

らっしゅく

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
らっしゅくキャンパス / らっしゅくコラム	P4
プラザ通信	P5
らっしゅく情報の森	P9
ひろしま八区イベントガイド	P11



縁「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
らっしゅくキャンパス 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



「つながる心」

明確な目的がある活動はむしろ、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、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。メンバーは料理の専門家ではありませんが、きょうかけは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だけです。そこで生まれたのが、5分できる朝ごはんレシピでした。



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。

メンバーには、それまでは忙しくて食事を抜くことも多かったというお母さんがたくさんいます。ママの愛デア研究会のレシピを知って、食育の準備が負担にならなくなったという経験から、同じような思いをするお母さんたちを支えようと、みんなで活動を広めています。

大切なのは、何よりきょうかけ

「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が、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に。そして10点、20点と重ねていけばいいと思います。とにかくきょう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



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。

り、楽しくなると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。

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。地域企業との「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、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。

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、たくさんの方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



「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。

動で大きな成果を生んでいる活動もあり、横のつながりが広がることで、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。

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分野にとどまりません。現在は、打ち水やエコバッグ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、子ども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



夏に開催した、アキバ・ストリート打ち水大作戦。猛暑の中、都心のアウラで打ち水の効果を実感する体験になった。

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。

自然な人のつながりを 目指す

HEART to HEARTは、もとも、ある環境団体が運営していた不定期オープン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

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のです。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



「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。

