

### 食べ物の「いのち」を大切にするために、私たちができること！

レポーター ひろ記者 津森正裕

持続的な発展が求められている昨今、食品ロス削減の取組への関心が高まりをみせている。企業から、包装の傷み、販売期限切れなどの理由で、品質には何も問題がないにもかかわらず市場で流通出来なくなった食品の寄附を受け、点検のうえ、必要とされる人に配給するフードバンク事業。



▲原田代表

安佐北区可部でフードバンク事業を営む社会福祉法人正仁会「あいあいねっと」代表の原田佳子さんに活動の実態を聞いた。

#### フードバンク事業

病院の管理栄養士も務める原田代表が、フードバンク事業に取り組みきっかけは、15年くらい前のある高齢者との出会い。生活改善の一環で食事のアドバイスをを行うも、経済的な理由で食事のコントロールが不可能な高齢者の存在。本人の健康、家族の気苦労はもちろんのこと、国の医療費の増加にもつながり、高齢化が進む社会では放置できないことに気づく。また、参加したフードビジネス視察ツアーでアメリカの都市でのフードバンクの取り組みを目の当たりにして、広島でも同様な仕組みで実践したいと平成18年に活動を開始。

#### パートナーシップ制で運営

食品の提供元であるパートナー企業は、食品メーカー、食品卸・小売り、物流会社等の食品関連企業の約40社。近隣の農家さんからは野菜の提供も受ける。

一方、食品の提供先であるパートナー団体は、作業所、就労支援施設

設などの福祉施設、こども食堂、若者・母子などを支援する団体等で約40団体が登録している。(基本、個人の方への無償提供は行っていないが、令和2年5月より、緊急的に、直接個人への無償提供を行っている。)



▲フードバンク

「管理栄養士業務が縁でつながる人脈が活きている。」と原田代表。

#### 管理システムも構築

食品を取り扱うこともあり、品質管理には注力。食品を点検し、「趣旨を明示したラベル」を貼っている。また、受注、在庫、発送の「管理システム」も導入しており、パートナー企業からの信頼も高い。

#### 地域活性化にも尽力

「助けあい、支えあいで縁結び」を理念として、地域活性化の活動にも積極的に参画している。がん患者サポートリレー活動では食糧品を提供している。

コロナ禍で、問い合わせが増えているが、「フードバンク活動の趣旨を正しく理解していただいて連携したい。」と原田代表。

自然の恵み・食べものへの感謝、生産者の気持ちに思いをはせることなど、日々の無駄のない生活の大切さを再認識した取材でした。

「ひろ記者」とは、市民自らが地域のまちづくり活動やイベントなどを取材し発信していく、広島の市民レポーターです。

▶ <https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/14/7197.html>



## らっしゅくコラム

Rashikoku column

## 在宅での「楽しい」食事を通して食のあり方を見直す

食べるという行為、行動は実に興味深く、不思議な行動だと思います。どうして人によって食べものの好き嫌いがあるのでしょうか。どうして人によって食べるものが異なるのでしょうか。どうして食べ過ぎて太る人もおれば、ほとんど食べずに痩せ細っていく人がいるのでしょうか。

私は大学の教員として40年近くを食行動の研究に費やしてきましたが、興味のつきることはありません。それは一つに、食環境が常に変化し続け、当然のことながら、それにともなって私たちの食べ方、いつ、どこで、何を、どれだけ、どのように食べるかという食行動の諸側面が変化し続けてきたからだだと思います。

1950年代、私が子供の頃のごちそうはカレーと揚げ物でした。その頃は大阪にいましたので、駄菓子屋さんの店先では、たこ焼きや手のひらサイズのお好み焼きなどが5円10円という値段で売られていました。それらを食べても、夕暮れになると、痛いほどの空腹感を感じます。母親の「ご飯よ」という声を待っていたことを思い出します。

大学生の頃は兵庫県西宮市にいました。大学の周辺には下宿生相手の食事処が数多くありました。それらの多くは家族経営の小さな店で、夜の8時、9時には閉まってしまいます。夕飯を食べそびれると朝まで食事はとれません。深夜に、知り合いの下宿生を次々と訪ね歩き、インスタントラーメンを食べさせてもらうということもよくありました。

その後、1970年代に入ると、日本社会は飽食への道を歩み始めます。

いつでも、どこでも、食べたいものを食べられるという「夢」のような食環境が実現しました。やがて時代はバブル経済へむかいます。飽食は「豊」食というよりも「呆」食、「崩」食ともいうべき道を歩み始めました。21世紀に入りますと、2005年に食育基本法が制定され、教育の場で食物に対する態度、感情、食べ方といった食のあり方を教えるということになりました。飽食は「法」食となったといえそうです。

近年ではフードバンク、フードロス、フードデザートなどの社会問題がとりあげられることが増えました。そのような中で、昨年より続くコロナ禍では、遠隔授業、リモートワークも増え、家庭で食事をとる機会が増えていることとおもいます。

これを機会に、食の真の豊かさとは何なのだろうか、と問い直してみてはいかがでしょうか。在宅での「楽しい」食事は、食のあり方を見直すよき機会になるように思います。



#### Profile

広島修道大学 健康科学部 特任教授

今田 純雄

1953年大阪市生まれ。関西学院大学大学院修了。広島修道大学健康科学部教授を経て、2021年より同学部特任教授。専門は心理学(食行動科学)。近著は「食行動の科学」(朝倉書店)。



## 青少年センターへ

### 広島市青少年センター

#### 戦後復興の『高度成長期』青少年の活動拠点建設へ

##### 戦後 20 年バラック住宅が並ぶ本川横に建設

戦後、焼け跡で煉瓦やトタンを拾って作ったバラック住宅が並ぶ中、青少年の活動拠点として建設された当施設。音楽やダンス、演劇、茶道などさまざまな活動の練習と発表する場として利用されてきました。かつて若者だった数多くの著名人も利用しており、吉田拓郎や浜田省吾が加わっていた「広島フォーク村」の活動拠点としても知られています。



▲建設時周辺

#### 平成から令和へ

##### 若者の「あったらいいな」を応援

青少年センターでは、青少年の自主的活動で利用される場合、利用料金はかかりません(ホールを除く)。16 部屋とホールを完備しており、少人数から 100 人前後の会議・研修が可能。その他、無料 Wi-Fi の提供、機材の無料貸し出しを行い、活動を支援しています。

また、近年多様化する個々のニーズに対応するため、音楽室に機材(ドラムやアンプなど)を設置、会議室には鏡を整備するなど、常に利用者の声に耳を傾け若者の「あったらいいな」を応援してきました。その結果、バンドやコスプレで自己表現をしたり、ボードゲームでコミュニケーションを取ったりなど、現在でも若者の活動拠点としてにぎわいを見せています。その利用の仕方は世相を表していると言えるかもしれません。

#### 未来を育てる事業を展開

##### 若者による地域貢献をサポート

地域に貢献しようと青少年自らが企画運営するイベント・行事をサポートしています。例えば昨年度は、劇団員による聞いて感じることが出来る「絵本リーディング」と、キャンプリーダーの大学生による「ピザづくり教室」を公民館で開催。区役所や民間企業などと連携してダンスやバンドで地域のイベントを盛り上げることもあります。

##### 育成・スキルアップ

さらに、育成やスキルアップを目的とした事業を展開。夏休み工作教室からどなたでも参加できるヤングフェスタまで対象は幅広く、新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、オンライン事業もスタートさせました。

- ヤングフェスタ
- ロビー劇場
- アングラ劇場
- 中国ブロック劇王決定戦
- 高校生保育ボランティア
- サンタブプロジェクト
- もぐら Café (オンライン) など



### 若い力を応援! 55周年広島市青少年センター

広島市青少年センターは、1966年に開館した青少年のための社会教育施設。市中心部にある便利さから、小学生から30歳代までの若者たちが集まり、ダンス・音楽・劇など様々な活動の練習や交流の場として利用されています。



#### 55年の歩み

1966年  
(昭和41年)  
1月15日

開館



▲落成式の様子

1967年  
(昭和42年)

利用団体・グループにより広島市青年団体連絡会議(広青連)が発足

1976年  
(昭和51年)

開館10周年記念事業「若人の祭典」開催



▲記念パーティーの様子

1982年  
(昭和57年)

センターの管理運営が(財)広島市青少年健全育成振興協会に委託

1986年  
(昭和61年)

第1回ヤングフェスタ(青年祭)開催

2001年  
(平成13年)

センターホームページ開設  
第1回ロビー劇場開催



▲第1回目の様子

2002年  
(平成14年)

保育ボランティア、サンタブプロジェクト開始

2006年  
(平成18年)

センターの管理運営が(財)広島市ひと・まちネットワーク(現在の(公財)広島市文化財団)に委託

2016年  
(平成28年)

開館50周年記念式典開催



▲記念ライブの様子

#### information

##### 公益財団法人広島市文化財団広島市青少年センター

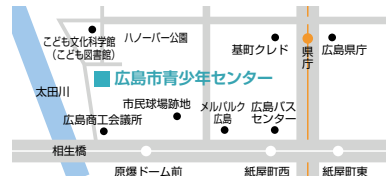
〒730-0011 広島県広島市中区基町5番61号  
TEL: 082-228-0447 FAX: 082-228-7074

開館時間: 9:00~21:00

休館日: 火・祝日の翌日・12月28日~1月3日

#### アクセス

- 広島電鉄「原爆ドーム前」下車徒歩3分
- 市内バス「広島バスセンター」下車徒歩10分



#### 公式LINE



#### 公式Facebook



#### 公式Twitter



さまざまな分野の達人たちが登録しているまちづくりボランティア人材バンク。  
地域活動やまちづくりのお手伝いに、  
今日も、あなたのまちを達人たちがおうかがいしています。

広島市防災士ネットワーク代表世話人  
一般社団法人防災減災支援協会代表理事

やなぎさこちょうそう  
柳迫 長三さん

## 住民の防災意識や災害時の行動力を高めることを目指し、 日常生活に溶け込んだ防災活動に取り組む

かつて消防署に勤務していた経験を活かし、退職後に防災士の資格を取得し、同じ志と資格を持つ仲間6人と平成27年1月に「広島市防災士ネットワーク」を立ち上げた柳迫長三さん。

市民による自主防災組織の日常的な活動支援と、災害発生時の柔軟かつ迅速な救助・救援等、相互支援と協力体制の確立を目指して活動しています。

平成28年に人材バンクに登録。「人材バンクに登録し、さまざまな場所へ呼んでいただくことで、日頃から行う防災活動を知ってもらい、災害が起きた時に住民の皆さんが自分たちで活動する力をつけてもらうのが狙いです」。

平成26年8月に広島市安佐北区・安佐南区で大きな被害が出た豪雨災害で、自然災害から命を守るには、防災士が地元自主防災会とともに、住民と一緒に日々の生活の中に入った防災活動をしないと、住民の防災意識や災害時の行動力は高まらなると実感したそうです。

「実際に自分たちの周りで災害が起きた時、何をすべきか、いかに行動するべきか。日頃から考えておかないと、いざという時には動けない。そのために必要な事をまとめる事から始めました」と柳迫さん。平成30年7月の豪雨災害時は、被災地を歩き、被災者の声を集めた「平成30年7月豪雨災害体験談集」を発行しました。実際に現地を歩いたからこそ分かる、避難所の開設やボランティア活動の



▲「高陽絆まつり」の防災イベントに集まった広島市防災士ネットワークの皆さん

運営方法、復旧・復興するために必要な生の声が記載されています。それを基に、弁護士や専門家による対策をまとめ、近年増加する自然災害へ備えた研修会を、その地域に合わせた形で開いています。他にも、防災まち歩きの実施や、防災マップの作成指導、地域の防災訓練、イベント等での防災工作テントの実演など、さまざまな活動を行っています。平成30年7月の豪雨災害以後、柳迫さんたちの活動は広島市以外の近隣の市町にも広がり、会員も130人へ大幅に増加。令和2年には、自主防災組織などの住民組織だけでなく、事業所や学校など昼間多くの人が集まる場所での防災・減災活動も重要だと考え「一般社団法人ひろしま防災減災支援協会」を設立し活動の幅を広げています。

「防災組織は、まだまだ新しい組織です。私たちの後ろには、被災者が待っています。一度に解決できない事案も多く、行政側とも粘り強く話を積み重ねていかないといけない。そのためにも、住民一人一人に、防災や減災は自分の生活全てに係わる事として少しでも意識してもらえればいいですね」と熱い思いを語ってくれました。過疎化、高齢化、少子化が進む中、地域のコミュニティーで取り組む防災減災活動は今後ますます重要になると確信しました。



▲柳迫長三さん



▲防災講演会の講師を務める柳迫さん



▲防災イベントの様子（平成29年8月）

### まちづくりボランティア人材バンク達人を紹介してもらうには・・・

まちづくりボランティア人材バンクは「自分の知識や技術を生かしてボランティア活動をしたい」達人と「ボランティアで来てほしい、教えてほしい」団体・グループをつなげるシステムです。

現在150名余りの達人が180件を超えるボランティア活動で登録しています。年間140件程度の達人紹介の申込みがあり、日程や活動内容等の条件が整った約120件が活動につながっています。

地域活動や手作りイベントなど市民の皆さんが活動する中で、「お願い！達人」という時は、お気軽にご相談ください。

#### 1. 人材バンク紹介申込書の作成

どういう団体・グループか、いつ、どこで、誰を対象に、何を  
する行事なのか、希望する達人を所定の申込書へ記入します。

決まっていない項目は空欄のままで大丈夫です。  
※紹介申込書は、人材バンク登録内容リストや当プラザHP、ひろしま情報a-netから入手できます。  
※申込書の作成が難しい場合はご相談ください。

#### 2. 合人社ウェンディひと・まちプラザへ申込み

当プラザへ、FAX、Eメール、郵送、窓口へ持参のいずれかで申込書を提出します。初めて申し込まれた団体や詳しいことを確認したい時には、当プラザより連絡をさせていただきますこと  
があります。

#### 3. 当プラザから達人へ連絡・調整

紹介申込書の提出後、希望する達人へ当プラザから打診の連絡をし、紹介の可否を確認します。（連絡・調整には、1週間程度かかります。）

#### 4. 申込団体へ達人の連絡先をお知らせ

達人紹介の内諾が得られたら、達人の連絡先をお知らせします。達人との直接のやり取りのスタートです。速やかに正式な依頼の連絡を取りましょう。

#### 5. 活動・イベント等の準備と実施

実施に向けて、達人との十分な打合せを行いましょう。しっかり相談すれば、お互いに良いアイデアが生まれます。いよいよ、活動・イベントの実施です。

#### 6. 活動報告アンケートのお願い

活動終了後、当プラザよりアンケートをお送りします。実施結果や感想、写真、配布資料等を報告してください。その後の紹介に大変役立ちますので、ご協力をお願いします。

オカリナの演奏・指導 ささき や え  
佐々木 八重さん

## オカリナの素朴でやさしい音色にのせて伝える 言葉を超えたメッセージ

平成10年に、小さな喫茶店で開かれたコンサート会場に足を運び、そこで初めて耳にしたオカリナの生の音色に、ホッと心安らぐ思いになった佐々木さん。その後すぐにオカリナを購入し、吹き始めました。▲さまざまな種類があるオカリナ  
エリザベト音楽大学でオーボエを専攻していた佐々木さんにとって、オカリナの演奏はとても親しみやすいものだったそうです。ほどなくして某所からのオカリナ教室講師依頼の話を受け、教室をスタートさせました。

それから20数年、広島市内の公民館をはじめ、クレドビル教室、楽々園教室、三川町教室など全12教室で指導、また一方ではオカリナユニット「Liriko」「をかし」を組み、自主コンサート、各会場主催事業やイベントスペースでの演奏など指導者、演奏者として、幅広く演奏活動を行っています。

活動のひとつとして行っている、単独での特別養護老人ホームなどの施設訪問演奏では、入所されている方々とのふれあいの中で、「音楽には言葉を超えた不思議な力があり、初めて会った人でもすぐに心が打ち解けて、その場を共有しながら自然と笑顔が生まれ、時には温かい涙さえ流れる。皆さんと



▲東区民文化センターで行われた「アンサンブルをかしオカリナコンサートVol.4」（令和元年7月）



▲さまざまな種類があるオカリナ

一緒に楽しみたい、懐かしみたい、歌いたい。微力ながら今の私に何かお役に立てる事はないかしら、もっと沢山の出会いの場を」と人材バンクでの活動も大切に、敬老会や女性会など

で演奏をしています。

また毎年12月に、1年の集大成として12教室の生徒全員参加の「オカリナ交歓会」を開催しています。日頃の成果が発揮できる機会に生徒さんたちの意気込みもひとしおだそうで、佐々木さんは「どんな短い曲でも一つ一つの音を大切にし、そこに必ず何かをイメージし、その自分の思いが少しでも聴いてくださる方に届くといいな、という願いを込めて私は吹いています」と、いつも生徒さんに話しているそうです。

平素の教室では、生徒さんが「今日も来て良かった、楽しかった」とほっこり豊かで幸せな気持ちになって帰って頂けたらという願いで、「難しい宿題も出すことなく、のんびりやってるんですよ」と優しく語る佐々木さん。

令和3年2月には、この前代未聞の厳しいコロナ禍、この時期ならではのさまざまな思いを曲にして残しておきたい。沢山の方に聴いてもらったり、吹いてもらったりして前向きに歩んでいきたい、という思いを共有できれば嬉しいと、自作のオカリナ曲を収録したCD付きテキスト「オカリナがうたうそよ風のハミング」を出版しました。

誰でも手軽に簡単に吹ける、それでいて癒し効果抜群のオカリナは、この時期に求められるやさしい音色に違いありません。



▲佐々木八重さん



▲二葉公民館で行われた「ふたばラウンジコンサート」（令和2年10月）



▲CD付きテキスト「オカリナがうたうそよ風のハミング」

### こんな時・こんな場面で、人材バンク登録者が活躍！ まずは、お気軽にご相談ください。

ケース1 アパート在住の高齢者対象に楽しめたい自治会のお楽しみ会でのミニコンサート。コロナ禍の状況下で実施するため、楽器の演奏を静かに聴く内容を検討し、それが可能なボランティア登録者の紹介を依頼した。

オルゴールのような素敵な音色がどんな風に奏でるのか興味深く、説明に身を乗り出して聞いていた。世代に合った曲を選んで演奏していただき、身体をゆらしてリズムをとったり、マスクの中でハミングしたり、静かにルールを守って聴くことができ、楽しい時間を過ごす事ができた。

ケース2 講演会を通じて「生きがい」や「生きる楽しみ」について共有したい

社会福祉協議会、自治会、町内会、特別養護老人ホーム利用者とそのご家族が対象の講演会。100歳以上を生きるには「生きがい」やその人なりの「生きる楽しみ」が重要な役割

を果たすものと思われるため、人生100歳時代の生き方を探ることを目的に開催した。「ゆっくり考える時間になりました。」「生きる力をいただきました。」と好評で、新型コロナウイルス感染症予防対策を行った上で実施することができた。

ケース3 働く意義、人生に希望を持つことの大切さ等を学ぶ「職場体験学習」

中学2年生を対象に実施している「職場体験学習」。新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、例年の職場体験学習は実施できなくなった。そこで、代わりに講演会を企画しボランティア登録者の紹介を依頼した。

心温まるお話をいただいた後、生徒は自らが抱えている思いを感想に記入し、悩んでいたことに対してすっきりした生徒がいた。自分らしく生きるためにできることについて、考える機会となった。

ケース4 県営住宅の集会所で行っている百歳体操でお楽しみイベントを開催

毎週火曜日に百歳体操を実施。毎月最終週にお楽しみイ

ベントを企画しており、ボランティア登録者の紹介を依頼した。参加者の感想より、椅子の座ってできるイスヨガを教えたことで、登録者のお話にユーモアがあり足つぽの話など普段あまり聞けない話を聞くことができ、体験もできてよかったので、次年度のお楽しみイベント開催時にも来ていただきたいと思っている。

ケース5 認知症カフェを開催し、楽しく笑って過ごせる居場所づくり

認知症の方とそのご家族、地域の方、介護専門職が楽しく笑って過ごせる居場所づくりに努めている。簡単な手作り工作を楽しめたらボランティア登録者の紹介を依頼した。登録者は大変気さくな方で、時折冗談を交えながら会話をしていた。登録者が描いた絵手紙に参加者が釘付けになり、大変好評だった。参加者は、作品を喜んで持ち帰ることができ、楽しい時間を過ごせた。

フラダンスとハワイアン音楽演奏 <sup>うえにし ち か こ</sup> 上西 千加子さん・<sup>うえにし しん じ</sup> 上西 津二さん

## ハワイアン音楽とフラダンスに惹かれ 夫妻で「ハワイアン・スピリット」を伝える

学生時代にハワイアン音楽に惹かれ、その後60年以上も趣味としてハワイアンバンドを組み演奏している上西津二さん。津二さんはウクレレの指導、妻の千加子さんは、フラダンス教室の講師として、夫妻で活動しています。

「大学時代、偶然耳にしたハワイアン音楽に夢中になって、友人とサークル「広島大学ブルーコーラル・ハワイアンズ」を結成し、ギターやウクレレ、そして現在はスティール・ギターも弾くようになったんです」と津二さん。卒業して就職後も、趣味として音楽活動を続け、定年後は本格的にバンド「上西しんじ&カルア・サウンズ」を結成し、平成12年に人材バンクに登録しました。

千加子さんは、津二さんと結婚するまでは日本舞踊やバレエを習っていたそうですが、結婚後は津二さんがハワイアン音楽をやっていたこともあり、フラダンスにチャレンジ。広島市内の教室に通った後、ハワイに留学。現在まで20年以上にわたってハワイで最大のフラのコンペティション「メリーモナーク」の審査員を務めるフラダンスの伝道師でミュージシャンでもあるエンズレイ・ハレマヌ先生に師事。コロナ禍になるまでは、年2〜3回、津二さんとハワイを訪れ定期的にフラダンスやハワイアン音楽を学び、現地のフラダンサーやミュージシャンとの交流で得た



▲スタジオ創立20周年記念ハワイツアー  
エンズレイ・ハレマヌさんを囲んで(令和元年9月)

ものを、自らが開く教室で生徒さんたちに伝えてきました。「フラダンスは、時間が止まったような感覚を覚える、ゆったりとしたメロディをバックに踊り、エレガントさや、

日々の慌ただしさを忘れて癒される、それが大きな魅力です」と千加子さん。

現在は、津二さんとともに人材バンクに



▲上西津二さん・上西千加子さん

登録しボランティア活動を本格化。施設を訪問したり、公民館などで教室を開催する他、カルチャー教室での講師、さらには津二さんたちと一緒にフラワーフェスティバル等、多くのイベントやステージにも出演。これからも、要望があれば夫妻で施設への訪問等ができればと考えているそうです。

「ここ2年近くは、新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあって、ハワイに行っていません。落ち着けば、またハワイに行って現地の風を感じて持ち帰り、フラダンスやウクレレ教室の生徒さんはもちろん、いろいろな方々に披露する場で伝えていきたいですね」。

来る人を拒まない、誰でも優しく温かく迎えてくれる「ハワイアン・スピリット」すなわち「アロハの心」に惹かれた上西さんご夫妻。これからも癒しの音楽とダンスを伝えていこうとするその姿に、温もりを感じました。



▲「上西しんじ&カルア・サウンズ」と千加子さん



▲ハワイアンバンド  
「上西しんじ&カルア・サウンズ」

### まちづくりボランティア人材バンク発表会

当プラザは、市民グループなどからのご要望により、ボランティアの紹介・あっせんをしています。仕事や趣味などで得た知識・技術などを生かし、ボランティアとして、助言・実技指導などを行う方々が「まちづくりボランティア人材バンク」に数多く登録されています。毎月第4土曜日に、登録者の皆さんにご出演いただいています。

●日時/8月28日(土)、9月25日(土)、10月23日(土)

毎月第4土曜日 午後2時〜3時半

※時間は変更になる場合がございます。

●場所/北棟6階マルチメディアスタジオ(無料:要事前申込)

【お願い】新型コロナウイルス感染症予防等について、開催予定の催しなどが中止となる可能性があります。詳しい開催状況は、当プラザ HP やチラシ等でご案内いたしますのでご確認ください。

※当バンクは、政治、宗教、営利目的の活動での利用はできません。

※達人紹介は、団体・グループからの単発な活動に限ります。個人活動や長期継続活動への紹介はできません。

※達人は、実費弁償ボランティアとして活動します。交通費、資料代、材料費等の実費は、申込団体に負担いただきます。

ボランティア紹介・登録などのお申込・お問い合わせは…

合人社ウエンディひと・まちプラザ

☎(082)545-3911 FAX(082)545-3838