

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

病気でもひとりじゃない
～療養中の子どもの学びを考える～

東京ボランティア・市民活動センター

「祖霊のともしび」の様子(8月15日開催)。今回のプログラムはキャンペーンとしてTVACの他にも都内の区市町村のボランティアセンターや、過去の被災地域でも行われ、全部で約1,700の灯ろう紙が集まりました。



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。

能登への想いを灯ろうに託して

～TVAC(東京ボランティア・市民活動センター)
「夏の体験ボランティア」プログラム～

ネットワーク 編集部

2024年、地震や豪雨により多くの被害を受けた能登。今年8月、能登の金蔵地区にて、能登の復興を願い灯ろうを灯すイベント「祖霊のともしび」が行われました。イベントで使われたたくさんの方の灯ろうは、ガラス瓶入りのろうそくに、能登への応援メッセージが書かれた紙を一つひとつ被せてできています。今回は、このメッセージを書くボランティアとしてTVACにて7月に行われた「夏の体験ボランティア」プログラムを体験取材しました。

能登の状況と大切な支援が何かを知る

能登のことを知ってもらったうえでメッセージを、との想いから、昨年からの能登へ出張し支援を行ってきた職員による講義でプログラムがスタートしました。冒頭で見たのは被災者の方が撮影した発災時の映像です。家屋が崩れていく様子や、高齢者を背負いながら走って避難をする様子が映っており、衝撃と緊迫感が伝わってきます。そして、その被害は水道管の破裂や、火災、土砂崩れによる孤立など、多岐にわたり長期間続きました。さらに、9月には奥能登地域を豪雨が襲い、「心が折れた」との声が聞かれたといいます。

こうした被害に対しては、力作業による支援がイメージしやすいですが、それだけではなく、交流の場

を作ったり生活支援をしたりすること

も必要になります。

そのような支援の一つが、TVACが東京都と災害協働サポート東京(CSTokyo)

と協働で行っていたサロン活動

です。東京から現地に行ったボランティアが提供するホットケーキとドリンクを囲みながら、知り合いとおしゃべりを楽しめる時間・場があることが励みになる



参加者は中学生を中心に十数名ほど。ちょうど夏休みが始まった頃で、「学校の課題で参加しました」との声も。

との話がありました。

実際の被災時、こんな時はどうする？

講義の後には、「クロスロード」という防災シミュレーションゲームを行いました。「幼い子どもを抱える中、風邪が流行する避難所にとどまるか？」等、災害に関連したお題が与えられ、どう行動するかを二択で、直感的に選びます。その後、グループのメンバー同士で、選んだ選択肢とその理由を発表します。被災時にとるべき行動の正解が必ずしもない中で、お互いの価値観を共有し、災害が起こる前から考えておくことの重要性に気付くことが目的です。

地元の方が「祖霊のともしび」に持つ思い

実際に「祖霊のともしび」に関わる地元の方の思い



予定時間を延長するほど一生懸命作成中…
それぞれの思いとセンスが込められた作品たち。



を知るために、祖霊のともしび同好会の石崎英純さんより、動画でメッセージをいただきました。過疎化が進む金蔵地区では、被災前から町おこしの一環として灯ろうを灯すイベントが15年ほど行われていたが、近年中止していました。昨年から復興を掲げて復活し、今年初の試みとしてメッセージを寄せてもらう形となっています。復興には長い年数がかかる中、灯りを消さないという想いをみんなで共有していきたい、とのお話がありました。

復興を願うメッセージ

いよいよメッセージを書きます。能登復興の願いを込めて、用紙に自分の言葉を記し、イラスト、色を塗るなど、自由に装飾をしていきます。完成したメッセージは職員が「祖霊のともしび」当日に向けて金蔵地区

へ持参し、ボランティアにも協力いただき設置され、灯ろうとなりました。当日同席された石崎さんからは「みなさんのおかげで、こうして開催ができた。灯ろうの明かりは優しくてよかった。また来年も継続してやっていきたい」との声が聞かれ、想いを金蔵地区まで届けることができました。

令和6年能登半島地震
および奥能登豪雨
東京ボランティア・
市民活動センターの取組み



災害協働サポート東京
(CS-Tokyo)



特集

病気でもひとりじゃない ～療養中の子どもの学びを考える～

- 5 寄稿 心臓病とともに生きる ～僕の特徴を伝えるよ。君の特徴を教えてね。～
◇猪又 竜
- 8 寄稿 『Your School』：入院中の子どもたちと学生がつくる「学びの場」
◇吉田 輝々 NPO法人 Your School 代表理事・埼玉医科大学総合医療センター緩和医療科
- 10 一緒に学ぶことの大切さ
◇川口 貴志 公益財団法人 がんの子どもを守る会
- 12 寄稿 ～特集によせて～ 経験から思うこと
◇片岡 紀子 患者スピーカーバンク・本誌編集委員
- 13 寄稿 子どもが子どもでいる時間の保障
◇副島 賢和 昭和医科大学病院内 さいかち学級担当

- 1 思い立ったがバラ日
能登への想いを灯ろうに託して
～TVAC（東京ボランティア・市民活動センター）「夏の体験ボランティア」プログラム～
◇ネットワーク 編集部
- 15 つぶやきブレイク Vol.36 あなたにとっての「テザー」は何ですか？
- 16 編集委員企画第6回 TAMAとことん討論会をふりかえる
◇江尻 京子 NPO法人 東京・多摩リサイクル市民連邦 事務局長
- 17 セルフヘルプという力 第39回
仲間と共に自分の人生を新生していく
◇NPO法人 東京断酒新生会
- 21 未来を描く！ 区市町村ボラセン探訪記 Vol. 1
団体支援を強みに、時代に合わせた役割を
◇立川市社会福祉協議会 ボランティア・市民活動センターたちかわ
- 23 東京しまじま物語 八丈島の巻
みんなでつくる年に1度の福祉バザー
- 25 いいもの みい～つけた！ Vol.56
おいしさ凝縮！ 手作りドライ商品
◇社会福祉法人グリーン



表紙のことば

六月の風邪以来、鼻が
きかなくなってしまいました。
キンモクセイも銀杏も
匂わなくて残念だけど、
匂いの粒子は届いていると信じて
深呼吸すれば
身体の中は秋の空気で
いっぱいになる。

ーフローラル信子

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

病気でもひとりじゃない ～療養中の子どもの学びを考える～

身近にいなければ、病気の子どもの思いにふれる機会はほとんどないが、
患っていることを自ら言い出しづらいと感じた経験は、どなたにもあるのではないか。

本誌395号の特集『療養中の子どもの学びを考える』には
「病気の子どもの学びがどのような現状にあるか、知らなかった」と率直な感想をいただいた。

そこで今号ではあらためて、病気の子どもの声に耳を傾け、
療養中の子どもの学びについて考える。



学校に行けない間の学習の遅れを補う必要性に目がいきがちだが、
療養中の子どもにとって学びとは、それ以上に大きな意味をもつようだ。

学ぶ環境があることで友だちや教師などのかかわりが増え、

治療に向き合うためのモチベーションが生まれる。

それは日々の様々な葛藤を乗り越えながら、自分で自分の人生を切り開いていく、

その原動力にほかならない。

そしてまた、その過程に寄り添い続ける大人のまなざしの大切さに気づかされる、そんな取材だった。

特集のまとめとして、学校地域コーディネーターを務めるかたわら、
患者スピーカーバンクの事務局として活動する本誌編集委員の片岡紀子さんに、
感想をお寄せいただいた。

心臓病とともに生きる

「僕の特徴を伝えるよ。君の特徴を教えてね。」

猪又 竜

はじめに

「息子さんは10歳までは生きられません」。1977年の秋、私の両親は医師からこう告げられました。でも、私は今年で48歳になります。治療はなくなることはありませんが、今、幸せです。

私は重度の先天性心疾患の1つ「完全大血管転位症Ⅲ型」を持って生まれました。この病気の最大の特徴は、心臓から体へ血液を送る大動脈と、肺へ血液を送る肺動脈が入れ替わって心臓につながっているというものです。出生当時の医療技術では大人になれない病気でしたが、医療の進歩により、過去3回の心臓手術を受け、これまでの経験を活かして様々な活動を行っております。

小学校の頃

小学校入学の頃は、重いチアノーゼ（血中酸素不足）により50メートルも歩けず、息切れや頭痛を頻繁に起こし、酸素吸入が必要でした。そのため地元の教育委員会から養護学校の入学を勧められましたが、ベテラン教師が「私が引き受けます」とおっしゃってください、地元の小学校へ入学できました。

毎日母親が自転車を送り迎えをしてくれ、昇降口の隣の教室にはソファアークと酸素ポンプを学校が設置してくれました。「竜くんの担任は、怖かったわよ。何かあったらどうしようって思ってた。でもね、クラスは社会の縮図であるべきだと思うの」と私が大人になってから担任だった先生がその頃のお気持ちを教えてく

れました。クラメイトには私の病気について担任や親から説明があったので、私が動けないことや、ソファアークで横になることについて不思議がったり、ねたんだりする子は全くいませんでした。そして、遠足などの行事の時は率先してみんなが助けてくれるクラスでした。

こういったまとまりがあるクラスであったのは、担任の先生が私を過保護にしなかったことが理由の1つと感じています。怒られることもしよっちゅうでしたし、何より「やれることはやりなさい」というお考えでしたので、体育の授業もただ見学するというのではなく、「今日は50メートル走だから、竜くんは記録係」「ドッジボールの審判をやりなさい」など必ず仕事を与えてくれました。



チアノーゼは、血中酸素濃度の低下等により唇や指先が「青くなる」ことを指す医学用語で、幼少期の猪又さんにとっては日常的な症状だった(写真左)。右の写真は病床でのひとこま。(写真提供：猪又 竜)



猪又さんのYouTubeチャンネル「Living With Heart ～みんなの生き方～」。



自分の特徴を知ること、 伝えること

私は自分の病気について医師から教わったことはありません。すべて

小学2年の秋、運よく手術を受けられることになりました。東京女子医科大学病院で日本で1例目の手術方法だったと聞いています。入院中はクラスメイトからの千羽鶴や手紙が届き、私の心の支えになっていました。今でも大切に保管しています。

2年生は「九九」を覚える年なのですが、母が3年生になって学校に通い始めてから九九を覚えるのは大変だろうと心配していました。九九を歌って覚えるためのカセットテープを借りてきて、それを毎日歌って覚えました。40年経った今でもメロディーはばっちり頭に入っています。

自宅療養を経て久々の学校に行くとき、クラスメイトが「竜くんが来た!」と私を取り囲み、顔や指を見て「紫色じゃなくなってる!」と驚いてくれました。「治ったの?」と聞いてくるのですがしばらくの期間使える心臓に修理しただけなので、運動制限もあり、手術前と同じように体力的なことはクラスメイトに助けてもらう学校生活でした。

僕の特徴を伝えるよ。 君の特徴を教えてね。

父から教わりました。父からは、小学校低学年の私に病名をきちんと覚えるようにと言われ、中学校に上がる頃には病気の心臓の模式図が描けるように指導されました。生まれつきの心疾患はチャノーズがなくなれば見た目ではわからないので、できないことがある時、支援を受けたい時には自分から発信しなければいけません。父は私の将来を見据えて、自分の病気を知ることと、周囲に伝える指導をしていたのです。

私は様々な活動をする中で、脳性麻痺の人、脊髄性筋萎縮症の人、人工透析を受けている人、全盲の人、耳が聞こえにくい人、ダウン症の人、レズビアン、トランスジェンダー……などなど、本当に多様な人と出会ってきました。そこでいくつか気が付きました。1つめ、「生まれつきの心臓病に特別感があつたけど、いろいろな特徴の中の一つでしかないんだな」、2つめ、「人はそれぞれできること・できないことがあるんだな」、3つめ、「人は能力の凸凹があつて良いし、凸凹があつたほうが人と人がつながっていいんだな」

多くの日本人が「みんな同じことができて当たり前」「健常者じゃなければいけない」と無意識に思い込んでいます。それは、病児者本人やそのご家族も思っていたりします。病気があることを隠したり、親御さんが病児にちゃんと病気について伝えなかったりします。これでは、病児者本人が自分で自分の病気の面倒をみれない（セルフマネジメントできない）人生になってしまいます。

でも、いろいろな人と巡り合っていくと、その思い込みは薄くなっています。多様性の経験値を上げると、できないことはできる人に手伝ってもらえばいいし、自分のことでできない人を助けてあげればいいことがわかります。「みんな同じ

ことができないことが当たり前」に気が付きます。ここに気が付けると「自分らしく」が実感できるようになります。

「僕はこういう特徴があるよ、君はどんな特徴があるの？」こんな凸凹を共有しあえる会話が当たり前にできる社会を作っていこうと思っています。



猪又 竜（いのまた・りゅう）

1977年生まれ。長野県松本市出身・在住。完全大血管転位症Ⅲ型。

1985年、2014年、2023年に心臓手術を受け、現在は3ヶ月に1回通院。

SOMPOホールディングス株式会社社人事部に勤務。DEI（D&I）や慢性疾患当事者としての講演を年間60回ほど行う。

YouTubeチャンネル「Living With Heart〜みんなの生き方〜」運営。

長野県ヘルプマークディレクター、長野県教育委員会人権教育講師、長野看護専門学校非常勤講師。

猪又さんは「患者スピーカーバンク」という団体に所属して、各地での講演活動などを行われています。

患者スピーカーバンク

～語りから明日への気づきを見出す～

患者スピーカーバンクは『患者がみな、病気の経験は自分を形づくるものの一つと思え、誰もが自分らしく生きられる社会』をビジョンに掲げ、患者や障がい者の立場にある方を、企業や医療機関や学校等で講演できる「患者スピーカー」に育成したり、その語りを届けたりすることで、「困難なことがあっても自分にとってプラスにすることができる」と思える人を増やしていくことを目指す特定非営利活動法人です。



がん、自己免疫疾患、脳疾患、腎疾患など様々な病気を抱えた方々およそ70名が所属。

患者スピーカーとは、「病気や障がいを通して得た経験や気づきを伝えることで、誰かの役に立ちたい」というような想いをもって講演等活動する方々のことです。患者スピーカーの語りを聞いた方が、病気や障害のことを理解するというだけでなく、そのメッセージから「何か」に活かせるような「プラス」を見出していただくことを大切にしています。

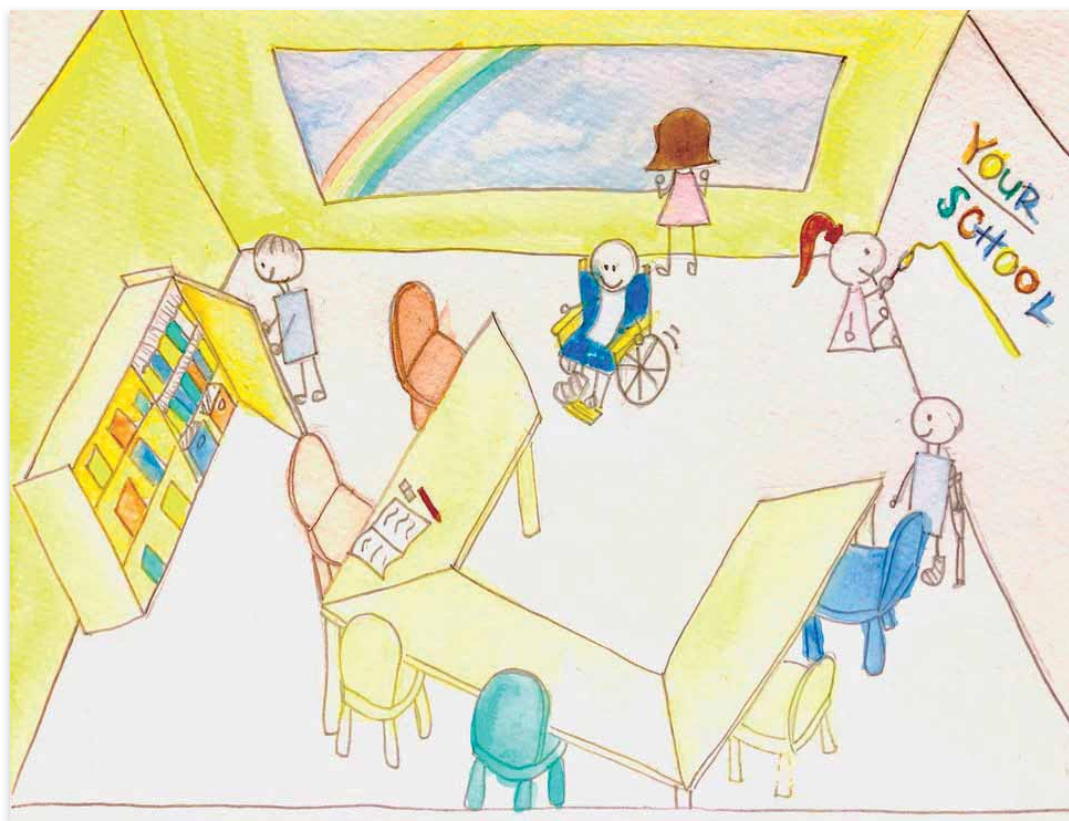
様々な活動を行っていますが、年に数回行っている「患者スピーカー's ストーリー」はどなたでもご参加いただけます。詳しくは公式サイト（<https://npoksb.org/>、右記QRコード）をご覧ください。



寄稿

『Your School』：入院中の子どもたちと学生がつくる“学びの場”

吉田輝々さき（NPO法人Your School代表理事・埼玉医科大学総合医療センター緩和医療科）



Your School の Facebook プロフィール画像より。

いつもの学校に通うことが難しいとき、誰でも集うことができる、「学びの場」を子どもたちと一緒につくりたい。

——そんな想いから、2017年よりYour Schoolの活動は始まりました。

入院中の子どもたちにとっての学びとは何か？

Your Schoolは、病気療養中の子どもたちとのかかわり・病棟規則について学んだ、医療系学部在籍中や教職課程履修中の学生メンバーが、病棟内の学習室やベッドサイドに向き、活動をしています。参加対象となる子どもは、活動実施場所である病院に入院中で主治医の許可・保護者の同意があれば、学年を問わず誰でも参加することができます（現在はオンラインで活動を実施しています）。

活動で取り組む内容に指定はない

ので、子どもたちが持参した在籍校の宿題や塾の課題をやることもあれば、学校の家庭科の授業でクラスみんなと一緒にすることができなかったエプロンを完成させたことや、小学生が何人か集まった時にはUNO大会で盛り上がったこともありま

「学生メンバーの「あり方」

大学生であるYour Schoolメンバーには、日々の活動において自力では解決できないこともたくさんあります。ある日、一人のメンバーが「学生の自分にできることはあるの



コロナ禍が、改めて「子どもの学び」について議論をするきっかけとなった。
(画像・写真提供：NPO法人Your School)



かな…」と不安な気持ちを伝えてくれました。学生メンバーにとって、病院実習とは異なり白衣を着ずに医学部生・看護学生・薬学生という「鎧」がない中で病棟にいることは、少し勇気のいることです。一人の「ひと」として、その場にどういられるかが問われているような気がするからです。うまくいかなかった時、「ボランティアだから」というのは、妥協したり途中で投げ出したりすることが許される言い訳になりません。簡単なことではないですが、学生メンバー一人ひとりが己の足でそこにいられるようになった時、Your Schoolが子どもたちにとってどのような「学びの場」になっているのか想像するとワクワクする毎日です。

いつでも、どこでも、だれでも 「学びの場」に集える社会の 実現に向けて

COVID-19感染症拡大の影響によりYour Schoolの対面活動が休止となり、オンラインでの実施に切り替わったことが、活動体制を見直すきっかけになりました。改めて「子どもたちにとってより良い「学び」とは何か?」「そもそも「支援」とは何か?」ということをメンバーで話し合うよ

うになりました。しかし、議論を重ねても思うように進まずにいたので、Your Schoolの立ち上げ時期からのサポーターたちに相談することになりました。すると、学生が主体となり病気療養中の子どもたちとかわる活動をしている団体が全国に複数あり、学生の所属学部は教育、保育、心理、医療、文系学部も含めてさまざまであるとわかりました。

そこで、まずは各地の活動について知ることから始めました。北海道から愛媛まで8つの団体とつながることができ、病院や地域の特性に合わせた活動方法や工夫をたくさん共有してもらったことが、Your Schoolの活動をより良くするためヒントとなりました。このように各団体と交流を深めていく中で、Your Schoolをはじめどの団体も、

何かしらの課題・困難さを抱えている一方で、すでにその課題に対して工夫をしながら取り組んでいる団体があるということが明らかになりました。そして、「お互いに協力できる体制を整えることで、病気療養中の子どもたちの「学びの場」を一緒により良いものにしていくのではないか」というメンバーの意見をもとに、2023年10月に『第1回 病気療養中の子どもたちと学生がつくる「学

びの場」について考えるフォーラム』が開催されました。そして、全国で活動する学生たちのこのつながりは『wacca(わっか)』と名付けられました。

waccaは、「全国の病気療養中の子どもたちが、いつでも、どこでも「学びの場」に集える社会の実現に向けて」という想いを形にすべく、病院や地域で子どもたちと関わる学生が出会い、つながり、学びあう場です。近い将来、waccaに集っていた学生たちは教員、保育士、医療者、心理士、ビジネスパーソンとして現場で活躍していくでしょう。想いだけではどうにもできない大きな壁が立ちました。時には、waccaの全国の仲間たちと協働することで、目指す社会の実現に一步步近づくと願っています。

《参考文献》

- ・大棟耕介『ホスピタルクラウンズ 病院に笑いを届ける道化師』サンクチュアリ出版、2007年。
- ・副島賢和『はなれていても、だいじょうぶ。今こそ伝えたい、院内学級で教員として学んだこと』学研プラス、2020年。
- ・儀賀理暁『あのね、かなちゃんに聞いてほしいことがあるの』緩和ケアが音楽を奏するとき』日本医事新報社、2017年。

インタビュー

一緒に学ぶことの大切さ

川口貴志

公益財団法人
がんの子どもを守る会



小児がんの治療中や退院後の子どもたちを支える、公益財団法人がんの子どもを守る会（以下、守る会）。学齢期にある子どもからどんな悩みが寄せられるのでしょうか。守る会でソーシャルワーカーを務める、川口貴志さんにお話をうかがいました。

— 守る会について教えてください。

わたしたちの会は、小児がんでお子さんを亡くされたふたりの父親によって活動をスタートしました。小児がんを治る病にしたいという強い思いのもと、1968年に発足しました。当時は不治の病と言われるなかで、何もバックグラウンドのない市民が世の中にはたらきかける活動は困難でしたが、活動を知った方から寄付を受け、それを元にその秋、財団法人として改組し団体の設立となりました。当時から療養費の援助、相談事業、調査・研究事業の3本柱で活動をすすめ、小児がん専門のソーシャルワーカーによる相談事業は1973年から取り組んでいます。現在は東京にある拠点のほか、全国に21のボランティア組織である支部があり、交流会活動などを行っています。

— 小児がんの子どもの教育の現状について教えてください。

一般的に小児がんは15歳未満にみられるがんのことを言います。昨今、国によるがん対策が進み、小児がんに加えてAYA世代^{*1}のがんが着目されていますが、だいたい当会

では小児・AYA世代がんの方に關するご相談を受けています。小児がんの発症数は年間2000人から2200人くらいです。現在、小児がんは18歳未満まで医療費の助成制度があり、18歳から20歳未満は一定の条件があれば引き続き医療費助成の制度を利用できます。ところが20歳を超えると医療費の公的援助がいきなり打ち切られてしまいます。これに対しては、国に要望するなど会としても改善に取り組んでいるところでです。

そもそも、0歳の時に小児がんを発症した子どもと、高校生になってから発症した子どもでは置かれる環境が全く違い、その後のライフステージも違うため、わたしたちも異なるアプローチをとることが多いです。病気のことが分からない年齢期は親御さんが中心になりますし、ある一定の年齢になると親御さんと子どもの両方に対しての対応になることがあります。また思春期では親御さんとも子どもが同じ考えではないこともあるので、親子に対して個別に対応をとったりという具合です。さて、学校と一括りに言っても、義務教育の小・中学校と高校では状況が異なります。例えば「卒業」という視点で見たときに、小・中学校では

長期治療のため入院などで欠席したとしても義務教育下では卒業することができます。それに対して高校は単位制のため長期治療で入院して長く欠席した場合、単位が取得できなくなってしまう、また出席日数も不足し卒業が難しくなります。高校生年代では、同級生と卒業したい（留年はしたくない）という気持ちも強いことがあり、通信教育や院内学級^{*2}の設置が広がってきていますが、在籍途中に編入など学校を変えることは簡単ではありません。

子どもは身体の不調と心の不調が連動しやすいと言われています。院内学級では同じ病気の子どもと出会い、一緒に学習するなかでコミュニケーション力が身につきます。人との付き合いに自信もついて社会性が培われます。治療を終えたら学校に戻りたいと思う気持ちが高まる子は多く、学校に戻るためには治療をちゃんとしなきゃいけないと治療への積極性にもつながると言われています。院内学級は学校に行けなくて勉強ができない部分の補助と思われるがちですが、学習面だけではない意味があるのです。学ぶ空間があることが大きく、病室に先生が訪ねて来て行う訪問教育とは違う側面があります。

がんの子どもを守る会では、
小児がんの子どもたちに関する
各種の啓発資料をPDFで公開している。
興味をもたれた方はぜひご参照を。



——退院後の学校生活についてはどんな声が聞かれますか。

退院したばかりの頃は留意すべき面があります。退院後すぐに学校へ行けるというのではなく、徐々に慣らしていく場合が多く、その間、病状を周りの人にどう理解してもらい、自分はどうか見られてるかが子どもにとっては気になり不安を抱えています。たとえば、治療の影響で髪が抜けているなど見た目の姿に変化がある子どもは、友だちに病気についてどこまで話したいんだろうと悩んだり、また治療前の自分とは日々の過ごし方などが変わること、学校生活や仲間の間に入っていくことを不安に感じる子どももいます。

一方、学校の先生も小児がんの子どもをどう受け入れたら良いのか、悩んでいます。たとえば修学旅行や運動会など行事にどこまで参加させたらよいのかなどです。そういう時にソーシャルワーカーなどコーディネーターする役割の人が医師や学校の先生、親御さんとのつなぎ役になって「これは大丈夫」ということをしっかり伝えていかないと、医師が良いとしていることも学校が制限してしまったり、そういうことが起こり得ると思っています。

それから、高校生は長く授業を休んでいると、同じ学校に通い続けられるかという問題があります。義務教育ではないので、その学校の判断で学校が続けられなくなる可能性も出てきます。治療がすばつと終わるわけではなく、再び入院しなくてはいけないといった場合も考慮しなくてはなりません。先ほど、義務教育下では留年制度はないので卒業はできると言いましたが、長期で学校に行けない場合、補修などでカバーすることがよくあります。それは本人や親御さんにとっては治療を第一に考える時に、治療に加えて学業もするとなると相当きつくなります。課題やテストを受けると勉強が追いついていないことが自分でもわかりますし、治療中の体力面にも気を遣いながら、治療が長期になればなるほど学習面での心配は深まると思います。

——最後に、病気療養中の子どもと接する時、川口さんが大切にしていることを教えてください。

まず、丁寧に聞くということ、その子どもがどういう気持ちなのかを聞けたらいいなと思って接しています。治療の際、年齢が低いと親御さ

んが治療内容を聞いて子どもに説明することが少なからずありますが、一定の年齢に達してもその機会が多くなると、親から聞くということに慣れてしまつて、子どもが自分の病気を当事者として理解できなくなる可能性もあります。治療は受けていても、その子どもの人生なので、できるだけ自分で考えて自分で決めていく、そのサポートを心がけたいと思っています。

——今日のお話を大切に伝えていきます。ありがとうございました。

*1 15歳から39歳までの思春期・若年成人世代。Adolescent and Young Adultの頭文字をとったもの。ライフステージとしてさまざまなことに直面する世代でそれに対するケアが必要と医療的にも言われている。

*2 東京都内の院内学級については本誌395号参照。



～特集によせて～ 経験から思うこと

今から40年以上前のことです。高校の授業中、いつも隣の席で寝ている男子がいました。先生に注意されてもそのまま、起こすのは私の役目でした。遅刻も多く、きっと夜中まで遊んだり、アルバイトをしたりしているのだと思っていました。しかし、卒業してから、喘息発作のために夜明けまで大学病院での点滴治療後に、仮眠をとってから登校していたことがわかりました。

今回、寄稿をいただいている副島賢和さんのご講演でも、同様のエピソードをうかがったので、よくある話だと思っています。

当時は「居眠りしてしまうのは理由があるのだから、先生に伝えれば良い」と思っていましたが、私自身が抗がん剤治療をしたときに、そんなに単純なことではないと感じました。職場には副作用を隠して、通常勤務をしていました。

そのような中で、患者スピーカーバンクの活動を通して、猪又竜さんをはじめとする、子どもの頃からの疾患を抱えた仲間と話を聴く機会に恵まれ、たくさんの当事者でなくてはわからないことを知ることができました。

また、今回、公益財団法人がんの子どもを守る会・川口貴志さんのインタビューに同席させていただき、子どもという立場で疾患を持つ困難さを再確認しました。私自身の経験から、子どもの疾患は母の至らなさだと考え、子どもの気持ちを聞かず、自分勝手に治療方針を立てていたように思いました。

子どもの疾患を前にすると、大人とは違うように考えてしまい、時には、親の考えを押し付けたくくなります。しかし、「病気があるから特別ではない」「1人の人として話を聴く」「あたりまえの毎日を過ごす」それと同じように「学ぶこと」があると思います。

そのように考えたとき、病気を抱えた子どもたちと年齢が近いNPO法人Your schoolに所属する学生の皆さんの活動は、有意義だと感じました。学習指導要領にある勉強ではなく、近い将来の自分を思い描く上でも、有形無形の学習をもたらすことができると確信しています。

これからも、様々な活動を通して、様々な声を社会に発信していこうと思いを新たにしました。

ちなみに、隣の席の男子は夫となりました(💙)



片岡紀子（患者スピーカーバンク・本誌編集委員）

義務教育学校で学校地域コーディネーターとして勤務の傍ら患者スピーカーバンク・しながわチャイルドライン・働く女性の全国センターで活動中、保育士・臨床聴士（上智大学グリーンケア研究所認定）、地域とすすめる市民学習推進委員、本誌編集委員

子どもが子どもでいる時間の保障

そえじままさかず

副島賢和（昭和医科大学病院内さいかち学級担当）

皆様に3つの質問をさせていただきます。

- 1 「病気のある子どもに教育は必要ですか？」
- 2 「病気のある子どもになぜ学びが必要ですか？」
- 3 「命のリスクの高い子どもに教育ができることはなんですか？」

どのようにお答えになられるでしょうか。

病院内学級の担当として、病気療養中の子どもたちの学びの保障を考えている立場から、私見を述べます。このことを題材にして、病気療養中の子どもたちの学びについて皆様にも考えてもらえると幸いです。

病気のある子どもに教育は必要ですか？

子どもの状態によって、答えは変わってくるかもしれませんが、多く

の教育関係者は、「たとえ病気があっても障害があっても教育は大切」とおっしゃいます。しかしこれが、入院中の子どもからの「私、病気なんだけど、勉強ってやらなくてはいいの？」という質問だったとしたら、それもご自身の身近な子どもからのものだったとしたらなんとお答えになられるでしょうか。多くの方はおっしゃいます。「今はゆっくり休んでください。1日も早く治してくださいね」と。私も小学校の担任をしている時、クラスの子どもが入院をしたら言っていました。「大丈夫、2、3ヶ月休んだって、勉強はすぐに追いつくから、今は体を治すことに専念してね」と。確かに入院をしていてもこの言葉が通用する子どもの方が多いです。しかし、このような言葉では、治療のエネルギーさえたまたらない子どもがいます。私は、自分の中の無意識の思い込み・偏見・差別に気付かされました。その子のためと思えば思うほど、見えなくなっ

てしまうことがあります。「その言葉が、関わりが、その子にとってはどう受け取られるのだろう」と考えながら関わる必要があると痛感しました。

このような状態の子に、なぜ学びや遊びが必要なのですか？

これは、私が医療者から問われたことです。医療と教育は優先順位が異なります。当然です。だからこそ協働する必要があるのです。私は、学びや遊びは治療のエネルギーをためることができると思っています。そのような姿にたくさん接してきました。入院加療中の子どもたちは、患者であることを求められます。それは、とても大切なことです。子どもたちは、「1日も早く治したい。退院したい」だから、痛いこともつらいこともさびしいことも我慢をして、一生懸命に患者であることを受け入

れます。大人の言うことを聞き、受け身であることを頑張ります。でも24時間ずっと受け身でいたら、心的エネルギーは枯渇してしまいます。だから、あの子たちを子どもに戻すのです。子どもに戻すそのひとつは、自己選択と自己決定です。自分で選ぶことと自分で決めることをたくさん経験することです。学びと遊びの中には、この2つがたくさんあります。この経験を重ねることで、子どもたちの自尊心が育まれ、治療に向かうエネルギーが増えていくのです。

命のリスクの高い子どもに教育ができることはなんですか？

入院をしている子どもの中には、命を脅かされる病気のある子どももいます。疾病としては、命のリスクは低くても、一緒に治療をしている仲間が、そのような状態にある時、「もしかししたら自分も……」と不安を抱えている子どももいます。

この問いは、成人のホスピスのドクターからいただいたものです。私は、『せっかく・いつもどおり・わすれない』3つのことを大切にしています」とお伝えをしました。



昭和医科大学病院内の院内学級「さいかち学級」の様子。
(写真提供: 副島氏)

・せっかく

1つ目は、その子とありえないくらいの楽しい時間を過ごします。「せっかく入院したんだからさ」と伝

えます。「え??」という顔をされませんが、「せっかく院内学級に来られたし、せっかく会えたし、今しかできないことをしよう。ここだからできることをしよう。一緒だからでき

・いつもどおり

ることをしよう」と伝えると納得してくれます。その子にとっての「せっかく」を探すことを心がけています。

2つ目は、その子にとっての日常を探し、淡々とおこなうことです。

楽しい時間を用意するよりも意識しています。その子にとって、勉強をすることが、本を読むことが、絵を描くことが、おしゃべりすることが、お散歩することが…日常であったとしたら、最期の日まで、当たり前のようにその子ところに現れて、「はい、算数やるよ」と伝えます。命のリスクの高い子どもたちは、自分の命が危ういことはなんとなく気がついていきます。でも、それが今日だとは考えていません。だからこそ、「明日もまたくるからね」と当たり前のように伝えます。

・わすれない

3つ目は、その子の生きている証を残すことです。教師ですから、作品を作ったり、動画を撮ったりして残すことはできます。でもそれ以上に考えているのは、来てほしくないお別れの日が来て、そこから数年後にまた、その子に関わる人たちとお会いたした時に、「あの子、これ大好きでしたよね。こういう顔をしてよく笑っていましたよね。こういうこと苦手でしたよね」とその人たちとそ

の子の話をできるように、私の中にその子の生きている姿を残していきます。

学ぶことは生きることです。病气療養中でも学ぶことは、子どもが子どもでいる時間を保障することです。そのためにも、私自身も学び続けていきたいと考えています。



副島賢和（そえじま・まさかず）

昭和医科大学保健医療学部教授。昭和医科大学病院内さいかち学級担当。大学卒業後、東京都の公立小学校教諭。2006年より品川区立清水台小学校教諭・昭和大学さいかち学級担任。2014年より昭和大学准教授。2024年東京学芸大学博士課程修了。博士（教育学）。2025年より現職。学校心理士スーパーバイザー。ホスピタルクラウン。2009年ドラマ「赤鼻のセンセイ」（日本テレビ）モチーフ。2011年「プロフェッショナル仕事の流儀」（NHK総合）出演。

あなたにとっての「テザー」は何ですか？



『君と宇宙を歩くために』
©泥ノ田犬彦／講談社 本体860円＋税
ISBN：9784065334874

『君と宇宙を歩くために』は「マシナ大賞2024大賞」を受賞した作品で、ご存知の方も多いのではないのでしょうか。物語に登場するのは、学校の勉強にはついていけず、アルバイトも長続きしないけど、優しい心をもったヤンキー高校生の小林くん。彼は体が大きく外見も派手ですが、できない自分を受け入れることに臆病で、繊細な内面が見え隠れします。そして、話す声がやたら大きかったり、たくさんのことを同時に行ったり、臨機応変な対応が苦手な宇野くん。その一方で明るく、まっすぐな性格で、記憶力は抜群、自分の好きな天文の話はノンストップで話し続けるといった一面もあります。作中では具体的に触れられていませんが、この「社会的な関係のもちづらさ」「活動や興味

の範囲の狭さ」といった特徴は自閉スペクトラム症の特徴と一致します。また、小林くんも「境界知能」いわゆる「グレーゾーン」かもしれないと思われるような描写が見られます。

自分が高校生だった2000年代当初は、「発達障害」という言葉は、それほど世間的にも認知されておらず、同級生をそういった視点で見たことはありませんでした。しかし、今になって思い返してみると、自分のクラスにも、そういういたった特性をもつ学友がいたような気がします。周囲と自分の違い、言語化しにくい生きづらさや葛藤を、彼らはどのように受け止めていたのだろうか、考えさせられました。

宇野くんは常に肌身離さずミニノートを持ち歩いています。そのノートには、「バスに乗る時」や「失敗してしまった時」にとるべき行動が順を追って書かれています。宇野くんはこのノートを「テザー」と言います。テザーとは、宇宙飛行士が宇宙空間で作業する時の、自分と宇宙船をつなぐ命綱のことです。彼は答えが分からないこと、苦手なことに対して、できない自分を解決する方法を「テ

ザーノートにまとめて日々実践しています。そして、そんな苦手なことに懸命に向き合う宇野くんとの出会いを通じて、小林くんも少しずつ前向きに変わっていきます。

私は大学生の頃「発達障害のある生徒とその親を対象としたキャリア教育」を行う団体の活動に参加していました。専門家の力を借りながら、子どもだけでなく、親自身もキャリア教育について学び、障害特性等への理解を深めながら、支援者の視点も持って我が子の将来を考えると、いった取組みでした。親が一番身近な理解者として傍にあること、子どもにとっての安全基地になることの力強さを非常に感じました。宇野くんにとってのミニノートも、きっとそのような存在なんだろうと思います。

近年、「発達障害」という言葉が急速に社会に広まる一方、その人の一部分だけを切り取って「発達障害」として過度にラベリングするような危険な風潮を感じています。そんな中、個々人の背景やその人らしさが活かせるような環境作りの大切さについて、あらためて考えるきっかけになる素敵な作品です。おすすめです。（あちぶ）

TAMAとことん討論会をふりかえる

江尻京子

(NPO法人東京・多摩リサイクル市民連邦 事務局長)

私が所属しているNPOでは1995年度から財団法人東京市町村自治調査会（現在は公益財団法人）と実行委員会を組織し、2022年度まで、長きにわたりTAMAとことん討論会を開催してきた。多摩地域のごみ問題解決に向けた情報交換の場であり、討論会として結論を出すのではなく、参加した人たちが情報を持ち帰り、それぞれの地域や団体で活用することを目的としていた。

討論会のきっかけは多摩地域が東京都に移管して100周年という記念事業の一環としてTAMA Aらいふ21協会が1992年7月に開催した「多摩リサイクルとことん討論会」であった。そこに集った人たちが中心となって多摩地域に横断的な団体を作ろう、定期的に情報交換の場を作ろうという方向で動き出し、1994年2月に2回目の討論会を有志らにより開催。その時に発足した団体が東京・多摩リサイクル市民連邦であり、場

だからこそ、生活者、事業者、リサイクル事業者、行政、研究者の5つの主体が互いの自立性を認めながら連携して多摩地域のごみ問題を解決していくという「協働のはしり」が動き出したのである。その中心は当時早稲田大学の教授だった故・寄本勝美氏だった。

確かにテーマはごみ問題であり、私自身のテーマでもあるのだが、私が事務局長として討論会というイベントを継続できた理由のひとつは多くの人たちとの出会いがおもしろかったからだと思う。その中には批判ばかりをする人、あげ足取りをする人、強引に自分の主張を通そうとする人もいたし、下げたくもない頭を下げたり、おかしくもないのに笑わなくてはならないこともあった。しかし、そうした面倒くささも含めて自らのテーマに向かって個性豊かな人たちと活動できるわくわく感は大きな魅力だったのだと思う。

ととしてTAMAとことん討論会を毎年開催することになった。当時の多摩地域は最終処分場問題で激しく揺れていた。

月日が流れ、処分場は完成し、焼却灰はエコセメントにリサイクルされ、埋立ゼロになった。多摩地域のごみ事情は変化し、市民活動のスタイルも変わってきた。そして私を含め運営者側の高齢化。討論会は通算30回という節目でピリオドを打つことにした。



第2回TAMAとことん討論会(1994年2月)。大勢の参加を得て開催された。『TAMAとことん討論会 15周年記念誌』より。

討論会が終了した翌年度(2023年度)には新たにTAMA A3Rフォーラム実行委員会を立ち上げ、学習会や体験講座などを実施しながら『ごみ減レシピブック』を発行した。昨年度(2024年度)は親子対象の夏休みのイベントを数施設で実施した。私にとって「ごみ」は一生のテーマだが、イベント屋さんからはそろそろ足を洗う時期が来たかなあと思う日々である。

『ネットワーク』
編集委員企画
第6回



東京・多摩
リサイクル市民連邦



セルフヘルプ という力③9

セルフヘルプグループとは、共通の悩み、問題を抱える人やその家族が自発的に活動を行う集まりのことです。このコーナーでは、セルフヘルプグループの思いや活動内容を紹介し、社会の認識を深めたり、他のグループの運営のヒントとなることをめざします。

仲間と共に自分の人生を新生していく

特定非営利活動法人 東京断酒新生会

今回は、特定非営利活動法人東京断酒新生会（以下、断酒会）事務局長・新宿断酒会会長の浅井光代さんにお話をうかがいました。

アルコール被害を受けた人と共に

東京断酒新生会がNPOとして立ち上がったのは、1953年です。それから今年で72年になります。アルコールに問題を持つ2、3人の当事者とその家族が、禁酒会のような形で立ち上げたのが始まりです。断酒新生会は、ほぼ毎日、どこかで例会をしています。私が入会した2010年当初は、590人以上いましたが、現在は250人ぐらいです。それはアルコールの依存症者が少なくなっただけではなく、会につながる人がとても少なくなっただけです。自力でやめようとして亡くなる方もいらっしゃると思います。

断酒会は、完全断酒を目指しています。やめられず、会を離れていく人もいますが、ほとんどの人はやめる努力を惜しまず、完全断酒ができています。ただ「再飲酒」という言葉があっても、10年、20年やめていても、ちょっとしたきっかけで再び飲酒をしてしまうことを言います。そうすると、また入院をして一から出直します。

出直せる人はよいのですが、再飲酒したことによって罪悪感にかられてしまいます。ずっとやめられていたのに、再飲酒してしまった自分を責めてしまうんです。自責の念で会から離れて、消息不明になる方もいらっしゃると思います。

見学者が断酒会につながるきっかけは、100人いれば100通りですが、ほとんどは病院からです。その多くは、パートナールや子どもが「なんかおかしいよね」と生活の中の異変に気がつきます。それで、アルコール専門病院の外来につながり、入院したり、通院だったらいケアに通うことになります。会社の同僚や上司、産業医からの勧めで病院につながることもあります。

気がつくとお酒が友達に

私は、父親が戦争から帰ってきて、美容師の母親と結婚して生まれました。父親はアルコール依存症でした。6歳の時に、両親が離婚して、父親と生活保護を受けて暮らしていました。ごみや糞尿の匂いがする、子どもが生活しにくい環境で成長し、時に暴力も受けていました。

父親は飲まないといふ人なんです。だから、憎めなくて困りました。憎むのですが、「でも私のお父さんだし」と小さい子どもが葛藤するわけです。その時は葛藤していると

思っていないのですが、いつもすっきりしない状態で子どもらしく無邪気に生きられませんでした。

そんな環境なので私も早くから飲み始めました。初めてお酒を飲んだのは、お正月だったと思います。これは、断酒会があるあるなんです。

その後、友達とちょっと外で飲むと、泥酔するまでとまりませんでした。自分でもびっくりで、「なんだろうなっちゃうのかな」と戸惑うのですが、途中ではやめられません。しかし、翌日にはちゃんと家に帰って寝ていて、その日から、「あれっ」と思っていました。

就職して、21歳で結婚して退職しました。商売をしている家に嫁いで、夫と2人きりの結婚生活もなく、姑と同居しながら、翌年には出産をして、息つく暇もありませんでした。

嫁ぎ先に、アルコール依存症の父が、酔っ払って電話をかけてきた時にはとても苦しく思ったり、姑は意地悪ではないんですけど、大正生まれで、「家のやり方に従ってください」ときちんとしている人で、せっかく結婚したのに楽しくありませんでした。

横浜から新宿に嫁いできたので友達もいないですし、商売をしている家でしたので、近所との付き合いも多く新しいことばかりでした。

初めての育児は、姑との2人つき

りの子育てで、いつもよその家にいるような感じがしていました。夫は、コミュニケーションをとるのが難しいところのある人で、私が無理解なんだと自分を責めていました。今思うと心も体も疲弊して、キャパオーバーだったと思います。

家では、夫が晩酌程度に飲むビールをコップにほんのちよっぴりいただくんです。あんなに飲んでいた私が「これじゃ足りない」といつも思っているんです。足りないから、自分で買うようになって、23歳ぐらいで、「あ、これはまずいな」と思うほど、どんどん飲まずにいらなくなってきました。

お酒が友達でした。自分で買った大瓶のビールを隠す場所がなくなっ
てしまい、布団の間とか天袋とか、ありとあらゆる場所に隠しました。お酒を飲めれば、冷たくなくて



浅井光代さん。エネルギーシフトにお話をうかがった。

もよいんです。そうやってビールを
あちこちに隠していました。

そんな中、25歳までに3人の子
どもを産みました。妊娠してる間だけ
は、お酒を飲まなくていいから
すが、産んで3ヶ月ぐらいうると、
お酒を飲むために断乳するんです。
行動もどんどん異常になってきて、
子どもをおいて外に飲みに行くよう
になりました。日常の大変さを忘れ
たり、自分を責めたりしないように
「まあ、いいか」と飲んでいたら、
だんだんお酒中心の生活になってい
きました。

恐ろしいけど、やめられませんか。
「あ、もうこんなことしていただ
けない」、子どもたちにもちゃんと
ご飯を食べさせたり、教育をしてい
かなくちゃいけないのに、二日酔い
の連続です。例えば、幼稚園の運動
会の日に、早起きしてお弁当を作る
ことができません。それを友達に頼
んだり、親子競技では、友達に子
どもを背負って競技に出てもらった
り、絶対やってはいけないようなこ
とをしてきました。

アルコールが1番になると子ども
が2番になってしまふんです。女性
の当事者の特徴は、子育てができな
くなることです。

断酒会では、女性の当事者をアメ
シストと言います。アメシストは、
家事をする際にお酒を飲み続けてし

まうキッチンドランカーと呼ばれる
状態の方が多くいらして、生活の中
での依存症になっていきます。

私は、子育てができなくなったこ
とで「もうあなたは、この家にな
くてもいいよ。私が育てていくから」
と姑に言われました。その時にどう
やって、その場をしのいだのか覚え
ていません。

結局、23歳ぐらいからやめたり、
飲んだり、飲んでいた時期は26年
間になります。

● 私は一人でやめられる？

私が断酒会につながったのは、自
死未遂です。見るに見かねた夫が通
院から入院できるように、医師に相
談しました。

入院した病院で断酒会という存在
を知りました。そこから、入院中に
断酒会に見学に行って、「えーこん
なところがあるんだ」、「でもこんな
でよくなるなんて信じられない」と
思っていました。その時は、一人で
やめられると思って、断酒会を否定
していました。

その後、退院しましたが、あっと
いう間に再飲酒しました。家族は、
退院する時には、病院側がきちんと
治してくれて、元のお母さんに戻ら
んと思っていました。大体そう思う
らしいのです。

しかし、全然元には戻っていない

んです。退院した後は、心の状態が
非常に不安定なので、あの状態に再
びなったらどうしようと思いが
ら、飲んでしまうのです。

● ストーンと落ちて「底」がついた

私は、退院したらお酒とうまく付
き合えると思っていました。病院
に入院していたら、もう一生飲ん
じゃ駄目でしょう。でも、そうは思
えないんです。やっぱりお酒は、友
達とか癒やしてくれるものと勘
違いしていますから。

お酒があるから、私は頑張って生
きてこられて、子どもも育てられ
たと正当化していました。

ある時、娘に「もう出ていって
れ」と言われたんです。「好きなこ
とをやればいいじゃん。飲めばいい
じゃん。だけど、このうちから出
て行って。弟は私とお父さんが育て
るから、もういいです」と言われま
した。娘は観察眼があつて、飲んで
いると分かっていました。

今までそんな感情に絶対にならな
かったのですが、その時に「あ、こ
れもう駄目だ。ここでこのまま飲み
続けていたら、私、本当にこの家に
いらなくなる」とストーンと落ち
たんです。

今までは飲みたい一心で、飲める
方法しか探さなかったのですが、や
める方法を考えた時に、ぱっと「断



ある日の例会のようす。



右は会のロゴマークのついた旗。左は例会で最初に唱和する「断酒の誓」。

写真提供：東京断酒新生活会 新宿断酒会

酒会」が頭に浮かんだのです。そこで畳に頭をこすりつけるように土下座をして、娘に「もう一度だけチャンスをください」と謝りました。娘は「そんなこと言われたって信じられない。何度そうやって、嘘ついてきているの」とボロ泣きでした。

お酒を飲むためにどんな嘘でもついてきましたので、娘は散々苦しめられてきたんです。他の子ども達も「もう信用しない」と。

ひたすら謝って「明日から断酒会に行きます」と言いました。すぐに断酒会を探して、「やめられるかどうか分からないけれども、やるしかない。断酒会に行けば、もしかしたら何とかなるのかもしれない」と思いました。

そうしたら気持ちに決まりがついたのか、その日から飲まなくても大丈夫になったんです。

本当に不思議ですが、それが私の「底がついた」ということなんですよ。「底つき」というのは、アルコール依存症の特有の言葉です。本当に「底がつかない」とやめられない。だから、今やめられない人は、「まだ本当の底がついていない」というような捉え方をします。

私は底がついて、いろいろな断酒会に見学に行きましたが、その時に「だいたい自分の区にある会に入るんだよ」と薦められて、新宿の断酒

会に見学に行くことにしました。

断酒会の特徴は家族参加で、その時も会長とその妻がいっしょにいました。会長の妻から「あんた子どもがいるんだったら、もう絶対やめなきゃ駄目よ。会に入りなさい」と言われ、そのまま入会しました。

例会は、全体で1時間半ぐらいです。時間になったら始まって、時間になったら終わる、このルールのもと、みんながその中で個々の体験談を一人称で話していきます。お酒が始まったきっかけから、なんで再飲酒してしまったかなど、その時にわいてきたものを話します。

会は月に2度開催されるので他の会にも通って、10日に1回は、どこかの例会に行くように決めていました。息子のご飯の支度や受験、家の用をしながらの例会の参加は、大変でしたが無我夢中で通いました。あつという間に1年2年と過ぎていき、不思議と飲まなくてもよくなりました。

医師に診てもらい、病院やデイケアに通っているからといって、治るというものでもないんです。内科の医師は、風邪だと薬を処方して治しますけど、この病気は医師だけでは治せません。抗酒剤というお薬はありますが、お酒をやめられる薬はありません。

心の病なので、自分の中で、どう

やって生きていきたいのがテーマになって、そこに向き合うことのかなと思います。

初めの何年かは、やめることに夢中で、テーマも何もないんですが、やめていくうちに、新しいことを始める人、趣味を再開した人に出会い、影響を受けます。

断酒会に参加している人の多くは、50代、60代の男性です。女性は少なく全体の1割ぐらいで、若い人は、ほぼいません。若い人は特に会につながりにくく、孤軍奮闘して、最悪の結果になることもあります。私の入会は48歳で、例会では、女性は少なかったです。

例会に出てこられる女性はよいのですが、出てこない人も少なくありません。また、パートナーがいるとなおさら出づらいこともあり、回復がしづらい悪循環になっていきます。そんなこともあり、女性の死亡率は高いんです。

私は、夫が単身赴任で別々に暮らしていた時に断酒会に通い始めたので、子どもに、「じゃ、これだけ食べてね」と言っておけば、お姉ちゃん達が一番下の子の面倒をみてくれました。断酒会に通い続けられたのは、子どもたちの協力があったおかげです。

お酒をやめてから辛いこともありましたが、飲まずにいられたのは、

「二度と飲んじや駄目だぞ」という覚悟が常にあったからです。

飲みたい瞬間は、今でもありません。「今日の1杯でやめるんだからいいじゃん」と思うこともあるのですが、1滴が1升という言葉があるように、飲んだ瞬間から「駄目な私、やっぱり始まっちゃった」と後悔するでしょう。何より仲間たちが毎日、飲みたいところを我慢しているのを知ったら飲めないです。飲みたい瞬間に仲間を思い浮かべられる人は、長くやめられる人だと思います。

例会の大きな意味は、「みんな一緒に頑張ってるんだ」と思えるところにあると思います。

●もう一度、生きることを始める

東京断酒新生会は、自分の「酒害」*を認め、お酒をやめて新しい人生を生きる会です。例会では、最初に「断酒の誓」という会の理念をみんなで唱和し、その後、自分の体験を一人称で語ります。誹謗中傷なしで、自分のことだけを語るのがルールです。

注目してもらいたいのは、団体名の「新生」です。ただお酒をやめているだけでは、やめたことにならないんです。やめて、自分が生まれ変わって、社会貢献をしたり、自分自身を大切にしたり、何か趣味をもったりと、人間として生きること、そ

こに至っている人が初めて新生したと私は思っています。

専門家ではない当事者が自分の体験について話すことで、回復して生き直しているところを見てもらいたい。

今、嫌だなと思っている自分の人生を転換していける力があることを信じてほしいです。私は、「あ、そっか、断酒新生してるな」と思ったんです。飲酒欲求は、1年のうち何回か来ます。負けそうになる時もありますが、生き直して、今幸せだなと思える瞬間や好きなことや仲間を思い出せば、もう一度、生きることをはじめられるんです。

当事者と家族は同時に病んでいくんです。家族はシラフなので、傷が深いんです。本人は酔っ払っているから、その時に何をしたかは覚えていません。覚えていたのは一部のことだけ、良心の呵責に苛まれます。しかし、家族はすべてを見ているので、立ち直りに相当な時間が必要です。適切な機関につながらないと、立ち直る術が見つけられません。

アルコール依存症は生活や社会の中で受けたストレスややり場のなさ、痛手を晴らすためにお酒に頼るといった、生活の中での病なんです。驚かれるかもしれませんが、医師は生活習慣病と言ったりもします。だから偏見をもたないでほしいです。

●早くつながってほしい

最後に、アルコール依存症は「家族ぐるみの病気」だと強調したいです。

親の影響を受け、子どもにも依存症が広がります。世代間連鎖といって、親から子に引き継がれやすい病気です。

ですから、意志が弱かったり、だらしのない人になる病気ではないんです。生きるために、そうせざるを得なかった状況があったことを知ってもらいたいです。生育環境やストレス、体調とさまざまなことが、複雑に絡み合っています。

当事者だけではなく、家族が巻き込まれていく病気なので、家族全員がトラウマを抱えます。その大変さもわかってほしいです。

いつでも断酒会に見学に来てください。私は女性の経験者のひとりとして相談にのっていますし、断酒新生会では「酒害」の電話相談も行っていますから、偏見をもたずにつながってください。

*酒害：過度な飲酒による健康への影響・被害。

インタビュー…安井忍（相談担当）
朝比奈ゆり・荻野亜蘭（編集部）

お酒をやめ続けるために 特定非営利活動法人東京断酒新生会

アルコール依存症者等が自分の酒害を認め、お酒をやめて新しい人生を生きることをめざして活動しています。

キーワード	「仲間と共に、一日断酒」「酒害からの解放、新しい人生へ」「支え合い、希望ある回復」
運営メンバー	当事者
活動内容	断酒例会、研修会、ブロック大会、交流会
参加できる人	酒害に悩んでいる当事者とその家族、その他どなたでも参加可能
活動エリア	東京都内
相談	あり（事務所にて電話相談 月曜日～土曜日10:00～16:00）
集まれる場所	あり（公式サイトに例会日程表Googleカレンダーを掲載）
連絡先	東京断酒新生会本部事務所 ☎(03)5624-0318 infotokyodanshu@gmail.com
Webサイト等	https://www.tokyo-danshu.or.jp/



公式サイト

TVACでは、区市町村のボランティア・市民活動センター（以下「VCJ」）を支援する事業の一環として、各区市町村のVCにお話を伺い、VCとして大事にすべきことを検討するプロジェクトを行っています。

今回は、立川市社会福祉協議会（以下「社協」）にお話を伺いました。登録団体の声を形にできることを強みとして団体への支援を行いながら、市民セクターを応援する存在として価値を示していくことを目指しています。



団体支援を強みに、時代に合わせた役割を

!! 名称と役割を時代に合わせて

センターは社会状況の変化に合わせて、これまで2回名称変更を行いました。1回目の名称変更は2003年で、「立川ボランティア・センター」から「市民活動センターたちかわ」になりました。背景としてはNPO法の施行に伴い、センターの役割に中間支援（注1）が加わったことがあります。市民活動団体等をメンバーとしてあり方検討会を設置し、そこでの検討の結果行われたものでした。NPO法人の設立・運営の支援や、法人格のない市民活動グループ等、福祉に限らない多様な市民セクターを対象とするようになりました。

2回目の名称変更は2020年です。「ボランティア」という言葉が浸透する中、「市民活動センター」ではボランティアに関心がある人がインターネットで検索してもひっつかからないという問題があったため、ボランティアを加える形で現在の「ボランティア・市民活動センターたちかわ」に変更されました。

!! 団体同士をつなげ、広げる

センターでは125の登録団体を最大の強みとして、団体の声を聞き、形にしています。生きづらさや孤立を抱える人のつながりをつくるきっかけにしたり、市内の通信制サポート校が登録団体と一緒にイベントを行ったりするなど、活動が広がっています。

コロナ禍を受けて、登録団体の活動が見えなくなったり、止まってしまったりしている状況を受け、2023年度に登録団体すべてにヒアリング調査を行いました。ヒアリングからは、3つの課題が見えました。1つ目は広報、2つ目は人材・活動の継承、3つ目は団体同士の横のつながりです。

3つ目の団体同士の横のつながりに対しては2023年度に「市民活動団体発表会inたちかわ」を企画しました。この会の反響が大きく、また、VCの運営委員と一緒にイベント企画等ができていないという課題意識があったため、2024年度は運営委員と一緒につくることになりました。若い運営委員からの声で、「たちかわCivic Activities Fes!!」に名称を変更し、会場規模も拡大して市内のホールにて行いました。26団体、60〜70名の参加があり、団体同士のコラボや新しい企画にもつながりました。



共催：立川市 立川市社会福祉協議会
協力：多摩信用金庫 立川商工会議所 立川市内郵便局
たちかわCivic Activities Fes!!チラシ

コロナ禍をきっかけとして新たに始まったもう一つの事業として、「たちかわまちなねっとWeb」があります。コロナ禍において生活に困窮している方への食品の寄付や、企業の社会貢献、何か役に立ちたいといった相談を受ける中で、それに応えられる情報がなかったため、まちの情報を得ることが出来るポータルサイトとして作成されました。イベントや、登録団体の情報などを掲載しています。

また、運営委員の大学生がきっかけで、2024年度より「Social Sketch Lab」というプロジェクトを始めました。大学生を対象に、成功も失敗も大人と一緒に引き受けるというメッセージを伝えながら、身の回りの関心ごとから社会課題を考える活動を行っています。

❗ NPO法人・非営利団体の運営を支援

市民活動団体への支援として講座を開催しています。設立を支援する「NPO法人設立ガイドンス」については、会場での参加者が年々減少していたためYouTubeでの発信を始め、より広く参加してもらえるようになりました。また、相談を受ける際、まずはガイドンス動画を案内し、その後分からないことの質問を受ける形にしたことで、相談の質も上がりました。

設立後の運営を支援する「NPO法人・非営利団体のための運営実務あれこれ講座」では、登録団体へのヒアリングで広報が課題に挙げたため、パワーポイントを使った動画づくり講座を行いました。また、2024年度からは後継者問題について取り上げています。団体同士の活動は異

なっても悩んでいるテーマには共通性があるため、対面での情報交換をすることで横のつながりができることを目指しています。

こうした団体支援は、団体自身で活動を続けるためのサポートであることを念頭に置きながら行っています。事務局を担うのではなく方法を一緒に考えること、何かをやりたいという相談には前のめりで答えるが請け負いはしないこと、を大切にしています。この結果として、市民・団体と協働者としての関係を築くことができています。

❗ 役割が変わる中で価値を示すには

立川市では2007年から地域福祉コーディネーター（以下「地域C○」）（注2）の配置が進み、2015年に市内6つの圏域すべてに配置されました。地域C○が圏域ごとの出先に配置されることに応じて、VCの職員が小地域に向くことはなくなりました。代わりに、障害やピア（注3）の当事者グループ、文化・芸術的な活動を行っているグループの支援や、助成金・広報などの運営相談を担うようになり、役割が変化していきました。

また、立川市は、中間支援組織として、VCと地域C○を定めています。加えて位置付けられている組織として、駅周辺の活性化や、全市のな子育てセンターでの支援を行う子ども未来センター協働事務局があります。

こうした役割の変化や、役割の近い組織が複数ある中で、今後どのようにVCの価値を示していくかは課題です。まちの豊かさを担う市民セクターを無くすわけにはいかないと危機感を持ちながら、事業を進めていきます。

（注1） 地域社会やNPOのニーズを把握し、人材・資金・情報などの資源提供者とNPOとを仲介し、それぞれのNPOの育成支援を図ること。（参考：「立川市協働推進基本指針（令和3年6月立川市）」）

（注2） 住民が地域の困りごとの解決に参加できるまちをめざして、地域福祉活動をすすめる職種。立川市では地域の居場所づくりやフードドライブなどに関わっている。

（注3） 同じような経験や境遇・立場を抱え、支え合う存在としての仲間。



お話を伺った立川市社協の
小山泰明さん(左)と小林伸匡さん(右)



立川市社会福祉協議会
公式サイト



たちかわ
まちなねっとWeb



八丈島の巻

みんな下つくる 年に1度の福祉バザー

東京には人が暮らす11の島があります。それぞれの島に住む人に、島での生活やコミュニティ、特長などについてご紹介していただく連載です。

八丈島は東京から南に約300kmに位置するひょうたん型の島です。八丈島の人口は約6,700人。アクセスは1日3往復の飛行機、1日1往復している船、そして伊豆諸島を繋いでいるヘリコプターとなっています。八丈島には町立病院があり、小児科や産婦人科もあるため、医療の面では充実している環境にあると思います。このように伊豆諸島の中では南に位置していますが、交通の便やインフラ等に恵まれています。

島で「ボランティア活動」と言うと、「自分はそんな事していないよ」と感じる方も多いと思いますが、実際には婦人会活動や子どものスポーツクラブ、お葬式やお祭などの地域活動など、地域の方々の力で成り立っている活動は沢山あります。八丈町社会福祉協議会（以下、八丈町社協）の活動も沢山の方々に支えていただいています。ここでは年に1度の福祉バザーをご紹介します。

八丈町社協の福祉バザーは島民の皆さんにとっても一大行事となっており、当日は100名以上のボランティアの皆さんのご協力により、運営が成り立っています。1978（昭和53）年に第1回の福祉バザーを開催してから年々規模が拡大し、多い時で2時間の販売時間で150万円以上の売り上

げがあった時期もありました。特に家具の販売が人気で毎年開始前には長蛇の列が出来上がります。

家具販売はコロナ禍の少し前より人材不足のためにお休みしていましたが、今年度は久しぶりに実施する予定です。大きいサイズの家具は配達も行いますので、結構な力仕事になります。また、体育館の床に敷くシートはとても重く女性のボランティアさんには敷くのも運ぶのも大変な作業です。そんな時に高校生や若いボランティアさんの力がとても頼りになります。

ボランティアの方々の高齢化により年々人材不足は加速していますが、バザーをやる度に感じるのは、人の力の大きさです。沢山の方々に支えていただきながら、今年度の福祉バザーも頑張りたいと思います。

（八丈町社会福祉協議会 菊池孔介）



01 前日準備 体育館にシートを敷き、机を並べることから始まります。その後、大量の販売物品が運び込まれます。



02 前日準備 約3時間の内に、あつという間に売り場が完成します。衣類・雑貨・食器・本・おもちゃ・園芸品などのコーナーがあります。



03 当日 多くのお客さんで賑わいます。販売時間は2時間ですが昨年度は約70万円の売り上げがありました。



04 家具の販売コーナー ご覧のとおりの大人気。例年30分程で完売します。

イラスト：ひびのさなこ



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397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。

◆【特集】市民活動の発信を考える

・「よりまし堂」が東京にできたことが、一つこの世界における救いという希望だと思いました。資本主義の中でいかようにも情報を歪められる今だからこそ、お店としてマイノリティを大事にするという姿勢が誰かに勇気を与えるのだとも思いました。

・今のところは、一人ひとりが「いつ『ふくえび』発売？」で「吟味思考」を身につけて対処するしかない、ということなのですかね。しかしAIがどんどん高度化しSNSのアルゴリズムがより巧妙に人々を動かそうとする中で、個々人の学習努力だけが対抗手段では、あまりに社会は脆弱であり危険に思えます。じゃあどうすればいいか？を真剣に議論し必要な手を打つべき段階に入ってきたようにも思われます。

◆【特別レポート】たのしいきもちになれるちいきの居場所

・特別な気負いも先入観もなく「たきち」に触れ、お仕着せの理念や使命感に囚われることなく、自分が感じた楽しさを原動力に、「わたしにできること」で活動の担い手になっていった高校生の、自然体なすばらしいレポート！
若い仲間、新たな担い手をどうやって得ていったらいいか？と悩める大人はぜひ参考にしたいですね。

◆【せかいをみる】西アフリカ・ベナンで生きる 農村で暮らす人たちとともに

・ベナンの女性たちの雇用促進のために、彼女たちの伝統的な仕事を始めることで、抵抗感をなくしつつ事業をスタートするという著者の方の作戦はなるほど、と思った。
また、移住当初は日本がいいと言っていた子どもたちは、2年で現地の言葉を話し、馴染んでいることから、やはり子どもへの適応能力はすごいと感じた。

◆【東京しまじま物語】青ヶ島の巻

・今の人が無縁墓を大切にしてくれることで、この島に生きて暮らす人も、たとえ無縁仏になってもみんなが大事にしてくれるという安心感が得られるだろうと思いました。

◆【いいものみい】つけた！つばさ工房の手作りジャム

・記事を読んだだけで、丁寧な仕事がひしひしと伝わり、優しい味が想像できました。均質化した大量消費の時代だからこそ、人の手で大事に作られた逸品を大事にしたいと思いました。

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 印刷機(1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 山巻毅
編集委員 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)
小池良実(岡さんのいえTOMO)
小淵康博(西武信用金庫)
小林涼帆(明治大学)
野村美奈(武蔵野会 リアソ文京)
山田恵利香(杉並区社会福祉協議会 杉並ボランティアセンター)

TVACの公式ソーシャルメディア



【所長の交代と名誉所長就任のお知らせ】

このたび、8月31日をもちまして山崎 美貴子が東京ボランティア・市民活動センター所長を退任し、9月1日をもちまして東京ボランティア・市民活動センター名誉所長に就任いたしました。

また、9月1日をもちまして東京ボランティア・市民活動センター所長に山巻 毅が就任いたしました。今後とも、東京ボランティア・市民活動センターへの変わらぬご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

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

2025年10月20日発行(通巻No.398)
ISBN 978-4-909393-65-4 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。

社会福祉法人グリーン

住 所 〒227-0033
神奈川県横浜市青葉区鴨志田335-1

お問合せ TEL／045-961-0305
FAX／045-511-7207



WEB



Instagram



Facebook

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.
56



おいしさ凝縮！ 手作りドライ商品



障がいのあるグリーンの利用者さんが育てた農薬不使用の野菜をもっと多くの人に知ってほしい。地域の農家さんから仕入れた規格外野菜や果物のフードロス減らしたい。そんな思いから、利用者さんが様々な野菜や果物をカットして機械で乾かし、そして丁寧に袋に詰め合わせ、一つ一つ手作りでドライ商品へと変身です。フライパン1つで作れるパスタセット、美味しさが凝縮された乾燥野菜やドライフルーツ、中でも一番人気は「横浜ナポリタン」。トマトの甘みが広がる本格パスタが手軽に作れます。また、添加物不使用のドライフルーツは、お子さんにも安心して食べていただける人気商品です。季節限定の「バジル香るトマト」や「トマトとズッキーニ」のパスタも好評！地域で育った野菜を使用したドライ商品は、種類も豊富です。是非一度お試しください。



野菜や果物をカットして並べて、乾燥機に入れます。



乾燥した野菜や果物には砂糖も塩も加えていません。

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。

収穫から袋詰めまで手作業でたいせつにつくる

社会福祉法人グリーンでは、畑で育てた農薬不使用の野菜をドライに加工しています。今回はグリーンの看板商品であるドライパスタ作りについて、施設長の開地久美子さんにお話を伺いました。



利用者さんとズッキーニの収穫の様子。

―農業を始めたいきさつを教えてください。

1972年に始まった「障害児地域訓練会 さくらんぼ会」の保護者が養護学校を卒業したあとの進路として1993年に作業所を立ち上げたのがきっかけです。当時は男性が多く、身体を動かして汗を流して働きたいという利用者の希望から農業になったのではないかと聞いています。まだ農福連携*という言葉がなかった時代でしたが、施設長が保護者と連携して一緒に取り組んでいました。当初から農薬不使用の野菜を作っているのですが、ありがたいことに地域の農家さんから月に1回農作業のアドバイスをいただける機会をいただいています。

現在、お米、小麦、野菜30種類を育てています。野菜はアンテナショップで販売するほかにドライにしたり、地域のお惣菜屋さんに卸したりしています。

―ドライパスタを作り始めたきっかけを教えてください。

無農薬野菜を育てている中で干し野菜研究家の澤井香予さんが、声をかけてくださったことがきっかけです。しかし、当時の施設はドライ野菜を作るための設備が整っていなかったため、一度は諦めましたが、移転を機にリフォームした際に乾燥設備を整え、澤井さんとともにドライ野菜作りを始めました。

パスタのアイディアは澤井さんにいただきました。ある程度数を生産するようになるまでが大変でしたが、今では利用者さんも職員も慣れ、1度に300個程度安定して生産できるようになり、新商品も職員のアイディアで生まれています。

―商品を作る過程で大切にしていることはなんですか。

グリーンでは、野菜のカット、乾燥、袋詰めまで基本的に機械を使わず手作業で行っています。計量は職員が行いますが、最後にシールを貼るのは利用者さんです。このように様々な仕事がある中で、利用者さんの特性を生かしつつ、得意なことを仕事にできたらいいなと思っています。そのために、職員が利用者さんの得意不得意を見極めながら、寄り添うことを大切にしています。

―今後の展望を教えてください。

ドライ商品をご購入いただいたお客さまからは、簡単に調理できて便利という声がある一方、例えば「一人前のパスタが欲しい」などの要望をいただきます。今後は、その要望に応えていきたいです。また、まだ食べられるのに販売できないような野菜を生かして、食品ロスを減らし利用者さんが輝ける場をこれからも作り続けていきたいです。

*障がい者等が農業分野で活躍することを通じて、生きがいや自信を持って社会参画を実現していく取り組み。



日本ナポリタン学会認定商品の「横浜ナポリタン」。災害時やアウトドアにも。



袋詰めは丁寧に手作業で行っています。



中央労働金庫（以下、「当金庫」という）は、誰もが「生きるたのしみ」と「働くよろこび」を享受できる地域社会の創造に向けて、生活者・労働者の視点に立ち、地域の課題解決をめざした新たな自主事業の開発に取り組む市民団体（NPO法人など）を応援しています。

本助成制度のテーマに貢献する事業・活動に取り組んでいる皆さまからの積極的なご応募をお待ちしております。

応募受付期間	2025年10月1日水 ～ 10月31日金 【応募メール必着】	助成年数・金額(上限)	毎年の応募・選考を経て、 最長3年間継続助成します。
助成対象期間	2026年4月1日水 ～ 2027年3月31日水	1年目：50万円／2年目：50万円／3年目：100万円	
助成金額：総額1,500万円(上限)			

- ### 1. 対象事業・活動
- 新たな事業の立ち上げを応援します。既存の事業・活動に新たな視点や切り口・要素や方法を加えたものも含めます。
 - 「生きるたのしみ」という面では、広く“ひと・まち・くらし”づくりに役立つ発想豊かな事業・活動を想定しています。
 - 「働くよろこび」という面では、働く人が直面する、“疾病治療・介護・子育てなどと仕事の両立”“働くことに困難を抱える若者や女性・高齢者の自立就労支援”など、多様な働く場・機会の創出に焦点を当てた事業・活動を想定しています。
 - 特に、公的な補助や支援の対象とならない／なりにくい、自主的かつ先駆的な事業・活動を応援します。

- ### 2. 助成対象となる団体
- 上記1.対象事業・活動に取り組む市民団体で、以下のすべての要件を満たす団体とします。
- 民間の非営利団体で法人格を有すること(NPO法人、一般社団法人など)。
 - 応募時点で上記法人格の取得後、1事業年度経過していること。
 - 主たる事務所の所在地および主な活動の場が、関東エリア1都7県内(茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、山梨)の団体であること。
※上記エリア内で、広域的に活動を行っている団体も歓迎します。
 - 新しい事業を立ち上げるための基礎的な力(代表者責任が明確であり、会計処理が適切に行われていること など)を有していること。
 - 団体の目的や活動内容が特定の政治・宗教に偏っておらず、反社会的な勢力とは一切関わっていないこと。

- ### 応募方法
- ※中央労働金庫ホームページにて、必ず詳細をご確認ください。
- (1)「応募要項・応募用紙・記入の手引き」の入手方法
下記URLまたは二次元コードから、当金庫ホームページ内CSRサイトへアクセスし、ダウンロードしてください。
※助成2年目・助成3年目の応募用紙は、別途対象団体へご案内します。
 - (2)応募用紙の記入にあたって
「記入の手引き」を参考に、パソコン(Word形式)で作成してください。
 - (3)提出書類
 - 応募用紙(Word形式)
 - 最新の事業報告書および決算書類一式
(活動計算書、損益計算書、貸借対照表、財産目録など)
 - 定款(PDF形式など)
 - (4)提出方法
上記(3)提出書類データをメールに添付してご提出ください。
応募書類提出先 E-mail: npo@chuo-rokin.or.jp
※当金庫営業窓口での受付はいたしかねますので、ご注意ください。
※メールデータの受信容量に制限がございます(メール本文と添付ファイルを合わせて10MBが上限です)。
※提出書類のファイルサイズが大きい場合は、下記お問い合わせ先までご相談ください。
- 【ご注意】
ご応募メール受信後、1週間以内に事務局より「受領メール」をお送りいたします。1週間以上経過しても「受領メール」が届かない場合は、ご応募メールが届いていない可能性がございます。その際は、お手数をお掛けしますが、下記お問い合わせ先までご連絡ください。

助成制度の詳細・応募用紙等はこちら

<https://chuo.rokin.com/aboutus/csr/subsidy/application/>

応募書類提出先・お問い合わせ先

中央労働金庫 総合企画部(CSR)担当：川瀬
TEL:03-3293-2048 (平日 9時～17時) E-mail: npo@chuo-rokin.or.jp [2025年9月1日現在]

中央ろうきん

