2024年6月20日発行　通算390号

2024年 6月号 No.390

ボランティア・市民活動を広げ、応援する！

ネットワーク

特集

つながり、育む、スポーツ

- 地域住民発の運動会！　ひばリンピック大会事務局
- 見るだけでなく本気でスポーツを　スマイリーサン
- プロスポーツのちからを活かして　アルバルク東京
- 寄稿 スポーツのちから　谷本 都栄

思い立ったが
ボラ日（じつ）

このコーナーでは、
毎回一つの団体を取材し、
活動内容やそこで活動
するボランティアさんの
生の声をお届けします。

スタッフの皆さんが持つケアマフ。なんだか手が寂しいときにケアマフをニギニギ触ってみたり小物を引っ張ってみたりすることで、気を紛らわせて安心できます。

編み物で社会貢献！楽しく得意なことを活かして

～ケアマフを編む会～

ネットワーク　編集部

東京ボランティア・市民活動センターの会議室をよく利用いただく団体で、どんなことをやっているのだろうと、いつも気になっていた「ケアマフを編む会」。そもそも「ケアマフ」って？と担当内で話題になったことで、実際に団体の活動に参加してみました!!

会議室に入ると、まず目に入ったのは素敵な作品と色とりどりな毛糸。なぜ1本の毛糸からこんな立体的で可愛いものが作れるのだろうと疑問に思いながら、ケアマフワークショップの開始です。

まずはケアマフについてやケアマフ製作で大切に考えている8か条（QRコード）について教えていただきました。ケアマフは認知症があったり、病院等で療養生活を送る高齢の方々が使うものです。可愛いマスコットやその人の思い出の飾りの小物をつけたケアマフを見て、安心したり、お喋りのきっかけにしてもらったりするために作られます。介護する人や医療者にとっては、落ち着いた生活を過ごしてもらう手助けになったり、点滴等の抜管防止にも役に立ちます。小さな工夫の積み重ねが、安心して使えるケアマフにつながります。

次は早速、ケアマフ作りの開始です！ケアマフ製作に使う毛糸のほとんどは寄付で集めたもの。中にはケアマフ製作に適さない毛糸もありますが、それは小物の詰め物に使用する等、大切に使います。ケアマフ製作にあった毛糸を選んで、編んでいくのですが、編み物初心者の筆者。スタッフの方やワークショップ参加者の方に教えていただきながらなんとか編み進めていきました。結局、時間内でできたのはマフの基

たくさんのマスコットや小物。

初めての編み物に苦戦する筆者。

４月25～27日に東京ビッグサイトで開催された「第48回2024日本ホビーショー」にケアマフを編む会が出展されました。

一際目につく壁一面のケアマフ。ボランティアの皆さんで一生懸命に作り上げた作品を壁一面にディスプレイしたようです。そして驚くことにそのディスプレイされているケアマフに１つとして同じものはなく、色とりどり様々な小物がついたケアマフが飾られ、来場した必要としている方達が熱心に選んでいきました。きっと素敵な思い出がよみがえることを願いながらケアマフを選んでいたと思います。

本の長さの1段目だけ。他の参加者の方はスイスイと編んでいかれて数段完成している方ばかり。けれど皆さんが「初めて編んでここまでできるのはすごい！」と褒めてくれて嬉しかったです。

ケアマフの完成にはいくつもの小物とそれをつけるマフが必要で毛糸８玉が必要です。小物を考えたり、それを編んでいくには時間もかかります。１つのケアマフが完成するまでに、たくさんの人の手と想いを紡ぎ、時間をかけて、製作していきます。そのケアマフは、必要としている高齢の方々や高齢者施設、病院に無償で届けられます。届いたケアマフで思い出話をポロッと急に話しだしたり、気持ちや行動が落ち着いて安心したり、たくさんの人の笑顔を紡いでいきます。

誰もが安心・安全に使うためにある８か条。

ケアマフを編む会の活動予定やこれまでの作品の様子はInstagramから確認ができます。

対面でのワークショップだけではなく、オンラインでのワークショップも開催中。

アカウント　caremuff_knittingclub

もくじ CONTENTS

ボランティア・市民活動を広げ、応援する！
ネットワーク
2024年6月号 No.390

特集 つながり、育む、スポーツ

5 地域住民発、自治会・NPO・学校・企業等とまるっと一緒に運動会！
◇ひばリンピック大会事務局

7 見るだけじゃない、本気でスポーツしたい
◇NPO法人 重度心身障がい児・者親子の会 スマイリーサン

9 プロスポーツのちからを活かして
◇アルバルク東京

11 寄稿 スポーツのちから　スポーツの価値を活かしたまちづくり
◇谷本 都栄　帝京大学沖永総合研究所 准教授

13 東京のスポーツ NPO
◇ネットワーク編集部編

1 思い立ったがボラ日
編み物で社会貢献！ 楽しく得意なことを活かして
◇ケアマフを編む会

15 TVAC相談窓口から　1年間の相談を振り返って（2023年度）

19 せかいをみる⑨ 民主主義を走らせるドイツの NPO　“OMNIBUS”（オムニバス）
◇福地 健治　早稲田大学「参加のデザイン研究所」招聘研究員

21 スタッフAの町内会物語【1】 役員会にデビューしました！

22 つぶやきブレイク vol.32 亡き母のつぶやき ～ NO WAR ～

23 TVAC News 東京ボランティア・市民活動センターの事業から
令和6年能登半島地震における取り組み／サポーター募集／夏の体験ボランティア 2024 in TOKYO はじまる！

25 いいもの みぃ～つけた！ Vol.49
多様性から生まれる米粉のマフィン
◇NPO法人東京ソテリア ソテリアファーム

表紙のことば

松を飾り、豆を撒き、雛人形、鯉のぼり…
気がつけば今年も半分。
季節は大あばれしながら通り過ぎる。
たくさんの恵みを振りまきながら。
おかげさまで、今年も私は梅を漬けます。
—フローラル信子

もしもボランティア活動中にケガをしたら…
ケガをさせたり、物を壊したら…

※ボランティア保険および行事保険の加入は、東京都内の各区市町村のボランティアセンターまたは東京都社会福祉協議会窓口で手続きができます。

東京都社会福祉協議会指定生損保代理店
有限会社 東京福祉企画
〒162-0825 東京都新宿区神楽坂1-2
研究社英語センタービル 3階
TEL. 03-3268-0910
FAX. 03-3268-8832

特集

つながり、育む、スポーツ

スポーツに親しむことを通して、今、各地で個性豊かな市民活動が行われている。年齢や障がいの有無、言語や文化の違いを乗り越えるインクルーシブなコミュニティづくり、あるいはまちの活性化を考えるとき、スポーツは無限の可能性をもっているのではないだろうか。

本誌では、「市民がつくるスポーツ・コミュニティ」というテーマで2020年に特集テーマを組んだ。折しも、新型コロナウイルス感染症が拡がる頃で、多くのスポーツ行事が中止になり、スポーツ活動の現場を見ないまま取材した。

暮らしが戻りつつある中で、スポーツは再び活発になっている。今号ではあらためて、スポーツにフォーカスし、人や地域を元気にしている活動を紹介したい。

地域住民発、自治会・NPO・学校・企業等とまるっと一緒に運動会！

ひばリンピック大会事務局

ひばりヶ丘駅を降りて15分ほど歩くと、豊かな自然と調和のとれた団地群が現れる。下校する小学生たちやバスを待つお年寄り、乳幼児を連れた親など、さまざまな世代の人が行き交う、”人の息“が感じられる地域だ。団地内にある「ひばりテラスII8」というコミュニティスペースにて、ひばリンピック大会事務局長の照屋朝（てるやはじめ）さんにお話をうかがった。

「何かやりたい」——1人のつぶやきがきっかけに

ひばりテラス118は地域の活動拠点となっていて、一般社団法人まちにわ ひばりが丘（以下、まちにわ）が運営しています。まちにわは、住民主体でエリアマネジメントをしていて、私は、まちにわ主催のイベントに参加したりお手伝いをするなかで地域の人と知り合いました。その仲間で西東京市リレーマラソン大会に参加していたのですが、2020年に、新型コロナウイルスの影響で中止となってしまったのです。

仲間のうち20人ほどがグループラインでつながっていて、その一人が「何かやりたい」とつぶやいたのですが、しばらく反応がありませんでした。そのうち私も、身の丈で考えれば実現するのではという気持ちが湧いてきて呼応し、オンラインで話し合いの場をもうけることになったのです。マラソン仲間のほか、エリアマネジメント内の地域住民が多く参加しているオープンチャットに参加している人たちに声をかけました。

そして、人同士の接触が少ないスポーツを考えた結果、団地エリアを周るリレーマラソンを行うことを決定しました。まずは警察に相談して道路使用許可を取得し、都のガイドラインをもとに企画を詰めていったんですね。

コロナ禍をバネに！——「小さなリーダー」が誕生

ひばリンピックの最初の会議が2020年10月。同年12月に開催するつもりだったのですが断念し、翌年もコロナ禍が続いていたので中止の判断をしました。結局、2年間は企画だけ考えていたようなもので、2022年の実現まで話し合いの場は16回に及びました。

結果的にはそれがよかったと思っています。最初に決めた役割以外の作業なども発生するなか、メンバーそれぞれが個性や特技、経験を生かして「小さなリーダー」となり、課題

（右頁）2023年11月に開催された「ひばリンピック2023リレーマラソン」の様子。
小雨模様にもかかわらず前回を上回る盛況を博した。

を乗り越えていきました。

こうして22年にリレーマラソンの初開催を迎えました。コースは、ひばりテラス118をスタート地点として1周1・56キロを10周、西東京市と東久留米市の2市をまたいで走ります。エントリーした人を、年齢などを考慮しながら事務局でチームに振り分けました。家族の場合は最大5人まで同じチームで走ることができますが、基本的には個人エントリーなので、知らない人同士がチームを組むことで、交流を促すことができました。が、一方、チームエントリーを希望する声も少なくありませんでした。23年は200人募集のところ参加者が半数ほどにとどまった理由の一つが、これだったのではと思います。今年は、チームエントリーと個人参加のハイブリッド形式にしようと思っています。

照屋朝さん

23年は運動会も開催しました。50～60年前のようですが、かつては団地内で運動会をしていたと自治会の人から聞いていて、それを復活させたいと思いました。

競技は、綱引きとバトンリレー、大縄跳び、スプーンボール運び。スプーンボール運びは、未就学児とシニアが参加する競技にしました。年配の方々にお声がけするために、事務局メンバーでラジオ体操に参加しました。年配の方々からは「若い人が来てくれてうれしい」と言っていただき、こちらの運動会へも参加いただけることになり、お互いが良い気持ちでつながることができたと思います。

安定して継続するための しくみづくりを

イベントを安定して続けるために、お金をできるだけかけないことをコンセプトにしました。備品は、地域の学校や児童センターから借りています。当日には、キッチンカーやお弁当・お菓子の販売ブースが出ますが、出店の手数料を事務局に収めてもらうしくみもつくりました。

助成金申請もしました。2021年に西東京市の「子ども・地域応援企画提案事業」として10万円の助成を得ました。イベントが中止になったので、未使用分は返金しましたが、コロナ禍による中止だったため、22年もいただきました。そして、今年は「スミセイ コミュニティースポーツ推進助成プログラム」に申請して50万円いただいたので、テントなど長く使えるものの購入を検討しています。

もう一つは開催時期。10月、11月は地域でさまざまなイベントがあり、協力者が集まりづらく、安全面を考えると不安もあるため、今年は9月または12月開催を予定しています。

人と人がつながり、 新たな活動へとつなぐ

ひばリンピックのテーマは「つながり」。人同士のつながりはもちろん、このイベントをきっかけに防災・防犯につなげていきたいと考えています。今年の運動会では、防災・防犯イベントも一緒に開催し、楽しみながら考えたり、学べたらいいなと思っています。子どもを地域で見守り、子どもが1人でも歩けるまちを継続したいですね。

昨年は、地域のイオンモールで親子防災フェスが開催されました。イオンモールに相談すると、ブースを無償で貸してくれて、消防署の協力で消防車や起震車も出動しました。ひばリンピック事務局メンバーの1人が、災害時を想定して学校に宿泊するという企画を考えました。最終的に企画内容は変わりましたが、親子防災フェスの催しブースを1つ、まちにわが担当をしました。また、そのフェスの打ち上げで「おしゃべり喫茶」という防災に関して日頃思う疑問を気軽に話し合うコミュニティが生まれたほか、そこに参加していた同じマンション住民同士が刺激を受け新たに1つのマンション内で防災委員会が立ち上がりました。

日常の暮らしで地域の人とつながることは地味な行為かもしれません。けれども、イベント時や有事に力を発揮するのはつながりあってこそだと思います。

一般社団法人まちにわ ひばりが丘

suumoジャーナル

（写真）パラアーティスティックスイミングの様子。オファーを受けて、2024年10月27日にも練馬区大泉学園町体育館にて発表する予定。
（左ページ）本気で走る運動会でのひとコマ。今年度は8月10日の開催を予定している。／髙橋育恵さんと、娘さん。
（写真提供＝スマイリーサン）

見るだけじゃない、本気でスポーツしたい

NPO法人 重度心身障がい児・者親子の会 スマイリーサン

障がいのある子どもとその親が演じる、パラアーティスティックスイミング。「さぁいこうー！」元気な声がプールサイドにこだまする。

親子2人ー組、12人がサポートを受けて次々にプールに入水し、いよいよ演技開始。アームリングを身に付けて、音楽に乗り、息を合わせて舞ううちに、思わず笑顔がはじけると、会場は拍手歓声に包まれた。

この日、競技会＆体験会でチーム発表したのは、NPO法人スマイリーサンのメンバー。代表の髙橋育恵さんにお話を伺った。

障がいのある子どもとスポーツをする

――重度の肢体不自由児・者とその家族等が、学校卒業後の居場所づくりを目的に立ち上げたそうですね。設立の経緯から教えてください。

まずは自分のことからお話しします。娘が1歳の誕生日を迎えたころにウイルス性の急性脳症にかかり、重度の障がいを負いました。そして、特別支援学校に入学したときに、先輩の親御さんたちから「重度の肢体不自由児は卒業したら行き場がない」と聞いて、「なければつくろう」と考えました。娘の場合、予防接種が原因だったこともあり、行政の方と深い付き合いがあったので「親子の会を立ち上げたい」と相談したところ、賛成してくれたんです。

右も左もわからないままでしたが、仲間を募り、2015年に会を立ち上げました。私自身が水泳をしていたので、プール活動から始め、足ひれをつけて泳ぐフィンスイミングをやっていました。水中は浮力により体が軽く感じ、筋緊張がほぐれて、子どもたちが楽しめるだろうと考えたのです。今はアーティスティックスイミングにも挑戦しています。

――スマイリーサンを立ち上げた翌年からは大運動会も開催していますね。

はい。障がい児の運動会は、安全が最優先されて「そもそも走らせない」といったことになりがちですが、私たちは本気の運動会をしたいと考えました。

リレー、ボッチャ、綱引き、お菓子のつかみ取りなど、すべての競技に全員が参加できるよう、手づくりで工夫をしています。たとえば、綱引きは、柔らかいヘアゴムを使って、握力のない子も縄を持てるようにしたり、お菓子のつかみ取りは洗濯ば

さみでお菓子をゆるく吊るしたり、軟らかいものの方がつかみやすかったら、ふわっとしたお菓子をつけたり…といった具合です。「やってみたい」と思った競技をあきらめたことはありません。

障がいの有無も年齢も関係なく、誰もが対等に参加できる運動会は、いつの間にか口コミで伝わって、今では100人程が参加する大きなイベントになりました。

スポーツを通して地域がつながる

――本気でスポーツをすることに、とまどいの声はありませんでしたか？

なかったですね(笑)。逆に、「すごい楽しみにしている」などと言ってもらいました。スマイリーサンという団体名には、ママやパパに心から笑っていてほしいという想いが込められています。親が笑顔でなければ子どもは笑うことができません。ママやパパが楽しみにしてくれるなら、できるだろうと思いました。

また、北区には、特別支援学校や障がい者総合スポーツセンター、療育医療センターなどがあり、活動の度にサポートしてもらっています。運動会を通じてさまざまな施設が連携し、それをきっかけに地域の交流が育まれると良いなという想いもありました。

――活動上の課題などはありますか？

重度の子どもなので、子育てが大変だったり、体調が急変して入院したりといったことも少なくなく、やる気はあっても活動の継続ができなくなるメンバーがいることです。

コロナ禍のため十分にできなかった活動もあります。看護師、医療、福祉、保育士を目指す学生にむけての講演会や、実際に食事や抱っこなどもしていただくボランティア勉強会を開催して、障がい児への理解を促し、活動に参加できるようにと企画しました。オンラインを併用しながら実施しましたが、残念ながら活動への参加にはつながりませんでした。

スポーツは生きる原動力

――スマイリーサンにとってスポーツとは。

生きる原動力みたいな感じですね。私の下の子はサッカーが好きでチームに所属しています。娘を理由に試合を観戦に行けないとは言いたくなくて、娘が学校から帰って来ると、娘用のご飯をもって毎日のように車で観に行きました。おかげで、娘はとても体力がつきましたし、下の子がボールをリフティングする様子を繰り返し見ているうちに、左右しか動かなかった娘の目が上下にも動くようになったんですね。

現在は、障がい児・者用の観戦席があるなど、スポーツを観て楽しむ環境は充実してきています。けれども、見学だけで終わらせたくない。それがスマイリーサンを立ち上げた理由の一つになっています。

――今後の展望を教えてください。

まず、来年、京都で開催されるアーティスティックスイミングの全国大会に参加することです。それから、体育館でやってきた運動会を、屋外で開き、みんなでつなぐリレーで風を切って走りたいです。

今後は、発信にも力を入れたいですね。福祉展などへの出展や、福祉を学ぶ学生さんなどへの周知です。そして、この活動を通して地域の人たちがよりつながり、お互いが寄り添い合い、助け合える関係をつくっていきたいと思っています。

NPO法人 重度心身障がい児・者親子の会
スマイリーサン

北区協働事業 形態食の開発「障がい児、者の外出、外食を支援する共生の街つくり事業」/大学、小学校、給食関係や栄養士への講演会/ヘルパー、訪問看護ステーションへの講演会/埼玉大学健康福祉科「重度障がいのスポーツとは」講演/帝京大学での講演会は7年実施。

プロスポーツのちからを活かして

アルバルク東京

昨年のワールドカップの躍進もあり盛り上がりをみせるバスケットボール。男子バスケットボールのプロリーグであるBリーグに所属し、リーグ優勝の連覇経験を持つ「アルバルク東京」。アルバルク東京の社会的責任プロジェクト〝ALVARK Will〟（アルバルク・ウィル）について、トヨタアルバルク東京株式会社経営企画部 企画室 コミュニティグループの尾郷智香（おごうともか）さんにお話をうかがった。

ALVARK Willって？

ALVARK Willは、バスケットボールのシュートの言葉にもかけて「オフコートの3Point」をコンセプトに、「Planet, People, Peace」の各分野にSDGsの各目標を振り分けて、それぞれの社会課題や社会問題解決のために、様々な方法で取り組む活動です。今シーズンは特に、環境と防災に力をいれて取り組みました。

活動の方法は、主に試合会場でブースを設置したり、地域のイベントへの参加や小学校や幼稚園などの施設訪問を通じた活動です。さらに選手の協力や選手の想いを形にした活動、チアリーダーと共に行う活動などチーム全体で取り組む活動が多いことも特徴です。

知る・考えるきっかけづくりを

SDGsの17の目標を1つ1つ知る機会やその解決のためのアイデアも見聞きするようになってきました。けれどもそれを日常生活の中で学んだり考えたりする機会は中々ありません。

そこで、試合会場のブースでは、来場者の方に楽しみながら知ってもらい、考えるきっかけづくりを行っています。会場内に配置されたクイズに答えることで、関連するグッズの抽選会への参加や、マスコットキャラクターである「ルーク」のオリジナルシールをプレゼントしています。

例えば、毎年10月に行うピンクリボンの啓発活動では、選手がピンク色のバスケットボールシューズ（バッシュ）を履いて試合に臨み、まずは〝ピンクリボン活動〟という言葉を知ってもらう機会を作ります。こういった活動により、「推しの選手がピンク色バッシュを履いているし、クイズで乳がん検診の大切さを知って、検診に行ってみた」というファンの方もいらっしゃいます。

（左）試合会場では毎回、小学生以下を対象に車のシートを作成する際に余ってしまった革を活用したオリジナルストラップを作成できるブースを設置。（右）そなエリア東京を訪問し、選手が災害の備えを学ぶ様子をYouTubeに投稿。（右ページ）〈右上〉会場でMYボトルを持つ人を数える機会を3回実施し、延べ1,285名を記録。〈右下〉小学校で行われたチアリーダーによる防災ダンス教室。〈左上・左下〉クイズスタンプラリーに参加する来場者。（写真提供＝アルバルク東京 ©ALVARK TOKYO）

会場内で出るプラスチックごみ削減そして環境問題への意識向上を目指した「MYボトル推進プロジェクト」は、試合会場にマイボトルを持参し、その様子をSNSに投稿してもらうことで、マイボトル使用の大切さを考えるきっかけづくりになります。「アルバルクの試合にいつもマイボトルを持っていくから普段の生活でもマイボトルを持ち歩くのが当たり前になった」という声も聞きます。

さらに試合を開催することで排出される二酸化炭素量を測定して、カーボンオフセット*1に取り組む活動を継続して行っています。会場で使用される電力で排出された量だけではなく、1万人を超えることもある来場者の移動で排出された量やグッズの製作や運搬で排出された量など、全ての排出量を測定・可視化しました。その排出量分の二酸化炭素量を減らす活動にパートナー企業の協力をいただき、カーボンオフセットを実現しました。

また今年は防災啓発のために長期保存が可能な羊羹を発売しました。美味しく、楽しく、身近に感じてもらいながら防災について考えるきっかけになります。

様々な人と共に

このALVARK Willの活動にはたくさんの人が関わっています。クラブを支えてくださるパートナー企業の中には、この活動を推進するためのSDGsパートナーが21社あります。それぞれの企業と社会課題を共有し、その課題の解決に向けて、一緒に取り組んでいます。

また、試合会場だけでなく行政や学校、地域とのつながりも大切にしています。チアリーダーが施設や地域イベント活動に出向いて、体を動かす楽しさを伝えるダンス教室の開催や災害時に必要なポーズを学べる防災ダンスを教えたりする活動を行っています。小学校の総合学習の時間を活用して、アップサイクル*2のワークショップ等も行います。

プロスポーツチームだからこそ

試合会場にいらっしゃるお客様の目当ては、もちろん、試合観戦や選手・チームの応援です。そんな中で、ALVARK Willのブースにたまたま立ち寄り、SDGsや社会課題を知る。そうすることで、社会課題に目を向ける。そのようなきっかけを私たちプロスポーツチームが提供できればと考えています。

これからも、ALVARK Willの活動を通じて、多くの方に社会課題に興味を持ってもらえるような企画を考えていきたいと思います。

プロスポーツは、選手と会場があるだけで成り立つものではありません。パートナー企業の皆さんがいらっしゃって、地域の皆さんがチームを受け入れてくれて、たくさんの人が応援したいと思ってくれるからこそ成り立ちます。このように、アルバルクを通してつながった全ての人と手を取り合い、みんなで社会をよくしていくことができればと思っています。

＊1 日常生活等で排出される温室効果ガスの排出量に見合った削減活動に投資するなどで、その排出量を実質的にゼロにするという考え方。

＊2 本来捨てるはずだったものに、アイディアやデザインを加えて新しいものに生まれ変わらせることを意味する。脱炭素につながる具体的な手段のひとつ。

アルバルク東京

寄稿

スポーツのちから スポーツの価値を活かしたまちづくり

谷本都栄（帝京大学冲永総合研究所 准教授）

「米原ファミリー自転車キャンプ」（写真提供=マイクリング・プロジェクト）

「スポーツは世界共通の人類の文化である」から始まるスポーツ基本法の前文には、「スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは全ての人々の権利である」ことが謳われています。色々なスポーツが普及し楽しめるようになりましたが、日本ではスポーツを「権利」として認識している人は多くはないでしょう。

スポーツのルーツをたどると、古の時代から遊びの文化として脈々と受け継がれてきたことが分かります。遊びやスポーツが私たちの生活の一部としてなくてはならない存在であれば、人間が人間らしく生きるために、全ての人に開かれたものとして遊ぶ権利やスポーツをする権利が保障されなければなりません。

例えば、子どもたちが安心してのびのびと外で遊べること、部活や地域クラブで好きなスポーツを続けられること、障がいがあっても遊びやスポーツに参加できること、こういった環境を保障することは大人や社会の責任です。これは、コミュニティにおけるスポーツを考えるときの出発点になります。

私はこれまで全国各地のコミュニティスポーツの実践を取材してきましたが、スポーツを通じて人びとの間に結びつきや信頼関係が生まれ、エンパワーされ、コミュニティが元気になる事例を数多く見てきました。第3期スポーツ基本計画では、スポーツの価値を高める3つの視点を示しています。「つくる、はぐくむ」「あつまり、ともにつながる」「誰もがアクセスできる」それぞれの視点からいくつかの取り組みを紹介しますが、皆さんが住む地域にはどのような活動があるのかをぜひ探してみてください。

「スポーツをつくる、はぐくむ」

岩手県釜石市の唐丹（とうに）すぽこんクラブは、親子を中心に多世代が交流できるスポーツ雪合戦によって新しいコミュニティをつくり、震災で分断された地域のつながりを紡ぎ直しています。雪の降らない釜石ですが、雪玉の替わりに紅白の玉を使い、ビーチで一年中活動できるところが魅力です。

長野県千曲市のドロップレット・プロジェクトでは、ICTを活用した遠隔ボッチャ試合システムの開発により、学内（特別支援学校）にいながら遠く離れた学校と練習試合や交流ができるようになりました。新しい技術の活用・導入によって、重度障がいのため外出が難しい生徒たちの世界が格段に広がりました。

（左）「ビーチYukigassen」（写真提供=唐丹すぽこんクラブ）　（右）「エンジョイ・スポーツ教室」（写真提供=鹿児島パラアスリートクラブ）

「スポーツであつまり、ともにつながる」

大阪ミナミの繁華街にあるコルメシアンテ大阪FCでは、子どもたちが日本語・英語・スペイン語でコミュニケーションをとりながら一緒にサッカーや勉強をしています。この地区では小学生の約半数が外国にルーツのある子どもです。言葉の壁や経済的な問題を抱え孤立しがちな彼らに、助け合い学び合いながら育ってほしいと活動をスタートしました。今では親世代のチームまで結成され、地域の方々も応援してくれるようになりました。

滋賀県米原市のマイクリング・プロジェクトは、米原を起点にしたサイクルツーリズムによる地域活性化を目指して、自転車旅を楽しめるまちづくりを進めています。自治体、大学、市民団体、地元企業、サイクリストなど地域内外の人・組織が協力して実証実験を重ね、地元グルメや日本遺産を巡るツアー、ファミリー自転車キャンプなどのプログラムを実施しています。一連の活動が実を結び、びわ湖一周サイクリング「ビワイチ」はナショナルサイクルルートに指定されました。

「スポーツに誰もがアクセスできる」

鹿児島県鹿児島市の鹿児島パラアスリートクラブは、障がい者スポーツの総合型地域スポーツクラブという全国でも珍しい団体です。陸上・水泳・バドミントン・バスケットボールのスポーツ種目に「エンジョイ」「チャレンジ」「アスリート」の3段階のレベルを設け、当事者の希望や能力を尊重し、楽しみから競技志向まで幅広い要望に応えています。

県内には障がい者が使用できるスポーツ施設が少なく、特別支援学校に部活動は殆どありません。また、障がいをよく理解して障がいに応じた丁寧な対応ができる指導者やボランティアが不足しています。鹿児島パラアスリートクラブでは、地域格差を改善するために指導者の派遣や人材育成にも力を入れています。

スポーツは人と人をつなぎ、人と地域をつなぎます。優れた実践に共通しているのは、スポーツの価値を活かした取り組みのプロセスにおいて、多様な関わり合いから社会資本（ソーシャルキャピタル）が形成され、人びとの生活課題を改善したり、地域課題を解決していく原動力となっていることです。

スポーツのちからでまちづくりを！　コミュニティスポーツで多様な主体の社会参画を促し、ともに活動する喜びを分かち合い、将来世代に受け渡していく道筋をつくっていく。〝みんなのスポーツ〟が人を育みまちを育む、そんなスポーツの未来を期待しています。

谷本都栄（たにもと・とえ）
帝京大学沖永総合研究所准教授、博士（学術）。大学院修了後、日本スポーツ文化研究所・研究員として欧州および日本のスポーツ・アウトドアレジャー関連のフィールド調査、離島や中山間地域における地域活性化、特に遊びやスポーツを軸にしたまちづくりに携わるようになる。2014年よりスミセイ・コミュニティスポーツ推進助成プログラムにおいて、全国各地の草の根の活動や新たな取り組みを取材している。

スミセイ
コミュニティスポーツ
推進助成プログラム
〈コミュニティスポーツ
の現場から〉

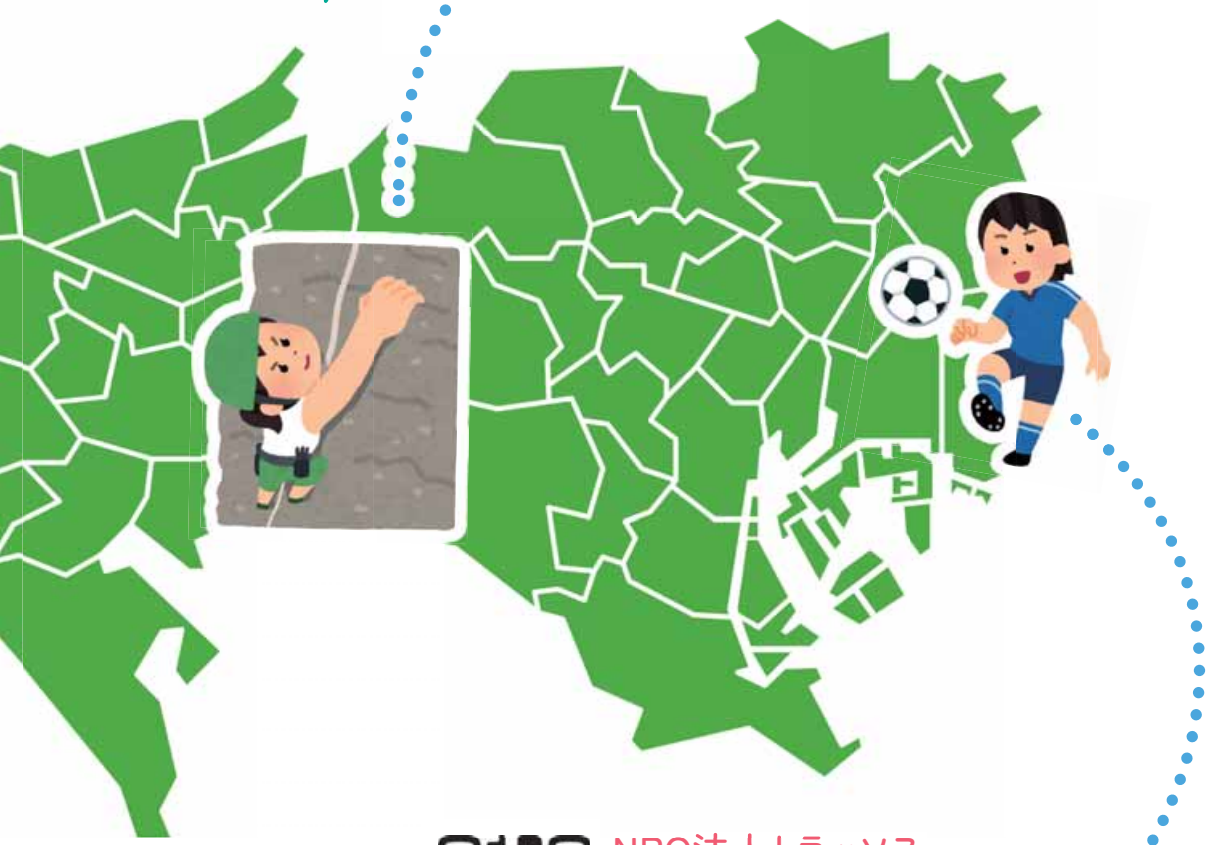
スポーツをテーマとするNPOは全国にたくさんあります。今回は、編集部が都内で聞いて気になっていたNPOの中から、コメントをいただいた5つの団体をご紹介します。
あなたの地域で活動するスポーツNPOもあるはずです。ぜひ探してみてください！

最近、スポーツしていますか？

NPO法人モンキーマジック

クライミング 三鷹市

「見えない壁だって、超えられる。」をコンセプトに、フリークライミングを通じて、視覚障がい者をはじめとする人々の可能性を大きく広げることを目的に活動。「地域に根差した活動」を目指し、全国のクライミングサークルの立ち上げ支援および交流促進を実施している。



NPO法人トラッソス

サッカー 江戸川区

スポーツを通し、障がい者と健常者が共に成長できる社会を目指し、知的障がい児・者/発達障がい児・者を中心としたサッカースクールやクラブの運営、イベントの開催、指導者の育成を行っている団体。障がいのある人のスポーツ参加の普及と地域社会への理解を図る交流事業も行っている。

東京のスポーツNPO

RFSP（NPO法人 Rugby Friendship Sport Promotion）

ラグビー あきる野市をはじめとする8市町村

持続可能な東京都西多摩エリア（青梅市・羽村市・福生市・あきる野市・瑞穂町・日の出町・奥多摩町・檜原村）を目指し、青少年健全育成を基本に、スポーツで人と人の心をつなげていくとともに、子どもたちが安心して学習やスポーツに取り組める西多摩エリアの構築と発展を目指して活動している。

NPO法人 奥多摩カヌーセンター

カヌー 奥多摩町

青少年の健全な育成・自然環境保護の啓蒙・町おこしへの貢献を目指し、奥多摩の美しい自然を活かして、カヌー体験事業を展開する団体。

わくわくドキドキ！親子deスポーツ体験会／たて団スポーツ体験実行委員会

YouTube

運動会 八王子市

子どもや家族、地域を元気に!をモットーに専門のコーチが子どもたちにスポーツの楽しさを伝える体験型イベントを開催。サッカーや野球、バスケのスポーツ体験だけでなく、プレーパークや体幹バランスチャレンジ、ベビーマッサージなど、エリアごとに異なるスポーツの体験を、自治会とも連携しながら地域の保育園や学校、商店街で行っている。次回は2024年11月23日開催。

TVAC相談窓口から

1年間の相談を振り返って（2023年度）

東京ボランティア・市民活動センター（TVAC）には、市民（個人）、ボランティアグループ、市民活動団体、NPO法人、社会福祉施設、企業、行政機関、マスコミなど、様々な方から多数のご相談・お問い合わせが寄せられています。

■相談件数と相談方法

◇コロナ禍前より増加した相談

2023年度は、1万7012件の相談が寄せられました。前年度に比べて300件ほどの増加です。振り返ると、それまで1万6000件ほどだった相談が、コロナ禍に突入した2020年度にはいったん1万8000件近くまで増加し、翌年度は、多くの活動が休止等を余儀なくされていたことから大きく減少（1万5007件）、そこから2022年度（1万6715件）、2023年度と、徐々に増加しています（図1）。

◇メールが増加・来所は減少続く

相談方法は、電話・メール・来所・オンライン等があります（図2）。

2023年度、最も多かったのは電話による相談で、全体の半分（8588件）を占めています。次いで多かったのは、メールによる相談、3番目に来所による相談、そしてオンライン等による相談と続きます。

TVACでは、相談者との関係づくり・パートナーシップのために、来所による直接の出会いを大切にしており、長年、来所相談が全体の4割を占めていました。しかし、コロナ禍に来所が激減して以降、来所は全体の2割にとどまり、2023年度はさらに減少して、全体の16%（2727件）となりました。

来所が減る一方で、メールによる相談は増加しています（5020件）。コロナ禍以前は全体の1割程度でしたが、2023年度は3割を占めるまでになっています。メール相談は、限られた情報をもとに対応するため、内容の複雑化と相まって、やり取りが長期化する傾向がみられます。

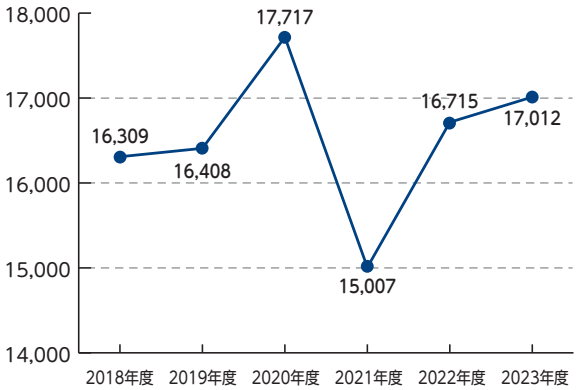
■相談者の属性

◇NPOからの相談は減少続く

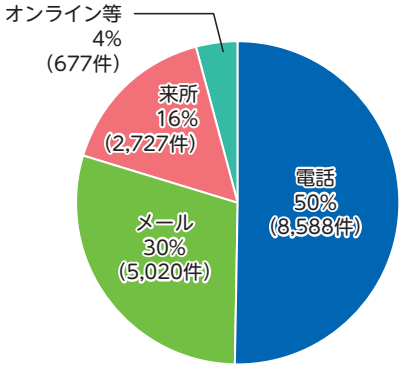
相談者のうち最も多いのがNPO（民間非営利組織）です（図3）。ここでの「NPO」には、NPO法人だけでなく、他の非営利法人の他、ボランティアグループや当事者団体、セルフヘルプ・グループを含む、任意団体として活動する市民活動団体等も含んでいます。

NPOからの相談は、全体の34%（5748件）でした。コロナ禍以前には1万件を超えることもありましたが、最近では、その6割程度となっています。

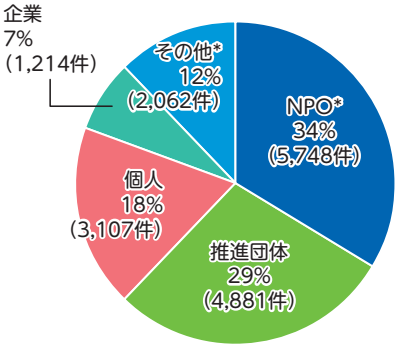
件数の減少に反して、相談内容は年々多様化・複雑化しています。例えば、活動のはじめ方、任意団体の立ち上げ、会則づくりについて、法人格の選択、法人設立、会計処理・決算・税務関係、定款や



【図1】相談件数の推移（件）



【図2】相談方法の内訳



【図3】相談者の内訳

＊NPO…
ボランティアグループ、市民活動団体、NPO法人など非営利の市民団体

＊その他…
福祉施設、行政機関、学校、マスコミなど

役員の変更・認定取得などの他、事業の企画、広報、ボランティアマネジメント、資金調達、法務、労務、トラブルに関する相談など、幅広い相談が寄せられています（表1：相談例）。２０２３年度は、とりわけ、解散やそれに伴う事業承継など、活動や団体の「終わり」に関わる相談が増加しました。

また、前年度から引き続き、活動の開始と同時に法人化を目指す相談も多くあります。「活動するには、法人格が必要」と考える方も多く、法人格をもたない任意団体でも活動できることを「知らなかった」という声もあります。

そういった相談では、「ＮＰＯ法人になれば、補助金や助成金などの社会的な支援が受けられる」、「法人であれば、市民や行政の信頼を得られる」、「多くの寄付が集まって、運営していける」といった期待を耳にすることが少なくありません。しかし、実際の団体運営においては、会費や寄付等の募集も含め、自ら財源を確保し、組織と活動の基盤をつくっていくことが重要になります。

また、ＮＰＯ法人という法人格が、自分たちの活動や運営のスタイルに合っているとは限らず、法人化したあとに「定款に沿った運営をするのが難しい」、「自分たちのあり方と、法人のルールにギャップがある」と、来所する団体も一定数あります。

一度、法人格を取得すると、根拠法や定款等に則った運営をしなくてはならず、かつ、解散等の手続きには時間や費用がかかるため、「やり直し」は簡単ではありません。そのため、法人化の前に、活動と運営の両面から、自分たちにあった「カタチ」を検討することが重要になります。社会的にＮＰＯへの関心と期待が高まっていますが、一方で、市民活動の「実際」については、あまり知られていないと感じます。ＮＰＯ・市民活動についての幅広い情報発信が必要とされています。

同時に、多様な市民活動によって社会が支えられている現状を鑑みると、より一層、活動が始めやすく・続けやすくなるための社会資源や環境の整備、支援策の充実が、喫緊の課題と言えるでしょう。

【表１】
NPO（民間非営利組織）からの相談例

- 地域の会場利用登録のために、会則が必要になった。何を書けばいいですか？
- 法人格がなくても、寄付を募ったり、参加費を受け取ったりしても、いいのですか？
- 任意団体の会計は、どのように記録すればいいか。１年の報告書は何を作成するのか。
- 任意団体を法人化した。口座開設の審査に通らず、困っている。
- 小規模の任意団体なのだが、インボイスの登録をした方がいいのだろうか…。
- コロナ禍に繰越金が増えたことで、定期寄付者から「寄付をやめる」と言われてしまった。
- ネットで見つけた画像をパンフレットに使っていたら「無断使用」だと連絡がきた。
- 任意団体を解散したい。どうしたらいいか。何を話し合えばいいか。
- NPOのネットワークで参加団体間でトラブルが起きている。ネットワークが崩壊しそう。

◇推進団体からの相談は増加続く

ＮＰＯからの相談が減少する一方で、ボランティア・市民活動センター等の「推進団体」からの相談は増加しています。

２０２３年度は前年度より１４００件多い４８８１件寄せられ、全体の29％に及びました。長年ＴＶＡＣにおいては、推進団体からの相談はＮＰＯ、個人からの相談に次いで全体の３番目で推移してきました。ところが、ここ数年は、毎年１０００件以上ずつ増加し続けています。

推進団体からの相談内容は、「病院への付き添いと通訳を必要としている方がいる。対応してくれる団体はあるか」といった「住民からの相談への対応」に関わるもの、「ヤングケアラーに関する勉強会の講師を探している団体がある」、「団体から、資金調達の相談を受けている」といった「団体からの相談への対応」に関わるものが多く寄せられています。

特に２０２３年度は、団体の法

人化、任意団体の運営や会計処理、団体内でのトラブルに関する相談が多く、地域を問わず、各センターに幅広く複雑な相談が寄せられている現状がうかがえます（表2：相談例）。推進団体からは「新型コロナで一時登録団体が減少していたが、最近は、新しい活動の立ち上げの相談が増え、既存の団体からの相談も複雑で多様になった」との声がありました。これに対する試みとして、2023年度、TVACと世田谷ボランティア協会との共催で、市区町村のボランティア・市民活動センターの職員向けに「団体支援・NPO相談」に関する連続講座を実施しました。

【表2】
推進団体からの相談例

- 地域で「居場所づくり」をしたい方に、参考として紹介できる活動を教えてほしい。
- 専門技術を使った社会貢献を希望する方が来ている。紹介できる活動はあるか。
- 今、窓口に来ている方が参加できる当事者会を探している。地域外のグループを希望。
- 地域の子ども食堂から「運営費に悩んでいる」と相談を受けた。どうしたらよいだろう。
- 地元企業から、大量の物品寄付の申出があった。受け入れてくれるNPOの情報はあるか。
- NPOから「ボランティアへの交通費支給」の相談を受けている。どう答えたらいいか。
- ボランティアグループから法人格選択の相談が入った。ポイントを知りたい。
- 関係が途切れてしまった団体と、もう一度つながりたい。TVACでは、どうしているか。
- 一般社団法人の設立や運営の相談が増えているが、TVACでは、どう対応しているか。

◇個人からの相談・3000件超

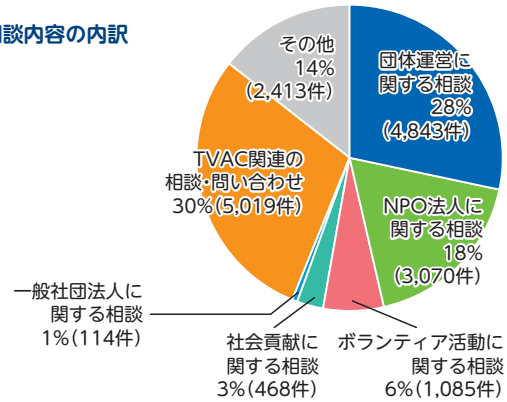
個人からの相談は全体の18％（3107件）でした。最も多いのは「話がしたい」、「話を聞いてほしい」といったもので、コロナ禍以前から続く傾向です。

また、食事、住宅、生活費、暴力被害等に関わる逼迫した状況にある方からの相談も引き続き寄せられています。なかには「仕事を失った。NPOを立ち上げて、自分の生業にしていきたい」といった方からの相談もあります。当センターでは、必要に応じて、専門機関やNPO等と連携して対応をしています。

2023年度には、個人からの「ボランティア活動に関する相談」も多く寄せられました（470件）。「引っ越してきたばかりで知り合いがいないので、地域のボランティア活動に参加してみたい」、「学生時代は、コロナ禍でボランティア活動ができなかった。社会人になり、職場以外の人とも関われるよう、ボランティアを始めたい」といった、地域社会との接点をつくるきっかけとして、ボランティア活動に期待を寄せる相談が年間を通して届いています。

1月に発生した能登半島地震に関しても、多くの問い合わせ・相談をいただきました。「物品を寄付したい」、「街頭募金をしたい」、「東京に避難している方に、できることはないか」などの声が寄せられました。

【図4】相談内容の内訳

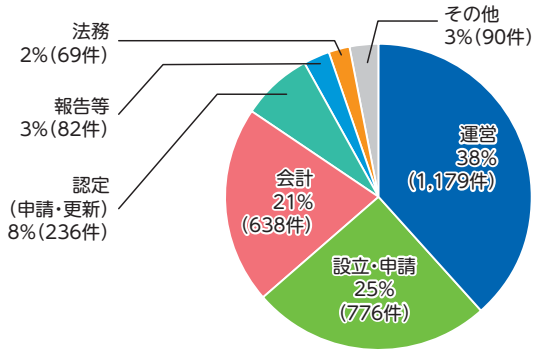


■NPO法人相談・3000件

TVACに寄せられる相談の内容で最も多いのが「団体運営に関する相談」（4843件）です（図4）。

法人運営に関する相談に限定した「NPO法人に関する相談」は、3070件、全体の18％にあたります（図5）。内容としては、役員や総会・理事会等に関わる「運営」相談（38％）、NPO法人の要件や書類に関する「設立・申請」の相談（25％）、日常・期末処理

【図5】NPO法人に関する相談内訳



や活動計算書等に関する「会計」相談（21％）が多くありました（表3：相談例）。

特に会計関係では、実務者の危機感を反映したような相談も見受けられました。「一人で担当していて不安」、「前任者からの引き継ぎがなく、わからないことが多い」、「NPO法人特有の取引やインボイスなど、相談できる人が組織内にいない」など、不安を抱える実務担当者からの相談が多く寄せられています。NPO等における不適切な経理や不祥事等が表面化することが多い昨今ですが、それらを防ぐには、日常の経理体制・仕組みの見直しに加え、担当者に対するサポートや、監事の役割も重要です。法人全体で経理に取り組む意識が求められます。

さらに2023年度は、役員報酬や業務委託、雇用など、名目や法人との関係は様々ですが、役員や関係者に「対価を支払いたい」という相談が増加しました。これらの相談には、個々の実情に応じて慎重、かつ、様々な切り口からの確認・整理が必要となり、継続相談となることが多くあります。

また、税制上の優遇措置のある認定（申請・更新）に関する相談は236件（8％）でした。特に年度末には、更新を控えた法人からの相談が相次ぎました。認定相談は、要件の確認にとどまらず、定款の見直しや組織体制など、法人運営全体に関わる点検に波及することが多く、相談も数か月・年単位で継続になることが少なくありません。認定取得・更新に向けては、日常的に要件等を意識した運営が重要となります。

＊　＊　＊

TVACでは、寄せられる相談に対して、多様な選択肢をもって団体や活動の「今後」を見つけ出す一助となるような伴走を心掛けています。さらに、必要に応じて法務などの専門相談につなぐ対応をしています。また、外部研修への参加やスーパービジョンの実施、定期的な勉強会の開催、他機関との情報交換などを通して相談員のスキルアップに取り組んでいます。

今後も相談内容の傾向から団体の抱える課題や市民のニーズを把握し、市民活動を取り巻く状況の変化を読み取りながら、センター事業に反映させていきます。

（相談担当専門員　森玲子）

【表3】
NPO法人の運営に関する相談例

- 任意団体時代のメンバーで運営したいので、正会員（表決権を持つ者）に制限をつけたい。
- NPO法人なので、税金は関係ない…ですよね？
- 活動を担当している役員に、なんらかの支払いをしたい。どんな支払い方があるか。
- 事務局と理事長の定例会議で予算・計画を変更したら、監事から指摘された。何がダメ？
- 総会・理事会や、決算・報告書作成などが負担になっている。任意団体に戻りたい。
- コロナ禍に会員の高齢化が進み、活動を再開できる見込みがなくなった。解散したい。
- 来年度中の解散を考えているが、事業を承継してくれる先を探したい。
- 認定更新が控えているが、コロナ禍に休止していたため、70％要件を満たせなくなった。
- 遺贈寄付の申出があったが、どういった対応をすればいいだろうか。

東京ボランティア・市民活動センターの相談

東京ボランティア・市民活動センターでは、NPO、ボランティアグループ、当事者団体、セルフヘルプ・グループからの設立・運営などのご相談をお受けしています。まずはお電話にてご予約ください。

電話：03-3235-1171（予約優先）

せかいをみる

海外におけるボランティア・市民活動や市民と社会のかかわりを知る・考える連載ページ。今号ではドイツを中心に直接民主主義の機会創出に取り組む、NPO　OMNIBUS（オムニバス）の活動について、福地健治さんに寄稿いただきました。

寄稿

民主主義を走らせる ドイツのNPO〝OMNIBUS（オムニバス）〟

福地　健治
（早稲田大学「参加のデザイン研究所」招聘研究員）

問題に対してどのような判断をするかを私たちは知りえない。選挙が終われば、よほど自治体の議会や議員活動に注視している人でない限り、議会がどのようなプロセスを経て政策を決定しているかについての関心は薄まるのが常である。

議会の決定に不服がある場合、有権者数の50分の1の有効署名により議会に住民投票条例案を提出することができる（地方自治法第74条）。署名活動に努めた経験のある人なら実感されると思うが、署名してもらうことはつらい。街中を忙しく行き交う人に声をかけ、署名活動の理由をまず聴き入れてもらい、納得をしてもらわなければならない。署名は代議制民主主義を基本とする諸外国においてもロック[*1]のいう「抵抗権」の第一歩となるが、署名収集を行う市民にとっては並々ならぬ労力を要する。

●NPO　OMNIBUS（オムニバス）とは

ドイツにはその署名収集をユニークな方法で実践するNPO団体がある。それが、OMNIBUS für Direkte Democratie（直接民主主義を支持するオムニバス）である。オムニバスはベルリンで廃車となった観光バスを修理し、ドイツを中心にヨーロッパ全土の学校、企業、広場や歩行者専用ゾーンなどの公共スペースを、年齢、国籍を問わない一般市民のボランティアを乗せて、年間100以上の都市を訪問する。気候変動、生物多様性、そして直接民主主義（市民主権）の情報と理解とを市民に訴え、地域課題に対しては住民投票へ向けた署名収集を積極的に支援している。

オムニバスは、1971年、現代芸術家ヨーゼフ・ボイス[*2]による「社会彫刻」理念を原点として設立された。ボイスは、それまでお互いに知らずにいた人と人とをつなぐネットワークを創造し、新たなコミュニティを形成することが民主主義において私たち全員がともに直面する最大の課題であると宣言した。絵画や彫刻のように五感に触れるものだけが芸術ではない。社会は人間のつながりからできている。自らの意見が反映されるコミュニティデザインを創造することもまた芸術という考えだ。オムニバスは、個人の意思決定を重視する立場から右／左の図式とは関係なく、ロビー活動やターゲットグループ（政党や利益団体）とも無縁である。1949年のボン基本法（第20条2項）「すべての政府権力は国民から来ている。それは選挙と投票において国民によって行使される」という最高法規を支柱と

●政策決定に一石を投じる、署名活動

自治体の政策決定に私たち市民が関与できる公的な機会は、4年に1回の地方議会選挙および首長選挙である。私たちは、私たちの代表にふさわしいと思われる候補に投票し、代理人として自治体の運営を候補者に託す。当選した代表から構成されるのが議会である。

しかし、議員が選挙前のマニフェスト以外に生じた地域

福地健治（ふくち・けんじ）
早稲田大学大学院社会科学研究科博士後期課程単位取得満期退学。博士（社会科学）。早稲田大学参加のデザイン研究所招聘研究員。2013年、東京都小平市で実施された都道建設の是非を問う住民投票（「50％条項」により不成立、非開票）に疑問を持ちインターネットによる住民意識調査で投票の内訳を推測した論文を公表。専門は市民参加論。

廃車となったバスを修理し各地の市民活動を支援する　写真提供＝OMNIBUS

して実践する団体だ。

●100万筆を超える署名を集め、法改正を実現

オムニバスのウェブサイトにはツアースケジュールが表示され、それは随時更新される。ボランティアはその「停留所」に行けば乗車できる。[*3] そこから「民主主義への旅」が始まる。学校との連携も進んでいる。2002年の夏休みに始まったインターンシップをきっかけにこれまで数百人の学生が利用している。民主主義について様々に異なる住民の生の声を聴くという機会は誰にとっても新鮮で貴重な体験になるにちがいない。

オムニバスの存在を知らしめたのは、1995年、バイエルン州において直接民主的制度の普及を目指すヨーロッパ最大規模のNPO団体メア・デモクラティーが中心となり「住民投票法の改正に関する州民投票」の実現に成功したときだ。この州民投票への活動を始めた1990年代前半、インターネットは普及していない。当時のバイエルン州の人口は1千万人を超え、しかも16州の中で面積は最も広く人口密度が比較的低い国土で州民投票の規定とされた有権者の10％を超える有効署名（約88万人）を収集する困難は想像に難くない。オムニバスは署名収集を一定の場所、つまり「点」で行うのではなく、州内の各市町村内を巡回しながら、州全土の街から街へ縦横無尽に立ち寄り「線」として戦略的かつ効率的な収集を実践した。

活動から2年後、メア・デモクラティーは10％の規定を超える119万7370筆（有権者の13・7％）の署名を議会に提出して州民投票を実現させた。州民投票の結果、住民投票法の改正が決定された。この法改正以来、バイエルン州ではドイツ連邦州の中で最も多い住民投票が実施されている。

オムニバスの活動は現在も旺盛だ。昨年にはシュレースヴィヒ＝ホルシュタイン州（SH州）議会が2023年3月に改定した住民投票に関する法律（主に土地利用計画を住民投票の対象外とする）に対し、住民投票の実現に向けた署名活動で成果を上げた。同州で住民投票に至る第一段階としては2万筆の署名が必要であったが2万7595筆の署名が州議会に提出された。そのうち7777筆をオムニバスが収集した。2024年度中にSH州議会がこの市民の請願を受け容れず、妥協点が見つからない場合、今度は住民投票に向け約8万筆の署名が必要となる。ハードルは一層高くなるが、オムニバスは州民投票の実現に向かって民主主義のバスを走り続けさせるだろう。

シュレースヴィヒ＝ホルシュタイン州での署名活動　写真提供＝OMNIBUS

ウェブサイト上のツアープラン（2024年５月現在）

OMNIBUS ウェブサイト

Mehr Demokratie ウェブサイト

＊1　ジョン・ロック（John Locke:1632-1704）の「抵抗権」。議会が市民にとって納得のいかない政策決定をした場合、市民は議会に抵抗する権利を持つとする理論。

＊2　Joseph Beuys:1921-1986。芸術の旧概念を打ち破り、社会を形造ることもまた芸術だとして「社会彫刻」概念を提唱。「緑の党」結党にも参画した。

＊3　バスは計画ルートに則り一般道を走る。バスを停めて活動する場所は事前に行政許可をとる。

【1】役員会にデビューしました！

当センターのスタッフＡが、突如、町内会の役員になり、地域のことをディスカバーする全３回の連載です。

「東京の田舎」ともいえるＢ市に18年前に引っ越してきたが、仕事に子育て、家族の介護と忙しくて、町内会の会費は払っていつつも、そのイベントに参加することはなかった。子育てや犬の散歩で地域の人たちとも仲良くなり、「いいところだな～」と感じている。２年前の春、わんこ友だちのＰさん（女性）から、「町内会が高齢化しすぎているので､手伝ってくれない？」と誘われた。と、言われても、私もまだフルタイムで働いていて、介護が必要な家族もいた。Ｐさんは「総務部長をお手伝いする形でいいから」と言う。Ｐさんはこの地で生まれ育ち、お父さんが町内会で活躍していたので、ご本人も定年退職後に町内会の役員になった｡女性の役員は１名しかいないらしい。まあ、できる範囲で…ということで、了承してしまった。

さっそく４月の役員会にデビュー。会長はなんと90歳！副会長もそれに近い年齢か。他の役員さんもほとんど70～80代。50～60代そうな人は私を入れて４名ぐらい？自分がとても若く感じる。まずは、新役員、つまり、私の紹介。そして、役員さんたちの自己紹介。会長も副会長も70年ぐらい前に武蔵野の面影を残すこの地域に越してきたという。他の役員の方々もずっと住んでいる人ばかり。

この日の議題は６月の総会に向けて、昨年度の事業報告と今年度の事業計画。この町内会には約300世帯が暮らしていて、４部会27班に分かれているらしい。毎年会費が30万円ぐらい集まり、主な行事は、親睦を目的とした芋煮会ともちつき大会。その他の活動としては、ゴミ拾い、防犯・防災活動など。

コロナ禍で活動が制限され、予算に余裕があるので、町内の３～４ヶ所に設置されている「住民マップ」の掲示板を新しくすることも話し合われた。かなり老朽化が進んでいるのと、アップデートが進んでいない。そもそも、個人情報の問題があるし､風で倒れると損害賠償の問題もあるので、撤去した方がよいという意見が多かったが、会長は「あると便利なんだよね～」と反対。みんなで会長を説得して、撤去が決まった。

２時間越えの役員会はようやく終わり。玄関で会長さんが靴を履くのをお手伝いし、会長さんは歩行器を使いながら、ゆっくり家路に着いた。

つづく

イラスト：ひびのさなこ

当センタースタッフによるコラム

つぶやきブレイク Vol.32

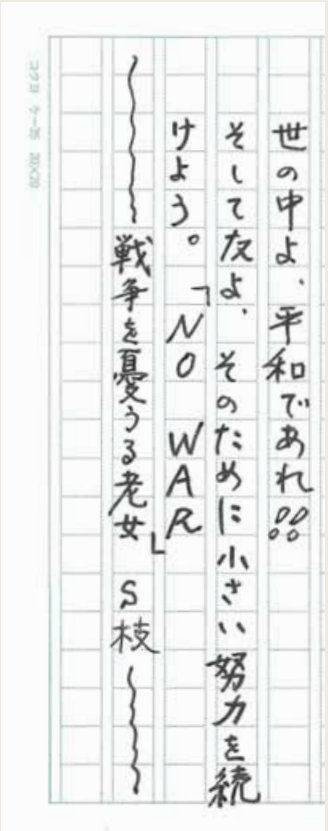
亡き母のつぶやき

～NO WAR～

沼津駅南口のロータリーにある井上靖の母子像。井上靖は、学生時代を沼津中学校（現沼津東高等学校）で過ごした。（写真提供＝沼津市）

先日、富山に住んでいる従姉が、2年前に他界した私の母のエッセイを郵便で送ってくれた。原稿用紙に懐かしい字体で、母が日々の暮らしの中で感じたことがつづられていた。20年前に従姉の息子さんがSNSのページを始めて、従姉から母にも投稿してみないか？とお誘いがあったらしい。母の手書きの原稿を従姉がせっせとPCで打ち、配信してくれていたようだ。エッセイの中には、いろいろな失敗談などがあって面白いが、こんなものもあった。

「奥まったところにある物置小屋同然の納戸を片付けていたら、古～い写真が出てきた。あっ、これは確か沼津の駅前だ。三人の子どもたちが、それぞれリュックを背負って母子像の前に並んでいる。下の子は三歳ぐらいだったか。海水浴に行くため沼津駅で下車すると、可愛い母子像があった。何気なく見てみると、『若し原子力より大きい力を持つものがあるとすれば、それは愛だ。愛の力以外にはない。』と書いてあったのだ。確か『井上靖』とあった。『はっ!!』とした私は声を出してもう一度読んだ。母親真っ盛りだった私が、本能的に戦争を恐れたからだろう。その思いは老婆になった今も変わらない。世の中よ、平和であれ!! そして友よ、そのために小さい努力を続けよう。『NO WAR』～戦争を憂うる老女 S枝～」



世の中よ、平和であれ!!
そして友よ、そのために小さい努力を続けよう。「NO WAR」
～～～戦争を憂うる老女 S枝～～～

S枝さんが執筆した直筆原稿、ラストの部分。

母は小学生のときに東京で空襲の中を逃げ回り、山梨に疎開してきてからも、母親（私の祖母）と小さな兄弟たちとの生活で、とても苦労したそうだ。そして、特攻隊として戦闘機に乗る前に戦争が終わった父と結婚。その娘（私）は当時の「敵国」だったアメリカの男性と結婚し、女の子が生まれた。両親は夫も娘（孫）も夫の家族もとっても大切にしてくれた。

今も世界の各地で戦争が起きている。愛し合えるはずの人たちなのに。ここ、東京ボランティア・市民活動センターにいると、海外の国々を支援したり、日本にいる外国ルーツの人を支援している人たちとお会いする。こうした国や民族を超えた市民と市民とのつながりこそが「希望」だ。母の言うように、私にできることを見つけながら、日々の努力を続けていきたいと思う。

（K）

令和6年能登半島地震における取り組み

東京ボランティア・市民活動センター（以下、TVAC）では、能登半島地震において以下のような取り組みをしています。

■被災者支援ボランティア・プログラム

TVAC、東京都（生活文化スポーツ局）、災害協働サポート東京（CS-Tokyo）と連携・協働し、被災地域にボランティアを送り、支援活動を行うプログラムを実施しています。石川県輪島市、穴水町を中心に地域での交流・支え合いの場づくり（サロン活動）を地域住民の方々や地元の団体の方々とともに行っています。

＜協力団体＞

・災害協働サポート東京
・株式会社ニトリ
・真如苑SeRV
・シャンティ国際ボランティア会
・都内社会福祉協議会、区市町村ボランティア・市民活動センター

■市民向けの情報発信

◎ウェブサイトでの情報発信

◎被災者支援ガイダンス

2月16日（金）に実施しました。

■都内一斉街頭募金の提案・実施

都内の区市町村社会福祉協議会や市民活動団体等に街頭募金の提案を行っています。

■関係団体向けの情報発信

関係団体向けに「能登半島地震災害ボランティア・NPO支援情報」を発信しています。

■情報収集

◎被災地域調査

今後のボランティア・市民活動支援のため調査を実施しています。

◎関係団体からの情報収集

市民活動団体や社会福祉協議会、全国団体、東京都等との連携により、情報収集を行っています。

取り組みについての詳細は、TVACのウェブサイトをご覧ください。

サポーター募集

TVACでは、サポーター会員を募集しています。ボランティア・市民活動の応援団として、ご支援いただけましたら幸いです。会員の方には、年6回発行の『ネットワーク』を無料でお送りします。サポーター会費は1口1000円、3口以上（上限なし）です。お支払方法は、郵便振替・TVAC窓口のほかクレジットカード払いも可能です。

お申込は、窓口もしくは下記QRコードからお願いします。

夏の体験ボランティア2024 in TOKYOはじまる！

今年も夏の体験ボランティアの季節がやってきました！あなたも都内各地で活動する団体の皆さんと一緒にボランティアを体験してみませんか。

「ボランティア体験をしたい」「新しいことに挑戦してみたい」「社会で起きている課題について知りたい」「多様な方に出会いたい」等、初めての方もぜひ！皆さんの新たな一歩をお待ちしています！

ネットワーク

本誌のバックナンバーは
右記からご覧ください。

～本誌389号より～

読者の声

読者の皆さんからいただいたアンケートの一部をご紹介させていただきます。

◆表紙、表紙のことば

・今回のメインテーマである『子ども食堂』の在り方をかわいく落とし込んでいる表紙だと思います。

◆新発売　ぼらあめ　～製作日記～

・ぼらあめカードのキャッチフレーズに目が留まり、次はどんな言葉が出てくるかなと楽しみワクワク感！

◆ふれあい満点市場 in ボランタリーフォーラム TOKYO

・いろいろやっているのだなぁ。こういった情報は掴みにいかないと知らないのでよかったです。次回はのぞきに行きたいです。

◆【特集】子ども食堂の今、そして、未来

・とても興味深く拝読しました。可能であれば、主体、連携団体、利用者の特徴、利用者の声なども知りたい、聞きたいと感じました。

・それぞれにコンセプトや運営の仕方は違えど、活動を維持することの試行錯誤がよく分かる特集でした。

◆【あすマネ】「人が足りない」を考える

・このテーマについて考えるワークショップイベントなどを記事に合わせて開催すると記事と地域が連動して、答えが見えてくるような気がします。

◆TVAC News 能登半島地震対応・ゆめ応援ファンド助成決定ほか

・大地震後、元の生活のレベルに戻るには相当の年月がかかると思います。なので、風化させず、支援を続けることが重要だと感じます。

◆つぶやきブレイク My Favorite Things

・センタースタッフから地域で活躍する活動家のコラムまで広げていくと、読む方が増えるのではと思います。

◆いいもの みぃ～つけた！ 障害者施設と作る、UTme！Tシャツ

・みんなが描いたイラストが組み合わさるというデザインのアイデア、素敵ですね。

お気軽にご意見・ご感想をお寄せください。

本誌で使用しているQRコードは、㈱デンソーウェーブの登録商標です。

東京ボランティア・市民活動センター
(TVAC: Tokyo Voluntary Action Center)
https://www.tvac.or.jp

東京ボランティア・市民活動センターは、ボランティア活動をはじめとするさまざまな市民の活動を推進・支援しています。どうぞご利用ください。

利用

会議室	会議室A・B(各40人)・C(15人)　無料 ※会議室AB通し(80人)
貸出機材	印刷機(2台)紙持ち込み、点字プリンター 他
申込み	4ヶ月前から電話で受付(03-3235-1171)

情報提供

最新のボランティア・市民活動情報は、センターのホームページでご覧いただけます。http://www.tvac.or.jp/

開所時間

火曜日～土曜日：9時～21時／日曜日：9時～17時
(月・祝祭日・年末年始除く)

交通アクセス

JR、地下鉄(東西線・有楽町線・南北線・大江戸線出口B2b)飯田橋駅下車

ネットワーク

発行人　山崎美貴子
編集委員　上杉貴雅(メイクスマイル／オレンジフラッグ)
江尻京子(東京・多摩リサイクル市民連邦)
片岡紀子(患者スピーカーバンク)
亀川悠太朗(葛飾区社会福祉協議会)
小池良実(岡さんのいえTOMO)
長畑 洋(TDU-雫穿大学)
中原美香(NPOリスク・マネジメント・オフィス)
野村美奈(武蔵野会 リアン文京)
室田信一(東京都立大学)

TVAC の公式ソーシャルメディア

編集・発行：東京ボランティア・市民活動センター
〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
セントラルプラザ10階
TEL：03-3235-1171　FAX：03-3235-0050
E-mail：nw@tvac.or.jp

印刷：島津印刷㈱
デザイン：東京ボランティア・市民活動センター／島津印刷㈱
表紙イラスト：フローラル信子

2024年6月20日発行(通巻No.390)
ISBN 978-4-909393-56-2 C2036
定価400円(本体364円＋税10%)
本誌掲載記事の無断複製・転載を禁じます。

1001 1218

いいもの みぃ～つけた！

このコーナーでは、ボランティア・市民活動・福祉施設のグッズや作品を紹介します。

Vol. 49

多様性から生まれる米粉のマフィン

マフィンは全５種類。250円～350円／個。農家から直接購入した米粉を使う。

完熟トマト（300円／個）

チョコ＆ココア（350円／個）

マフィン３個入、６個入のギフトボックス。箱代150円

ミャンマーの女性支援団体から購入した珈琲豆を焙煎して販売。ドリップパック各種150円

ソテリアファームは、外国にルーツのあるスタッフが９割。お国柄、価値観も違い、まさに現場は多様性そのもの。少し複雑なことが苦手な方も多く、言葉の壁もあり、ソテリアファームのスタッフにとって、シンプルな工程のマフィンはこの工房にぴったりなメニューでした。

そして、このマフィンのレシピは、保存料、着色料なし。そして、日本人の腸に取り入れやすい米粉がメイン。お客様のエネルギーチャージにぴったりです。野菜が入ったマフィンにはそれぞれの栄養素があり、忙しい毎日に手軽に体にいいものを取り入れることが叶います。また、デザートにもなる甘いテイストは少し贅沢な時間をつくります。

お客様へ広い意味での健康をお届けし、スタッフたち自身も仕事が続けられ、この『MUFFIN STAND SOTERIA』（右下案内図参照）から、社会に好循環を生み出したいと願っています。

NPO法人 東京ソテリア　ソテリアファーム

販売場所　〒160-0004
東京都新宿区四谷1-3-20（四谷見附交差点）

お問合せ
TEL 03-6739-9734
FAX 03-6709-9735
MAIL firm@soteria.jp

WEB https://sf.soteria.jp

店舗営業時間
月曜日～木曜日
11:00～17:00

作り手インタビュー

工程のひとつひとつに、様々な人が手をかけてできあがる、『いいもの』。
制作にまつわるお話をうかがいました。

ソテリアとはギリシャ語で『回復』を意味します。心と身体が少しでも癒されますように…。

ソテリアファームのリーフレットにはこんなメッセージが書かれています。ソテリアのマフィン製造所を訪ねて、塚本さやかさんと大渕眞理さんにお話をうかがいました。

―これまでの経緯を教えてください。

わたしたちは精神障害を持つ方の暮らしをケアする法人としてグループホームや就労支援を行ってきました(2009年法人設立)。日本は人口当たりの精神病床数が世界で最も多い国ですが、海外に目を向ければ、イタリアでは精神科の病院はなく精神障害を持っていても地域のなかでサポートを受けながら暮らしています。

そこでイタリアに学ぼうと、ボローニャの社会的協同組合*が経営するレストランに精神障害を持つ方を日本から派遣し、現地の障害当事者と一緒に就労するプロジェクトを行いました。そこで学んだ『対等に、ともにはたらく』というはたらき方を実践したいとソテリアファームを立ち上げました。

製造から販売までを統括する大渕さん(写真左)。
スタッフのローダンさん(写真右)はフィリピン出身。

―どんな国の方たちがはたらいていますか？

現在は、フィリピンや中国、韓国、ミャンマーなどにルーツのある方と日本の方が合わせて14名ほどはたらいています。多文化間を移動する人のメンタルヘルスに課題を感じていましたので、精神障害を持ちながら日本で暮らす外国の方をおもな対象にしています。

交差点に面した店舗はロゴの看板が目印。スタッフが交替で販売を担当。

―マフィン作りのようすを教えてください。

いざ作ってみると、米粉を混ぜるときの空気の入れ方や、気温や湿度によって焼き具合が微妙に変わり、温度の見極めが難しいのです。今は、繰り返し試して開発したレシピの順番どおりに作ればできあがるようになりました。その人に合わせて作業を分担し、母国語の違いを気にせずに和気あいあいとやっています。時々マフィンを食べ比べて、でき具合や作業工程を一緒に確認します。

―これからについて教えてください。

開店して２年半、催事に出向いて販売したり、カフェのメニューに取り入れてもらったりしています。様々な事業所や企業とのつながりを意識して、多様な方がともにはたらくソテリアファームの理念を伝えながら、新たな商品の販売も含め取り組んでいきたいと思います。

＊社会的協同組合とは

1970年代後半、イタリアで始まった非営利の事業形態。福祉等公的サービスの縮小や精神病院廃止等の社会変化を受け、民間主導で支援を必要とする人へのサポートが発達した経緯がある。フラットな経営のもとで地域との共生をめざし持続可能な雇用を生み出している。

ボランティア・市民活動を広げ、応援する！
ネットワーク
2024年6月20日発行　2024年6月号　通巻390号　発行人　山崎美貴子　〒162-0823　東京都新宿区神楽河岸1-1　東京ボランティア・市民活動センター
定価400円（本体364円＋税10%）

Sompo Welfare Foundation

（公財）SOMPO福祉財団

2024年度主な助成金の募集（公募）

社会福祉分野で活躍するNPOへの助成などを通じて、地域福祉の向上に貢献することを目指しています。

事業名（募集時期）	事業の内容	対象となる団体 募集地域・助成金額
自動車購入費助成（6/3～7/5）	自動車を購入する際の資金を助成	・特定非営利活動法人 ・**西日本地区**に所在する団体（2023年度は東日本地区） ・１件170万円上限（総額1,700万円）
NPO基盤強化資金助成 **住民参加型福祉活動資金助成**（6/3～7/12）	地域住民が主体となって、包括的な支援を行う活動に必要な資金を助成	・５人以上で活動する営利を目的としない**法人格のない団体** ・**東日本地区**（2023年度は西日本地区） ・１団体30万円上限（総額450万円）
NPO基盤強化資金助成 **組織および事業活動の強化資金助成**（９月～10月上旬予定）	「組織の強化」と「事業活動の強化」に必要な資金を助成	・特定非営利活動法人、社会福祉法人 ・**東日本地区**に所在する団体（2023年度は西日本地区） ・１団体70万円（総額1,000万円）
NPO基盤強化資金助成 **認定NPO法人取得資金助成**（９月～10月上旬予定）	認定NPO法人の取得に必要な資金を助成	・認定NPO法人の取得を目指す社会福祉分野の特定非営利活動法人 ・**日本全国** ・１団体30万円（総額300万円）

手作りパン・クッキーの配送もできるようになりました♪

【自動車購入費助成】

内職作業でいきいき！障害者のための居場所づくり

【組織および事業活動の強化資金助成】

おじいちゃんおばあちゃんに教えてもらった木工細工♪

【住民参加型福祉活動資金助成】

困難を抱える親子に寄り添い、地域とのつながりづくりのサポート

【認定NPO法人取得資金助成】

SOMPO福祉財団Web ⇒ https://www.sompo-wf.org/

ISBN 978-4-909393-56-2 C2036 ¥364E