

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

## ボランティア はじめの一歩

- そもそも、ボランティアってなに？
- ボランティア チャート診断
- 活動をはじめ、その前に
- ボランティアはワクワクの先にある





今回も2回目や3回目というリピーターの方が多いました！



このコーナーでは、  
毎回一つの団体取材し、  
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。

## ゴミ拾いで街も心もキレイに！



〜グリーンバード高円寺チーム〜

ネットワーク編集部

東京ボランティア・市民活動センターで月1回程度活動する中高生のボランティアグループ「V-O-LUNTEER!!」に参加するメンバーの環境問題への関心から、街のゴミ拾いを行うグリーンバード高円寺チームの活動と一緒に参加してきました！

まだ夏の日差しが強くない頃、集合時間に高円寺駅ロータリーに到着すると、緑のゼッケンを身に着けた人々が集まっています。子連れの家族から、定年退職された方まで老若男女30人ほど。まず集合すると、グリーンバードのスタッフがゼッケンとゴミ拾いに使うトング、ゴミ袋を渡してくれました。参加者が準備するものは、飲み物と暑さ対策をするくらいで、あと何より大事なものは、街をキレイにしたいという気持ち!!というのは冗談ですが、気軽に参加することができます。次に、注意事項や本日の流れなどの説明を受けて、いよいよゴミ拾いスタート！今回は1グループ7人ほど

の4グループに分かれ、高円寺駅周辺のエリアを分担しながらゴミ拾い開始です。ゴミ拾いをしながら歩いていると、居酒屋さんやカフェでご飯を食べているお客さんから口々に「ありがとう」と声を掛けられました。とても嬉しく、一緒に参加した中高生も嬉しそうにしていました。そして一時間ほど街を歩きながらゴミ拾いをしたら集合場所に戻ります。それぞれが拾ったゴミを一つにまとめ、集合写真を撮って解散です！ゴミは大袋12個にもなりました。

活動に参加してみると、自分自身の小さな行動が誰かの役に立つというこの喜びを感じます。きっとボランティアの醍醐味



夏の暑い時間は、時間短縮で30分！「できる限りの精神」がモットーです！

## 参加した中高生の声

環境保全のゴミ拾いだけでなく、グリーンバードのゴミ拾いは人との関わりも大事にしているんだと思った



ゴミ箱が設置されていない自動販売機の側には、大量のペットボトルや空き缶が並べられていた。駐車場は特にゴミが多く、タバコ、飲み物の容器、紙類など、様々なゴミが散乱していた



文字通りゴミ拾いをするだけでなく、ゴミ拾いをしている自分たちを見てもらうという目的もあることに感心した



より多くの人に関心をもってもらうには、少数の人ががんばって活動するよりも、ちょっとずつでも多くの方がやる方が効率もよく長続きすると思った



活動の際に使用しているゴミ袋がお米からできていると聞いて驚いた

の1つはそこにある気がしません。そして、ゴミ拾いをしてる時は、同じグループの人と話しながら行うことができ、ゴミ拾いを通して、新たな人との出会いがあり、仕事のことや学校のことを聞く中で、知らない世界を知り、自分の視野も広がっていきます。そんな社会とのつながりを実感できることも魅力の一つだと思いました！そして何より、長年、地道に活動を続けているからこそグリーンバードのゴミ拾いの活動が地域の方々に受け入れられ、認知されていることを感じました。

最後に、グリーンバードの活動は、「できる限りの精神」がモットーです。自身が無理をせずに活動することで、ボランティア活動を楽しむ余白が生まれ、また参加しよう！という意欲につながるのだと思います。



### グリーンバード 高円寺チーム



毎月杉並区高円寺・阿佐ヶ谷・荻窪でのゴミ拾いや地域の学校・イベント等でSDGsに関するワークショップを行う。

特集

## ボランティア はじめの一歩

- 5 そもそも、ボランティアってなに？  
だれもがともせる、ボランティアの灯
- 7 はじめの一歩に！  
ボランティア チャート診断
- 9 夏ボラ！ 団体紹介!!!  
夏の体験ボランティア 2024 in TOKYO
- 11 ボランティア活動を始める、その前に
- 13 ボランティアはワクワクの先にある  
◇山崎 美貴子 東京ボランティア・市民活動センター 所長
- 15 初ボランティアに“効く”資料 編集部 編

- 1 思い立ったがボラ日 ゴミ拾いで街も心もキレイに！  
◇グリーンバード高円寺チーム
- 16 市民活動用語のキソチシキ その4
- 17 せかいをみる⑩ ケニアに住むLGBT 難民のサポートと自立をめざして  
◇植田 祐介 (FHI ファンドレイジング担当)
- 19 編集委員企画第2回 拝啓 岡ちとせ様  
◇小池 良実 (岡さんのいえ TOMO)
- 20 スタッフAの町内会物語【2】 多様な人が集まる、もちつき大会！
- 21 つぶやきブレイク vol.33 激レア
- 23 TVAC News 東京ボランティア・市民活動センターの事業から  
『全国若者自立支援プロジェクト』2年目スタート！／  
助成ガイドブック発行のお知らせ
- 25 いいもの みい~つけた！ Vol.50  
メンバーもスタッフも地域も  
ドキドキワクワクするモノづくり  
◇社会福祉法人東京ムツミ会 プエルト



表紙のことは

海は大きくて青くて、  
空も大きくて青くて、  
私たちの営みなどとうてい及ばない。  
海や空や宇宙や神々の営みの中で、  
私たちが美しくあるといいな。

—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

# ボランティア はじめての一步

「ボランティア活動をするには、どうしたらいいのでしょうか」「社会のために自分にできることって何かあるのかな」など、ボランティア活動に関心はあるけれど、ためらっている人たちからのご相談は少なくありません。

今号は、そんな人たち——とくに若い世代の人を念頭に特集を組みました。「ボランティアってなに？」から始まり、チャート診断、夏の体験ボランティアの団体紹介、「活動を始める前に」といった構成です。

ボランティア活動に一步を踏み出すきっかけとなったらうれしいです。新しい世界へ、ようこそ！

# そもそも、ボランティアってなに？

## だれもがともせる、ボランティアの灯

災害が起こるたび、ボランティアのことが報じられます。その活躍はめざましく、被災された方の生活や心の支えになっていることがわかります。では、災害のような非常時に活動するのがボランティアなのでしょうか。いいえ、普段の生活のなかで、ちょっとした気づきから動く、多くのボランティアがいます。

ある資料には、ボランティアは社会をよりよくするために『自分からすすんで行動する人』とあります\*1。身のまわり(社会)をよりよく変えたい、だれかを助けたい、ささやかであってもこうした気持ちはだれにもあって、行動を起こす<sup>チャンス</sup>機会はいつでもあるんです。

「バスに乗るといつも席を譲るよ」

「サーフィンのあとには仲間と海岸のゴミを持ち帰るんだ」。

あなたの中にあるボランティアの灯をぜひ、ともしてください。

なにをしているの？

…無限にひろがる

ボランティアの活動

ボランティアによる活動は、さまざまに行われています。ひとりでする活動もあれば、仲間と一緒にグループでする活動もあります。ボランティア活動の特徴は、必ずだれかの思いから始まるということ。

「どうして、こんな活動を？」「なんだかおもしろそう」と思ったら、ぜひ、活動先について調べてみてください。知らなかった社会の課題にふれる、<sup>チャンス</sup>機会になるかもしれません。

どうやって活動するの？

…かわり方はいろいろ

ボランティア活動の間口は広く、かわり方はさまざまです。「学校や仕事があるし、休日は遊びたい」「子育てや介護にも時間をつかいたい」「それでも何かできることはないかしら?」。そんなみなさんができる活動は、きつとみつけられます。

時間に余裕がない、負担がかかるからとあきらめず、アクションを起こしてみませんか。

### 〈広がる、ボランティア活動〉

社会福祉、教育、文化、保健医療、環境、自然保護、海外協力などさまざまな分野で活動がおこなわれています。

- ・食事サービス〈高齢者の食生活を支える〉
- ・点訳・音訳ボランティア〈視覚障がい者に情報を届ける〉
- ・日本語ボランティア〈外国人の生活を支える〉
- ・リサイクル活動とボランティア〈限られた資源を有効に使う〉
- ・おもちゃの図書館とボランティア〈子どもとふれあう〉
- ・病院とボランティア活動〈心のかような医療サービスを支える〉
- ・国際協力とボランティア活動〈同じ地球市民として〉
- ・自然・環境保護とボランティアの活動〈暮らしを見直そう〉
- ・人権問題とボランティア活動〈いのちと人権を守る〉

——『ボランティア・アラカルト』  
東京ボランティア・市民活動センターより



《たとえば、こんなアクションがあります》

### 知る

- \* 団体による活動報告会に参加して社会課題を学ぶ
- \* 団体が発行する情報誌を読んで活動を理解する

### 体験する

- \* 団体が開催するイベントや、活動体験ワークショップに参加する

### 買う

- \* 福祉施設やNGO<sup>\*2</sup>などの団体が作る製品を買って活動をサポートする
- \* エシカル商品<sup>\*3</sup>を購入して環境問題に意思表示する

### 活動に参加する

- \* ボランティアを募集する団体の活動に参加して一緒に活動する

### 物品を寄付する

- \* 団体が必要としている物品を送る
- \* 本やDVD、ゲームなどリサイクル品の換金寄付のしくみを利用する

### 入門講座に参加する

- \* ボランティア養成講座に参加して、実践的に学ぶ

### お金を寄付する

- \* イベントに参加して、団体の募金箱に寄付する
- \* 団体のマンスリーサポーターになる

### 会員になる

- \* 団体の会員になって会費を払ったり、運営に協力したりしてサポートする

自分にあった、ボランティア活動をさがそう

だれかの気づきや思いから始まる、ボランティア活動には、活動スタイルに決まった形があるわけではありません。テーマ(解決したい社会課題)やめざすところ(社会の姿)、地域性やかかわる人たちによってさまざまに展開しています。

ボランティア・市民活動センターでは、ボランティア活動について相談のっています。活動先さがしのお手伝いや、活動をするときのアドバイスをしています。

みなさんの街のボランティア・市民活動センターをぜひ、たずねてみてください。 ※本誌15ページ参照



\*1 『ボランティア学習ミニハンドブック』社団法人日本青年奉仕協会より  
 \*2 Non-Governmental Organization (非営利政府組織)。民間非営利団体のなかでも行政からの独立性を強調する場合に用いられている。  
 \*3 人や社会、環境を意識して作られた商品。

# チャート診断



ボランティアって何だろうと思った時にぜひやってみてください！

**START**

どっち  
が好き？

英語

音楽

予定が  
たくさんで  
忙しい

流行には  
のりたいたい・  
見逃さない

色々な人と  
知り合いたい

リーダーに  
なることが  
多い

冗談を言って  
人を笑わせる  
ことがある

スポーツが  
好き

きれい好き

人見知り、  
人と話すのは  
少し苦手



ボラ市民ウェブ（東京ボランティア・市民活動センターの公式サイト）でもたくさんの情報があります！

# 始めの一步に!

# ボランティア

どんな分野のボランティアがあるのだろう、自分に合う

## 🕒 時間がなくても、スキマ時間でもできる!

- ・ 収集 ・ 募金
- ・ リモートボランティア
- ・ フードドライブ ・ 災害ボランティア

スキマ時間を活用したい

## 📅 じっくり向き合って予定を決めて!

- ・ 子どもや外国人の学習支援 ・ 日本語教室
- ・ 資料整理 ・ 傾聴 ・ 子ども食堂

世話好き、頼るより頼られたい

## 🌱 新しいことに挑戦!

- ・ 単発ボランティア ・ イベントボランティア
- ・ ワークショップのサポート

## 🌸 趣味やスキルを活かして!

- ・ 点訳 ・ 音訳 ・ 手話
- ・ 楽器、歌、ダンスなどの特技披露
- ・ IT指導 ・ デザイン ・ 広報

特技がある、趣味にのめりこむタイプ

## 🏃 体を動かして実践!

- ・ 災害ボランティア (作業系)
- ・ ゴミ拾い ・ 農業ボランティア
- ・ 環境ボランティア
- ・ スポーツボランティア



参加者募集中！



# 夏ボラ！ 団体紹介！！！！

今年も夏の体験ボランティアの季節がやってきました。  
ボランティア活動をやってみたいと思ったとき、夏休みで少しいつもより時間がある、そんなときに気軽に参加できるプログラムをたくさん用意しているのが「夏の体験ボランティア」です。  
今回メッセージをいただいた団体は「夏の体験ボランティア」に参加し、プログラムを長年提供していただいています。普段のボランティア活動の受入ももちろん行っています。  
ぜひ「夏の体験ボランティア」に参加してみてください！

## 障がいのある方の施設で！ リアン文京（こぱん）



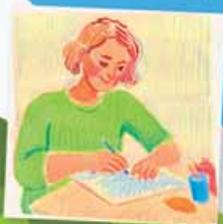
文京区にある複合型の施設で、主に知的障がいのある方の生活や日中活動の支援、放課後等デイサービスなど、様々な事業を行っています。  
利用者の皆さんが、自分らしくいきいきと過ごせるよう、一人ひとりに寄り添った支援をしています。  
ボランティアの参加の仕方は、皆さんの興味関心をしっかりお聞きした上で、ボランティアコーディネーターと相談をしてマッチングします。  
初めてのボランティアでも安心して参加できます。皆さんと一緒に過ごす時間を心待ちにしています！



## 子どもたちの施設で！ 小金井おもちゃライブラリー



障がいのある子どもたちが、地域でいきいきと過ごすための活動を幅広く行っている施設で、小金井市で知的障がいをもつ小・中・高校生のための学童保育活動を行っています。  
ボールプールや遊具のある室内で一緒に遊んだり、音楽活動を試みたり。近くにある自然豊かな武蔵野公園や近隣の場所で思い切りノビノビと遊びます。一緒におやつをクッキングしてみんなで食べることもあります。  
元気いっぱい子どもたちと過ごす時間はあっという間です。ぜひ子ども達と一緒に遊び、楽しみましょう！



# 夏の体験ボランティア 2024 in TOKYO

## 高齢の方の施設で! アトリエ村



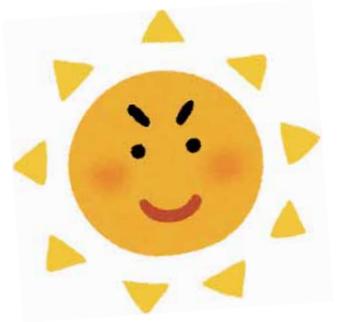
西武池袋線東長崎駅北口より徒歩5分、商店街と住宅街の間に位置する4階建ての施設で、特別養護老人ホームとデイサービスセンター、それに地域包括支援センターがあります。庭では四季折々の花が咲いています。施設の利用者はボランティアのみなさまと過ごすひと時が大好きで、外から運ばれて来る新鮮な風をいつも心待ちにしています。老若男女問わず明るい笑顔と優しさを大歓迎! 利用者の方々、職員もみんなで待っています。また、施設に直接行くボランティアが難しい場合でも、あなたから届くお便りや作品に大感激。離れていて訪問機会が持てずとも、あなたのお便りがあなたと利用者の方々を結び、そこに素敵な繋がりが生まれます。



## 自然の中で! 地球緑化センター



環境問題、農山村の過疎化などの社会の課題に対し一人ひとりが自ら考え行動できるよう、個人や企業など様々な人たちへ向け、多彩なボランティアプログラムの企画・提供、情報発信をしています。活動場所は、全国! 湘南の海岸林や三宅島でのプログラムなど、予定や気になる場所に合わせて、あなたにあった方法で参加できます。その土地の魅力を存分に感じながら、森林の再生活動やその土地を守るための除伐・間伐作業を実施します。緑に囲まれながら初めてでも安心・満足のボランティア活動。森も私もリフレッシュできる活動です!



# ボランティア活動を始め、その前に

「この活動をやってみたい」  
「この団体の人たち、楽しそう」  
そんな興味がわいたら、さっそく準備しよう。  
活動を始める前に、知っておきたいことを、  
当センターのスタッフに聞いてみました。

**活動前に知っておきたいこと**  
…ちょっとした疑問を解消！

**Q 活動を始める前にできることはある？**

活動したいと思う団体の講座やイベントに参加してみよう。活動のようすがわかるし、スタッフにも会えます。ボランティア向けに説明会を行っている団体もあります。ボランティア保険への加入も忘れずに。

**Q 活動先に行くときの交通費は出してもらえるの？**

交通費を支給する団体もあるけれど、活動先に行く回数や上限額の設定など団体によってさまざま。団体に連絡してよく聞いてみよう。

**Q 一度、活動に参加したけれど、続けなくてもいいの？**

もちろん、休んだり、やめることもできます。活動への参加は自分で決めることだから。ただし、活動先の人とまずは話そう。もしも休みたいたい、と思ったら、その気持ちを伝えてください。

**Q 寄付するときに、気をつけたいことは何？**

お金にしても、物品にしても、寄付先の団体が必要としているかを確認してから寄付すること。それから、その団体のことを信頼できるか、応援したい活動か、調べておくことも大事です。

## ボランティアのあゆみ

〈ボランティアにまつわるキーワード〉  
TVAC編

1945〜1950年代

児童施設・子ども会  
Baas (Big Brothers and Sisters)  
VYS (Voluntary Youth Socialworker)  
セツルメント

1960年代

病院ボランティア  
障がい児キャンプ  
ボランティア同士のネットワーク  
◆YMCA/YWCA/富士福祉事業団

1970年代

国際協力  
在宅高齢者  
ボランティアコーナー  
◆善意銀行/日本青年奉仕協会(JYVA)  
地区ボランティア活動推進事業/ボランティア保険

〈青年・主婦層への広がり〉

〈青年の参加〉

Q やりたい活動が見つからなかったら、どうしたらいい？

ひとりの気づきから始まるのがボランティア活動。皆さんの気づきや思いから始めることもできます。身近なボランティア・市民活動センターにぜひ、相談してみてください。

活動するときに心がけたいこと

活動の経験がみなさんにとって実りある時間になるように、新たな気づきにつながるように、活動の際に心がけたいこと、気をつけたいことをまとめました。

さあ、ボランティアの活動に、一步を踏み出そう。

○あいさつをしよう

まずは元気よく、あいさつをしましょう。初対面の時には自己紹介も。その後のコミュニケーションのきっかけになること間違いなし。リモートの場合も同様に。

○約束を守る

活動の日時、持ち物や服装、活動

のルールなど約束ことは守るのが当たり前。もし約束の時間に遅れたり、やむをえず休んだりするときには、事前連絡を欠かさずに。

○わからないことは聞く

はじめてだから、わからないことはたくさんある。わからないことや困ったことがあったら、遠慮しないで活動先の人に聞きましょう。

○友だちどうしのおしゃべりはひかえる

友だちと一緒に活動する場合、友だち同士のおしゃべりはつつしみましょう。活動先のみなさんと交流するせつかくの機会。その時間を大切に。

○自分にできることがあれば積極的に動く

できることは、自分から行動を起こすのがボランティア。気づいたことがあったら、活動先の人に提案しよう。

それから、学校や仕事、他の予定など自分のライフスタイルに合わせて、無理のない計画をたてて、長続きする活動を、心がけましょう。

1980年代

環境保護

まちづくり

社会教育・生涯学習

市民活動団体

ボランティア・センター

◆東京ボランティア・市民活動センター

◆NGO活動推進センター(JANIC)

1990年代

災害ボランティア

NPO法人

企業の社会貢献

◆経団連1%クラブ

特定非営利活動促進法(NPO法)

◆日本NPOセンター

2000年代

ボランティア国際年

協働

プラットフォーム

SDGs(持続可能な開発目標)

◆日本ファンドレイジング協会

東日本大震災／新型コロナウイルス感染症拡大

◆=団体名

# ボランティアはワクワクの先にある

東京ボランティア・市民活動センター 所長

山崎 美貴子

## ゾウのうんち？

皆さんは、この夏休みに新しいことをしましたか？楽しい時間を過ごしましたか？

ある子どもの話を聞きました。動物園に行ったとき、台形のオブジェがあったそうです。そのオブジェは、紺や赤、オレンジなど、とても美しく着色されていました。飼育員さんが「なんだと思う？」と聞くと、周りにいた子どもたちは、「イス」と答えます。正解は、「ゾウのうんち」。「わぁ！」「いやだ」などと叫んで、その場をぱあっと離れた子どもたち。けれども、「うんちでイスをつくりたい！」と、また集まってきたそうです。

こんなふうに、ちょっとした工夫でおもしろいも

のが生まれたり、なにげないことから「やってみていい！」につながることは、たくさんあると思います。ボランティア活動の動機は、そうしたワクワクの先にたくさん潜んでいるのかもしれませんが。

学校の宿題としてボランティア活動を経験したことが、活動のきっかけになったという人もいます。しょうし、社会の深刻な課題に気づいて活動を始める人もいます。一方で、そうした動機だけではなく、楽しさや遊びを入口にして始まるボランティア活動もたくさんあります。

## コロナ禍をバネに

新型コロナウイルスが蔓延して、私たちの暮らしは一変しました。気軽に外に出たり、友達や家族と一緒に遊んだりすることが制限されました。現在そ

うした制限は、ほぼなくなりましたが、コロナ禍以前の生活に完全に戻ることはないでしょう。

けれどもその一方で、コロナ禍という逆境をバネに、ボランティア・市民活動に変化が生じました。ボランティアたちが、自分たちに何ができるかを考え、工夫したのです。

たとえば、学校で給食が出せなくなり、子ども食堂が全国に増えました。それぞれの地域や子どもたちの状況、そして関わるボランティアによって、さまざまな規模や形態の子ども食堂が誕生しました。

高齢・障がいのある人を対象とした活動には、かつては女性ボランティアが多かったのですが、男性ボランティアも増えました。転倒の心配などがあり、一人で散歩をするのが不安な人に付き添う、といった時間や身体への負担が少ない活動が生まれ、そこに男性が参加するようになったのです。

人への接触が制限されたからか、生きものへの関心が高まって、動物や植物に関する活動をする人も増えたように感じます。この活動は、まさに遊びの場を拡大させた先にあるのではないかなと思います。

### きっかけはどこにもある

旅先でおもしろいことを発見したり、新しい趣味を始めたり、周りの人や日常の小さなことに関心をもったり……といったことをきっかけとした、ボランティア活動の根はどこにもあります。

社会の問題や困っている人のために何かしなきゃ、という気持ちはあっても「では、どうしたらいいのだろう」と立ち止まってしまえば、それはひとまず置いて、まずは、あなたの「やってみたい」、あなたの「楽しい」、あなたの「好き」を追求してみてください。そして、それをだれかと共有したいという思いが、ボランティア活動へとつながったとき、創造的でとても素敵な活動が生まれるのでは、と思っています。

#### 山崎 美貴子 (やまざき みきこ)

1986年に東京ボランティア・センター(現在の東京ボランティア・市民活動センター)所長に就任。東京災害ボランティアネットワーク共同代表、東日本大震災支援全国ネットワーク代表世話人、明治学院大学・神奈川県立保健福祉大学名誉教授など。

# 初ボランティアに“効く”資料

東京ボランティア・市民活動センターで製作したYouTube動画やブックレットのなかから、はじめの一步に“効く”逸品(!)をご紹介します。  
ぜひ、観たり読んだりしてみてください!



## 動画『教えてくまさん』シリーズ

はじめてボランティア活動に取り組む“るんちゃん”の質問に、くまさん(東京ボランティア・市民活動センター前スタッフ)が回答しています。すべて1分半前後なので、スキマ時間にご覧いただけますよ。

- VOL.1 活動先の雰囲気を知りたい
- VOL.2 自分に合ったボランティアを探したい
- VOL.3 友達と一緒に申し込んでもいい?
- VOL.4 活動先の探し方は?
- VOL.5 感染症が流行していても活動できる?
- VOL.6 申し込みから活動までの流れについて



## ブックレット

### 『ボランティア・アラカルト』(改訂新版)

福祉、環境、まちづくり、教育、文化、国際協力、災害など、30種類のボランティア活動をご紹介します。これからボランティア活動をはじめようとする人や、ボランティア・コーディネーター、学校の授業でも活用できるおすすめの本1冊です。  
ISBN: 978-4-903256-59-7 A5判・72ページ 629円(税込)

### 『できることから始めてみよう! ボランティア入門コミック』

小学生高学年から中学生を対象にしたボランティア活動について漫画でまとめています。ボランティア活動の意義や活動する際の留意点、日常生活でできることなど、基本的なポイントを掲載。  
ISBN: 978-4-903256-51-1 A5判・41ページ 315円(税込)

## ボランティアの本を読むなら

ボランティア・市民活動情報資料センター



ボランティアやNPOに関する本を自由に閲覧できます。じっくり研究してみたい方はぜひ。検索は専用サイトから。

## 行ってみよう!

### ボランティア・市民活動センターへ

東京ボランティア・市民活動センターは飯田橋駅そばにあります。また各区市町村にもセンターがあります。いつでも無料で相談を受けてくれますので、気になることを教えてもらったり、ボランティア先の団体や施設を紹介してもらいましょう。

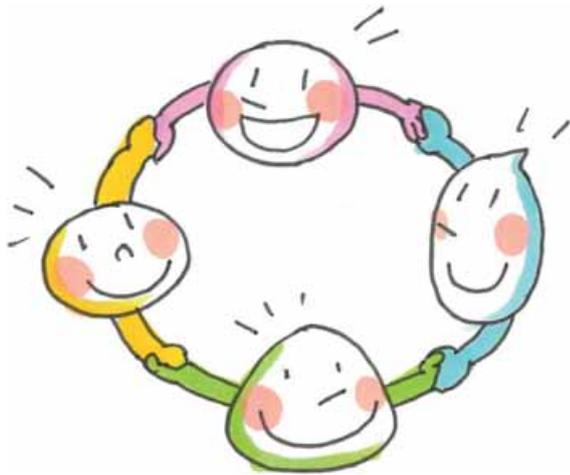
(QRコード)

左=都内地域のボランティア・市民活動相談窓口

右=東京ボランティア・市民活動センターのウェブサイト



## ■ ボランティアの4つの原則



ボランティア活動をする上で大切なポイント。強制や義務ではなく自発的に【自主性・主体性】、お互いを尊重して支え合い【社会性・連帯性】、金銭的な報酬を期待せず【無償性・無給性】、社会課題に対して従来のやり方にとらわれることなく、よりよい社会を実現する取り組み【創造性・開拓性・先駆性】。初めて活動する人はもちろん、すでに活動している人やボランティアを受け入れている団体にとっても大切な事柄と考えている。

## 新版 /

# 市民活動 用語の おしなまし

ボランティア・市民活動の周辺で、よく聞かれるけど、いまひとつ意味がわからない。そんな言葉はありませんか？編集部が3つの言葉を選んで、独自の視点を交えながら解説！



## その4

## ■ ボランティアセンター



「ボランティアをしてみたい!」「ボランティアってどんなことができる?」などと思ったときに、アドバイスをもらえたりボランティア活動先を探すサポートをするところ。ボランティアをしたい人(団体)と必要としている人(団体)をつなぐ場でもある。市民活動団体の運営相談を受けているセンターもある。各市区町村や都道府県に1つ以上は設置されているので、「地域名 ボランティアセンター」で検索して行ってみよう。

## ■ ボランティア保険



ボランティア活動中の事故によってケガをした場合の「傷害保険」と、ボランティア活動者が他人にケガを負わせたといった場合の損害を補償する「賠償責任保険」がセットになった保険。近年の災害ボランティア活動で、この保険がより一般に知られるようになった。補償期間(保険期間)は1年(毎年4月1日～翌年3月31日)。保険は、各市区町村や都道府県の社会福祉協議会・ボランティアセンターで申し込むことができる。



# 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わりを知る・考える連載ページ。今号は、ケニアのLGBT難民について、植田祐介さんに寄稿いただきました。

寄稿

## ケニアに住むLGBT難民のサポートと自立をめざして

植田 祐介 (FHFフアンドレイジング担当)

それから10日ばかりが経ったある日のこと。僕のメッセンジャーのアラームが鳴った。ケニアからだった。彼が見つかつたと。自宅から10キロ以上離れた、ダウンタウンを挟んで反対側にある警察署の留置場で見つかつたのだ。すぐさま、シエルターのスタッフが急行した。

彼は拷問を受けてひどく怪我をしていたが、生きていた。友人のケニア人からゲイだと密告されたのだという。ケニアの刑法162条は、「自然の摂理に反する性行為」、この場合は男性間の性行為について、最高で懲役21年の刑に処すると定めている。実際に起訴に至る事例は少ないと言われているが、警察はこれを根拠にしているのだ。

警察から提示された条件は、9万8000シリング(約12万円)を払って事件を

なかったことにするか、半額にする代わりに毎週裁判所へ出頭するかのいずれか。少しでも付け入る隙を与えると、何をされるのかわからないため、9万8000シリングを支払うことにした。彼は、自らの手で警察から差し出された調書を破り捨て、でっち上げられた事件をなかったことにした。

これが「戦争のない国での戦争のような暮らし」の一端だ。

### ● LGBT難民の現況

UNHCR (国連難民高等弁務官事務所) ケニア事務所の集計によると、今年4月末の時点でケニア国内にいる難民の数は、77万4370人に達する。その半数以上がソマリア出身で、次いで南スーダン、コンゴ民主共和国の順だが、ウガンダ出身者も3978人いる。その多くが、

反同性愛法やその議論の過程で急激に高まったホモフォビア、トランスフォビア<sup>1</sup>で命の危険を感じ、隣国ケニアに逃げてきたLGBT難民とされている。ただ、ケニアとて安全な場所ではない。

ウガンダ出身の難民が向かう北西部のカクマ難民キャンプでは、他の国出身の難民による、LGBT難民に対するヘイトクライム<sup>2</sup>が多発し、より安全な環境を求めて首都のナイロビに移住する人も少なくない。しかし、給与水準に比べて高い物価や家賃に耐えきれず、ホームレスになつてしまう人も少なくない。そんな人たちが集まつてきたのが、LGBT難民シエルター、そしてそれを運営する難民自助NGOのFHIだ。

レストランを経営して難民に仕事と給食、そして生きがいを与え、その利益でシエルターの家賃を支払う。同時に近隣のケニア人を雇い入れてLGBTや難民に対する反感や偏見を軽減する。そのようなモデルで運営されており、一時は非常にうまくいったのだが、昨年11月に地元の町長から即時退去を命じられてしまった。「LGBTは悪



植田祐介 (うえだ・ゆうすけ)

本業は韓国語翻訳者で、主に時事や社会問題に関する記事、映像作品の翻訳をしている。2022年12月よりケニアのLGBT難民のサポートをスタート。

### ● 戦争のない国での戦争のような暮らし

戦争の起きていない国だが、ここでの暮らしは戦争だ。

つい先日のことだ。ケニアの首都・ナイロビの郊外で一人暮らしをしているAさんが突如として姿を消した。彼は、最高刑が死刑の反同性愛法のある隣国ウガンダから逃れ、難民となって暮らし始めた。ケニアの公用語のスワヒリ語を覚え、仕事に就き、豊かではなくとも安全で安定した暮らしを手にしたはずだった。



ナイロビ市内の公園でホームレス生活を続けているLGBT難民。ギャングに「家賃」を徴収され、払えなければ暴力を振るわれるという。



シェルターの建物。ナイロビの郊外にある4LDKの戸建てで家賃は1ヶ月5万円ほど。近隣住民には難民であることは知られているが、性的指向のことはできるだけ知られないようにしている。

まず、増え続ける難民を収容するだけのスペースがない点だ。シェルターに暮らす難民は25〜35人。だが、法的に居住が可能なのは24人まで。1部屋あたり2人以上住んではならないというケニア政府の取り決めがあるからだ。だが、新たにシェルターを借りるほどの予算がないため、畑として借りた土地の端に小屋を建てて少しでも多くの人を受け入れられるようにする計画を立てた。



夜明け前から登校準備をするデリック。彼はケニア人で、難民条約の定める難民ではないが、ゲイであることが父親に知られ、家を追い出されて、ナイロビにやって来た。しばらくホームレスとなっていたが、救出され、日本からのサポートで高校に復学した。

写真提供(3点とも) = 植田祐介

収入を絶たれ、生きる希望を失ってしまったLGBT難民の落ち込みような目はも当てられないほどだった。そこで私は、日本でのクラウドファンディングを通じて、レストランの再建費用を募った。わずか1ヶ月ほどで、135人から125万1000円の支援を得ることに成功し、今年3月25日にレストランは再オープンを果たした。しかし、それだけで問題は解決しなかった。

また、増え続ける難民を収容するだけのスペースがない点だ。シェルターに暮らす難民は25〜35人。だが、法的に居住が可能なのは24人まで。1部屋あたり2人以上住んではならないというケニア政府の取り決めがあるからだ。だが、新たにシェルターを借りるほどの予算がないため、畑として借りた土地の端に小屋を建てて少しでも多くの人を受け入れられるようにする計画を立てた。

●自立のための支援を  
住宅問題、医療問題を解決するために、今年4月20日から2度目のクラウドファンディングを始めた。SNS頼りだった1回目とは異なり、エコチェーンバー<sup>※3</sup>を抜け出し、より広範な支援を求めるために、札幌、金沢、名古屋、大阪、松山、福岡、天草など全国10ヶ所で講演会を行い、LGBT関連のイベントがあるたびにチラシを配布するなどの広報活動に取り組んだ。その結果、244人の方から165万2000円の支援をいただくことに成功した。

産したが、父親が誰なのかなど、詳細を決して語ろうとはしない。おそらくコレクティブ・レイプ(性的指向を矯正するとの名目で行われる性暴力)の被害に遭ったのだろう。

18 ネットワーク 2024/8



\*1 前者は同性愛や同性愛者に対し、後者は出生時に医師から割り当てられた性別とは異なる性別を生きる人に対する嫌悪や恐怖などの心理的概念と、それに伴う行為のこと。  
\*2 人種・民族、宗教など特定の属性を持つ個人や集団への偏見や差別に動機づけられた脅迫や嫌がらせ、暴行などの犯罪行為。  
\*3 自分と類似した価値観や考えを持つ人の集まる空間内で、似たような意見を見聞きし続けることにより自分の意見が増幅されること。SNS上で起こりやすい。

拜啓

岡ちとせ様

小池良実（岡さんのいえTOMO）

お元気ですか？

そちらの暮らしはいかがでしょう？

あれから時間が経ち、私の父も母もそちらへ向かいました。

私はと言えば、ご存知かもしれませんがその後あの家を「岡さんのいえ」としてひらき18年という時間が流れようとしています。

この間は実にいろいろなことがありました。

「この家は私の子どもみたいなものだから、地域の人たちに使ってもらえたら」

と、おばさんが私にポツリと言ったのはもう20年以上も前になるのですね。

今でこそあちこちにサロン活動などがあります、あの当時は見当たらなかった。

そうして譲り受け、手探りで始めたあのいえは、今、いろいろな時間に様々な人たちが集ういえに進化を遂げています。社会的養護を要する人、そして「開いてるデー」と言って遠い親戚が集まるような多世代の時間。もちろん私ひとりでごまできたわけではありません。学生さん、シニアの方、元学生さん、現役の社会人などなど、様々な方にさまざまなカタチで助けていただいていた今日があります。画が上手な方、整理が上手な方、子どもが

『ネットワーク』  
編集委員企画  
編 第2回

大好きな方、鉄道好きな方。できることをできる時に、できる人が、できる分だけで、をモットーに助けていただいています。今では介護のプロや看護師さんにも助けていただく時間もあります。



地域の居場所『岡さんのいえTOMO』は戦後まもなく建てられた家を活用する。多世代の皆さんに親しまれている（世田谷区上北沢）。

ここ数年は、門扉があつて少し入り辛いという声を受け、お庭を改修しました。

おばさんが挿し木した紫モクレンはシンボルツリーとして残してあります。なんと夜になるとライトアップまでされていますよ。さっぱりしたお庭を今度は東京農業大学のグリーンアカデミーの有志の方々がお花を植えてくださっています。お

好きだったスミレも植えてくださいましたよ。

つながりがつながりを呼ぶこのいえは、進化といえは進化。けれど元々といえは元々で。讚美歌の練習、英語のレッスン、教会のバザーのためにクッキーを焼いたりもしましたね。不思議な、でもワクワクするごちゃ混ぜな空気は当時からここにはありました。

知らない人のはずなのに、なんだか懐かしい感じがする大好きな空間でした。

そんな空気が今はとても珍しいものになっているようです。おばさんはいつも紅茶とケーキを用意して、私の話を笑顔で聞いてくださいましたよね。

私はあの時間から人の営みの愛しさ、美しさ、あたたかさを学んだように今、思うのです。この家が、おばさんへの恩返しとしての皆さんに愛される場所になっているといいなと思っています。では、よもやま話はまたいつの日にか。あ、紅茶とケーキ、用意して待っていてくださいかね。

岡さんのいえTOMOにて

小池良実

敬具

本誌編集委員の小池良実さん(岡さんのいえオーナー)に寄稿いただきました。

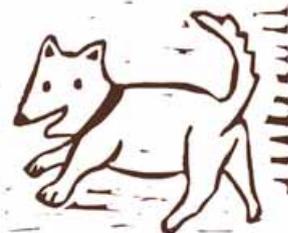


※この手紙の別バージョンは「岡さんのいえしんぶん19号」に載っています。ぜひ、「開いてるデー」にお越しください。



スタッフAの

# 町内会物語



## 【2】多様な人が集まる、もちつき大会！

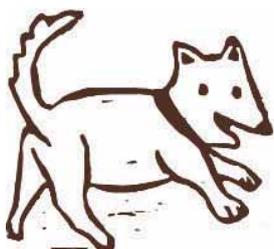
当センターのスタッフAが、突如、町内会の役員になり、地域のことをディスカバーする全3回の連載です。

あれよ、あれよという間に月日は流れ、総務部長の御付きのような副部長の私も、1年後の町内会総会の進行を担当した。とは言っても、総務部長が全て資料を準備して、シナリオまで作ってくださったので、話せばよいだけだ。

総会は役員会とほぼ同じ参加者。珍しく、赤ちゃんを連れた若いご夫婦と近所の女性2名も参加してくれた。赤ちゃん一家はこの地域に最近、引っ越してきたそうだ。若いパパさんはIT関係のお仕事をリモートでしている。2名の女性はこの集会所の近くに住んでいるそうだ。それぞれ、「何か地域に役立つことがあったら協力したい」と自己紹介した。素晴らしい！コロナ禍もあり、時代は変わってきているのかもしれない。

さて、年が明け、町内会のメイン・イベントの1つ、もちつき大会を集会所で開催した。子ども

会と町内会の共催なので、若いママさんとパパさんが集まってくれた。もちつきや配食の準備をしたり、時間があれば、子どもと一緒に



にもちつきをしてみたり。年配の役員の人たちも、もち米のふかし方やもちのつき方を指導し、いっなくなりはきっている。90歳越えの会長も嬉しそう。

お昼近くになるとどこから現れたのか、たくさん子どもたちが並んで、あんこ、だいこん、きなこ、のり……のおもちをもらって、おいしそうに食べている。この地域にはこんなにたくさんの子どもたちがいたんだ。

また、ロサンゼルスで写真を教えているという若者もおもちをついて、英語で地域の人たちと楽しそうに話をしている。かと思うと、戦時中に米国の日本人保留キャンプで幼少期を過ごし、帰国したけれど、日本語が変だといじめられ、地域のイベントに今まで参加しなかったが、役員に誘われてやってきた白髪の男性もいた。いろいろな人たちがこの町に暮らしている。

反省会ではビールで乾杯し、「来場者が200名を超え、過去最多！」という報告にみんなの歓声があがった。秋に実施した芋煮会より、かなり多い。その理由を、若いパパさんが「もちつきは参加型だからですね」と言った。参加型の町内会！私たちがめざすのはそこかもしれない。

次号につづく



ネットワーク390号



イラスト：ひびのさなこ

# 激レア

「既に言葉にされている、誰かに名付けられている苦しみがこの世界の全てだと思っっているそのおめでたい考え方が羨ましい」

「幸せの形は人それぞれ。多様性の時代。自分に正直に生きよう。そう言えるのは、本当の自分を明かしたところで、排除されない人たちだけだ」

「多様性とは、都合よく使える美しい言葉ではない」「自分にはわからない、想像もできないようなことがこの世界にはいっぱいある。そう思い知らされる言葉のほずだろ」

「お前にはお前のことしかわからない。お願いだからまずそのことをわかれ。他者を理解しようとするな。俺はこのまま生きさせてくれればそれでいいから」

斬りつけてくるような言葉が並ぶ。(マイノリティという言葉の、その守備範囲からもこぼれてしまった)者たちの物語。

この物語には複数の主人公がかわるがわる登場してくるのだけれど、そのうちの何人かは、まさにそのように自らを認識していて、(人に説明したところで到底理解されるはずもない)、(マイノリ

ティと呼ばれることさえないほど激レアな)とある。性癖を負って、孤独の生を生きている。

だから、この作品は個人的にも印象が強かった。私が抱えてきたそれは、性癖」というよりは、生い立ち」なだけれど、激レア的な状況はよく似ていたから。人に話すには長い話になりすぎる。かといってかいつまんで話せば必ず誤解される。テレビにも小説にも、なんなら難しい本にも、似たような家庭が出てくるのを見たことがない。：みたいな感じの生い立ちと、まあその後遺症じみたものをひとりでかこちながら歩んではきたから、彼らの叫びにいちいち共感する部分も多かった。

おそらく、状況の差こそあれ、誰にだって、自分だけの事情」というものがあるだろう。それは基本的に荷物のようなものだと思うけれど、人と共有できないと感じてしまう以上、私たちはそれぞれ「事情」を、たがいに比較しあうことも励ましあうこともできない。無駄にしんどいの各自で抱えるしかない。誰も得しないこの状況は人生のバグとでも呼びたくなるけれど、そうした中でも、生まれついた条件によっては、その

重みが身に余り、ときに人生ごと押し潰されてしまうようなこともあるのだと、この小説は教えてくれている。

主役の一人・夏月は、だけどやがて古い知人との再会をほたし、あるきっかけから、二人が同じ性癖をもつ者同士であることを認めあう。そうして生まれて初めて、未来というものに目を向けることができるようになっていく。

二人の再会と連帯は、(決して誰にも知られないように全力で隠しつけてきた「自分自身」を、生まれて初めて他者とわかちあう)という、衝撃の出来事にほかならなかった。言いつくせないほどのターニングポイントだったことだろう。いままで孤立した点でしかなかった人生が、他の点と出会うことで初めて線になった。そしてその線は、小さいながらもひとつの足場になってくれる。そのときの、地平が一気にひろげられるような熱い風を、私もいっしょに浴びたような気がしている。

そうなんだよ。自分ひとりで抱える「それ」はほんとうに絶海の孤島でしかなくて、そこには(世界との位置関係)が存在しない



『正欲』  
 ©2021 朝井リョウ／新潮社 ©2023『正欲』製作委員会  
 出演：稲垣吾郎・新垣結衣・磯村勇斗・東野絢香・佐藤寛太 ほか  
 監督・編集：岸善幸 原作：朝井リョウ『正欲』（新潮文庫刊） 脚本：港岳彦  
 配給：ピタース・エンド

ストーリーは若干小説と異なるものの、原作が提示する問いかけがそのままに、映像を通してありありと伝わってくる。主要人物を演じる新垣・磯村の二人は終始ほとんど笑顔を見せず、それだけでも強烈な印象で、心につきささる気がする。オーディションで選ばれたという東野と佐藤の演技も迫真。最後、唐突とも言える形で終劇を迎えるが、その直前、訴えるように語られた言葉たちがいつまでも胸に残る。どなたにもぜひ観ていただきたい一作。

Amazonプライム・ビデオ、Netflix、Hulu その他にて配信中。



『正欲』  
 朝井リョウ／新潮社 2021年  
 ISBN 978-4-10-333063-9(単行本)  
 ISBN 978-4-10-126933-7(新潮文庫)

だ。だけど、*それ*を他者と共有できた瞬間にぱっとひらける視界のようなものはたしかにあって、そうすると初めてどこに地面があるのかがわかり、とりあえずでもそこに着地することができんだ。その感覚を、(生い立ちとはまた別の話だけれど) ちよっと思い出した。

そして、同種の*激レア*同士がたまたま出会うという、考えてみれば奇跡のような偶然。これこそが、(フィクションの力) なんだとあらためて思う。なぜなら、私たちが生きていくためにはかならず希望が必要で、希望は想像力の申し子なのだから。二人が予感させる物語は、もちろん楽しいことばかりではなさそうだけれど、今まで聞いたことのないような、新しい希望のメッセージとして胸に響いてくる。そのエネルギーは純粹に未来志向で、私にも、もう少し走っていこうよという気持ちを分けてくれた。

それからまた、この小説にはもうひとつ別の希望もある。冒頭の一文に対する返歌のようにして、*性癖*をもたない八重子が呼びかける言葉。「もうあなたが抱えているものを理解したいかと思うのはやめる。ただ、人とは違うものを抱えながら生きていくってことについては、きつともっと話し合えることがあるよ」。ああ、ありがとう。ほんとうにそうだよね!

『桐島、部活やめるってよ』『何者』等で知られる朝井リョウのデビュー10周年記念作。余談になる

けれど、「日本で、男で、五体満足な異性愛者に生まれる。これで、社会に蔓延る理不尽から、九割は免れることができる」。こんなことがちゃんと書ける男性作家ってほかにどれほどいるだろう。

最後にもう一つ。終盤、八重子が呼びかけた相手が負っている*性癖*について、誤解をもたらすような情報が八重子に届くのだけれど、唐突に提示されたその誤解の先にもうひとつ、作者の問題提起が込められているような気もした。全編にわたって描かれる彼らの*性癖*はどうやら実在のものではなく、作者の創作のようなだけけれど、もしかするとすべてはメタファー(暗喩)として用意されたものだったのかもしれない。

ちなみに映画版も素晴らしいです。Netflix(ネットフリックス)で観られますよ!

(や)

『全国若者自立支援プロジェクト』2年目スタート！

『児童福祉施設と支援者のネットワークをつくる！』

児童福祉施設（※）の子どもたちの進学や就労を支援するために、奨学金や自立支援担当職員の配置などの公的制度が充実しつつありますが、中退や安定した仕事につけない子どもたちが少なくないのが現状です。そして、自立支援の取り組みについては施設間や地域間の格差があることが大きな課題となっています。

そこで、「全ての子どもたちが平等に自立支援を受けられるために、児童福祉施設と支援者が連携しよう！」と、全国の児童福祉施設



近畿ブロックの会議では模造紙とふせんを使って、さまざまな立場の参加者の意見を整理した。

設の職員有志が立ち上げたNPO法人 NPO STARS（エヌピーオー スターズ）と東京ボランティア・市民活動センターが共催し、ワールドマン・サックス社が協賛する『全国若者自立支援プロジェクト』が昨年度、スタートしました。

まず、1年目は児童福祉施設間のネットワークづくりを目的とし、全国会議および8つのブロック会議をオンラインで実施し、606名の参加がありました。ブロック会議では、施設での実践報

告の後、「進学支援」「就職支援」「障害のある子どもたちの自立支援」「進学も就職もしたくない子どもたちの自立支援」の4つのテーマにわかれ、グループで話し合いました。

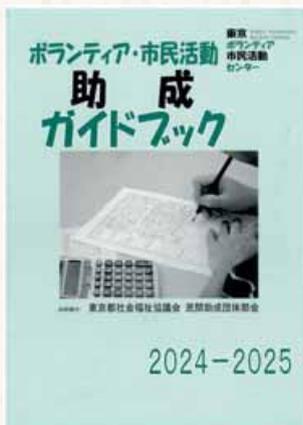
そして、2年目の今年度は、児童福祉施設だけでなく、NPO、教育機関、企業、行政、社会福祉協議会などの関係者（支援者）も参加し、8つのブロックにおいて対面・集合形式で開催しています。去る7月12日（金）に京都市内の会場で開催された近畿ブロック会議には76名が参加し、「ワールドカフェ形式」で、子どもたちの自立のためにどのように連携ができるのかを話し合いました。「これから連絡をとりあっていこう」と名刺交換も積極的に行われました。今後、他の7ブロックにおいても、各地の企画委員が中心となって毎月開催する予定です。

※今回の参加対象とした児童福祉施設は、児童養護施設、自立援助ホーム、母子生活支援施設、児童（子ども）家庭支援センターなど。

発行しました！  
助成ガイドブック  
2024ー2025

『ボランティア・市民活動助成ガイドブック2024ー2025』を発行しました。民間助成財団などが募集しているボランティア・NPOに関する助成金・表彰・融資情報をまとめた1冊です。ボランティア・市民活動を支援する88の助成事業・14の表彰事業・4つの融資事業を掲載。

ご購入は、当センターの窓口やウェブサイト、またはお電話（本誌24ページ右下）にて承ります。書店注文も可能です。



2024年発行/A4判・200頁 880円(税込) / ISBN978-4-909393-62-3

# 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390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します。

### ◆表紙、表紙のことは

・季節感のある梅とともに、かわいいイラストも楽しめました。

### ◆思い立ったがバラ日

#### ケアマフを編む会

・友人にニット職人がいて、編み物で何かできないかと考えたことがあるのですが、早速友人にこの記事を送りました！

### ◆【特集】

#### つながり、育む、スポーツ

・「スポーツにだれもがアクセスできる」という言葉が心に残りました。多種多様なスポーツにアクセスしやすい環境にすることは、あたりまえではないことを改めて考えさせられました。

### ◆TVAC相談窓口から

#### 1年間の相談を振り返って

・グラフが分かりやすかったです。相談例が多く載っていて、こんな内容でも相談していいのかな？という人には参考になるのではないかと思います。

### ◆連載 せかいをみる

#### ドイツのNPO、OMNIBUS

・バスを運行して署名を集めるアイデアは非常に良いと感じました。日本の都市部で実行するには大変そうですが、人が集まる場所に赴くという考え方は参考にしたいです。

### ◆スタッフAの町内会物語①

・昔の隣組の助け合いが今は町内会。変化しながら続いていってほしいです。

### ◆つばやきブレイク

#### 亡き母のつばやき ～NOWAR～

・6月23日の「沖縄全戦没者追悼式」で男子高校生が朗読した『これから』という平和の詩が心に染みしました。

### ◆いいものみいつけた！

#### ソテリアファームのマフィン

・最初は写真に惹かれ、文章を読んだら、外国にルーツがある方の就労支援を行っていることや、作り方にこだわっていることが分かりました。

お気軽に「意見・感想」をお寄せください。



本誌で使用しているQRコードは、(株)デンソーウェブの登録商標です。

## 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 申込み	印刷機(1台)紙持ち込み、点字プリンター 他 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 上杉真雅(マイクスマイル/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)

亀川悠太郎(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-隼野大学)

中原美香(NPOL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(株)

デザイン：東京ボランティア・市民活動センター/島津印刷(株)

表紙イラスト：フローラル信子

2024年8月20日発行(通巻No.391)

ISBN 978-4-909393-57-9 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。



1 0 0 1 1 2 2 5



帯地を丁寧に解いてアップサイクルされた大人気の1点物サコッシュ。2,500円(税込)



SPICE UP OWN WAY~あなたらしく、わたしらしく、楽しみながら人生の彩りをプラスするのがプエルト流。《大金星ダイジェスト》HIROMI・RETRIEVER/2024個人蔵



タンザニア産のフェアトレードコーヒーとプエルト専属アーティストとがコラボしたオリジナルドリッパーバッグが誕生!! 1袋 250円(税込) / 全5種(5袋) 1,200円(税込)

# いいもの みい~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.  
50

## メンバーもスタッフも地域も ドキドキワクワクする モノづくり

令和6年4月より、就労継続支援B型作業所\*1リニューアルオープン!

地元の皆さんから寄付された和服や画材などを中心にアップサイクル\*2した布小物やオリジナルアートが人気。平均年齢50代後半のナイスミドルパワーを炸裂させ、自由で楽しいモノづくりに励んでいます。

誰もがいつでも安心して立ち寄れる、笑顔の絶えない地域のプラットフォームをめざしています。お気軽に遊びに来てくださいね!!

6月より月1回のパワーランチパーティがスタート! 第1回“野菜ゴロゴロカレー”は栄養満点で大好評!!



### 社会福祉法人東京ムツミ会 プエルト

場所 〒161-0032  
東京都新宿区中落合3-28-14  
第二アビタシオン落合 102

お問合せ TEL 03-5988-9791  
FAX 03-5988-9792  
MAIL puerto@mutumi.or.jp

WEB <https://puerto.mutumi.or.jp>

オープン時間 月~金曜日 9:00~17:45



\*1 就労継続支援B型作業所... 障害や年齢、体力などの理由から、一般企業と雇用契約を結んではたらくことが困難である人に対して、就労の機会や日中活動の場の提供を行う。  
\*2 アップサイクル... 本来捨てるはずだったものを、デザインを加えて新しいものに生まれ変わらせること。

# 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。

目印は帆をイメージしたタペストリ。カラフルな布小物や個性的なアートが並び。

## 晴れたら舟を出そう、気ままに旅に出よう

### そしてもし旅に疲れたら、いつでもこの港(プエルト)へ帰っておいで

そう投げかけるのは、新宿区にある、就労継続支援B型作業所「プエルト」。サービス管理責任者の濱津敬さんとメンバーの皆さんを訪ねてお話をうかがいました。

#### モノづくりをはじめたきっかけを教えてください。

以前は箱折りやチラシの封入などを受注していましたが、メンバーの年齢が高くなるにつれ、できなくなる作業が増え、納期に追われることもしばしば。自分たちのペースでできる自主製品をつくりたいと思っていました。その矢先にコロナ禍になって受注が減り、急いで将来を考える必要に迫られたんです。

その頃、区内の公園の花壇管理を請負っていましたが、そのなかで皆さんに花の絵を描いてもらったところ、「これ、うまいじゃん!」と思わず感動する作品が続々誕生しました。以来、急ぎの仕事の合間をみて、絵画や布小物、ビーズアクセサリーなどに取り組んできました。



作業場所と一体になった店内。濱津さん(右から2人目)のほか多彩なスキルを持つスタッフがモノづくりを支える。



描きだすと止まらないHIROMI・RETRIEVERさんはプエルト専属アーティスト第1号。熱狂的なファンを持つ。

#### 皆さんのモノづくりはどんなようすですか。

「こんなこと、やれないよ～」と言いながらも、結構楽しんでるメンバーが多いようです。ひとたびハマると、ものすごく集中し、作品にはその人の感性が発揮されます。自分の作品が売れるとうれしいし、まわりもそれを認めます。逆に言えば、定型の作業が苦手なメンバーもいて、これまでは負い目を感じていたのかもしれないですね。

#### 地域の方など、周囲の反響はいかがですか。

今春、リニューアルオープンし、通りから室内が見えるようになって雰囲気が変わりました。うれしいことに、近所の方が作品を見に店内に入ってきて、メンバーと会話することもあります。先日、町会の会合にはじめて参加し、私たちが地域に出向けば応援して下さる方がたくさんいることを実感しました。

催事に出店するとオリジナルコーヒーパックが完売したり、他団体とのコラボが実現したり、専属アーティストにはファンができています。これからもプエルトのオリジナリティを大切に、プライドの持てるモノづくりをしていきたいと思っています。



右頁下写真のイラスト作者のTOSSYさん。引っ込み思案だったが、アートを通して友だちが増え、最近LINEも始めた。

# 公益財団法人 大和証券財団

現在募集中

## 2024年度(第31回)ボランティア活動助成概要

応募課題	①高齢者、障がい児者、子どもへの支援活動及びその他、社会的意義の高いボランティア活動 ②地震・豪雨等による大規模自然災害の被災者支援活動
応募資格	5名以上で活動し、かつ営利を目的としない団体
応募金額	1団体につき上限30万円(予定総額5,100万円)
応募期間	2024年8月1日(木)～9月15日(日)
助成対象期間	2025年1月1日(水)から12月31日(水)

※大規模自然災害とは、「東日本大震災」「平成28年熊本地震」「平成29年7月九州北部豪雨」「大阪府北部地震」「平成30年7月豪雨」「北海道胆振東部地震」「令和元年台風15・19号10月25日からの大雨」「令和2年7月豪雨」「2024年(令和6年)能登半島地震」等

※助成要領及び申請時の手続き等の詳細は、当財団のホームページをご覧ください。



「北海道地区：採択団体からのボランティア活動報告の様子」

場所：大和証券 札幌支店 ホール

2023年4月1日  
大和証券福祉財団と大和証券ヘルス財団は  
統合し **大和証券財団** となりました

### 助成金贈呈式の様子

「静岡県地区：採択団体への贈呈書授与後、各団体の皆さんと静岡支店長との記念撮影」

場所：大和証券 静岡支店 ホール



お問い合わせ

公益財団法人 大和証券財団・事務局へ

TEL : 03-5555-4640 FAX : 03-5202-2014

URL : <https://www.daiwa-grp.jp/dsz/>



ISBN 978-4-909393-57-9 C2036 ¥364E