

# 市民活動・虎の巻 研究テーマ「愛着ある地域プロジェクトの育て方」

## フェニックス・さくら公園周辺を整備する会

青葉台三丁目町内会の住人が中心となり、平成19年に前身の「さくら公園整備協力者の会」を設立。手つかずのまま草藪に覆われ荒れていた町内の遊休地を、多世代がふれあうコミュニティガーデンに整備することを目指して活動しています。

**課題①** 設立当初は「まずは行動」と花々の植付けなどを積極的に行っていたものの、メンバーのほとんどが現役世代で多忙だったことから思うように活動展開せず、次第に停滞気味になってしまいました。

**アクション①** 完成を急ぐのではなく細く長く続けることが大切と考え「出来る人が、出来ることを、出来るときに」をモットーに、作業内容を小さく単純に分けて気軽に誰でも加われるようにしました。また、堅苦しい会議、責任追及をやめて「失敗してもいいから気楽に」と楽しくポジティブな雰囲気づくりに励みました。



**課題②** 誰でも関わりやすい「土壌づくり」はできたものの、どうすれば最初の一步を踏み出してもらえるだろう?地域に愛されるコミュニティガーデンとなるには、子どもから、現役世代、お年寄りまで地域の様々な方から活動に興味を持ってもらわなければいけません。

**アクション②** イベントがある際は、活動への興味の有無に関わらず、また昔からの住人も最近越してきた方にも分け隔てなくご案内するようにしました。特に地域の子どものためには公園に楽しく親しんでもらいたいと考え、地元小学校の授業のフィールドとして活用してもらったり、年に数回のお祭りでは子どもたちも楽しめるよう、工夫を凝らした出店を企画運営しています。楽しんで活動に取り組む子どもの姿を通して、親世代にもこの活動が広がってほしいですね。

アジサイまつりでは子どもたちが楽しめる催しがたくさん!



神田尚子さん 畔上純一郎さん

### 成果と今後の目標

多くの住人が「私の公園」という意識で日頃の整備に協力してくれたり、「公園でこんなことしたい!」と夢を描くようになりました。

活動が評価され、2016年に長岡市市民活動推進事業補助金に採択されて整備活動を充実させることができました。

一丸となって目下の目標、市民手造り公園支援事業として長岡市から認定されることを目指しています。



Racotte vol.64

発行 ながおか市民協働センター



いつでも自分の使命を全うする努力家

# 栗林弘一さん

インタビュー

interview



4人のわが子も、地域の子育て環境も育むママ

# 山岸麻美さん



we can do it!

## 私たちは〇〇ができます!

長岡には様々なノウハウやスキルをもつ市民団体がたくさん! 困りごと、協力してほしいことはありませんか? 私たちが力になりますよ!

**団体①** 「新潟で水中ホッケーを推進する会」は、地域やイベントへの無料出張体験会ができます!

私たちは水中ホッケーの楽しさを発信し、普及する活動をしています。水中ホッケーの楽しさを体験してもらうため、無料体験会を行っています。マイナー競技だからこそ、頑張れば練習すれば日本代表になれるチャンスも!?

詳細はこちら

**団体②** 「ハンドメイド・てしごとteam tsu\*zuku」は、イベントでのブース出店、ワークショップ・講座ができます!

長岡をもっと、てしごとやハンドメイドで盛り上がる街にしたい!という思いで活動しています。ブース出店でイベントを盛り上げたり、ハンドメイド・てしごとに関するワークショップや講座を開催したりできます。

詳細はこちら

information

## センターからのお知らせ ながおか市民活動フェスタ2018 参加団体募集スタート!

市民活動団体が一堂に会するおまつり「市民活動フェスタ」を一緒に盛り上げる団体を募集します。初参加大歓迎!日頃の活動をPRできる絶好の機会です。企画運営をお手伝いできる団体も大歓迎です!



【日時】9月8日(土) 【会場】アオーレ長岡全館 ほか  
 【参加料】無料 【申し込み】4月1日(日)~5月9日(水)  
 【内容】活動紹介ブース、飲食、販売  
 音楽やダンスなどのステージイベントなど

※応募多数の際は調整させていただく場合があります。  
 ※申し込み期日を過ぎてからの申し込みはお受けできませんのでご注意ください。

●お問い合わせ=ながおか市民活動フェスタ事務局 (ながおか市民協働センター内) TEL 0258-39-2020



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。らこらマのバックナンバーも閲覧できます。ぜひご覧ください。

らこらマ 2018.4.1 (vol.64) 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。

### ●活動PickUp!

- ・アームレスリング連盟
- ・福祉のおとのわ
- ・特定非営利活動法人すまいるらいふサポート
- ・株式会社伊藤建設/少年野球への寄付・協賛活動

### ●市民活動・虎の巻

- ・愛着ある地域プロジェクトの育て方『フェニックス・さくら公園周辺を整備する会』
- 私たちは〇〇ができます!  
・新潟で水中ホッケーを推進する会
- ・ハンドメイド・てしごとteam tsu\*zuku



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



**栗林弘一さん**〈60歳／元消防士〉特定非営利活動法人ピュアは一と副理事長、民生児童委員、着衣泳指導員

## 現役時代の経験を地域に還元! 次なる使命は防災知識の伝承へ

まっすぐで努力家の栗林さんは、消防士だった経験を活かし、防災知識などを地域の子どもやお年寄りに伝える活動をしています。体を動かすこと自体好きではなかった栗林さんが消防士になれたのは、小学校時代の恩師の一言があったから。「苦手な運動にも挑戦し夢を叶えられたのも、『お前ならどこに出しても大丈夫』という恩師の言葉が背中を押してくれてたおかげ。苦手なことも一生懸命になってしまう性格を分かってくれていたのだと思います。在職中は救助活動に役立つよう休日も登山に行ったり、体力増強のためトライアスロンにも挑戦。嫌々始めたことも今では趣味になっています。

現在行っている活動に大きく影響しているのが、特別救助隊時代の数々の災害現場での経験。「防災知識があれば助かった

のに…」と思うことも多かったそう。そのため、早く自分の知識を人々に伝えたいと56歳で早期退職。「36年間働かせてもらった経験を市民の皆さんに還元したいと思いました。自分のやりたいことよりもボランティアが優先です。現在は「どんぐり太郎」という別名で週の半分以上、トレーニング指導や障がい者支援に精を出しています。

栗林さんが一番広めたいことが水難事故時に役立つ「浮いて待て」。浮いたまま呼吸を確保し救助を待つ「着衣泳」を夏場は月20回程度、市内の小学校などで教えています。近年、世界でも着衣泳の理念が注目されており、全国の小学生に伝えるのが栗林さんの目標です。「まずは長岡の全小学校に広めていきたいです。そして子どもたちの笑顔を守り、水難事故による悲しいニュースがなくなることを願っています」。



●上: 原点とも言える特別救助隊時代の栗林さん(前列左から二人目)。ヘリコプター飛行時間は延べ741時間。●左下: 栗林さんが力を入れている着衣泳の指導。子ども達からもどんぐり太郎先生のお褒めが大人気。●右下: 在職時代のトレーニングを応用した高齢者施設でのチューブトレーニング。自身の介護経験も活かされています。

### profile

- 1958年 長岡市のタバコ栽培農家の長男として生まれる。
- 1978年 長岡市の消防士に着任。
- 1990年 消防大学校救助科修了。救助隊として数々の事故現場や災害現場へ行き、防災知識の重要性を強く感じる。
- 2014年 自分の防災知識を広く市民に伝えたいと思い早期退職。子どもたちへの防災訓練や着衣泳指導、高齢者施設での介護予防トレーニング指導など、在職中の経験を活かし多方面で活躍中。

### 活動の根っこ

どんぐり太郎の目標  
1. 子供の成長  
2. 大人の感動  
栗林弘一



**山岸麻美さん**〈31歳／団体職員〉NPO法人 多世代交流館になニーナ、母子健康推進委員

## 4人の子育てに奮闘中! 地域の子育て環境にプラスα

小国地域で生まれ育ち、結婚をして10年となる山岸麻美さん。昨年4人目のお子さんにも恵まれ、子育て真っ盛りな山岸さんですが、今年の春から地域の母子健康推進委員として、子育てサークル「おくにママさんの会」の運営に参加。また、長岡駅近くにある子育ての駅ぐんぐんでも働いています。

二つの活動に踏み出したきっかけは、4人目の出産と、子育て中の悩みにアドバイスをするだけでなく、寄り添って聞いてくれる子育ての駅スタッフに出会えたこと。「悩みを打ち明けたとき、『そうだったんだね、悩んでしまうのも当然よね』と言ってもらえ、悩んでいる私を肯定された気がして、とても心が軽くなったんです」。その出来事から、もともと興味があった子育て支援活動に携わることを決心。子育て支援研修を受講し、そのときの縁が現在の仕事につながっています。

子育ての専門家による支援に加えて、ママ同士が悩みや不安を話し、支え合える場こそが小国地域の子育て環境をより良くできるのではないかと考え、子育てサークルの運営側にも携わることに。「子育ての駅で働くのも他地域の子育て支援方法やママ同士の関係づくりなどを学んで小国で活かしたいから。自然豊かで、夜はプラネタリアムのような星空が楽しめる大好きな小国で、『子育てしたい』と思ってもらえることが密かな目標です」。

さらに山岸さんは「子育ては大変なことと言われがちだけど、手を差し伸べあえる仲間がいたら、もっと素敵で楽しいことのできるのでは」と話します。ママたちの不安に寄り添い、子育てに前向きな山岸さんの想いが地域に広がっていくことを願っています。



●上: 毎月第3木曜日に開催している「おくにママさんの会」。初参加のママさんが会を重ねて笑顔が増えていく姿に運営のやりがいを感じているそう。●左下: 山岸さん自身は1人っ子。周囲の期待を負担に感じたこともあったそう。「子どもが3人、4人と増え、子ども達を比べることもなくなりました。いるだけでも可愛いんです」。●右下: 小国地域が好きな友達家族5組と出かけたキャンプでの1コマ。「狭さを感じて小国を出たいと思った時期もあったけど小国を実行しないのは仲間のおかげです」。

### profile

- 1986年 小国で生まれる。
- 2007年 21歳で結婚。お婿さんを迎え、実家で同居暮らしをスタートさせる。
- 2008年 1人目の出産を経験。その後も子宝に恵まれ3人目の出産を機に仕事復帰と子育てサークルの立ち上げに関わる。パート、正社員、時間短縮などの雇用形態をとりながらも4年間、医療事務として働く。
- 2017年 4人目の長男を出産。一時保育を活用しながら、保育の勉強をスタート。
- 2018年 子育ての駅ぐんぐんのスタッフになる。

### 活動の根っこ

持ちつ  
もたれつ  
おかあさんのめがた♡  
山岸麻美

## 活動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!

### アームレスリング連盟

長岡をアームレスリングの聖地に



長岡でもアームレスリングを広めたいと昨年6月に長岡支部を立ち上げました。今年3月25日には初めて「第1回長岡アームレスリングアオーレ杯」を開催。活動者の人口を増やしたいとイベントの中では、アームレスリング体験コーナー、女性や子どもも参加できる大会を設けました。今後は誰でも参加できる練習会の開催や県内外から愛好家を集めた大会を継続的に行っていきます。

### 福祉のおとのわ

認知症予防から広がる「ひとのわ」

音楽指導やリラックス効果のある笑いの動作や笑いヨガなど、頭や体を使って楽しみながらできる認知症予防講座「ひとのわおとのわ」を開催しています。リピーターの方も多く、みんなで行うイベントの楽しさが『ひとのわ』づくりにつながっています。今後は認知症になっても人としての尊厳が守られ、地域で自分のこととして捉えて支え合いながら、安心して暮らし続けられるまちづくりを目指します。



### 特定非営利活動法人すまいるらふサポート

ワンストップサービスで住まいの支援



住まいの困りごとに対して、ワンストップで多角的に相談対応ができるようにと、専門業者14社が集まり運営しています。空き家の所有者や現在の住まい方に不安や問題を抱えている方に対して、無料で各種相談・提案等の支援を行い、安心して暮らせる環境づくりに取り組んでいます。今後は個々の住まいだけではなく、市街地の活性化につながるまちづくりに携わっていかれたらと考えています。

### 株式会社伊藤建設/少年野球への寄付・協賛活動

夢を追う野球少年たちを応援

土木工事や除雪作業、三島地域の「旬食・ゆ処・宿 喜芳」を展開する(株)伊藤建設は、野球連盟への寄付や少年野球大会への協賛、得点板の寄付などを行っています。また子どもたちが合宿で喜芳を使用する際は格安で提供し、温泉とボリューム満点の食事で子ども達の身体づくりをサポートしています。今後もスポーツ支援を通じて子どもたちの健やかな成長と人の輪づくりに寄与できたらと思っています。



**みんなの声**  
投稿 随時募集中  
「これも協働!」暮らしの中で感じた人とのつながり

投稿者 ギラメンくんさん  
先日の強風で我が家の屋根のアンテナが傾いていると、お隣さんからお声がけ頂きました。住んでいる私達は意外と気付かないものです。早速週末に電器屋さんに頼んで修理してもらいました。これで、我が家もご近所さんも安心。普段は回覧板をまわすくらいしかお付き合いはないですが、地域の安全は地域で守っていくって大事なことです。

投稿者 恩田富太さん  
もはや「何が協働なの?」と考えることもなくなってしまいました。コミセンの活動も、子ども会も、消防団も、まちなかでするイベントも、生活したり楽しむ上で横につながることがすべてが協働だと思います。優先順に必要な活動をしっかり選んで、できることを少しずつ分担して協働しましょう。

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

