

## 投稿テーマ 発見! 身近に見つけた人との関わりシロ

「除雪」も関わりシロなんじゃないだろうか。家の前は隣同士協力し合えばいいし、じいちゃんばあちゃんだけの家は近所で雪下ろしをしてやればいい。昔は当たり前だったけどね。  
投稿者 ラーメン治郎さん

山や林などでよく見かける「山菜取り禁止」の看板。その土地の人にしてみれば知らない人が来て勝手に山菜を採っていくのは気分が良くないもの。とはいえ、山菜も増えすぎれば雑草に…。そこで、草刈りや山道の整備をお手伝いするかわりに山菜を自由に取らせてもらったり、地元人しか知らないような絶景スポットに案内してもらおう、というのはいかがでしょうか。「山菜取り禁止」と書き出して人を拒むのではなく、「草取り(山菜含む)募集!」・「親子で楽しむ山あそび」・「達人に学ぶ山菜取りの極意」…。などなど、外から人を受け入れる体制があれば山菜目当ての人、その土地の人双方にとって良いんじゃないかなと思います。大勢でいればクマさんも近寄りにくくなりますね!  
投稿者 栃尾地域むすび隊 高橋さほらさん

私の住む町内での草刈りや奉仕活動には、ほとんど若い人は出ません。お父さんが出るから若手が出ない、が当たり前なかもかもしれません。うちは核家族なので、旦那が出ます。40歳ですがズバ抜けて一番若いのです。出ない私が言うのもおかしい話ですが、もっと積極的に皆さんに参加して頂けたら、いろんな事がいい意味で変わります。もしないなあって思います。  
投稿者 りささん

うちの町内会長はとっても活発! 催しも回覧板も工夫が凝らされています。「会長の生きがいを奪っちゃあいけない!」という口実でいつも会長に任せっきりでしたが、ふと、会長なきあとを考えてしまいました。もうちょっと分担してもいいのかもしれない。  
投稿者 座敷わらしさん

寄せられた投稿は  
つながりで  
読まれるかも!

**投稿募集** 1月の投稿テーマ **【募集期間】12/21~1/20**  
私の「市民活動はじめての一步」~あるとき、あの場所~

投稿方法  
投稿フォームを使う  QRコードから投稿フォームへアクセスしてください。  
協働センター窓口で投稿する  協働センター窓口に設置されている「みんなの声」コーナーからも投稿できます。

つなげるラジオ  
週替わりで市民活動団体を紹介するFMながおかのラジオ番組。  
■放送局: FMながおか(80.7MHz)  
■放送日: 毎週月曜日17時頃~(10分間) ※第5月曜日を除く

## column 市民活動・虎の巻

### 「ボランティア」が参加しやすくなるための3つのカギ

ぶれジョブながおか 長谷川美津子さん

ぶれジョブは、特別な支援を必要としている子どもたちが、地域の企業や公共施設などで仕事体験をする活動。子ども1人につき4名のボランティアがローテーションを組んでサポートしています。ボランティアが協力しやすいよう大切にしている3つのモットーがあります。①「無理なく」月に1回1時間程度を担当してもらい、都合のつく範囲で活動してもらいます。②「不安なく」定例会などで運営側や子ども、保護者と直接顔を合わせ活動の理解が深まるようにしています。また、初回の活動時はベテランと一緒にサポート。思いや気づきを話し合えるようにも心がけています。③「楽しく!」子どもの仕事を見守り、励ますという基本的な役割の他は、自分らしく関わってもらいます。まずは支えてくれるボランティアの気持ちになることから輪が広がっていくのかもしれない。

※この記事はWEBサイト「コライト」からの抜粋です。

## information センターからのお知らせ

### あなたのチラシを1500ヶ所へ発送! (チラシ発送サービス)

協働センターでは皆様の宣伝したいチラシを情報誌「らこって」と一緒に市内各地へ郵送することができます。ぜひご利用ください!



「らこって」発送作業の様子

#### 【チラシ同封までの流れ】

- ① 申込書を受け取る(窓口での手渡し、HPからのダウンロード)。
- ② 締切日までに申込書を提出。
- ③ 料金は無料ですが、発送日に同封作業のお手伝い(午前11時~1時半程度)。

※ 発送するチラシは各自で用意し、発送当日にご持参ください。  
※ 締切日、発送日は月によって異なるのでお問い合わせください。  
※ 公益性があり非営利の活動に限ります。

チラシ持込で他にもこんな方法で告知サポート!

- 協働センターにポスター掲示&チラシの設置
- 協働センターのホームページ、SNSで情報拡散
- メールマガジンで情報発信(月2回配信)
- 各種メディアへ情報提供(新聞社やテレビ局等)

# らこって

## Racotte vol.61

発行 ● ながおか市民協働センター

2018  
1  
FREE

輝き引き出す市民活動プロデューサー  
**鈴木孝章**(スーザン)さん



## インタビュー



地域を支え一緒に盛り上げるみんなのお母さん

### 和田孝子さん

● 団体PickUp!

「津軽三味線で地域を元気に」

津軽三味線「松越会」

「新風吹かす福祉系若手ネットワーク」

なうネット長岡

「豊かな人間関係で幸せに暮らすお手伝い」

特定非営利活動法人ながおかたすけあいネットBEライブ

「自らの集落を誇れる里に」

求草集落活性化推進事業実行委員会

● 長岡企業のソーシャルアクション!

「『キレイになりたい』と社会貢献の架け橋に」

美容しょうへいの店 / ヘアドネーションのサポート

● みんなの声

投稿テーマ「発見! 身近に見つけた人との関わりシロ」

コライト、見ないと!

コライト 検索

ながおか市民協働センターは、地域をより良くする市民の活動が集まる拠点です。協働センターのwebサイト「コライト」では、市民が行うイベントや助成金などの情報を幅広く掲載しています。らこってのバックナンバーも閲覧できます。ぜひご覧ください。

らこって 2018.1.1 (vol.61) FREE 【発行】ながおか市民協働センター

〒940-0062 長岡市大手通1丁目4番地10 シティホールプラザアオーレ長岡 西棟3F  
Tel.0258-39-2020 Fax.0258-39-2900 Mail.kyodo-c@ao-re.jp http://nkyod.org

配布場所 長岡市役所及び各支所、サービスセンターの他、市内図書館、コミセン、子育ての駅等、公共施設に設置しています。

毎週月曜日17時頃から放送中!  
**つながるラジオ**  
FMながおか 80.7MHz  
ながおかの市民活動紹介番組  
放送時間 10分程度 第5月曜日を除く

地域をよくするウワサのあの人にインタビュー！  
活動に込める気持ち、これまでのいきさつ、組織での役割……。根掘り葉掘りお聞きしました。



鈴木孝章(スーザン)さん <37歳 / 自営業> クールチックチャイルド

## あなたが活躍する場をつくりたい！ 一人ひとりの気持ちに寄り添うボランティアコーディネーター

他人想いのマメな性格と屈託のない笑顔から、「スーザン」の愛称で親しまれる鈴木孝章さん。独自のネットワークを駆使し、様々なイベントのボランティアを呼び掛けたり、イベントの企画運営をする市民活動団体「クールチックチャイルド」の代表です。

市民活動やボランティア活動を始めるきっかけとなったのは中越地震でした。「地震直後から大小さまざまな活動が沸き起こっていました。私が裏方としてボランティアの調整役を担うことで復興への後押しができれば」と活動をスタート。

鈴木さんが理想とするのは、単なる人足としてではなく参加者にもメリットのあるボランティアの姿。子育て施設での活動を保育の専門学生に紹介したときに、「貴重な実践経験ができる」と喜びながら真剣に取り組んでいた様子を見て、win-winの社会貢献の形

があることを発見。それ以来、自己実現に向けた学びの場として、本人たちの「やってみたい」を大切にボランティアコーディネーターをするように心がけています。「現場では本人たちのアイデアや気持ちを尊重して、あまり口を出さないようにしています。結果的に『スーザンは意外と頼りない』と思われることもありますが、本人たちの自主性が輝くのであればその方がいいかなと」。

団体設立10周年を迎えましたが、まだまだ活動やネットワークを広げることに意欲的。思い描くのは鈴木さんを共通の知人として市民みんながつながり合う未来。「誰もが声を掛け合えて、応援したり支え合える街になったら素敵だと思いませんか？私とそのコミュニケーションのきっかけになれば」。そうやって今日も一人ひとりと関係性を紡いでいきます。

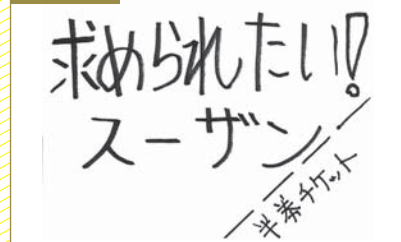


●上: 2015年に出店参加した「花いっぱいフェア」。学生にとって接客販売や折衝などで多くの人と接することは大きな学びの機会。●左下: 中学生の頃から20代後半まで続いていたバンド活動で、周囲との調和の大切さを学びました。●右下: 設営・運営をサポートした川口地域の交流会「夜のさずな館」。参加者と一緒にイベントを楽しみつつも、楽しい時間を緑の下で支えています。

### profile

- 1980年 小千谷市に生まれる。中学生から始めたバンド活動をきっかけに、他人の活躍を支えることの喜びを知る。
- 2006年 長岡市へ転居。
- 2007年 クールチックチャイルドを設立。当初は商業施設での音楽イベント企画やイベント運営サポートに取り組む。
- 2010年 この頃よりボランティアコーディネーター活動が増え、今では毎回50～60人ほどに声を掛けているのだとか。

### 活動の根っこ



和田孝子さん <66歳 / 主婦> 与板地域委員、よいたコミュニティ協議会

## 若者が活躍する裏に地域の母の支えあり！ 地域を愛する気持ちが人を動かしまちをつくる

夫の仕事の関係で県内を転々としてきた和田孝子さんは、与板地域へ来て30年。初めは長くなる予定ではなかったはずが、与板を知れば知るほど惹かれていき、気づけば離れられないほど大好きに。今では与板を盛り上げる人々のサポーターとして地域を支えています。

小さい頃は内気で人の輪に入るのが苦手だった和田さんですが、子育て中にいろいろな地域を転々としてきたことで、自分から一歩を踏みこむ度胸が身についたそう。子育てと共に磨かれた社交性を活かし、平成17年、ボランティア団体『好きらて与板』に加入。好きらて与板には与板好きが集まっていて、その時の出会いが今の自分に影響しています。町のごみ拾いや楽山苑のライトアップイベントなどのお手伝いをしながら、自ら地域の人たちと関わりを求めるよ

うになっていきました。声をかけてもらったイベントには必ず参加し、情報紙を見て気になるイベントがあれば市内どこにでも足を運びます。「ほかの地域のイベントにいくと、与板でもマネできないかな…とついつい考えてしまいます」。

現在、地域活動を支える側となった和田さんが大切にしているのは、地域の人たちとのコミュニケーション。町を歩けば老若男女問わず誰にでも気軽に声をかけ、話しかけられることもしばしば。最近では若い世代から新たな取り組みの相談をされることも。「若い子に頼まれるとなんでも協力してあげたい。みんな自分の子どもみたいなものよ」と大きな心で受け止めてくれる安心感が和田さんの魅力です。この安心感が与板で新たな取り組みが生まれる原動力のひとつとなっているのかもしれない。

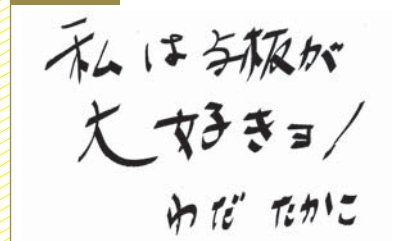


●上: よいたコミセンで不定期開催の「こみせんcafe」。既存スペースを活かした集いの場を提供中。●左下: 和田さんが大好きな「楽山苑」。夢は楽山苑を活用した歴史的な結婚式を再現して、住民みんなで新婚夫婦を祝うこと。●右下: 参加したイベントは誰よりも楽しむ和田さん。与板キャンディナイトで初体験したフラダンスでは気がついたらステージに。

### profile

- 1951年 西蒲原郡分水町(現燕市)に生まれる。結婚後は夫の仕事の関係で県内を転々とする。
- 1989年 家族で三島郡与板町(現長岡市)へ転居。
- 2005年 ボランティア団体『好きらて与板』に所属。地域活動に熱心に参加するようになる。
- 2013年 地域委員に初就任。現在3期目で、コミセンカフェなどコミセンの有効活用に取り組みつつ、地域活動を支えている。

### 活動の根っこ



## 団体PickUp!

「つながるラジオ」で取材した団体をご紹介します

生の声は「ラジオ」  
「コライト」で!

### 津軽三味線「松越会」

津軽三味線で地域を元気に



平成24年に、民謡雪之会の中にあるグループの1つとして『松越会』を立ち上げ、長岡市を中心に地域のイベントやお祭りや津軽三味線を演奏したり、福祉施設への慰問活動を行っています。地域内外から演奏依頼を受けられるよう、日々三味線の技術を高め、今年は毎年参加している津軽三味線大会にて入賞する事が出来ました。これからも、ご視聴頂く皆さんの心の張りになれる演奏を心がけ活動をしていきます。

### なうネット長岡

新風吹かす福祉系若手ネットワーク



長岡近隣の福祉関連施設で働く若手職員が集まり、事例検討会や知的障害者によるプロ和太鼓集団「瑞宝太鼓」の演奏会、障害者アート発の既存の価値観にとらわれない芸術アール・ブリュットの企画をしています。長岡では過去2回アール・ブリュット展を開催。作品を通してそれぞれの個性を届けることができました。今後は既存の活動を大事にしながら、2020年東京オリパラに向けて長岡を盛り上げていきたいです。

### 特定非営利活動法人ながおかすけあいネットBEライフ

豊かな人間関係で幸せに暮らすお手伝い



赤ちゃんからお年寄りまで、誰もが住みなれた街・住みなれた家で、自分らしい暮らしが支え合いのもとできるようにと、平成12年から活動をスタートしました。平成16年にNPO法人化し、主に高齢者の在宅ケアを行っています。年齢のせいでは「やりたい事」をあきらめるのではなく、少しのサポートで地域の中でいきいきと暮らせるように、外出のお供や趣味のお相手など、たすけあい活動を行っています。

### 求草集落活性化推進事業実行委員会

自らの集落を誇れる里に



寺泊地域の求草集落は、若者、子育て世帯が極端に少なくなっている現状と20年後の集落の存続に対する危機感を共有し、危機的状況を少しでも緩和させるため、「積極性」「一体性」「開放性」をコンセプトに、平成27年度から集落活性化事業を始めました。環境系の専門学校生と共にピオトープの整備を行ったり、地域の特産品の開発を行ったりと、今できることを様々な人を巻き込みながらできる活動をしています。

## 長岡企業のソーシャルアクション!

地域活動を支える企業をご紹介します

### 美容しようへいの店 / ヘアドネーションのサポート

「キレイになりたい」と社会貢献の架け橋に

長岡に3店舗を構え、美容全般から訪問美容まで幅広く展開する地域密着型サロンしようへいの店では、お客様の要望があればヘアカットと兼ね、医療用ウィッグの原料となる「ヘアドネーション」に協力しています。カットした髪を送りやすいよう束にしてお渡し、ときには送り先と一緒に探すことも。今後もお客様の「キレイ」と社会貢献を両立させるヘアドネーションの輪を広げていきます。

