らしっく

自分らしく、粋なくらし

まちづくり・生涯学習情報誌

2010.12 Vol.28 | 冬芽号

ふゆめ／春になって花を付ける梅も桃も桜も、すでに秋までに芽ができていて、冬には心なしか膨みも感じられます。次の季節に向けて、静かに確実に準備をしています。

●特集「つながる心」 …… P1
●らしっくキャンパス／らしっくコラム …… P4
●プラザ通信 …… P5
●らしっく情報の森 …… P9
●ひろしま八区イベントガイド …… P11

縁 -えん-「つながる心」

リアルな食生活をサポートし食文化を伝えていく●ママの愛デア研究会

市民活動の力を結集 つながりが生む新しいパワー

●ひろしま市民活動ネットワーク HEART to HEART

とことん広島にこだわる映画づくりで広島を元気にしたい!●広島を盛り上げる実行委員会

らしっくキャンパス●NPO法人 広島レスキューサポートバイク赤十字奉仕団

「SB･CBの成功例」●特定非営利活動法人日本タッチ･コミュニケーション協会　宇治木 敏子

縁 ―えん―

「つながる心」

明確な目的がある活動はもちろん、何げないきっかけで始めた活動でも、続けるうちに社会の中での役割やかかわりが広がっていきます。それぞれの活動の中で、伝えられていくものや、つながっていくものを、3つの活動団体を通じて触れてみます。

▲週に一度開催するミーティングでは、いろいろなアイデアを持ち寄ってレシピ開発を行っている

リアルな食生活をサポートし食文化を伝えていく

[ママの愛デア研究会] ☎082-245-9452

http://idea-mam.blogspot.com/　メール:info@mamai.org

朝食抜きに危機感

近年、朝食を食べない子どもの増加が問題になっています。ママの愛デア研究会は、そんな現状を心配した育児中のお母さんたちが、自分たちの手で食育活動を展開するグループです。柱になるのは、朝食を中心としたレシピの開発。定期的にホームページで発表し、新聞の連載コーナーも担当しています。親子料理教室や講演会なども開催し、料理すること・食べることの大切さや楽しさを伝えています。

活発な活動をしていますが、メンバーは料理の専門家ではありません。きっかけは3年ほど前、代表の河副多佳子さんが近所のお母さんたちと子どもたちの食事について交わした会話でした。「子どもに朝食を食べてほしいけど、時間がなくてちゃんとしたものが作れないというお母さんたち。だったら子どもが喜んでくれる簡単なレシピを考えればいいのではないかと思ったんです」。そこで生まれたのが〝5分でできる朝ごはんレシピ〟でした。

大切なのは、何よりきっかけ

コンセプトは、とにかく簡単にできること。そのために、電子レンジは大活躍です。「手抜きだと非難されることもあります。でも、いきなり100点は難しい。〝朝食抜き〟というゼロからのスタートなら、まずは簡単に作って食べること。そして10点、20点と重ねていけばいいと思うのです。とにかくきっかけをつくりたかった」と河副さん。実際に、お母さん方からはママの愛デア研究会の料理教室の参加をきっかけに料理への気負いが減り、楽しくなってちゃんと作るようになったという体験談も多く寄せられます。最初のハードルを低くして、段階的に伝統的な食文化を伝える活動も展開しています。

▶公民館での食育活動。親子で参加する料理教室では、初めて料理を体験する子どもたちの笑顔が印象的だ

お母さんの立場で食を考える

子育て中の母親としての目線は企業にも必要とされています。地場企業とのコラボレーションでできた商品は、家族の健康を考えるお母さんの思いと、忙しくて手間をかけられないお母さんのための工夫がいっぱい詰まった商品になりました。

野菜がたくさん食べられるようにと7種類の野菜を使った漬物や、使いやすいチューブ式の海苔佃煮や味噌など、安心・安全は当然ながら、包装の工夫をしたり、中身を使いやすいサイズにしたり、アイデアが満載です。

今後は、地域や行政との協働も視野に入れています。

◀レシピ案は実際に作って、材料や手順などを調整。キッチンの中でもみんなで議論を重ねてレシピが完成する

市民活動の力を結集 つながりが生む新しいパワー

[ひろしま市民活動ネットワーク HEART to HEART]

☎082-299-5182　http://blog.canpan.info/heart-to-heart/

メール:heart-to-heart@mbr.nifty.com

市民活動をバックアップ

広島には、たくさんの市民活動が存在します。大きなNPOから、近所のボランティアグループ、個人でコツコツ続けている小さな草の根活動まで、規模も目的もさまざま。ひろしま市民活動ネットワーク HEART to HEARTは、それらの市民活動をネットワーク化し、サポートする事業を行っています。単独の活動で大きな成果を生んでいる活動もありますが、横のつながりができることで、さらに可能性が広がっていきます。

また、専門外で方法が分からなかったり、人手が足りなくてうまく運営できなかったりする小さな活動も、事務代行などでサポートしたり、専門家を紹介したりするなど、後方支援をしています。

▶「マイ・エコバッグス・カフェ」のイベントでは、オリジナル絵柄のエコバッグを自分で作ることができる

市民パワーの底上げを

ネットワーク化の強みとして、多彩な登録団体と協力して行うイベントや活動は特定の分野にとどまりません。現在は、打ち水やエコバック製作などの体験イベントや廃食油のリサイクルなどを実施し、〝紙屋町おやこ基地〟と題して月に1度、子連れでゆっくり休憩できるスペースの提供もしています。

人材育成や教育も重要な活動のひとつです。市民活動団体が持つ知識やノウハウを共有する〝ひろしま自遊楽校〟や、若い人材を育てる〝市民活動マインド養成塾〟などを主催し、市民活動の底上げを図っています。

▶夏に開催した「アキバ☆ストリート打ち水大作戦」。猛暑の中、都心のアスファルトで、打ち水の効果を実感する体験になった

自然な人のつながりを目指す

HEART to HEARTはもともと、ある環境団体が運営していた不定期オープンの交流スペースでしたが、3年ほど前に現在の運営陣が引き継ぎました。リニューアルに際し、事務局に人を常駐させ、オープンスペースをカフェとして利用。イベントなどの貸切で使えないとき以外は常時立ち入り自由です(定休日:水曜日)。事務局長の竹内瞳さんは「毎日開けていると、ふらっと人が立ち寄り、自然に人が集ってくるんです。人や情報が集まる場所として機能してきました」と効果を実感。イベントや団体のチラシやパンフレットが設置してあり、フェアトレード商品も置いてあります。

また、毎月1度、ハート・バーという、夜の集まりも開催。誰でも参加でき、食べ物やお酒を囲んでおしゃべりしながら、人と人、活動と活動、人と活動が、自然発生的につながっていきます。

「私たちのような市民活動は、解決しなければいけない問題があるから必要なわけです。市民活動団体がそれぞれ自立し、ネットワークでつながって、楽しいまちづくりができれば、私たちの活動は必要ありません。ですから目標は〝解散〟です」と竹内さん。目指すのは広島を住みよいまちにすることです。

▼「市民活動マインド養成塾」に参加した若者は塾生としてそれぞれ、市民活動団体で実習を体験。理論と実践を学んだ

とことん広島にこだわる映画づくりで広島を元気にしたい！

[広島を盛り上げる実行委員会]

http://earthquake.chicappa.jp/　メール:yaman87@mvc.biglobe.ne.jp

▶まちづくり市民交流プラザ横でも撮影があった。この日の監督兼カメラマンは、看護学校に通う学生だ

映画づくりに最適のまち

広島を盛り上げる実行委員会は、広島で自主映画を製作するグループです。映画を通じて広島の文化を底上げしたいという強い思いが、グループの名称に込められています。代表は広島市生まれの山中富雄さん。2002年に広島に戻るまでは、東京で映画の仕事に従事し、多くのテレビドラマや劇場映画の製作に携わっていました。

「広島は映画製作には最高の土地です。海、山、川が身近にそろい、橋も多い。橋は映画製作する者にとっては、垂ぜんものです。規模は別にすれば都心部も十分に都会的で、その割に人は少ない（笑）。まさに絶好の撮影場所」。とはいえ、映画文化はそんなに活発ではありません。広島を映画のまちにしたいと、自主映画を数本製作。その活動の中で、情熱ある若者の存在やパワーを感じるようになった山中さんは、若者と広島を応援したいと思うようになったと言います。

若者中心の映画製作

2008年、若者を中心にした映画製作のグループ、広島を盛り上げる実行委員会を立ち上げました。市内のバーを貸し切って、クラブのシーンの撮影。エキストラで踊る人は、カメラが回っている間、何時間も踊り続けた

した。若い人の可能性とチャンスを広げ、映画にかかわる機会づくりを提供することと、広島を元気にすることが使命です。

初年度からシリーズ作品を毎年製作し、区民文化センターなどで上映。今年が3作目になります。タイトルは「Hiroshima ピープルズ 大切なもの」。5本のショートムービーのオムニバス形式で、それぞれ独立したチームで製作。人生、恋愛、友情など、さまざまな切り口で「大切なもの」を表現しています。ロケ地はすべて広島。スタッフやキャストも、これから広島を背負う若者たちです。広島の大学の映像関係者や演劇の人も巻き込んで、文化の交流や融合を目指しています。「これまでは自分たちの仲間だけで活動していたけど、この映画で人脈や世界が広がりました。これからもっとおもしろいことができそうな気がします。広島のまちが楽しみになってきました」と言う学生の言葉に、山中さんは活動の意義を感じたそうです。

地域や企業との連携

撮影には、地域の企業やお店にも協力してもらいました。路面電車に特別な飾り付けをしてもらったり、飲食店を丸ごと貸してもらって撮影をしたり、完成までには多くの人の支えがありました。こうしてみんなで作品をつくり上げる中で、地元への愛着や魅力の再発見につながることも期待しています。「映画をつくる立場と見る立場で、それぞれに広島の魅力を感じてほしい」と山中さん自身も、上映会を楽しみにしています。

◀キャストが集って台本を読む「本読み」では、監督の思いを聞きながら、登場人物の気持ちになっていく

広島合同芸術展「Hiroshima ピープルズ 大切なもの」で各種イベントとともに上映されます。
Ⓐ12月5日（日）　広島市青少年センター　13:00
Ⓑ12月11日（土）広島市佐伯区民文化センター　12:30
Ⓒ12月12日（日）　尾道市 絵のまち館　13:00
Ⓐ Ⓑ:当日1000円・前売700円・学割500円（要学生証）
Ⓒ:入場無料
上映会の問い合わせ先:
「うらぶくろ」事務局
☎082-245-1353

らしっくキャンパス

今回のらしっくキャンパスでは、今年7月の庄原市豪雨災害でも現地に救援活動に出動された広島RB赤十字奉仕団に取材に行かせていただき、団員の朝野さんにお話を伺ってきました。

NPO法人 広島レスキューサポートバイク赤十字奉仕団
朝野 千明さん

絆を糧に全国をサポート

NPO法人 広島レスキューサポートバイク（RB）赤十字奉仕団は、もともとバイク愛好家を中心に災害救援支援ボランティア団体として活動されていましたが、1999年6月29日の豪雨災害時に日本赤十字社から救援の要請を受けたことがきっかけで、2000年2月に「赤十字奉仕団のボランティア組織」として新たに発足しました。

現在団員は30名弱で、普段はそれぞれ職に就いておられます。

主な活動としては、バイクの機動性を生かし、通常車では入れない被災地へ物資を運ぶことであり、そのためレスキューサポートバイクという名称が付けられました。しかし、団員の方たちは“被災者の役に立ちたい”という思いだけで活動しているので、「バイクは使わなくてもいい。手段はどんなカタチでもいい。」と、考えておられます。

実際に先日の庄原で起きた、車が水没するなど大変な被害となった災害に出動されたときは、救援に使うための資材をトラックを使って届けるなど、おのおのが広島RB赤十字奉仕団の活動に取り組まれました。

広島RB赤十字奉仕団は、自分たちの活動に特にルールを作っていません。それは“できることをできる時にできる人がやる”ということをモットーにしているからです。そのため、被災地に行ってみると、他の団員がいた！ ということもしばしばだそうです。活動範囲にも限りはなく、全国各地にわたります。こういったフランクな環境の中で、この団体が成り立っているのは、これまでに培ってきた仲間との絆があるからだそうです。

活動をとおして、大変だと感じていることをお聞きすると、「救援に対する地域の方々の考え方が違うこと。“させてもらえる”ことがあまりない場所もある。救援というのは、現場によって違うから、研修では見えてこないことにも臨機応変に対応することが求められる。」とおっしゃっていました。

▲活動の様子

今後のことについて伺うと、「これからこうしていきたい！ というよりは、このままのカタチで続けていけたらベスト。いろいろな人とかかわってもっと視野を広げていきたい。」と話してくださいました。

今回の取材をとおして、たくさんの刺激を受け、元気と勇気を分けていただきました。何事も考えるだけではなく、行動してみる、一歩踏み出してみる。ということが大切だということを実感しました。

取材させていただいた朝野さん、本当にありがとうございました。

レポーター　広島修道大学 新聞部 副部長　升田絢子

第7回 らしっくコラム

こちらのコーナーでは、広島市で活動されている団体・事務局の方に市民活動やボランティアに対する思いをお聞きしています。今年度は、社会的課題を解決するビジネスとして、また、地域における安定的な雇用創出の受け皿として期待される「ソーシャルビジネス（SB）」・「コミュニティビジネス（CB）」についてお聞きしています。

SB・CBの成功例

NPO法人日本タッチ・コミュニケーション協会は「子育て支援の団体」と、認知されている方が多いと思いますが、元々ストレス研究所が前身であり、WHOの健康の定義に基づき「すべての人々の心身の健康増進」を主とした目的として法人化しました。しかし、乳児虐待の増加という社会的課題に対して、「助けて」も言えない赤ちゃんの視点でのケアが急務と考え、そこに重点をおいて活動してきました。

▲活動の様子

現代の社会的背景として、情報化が進み、一瞬一瞬に正確な判断が迫られ、ストレスを溜めずに生きることは困難といわれています。「どのようにしたら、ストレスに負けないで健康に生きられるのか」と考えている人は、たくさんおられます。オムツに始まりオムツに終わるといわれている人生の中で、温かい人の手が必要な乳児、ケアの必要な高齢者、そしてストレスにさらされているすべての人々が私たちのサービスを提供できる方々です。サービス内容は、心身のストレスケアとコミュニケーショントレーニングが一体化した特別なプログラム「タッチ・コミュニケーション®」（以下T・C）です。

現在、各種T・Cプログラムの普及と、その教材「まごころタッチオイル」を商品開発し、高いモチベーションに支えられた社会貢献性と、人に共感を得る事業性を両輪に、SB展開しています。

ソーシャルビジネス55選に選ばれてからは、多くの方にこのシステムを紹介し、個人の課題解決に向かいながら、SBの企画力をつけていただけるよう「ソーシャルビジネスプランナー」養成の事業展開を始めました。

当法人が提案するSBの成功へのポイントは、社会を形成している一個人である私たちの身近な問題を客観的に見つめる心のゆとりを持つことと、安心して話ができる人間関係をつくることです。しかし、そのためには、「個人のストレスケア」が欠かせないということが大前提であると考えます。

宇治木 敏子 うじき としこ
■所属団体・役職　特定非営利活動法人日本タッチ・コミュニケーション協会・理事長
■団体概要　2003年10月特定非営利活動法人日本タッチ・コミュニケーション協会を設立。人を楽にする独自のプログラム『タッチ・コミュニケーション』の普及とその指導者育成を展開。（経済産業省選定ソーシャルビジネス55選受賞）