り返って

今年もさまざまなテーマで交流会など開催してきたが、中でも「自治会」をテーマにした交流会には、予想を大きく上回る約80人が参加しテーマへの意識の高さを感じた。この交流会は、自治会について考えるための出発点と位置づけていたが、参加者が自治会に関する課題や苦勞を語り合い、「自分が区長になったらこんなことをしたい」といった熱い想いを共有するなど、非常に熱量の高い場となった。今後は、自治会の課題をさらに掘り下げ、解決に向けた自由な議論の場を継続的に創出していく必要性を感じている。全国で活躍する知識・経験豊富な講師を招いたり、他県の自治会事例を紹介したりしながら、取り組みを深く進めていきたい。

また、市民活動団体向けの講座では、日頃の相談内容や社会の動きを踏まえたテーマ設定を行い、長野市ではなかなか聞くことのできない講師を招いて企画した。これは、NPO団体自身が「何を目指すのか」といった活動の根幹を見つめ直す機会となり、大きな意義があった。各事業の企画・実施を通じて、センタースタッフ自身も学び、成長する機会となっており、団体のニーズを把握しつつ、県内外の市民セクターの動向にも注目しながら、今後の事業を進めていきたいと思う。

昨年、若者の拠点「ながの若者スクエア ふらっと」がセンター隣に開設され、交流会やワークショップを連携して開催した。地域活性化、課題解決を目指す上で立場や世代を超えた意見交換や協働の場は重要と考えており、今後もその機会を創出すると同時に、今後はその相乗効果も検証していくこととする。このように、多様な参加の機会を創出し、市民一人ひとりが活動に参加しやすい環境を整えていくことで、市民活動に関わる人を増やし、団体の継続性を支えていきたい。分野を超えた連携を促進し、対話を通じて協働へとつなげるファシリテーターとしての役割を果たすことで、長野市の地域社会全体の活性化に寄与していく。

時代の変化とともに、私たちセンターの役割も変化していく必要があり、「自分たちは地域や社会にとってどんな存在価値があるのか」を自らに問いかけ、言語化しながら、今後も力強く歩んでいきたい。

市民協働サポートセンター
センター長 戸井田 由奈

(1) ネットワークの強化・拡大

ア 団体間の交流事業の企画運営／カフェまんまる、地域まんまる

＜事業目標＞

市民活動団体と企業や住民自治協議会・行政などが出会い連携・協働につながるきっかけ作りをめざす。また、市民活動団体と活動したい個人や個人事業主がつながり、団体に取り組む社会課題に出会い考える機会を創り出し、団体への共感と参画が生まれるきっかけ作りとして開催。同じ課題を多様な視点から見ることができ、団体の活動に深まりと発展を期待して、企画協力団体との協働で進める。

	タイトル		参加人数
	期日	会場	
	企画協力団体		
1	NPOカフェまんまる「罪を繰り返さないため市民活動ができること」		33
	7月7日(日)	もんぜんぷら座304会議室	
	長野少年鑑別所		
2	NPOカフェまんまる「未来を見据えた不登校支援を考えよう！」		26
	8月8日(木)	もんぜんぷら座304会議室	
	学び舎めぶき、NPO法人にっこりひろば		
3	NPOカフェまんまるスピンオフ企画「少年鑑別所見学ツアー」		8
	8月22日(木)	長野少年鑑別所（三輪）	
	長野少年鑑別所		
4	NPOカフェまんまる「地域との連携で学びを豊かに！」		66
	12月1日(日)	長野県立大学	
	長野県立大学・ながの若者スクエアふらっと		
5	地域まんまる「自治会ってなにしてる？」		72
	2月6日(木)	柳原交流センター	
6	NPOカフェまんまる「お祝いごとの料理から世界を知る！」		18
	3月8日(土)	もんぜんぷら座304会議室	
	国際交流コーナー・ながの若者スクエアふらっと		
合計			223

※交流会の様子は巻末のイベントレポート参照



2/6 地域まんまる「自治会ってなにしてる？」

12/1 カフェまんまる「地域との連携で学びを豊かに！」

イ 市民公益活動の参加促進をはかる事業／まんまるサロン、機関誌発送サロンほか ＜事業目標＞

小さな力を集めてセンターの運営に関わる機会をめざす。市民と市民活動団体や福祉事業所などふだん出会う機会のない人たちが交流する場として開催。

	テーマ		参加人数
	期日	会場	
1	機関誌まんまる発送作業		14
	4月2日	市民協働サポートセンター	
2	ボランティアサロン		6
	4月23日	市民協働サポートセンター	
3	ボランティアサロン		8
	5月28日	市民協働サポートセンター	
4	ボランティアサロン		5
	6月25日	市民協働サポートセンター	
5	機関誌まんまる発送作業		5
	6月29日	市民協働サポートセンター	
6	ボランティアサロン		7
	7月23日	市民協働サポートセンター	
7	ボランティアweek		10
	8月4-6日	市民協働サポートセンター	
8	ボランティアサロン		7
	8月27日	市民協働サポートセンター	
9	ボランティアサロン		8
	9月24日	市民協働サポートセンター	
10	機関誌まんまる発送作業		7
	10月1日	市民協働サポートセンター	

	テーマ		参加人数
	期日	会場	
11	ボランティアサロン		7
	10月22日	市民協働サポートセンター	
12	臨時ボランティアサロン		9
	11月12日	市民協働サポートセンター	
13	ボランティアサロン		8
	11月26日	市民協働サポートセンター	
14	機関誌まんまる発送作業		22
	12月24日	市民協働サポートセンター	
15	ボランティアサロン		22
	12月27日	市民協働サポートセンター	
16	ボランティアサロン		7
	1月28日	市民協働サポートセンター	
17	ボランティアサロン		8
	2月25日	市民協働サポートセンター	
18	ボランティアサロン		8
	3月25日	市民協働サポートセンター	
19	機関誌まんまる発送作業		5
	3月29日	市民協働サポートセンター	
合計			173



ボランティアサロン
(機関誌発送準備など)



臨時ボランティアサロン
(チラシ分けなど)

ウ 団体に関する情報収集および把握／団体の調査とデータベース作成

取材、訪問、相談等の際に団体の活動情報をセールスフォースに登録し集約。センター内で共有できるようにする。また、地域活動支援課に情報を提供し、今後の市民活動支援につなげる。

訪問件数 116 件(取材含む) (2024/4/1～2025/3/31)

＜成果・課題と展望＞

交流事業については、2年前から準備を進めてきた長野少年鑑別所との協働事業が実現したことにより、これまで接触がなかった更生支援団体や企業との出会いがあり、また新たな分野での当センターの周知につながった。スピンオフ企画にも発展し、長野少年鑑別所からも「新たな取り組みができた」と感想をいただくことができた。昨年に続き国際交流コーナーとの協働企画「お祝いごとの料理から世界を知る」は、タイやミャンマー、ベトナム、中国などさまざまな国籍の方が参加し交流することができ、当初の目的を達成することができた。

地域ましまるは、「自治会」を知るきっかけとして開催したが、参加者が想定以上に集まり、関心の高さを感じた。一方課題意識も強く、今後より深く掘り下げて継続して取り組む必要性を感じている。

ボランティアサロンは、新規を含めて多くの方々の参加があった。特に今年は近隣の就労移行支援事業所も利用者を連れて毎回参加し、作業を通じて交流する場をもつことができた。通信制つくば開成学園高等学校の生徒も新たに参加し、多世代交流の場を生み出したのも大きな成果。こうした交流会やボランティアサロンを通じ、センターの目指す参加の場を創り出すことはできたと考える。来年度もアンテナをより一層高く張り、外部の研修や取材などに積極的に出かけ、さまざまな団体・機関との関係づくりをし、センター企画に活かしていきたい。

（2）情報の収集・提供業務

＜事業目標＞

センターは中心市街地に位置し、多くの人々が利用するもんぜんぷら座に設置されていることから、さまざまな団体の情報を市民に提供できる利点を持つ。掲示スペースも広く、広報効果が期待されている。また、ホームページやSNSを最大限に活用し、長野市はもちろん他市町村への周知を図り、市民活動団体の情報発信面の支援と、多様な市民の参画を作り出す。

ア 市民公益活動に関する情報の収集及び提供（2024/4/1～2025/3/31）

- ◆ 機関誌の発行・配布（年4回）及びバックナンバーのホームページ公開
4月、7月、10月、1月発行。各1700部（※春号からメルマガ配信との併用につき、1500部に変更）。1回送付平均454件、メルマガ配信先132件
※特集内容については添付を参照
※ホームページでバックナンバーを公開
- ◆ 団体及び関係機関が発行する機関誌の収集及び管理 211件 【前年比90%】
- ◆ ホームページ、SNSなどを活用した情報発信及び管理運用
 - ・ ホームページを活用した情報発信件数 481件 【前年比98%】
アクセス件数 74,008件 【前年比97%】
 - ・ Facebookを活用した情報発信件数 593件 【前年比94%】
アクセス件数 61,659件 【前年比83%】
 - ・ Instagramを活用した情報発信件数 97件 【前年比69%】
アクセス件数 12,365件 【前年比118%】
- ◆ その他、人材の紹介、助成金等活動資金、法務、財務会計その他団体運営のノウハウに関する情報の収集及び提供（2024/4/1～2025/3/31）
 - ・ 助成金情報 受取件数174件

ホームページ・facebook等を活用した情報発信及びセンター内掲示スペースでの掲示・配架、各団体への個別の案内を行った

◆ まんまる YouTube

センターがもつ YouTube チャンネルで市民活動をする人にスポットを当てる番組「まんまる YouTube」を開設

出演者		再生回数
1	仁科賢人さん（おっきいて）	69
2	亀垣嘉明さん（ながの電気クラブ・長野県NPOセンター）	61
3	西澤晃一さん（CoderDojo長野）	42
4	増田さん&小山さん （やまとひとをつなぐプラットフォームYamassho）	59
合計		231

イ 情報掲示板の管理（各団体のチラシ、ポスター等の掲示物の受付等）

チラシ・パンフレット等受取・配架・掲示件数 593 件（種類）【前年比 112%】

ウ 団体等にする情報提供、案内

窓口情報提供件数 2,092 件

電話・メール等での情報提供件数 2,866 件

訪問での情報提供件数 364 件

合計 5,322 件【前年比 101%】

エ 報道機関へのイベント情報提供

- ◆ 市民新聞「市民とNPOのひろば」へのイベント情報提供（毎月第1火曜日掲載）
- ◆ 市民新聞「NPO新春特集」の編集
- ◆ 市民新聞「リレーコラム」執筆者コーディネート、イベント各回2件情報提供（毎月第3土曜日掲載）

4	にほんごプラス	岡宮美樹
5	アイウィル	上垣直美
6	いちごカフェ	北村玲子
7	長野県NPOセンター	亀垣嘉明
8	お屋敷保存会	太田秋夫
9	信州ひらがな料理普及隊	吉田百助
10	パドックNAGANO	長谷川裕之
11	信級きぼうの森	関口喜人
12	ファンドレイザー	戸井田由奈
1	Yamassho	千野敬子
2	ふらっと	山口泰聖
3	いとぐるまの会	花石多希子



市民新聞 2025 年 1 月号「地域の課題、協働で解決」

<成果と課題・展望>

情報発信については、SNSを積極的に活用した発信に課題が残る。特に facebook は発信件数も少なかったが、利用者が減っていることも確かで、その分 Instagram への発信に切り替えていきたいところだったが、スタッフ側のマンパワーや分析不足もありなかなか取り組めなかった。来年はSNS活用において、効率的・効果的に発信できるよう、分析も含めて取り組む必要がある。団体からの情報提供、特に窓口にさまざまな情報を持ってくる方やふらりと立ち寄る方も増えた。これは隣にながの若者スクエア「ふらっと」ができたこともあり、相乗効果があったと感じる。一方、センター外での情報提供件数は落ちており、来年度はセンター外でも積極的に情報を取りにいきたい。

(3) 市民公益活動、団体運営等に関する相談及び調整

<事業目標>

社会・地域の課題解決をする主体が多様化する中、それぞれの特徴を捉え、団体のニーズや全国の動きをキャッチしながら的確な情報提供やアドバイスをし、マネジメント等に悩む団体を支援する。また、連携協働を模索する行政・企業と市民活動団体や住民自治協議会をつなぎ、協働が生まれる土壌づくりをしていく。

ア 団体等からの各種相談受付、マネジメントに関する支援

イ 団体・個人のニーズに合わせたコーディネート

相談件数 268 件 (センター内 159 件・メール等 79 件・センター外 30 件)

【前年比 108%】

（新規事業）あなたの想いを事業（カタチ）にしてみよう！ワークショップ

	期日	会場	参加人数
1	4月27日	ながの若者スクエアふらっと	3
2	5月5日	生涯学習センター（ふらっと開催イベント出展）	1
3	5月11日	ながの若者スクエアふらっと	7
4	5月18日	ながの若者スクエアふらっと	5
5	6月8日	市民協働サポートセンター	4
6	1月25日	市民協働サポートセンター	4
合計			24

ウ 長野市が実施する「ながのまちづくり活動支援事業」に関する業務

- ◆ 募集情報の提供
随時地域活動支援課からの情報をホームページ・SNS・一斉メール等で発信するとともに、過去に助成金等の相談や資金調達の課題を抱える団体には個別に発信した。
- ◆ 応募に関する相談対応
上記相談件数に含む
- ◆ 採択団体からの運営等に関する相談対応
採択後の相談には随時対応した

<成果・課題と展望>

相談件数は微増。隣にできたながの若者スクエア「ふらっと」に来た若者からの相談もあった。相談側は、NPOだけでなく、行政や企業、一般市民と多様であり、それに伴い相談内容も非常に幅広くなっている。センタースタッフがもつネットワークが問われることが多くなっていると同時に、スタッフ自身がつながれていない資源や人材を発掘する機会にもなっている。また、相談を受ける中では、相談者自身が、自分の想いの整理ができていない、うまく言語化することができていない状況に接することも多かった。そこで、まちづくり活動支援事業補助金若者枠の相談期間に合わせ、「あなたの想いを事業（カタチ）にしてみよう！」という名称でワークショップも開催した。そこでは、資金の必要の有無などに関わらず、自分のやってみたい想いを言語化すること、またその想いを深掘りすることを通じ、相談者自身の想いややるべきことを整理することを目指した。当初は25歳以下で実施したが、5回目からは年齢制限をなくし、さまざまな世代と共に考える機会とした。今年はテスト的に始めたが、来年は継続的に実施していき、スタッフのスキルアップにもつなげたいと考える。

今年は少し訪問が減っていたが、日頃から市民活動団体や個人などとの顔の見える関係づくりは重要である。センターの動きを見て、他市町村や県からも地方の市民活動団体の現状を教えてほしいなどといった相談も入ってきており、これまで以上に広い視野をもって情報収集や対応に努めていきたい。

（４）団体・個人の育成

＜事業目標＞

団体運営に必要な広報などスキルを提供する講座と、「資金調達」や「協働」などマネジメント面での学びの場を提供。団体の成長につなげる。また講座内ではワークショップ形式を可能な限り取り入れ、出会いの場となるような企画も心がける。

- ◆ 各種講座等の開催

NPO初歩講座

日時	参加人数
5月11日(土)10:30～12:30	6
3月 8日(土)10:30～12:30	8
合計	14

	タイトル／内容		参加人数
	期日	会場	
	講師・協力団体		
	広報「心をつかむタイトルの作り方教えます！」		9
1	6月16日(土)	304会議室	
	寺澤順子さん（ソーシャルデザインセンター）		
	資金調達「補助金を活用してまちづくりに挑戦しよう！！」		18
2	9月28日(土)	もんぜんぶら座 304 会議室	
	三浦正士さん（長野県立大学グローバルマネジメント学部講師）		
	組織運営「持続可能な組織基盤づくりのヒントを学ぼう！」		15
3	2月1日(土)	もんぜんぶら座 304 会議室	
	山崎宏さん（NPO法人ホールアース自然学校）		
	NPOステップアップ講座「会計・税務お悩み相談会」		4 4団体
4	3月22日（土）	もんぜんぶら座303会議室	
	北原 正明さん（税理士法人 成迫会計事務所 税理士）		
合計			46

※各講座のまとめは巻末の添付資料を参照

＜成果・課題と展望＞

今年も市内外県外から講師陣を呼び、多様な講座を開催することができた。広報講座はAIを活用したタイトル作成や記事編集などについて話があり、広報面に悩むNPO団体にとって新鮮な学びとなったようだ。組織運営講座は、この夏にスタッフが受講した日本NPOセンターの研修で出会った講師を招へいした。広い視点で講師選定をしていくためにも外部研修への参加は重要と考える。また、講座の内容としては「我々が何をを目指すのか」といった団体運営の根本を問い直す部分も多く、団体の組織基盤を強くするためにも、今後の活動内容を考える上でもとても重要な機会になったようだ。ノウハウ提供だけではなく、活動の中で一旦足をとめて、自団体の在り方を見つめなおす機会を、NPO支援を謳う当センターだからこそ今後も創っていく。

(5) 市民公益活動の促進をはかるためのその他の事業

ア センターの利用促進を図るための情報発信

- ・ センターの日常の様子などをSNSを通じて発信 件数は情報提供発信数に含む
- ・ 訪問での取材や機関誌配布などを通して、センターの活動について周知
- ・ 交流会・講座などの開催については、プレスリリースをし、メディアへのはたらきかけを行った

日	メディア名	事業名	掲載日
5月16日	信濃毎日新聞	NPOステップアップ講座	未定
	週刊長野	NPOカフェまんまる「罪を繰り返さないため市民活動ができること」	
7月5日	信濃毎日新聞	県地域振興局若者意見出しWS（まんまる・ふらっと共催）	7月6日
	週刊長野	県地域振興局若者意見出しWS（まんまる・ふらっと共催）	
7月7日	信濃毎日新聞	NPOカフェまんまる「罪を繰り返さないため市民活動ができること」	7月8日
	中日新聞	NPOカフェまんまる「罪を繰り返さないため市民活動ができること」	
	読売新聞	NPOカフェまんまる「罪を繰り返さないため市民活動ができること」	
8月8日	信濃毎日新聞	NPOカフェまんまる「未来を見据えた不登校支援を考えよう！」	8月10日
8月22日	信濃毎日新聞	NPOカフェまんまるスピノフ企画「少年鑑別所見学ツアー」	8月24日
8月5日	週刊長野	Oooka森の学び舎冒険の地図づくり（まんまる協力）	8月24日
	長野市民新聞	Oooka森の学び舎冒険の地図づくり（まんまる協力）	8月8日
12月1日	信濃毎日新聞	NPOカフェまんまる「地域との連携で学びを豊かに！」	12月4日
1月20日	信濃毎日新聞	地域まんまる「自治会ってなにしてる？」	
3月1日	長野市民新聞	カフェまんまる「お祝いごとの料理から世界を知る！」	

- ・ センターの活動を県内外の団体が視察に訪れた
東京都荒川区・岩手県盛岡市（視察受け入れ自治体・団体）
- ・ センターへのインターンシップ生の受け入れ
長野美術専門学校 4名
受け入れ記録（計7日 7/31、8/7、8/8、8/9、8/17、8/18、8/22）
センター主催交流会の準備や当日運営の補助、ボランティアサロンに携わった。

イ 団体活動のための展示スペースの提供

- ・ 市内で活動する団体の資金調達のための商品の展示や購入希望の方へのコーディネート
- ・ 掲示スペースを貸し出し、活動報告などの展示場所を提供

ウ 新たな事業の提案

(6) 施設管理業務

ア 利用統計の作成

毎月の利用統計を作成、合同ミーティングにて報告

センター総利用者数 6,401人【昨年比99.9%】

イ 情報交換スペースの管理

団体支援のため、「まんまるテーブル」を貸し出し 45 件 208 人【昨年比 97%】

ウ 備品類の管理

センター内の備品類については、適正に管理した。

また、ワークショップツール「えんたくん」は、希望があった際に貸し出しをした。

<成果と課題・展望>

センター利用者数は昨年とほぼ同じだった。訪問される方は、以前から【居場所】のように足繁く通ってくれる方や、自分の活動に踏み出したいからと初めてこられる方、紹介の紹介のような形でセンターを知り訪問される方などさまざまいた。最初の一步を踏み出すためのきっかけを紹介したり、参加参画の機会を提案したり、センターに寄った短時間にもさまざまな情報提供・交換ができるよう、スタッフ側も常にアンテナ高く、情報を持ち合わせているようにしたい。そのためにはニーズの把握、タイムリーな情報をキャッチするなどして、市民活動の後押しをするためのスキルアップをしていきたい。

【添付資料】

交流会(NPOカフェまんまる・地域まんまる)

NPO カフェまんまる

罪を繰り返さないため 市民活動ができること

犯罪を繰り返す若者を取り巻く社会には、どんな課題があるのでしょうか？法や支援が行き届いていない、人間関係の孤立などさまざまな要因があります。
社会とつながり環境を整えるために市民活動ができることは何なのか？今回少年鑑別所と協働し、実際に関わっている企業や団体と一緒に考えます。

日時：7月7日(日) 14:00～16:30
場所：もんぜんぶら座3階304会議室
対象：関心のある市民活動団体・企業、更生支援団体、保護司、教育関係者、個人
内容：①罪を犯した若者を取り巻く現代社会について（少年鑑別所）
②事例提供（企業・更生支援団体など）
③グループワーク
協力団体：長野少年鑑別所

●主催・問合せ・申込先●
市民協働サポートセンター
TEL:026-223-0051 メール: npo@nagano-shimin.net お申込みフォーム

NPO カフェまんまる
スピンオフ

長野少年鑑別所 見学ツアーのご案内

日時：8月22日(木) 15:30～16:30 (1時間程度)
場所：長野少年鑑別所（長野市三輪 5-46-14）
対象：関心のある方
内容：鑑別所職員による所内見学&感想シェア
申込先：市民協働サポートセンター
※右記申込みフォームまたは
026-223-0051 まで お申込みフォーム

主催：長野少年鑑別所
協力：市民協働サポートセンター

NPOカフェまんまる

未来を見据えた不登校支援を考えよう！

長野市内には不登校や不登校傾向にある子どものための居場所や私設フリースクール、通信制高校など多様な学びを提供する団体が増えました。子どもたちの未来を見据え、大人が様々な選択肢を知っておくことで、子どもたちが安心して選択できるようになるのではないのでしょうか。そこで、「不登校支援とは何か？」長期的な視点を持ちながら子どもに関わる団体がつながり合い、子どもを真ん中にした地域社会を目指す交流会を企画しました。みなさんの参加をお待ちしています！

日時：2024年8月8日(木) 13:30～16:00
場所：もんぜんぶら座3階 302会議室
内容：第一部 ～話題提供～
岡宮真理さん(にっこりひろば)
永井佐千子さん(学びあふぶき)
第二部 ～グループワーク～
事例検討しながら実際の支援を考えます
対象：子どもに関わる団体・学校運営団体・行政
教職員・学生・個人など
定員：20名(先着順)
参加費：無料
申込方法：電話・メール・申込フォーム

●主催・問合せ・申込先●
市民協働サポートセンター
TEL:026-223-0051 メール: npo@nagano-shimin.net
(受付時間) 月～日 10:00～19:00(休館日) 毎月第1・3水曜日

NPOカフェまんまる×まるキャン報告会

地域との連携で学びを豊かに！

～協働の事例から～

長野の魅力を再発見する高校生・大学生向け地域活動体験プログラム「ながの地域まるごとキャンパス」の報告会を開催します。地域活動との協働の先に何があるのか？学生は何を求めて地域活動するのか？そのヒントが見つかるかも！学生との協働を考えている地域活動団体や地域と学生をつなげたい教育関係者などにおすすめな企画です。この機会にぜひご参加ください！

12.1(日) | 13:00-16:00
会場：長野県立大学 三輪キャンパス
(長野市三輪8-49-7)

参加費：無料
対象：地域活動団体・学生・学校関係者
市民など興味のある方はどなたでも！

内容
13:00～14:00 まるキャン活動団体交流会
※各団体の活動を発表し合います
14:00～15:00 協働事例発表&協働ってなんだろう？
※事例発表を聞いて協働の基本的話を聞きます
(アドバイザー：
長野県立大学ソーシャル・イノベーション創出センター長 東徳之氏)
15:00～16:00 大交流会
※参加者と活動団体との交流タイムです！
※キャンパス内駐車場に限りがあります。できるだけ公共交通機関を利用してお願いします。
※まるキャンについては「ながの地域まるごとキャンパス」で検索！

主催・申込・問合せ先 市民協働サポートセンター
ながの若者スクエアふらっとり
(ながの地域まるごとキャンパス事務局)
電話 026-223-0051、FAX 026-223-0052
E-mail npo@nagano-shimin.net 協力：長野県立大学

QRコードからお申し込みください

地域まんまる

参加費 無料

地域の未来を考える！

自治会って何してるの？

地域に昔からある「自治会・町内会」が何をしているのか、区費がどんなことに使われているのか知っていますか？
知っているようで実は知らない！自治会の役割や取組、区費について改めて知る交流会を開催します！

「実は知らない!?」
今さら聞きたい!?
自治会や住民自治協議会の基礎知識を、クイズで学びます。

「なるほど!」
自治会がどんなことをしているのか、実際に自治会の方から、取組内容について様々な視点からお話いただきます。

「話してみよう!」
自分たちの地域の取組紹介や、困っていること・工夫していることなどを話しましょう!
他の地区がどんなことをしているのか知るチャンスです!

自分の地区も他の地区も／

日 時：2025年2月6日(木) 13:30～16:00
場 所：柳原交流センター大学習室(長野市小島 804-5)
対 象：区長や副区長はじめとした自治会の役員の方、住民自治協議会、自治会について改めて知りたいなど関心のある方 ※未来の区長さんも大歓迎!
申込み：メール、電話、下記フォームにてお申込みください。
切 込：2月2日(先着順)

●主催・問合せ・申込先●
市民協働サポートセンター
TEL:026-223-0051 メール:npo@nagano-shimin.net

お申込みフォーム

NPOカフェ **まんな**

お祝いごとの料理から世界を知る!

外国人も日本人もお互いの関心をもつきっかけとして
自国のお祝いごとの料理を紹介しませんか。

どんな時に食べる? どうやって作るの?
みんなで話し始めると、盛り上がる! 間違いなし!!
異文化交流を楽しみましょう!

アメリカ：七面鳥 フランス：ガレット・デ・ロワ 中国：水餃子 日本：お寿司 韓国：ソンドブ インドネシア：アツ・トゥンペン

ブラジル：トルタ・ア・フランゴ

日 時：2025年3月8日(土) 14:00～16:00
場 所：ながの若者スクエア「ふらっと」(もんせんぶら座3階)
参加費：無料
対 象：誰でも!!
申込み：メール・電話・申込フォーム

主催・問合せ・申込先
市民協働サポートセンター TEL:026-223-0051 メール:npo@nagano-shimin.net

共 催：長野市国際交流コーナー

NPOステップアップ講座

市民協働サポートセンターまんまる NPOステップアップ講座2024

【最新版】心をつかむ

タイトルの作り方 教えます!

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要素です。前半の講義で広報に際してのリテラシーやタイトルをつけるポイントなどを学び、その上でAI(チャットGPT)を活用しながら実際にタイトルを作ります。

日 時：2024年6月16日(日)13:30～16:00
会 場：もんせんぶら座3階 304会議室
参加費：1人500円 定 員：25人
対 象：市民活動・地域活動に取り組む団体、住民自治協議会
持ち物：①パソコン ②イベント等の内容や公開予定の記事などのデータ(過去のものでもOKです)

講師 寺澤順子さん (ソーシャルデザインセンター)

★事前連絡★
ワークで「チャットGPT」を使います。メールアドレスが必要ですのでご準備をお願いします。Gメール、Yahooメールなど、どのアドレスでも可です。
可能であれば、当日までに「サインアップ」をお願いします→

講座についてご不明な点がございましたら市民協働サポートセンターへご相談ください!

<主催・申込み・問い合わせ>
市民協働サポートセンター
営業時間10:00～19:00(第1・3水曜休館日)
TEL:026-223-0051
メール:npo@nagano-shimin.net

申し込みフォーム

NPOステップアップ講座

組織のチカラを引き出す!

持続可能な組織基盤づくりのヒントを学ぼう!

突然、創始者であるカリスマ代表が卒業宣言! さあどうする!? さわつく自団体を、対話を通じた丁寧なコミュニケーションなどを通じて組織体制を見つめ直した経験を持つ山崎さんを講師としてお迎えします。前向きなコミュニケーション形成や組織基盤づくりのために何ができるのか、講師の実践経験から自団体に活かせるヒントを、講義とワークを通じて学びます。

2/1(土) 13:30～16:30

場 所：もんせんぶら座304会議室 (オンライン参加応相談)
定 員：20団体(先着順・要申込み)
参加費：1,000円 (1団体2人まで。追加1人につき500円)

講師 山崎 宏さん (NPO法人ホールアース自然学校代表理事)
阿法氏は1982年創設。静岡県富士宮市を本拠地に全国各地の拠点で、子どもたちや企業などに自然体験・環境学習プログラムを提供。また、行政からの委託で環境教育の指導者養成も実施。常勤スタッフ約40名。

◆こんなNPO・市民活動団体・住民自治協議会におススメ!◆
・そろそろ団体の世代交代を感じているが、事業をやめられない
・最近メンバーから意欲的な意見が出てこない
・活動の冲断に悩むメンバーがいなくて悩んでいる
・いつも同じメンバーが事業をまわっているともやもやしている
・今の代表以外に団体を担える方はいないと危機感を感じている

◆主催・申込み・お問い合わせ◆ 市民協働サポートセンター
TEL:026-223-0051 メール:npo@nagano-shimin.net
受付時間 10:00～19:00(第1・3水曜日休み)
右記二次元コードからも申し込みできます

市民協働サポートセンター まんまる NPOステップアップ講座

補助金を活用して まちづくりに挑戦しよう！

長野市には、市民が自主的・主体的に取り組むまちづくり活動を資金面で支援する「ながのまちづくり活動支援事業」があります。

講座では、事業の概要と申請書の書き方や注意すべき点などを学んで、実際に申請書を書いてみる実践的なワークショップを行います。

日時 2024年9月28日（土）15：00～17：30

場所 もんぜんぶら座 3階 304会議室

対象 NPO、地域活動を行う団体、住民自治協議会

内容

- ① 事業概要の説明（長野市地域活動支援課）
- ② 過去の採択団体による事例紹介
- ③ 資金調達で大切なこと
- ④ 申請書記入して、参加者同士でフィードバックしあおう！

定員 30人 **参加費** 無料

◆主催・申込・問合せ◆ お申込みフォーム

市民協働サポートセンター（まんまる）
TEL：026-223-0051
メール：npo@nagano-shimin.net
受付時間：10:00～19:00（毎月第1・3水曜日休館）

市民協働サポートセンター まんまる NPOステップアップ講座 会計のいろは

会計・税務 お悩み相談会

非営利市民活動団体の会計処理、インボイス制度、期末に際しての決算や税務などに税理士がお答えします。

初めての決算ですが・・・

活動計算書？
収益事業？
源泉徴収？
財産目録？
インボイス制度？
貸借対照表??

身近なことからお気軽にご相談ください。

日時 2025年3月22日（土）13：30～16：00

場所 もんぜんぶら座 3階 市民協働サポートセンター

参加費 300円（1団体）

対象 NPO・ボランティアなど非営利の活動をしている方
限定5団体 時間割事前予約制
（1団体30分程度 個室での個別相談となります）

講師 北原 正明さん（税理士法人 成迫会計事務所 税理士）

◆主催・お問い合わせ・申し込み◆ 申込締切：3月16日
市民協働サポートセンター
TEL：026-223-0051 FAX：026-223-0052
E-mail：npo@nagano-shimin.net

市民協働サポートセンター まんまる NPO初歩講座2024

NPOってなんだ？

5月11日（土）10：30～12：30

場所 市民協働サポートセンターまんまる（もんぜんぶら座3階）

料金：300円（資料代）
定員：5人

先輩NPOスピーカー

ボランティアってなに？
NPOってなんだ？
そんな疑問にお答えします！
基本的な言葉の意味から市内の市民活動の紹介まで。
先輩NPOから立ち上げのエピソードを直接聞けるチャンスです！
どなたでもお気軽にご参加ください！

NPO法人プロ家庭教師のネットワークアイウィル 上垣直美さん

お気軽にお問合せください

お申し込みはコチラ

◆主催・申込・問合せ◆
市民協働サポートセンターまんまる
TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052
E-mail:npo@nagano-shimin.net

市民協働サポートセンター まんまる NPO初歩講座2024

NPOってなんだ？

3月8日（土）10：30～12：30

場所 市民協働サポートセンターまんまる（もんぜんぶら座3階）

料金：300円（資料代）
定員：5人

先輩NPOスピーカー

ボランティアってなに？
NPOってなんだ？
そんな疑問にお答えします！
基本的な言葉の意味から市内の市民活動の紹介まで。
先輩NPOから立ち上げのエピソードを直接聞けるチャンスです！
どなたでもお気軽にご参加ください！

NPO法人にっこりひろば 岡宮真理さん

お気軽にお問合せください

お申し込みはコチラ

◆主催・申込・問合せ◆
市民協働サポートセンターまんまる
TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052
E-mail:npo@nagano-shimin.net

<学生対象>令和6年度まちづくり活動支援事業補助金

U25 向け

地域を盛り上げる
こんなイベント
やってみたい

課題に感じたことに
何かアプローチしたい

あなたの想いを
カタチ
事業にしてみよう

最近気になる
地域のあれこれ
何かできないかな

やってみたい企画は
あるけど、
どんな風に形に
したらいいのかわからない



日 時：4月27日(土)14:00~16:00
場 所：ながの若者スクエアふらっとb (もんぜんぶら座3階)
内 容：地域の中で気になっていること、やってみたい企画、やりたいけど何したらいいかわからない...といったもやもやアイデアを言葉に出し、形にするワークショップ。
※例：清掃活動・まちづくりイベントなど。自己啓発イベントではありません
対 象：25歳以下
参加費：無料
主催・申込み：市民協働サポートセンター(026-223-0051 npo@nagano-shimin.net)
協 力：ながの若者スクエア「ふらっとb」



申込はフォームから→

第5回

地域を盛り上げる
こんなイベント
やってみたい

課題に感じたことに
何かアプローチしたい

あなたの想いを
カタチ
事業にしてみよう

最近気になる
地域のあれこれ
何かできないかな

やってみたい企画は
あるけど、
どんな風に形に
したらいいのかわからない



初参加OK!

日 時：2025年1月25日(土)13:30~15:00
場 所：市民協働サポートセンター (もんぜんぶら座3階)
内 容：地域の中で気になっていること、やってみたい企画、やりたいけど何したらいいかわからない...といったもやもやアイデアを言葉に出し、形にするワークショップ。
当日は、ワークの進行状況によってグループ分けをして進める予定です。
※例：清掃活動・まちづくりイベントなど。自己啓発イベントではありません
対 象：やりたいことはあるけど、どう形にしたらいいのかわからない・迷ってる方
参加費：無料
主催・申込み：市民協働サポートセンター(026-223-0051 npo@nagano-shimin.net)
協 力：ながの若者スクエア「ふらっとb」



申込はフォームから→

機関誌まんまる

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NPOと市民をつなぐ機関誌

特集

新しい教育のカタチ

- まんまるニュース
- Myストーリー 読者体験を語る会 代表 土田 昇さん
- ねぼけ行く! 愛知となりのNPO 特定非営利活動法人 千曲ねこの会
- お宝さくさく地域を掘り起こせ! 浅川地区・芋井地区
- まんまるイベントスケジュール



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NPOと市民をつなぐ機関誌

特集

ヤングケアラーを知っていますか?
— 子どもの権利を考える —

- まんまるニュース
- Myストーリー 長野県地域住民協働会 集落文庫員 尾井 聖智子さん
- ねぼけ行く! 愛知となりのNPO 特定非営利活動法人 千曲ねこの会
- お宝さくさく地域を掘り起こせ! 古戦地区・七二地区
- まんまるイベントスケジュール





罪を繰り返さないため 市民活動ができること

犯罪を繰り返す若者を取り巻く社会には、どんな課題があるのでしょうか。社会とつながり環境を整えるために私たちにできることは何かあるのでしょうか。少年鑑別所や実際更生支援に携わっている団体などから話を聴きました。

協力団体：長野少年鑑別所

日 時：7月7日(日) 14:00～16:30

場 所：もんぜんぷら座 3階 304 会議室

参加者：29人（保護司や更生保護女性会、NPO、教育関係者など）

登壇者：朝比奈卓さん（長野少年鑑別所）山本樹里さん（法務少年支援センター長野）

春日宏さん（児童自立援助ホーム夢住の家）江村洋子さん（更生保護サポートセンター）鳥海祐貴さん（降旗興業株式会社）オンライン参加：松浦亮輔さん（プリズンヨガサポートセンター）

内 容：①「非行少年の動向と彼らの生きにくさ」（少年鑑別所）

②パネルディスカッション（企業・更生支援団体など）

③グループワーク

① 「非行少年の動向と彼らの生きにくさ」

（登壇者：長野少年鑑別所 朝比奈卓所長）

はじめに長野少年鑑別所の朝比奈所長から、少年鑑別所の業務や、最近の非行の動向など話を聞きました。近年、非行件数自体は20年前と比べると4分の1以下となり、大幅に減少しています。非行様態については、いわゆる暴走族をはじめとした不良集団に所属する人数が減少している一方、「詐欺」と「大麻」は増加傾向にあるそうです。こうした背景として考えられるのは、少子化にともない学校や家庭でのケアが充実してきたこと、インターネットの普及によって不良集団以外へのアクセスが可能になった、児童虐待への対応を含めた公的機関による予防的介入などが挙げられています。

最近の非行少年の特徴は、「複雑な家庭環境によるものや障害により非社会的な傾向、他人とうまく関われない少年が増加している」と話しま



した。また、家庭での問題だけでなく、社会全体として、対人関係の希薄化により多様な関係性が持てず社会経験が蓄積されにくくなっているという指摘もありました。そうした中で少年たちは、内面に漠然とした葛藤を抱え、短絡的・刹那的な楽しみや人間関係に逃避してしまう、大人への信頼感の低さ、自己肯定感・自己効力感が著しく低く将来へ希望を持ちにくくなっているそうです。「現代社会においては、非行という形で顕在化しにくくなっているものの、内面に問題を抱え、生きづらさを感じている人はたくさんいる。社会的資源に乏しく、非行少年が生きなおそうとするときにはなおさら、とても難しい社会だと感じる」と朝比奈さんは話しました。

最後に非行から立ち直った当事者のエピソードを紹介。見捨てないでいてくれる人、必要としてくれる人、本音で話せる人との出会いを重ねたことで、徐々に変わるということを強調しました。人は多くの人とのつながりの中で自然に変わっていくものだと思って、関わりを続けていくことが大切とし、地域社会の中で「我々に何ができるのか」を問いかけました。

② パネルディスカッション「我々に何ができるのか」



登壇者（左から）：山本樹里さん、春日宏さん、江村洋子さん、鳥海祐貴さん、朝比奈卓さん

オンライン：松浦亮輔さん



山本樹里さん（法務少年支援センター）

法務少年支援センターとは、少年鑑別所に併設された一般の方や関係機関の相談窓口。

心理学をベースとしたアプローチを行い、その問題行動の原因がどこにあるかを検討し、支援先をつないでいる。警察沙汰になる前の相談も多い。支援機関からの相談（児童相談所、学校など）も多く、支援機関がどう支援していけるのかをサポートしている。

【メッセージ】地域で支えられているからこそ、少年非行が減っている。しかし、人との関係性は変化する。人間関係を作るのがうまくできない子たちだからこそ、たくさんの小さなつながりをつくるのが大切。小さなつながりがつながって支援の輪ができていくので、困っている人がいたら知らないふりをしないで、わたしたちにもつなげてほしい。



春日宏さん（児童自立援助ホーム^{むす}夢住の家）

児童自立援助ホームは、義務教育後からの子どもたちの自立支援をしている。夢住の家は6人定員の男性専用拠点。集団生活がうまくできないことも。

【メッセージ】支援の中では、安心安全であること、信頼できる大人がいることが大事。ありがたいと思った時に人は変わる。見捨てないでくれた人がいる、必要としてくれた人がいることが大切。反省は一人ではできるが、更生は一人ではできない。

一緒に暮らしているときに「よかった」と思うことはまずないが、その子が外に出て、結婚したり、外とのつながりの中でしっかり生活できていることを知ったりした時に初めて「この仕事をしていてよかった」と思える。

江村洋子さん（更生保護サポートセンター）

保護司とは、更生保護のボランティア。罪を犯した人が再犯に至らないようにサポートしている。

【メッセージ】寄り添って話を聞くようにしている。「私はあなたのことを聞いてますよ」ということを伝える。地域でつながっていくことが大事。7 月は社会を明るくする運動月間ということもあり、知ってもらうだけでもとても嬉しい。ぜひ長野市でも、若い人が中心になり、更生保護ボランティア団体日本 BBS 連盟の地区支部が復活してほしいと願っている。



鳥海祐貴さん（降旗興業株式会社）

長野市を拠点に、県内全域でアスファルト工事に関する各種工事、外構、エクステリア工事などを手掛ける会社。職親プロジェクト（官民が連携して職の親となり自立更生を推進する活動）の対象企業として、今まで 30 数名の出所者を採用し、現在残っているのは十数名。すぐに辞めてしまう人もいる。でも本当に立ち直りたいと思っている人もいる中、みなに同じ熱量かけて接している。



【メッセージ】熱量をかけているので、裏切られると心がへし折られることもある。自分たちだけでは無理なこともあって、その時には保護司や夢住の家の協力を得ている。親から愛情を受けていない人が圧倒的に多い。少年院から仮出所のために入社したような人が、子どもが自分たちとも真剣に話をしながら仕事に向き合い、今も頑張っている、といった嬉しいエピソードもある。

知ってもらうことは本当に大事。我々のような企業があることも知らない人が多いし、協力雇用主がまだ少ないようにも思う。長野は野菜をおすそ分けするような温かさがある地域。自分は以前 10 年埼玉にいたが、野菜もらったことは 1 回くらいしかない(笑)。社員が「野菜をもらって、地域の人と一緒にご飯に行った」と聞いた。これはすごいこと。ぜひこういう長野らしさを活かすことが大事ではないか。

松浦亮輔さん（プリズンヨガサポートセンター）

全国にいるメンバーがオンライン中心で運営する任意団体。刑務所等の施設に在所する受刑者に、文通によるヨガ・瞑想の伴走支援や出所後の手紙・メールでの交流を実施している。

【メッセージ】

犯罪とは、「良い人生」を実現しようとするためにとった手段の一つであると考えているので、その手段が適切であれば犯罪に関与する可能性が下がるのではと。そのため、適切な手段として「ヨガ・瞑想」を実践することを提案し、自分の本来の力に気づき、本当に在りたい姿に近づくことができるよう支援をしている。一人一人が生きがいや喜びをもって生きられたらと思っている。

③ グループワーク「感想をシェアしよう」

パネルディスカッションの後は、グループに分かれて、参加した理由や感想、登壇者への質問をしました。

「民間としてどう関わることができるのか考えたくて」「名前と呼ばれたこともなかったから」という奈良少年刑務所の詩集を読んで、関心を持った」「いろんな立場の方の話をききたい」と参加した理由はさまざま。参加者のみなさんがまず知ることが大事であると認識しており、同時に何かできることはあるか？と考えて今回参加していただいたことがわかります。

「制度の範囲外の方々への支援のために、行政と民間の間をとりもつ団体の存在が必要ではないか」「ケースを1人で抱え込まなくて良い。皆でサポートする意識」、「困ったら頼れるところがあると良い」と、支援者も一人で抱え込まないようつながりの大切さを強調する意見が多くありました。「更生支援」の視点が世の中にあるか、という話題から、「市民への発信は正しく理解を広げる上で大事になる。報道についても、犯罪の背景とその先、“立ち直り”の視点でも発信してほしいし、自分たちもそのような視点で見ていきたい」と話す場面もありました。

「親の愛情が足りずに非行に走ってしまった若者に、周りの大人が愛情を補うことは可能なのか？」と問いかけもあり、「愛」をテーマにしたグループもありました。愛とは、自分らしく生きられた時、人との関わり、地域の力などが挙げられました。他にも、自分の幸せをかなえる手段がわからない若者の価値観をどう変えるかなど、とても活発な議論が繰り広げられました。



④ まとめ

今回、罪を犯してしまう若者の現代社会の生きづらさ、社会の課題を知った上で、自分に何ができるのか？を考えるきっかけになることを目指した交流会でした。実際に支援に直接携わっている方だけでなく、関心をもった一般の方、NPO など多くの人が集まり、会場はごちゃまぜの空間となりました。

最後に登壇者の一人、プリズンヨガサポートセンターの松浦さんから「衣食住以外に必要な支援はなにか？」という問いかけが他の登壇者にありました。「一人の人間として地域社会に受け入れてもらえること」「仕事に就く、生きることが大切。良いことも悪いこともあるけど自分の人生を頑張りすぎないこと」「知ってもらうこと」と話す登壇者の姿から、地域として更生支援を考える重要性をつくづく感じました。

具体的な支援となるとすぐには難しいことが多いですが、まずは更生支援を知ってもらうこと、知った上で、いろいろな人がつながり、もともとある地域の力を活かした支援の力を作ることができるのでは、と模索する機会になった参加者も多かったようです。

今後は、交流会鑑別所を見学するツアーを計画中。多くの人に関心を持ち、大小問わず多様な取り組みやどんなつながりが生まれてくるのか、長い目で見ていきたいですね。



NPOカフェまんまる

未来を見据えた不登校支援を考えよう！

長野市内には不登校や不登校傾向にある子どものための居場所やフリースクール、通信制高校など多様な学びを提供する団体が増えてきました。子どもたちの未来を見据え、大人が様々な選択肢を知っておくことで、子どもたちが安心して選択できるようになるのではないのでしょうか。そこで、不登校支援をテーマに、長期的な視点を持ちながら子どもに関わる団体がつながり合い、子どもを真ん中にした地域社会を目指す交流会を開催しました。

日 時：2024 年 8 月 8 日（木）13:30～16:00

場 所：もんぜんぷら座 302 会議室

参加者：26 名（登壇者含む）

学校関係者、福祉事業所、住民自治協議会、市民活動団体、学生、個人など

登壇者：岡宮真理さん（NPO 法人にっこりひろば代表）

永井佐千子さん（学び舎めぶき代表）

内 容：【第一部】地域の現状について岡宮さんと永井さんから話題提供していただく

【第二部】グループに分かれて具体的な事例検討しながら必要な支援を考える

他グループの内容を共有しながら交流を深める

【第一部】話題提供

岡宮真理さんから NPO 法人にっこりひろばの活動を紹介していただきました。

にっこりひろばは、三本柳で地域居場所づくりを初めて 5 年目で、放課後・夜と時間を分けて運営しています。利用しているのは幼稚園から高校生まで幅広く、本来であれば行く場所はあるけれど、そこには行けない子がきているとのこと。にっこりひろばは、今まで引きこもっていた子の第一歩の相談窓口になっているそうです。「勉強したい！」など意欲が出てきた子は、学び舎めぶきや川中島駅近くにある個人学習塾の学び舎かなえに行くなど、地域での役割分担ができつつある話もでした。



(岡宮さん)

にっこりひろばでは、「保護者の悩みを聞いて状態を安定させることが、子どもたちの安定した精神状態を保つことにつながる」と考え、保護者との関わりを大切にしています。放課後の子どもたちの居場所を目指して開所していて、当初から支援を目的としていたわけではないんですよ。

高校に入学したら終わりではない。どこに進学しても気持ちが不安定になることもある。関わり続ける。地域のいろんな人がその子を支える環境が大事。

次に、永井佐千子さんから学び舎めぶきについて話を聞きました。

学び舎めぶきは 2021 年に川中島の一軒家を借りて居場所づくりを始め、2024 年には篠ノ井にも開所しました。めぶきを始める前に児童養護施設の子も達と関わる中で、退所後の自立が難しいことを知った永井さん。社会に出ていく上で学び直しができたらと思いスタートしたそうです。学校を卒業したけれど就労につながらない子ども達の精神的自立と経済的自立を目指しています。これまでに小学生から 20 代までの約 90 人が利用しています。「誰でも来やすいきっかけを作りたい」と福祉制度を使わず自分たちで仕事を作り出しながら、誰でも無料で利用できるようにしているとのこと。「週に 1 時間、外に出て自分で働く練習をしている。少しでも早い段階からかかわり続けることが大事」と語りました。



(永井さん)

中学・高校までは先生とのつながりがあります。でも高校卒業と同時に先生などの支援が切れてしまう。それは社会とのつながりが切れるということ。ずっと関わり続ける人がいたら、支援も切れない。誰か 1 人でもその子を見てくれる人がいればいいのに。

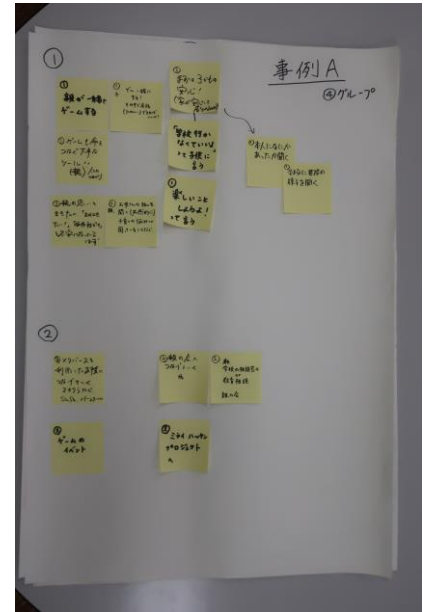
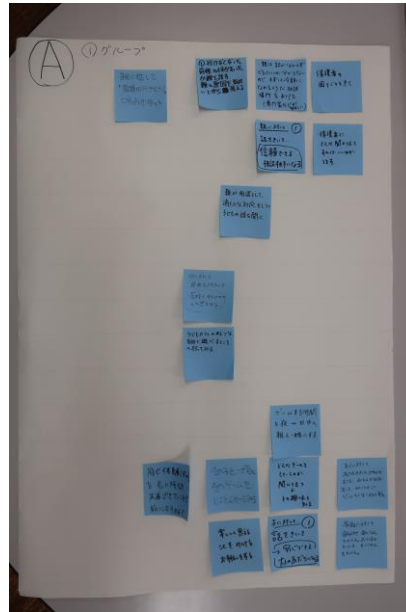
福祉につながっていない子は相談できる先がない。親もどうしたらいいかわからない。早い段階で兆候はある。そのときに「自分の子は大丈夫」「うちでどうにかしよう」と抱えるのではなく、相談できる人につなげる、外に出すことが大事。二次障がいになってしまうと、その後のつながりをつくるのは大変！学校でも親でもない地域などの関係ない人のつながりをつくる。「みんなで見えていこうよ」という地域の優しい目が必要。

【第二部】事例検討

第二部は5グループに分かれて具体的な事例検討を行いました。事例検討の目的は、正しい答えを出すのではなく、「どんな支援が必要だろう?」「誰とつながればいいか?」など立場の違う人同士が一緒に考えること。それぞれのグループが自由にふせんを使って書き出しました!

(事例 A: ①グループ)

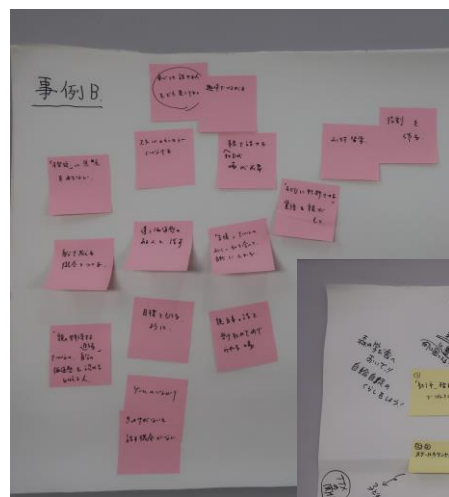
事例 A
小学5年生の男の子。 1年から4年生までは毎日登校していたけれど5年生になったところから行きしぶり。6月には行けなくなった。家ではゲームに没頭。昼夜逆転の生活。 親はゲームを取り上げて「学校に行きなさい!」と怒っているけれど効果がない。 
第三者として、 親には何を? 本人には? どこにつなげる?



事例 A を検討したグループでは、「この子の気持ちを聞いてみたい」「学校ではない別の選択肢を選べる」と希望が見えるかも」など子どもに寄り添った話が出ました。

(事例 B: グループ)

事例 B
中学3年生の女子生徒。 不登校気味で、親や先生に不信感をもっている。親の期待する進路(長野高校)には行けるくらい学力的には問題ない。やりたいことや困っていることを聞いても「ない」との返事。親から「このままでいいのか」と相談があった。 
第三者として、 親にどんなアドバイスを? どこにつなげる?

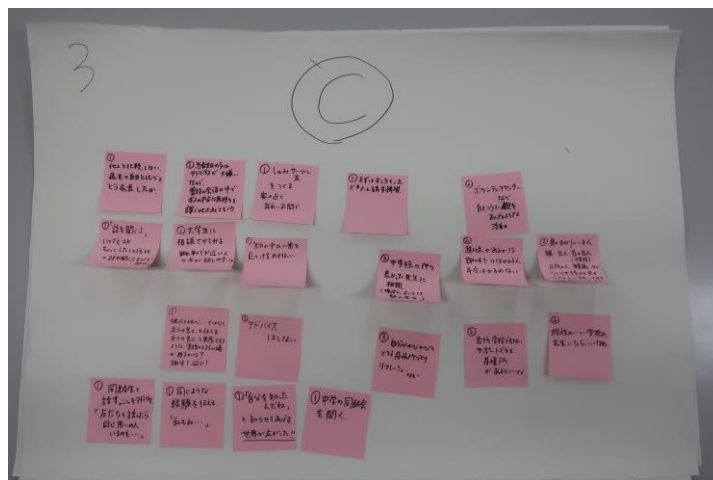


事例Bを検討したグループからは、「親子の会話はあるのか?」「子どもの意見を認めてあげて」「大人がおぜん立てして子どもから本音を引き出すことが必要かも」など、子どもとの対話について意見が出ました。

(事例C: グループ)

事例 C
高校1年生男子。 中学校ではそれなりに勉強も部活もできるほうだったけれど、高校に入学したら同じようなレベルの友人ばかりで「俺、そんなにできる方じゃないんだ」と自陣を無くす。どう評価されているか不安で人の目が気になる。学校も遠くに行きにくい。

第三者として、 本人にどうアドバイスする? つなげる先は?



事例Cを検討したグループからは「今の教育がそうさせている」「点数での評価だから他社と比較してしまう」という教育の仕組みに対する意見や「同じ思いをしている人はいるはずだから、話してみたら『同じだ』となるかも」という意見も出ました。

各グループの事例検討結果をワールドカフェ方式で見て回りました。ホスト役が新しく来たメンバーにグループで出た話を伝え、移動してきたメンバーは自分たちの内容と比較して新たな視点を取り入れることができました。



最後の事例検討は共通に内容です。「社会人の男性。中学から不登校。通信制高校に入学し、自宅学習で高校卒業の単位は取得できたけれど他人と関わる経験がないままひきこもりに。親から相談を受けた時にどうする？どこにつなげる？」です。岡宮さんや永井さんによると、最近は似たような相談が多いそうです。

参加者からの主な意見です。

- ・まずは本人の話を聞く。それによって支援（福祉なのか、医療なのか、民間がいいのか）が変わってくる。
- ・人とあわずにできることを探したい。経験が大事。
- ・好きなことができる、趣味がある、元気が一番！
- ・ひきこもりの何が悪いんだろう？少数派なだけで、本人は困ってないのかも。
- ・めぶきにつなげる。
- ・本人に役割があるといいかも。地域活動の経験が重なると社会とつながれる。

「本人の役割」をキーワードに山村留学の話題が出ました。大岡地区には山村留学の大岡ひじり学園があるとのこと。不登校だった児童も受け入れた経験があることなどから、山村留学に興味を持った参加者の大学生と永井さんと見学の日程を決めていました。新しいつながりができました！

■アンケートに寄せられた参加者の声

- ・はじめてこのような会に出席させていただきました。グループワークは異業種のみなさんとお話できてとても良かったです。又、職場の皆に情報共有したいと思います。
- ・会のテーマに関連した、冒頭のお2人の話はもう少しお伺いしたかったです。
- ・始まるまでは時間が充分あると思ったが、実際話してみるともっとじっくり、一カ所で話したいとも思いました。様々な年齢、立場の方々での意見が聞け、貴重な機会となりました。

■最後に

今回の企画には、長野美術専門学校のインターン生に協力していただきました。事例検討のイラストを描いてくれた林凜さん。文字だけだと伝わりにくい子どもの様子が、イラストのおかげでイメージを膨らませることができました。当日のグループ発表を担当してくれた小山勇輝さん。「教員と学生は意見がかみ合わないことが多いので、お互いの考えを聞けて良かった。このような様々な年代で話せる、つながれる機会がもっと増えてほしい」と感想を伝えてくれました。





今回の NPO カフェまんまるのテーマは「協働」です。「協働」は地域課題の解決を考える時に必要だと言われています。人と人や団体などが出合い、お互いの強みを出し合い、新たな活動を生み出すことができる「協働」。そこで、今回の交流会では、ながの地域まるごとキャンパス（以下まるキャン）活動報告会と合同で開催し、まるキャンに参加しているプログラム提案団体の活動紹介や事例発表などを聞きながら、「協働」について深める交流会を開催しました。

日時：2024 年 12 月 1 日（日）13:00～16:00

場所：長野県立大学三輪キャンパス

参加者：提案団体 15 団体、一般参加 41 名

【第一部】まるキャン活動団体交流会

まるキャンの活動が始まってから 7 年が経ち、今年度から新しくまるキャンに参加した提案団体もあることから、改めてまるキャンの主旨や活動が始まった経緯を長野県 NPO センターの阿部が説明しました。



今年度の提案団体は 35 団体です。そのうち 15 団体が参加し、ブース出展しました。都合が合わず欠席した団体は活動紹介パネルの展示での参加です。多くの団体に参加して頂き、とても賑やかな会場になりました。

まずは各団体の活動紹介 1 分間スピーチ。それぞれの団体が特色ある内容を発表しました。そのあとは各団体のブースを自由にまわり、交流をしました。



実演付きの活動紹介



コラボ企画を話す参加者

特に気になった団体に「いいところ」や「伝えたいメッセージ」を付箋に書いて貼る時間もありました。学生から団体に「来年は自分の考えた企画をやりたい」「来年、機会があれば参加します！」などのメッセージが貼られていました。団体同士では「うちに来ている子どもの声を聞いてください」「学生の分からないことが分からない、というまとめが深い！これをどう拓いていくか皆で頑張っていきましょう」など寄せられていました。



【第二部】協働事例発表&協働ってなんだろう？

「協働」を実践した3団体からの活動事例発表をしていただきました。

長野県社会福祉協会 川崎昭仁さん

まるキャンプログラム提案団体として登壇した川崎さん。プログラム「福祉ってなあになあに？」では、学生たちに音響式信号機の音の違いを調べて、それをYouTubeで発信する活動を紹介しました。



被爆体験を聴く会 土田昇さん



被爆体験を聴く会では、生活の基盤は平和であるとし、平和を維持するために過去を学び平和を考える活動をしているとのこと。今回は初めてまるキャンで映画「ひろしま」上映会と一緒に企画運営するプログラムを提案しました。参加した学生は、広報ツールとしてSNS活用を提案したり、上映会後のプログラムとして「平和へのアクション」の検討に参加したりしたそうです。土田さんは、若者視点での課題の発見や次世代へ引き継ぐ活動としてメディアから注目されるなど、実行委員会が今までにないくらい活性化したと話しました。

つくば開成学園高校（長野学習センター） ボランティア委員会

もんぜんぷら座から徒歩1分のところにあるつくば開成高校は通信制高校。以前からボランティア活動を始めていましたが単発で終わっていたとのこと。担当の堀先生は、継続力や自発的な行動力を身に着けたり、経験を積み重ねてたりして自信をつけてほしいという思いから「継続的な活動はないか」市民協働サポートセンターに相談し、長野市浅川地区の方々と出会ったと話しました。

生徒が作成した活動紹介動画には、「道路清掃のボランティア活動をしたことで、自ら行動し、協働する楽しさを知った。ブドウ園の宋さんと出会い、傷んだ実の摘果や収穫の作業、またボランティア委員会以外の生徒も参加したこと、宋さんの熱い生き様や地元の方々の言葉が自分の可能性を広げる良い経験になった」とまとめられていました。



当日発表した学生からの一言です。

- ・ 今日、この場に來れたことがすばらしい
- ・ 好きなことをしている大人がキラキラしてステキ。自分もそうになりたい
- ・ 知らない果物を育てていることが新鮮。視野が広がった
- ・ 慣れないことをやって疲れた。でもだれかのためになっている、もっとたくさんの人と関わりたい



事例発表を聞いた後は、長野県立大学ソーシャル・イノベーション創出センター（CSI）センター長の東俊之さんから「協働ってなんだろう？」と題して、地域で、みんなで活動するポイントをお話していただきました。

東先生は、『協働＝コラボレーション』であり、協力して新しい“もの”を創り出す」と話しました。特に近年は、社会課題が多様化・複雑化しているため、社会課題の解決や地域づくりには、様々な参加者のコラボレーションが必要とのこと。「出会いの場」を創り出し、積極的に参加することが必要ではあるが、出会った人々の全てを知っている必要はなく、誰がどのような資源をもっているかを“誰か”が知っていることが大事。発見された課題ごとにつながる相手は変わります。ゆるやかな関係性が作れる場に出向くことも必要とまとめました。



【第三部】大交流会「新聞紙タワーをつくろう！」

第三部は、まるキャンアンバサダーが企画した参加者と活動団体の交流タイムです。まるキャンアンバサダーというのは、まるキャンの日々の活動の取材や報告会の企画運営を通して、まるキャンを盛り上げてくれる学生のボランティアです。大交流会では、学生や参加者、提案団体がグループに分かれ、新聞紙タワーを一緒に作ることで「協働」を体験します。用意されている道具は、新聞紙10枚とセロハンテープのみ。これを使って一番高いタワーを作ります。

5分間の作戦会議をしたあとに本番に入りました。制限時間は5分。作戦会議通りにできたグループ、制限時間間際で倒れてしまったグループなど様々です。一番高く作れたグループには景品のお菓子をプレゼントしました。参加者からは「学生より真剣にやってしまった」「最初の作戦会議（事前の話し合い）が重要ですね！」などの感想が寄せられました。

協働体験をしたあとは、グループでのトークタイムです。テーマは「学生は忙しいけどなぜまるキャンに参加したのか」「学生に聞いてみたいこと、大人に聞いてみたいこと」の二つです。「なぜまるキャンに参加したのか？」に対して、「きっかけは進学のためだったけど、やってみたらほかの活動もやりたくなって追加申込しました」と答える学生がいました。学生からの「学校という狭い社会の中にいるので広くつながる方法は？」という問いに、「それあったらいい！楽しいかも～と話しているうちにつながることもある。大人もつながりを探しているんだよ～」と回答しているグループもありました。



【アンケートに寄せられた参加者の声】

<第一部>

- ・興味を持ったブースで直接お話をできたことが良かったです。
- ・いろいろな事例を知り勉強になりました。
- ・たくさんの団体の話を聞いて良かったです。
- ・参加者や参加団体さんとお話できたのはよかったが、交流タイムが短かった。
- ・自分の知らない団体について知ることができて楽しかったです。
- ・各団体から具体的な内容を聞くことが出来て良かった。
- ・前から気になっていた団体の方と実際にお話できて嬉しかったです。もう少し、交流できる時間があるともっといいと思いました。
- ・自分が参加した活動意外の活動についても知ることができて良かった。来年からも参加したいと思う活動も見つかった。
- ・こんなにも多くの団体が学生と協働し、幅広く活動しているということを知れた。また、学生側にはそれぞれ違った形の学びがあると感じた。

<第二部>

- ・高校生のボランティア活動に感激！先生方もお疲れ様でした。外部からの力が必要になれば、地域の方々の受け入れもスムーズになるのかしら？と思ってしまいました。
- ・東先生の話がとても勉強になりました。
- ・発表する側ですごく緊張しましたが自分の思いを伝えられたと思います
- ・つくば開成学園高校の活動が特に素晴らしいと思いました。
- ・他の人と関わり合いながら何かをする時の大切なコツも知ることができました。
- ・今まで協働という言葉に一種の堅苦しさを感じていたので、「とりあえずいっしょにやってみる」「ゆるく繋がる」という考え方が合ってるなと感じました。
- ・つくばの学生さんたちの活動が自分達と通ずるものがあり、親近感を感じた
- ・活動の具体例をうかがえてよかった。東先生のお話の中での『組織間コラボレーションはいかにほぐすことができるか』という言葉が心に残った。

<第三部>

- ・自分が高校生だった時のことを振り返って…。これからの子ども達に、できることをこれからもやって行きたいと思いました。
- ・楽しく共同作業ができました。
- ・初めましての方と協力してタワーを作ったり、お話を沢山聞けて良かったです
- ・これが1番楽しかった。自分の知らない人たちと交流できるのは楽しい。トークテーマを決めて話し合えるのは良かった。1部2部と座って人の話を聞くことが多かったので、前回のように交流時間や自由時間をもっと増やしてもいいのかなとは思った。

- ・普段お会いすることのない方と知り合って、いきなり何かを作り出すのがとても楽しかったです。
- ・何が起こるかかわからないというところが良かった
- ・タワー作りは良かった。班内にもう少し学生がいたら良かった。
- ・新聞タワー作りでは上手くいかないこともあったけど、グループみんなで話し合って楽しく行えて良かった。色々な意見が聞けて有意義な経験になった。
- ・初めて会った方々と一つの目的に向かって協働するという活動は、うまくいかなかったとしても価値のある活動だと感じた。

【まとめ】

今回の交流会は、まるキャンの活動報告会とコラボして、活動発表をした提案団体とまるキャン参加者である学生、まるキャンや協働に興味のある参加者との交流を目的にしました。新しい出会いが来年度の企画へとつながった団体もあります。学生も積極的に団体と交流し、意見交換する姿が見られました。3時間という長丁場ではありましたが、時間が足りないと感じるくらい濃い時間を過ごすことができましたと感じています。





地域まんまる

参加費
無料

地域の未来を考える！ 自治会って 何してるの？

地域に昔からある「自治会・町内会」が何をしているのか、区費がどんなことに使われているのか知っていますか？
知っているようで実は知らない!?自治会の役割や取組、
区費について改めて知る交流会を開催します！

- 日 時：2025年2月6日(木)13:30～16:00
- 場 所：柳原交流センター
- 参加者：72人（自治会・住民自治協議会関係者・市内中学生など）
- 目 的：改めて、自治会や町内会が何をする存在なのかを知り、その上で自分の生活とのつながりを考え、重要性や今後の自治会の在り方を模索するためのスタートの機会とする。
- 登壇者：藤澤洋次郎さん(柳原地区住民自治協議会 専任副会長)
浅倉信さん(第三地区住民自治協議会 事務局長)



【第一部】アイスブレイク「自治会・住民自治協議会を知る」クイズ

クイズを通して、まずは自治会と住民自治協議会について改めて学びました。

地域を住みよいまちにするために、地域住民により自主的に形成された住民自治組織である「区」や「自治会」が存在すること、そうした区や自治会と市内32地区ある住民自治協議会、市が「協働」することの意義について市の職員から説明がありました。



【第二部】各地区取組紹介

自治会の役割や仕事、住民自治協議会との関係、住民自治協議会の役割などそれぞれの立ち場の二人からお聞きしました。

■ 藤澤洋次郎さん(柳原地区住民自治協議会 専任副会長)

自治会の役割とは、区民が気持ちよく日常を過ごすために課題解決をすること。その仕事としては大きく分けると、防災・福祉・子ども／子育て支援・コミュニティの醸成・今まで継続して行なってきた区の役割。こうしたことを、行政（市）と一緒にやることはもちろんだが、行政では行き届かない課題に対し、区の地域住民の目線で取り組むことが必要であり、そのためにも住民個人の自治意識を高めることが大事。その一役を担うのが自治会の意義ではないかと話しました。また、具体的に柳原地区でのお祭りの企画運営するところに、住民の参加をつくった事例などを紹介しました。



■ 浅倉信さん(第三地区住民自治協議会 事務局長)



住民自治協議会とは、住民を中心に各組織をつなぐ役割であるとし、住民自治協議会の意義やその上での課題を話しました。また、同地区で取り組む「おまつりスタンプラリー」などの行事を紹介し、「子どもを中心にした催しを定期的に開催することで親や祖父母などが地域の輪に入るきっかけになる」と話しました。また、区長のなり手についても話が及び「第三地区の区長のみなさんは、区長の仕事楽しい、おもしろいと言い、なかなかやめない」と話

し、区長職が名誉職となっているといった話も出ました。

【第三部】グループディスカッション「感想と自分たちの地区の取組や課題などの共有」

取り組み事例を受けてのグループディスカッションでは、日頃は話す機会のない地区の人們がそれぞれの課題や取り組みを共有。そのなかで、役員のなり手不足や後継者の育成等の課題が浮き彫りになりました。一方で、「自治会加入率を高めるために戦略的に取り組みたい」「住民のニーズをすくい上げることが大事」「やるからには楽しくやりたい」という前向きな意見も多く出たのが印象的でした。参加者からは、「他地区の区長や役員との交流は意義がある」など、続編を希望する声も多く聞かれました。



今回の交流会は、自治会について考えていくためのスタートの機会ととらえ開催しましたが、予想をはるかに上回る70人以上の参加がありました。他の地区の方々がどんな課題を持っているのか、どんな工夫があるのかを知りたいという想いで参加された方も多いようでした。特に、グループディスカッションは、「うちは次のなり手がない」「自分がやるならこんなこともしたいんだ」など様々な意見が飛び交い、熱量がとても高い時間でした。また、初めて中学生の参加もあり、中学生からは「飲み会などではモチベーションは上がらない。若い人を取り込むためにどのようなことを考えていくか」と問いかけもありました。ただ今回は、課題を出し合うことで終わってしまったグループもあり、「もう少し具体的な話をしたかった」「他の事例をもっと知りたかった」などと意見もありました。続編を望む声も非常に多くいただいており、今後どのようにやっていくのか、当センターでもさまざまな人たちの意見を聞きながら画策していきたいと思っています。

=====

アンケートから

★当日の感想

- ・これだけの参加者がいるということは課題感の現れ。きっかけとしてはいいのではないかな。
- ・他の地区のことを知ることができてとても参考になった。
- ・もっと掘り下げて話したかった。
- ・人探しの話題が多かったが、もっと自治会を深く知りたいと思った。
- ・地区の盛り上げが大事。
- ・地域・区・住民自治協議会・長野市とのつながりが理解できた。役員の仕事と各自の仕事との両立をどうしていったらいいのか、もっと話し合いたい。
- ・交流の時間だけでいい。もっと話したい。
- ・住自協の活動のPRをもっとしてもいいと思う。
- ・区長の任期が区によって違うことを知らなかった。みんな違うんだな。
- ・女性も区長などの役員になってほしい。

★今後に向けて

テーマについて

- ・ 役員の選出方法、他の地区の優良事例を知りたい。
- ・ これからの世代に投げかける課題をつくえい、学習する機会を立ち上げてほしい。
- ・ 今回のように中学生など若い人の意見を聞く機会がほしい。
- ・ 区に入るか入らないかの論議はどうか？
- ・ いろんな勉強会がほしい。
- ・ 区長の想いや悩みをもっと話せる・聞いてもらう場が必要ではないか。
- ・ 現役の区長向けとこれから担う人向けの勉強会があってもいいのではないか。
- ・ 課題解決→市への提言→フォローアップにつながる実践的なものがあつたらいいのでは。
- ・ 自治会の存在意義を住民自身が理解する機会（場）の必要性を感じた。行政でできると、できないこと、住民に協力してもらいながら進めていくことと、今後も探っていくたい。
- ・ 意見を交わすことがこんなにためになると思わなかった。役員は楽しいよ、楽しくやろうよという方向性にもっていけるようにしたい。
- ・ 地区によって課題が違うので、重合住宅・事業所の加入推進・中山間地・人口減によるなり手不足などテーマを絞ってはどうか。
- ・ 楽しい区の運営を考えたい。

開催時期について

- ・ 隔年で開催してほしい。
- ・ 土日開催もしてほしい
- ・ 定期的な開催を望む。

課題

① なり手について

- ・ 関心高く参加したが、ほとんどが男性。なり手不足についても、ここが問題なのでは？
- ・ 高齢化につき、なり手不足は直近の課題。
- ・ もう少し絞った議論をしたい。



お祝いごとの料理から 世界を知る！

長野で暮らす人たちが国籍にかかわらずお互いに関心をもつきっかけとして、自国のお祝いごとの料理を通じて交流する会を企画。お祝いごとの料理を「どんな時に食べるのか?」「どうやって作るのか?」などを紹介しながら、異文化交流を楽しみました。

開催日時：2025年3月8日(土) 14:00~16:00

場 所：ながの若者スクエア「ふらっと」(もんぜんぷら座3階)

参加者：18人(ベトナム：5名、ミャンマー：1名 中国：2名 モンゴル：1名 日本：9名)

共 催：長野市国際交流コーナー

=====

まずは、日本の紹介から。市民協働サポートセンターのスタッフが日本の代表的なお祝いごと料理である「赤飯」を紹介しました。箱に無地熨斗(のし)がつけられ、ふろしきに包まれている状態を見てもらいながら、「かつての家庭でお祝いごとと言えば必ず赤飯を作ったもの」と説明。参加者で取り分けて試食しました。



モンゴル出身の国際交流センタースタッフからは、故郷のお祝いごとに欠かせない「塩入りミルクティ」が紹介されました。その他にもチーズ、揚げ物、羊肉などの正月料理について説明してもらいました。



中国出身の参加者2人は、「鯉魚鯉魚炖豆腐粉条」（鯉と豆腐、春雨などを使った料理）や臊子（豚肉と生姜、唐辛子の肉そば）を流暢な日本語で紹介。参加者からは、「どの家庭でも作るのですか？」など続々と質問が出ました。



「蜜入白玉 ココナツがけ」を紹介してくれたのは、ミャンマー出身の参加者です。日本の白玉と同じで、黒砂糖をあらかじめ中に詰めたものだそうです。会場からは、「美味しそう！」「作ってみたい！」という声が挙がっていました



さらに、ベトナム出身の男性陣2人はベトナムの正月料理として有名なバインチュン（ドン（の葉で豚肉や豆が具のもち米を蒸したもの）と、ジョー（日本のハムのようなもの）について詳しく紹介。バインチュンが包まれた葉を明け、包丁ではなく糸で切り分ける実演の様子を皆で取り囲んで興味津々です。やり方を教わって、糸で切ることにチャレンジしました。



最後に、日本のおせち料理について調べてきてくれた参加者がみんなの前で発表！日本人ではしなかったこともあり、参加者からは「へえ〜！」と感嘆の声。

会場では終始、お祝いごとの料理を切り口にさまざまな疑問や感想が飛び交いました。そこから生活習慣や文化の違い、そして長野でどう暮らしているのかなど興味関心が発展していく様子は、「国籍は違えど、地域で共に暮らす仲間」なのだと感じる場面でした。

<参加者の感想から>

○もともと世界の食べ物に興味があったが、実際にその場所で生まれ育った人から料理の説明や作り方などを聞けてより身近に感じた。

○長野の人はおせち料理を12月31日に食べると聞いて驚きました。

○さまざまな文化について聞けてよかった

○赤飯、ベトナムのバインチュンやジョー、モンゴルのミルクティ、全部おいしかったです！バインチュンの作り方を知りたい！

○知らない食材に出会うことができた。貴重な味も体験できた。

【最新版】心をつかむ

タイトルの作り方 教えます！



市民活動をするうえで自団体の活動を伝えることや参加を呼び掛けることはとても大切なことですが、多くの人に記事を読んでもらうための工夫はあるのでしょうか。

今回の講座では記事やコンテンツを読む決め手になる「タイトル」の付け方のポイントと会話型 AI サービス「ChatGPT」の活用方法を学びました！

日 時:2024 年 6 月 16 日(日)13:30~16:00

場 所:もんぜんぷら座 304 会議室

参加者:10 名(講師含む)市民活動団体、住民自治協議会、市民ライターなど

講 師:寺澤順子さん(ソーシャルデザインセンター)

内 容:①講義

②グループワーク

③個人ワーク

参加費:1 人500円

<共感から行動へつなぐことが大切>



講師の寺澤順子さん

まず初めに自己紹介。「地区の回覧板で目に留まる工夫をしたい」「広報担当になったばかりで…」など参加した理由を一人ずつ話しました。

その後、講師の寺澤順子さんから「NPO についての広報」についての講義がありました。NPO が広報する上で大切なのは「共感から行動へつなぐこと」。一人では地域は変えられないけど、仲間をつくり、行動する人が増えることで地域を変えられるということでした。ではどうしたら行動につながれるのか。

その入口としてタイトルの重要性について聞きました。

<心をつかむタイトルの作り方とは>



記事やコンテンツを「読みたい」と思わせるにはいくつかポイントがある、と寺澤さん。

即効性(例「たった 3 日間で〇〇できる!」)や具体的な数字を入れる(例「7 人に 1 人の子どもが貧困?無料相談窓口教えます」)など、シンプルで分かりやすくインパクトが出せる10の型があるそうです。

他に、どんな人に読んでもらいたいかなどタイトルを付ける時のポイントを聞きました。

また、AI 技術の進展とその社会的影響や、人材不足などの NPO の課題を踏まえ、会話型 AI サービス「ChatGPT」の使い方も教えてもらい、ワークで実際に使ってみました!

<AI を体験してみる>

まずは「ChatGPT」に慣れるため、取材記事のタイトルを考えるというお題のグループと、まんまるで毎月第 4 火曜日に開催しているボランティアサロンのサロン名を考えるというお題のグループに分かれ、タイトル案を考えました。

「『10 個考えて』ってお願いしたら一瞬で 10 個の案が返ってきた!!すごい!」や、「文章で ChatGPT に指示した方が良い?それとも『カッコよく』みたいに端的で良いの?」など情報交換やお互いにアドバイスし合いながら和気あいあいとワークが進みました。



慣れてきたところで個人ワークへ。

準備してきた、現在執筆中の記事データや新規事業の計画書などを元にそれぞれタイトルを考えました。

最後に、ワークで考えたタイトルと今日の感想を発表。



参加者からは「今まで一人で考えていたけれど、一緒に考える相棒ができたみたいで嬉しい！」「自分で考えつつ ChatGPT も活用して相手に響くタイトルや文章を目指したい！」などの声がありました。

寺澤さんは、「AI に振り回されずうまく付き合ってほしい。仲間でシェアしてよりよいものを創って」と話しました。

講座終了後に感じたのは、環境や高齢化など社会課題や地域課題と向き合う NPO は AI との協力が活動を助ける可能性があるのかも！ということ。

しかし、共感し行動につなげるためには AI の言いなりではなく、人が主体となって相手や課題と向き合うことが大切だと感じました。



補助金を活用してまちづくりに挑戦しよう！

日 時：2024年9月28日(土) 15:00～17:30

場 所：もんぜんぷら座 304 会議室

参加者：11 人

講 師：三浦 正士さん（長野県立大学）

事例共有：穂谷真弓さん（若穂民話の会）

河西映子さん（第三地区住民自治協議会）

山越久美子さん（NPO 法人 IT サポート銀のかささぎ）

内 容：長野市の「ながのまちづくり活動支援事業補助金」の募集にさきがけ、まちづくりを行う団体を対象に事業概要や申請の注意点などを伝える講座を開催。申請に向けて、実際に申請書を書いてフィードバックしあうというワークを実施しました。

★★

<第一部>

最初の長野市地域活動支援課からの事業説明では、「どんな活動をしたいか、どんな課題を解決したいかを明らかにすることが大切」との話がありました。

続いて、過去の採択団体が、申請の際に奮闘した点やプレゼンの注意点など、“申請のリアル”を披露。

民話をカタチに残す活動をする**若穂民話の会**は、補助金によって民話の紹介活動が順調に進み、地域活性化につながっているとのこと。申請の注意点として、「目的・目標・手段を明確に」「補助金額は毎年減っていくので計画的に」などを挙げました。

また、プレゼンの際は「印象付けの工夫を！効果を最初に伝えるのもインパクトあり」とのアドバイスがありました。



第三地区住民協議会は、「マンション住まいで地域とつながりのない人が多いことや、子どもが少なく楽しむ機会がない」という課題を解決するために「お祭りスタンプラリー」を実施して今年で7年目になります。補助金利用では、通帳を別にするなど会計を明確にしたそうです。

IT サポート銀のかささぎは、虐待を受けた子どもたちの学習支援をしています。補助金の採択によって活動に弾みがつき、他地域からもオファーが来るようになったそうです。補助金のコンセプトを理解することの重要性を訴えつつ、「申請書は何回も書き直して心がくじけるかもしれないが、信用を得ることにもつながる」と締めくくりました。



★★

＜第二部＞

後半では、補助金申請の要諦を学んだ後、「なぜやるのか」「なにをやるのか」を実際の申請書を使って言語化するワークを実施。講師の戸井田センター長（市民協働サポートセンター）は、「専門用語を使っていませんか？納得感がありますか？」とアドバイス。それぞれが書いたものを他団体に発表し、フィードバックを受けることで、客観的にどう見えているのかを知ります。熱のこもった発表に、熱いフィードバックで応じる参加者のみなさんが印象的でした。



最後に補助金審査委員長の三浦 正士さん（長野県立大学）より、まとめとして「まちづくりとは何か？」「協働の重要性」について話がありました。審査の際に重要視しているのは、「公益性・独創性・発展性・自立性・実現性・積極性」の6点とのこと。「熱のこもった申請書が来ることを願っています」と参加者にエールを送りました。



参加者からは、「大変役に立った」「今後の活動に活かそう」「採択団体さんの情熱に感銘を受けた」などの感想が寄せられました。

持続可能な組織基盤づくりの ヒントを学ぼう！

日 時：2025年2月1日(土) 13:30～16:30

場 所：もんぜんぷら座304会議室

参加者：16人（会場15人オンライン1人）

講 師：山崎宏さん（NPO法人ホールアース自然学校代表理事）

内 容：組織運営における課題、特に仲間とのコミュニケーションや継続性について講師の実体験をもとに学びました。

～

《講師紹介》

山崎宏さん

NPO法人ホールアース自然学校代表理事。

野鳥好きの絶対鳥感をもっている。

カリスマと言われた同法人の前代表理事の突然の

卒業宣言により、団体の見直し、立て直しをした経験をもつ。



～NPO法人ホールアース自然学校～

同法人は1982年創設。静岡県富士宮市を本拠地に全国9か所の拠点で、子どもたちや企業などに自然体験・環境学習プログラムを提供。また、行政からの委託で環境教育の指導者養成も実施。

常勤スタッフ約40名。

～

《第一部》

前半は講師である山崎宏さんからの講義。冒頭「組織運営の課題はとても難しく、今回の話を自団体に引き付けて聞き、ヒントを持って帰ってほしい」と山崎さんから話がありました。山崎さんが代表を務めるNPO法人ホールアース自然学校は、約40年前に任意団体として設立。その後社会の流れと活動に合わせて形態が変わっていき、その後NPO法人化しました。その後創設者である前代表が突然卒業宣言をしたことで組織は大きな変化を迎え、組織基盤を見直すことを余儀なくされました。

講義の中では、山崎さんが自団体の取組でうまくいったことや難しかったこと、苦労なども話していただきました。

外部の力を借りながら自団体の強み、課題を浮き彫りにしていく過程ではメンバー間がぶつかりあう場面もあったそうです。しかし、そうした過程を経る中で、やらなきゃいけないことの優先順位が明確になった、経営の視点をもつ仲間が少しずつ増えた、仲間間との対話の質が向上したといったこともあり、「今となってはやってよかったな」と当時を振り返りました。山崎さんは、ダニエル・キム氏の成功循環モデルを例に出しながら、「多くの人は何か変えなきゃと行動から変えようとしがちだが、仲間との関係の質を変えていくことがとても大事」と強調。関係の質を変えるためには、コミュニケーションの量を増やすこと、ランチや雑談でもいい、そして「聴く」ことから始めてほしいなどアドバイスがありました。参加者からは「自分は行動から変えてしまいがちだと自覚したい」と反省の声もありました。

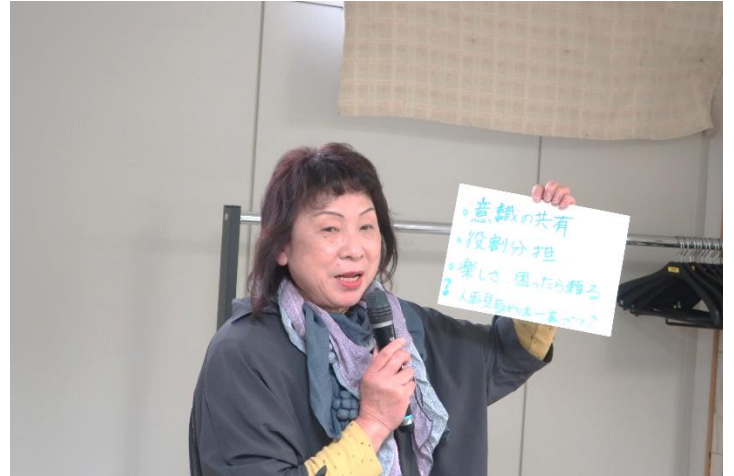
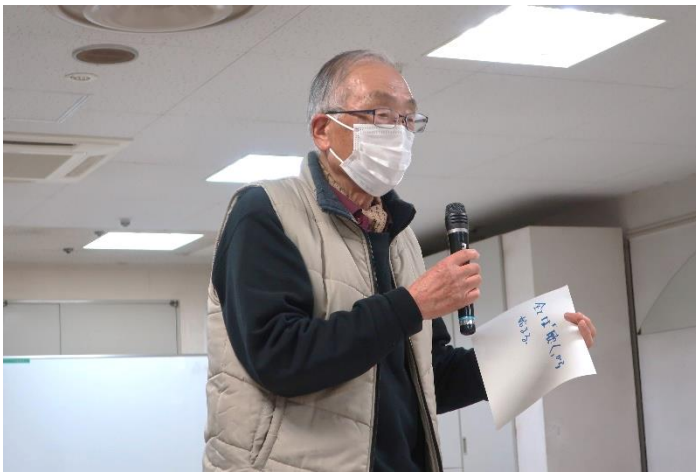
《第二部》

後半は講義を聞いてグループワーク内での振り返り、質疑応答の時間。会場からは「外部の力という話もあったが、どこに聞けばいいのか」「後継者がいないという場合はどうしたらいいか」など、さまざまな質問がありました。中でも、後継者問題については、「とても難しい問題。ボランティア団体なのか、有給職員がいるかによっても違うが、さまざまな選択肢を模索した上で、諦めるということも時に決断してはありではないかと思う」と話し、印象に残った参加者も多かったようです。



▲グループワークは他の団体の活動や課題を知る学びの場です。

最後に山崎さんは「聴く行動はぜひ今からやってみてください。聴いてもらえる団体の風土をつくるのが大事です。できることからやっていこう」と話し「今やっていることが自分の人生にとってどうなのか？豊かになるのか？という視点を大事にしてほしい。ワタシが私であるには？自分の命をここに活かしているのか？よく考えて頑張る」とエールがありました。



【参加者の一言】

最後に一言ずつ参加者から感想を共有しました。

- ・ 他の団体の課題を知ることができてよかった
- ・ 雑談からのコミュニケーション大事。そこに愛はあるように。
- ・ 主体性と協働の難しさを感じた。話すことに意識行きがち。聴くが課題。
- ・ 聴くがニガテなので丁寧にしていく
- ・ 大事なのも難しいのも人間関係。カリスマがいなくなったら辞めるもありだと知ってよかった。
- ・ 関係、思考の質を意識して生活。行動の質ばかりの自分、反省
- ・ 認め合う関係、思考、行動、結果がヒット。関係はカタチにみえない、とても大事。
- ・ love
- ・ お互いの考えで聴く。
- ・ コミュニケーションの前提として伝えられるよう仕事を整理
- ・ 持続可能のため、役割分担・活動のたのしさ・困ったら頼る
- ・ すべては聴くから。持続可能な団体にしたい
- ・ 自然語の話に感動。聴くことから始める。Loveを心にとめ活動していきたい
- ・ 自分は行動の質からを自覚
- ・ 関係性の質を高める 当事者意識が高まるのでは？

2025 あなたの想いを事業(カタチ)にしてみよう！

目 的：各々の小さな事業の種を育て成功体験を重ねることで、自身のステップアップにつなげてもらう。また、大小問わずさまざまな事業が生まれることで、地域づくりにつなげる。

目 標：一人一人の頭の中にある“やりたいこと（課題へのアプローチも含め）”を言語化して実現させる！

場 所：市民協働サポートセンターまんまるテーブル

主 催：市民協働サポートセンター・ながの若者スクエアふらっと

【第五回】※4回までは25歳以下に限定していたが、5回目から対象範囲拡大した。

日 時：2025年1月25日(土)13:30～15:30

参加者：4人（担当戸井田・山口）

内 容：自己紹介の後、ワークシートを使いながら進めました。

今回は、浅川地区に多世代交流ができる地域のコミュニティカフェを創りたいと考える方と、障害有無関係なく、フラットな線引きのない社会を目指し、アートを通して「楽しさ」を伝える活動をしたいと考える方と仲間が参加しました。

所 感：参加者それぞれ「やりたいこと」があり、それをなぜやりたいのか？を問いかけながら言語化していきました。アート活動を考える方々は、何度も自分たちの中で繰り返し言語化しているようで、ある程度自分の目指すものやなぜやりたいかが明確で、小さくスタートすることがいいのかな、という印象を受けました。ただ、話をするにつれ、課題感が「実はここにあったのか」を気づく場面もあり、参加者としても大きな気づきを得たようです。

コミュニティカフェ創りを目指している方は、仲間がいないことが課題と。やりたいことを手伝ってくれる方はいるが、もう少し芯のところで相談に乗ってくれたり一緒に計画したりする仲間がいないと。自分のやりたいこととなぜやりたいのかについて自分の言葉にできていないように感じました。調査が足りていないので、どんなニーズが浅川地区にあるのか、他のコミュニティカフェがどのようにやっているのか、調査してみても話しました。ただ、コミュニティカフェをビジネスでやりたいという想いがあり、ビジネスの観点だと、知識も事例も現地・商圈調査もしっかり考えていかないと難しいと話し、「自分の中のなぜやりたいか」の言語化と調査を同時に進めていく方向になりました。

今回のカタチWSもそうですが、自分だけでなく、初めて会う・聞く方にいかに自分の言葉で伝えられるのか？という点でもとても刺激と学びになったようです。

U25 あなたの想いを事業(カタチ)にしてみよう！

目 的：各々の小さな事業の種を育て成功体験を重ねることで、自身のステップアップにつなげてもらう。また、大小問わずさまざまな事業が生まれることで、地域づくりにつなげる。(まちづくり活動支援事業学生枠の申請にもつなげる)。

目 標：一人一人の頭の中にある“やりたいこと(課題へのアプローチも含め)”を言語化して実現させる！

場 所：ながの若者スクエアふらっと (もんぜんぷら座3階)

主 催：市民協働サポートセンター・ながの若者スクエアふらっと

【第一回】

日 時：4月27日(土)14:00～16:00

参加者：2人(信州大学)＋スタッフ

内 容：自己紹介の後、ワークシートを使いながら進めました。

子どもたちとの哲学対話プログラム「ちびてつ」を長野市内はじめとした各所でやりたいが、どう進めたらいいのか？と思い参加。他の参加者から、「子どもの対象年齢は？」「なぜ子どもに哲学対話が必要なのか？」「誰のための哲学対話なの？」といった質問が出たことで、事業をする意味を改めて考えた時間になりました。

所 感：やりたい内容に目がいってしまい、なぜやりたいのか？という問いに対する意見を出すことの大切さを感じました。



【第二回】

日 時：5月5日(日)15:00～16:00（ながの地域まるごとキャンパス若者応援フェス内）

参加者：1人（市立長野高校1年生）

内 容：以前ふらっとの企画会議にきていた学生。学校の探求学習を進める中でやりたいことがあるがどう進めたらいいのか？に悩み参加。「方言をつかったイベントをやりたい」ということで、「なぜ方言？」「方言を使って何をしたいの？」といったことを考えました。「方言」をキーワードにして人をつなげることをしたいという言葉が最後に出てきました。今後どうしていくか、今回は学校の課題ということもあり、期限を作りながら進めていくことにしました。

所 感：およ30分の短い時間でしたが、問いを繰り返すことで考えが深まったようです。

【第三回】

日 時：5月11日(土)17:00～18:30

参加者：7人（信州大学3人、市立長野高校1人、清泉女子大学1人、社会人2人）

内 容：4月の参加者が来られる日を選択しましたが、新規の参加者も大勢いた回となりました。前回までのワークショップで、どうしても「どうやっていったらいいか？」ばかりを考えてしまうと感じたため、今回は「何をやりたいのか」「なぜ」「やることでどうなるの？(期待)」だけ考える時間にしました。新たな参加者からは「数学的思考、根本的な考え方を知るワークショップをやりたい」「地域の日常の魅力(観光地ではない)を漫画にしたい」「誰でも楽しめるイベントをやりたい」といった案がでて、なぜやるのか、問いを深めていきました。前回子どもたちとやりたいと話した参加者は、「ちびてつを中学生とやりたい」と改めてターゲットを明確にし、理由とともに他の参加者と共有できたところがとても印象的でした。

所 感：参加者が多い場合は、新規と継続の参加者やその進み具合でグループ分けをして進めてもいいかと思いました。



【スピノフ】

日 時：5月18日(土)14:00～16:00

参加者：5人（市立長野高校1人、保健医療大1人、社会人3人）

内 容：前回の参加者「方言をつかって人をつなげたい」をテーマに、方言に関心のあるふらっと利用者、まんまるにちょっと遊びにきてそのまま巻き込まれた社会人と大学生のスピノフ会。「方言」をテーマにする際の切り口（歴史？地域？など）を議論しました。伊那市や飯山市出身の参加者もあり、地域性や年代もあるのでは？などかなり議論は広がりましたが、最終的に「長野の方言の歴史」という点に落ち着き、「残したい方言 信州のことばアラカルト」の著者出野憲司さんに話を聞いてみては？となりました。他にもさまざまなヒントが生まれ、テーマ発案者は少し混乱していましたが…

所 感：ワークショップの発展？としてとてもおもしろい回になりました。参加者によって持っているものは違うので、それをどう引き出すのか、こちらの手腕も問われるところだなと思います。

【第四回】

日 時：6月8日(土)16:00～18:00

参加者：4人（社会人3人、信州大学院生1人）

内 容：前回からの参加者+ちょっと自分も参加してみたいと初めて参加した社会人2人。「自分の視点で見た長野の魅力を伝えるツアーをやりたい」「長野市内でも点在している学ぶ場。そこに参加した記録を集約できるようなアプリがあったら」「入院中の子どもたちは支援を受ける立場になりがち。自分も必要とされているという実感を持ってもらうきっかけづくりをしたい」といった話が出ました。

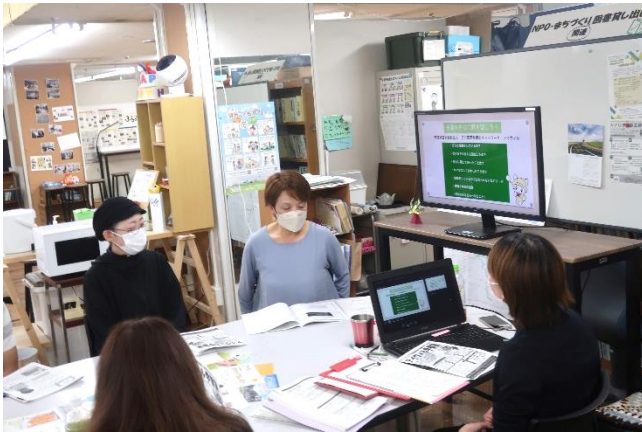
所 感：今回はなぜやりたいのかがけっこうわかりやすく明確だったこともあり、どうしたらできるか？といった話に。今回出た「こんなこともう少し掘り下げたら」という点に取り組んでみて次回、という流れになりそうですが、社会人の二人はこの場に参加してみたかったという気持ちの方が強く、実現性は低いかなという印象でした。

NPO初歩講座「NPOってなんだ？」

- 日 時：2024 年 5 月 11 日(土) 10:30~12:30
- 場 所：市民協働サポートセンター ■参加者：5 名
- 内 容：ボランティアって？NPO ってなに？という話から、長野市内を中心にした具体的な市民活動の紹介などの講義と個人ワークをしました。「これまで任意団体として活動していたがNPO法人化を考えている」「どんな活動があるのかまずは知ってみたい」などといった理由で5人が参加。とても熱心に話を聞いてくれました。

今回の目玉企画「先輩NPOに聞いてみよう！」というコーナーでは、NPO法人プロ家庭教師のネットワークアイウィルの上垣直美さんが、NPO法人にした理由や経緯、その中で良かったことや課題になったことを具体的に話してくれました。NPO法人にし仕事の幅が広がったなどといった話のほかに、「目指している方向は同じだが、個人それぞれの想いをどうビジョンミッションにしていけるのか、法人化をしていく上でその過程に苦労した」という話も印象的でした。

実際にNPOを運営する中での面白さや苦労話も聞くことができ、参加者からは「とても参考になりました」と感想をいただきました。講座が終わってからも参加者同士が情報を持ち寄り相談し合う姿もあり、新たな一歩を踏み出せた方もいらしたようです。



- 日 時：2025 年 3 月 8 日(土) 10:30~12:30
- 場 所：市民協働サポートセンター ■参加者：8 名
- 内 容：「ボランティアって？」「NPO ってなに？」という基本的な知識の講義に加え、地域の市民活動団体の活動を紹介。「退職してボランティアをやりたいと考えている」「居場所運営の手伝いを頼まれた」など、市民活動を始めたい又は活動を加速させたいという8名が参加しました。

後半は、NPO法人にっこりひろば代表の岡宮真理さんからNPO法人設立時のエピソードを紹介してもらいました。「ある女の子を支えたい」という想いからにっこりひろばを立ち上げた岡宮さん。リアルなエピソードに参加者からはたくさんの質問も。また、定款作成時の苦労や事務手続きでの失敗談など、実際に運営している人だからこそ聞ける話に参加者は興味津々でした。

参加者からは、「NPO やボランティアについて知らないことばかりだったので勉強になった」「ボランティアに対する不安がなくなった」といった感想をいただきました。

