

活動ピックアップ!

長岡
地域
Nagaoka

世界に発信!ご当地かるた
越後長岡かるた会



長岡の風物詩、地元の名産、偉人などを紹介する「越後長岡郷土かるた」を作りました。地元が大好きな仲間同士で、絵や詠み句、書、翻訳など、それぞれの得意な分野を受け持ち、完成。各種イベントに出展して、かるた遊びや句の人気投票、コスプレをしておのPRなどを行いながらかるたの普及に取り組んでいます。今後はかるた大会を開くなどご当地かるたとしてより一層親しんでもらう機会をつくりたいです。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 長岡 みんなのSDGs

5 自分大切にすることで
相手を大切にできる
ハグミー
一般社団法人 Hugme



2023年3月に設立したHugmeはママ3人で活動しており、企業向けの女性のヘルスケアに関する研修やオンラインコミュニティの運営のほか、性教育の普及を目的に保育園や学校での性教育講座を行っています。性教育は知識の教育だけでなく、ジェンダーや自己理解、個々の人権や健康について学ぶことであり、幸せな人生を築く土台となるもの。「性教育=タブー」ではない世の中にし、みんなが笑顔でいられる社会をつくりたいです。

市民活動

虎の巻

研究テーマ

チャット ジーピーティー

ChatGPTを活動に活かすには?



より詳しく
知りたい方は
こちら!

ChatGPTをはじめとした画像やテキストなどを手軽に「生成」できる生成系AI。仕事や家庭のスキマ時間に行う市民活動は常時「人手不足」の分野。AIを上手に使えば、活動を効率化できるかもしれません!今回は市民活動に今すぐ使えるChatGPTの使い方をご紹介します!

1 プレスリリース作成

チラシの内容を入力するだけで、メディア向けのプレスリリースを作成できます。今まで手の回らなかったメディアへの情報提供をスムーズに行うことができます。

2 募集文(ボランティア・協賛金)作成

活動内容やイベント情報を入力すると、ボランティアの募集や協賛金の依頼文に自動的に変換可能。魅力的な文言で寄付やボランティア参加を呼びかけることができます。

3 ブログやSNS投稿文作成

イベントや活動の様子、告知を箇条書きで入力すると、楽しい投稿文章を生成できます。ブログやSNSに投稿すれば、簡単に活動をアピールできます。

4 企画のアイデアや キャッチコピーの案だし

企画やキャッチコピーのアイデアを複数提案してもらえます。自分たちでは思いつかなかった新しい視点や切り口をもとに、アイデアを練ることができます。

5 サポート文書作成

メールや案内文、スタッフ向けのマニュアル、よくある質問(FAQ)を作成できます。スタッフへの指示や、問題発生時の手引きとして活用できます。

6 活動プロセスの見直し

様々な作業の流れや、取り組みの手順の例を提案してくれます。現状の改善点や、効率的に仕事を進めるアイデアも提供してくれるので、運営方法の見直しができます。

センターからのお知らせ

市民活動フェスタ2023

市民活動団体の皆さんが日頃の活動をPRする出会いと交流の場「市民活動フェスタ」を今年も開催します。今年は、なんと70もの参加団体がアオーレ長岡に集結!歌やダンスのステージ、物販や体験ブースなど楽しい企画が目白押しです。ぜひお越しください。

日時 9月30日(土)
10:00~15:00

会場 アオーレ長岡



詳しくは
こちら

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
Mail. contact@nagaokakyodo.net



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。



知る、つながる、好きになる
ながおか市民活動情報誌

ながおか暮らしの編集会議



2023

9

vol.
129

暮らしの

特集

株式会社良品計画執行役員 長田 英知さん
グローバルマーケティング株式会社 南さん
長岡市ミライエ長岡企画推進室 間嶋 晃洋さん
長岡市広報・魅力発信課 佐藤 泰輔さん

NAGAOKA PLAYERS
海津 裕之さん

活動ピックアップ
越後長岡かるた会

長岡みんなのSDGs
一般社団法人 Hugme



ながおか市民協働センター

ながおか暮らしの編集会議



7月8日に当センターで「ながおか暮らしの編集会議」を開催しました。この講座は「暮らしたい長岡をどうつくっていくのか」をテーマに、長岡が選ばれる地域になるために、私たちは何が出来るかをご参加いただいた皆さんと一緒に考えました。

「はたらく」から「くらす」を重視

第一部の基調講演では、株式会社良品計画の長田英知さんに「変化した都市部の暮らし どう住み、どう働くか」をテーマにお話いただきました。コロナ禍で注目された地方移住でしたが、首都圏一極集中のトレンドは変わらず続いています。しかし、その

内訳をよく見ると世代別では10代後半から20代前半は転入が多いものの、20代後半以降は転出が多い傾向があるそう。これまでは都市部で働き、千葉・神奈川などの周辺地域で暮らすという生活スタイルが主流でしたが、コロナ禍がもたらした影響の一つであるリモートワークの普及によって、職場からより離れた地域で暮らすという選択肢が増えました。「東京圏からの転出先は周辺地域。その人口をどう長岡につなげるかが課題」と長田さんは話します。

暮らしに必要な要素とは？

皆さんは自由にどこでも住めるとしたら、どんなことを基準に地域を選びますか？

利便性の高さや、スーパーや病院が近いなど、それぞれ重視したいポイントは異なりますよね。では、暮らしに必要な要素はどのようなのでしょうか。「働く場・仕事があること」、公園や自然環境などの「遊び場」があること、子育て支援や福祉・教育などの「社会インフラ」が整備されていること、地域に参加できる「コミュニティ」があること。この4つが必要な要素であり、外から見たときに魅力的な地域だと思うポイントになります。

多様な立場から見た長岡の「暮らし」

東京からのUターン実践者の南さんは「Uターンを考えたときに一番の悩みが仕事だった」と話します。自分のキャリアを活かした仕事が高岡にはないのではないかと考えていたそうです。しかし、探してみると高岡にもマーケティングの企業があることがわかり、転職とともに移住することになりました。

市役所で移住定住促進事業を担当している佐藤さんは「移住者の仕事はテレワークが多い」と話します。理由として挙げられるのは市内にサテライトオフィスを持つ企業やリモートワークの企業が増えたこと。職場は都市部でも仕事場を自由に選ぶことができ、働きたい場所で働く人も増えてきました。7月22日にオープンしたミライエ長岡をはじめ、市内には仕事や勉強ができるワークスペースが数多く整備されています。こうした環境は行政が整備する社会インフラの一つ。多様な人が利用できる公共施設のほか、福祉や子育て支援サービスの充実も暮らしには欠かせない要素です。とはいえ、すべての人が満足する社会インフラがあるわけではありません。

そういった行政サービスでは足りない部分を柔軟な発想でカバーしているのが市民活動団体です。当センターに団体登録している団体数はなんと427件*。これだけ多くの市民活動団体が市内に存在し、それぞれ多様な分野で活動しています。市民活動は、職場でも家庭でもない場所にある、もう一つのコミュニティ。地域に参加できるコミュニティを持つことで、困ったときに助け合える相互扶助の関係を築くことができ、好きなこと・得意なことに関われる場が自分のやりがい・生きがいにつながります。

つながりを続けていくために

第二部のパネルディスカッションでは「長岡に関わってくれる人をどう巻き込み、そしてつながりを続けていくか」ということが話題の一つになりました。「進学に伴い、長岡市に移住してくる学生が多くても、ほとんどが就職を機に市外・県外へと移住している。その学生たちが卒業後も長岡に就職したり、市外に移住したとしても何かしらの形で関わってくれる機会をつくりたい」とミライエ長岡の間嶋さん。この市外へ流れてしまう人口をどうやって長岡に留めておくのかという点は、長田さんが挙げた課題と共通しています。長岡について知ってもらうこと、遊びに来てもらうことができて、そこから移住につなげるには「遊ぶ」から「暮らす」に目的を変えてもらう必要があるため、簡単ではありません。また、移住や定住者を増やすためには長岡での暮らしをイメージしてもらう必要があるという意見もありました。佐藤さんは移住希望者に対して、移住後のギャップがないようにあえて長岡のネガティブなことも伝えて話します。ネットの検索だけではわからないリアルな暮らしを知るためには、地元民との交流にヒントがあるかもしれません。

多様な人が同じ立場で話せる場

講座の感想には「パネルディスカッションに参加したかった」「会場を巻き込んでほしかった」という声が多く寄せられていました。誰にでも共通する「暮らし」についての話題だからこそ、それぞれが感じたこと、気づいたことを共有したいと思った方が多かったようです。長岡に関わる人同士が気軽に話せるような場があることで、多様な人と出会い、長岡を知る・考えるきっかけとなり、そこから生まれるアイデアもあるかもしれません。

*2023年3月現在

ながおか暮らしの編集会議 アーカイブ配信 受付開始！

ながおか暮らしの編集会議の様子をアーカイブ配信にて視聴可能です。
(※限定公開)ご希望の方は申込フォームでお申し込みください。
申込はコチラ▶

NAGAOKA ウワサのあの人にインタビュー！ PLAYERS

海津 裕之 さん (57歳)

内装業/NPOトキめきラボ メンバー
市民活動フェスタ実行委員長

1965年長岡市生まれ。所属する団体の活動の他、公園や海岸の清掃など地域のボランティア活動にも積極的に参加。



市民活動フェスタを通して気づいた 私が活動する意義

ロボコンや親子向けのロボット制作イベントを行っている「NPOトキめきラボ」のメンバー、そして市民活動団体が一堂に会する市民活動の文化祭「市民活動フェスタ」の実行委員長として活躍する海津裕之さん。市民活動への情熱が印象的ですが、活動の意義が見いだせず葛藤した時期がありました。

最初の活動は、知り合いに誘われて参加した小学生ロボコンのお手伝い。参加前は、市民活動に特に関心はありませんでしたが、打てば響く子どもたちの姿にやりがいを感じたそう。その後、メンバーとNPOトキめきラボを結成し、小学校での工作指導を始めました。当時は、活動のために仕事を休むこともあり、お金にならない活動のためにそこまでする必要があったのか、自問自答していたと言います。「まだ自分が活動している意義を見つけられていなかったため、モヤモヤしていました。だからこそ、活動を続けて自分なりの答えを見つけ出したいと思っていました」。

答えに気づききっかけになったのは、実行委員長を務める市民活動フェスタでした。市民活動フェスタは、毎年60を超える団体が活動の垣根を越えて共につくり上げ

るイベントですが、感染症の流行により、2020年からの2年間は会場開催が中止に。本来の趣旨に沿った活動ができずにいましたが、2022年にパンデミック後初の会場開催が叶いました。「フェスタに参加している団体は、分野は違えど、それぞれが好きなことや特技を活かして、このまちに住む誰かのために活動しています。まちや人を想う気持ちや活動が集まって大きな力となり、よりよいまちをつくっていく。私の活動もそのひとつであり、これが私が活動する意義だと気づきました」。

取材を通して、市民活動フェスタというイベントには、海津さんの市民活動や長岡市を想う熱い気持ちが核にあるのだと感じました。2023年9月30日、海津さんの情熱と、70もの参加団体の想いが詰まった市民活動フェスタ2023の幕が上がります。



市民活動フェスタ実行委員会での1枚。「対話を重ねながら、ともにイベントをつくり上げてきたメンバーは、家族のようです」と海津さん。

活動の根っこ

人とつながる
喜び
海津裕之



NPOトキめきラボの前身「トキめきロボクラブ」が単独で行った、ロボコンイベントの様子。ロボコンを通して「エンジニアに興味をもってほしい」と海津さんは言います。



パネルディスカッションの内容を可視化できるようにグラフィックレコーディングを活用。(作: NPO法人まちづくり学校 榎尾文子)