

2020年3月31日

新宿区長 宛て

団体名 みんなのリビング
 所在地 新宿区西落合2-8-26
 (フリガナ) サトウ マサアキ
 代表者氏名 佐藤 雅明

新宿区協働推進基金助成金事業実績報告書

新宿区協働推進基金条例施行規則第12条の規定により、下記のとおり報告します。

記

1 収支計算額	収入	730,510 円
	(内助成金)	500,000 円
	支出	730,510 円

2 助成事業

事業名	～どんな人にも居場所をつくる～ 支えあいの輪を育むコミュニティづくり事業
実施の日時又は期間	2019年6月1日～2020年3月31日
対象者の範囲及び人数	①多世代・多様な人が集う居場所カフェ(10回) 79名 ②活動者のための勉強会(4回) 44名
事業内容	<p>独居高齢者や、障害や経済面などの困難を持つ、地域の中で孤立しがちな人たちが、地域に暮らす様々な人と継続的なつながりを作ることができる、居場所となるようなコミュニティカフェを開催する。</p> <p>また、みんなのリビングや地域の様々な団体等で活躍する、様々な専門性を持つ活動者たちが、現場での活動に活かせる能力を身につけられるような勉強会を開催し、参加者がそれぞれの活動の中でよりよい居場所を作れるようにする。</p>
具体的な活動状況	<p>ア イベントの開催</p> <p>① 多世代・多様な人が集う居場所カフェ</p> <p>計画どおり、月1回の定期開催を実施した。いずれの日程も11:00～16:00に開催し、ランチあるいはレクを含むいずれの時間でも出入り可能とし、10回で79名の方が参加した。</p> <p>6月30日(日) 参加人数 6名 ランチおよびレク「梅シロップづくり」</p> <p>7月21日(日) 参加人数 16名 ランチおよびレク「カラフル習字」</p> <p>8月18日(日) 参加人数 7名 ランチおよびレク「アイスクリンづくり」</p> <p>9月22日(日) 参加人数 10名 ランチおよびレク「防災クッキング」</p> <p>10月27日(日) 参加人数 13名</p>

ランチおよびレク「箸作りワークショップ」

11月24日(日) 参加人数 10名

ランチおよびレク「お絵かきバッグづくり」

12月22日(日) 参加人数 6名

ランチおよびレク「しめ縄づくり」

1月26日(日) 参加人数 4名

ランチおよびレク「BOOKレビュー会」

2月23日(日) 参加人数 3名

ランチのみ (※新型コロナウイルス感染拡大防止のため)

3月22日(日) 参加人数 4名

ランチのみ (※新型コロナウイルス感染拡大防止のため)

なお、2月3月の居場所カフェ開催にあたり、新型コロナウイルス感染拡大防止のため参加者全員にこまめに消毒を行うとともに、十分に換気を行ったうえで実施。

② 活動者のための勉強会「多様な価値観と対話の勉強会」

A対話の技法を学ぶ回と、B価値観の多様性や豊かさの考え方を学ぶ回の2種類に分けて計画していたが、事業化を検討する中で、AとBを区分けすることなく、価値観の多様性や豊かさの考え方につながる話題提供をいただき、社会活動を行う参加者が学びたいことをテーマに選び実施した。また、今年度活動する中で多くのニーズが寄せられるようになったため、本助成事業とは別に、制度の狭間で支援を受けづらく困難な状況に陥っている方に対するアウトリーチ型生活支援事業を開始することとした。緊急性が高く優先的にリソースを割く必要性もあったため、この勉強会の事業は当初の予定回数(10回)から回数を6回に絞り実施した(新型コロナウイルス感染拡大防止のためうち2回(2月、3月)は中止)。しかしAとBを統合した形で各回でより内容の濃い勉強会となるように企画した。

8月4日(日) 参加人数 10名

「オープンダイアログ」

～フィンランド発オープンダイアログを体感する

講師：北麻希子氏(精神科医)

11月9日(土) 参加人数 13名

「持続可能なまちの商いのあり方」

～らしさを残す温故知新のコワーキング&カフェの運営の実際

講師：永瀬賢三氏(おとなりstand&works)

12月28日(土) 参加人数 13名

「気候変動と自然エネルギー」

～脱「大量消費・大量廃棄」ほんとうの豊かさとは?

講師：吉田明子氏(国際環境NGO FoE Japan)

1月19日(日) 参加人数 8名

「薬物依存者や罪を犯した人と「地域」

講師：細川慎一氏(NPO法人Hatch)

イ 広報活動

本事業に関するチラシおよびホームページの作成を予定していたが、カフェの運営及び勉強会などの実質的な活動を優先し、また集客や仲間集めへの労力対効果を考慮し、周知に関してはメールやSNSでの連絡を主とし、今後の活動に向けた仲間集め、事業の実績報

	<p>告を目的としたカラーリーフレットの作成へとシフトし、実施した。</p>
<p>事業の成果</p>	<p>【居場所カフェ】</p> <p><u>成果1) より幅広い世代の参加による場の賑わいと充実</u></p> <p>・今年度は、更に20代～90代までが参加した機会となった。医療福祉系の専門学校に通う学生が参加したことで、高齢者にとっては、若者がいるだけでも活気づいた。学生にとっては、実習とは異なり、地域の中のゆるやかな繋がりの中で運営されている居場所カフェにはじめてくる機会となり、「高齢者施設などの用意された環境と違い、より自然な関係性の中で過ごす高齢者と触れ合う機会になるなど、貴重な学びに繋がった」との声があった。</p> <p><u>成果2) レクの充実により、初参加者の動機に繋がった</u></p> <p>・お箸づくりWSなど、多様なレクを企画したことで「やってみたい！」という気持ちのスイッチが入ったとの意見をいただくなど、初めて参加する独居高齢者の参加を促すことが出来た。初回以降も、継続的な参加希望があったことから、初めての方にとっては「魅力的な企画」があることは、最初の一步が踏み出しやすくなると実感した。</p> <p><u>成果3) 何気ない会話から生まれる相談と気持ちの解放</u></p> <p>・相談しようとして相談するのではなく、気心が知れてきて相談すると肩の力が抜け、本音も出やすい。地域のコミュニティカフェならではの自然な会話の中から、90代に差し掛かる参加者の認知機能、身体機能の低下への気付きが得られ、そこからささやかな支え合いの形に発展するなどの事例が生まれた。</p> <p><u>成果4) ご近所同士で「得意分野のわかちあい」による活動の充実=ご近所を楽しむささえあいの輪</u></p> <p>・居場所カフェの場面でも、何気ない会話から参加者の得意分野を知り、その参加者が次回のレクの講師になるなど、「得意をみんなで楽しむ」体験を分かち合うことが出来た。高齢者=支援される側というだけでなく、役割を持つことで自信を取り戻し、喜びの循環が生まれた。</p> <p>【活動者のための勉強会】</p> <p><u>成果1) この勉強会ならではの参加者が集まった！</u></p> <p>・専門職だけではなく、多種多様な人が参加する機会となり、お互いから学び合う時間となり、参加者満足度も90%以上と高かった。講師の方が一方的に話すのではなく、参加者一人ひとりからも学びあう双方向性のある時間を作ったことで、参加者が日頃の活動をふりかえるきっかけとなり、対人援助職を担う人にとっても好評だった。</p> <p><u>成果2) あらゆる場面で必要な「対話をしていく大切さ」が伝わった実感。</u></p> <p>自身では賛同しがたい考え方に対し、「否定するのではなく受け止め尊重することの大切さを学べたので、このような勉強会に参加でき</p>

たことがありがたい」といった意見も多く寄せられたことから、参加した活動者たちが、学びや成長を得ていたという感触を持てた。

一般事業収支決算書

		費 目	決算額	内 訳
支 出 区 分	事 業 費	① 使用料及び賃借料	87,000 円	・カフェ会場利用料 45,000 円 ・勉強会会場利用料 27,000 円 ・運営会議会場利用料 15,000 円
		② 印刷製本費	19,371 円	事業報告リーフレット 19,371 円
		③ 消耗品費	47,337 円	ティッシュ類等 6,783 円 文房具等 18,262 円 レク材料費 14,444 円 インク代 7,848 円
		④ 委託費	75,600 円	事業報告リーフレット企画デザイン料 75,600 円
		⑤ 講師謝礼	120,000 円	カフェレク講師 5,000 円×8 回 40,000 円 勉強会講師 20,000 円×4 回 80,000 円
		⑥ その他謝礼	26,000 円	カフェボランティア謝礼 1,000×20 名 20,000 円 勉強会ボランティア謝礼 1,000×6 名 6,000 円
		⑦ 交通費	26,208 円	アドバイザー交通費 864 円×12 回+880×18 回 26,208 円
		⑧ 保険料	900 円	行事保険料 30 円×15 名×2 回分 900 円
		⑨ その他諸経費	0 円	
		⑩ 人件費	100,604 円	(団体構成員分)1,050×2 時間×50 日 105,000 105,000 のうち 4,396 円は助成対象外経費へ
		事業費 (①から⑩の合計)	503,020 円	
		⑪ ファンドレイジングに関する経費	0 円	335,000 円 (千円切り捨て) 500,000-335,000=165,000 円
		⑫ 助成対象経費 (事業費+⑪)	503,020 円	
		余剰金 (A)	165,000 円	助成交付金額 500,000 円 - (503,020 円×2/3=335,346 円) =165,000 ※千円未満切捨て
		⑬ 助成対象外経費	62,490 円	消耗品対象外分 11,771 円 人件費 4,396 円(助成対象外分) カフェ・勉強会食材費 46,323 円
		事業総額	730,510 円	
収 入 区 分	内 容		決算額	内 訳
	⑦	事業収入 (参加費、資料代等)	107,500 円	カフェ参加費 64,500 円 勉強会参加費 43,000 円
	⑧	寄附金	123,000 円	
	⑨	補助金収入	円	
	⑩	協働推進基金助成金交付額	500,000 円	
	⑪	団体負担金	10 円	
		収入総額	730,510 円	

余 剰 金 (B)	0 円
-------------	-----

返 還 金	165,000 円
-------	-----------

一般事業自己評価表

※事業実施における成果や実施にあたっての課題を記載してください。

評価のポイント	自己評価
<p>事業計画及びスケジュールに沿って事業を実施できたか。</p>	<p>①多世代・多様な人が集う居場所カフェ</p> <ul style="list-style-type: none"> 参加者の年齢層も 20～90 代と幅広く、独居高齢者や精神疾患を持っている方、社会復帰の途上にある方なども含め、地域の様々な方が参加され、予定通りの月 1 回のペースでほぼ計画通りに実施できた。 <p>②活動者のための勉強会</p> <ul style="list-style-type: none"> A対話の技法を学ぶ回と、B 価値観の多様性や豊かさの考え方を学ぶ回の 2 種類に分けて計画していたが、事業化を検討する中で、AとBを区別することなく、価値観の多様性や豊かさの考え方につながる話題提供をいただき、社会活動を行う参加者が学びたいことをテーマに選び実施した。 また、今年度活動する中で多くのニーズが寄せられるようになったため、本助成事業とは別に、制度の狭間で支援を受けづらく困難な状況に陥っている方に対するアウトリーチ型生活支援事業を開始することとした。緊急性が高く優先的にリソースを割く必要性もあったため、この勉強会の事業は当初の予定回数（10 回）から回数を 6 回に絞り実施した（新型コロナウイルス感染拡大防止のためうち 2 回（2 月、3 月）は中止）。しかし A と B を統合した形で各回でより内容の濃い勉強会となるように企画した。 <p>③広報活動</p> <ul style="list-style-type: none"> 本事業に関するチラシおよびホームページの作成を予定していたが、カフェの運営及び勉強会などの実質的な活動を優先し、また集客や仲間集めへの労力対効果を考慮し、周知に関してはメールや SNS での連絡を主とし、今後の活動に向けた仲間集め、事業の実績報告を目的としたカラーリーフレットの作成へとシフトし、実施した。
<p>実施にあたって、必要な人員体制がとられたか。安全確保がなされたか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> イベント実施当日のボランティア等については、計画より少ない日もあったが、回毎の参加者数に応じて、人によっては運営側として協力していただいたり、純粋に参加を楽しんでいただいたりなどを柔軟に調整することで、運営に十分な人員は確保でき

	<p>た。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・居場所カフェの開催においては、食事もする場として、安全管理や火災予防も心がけた。 ・企画準備やその調整、広報活動などを支える「裏方実務者」は当初計画していたメンバーの中でも、想定通りに協力できない人も発生し、不足感が否めなかった。今後、こういった活動の基盤だが目には見えづらい実務をどのように分担していくと活動が回るのかを再度検討していくとともに、本事業の実績報告の為に作成したカラーリーフレットなども活用していきたい。
<p>事業を通じて、多くの区民の社会貢献活動の啓発に役立つものとなったか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・居場所カフェには、近隣での高齢者サロン、子育てサロン、子ども食堂の運営者なども参加、見学に来てくださり、情報交換したり、コラボして企画したりすることを通じて、社会貢献活動の広がりにつながったと考える。 ・社会貢献活動の啓発は、広報活動や呼びかけだけでは簡単には広がらないが、居場所カフェや勉強会を通じて時間を共にする中で、じゃあ私もやってみようかな、と企画協力者になってくれるなど、共通体験をする中で、自然と気持ちが引き出されていくことを感じた。
<p>地域課題や社会的課題に対してどのような成果や効果があったか。今後、見込まれる効果はどのようなものか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・地域でのつながりが薄くなりがちである、という地域課題に対して、若年層と長く地域に暮らしている人との間での相互理解が不足しがちであることが要因であるとして取り組んできた。居場所カフェにおいては、多様な世代が同じ目線で何かを作る、ともに食事をする、などの体験を通じて、相互理解につながったり、お互いにささやかな支え合いを生む結果につながっており、自然な営みの中でつながりが生まれやすいことを確認した。また、活動者のための勉強会においては、「自分の意見や考えを聞いてもらう機会は日常にあるようでない。人はみなそういうのを求めているのではないか」「さまざまな立場の人が、力のあるないにかかわらず声をあげられる場づくりが重要で、立場の異なる人の声を、賛同できなくとも尊重する、このような対話の場をありがたく思った」などの感想をいただき、世代間だけでなく、様々な価値観の違い、立場の違いがある中

	<p>で、「対話」による相互理解の有効性に対する気づきが参加する人の中で得られていたことが感想からも窺えた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・勉強会の参加者がそれぞれに学びを持ち帰り、今後も対話的な居場所づくりを続けていただくことで、地域の中で温かい関係性が生まれるようなつながりがより広がっていくことが期待できると考えている。
<p>団体の先駆性や専門性を活かすことができたか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・居場所づくり、コミュニティづくりの活動の中で、「対話」的な人と人の関係性に注目して取り組みを行っている事例はまだあまり多くなく、運営者、または勉強会の講師などによる「対話」のスキルを活かすことができたと感じている。
<p>経費見積りは適正だったか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・必要な消耗品などについては、計画時に想定していたほど使わないものがあつた一方で、想定外に必要なものも発生しており、計画時により正確に見積ることが大切だと感じた。
<p>(今回の事業を次年度以降も継続していく場合) 継続性や発展性が期待できるものとなったか。資金確保に努めたか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・新型コロナウイルス感染拡大に伴って社会のあり方や常識が現在進行系で急激に変化しつつあると思われるが、今年度実施した居場所カフェや活動者のための勉強会も、そのあり方は変わるかもしれないが、当団体として目指す社会を実現していく手段として、継続予定である。自然な営みの中で、ささやかな支え合いから始まる人と人のつながりが生まれ、そしてそれが対話的な関係性の中で豊かな暮らしが得られるということを今年度の事業の中でも確認することができた。今回生まれたつながりもうまく活かしながら、次年度以降もみんなで活動を形作っていくことができると考えている。
<p>事業の実施にあたって、課題や問題点はあったか。どのような対策が考えられるか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・代表者も含め、別に仕事をしながらの活動であることから、当初想定していたほどの活動時間を割くことが難しいメンバーもいた。それぞれのメンバーの仕事、家族などの状況も変化していく中で、負担を1人に集中させるのではなく、少しずつ、多くの人の協力が得られるような体制が必要だと感じている。そのためにも、私たちの活動に対する思いや、実際の取組みをさらに多くの人に知っていただき、共感する人には仲間になってもらえるように、今後も働きかけていきたい。そのためにも、今回の事業において作成した、

	活動実績のカラーリーフレットを活用していきたい。
--	--------------------------

5 その他

*参加者アンケートの結果を報告してください。

*事業の成果物(冊子等)、事業の開催時の写真等提出できるものがある場合は、添付してください。

☘ コミュニティカフェのアンケート結果

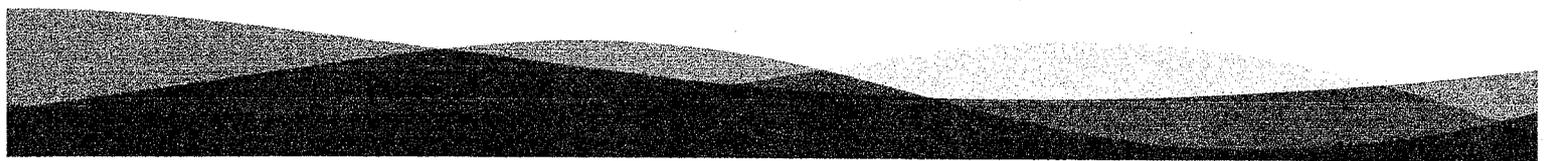
有効回答数：52 (総参加者 79人)	満足した	まあまあ満足	どちらでもない	やや不満	不満
全体について	46	6	0	0	0
ランチについて (有効回答 33)	28	5	0	0	0
レクについて (有効回答 29)	27	2	0	0	0

▼参加者の感想

- ✓ 毎回、運営者の人と会えるのが楽しい。居心地がいい。お昼ごはんも手作りかつ健康的で彩りがよいご飯でわくわくする。
- ✓ お昼ご飯を食べる…、だけではなく、ごまをすったり、葉物野菜をちぎったりする…、など小さなお役にたてるのが楽しい。みんなでわいわい作れる時間があると、会話も盛り上がるし、より美味しく感じる。
- ✓ 季節ごとに、その季節ならではの…、の素朴な家庭料理が嬉しい。ここのご飯を食べると健康になれる気がする。
- ✓ 絵手紙は、やってみると難しくなく、あまり絵心のない自分でも意外とそれっぽいものが出来ていて楽しめた。
- ✓ 防災クッキングは、普段家にある『限られたもの』で料理するにあたり、ポテトチップスや塩昆布…、なども簡単料理の味を引き出す…、ということを感じた。ほとどの料理も美味しくできたが、ピザのような料理だけ火加減が難しくこげてしまったので、『また、みんなで挑戦したいね!』という声があった。
- ✓ 運営者側の人たちも、いつも居やすい声がけやこころくばりをしてくれて、この居場所がある日は、自分と違う世代とおしゃべりするのが楽しく嬉しい。

▼運営面に関する意見

- ✓ 看板や表示がないと『…どこなのだろう??』と迷ってしまった。こういった取り組みのあるときだけでも、カフェのような立て看板などがあると、初めての人にはありがたい。
- ✓ 毎回参加している自分としては、新しい人がたくさん来る日は、場所の雰囲気が変わってしまう為、少し気ぜわしい気持ちになる。みんなの居場所であることはわかっているけど、場所が限られているので、参加者人数が多いときは、ゆったり過ごすことが難しい。



多様な価値観と対話の勉強会 アンケート結果

有効回答数：25 (総参加者 44 人)						
全体の満足度	満足した	まあまあ満足	どちらでもない	やや不満	不満	
	20	5	0	0	0	
講師の話について 感じたこと (複数回答)	全体的に共感	一部共感した	共感できなかった	わかりやすい	わかりにくい	新たな気づきあり
	20	3	0	0	0	8
対話について 感じたこと (複数回答)	発言しやすい	発言しにくい	時間が長い	時間が短い	ちょうどよい時間	その他
	10	0	0	5	13	1

▼参加者の感想・声

- ✓ 治療の当事者である患者さんをまんなかに医療関係者、家族、関係者が1つの輪になり、本人の意志を「聴き遂げる」。そのことが治療の場においても不思議なぐらい効果があらわれた…、との話を聞いた上での対話の体験。
- ✓ 前提として「私も大事/あなたも大事」ということが示され守られる場においては、他者からの反論や意見を恐れることもなく『ただひたすら静かに聴いてもらえる』安心感に包まれた。また、共感的態度で聴いてもらえる嬉しさが、そのチーム内それぞれの輪の中にもあったように感じられた。確かに、心の底から静かなエネルギーが満ちてきた。
- ✓ この貴重な体験を通じて、感じたこと。医療行為だけではなく、対話を通じて病を抱える人の「身体の内側にある『治ろうとする力』」が引き出されるのかも知れないなあ、と思った。
- ✓ 「話し手/聴き手/第三者」というポジションを置き、その3役をそれぞれ体感することで、自分の『聴き方のクセ』に気づくことができた。
- ✓ 相手に寄り添って聴くように心がけているつもりでも、つつい自分の意見を言いたくなってしまったりしている自分に気づくことができた。
- ✓ コミュニティでなく、プラットフォームづくり。強いお節介ではなく、対話的な人と人の関係づくり。目からウロコだった。メモも取らず聞いていましたので、記憶が定かではありませんが、寛容な社会と相手を尊重した関係、会話ではなく対話、そんなお話しもあったかと。平和な安心できる社会が想像できました。
- ✓ 講師の方の活動から、生活に根付いた姿勢が見え、学ぶ所が多く、夢も頂けました。タイトルの多様な価値観と一言で言っても、まだまだ多様を許容する事が難しく、社会も寛容とは言えない現実がありますが、まず自分からと反省しながら学ばせて頂きました。
- ✓ 地に足がついた活動におおいに共感しました。
- ✓ 足りないところを、示して、それを参加者が補うという点に、なるほど!と思いました。
- ✓ 相手が話している最中は、途中で意見や反論しないで静かに聴いてください、というコメントがあったので、自分の考えを話しやすかったし、相手の話もしっかり聴くことが出来た。
- ✓ 「何を創るのかではなく、何が足りていないのかを言語化していく作業を大切にしていく」ことについて、課題から課題解決へ向けた展開をしていけるよう、日々の仕事でも意識して行っていきたいと思

ました。「〇〇が足りてない」と言葉で発することで、気付いてくれる人（共感者）を増やしていきたいと思います。

- ✓ 暮らすと働くを同化させることは理想的で、できればそのような生活スタイルにしたいと思うところですが、まだ新宿区での仕事があるので、暮らしと働き場所、それぞれのメリットを活かしつつ、がんばろう！と思いました。
- ✓ いろいろな方の意見を聴くことは学びとなり、普段の仕事と生活を振り返ることができました。
- ✓ 時代の中で、自分では学ぶ機会がつかれないけど、気になっていることを知り、知るだけでなく、他者の思いにも触れられることが自分としてテーマにどう向き合うか考えさせてくれるのがいいなと思います。勉強っぽくないけど、学んでいつまでも人としてしていきたいと思うので。また、毎回新しい方が来られる場になっているのがすごい。そのオープンな感じも自分らしく参加できる雰囲気をつくっているのかも。
- ✓ 自分の意見や考えを聞いてもらう機会は日常にあるようでないから、人はみなそういうのを求めているのではないかしら。
- ✓ さまざまな立場の人が、力のあるないにかかわらず声をあげられる場づくりが重要で、立場の異なる人の声を、賛同できなくとも尊重する、このような対話の場をありがたく思いました。
- ✓ 万人が感情と科学に向き合いながら方策を決めるという、日本人が最も苦手な試練を乗り越えていくキッカケになり得ると期待できました。

▼運営面に関する意見

- ✓ 終了の時間は予定通りにして頂きたいと感じました。
- ✓ もう少し早めに日程の連絡があると参加しやすいのではないかと。
- ✓ スライドを是非レジュメで欲しかった。とてもわかりやすかった。
- ✓ 私個人は時間は必要だと思いますが、予定の時間よりのびることは好まない人もいるかもしれません。

▼今後取り上げてほしいテーマ

- ✓ 地域社会の問題、子ども虐待の心理環境問題など自分の足元から考えられる事など。
- ✓ 防災、食品ロス、教育、戦時中のお話
- ✓ Sdgs +esg 関連で、話題提供させて頂くことは可能ですので、いつでもお声がけ下さい。
- ✓ 外国のこと、出来たら外国の人に会いたい：韓国のことや香港のこと、中東のこと
- ✓ ターミナルや死について：在宅の看取り、安楽死について
- ✓ トランスサイエンス(Trans-Science)『科学に問うことはできるが、科学だけでは答えることができない問題群』



【コミュニティカフェ】2019年度はこんな場所を目指しました

「あったらいいな」素朴さを楽しむコミュニティカフェ 兼 みんなの居場所

手作りの家庭的な料理で「食べるを楽しむ」。ご近所に住むあの人の得意をもちより「素朴に遊ぶ」。とてもささやかなことだけど、どんな人にもある「日常の営み」が人との出会いを通じて笑いあえる。愛しくなる。…そんな素朴さを楽しむ機会になりました。

楽しさを感じた人が「…また、足を運んでみようかな」と思える居場所になるように。独居高齢者や障害、経済的な困難を抱え不安や孤独、寂しさを抱える人にも。ワタシにもあなたにも。どんな人にも開かれた場所である姿勢は忘れずに。「誰でもおいて〜」を大切に。

実施日	ご近所の知恵を持ち寄る「遊びの時間」
6/30 (日)	梅シロップづくり
7/21 (日)	言葉の花束 ~心と対話しカラフル習字で遊ぼう
8/18 (日)	簡単手作りアイスクリン
9/22 (日)	防災クッキング & 311 あの日あの時どうだった？
10/27 (日)	お箸作りワークショップ
11/24 (日)	お絵かきバックづくり
12/22 (日)	年神様を迎えようしめ縄づくり
1/26 (日)	みんなのおすすめBOOKレビュー会
2/23 (日)	※ 新型コロナウイルス発生状況によりシクのみ中止
3/25 (日)	※ 新型コロナウイルス発生状況によりシクのみ中止



2019年度のトピックス

他愛ない会話から生まれる 次への種まき

お昼ご飯中や「遊び=シク」の中で交わす会話の中で意外な得意技を知り、「遊びの先生」をお願いしたり。「こんなことをやったら面白そうだね」「いいね、それ、やってみたいね」と共鳴しあって実現。

次に繋がるアイデアと人が集まる企画のヒントは案外『日々の何気ない会話』にひそんでいることを実感しました。



【7/21 (日)】カラフル習字で遊ぼう



参加者の声

- 黙って座っているより、こうやって一緒に手作業するのが、楽しいのよ〜。【6月：梅シロップづくり】
- 折角やるなら、自分色に染めたいわ〜【7月：カラフルお習字】
- 今日はそっと背中を押してくれる言葉をもらったのでこんな素敵なお作品ができたのよ〜【10月：お箸づくりWS】
- 懐かしい…！18歳で東京にお嫁にくるまでやっていた縄をなうこと。昔はしめ縄はみんな手作りだったのよ。田舎でやっていたから手が覚えているのね。他の人の分まで作っちゃうから、どんどん稲穂をもってきて〜【12月：しめ縄づくり】



【12/21 (日)】しめ縄づくり



【対話の勉強会】

2019年度新たな挑戦！支援者のための対話の勉強会とは…？

現場の困りごとをささえあう～対人援助だからこそ学び続けたい「対話する力」

活動現場の最前線に立てば必ず出会う「困りごとやトラブル」。

「…あれれ？今の自分の判断はあってた？」「今の対応は、はたして相手の力になっていた？」あるいは…。

「相手の力を奪っていなかった…？」そんな風に省みるときもある。

『本質を見極め／真理をわかっ』ことに語源をもつ対話のあり方を学びながら、自らの行動を振り返ること。

自分の視野を広げること。講師の方のみならず、その日集まった人達から学び合い明日からの現場で活かすアイデアやヒントを得られる『学び舎』はじめました。**「知ろうとすること／わかりあおうとする姿勢」**まずはそこから。

実施日	「多様な価値観と対話の勉強会」実施内容
8/4 (日) 15:00~19:00	オープンダイアログ ～フィンランド発オープンダイアログを体感する 【講師】北麻希子氏(精神科医)
11/9 (土) 15:00~19:00	持続可能なまちの商いのあり方 ～「らしさ」を残す温故知新のコワーキング&カフェ運営の実際 【講師】永瀬賢三氏(おとなり stand & works)
12/28 (土) 15:00~19:00	気候変動と自然エネルギー ～脱「大量消費・大量廃棄」ほんとうの豊かさとは？ 【講師】吉田明子氏(国際環境 NGO FoE Japan)
1/19 (日) 15:00~19:00	～自分とは関係ない？ 他人事？ 薬物依存症者や罪を犯した人と「地域」 【講師】細川慎一氏(NPO 法人 Hatch)

企画者の想いと気づき

支援者が上に立ち、指導的教授的な支援を行うことに違和感を感じていました。支える人、支えられる人が曖昧に入り交じる中で、対話的に生きる豊かさを求めていくあり方を、これまで支援者側にいる人達の中で広げられないかと思い、企画しました。

4回の勉強会を通じて、異なる分野ですが、それぞれが、多くの人が持つ価値観とは異なる価値軸から始まった取り組みでも、価値観が異なることを否定するのではなく、対話を続けながら多くの共感を得て、よい空気感を作っていることを改めて学びました。



【8/4 (日)】オープンダイアログを体感する

参加者の声

■治療の当事者である患者さんをまんなかに医療関係者、家族、関係者が1つの輪になり、本人の意志を「聴き遂げる」。そのことが治療の場においても不思議なぐらい効果があらわれた…、との話を聞いた上での対話の体験。

前提として「私も大事／あなたも大事」ということが示され守られる場においては、他者からの反論を恐れることなく『ただひたすら静かに聴いてもらえる』安心感に包まれた。また、共感的態度で聴いてもらえる嬉しさが、そのチーム内それぞれの輪の中にもあったように感じられた。…確かに、心の底から静かなエネルギーが満ちてきた。対話を通じて病を抱える人の「身体の内側にある『治ろうとする力』」が引き出されるのかも知れないなあ、と思った

■「話し手／聴き手／第三者」というポジションを置き、その3役をそれぞれ体感することで自分の『聴き方のクセ』に気づくことができた。相手に寄り添って聴くように心がけているつもりでも、ついつい自分の意見を言いたくなってしまおう…。そんな自分に気づくことができた。

■多様な価値観と一言で言ってもまだまだ多様を許容することが難しく、社会も寛容とは言えない現実があるが、まず自分から…、と反省しながら学ばせて頂けた。

ぼくたちが大切にしたいこと

適度に干渉があって程よく放っておいてもらえる
そんな空気感のあるコミュニティがあればいいな

戦後高度経済成長を経た現代では、お金を出してモノやサービスを買うことで生活上の必要が満たされるようになり、プライバシーを重視して他人の生活には踏み込まないようになっていったけど、これにはもちろん必要以上に干渉されず一人ひとり違うことを望んでいることに対して、より適した解決策を得られるなど、良い面もあるけどお金がなくなると急に困ることになってしまうし、どこか生活に温かみがなくなってしまう。そして孤立しやすいなどのデメリットもある。

ご飯を食べる・住まう・子どもを育てるなどの生活の部分を家族だけでなく、いろんな人と分かち合っていけたらいいのではないかな。そしてそれは、同質な価値観の人たちだけで、強固なコミュニティとしてやるとやや息苦しくなってしまうので、そのコミュニティの境界線はあまりはっきりしてなくて、いろいろな人が比較的自由に出入りできるといいのではないかな。

どんな人でも、孤立せずに
居場所が持てるコミュニティがあればいいな

現代は、いろいろな立場、属性の人がそれぞれ違う、「生きづらさ」を持っている時代だとも思う。

精神疾患や障害をもっていて仕事することが難しくなっている人、ギリギリの収入の中でワンオペ育児しなければいけないひとり親家庭。過去に過ちを犯してしまったけどなんとか生活を立て直そうとしている人。

そういった人たちは、個をみてその人がどういう人かを知ってもらう前に、パターンリズムで、可哀相な人扱いされてしまったり、あの人は〇〇だからと避けられてしまったりすることで、余計に生きづらさを増すことになってしまう。

人は多かれ少なかれ、良い面も悪い面も持っている。そして人はみんな違う。みんな違っていい。人のことはわからない。わからないから対話する。相手のことを決めつけない。相手のことを変えようとするとは問題になる。相手は変えられない。変えられるのは自分。対話を通してひとつの方向にまとめるのではなく、個々を認めていく、そういうことを大事にしたい。

みんな家族

～あったらいいな～
こんなコミュニティ

- コミュニティーメンバーにお互い
共同保育 & 共同介護
- ☑ 送迎
- ☑ 通院介助
- ☑ 見守り

ソーシャルワーク
必要なときに必要な人・場所へ橋渡し

- ☑ 病院
- ☑ 保健所
- ☑ 福祉事務所



- ☑ 地域包括支援センター
- ☑ 児童相談所
- ☑ 社会福祉協議会
- ☑ NPO 等

住まい
血縁を超えて
くらすシェアハウス

高齢者も障がい者も
1人親も
いろんな人と共にくらす

地域との
つながり

地域行事
☑ 町会
☑ 地域センター



食べる

☑ みんなの食堂
☑ おすそわけ

"ちよと助けて"と
"私できるヨ"の
気軽な交換

日常のちよとは困り事
☑ PC, IT
☑ 家電製品
☑ 裁縫
☑ DIY