

ボランティア・市民活動を広げ、応援する！

# ネットワーク

## Network

NO.360 2019年

# 6月号

特集

## 記憶を継承する市民活動

思い立ったがボラ日

NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド  
カウントボランティア

いいもの みい〜つけた！ vol.19

社会福祉法人 愛成会 ふらっとなかの  
“にこっと雑貨” やおいしいパン！

セルフヘルプという力 第19回

言の葉の会  
場面緘黙をもっと世の中に知ってもらいたい

あすマネ

セルフヘルプグループってなに？ ②  
～運営の実際と、活動を続ける理由～





イラストでわかりやすく栄養や、子どもに消化吸収の良い食事について伝える(ベナン・栄養改善事業)。写真提供=NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド



## 思い立ったが 吉日 ボラ日

このコーナーでは、毎回一つの団  
体取材し、活動内容やそこで  
活動するボランティアさんの生  
の声をお届けします。



ボランティア活動は、子どもたちの食を支えている(ベナン)。  
写真提供=NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド



ハンガー・フリー・ワールドでは、ほかに事務・広報・伝える  
ボランティアなど、さまざまなボランティア活動があるそうだ。

世界には、慢性的な栄養不足<sup>①</sup>、飢餓<sup>②</sup>に苦しむ人びとがいる。それは知っていても、世界の9人に1人が飢餓状態にあることを答えられる人は多くないのではないだろうか。

NPO法人ハンガー・フリー・ワールド(以下、HFW)は、飢餓に苦しむ人びとの食を取り巻く環境を変え、自立支援の活動をしている国際協力NGO。ハンゲラデシユ、ブルキナファソ、ベナン、ウガンダを主な活動国として、飢餓をなくすために、①地域をつくる(生活改善と住民の能力強化)、②飢餓を生み出すしくみを変える、③気づきをつくる、④若い力を育てる、の4つの活動をしている。

### 多くの人が参加する カウントボランティア

今回は、「書損じハガキ回収キャンペーン

」のカウントボランティアに参加させていただくべく、HFWの事務所を訪れた。扉を開けると、平日の午前中にも関わらず、10名以上のボランティアが活動していた。期間中に全国から送られてきた書損じハガキや未使用切手、外国紙幣、商品券などを仕分けて数えるという活動だ。仕分けたものは換金し、現地の支援に充てられる。活動に入る前に、スタッフの糟谷知子さんと阿部碧さんにお話をうかがった。

回収キャンペーンがスタートしたのは2001年。当初は職員が数名のボランティアとで仕分け・カウントをしていたが、手が足りず一般にカウント専門のボランティア募集することになったそうだ。「ボランティアさんは、今ではなくてはならない存在」と2人は言う。送られてくるハガキ類は年々増えており、ボランティアも10





仕分けとカウントをするボランティアとスタッフの皆さん（写真上下）。



週3回朝食で栄養のあるおかゆを提供するのは、以前支援される側だった母親たち（ベナン）。写真提供=NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド

代から80代まで約150人が登録している  
 そうだ。活動希望者の7〜8割はボラン  
 ティア経験がないそうだが、長く続く人が  
 多いという。

その理由としては、初回の説明会に出席  
 すれば、あとは都合のいい時間に活動でき  
 る、作業が難しくない、成果がその場で見  
 える、など活動のしやすさがある。また、  
 年に1度の報告会では、ボランティア活動  
 がどのように生かされているかを伝えてい  
 る。それもやりがいや継続につながってい  
 るのだろう。

活動の「副産物」もあるようだ。「ボラ  
 ンティアさん同士の交流を楽しみに来る方  
 もいらっしやいます。高校生が進路につい  
 て大学生に相談したり、赤ちゃんを連れて  
 若いお母さんが子育ての先輩にアドバイ  
 スをもらったり、ご高齢の方が生きがいと  
 して通つてくださったり……。私たちも主婦  
 の方からお料理のレシピ、企業で働いてい  
 る方から仕事のノウハウを教えていただ  
 け、さまざまな面でサポートしていただ  
 いています」（阿部さん）。

### ボランティア活動の小さな一歩が 世界を変える

糟谷さんに、ボランティアへのメッセー  
 ジをいただいた。「一人の力は限られてい  
 るけれど、みんなで力を合わせるとできる  
 ことがたくさんあります。以前、朝日小学  
 生新聞の掲載記事を読んだ小学生が、クラ

スで呼び掛けて書損じハガキ類を集め、お  
 手紙と一緒に送つてくださったことがあり  
 ます。その行動力はとても励みになりました。  
 HFWでは、ほかにも事務や広報、学  
 生対象の「伝えるボランティア」など、さ  
 まざまなボランティア活動があるので、ご  
 都合や関心に合わせて気軽に参加してい  
 ただけたらうれしいです」

慢性的な飢餓については、報道されづら  
 い。また、食を届けるという対処療法では  
 根本的な飢餓の解決にならない。そのため  
 に時間はかかるが、自立支援を目標にして  
 活動しなくてはならない。HFWのめざす  
 道のは平坦ではないだろう。

ボランティア活動の一歩は小さいかもし  
 れないが、課題解決への大きな力ぎを握っ  
 ている。活動を体験しながら、そのことを  
 強く意識した。

特定非営利活動法人  
**ハンガー・フリー・ワールド**  
<https://www.hungerfree.net/>  
 〒102-0072  
 連絡先 東京都千代田区飯田橋 4-8-13  
 山商ビル 8階  
 TEL : 03-3261-4700  
 FAX : 03-3261-4701  
 info@hungerfree.net

← 次ページでは  
 活動内容を紹介しています



# 1日体験してみました！

(by 編集部)



事務所のドアを開ける。  
一番緊張する瞬間……。

1



3

説明を受けたあと、  
切手の仕分け方を  
教えていただく。

早くもたくさんの  
ボランティアさんが  
活動中！

2

事務所には  
寄付していただいた  
ハガキや未使用切手などが  
たくさん!!

4



5

交流を楽しむ人、黙々と作業する人、  
短時間で切り上げる人もいれば、常連さんもいて、  
それぞれが自分のスタイルに合わせて活動している。



かつては女性が多かったが、  
男性や学生も増えてきたという。  
ボランティアの人たちについて語る  
スタッフさんもうれしそう！

6



## 深める

ボランティア・市民活動に役立つ視点や情報をお届けします。

### 特集

## 記憶を継承する市民活動

- 6 **寄稿** 市民としての記憶を、市民としての活動の中で活かし続けよう  
◇平野泉（立教大学共生社会研究センター）
  - 9 記憶を残し、想いを実現する市民活動としての「震つな」  
◇松山文紀（震災がつなぐ全国ネットワーク事務局）
  - 13 〈伝承〉する本たち  
—東京ボランティア・市民活動センターの図書室から
  - 15 沢内村（現・岩手県西和賀町）の記録から  
—受け継がれる生命尊重行政
- 
- 16 **あすマネ** セルフヘルプグループってなに？ ②  
～運営の実際と、活動を続ける理由～

## 知る

ボランティア・市民活動のさまざまな形やボランティアに  
一歩ふみだすヒントを、ご紹介します。

- 1 思い立ったがボラ日 NPO 法人ハンガー・フリー・ワールド／カウントボランティア
- 21 あなたのまちのキラッと☆ぼらせんナビ vol.20 明星大学ボランティアセンター
- 22 つぶやきブレイク vol.7 まんがのすゝめ
- 23 セルフヘルプという力 第19回 言の葉の会  
～場面緘黙をもっと世の中に知ってもらいたい
- 26 いいもの みい～つけた！ vol.19 社会福祉法人 愛成会 ふらっとなかの  
“にこっと雑貨” やおいしいパン！

### 『ネットワーク』の公式Facebookページあります！

▶▶▶ <https://www.facebook.com/tvac.network/>

- 取材のこぼれ話や、次号に向けて進行中の記事についてリアルタイムでご報告します！
- 過去に掲載した団体の情報や、本誌に関連する東京ボランティア・市民活動センターのお知らせなどを発信します！
- お気に入りやブックマークに登録してご利用ください！

ぜひご利用  
ください！



## 記憶を継承する市民活動



私たちは「記憶」に助けられて生きている。記憶のおかげで失敗を繰り返さず、知恵を生かし、よりよく生きることができる。

社会もまた「記憶」に助けられて存在している。しかし、社会の記憶は個人のそれと比べて薄ろぎやすく、私たちが意識して語り継いでいかなければ後世に残っていない。語り継ぐことをやめた社会は、記憶を失い、おろかな選択をしたり、過去と同じ過ちを繰り返してしまうかもしれない。

本特集では、大切な要素であるにもかかわらず、注目されることの少ない「記憶の継承」の取り組みについて、市民活動の視点から考えてみた。

# 市民としての記憶を、 市民としての活動の中で 活かし続けよう

平野泉（立教大学共生社会研究センター）

「文化の伝達において、人間は常に複写を試みる。親から受け継いだ技術や価値を次の世代に写し伝えようとする。しかしこの試みは常に、必然的に失敗する。それは文化の伝達がDNAによってではなく、学習によってなされるからだ。」

（グレゴリー・ペイトソン（佐藤良明訳）『精神と自然 生きた世界の認識論』改訂版、新思索社、2001、62頁）

## 1. 記憶と経験をつなぐ —— 大切、でもじつは難しい

1960年代前後からの多様な市民活動の記録をお世話するという仕事柄、「記録」や「記憶」をめぐる話題には心をひかれます。数年前、家事をしながら東日本大震災の記憶を

伝える試みを報じるテレビ番組を音だけ聞いていたのに、ふと気になって手をとめ、結局テレビの前に座ってしまったことがあります。当時高校生だった吉田優作さんが立ち上げた「木碑プロジェクト」についてのレポートです。朽ちる素材＝木に言葉を刻み、それを地域のみんなで定期的に取り替えることで災害の記憶をつないでいくというすばらしいアイデアは、2013年に木碑の建立という形で現実のものとなり、2017年には初の建て替えが行われたと、最近になって知りました。<sup>1</sup>

市民活動の記憶は、もちろん活動が続いている間は活動の現場で継承されます。人から人へ直接に、あるいは何らかの形で記録されたものを介して、活動をする中で伝えられていく。しかし、そうした環境でも、日々の活動の幅が広がり多くの人が

関わるようになるにつれ、活動を始めた人たちが突き動かした情熱は忘れられていきます。また、活動が長く続くほど、経験豊かな仲間が活動を去ったあとの組織的な「記憶喪失」は、ファイルの蓄積では埋めがたいものとなるでしょう。

一方で、記憶や経験は私たちにとってくびきともなりません。成功の記憶は厳しい現状を見誤らせ、失敗の痛手は今こそなすべき挑戦をためらわせかねません。私たちが、時に記憶によって愚かな選択をし、時に忘却のゆえに浅はかな行動をとってしまうことは避けられない。それでも、できるだけ賢い選択をし、よりよい未来を創るには、やはり記憶・経験・記録を伝え、活かすことが必要となります。

しかし、記憶や経験を伝え・活かすことは意外と難しい、とお感じの方も多いのではないのでしょうか。私もここ数年、大学での授業などで市民活動の経験についてお話しする機会があるのですが、なかなかうまくいきません。授業後のコメントを読むと、情報としては理解されているようなのですが、それを心のどこかにしまっておいて、今後の人生の中で活かしてくれるという感じはしないのです。しかし、例えば歴史学の演

習で、教員の指導のもとじっくり時間をかけて市民活動の記録を読み解き、報告や討論の末に論文を書いた学生や、膨大な記録群を整理する作業をした人は、そこから大切な「何か」を得ています。つまり、冒頭に引用したペイトソンの言葉にあるように、何かを伝えたら自動的に伝わる（＝伝えられる側に何かが複写される）わけではなく、伝え・伝えられる営みの中で何らかの「学び」が起こったとき、伝えられる側が伝えられた何かを主体的に選び取り、我がものとしたときに伝わるのだらうと思うのです。

## 2. 記録された言葉を歌にする —— 立教大学共生社会研究センターでの試み

こうした経験から、何か伝わりやすいのは伝え・伝えられる場面に何らかの「活動」や「表現」という要素があるときなのではないか？と考えていたこともあり、昨年の秋、宗教学者佐藤壯広さんと、「ピラを歌おう！」というイベントを企画しました。私の職場である立教大学共生社会研究センター（以下、「センター」）で所蔵している戦後社会運動のピラを読んで、そこから湧き起



2019年2月28日、公開ワークショップ「ピラを歌おう！運動の記録／言葉のポテンシャル」の様子。グループごとに、どんな詩にするかを考えているところ。

こる感情を歌にして、ブルース歌いでもある佐藤さんといっしょに歌う、というワークショップです。まずはお試しにほぼ関係者だけ5名でやってみるところ、参加者一同「たった1枚のピラからこんなに感情やイメージがふくらむのか！」と驚くことになりました。まず、複数のピラをみんなで眺めて、何か心に「ひっかかる」ものを1枚選ぶ。その1枚に書かれた言葉を、運動の側が伝えようとしている思いや感情と、自分の中に生じる感情に心向けながら読む。その解釈をみんなで伝え合う。それからグループに分かれて、湧き上った思いや感情を短い詩にまとめ（テンプレートは「ふるさと」の歌詞なので、全部で40文字前後です）、みんなで歌う。それだけのことで、しかし、運動の言葉を自分の中にいったん取込み、新しい言葉にして外に出すことは、私にとっても、とても新鮮な、生々しい経験でした。

手ごたえを感じたこともあって、2019年の2月、同じ企画を公開ワークショップとして実施しました。これも定員12名と小規模でしたが、20代から60代まで、学生やNGOスタッフ、地域で活動している方など多彩な参加者に恵まれました。始めてみると、ピラに書かれた80年代のイベントに「私、参加したわ〜」という人もいれば、「こんなピラを毎日ガリ版で刷ってばらまいていた」という人もいて、思いがけず活動の記憶と経験を「伝え・伝えられる」場となったのです。また、伝え・伝えられる方向も一つではなく（つまり年配の人が若い人に一方的に教えるというのではなく）、年代にかかわらず伝え合う関係が自然に生まれていたように思います。前の世代の活動を知ること、今の活動に新しい意味づけをした人もいれば、「ピラがこんな風に読まれるのなら、今後は作り方を考えなきゃ」という人もいました。

とにかく、もうそこにはいない、過去の市民の言葉を自分なりに受け止め、語り合い、歌という形式で表現するという作業にみんなで取り組むことで、これほど楽しくいろいろなことがわかり合えるというのは、ほんとうにうれしい驚きでした。<sup>2</sup>

### 3. 市民活動の記憶を継承する —— 記憶とともに生き、 活かし続ける

そもそも、継承することがことさらに重要視されるのは、それが難しくなったときです。昔ながらの町並

みや暮らしが失われ、地域のつながりが希薄になり、単身世帯や有期雇用も増えて、生きた人間関係の中で記憶を活かし続ける力が弱まるばかりの社会で生きる不安が、記憶や経験を継承する必要性を私たちに強く意識させるのかもしれない。

そうした中で記憶を継承するための条件の一つが、記憶されるべきこと(の一部)が記録され、保存され、利用可能な状態になっていることです。とはいえ、記憶のための作業の進行は忘却を加速させもします。例えば南アフリカでは、アパルトヘイトが制度として廃止される前後から、人々の闘いの記憶を伝えるための機関が次々と設立されました。しかしフランスの哲学者ジャック・デリダは、1998年に同国を訪ねた際に語っています――いつか南アフリカがアパルトヘイトを含む自らの全歴史の「完全なアーカイブを完成させる日が来たら」(そうしたことは不可能だけれども、可能だとしたら)、「アーカイブに何もかもおさめて、ちゃんとしたアーキビストに管理を任せただから、もう自分たちには忘れさせてくれ、生きるために、生き延びるために」と誰もが思うだろう、と。<sup>3</sup>そして確かに、その後反アパルトヘ

イト闘争の記憶は薄れ、人種差別を「克服」したはずの国で外国人への暴力が頻発することになります。<sup>4</sup>

つまり、誰かの記憶がただ保存されても「継承」はされない。他者の記憶を手渡された人が、それを自分のものとしたうえで何らかの形で誰かに向けて表現し、それを受けとめた人がアクションを起こし……というように、過去の記憶が、現在を生きる人々の表現や活動のネットワークの中に組み込まれ、活かされ続けること(例えば、「木碑プロジェクト」のように)が「継承」なのだと思います。とすれば、市民活動の記憶を「継承」するためには、記録を保存し利用可能にするための基盤となる仕組みと、記憶や記録を生きた人間関係の中で活かし続けるための多様な市民の営み(動くこと、語ること、書くこと、集まること、歌うこと、演じること、描くこと、創ること……)とをゆるやかに、かつダイナミックにつなげていく工夫が求められることになるでしょう。

今号に登場する、記憶を継承する市民活動は、そうした工夫や経験の宝庫です。まずは彼らの活動の記憶から学び、動き、考え、つながっていきましょう。それが、市民として生きる私たちの記憶を活かし続けるた

めの第一歩になるはずですから。

\*1 NPOカタリバ・ウェブサイ

ト「震災から6年、木碑プロジェクトの今(前編)」「木碑」というマイディアとの出会い」<https://www.katariba.or.jp/news/2017/06/09/9109/>

「震災から6年、木碑プロジェクトの今後編」初の木碑建て替えとこれから」<https://www.katariba.or.jp/news/2017/06/09/9112/>

(いずれも2017年6月9日掲載、2019年5月2日最終確認)

\*2 世代交代で悩みを抱えているNPO

\*3 Jacques Derrida.(2002). Archive

Fever (A seminar by Jacques Derrida, University of the Witwatersrand, August 1998, transcribed by Verne Harris). In: Hamilton C. et al.(eds.) *Refiguring the archive*. David Phillip, Cape Town, p.54.

\*4 Verne Harris.(2011). Jacques

Derrida meets Nelson Mandela: archival ethics at the endgame. *Archival Science* 11, p.116.



平野 泉(ひらの・いずみ)

立教大学共生社会研究センター・アーキビスト。1963(昭和38)年北海道生まれ、55歳。修士(アーカイブズ学)。上智大学外国語学部ドイツ語学科卒業後、銀行員、言語療法士、海外紙特派員アシスタント等として勤務。2002(平成14)年5月、市民の資料を保存し、開くための機関である埼玉大学共生社会研究センター非常勤職員となり、週3日ひたすら整理作業に取り組むなかで、市民活動が生み出す記録の面白さに目覚める。2008(平成20)年、学習院大学大学院に新設されたアーカイブズ学専攻修士課程入学。2010(平成22)年3月に同課程を修了し、4月から立教大学共生社会研究センター勤務、現在に至る。



東日本大震災支援において日本財団が行った『震つな×ROADプロジェクト』のメンバーと、現地で活用されたメルセデスの車両。  
写真提供:震災がつなぐ全国ネットワーク

## 記憶を残し、想いを実現する 市民活動としての「震つな」

松山文紀（震災がつなぐ全国ネットワーク事務局）

記憶を途絶えさせない  
市民活動としての「震つな」

震災がつなぐ全国ネットワーク（以下、震つな）が設立当初から現在まで継承するこだわりの一つは、市民密着型を目指すネットワークであること。

これは、災害ボランティアを高度な専門性や特殊性の中だけで考えるのではなく、むしろ「何もできないけど熱いところだけはあるよ」という原点からの出発点を大切にし、そのところをいかにつなぎ、具体的な活動としていくのかを、ゆるやかな関わり合いの中で考え、協働していこうというもので、その典型ともいえる活動が「足湯ボランティア」といえる。

足湯ボランティアは阪神・淡路大震災の支援活動の中で、当時東洋医学を学ぶ学生が、避難所での支援の際に「入浴ができなくても、せめて足だけでも

温まってほしい」という思いから始まった。極寒の避難所で行った足湯には老若男女問わず人が訪れ足を温めた。

その後、足湯ボランティアの活動は休止していたが、2004年の新潟県中越地震の際に大阪大学の学生が避難所などで足湯を行った。2007年の能登半島地震の支援活動では、神戸大学の学生と新潟県長岡市にある長岡技術科学大学の学生が中心となり、中越・KOB E足湯隊が組織され、被災者の足を温め続けた。阪神・淡路大震災での活動では見られなかった、学生による申し送りのためのノートが登場し、足湯を受けた方々の様子や、足湯を提供している際に話された内容がノートに記されるようになった。

足湯を続ける中、改めて申し送りのためのノートを読み返すと、その時々で被災者が発している「声」が貴重な情報源であることに気づき、以降、足



東日本大震災(石巻市の避難所)での足湯ボランティア活動の様子。写真提供:震災がつなぐ全国ネットワーク

湯の際に聴かれた声を「生の声」として記録していくことにつながっていった。

足湯の際に聴かれる「生の声」は、アンケートやヒアリングでは決して聴くことのできない、その瞬間瞬間に被災者自身が思い感じたことを言葉として発し、それに対応したボランティアが記憶に残る範囲で記録として残している。その記録を改めて読み返すことで、その瞬間の被災者の想いを知ることとなり、その「声」に応えることを目的とした新たな事業(支援プログラム)が生まれることとなる。このような活動を通じて得た「被災者の生の声」は「被災地の今」を伝える震つなごの貴重な情報源となっている。

### 記憶をつなぎ、想いをつなぎ、未来を拓く

東日本大震災を契機に「声を聴く」足湯の活動は、老若男女問わず誰にでもできる被災地でのボランティア活動として知られることとなり、活動の担い手は学生中心から一般へと広がっていった。かつて足湯ボランティアはほとんど知られていなかったが、ここ数年では、被災者支援プログラムのの一つとして災害ボランティア関係者の間で認知されるまでに浸透してきている。

2018年に発生した西日本豪雨(平成30年7月豪雨)や北海道胆振東部地震では、被災地域の団体が足湯を覚え、その手法を用いて人の集う場をつくり、被災者の声に耳を傾けている。これは被災者支援を行う者や団体が「足湯」というプログラムを通して、声を聴くことの大切さや尊さに気づき、継承している一つの形なのだと思う。

ところで、震つなごは記憶を継承するというよりは記憶を途絶えさせないよう、記録として残していくための取り組みを設立当初から行ってきた。そして、その記録を残すための様々な過程を通して、会員一人ひとりの想いや考え方に触れ、人となりを知り、信頼できる仲間となっている。

震つなごが設立されて20年以上。これまでに3人が代表を務めた(現在は代表2人の共同代表制)。東日本大震災発災前に当時の代表が「そろそろ震つなごを若手に譲ろうか」と考え、これまでの震つなごを「0」にすることも含めて、当時30〜40代だった会員らに未来の震つなごについて考える機会を与えた。実際に集まり検討を始めたのは東日本大震災のおよそ1年後。約10名が1年間の検討や協議を経て出した結論が「震つなごは必要」ということだった。この検討に要した1年の間に改めて「震つなご」について考える機会を得て導き出

## ■ 震災がつなぐ全国ネットワーク

<http://blog.canpan.info/shintsuna/> ・ Email: [info@rsy-nagoya.com](mailto:info@rsy-nagoya.com) ・ TEL: 052-253-7550

設立：1997年11月

設立当時の構成団体等：20の団体および個人会員

設立経緯：阪神・淡路大震災の支援活動を行う団体が1996年8月に集い、災害のもたらした教訓(特にボランティア活動)を通して、検証を行うことを目的とし、1996年から年2回の準備会を経て1997年11月にネットワークを設立。設立時から一貫したこだわりとして、震つなというネットワーク組織そのものが主導となるのではなく構成する会員それぞれの活動の主体性を尊重し、緩やかなつながりとしてのネットワークを形成して現在まで活動を続けている。

設立後の活動：設立以降、年1回の総会と年2回の定例会のほか、人・もの・金・情報を主要テーマとしたブックレットの作成を行うこととし、設立以降に発生した国内外の災害に対応し、特に国内災害においては、ネットワーク加盟団体を中心となり災害ボランティアセンターの設置運営に尽力した。

ブックレット作成では、1998年から2010年までに「KOBEの検証シリーズ」と題して、物資編、ボランティア編、水害ボランティアセンター編、お金編、情報編、法律編、避難所編、など9種類を発行した。

新潟県中越地震(2004)という転機：1998年の那須塩原水害から本格化した災害ボランティアセンターの設置運営のサポートを行ってきたが、2004年の新潟県中越地震では地元社会福祉協議会が災害ボランティアセンターを担うようになり、震つな関係団体は災害ボランティアセンターの運営から離れ、被災地域に入り被災者とともに復旧復興に関わるようになる。

東日本大震災以降の活動：2011年3月11日発生の東日本大震災では、設立以降継続的に支援パートナーである日本財団(当時：日本船舶振興会)と共同事務局を運営し、2年間に延べ2,000人のボランティアを東北3県中心に送り込み「足湯ボランティア」を定着させた。この2年間に東北の現地に赴いた足湯ボランティアは延べ16,000人もの方々の足を温め、声を聴いた。

2019年4月現在：団体正会員39、個人正会員31(団体正会員のおよそ半数が東日本大震災以降に入会)



震つな発行のブックレット。  
簡潔で実践的な内容であり、多くの人に読まれた。  
写真提供：震災がつなぐ全国ネットワーク



元・震つな役員のみなさん。写真提供：震災がつなぐ全国ネットワーク

したのが「理念の共有」だった。震つなは想いを大切にし、想いでつながる仲間の集まりであることが確認されたが、それは震つなの活動を設立当初から検討することで得られた結論だった。

このように、震つなは関わるそれぞれの想いを大切にし、互いに違いを認め合い、時には指摘し合い、時には刺激し合い、記憶を記録に残す働きかけを続けているのだと思う。そこには過去の経験を活かし、同じ失敗を繰り返さない（繰り返したくない）という想いが、理念を共有した仲間たちを突き動か

かし、その仲間たちの動きの中から、また新たなつながりが生まれ、震つなというネットワークが進化し深化し続けている。

震つなの仲間が集う際、過去の体験談を語り合うことも多いが、それは決して自慢話ではなく、それこそが理念の共有であり、記憶の継承になっているのだと思う。想いをもって想いを共有して想いを実現していく市民活動としての震つなを今後も大切にしていき



松山文紀（まつやま・ふみのり）

1972年、静岡市生まれ。高校まで静岡で育ち、立命館大学法学部に進学し1996年に卒業。

大学4年の1月に阪神・淡路大震災が発生。京都で揺れを感じるも現地に赴いたのはおよそ1か月後の2月22日。メディアが伝えきれない現実を目の当たりにして支援活動を始め、大学留年を機に神戸に生活拠点を移し、2年3か月にわたり復旧・復興支援活動に携わる。その後地元静岡に戻り、1998年4月より身体障害者の生活施設に勤務。（入所・通所合わせて10年あまり）

2008年末に福祉施設を退職。その後、NPO業界へ転身。2011年東日本大震災では、日本財団のROADプロジェクトのボランティア派遣事業を日本財団との共同事務局として運営（2年間出向）。その後、活動拠点を名古屋に移し、震災がつなぐ全国ネットワーク事務局として現在に至る。被災地支援の経験は20か所以上。現在は、震災がつなぐ全国ネットワーク事務局長のほか、全国災害ボランティア支援団体ネットワーク（JVOAD）の運営委員、同技術系専門委員会の幹事も務めている。

## 〈伝承〉する本たち

— TVACの図書室から

出前講座や演劇などの手法による〈伝承〉にはリアルな形で人びとにリーチアウトできる強みがある。いっぽうで、長期間にわたり多くの人びとに語り伝えていくためには文字媒体による〈伝承〉が不可欠です。東京ボランティア・市民活動センターの図書室(ボランティア・市民活動情報資料センター)では、戦後のさまざまなボランティアグループ、セルフヘルプグループ、NPOなどによる貴重な活動記録集を多数収めています。そのなかから、市民のさまざまないとなみを伝えるものを何点か、編集部でピックアップしてみました。



### 富岡町次世代継承聞き書きプロジェクト『おせつとみおか』各年度作品集

特定非営利活動法人 とみおか子ども未来ネットワーク (2016年～)

「おせつとみおか」は、福島第一原子力発電所事故から2017年3月まで6年余にわたり避難指示の出ている\*福島県富岡町を拠点に、「町民が暮らした震災以前の日常から見える『ふるさと富岡』の姿を、聞き手は出身の若者世代から募り、話し手を町の年長者にお願いし、両者の対話によって、薄れゆく富岡町の記憶を浮き彫りすることを目的とした、『富岡町』でつながる聞き書き事業(同書より)。毎年3～4人程度、農業・商店主・消防士・社会教育指導員など、さまざまな職業をもち事故が起きるまで同町で暮らしてきた60～70代の男女に若者が取材し、子どもの頃の暮らしぶり、成人後の生活から事故後の避難生活まで、話し手の言葉そのままに綴っている。

\*一部地域は2017年以降もひきつづき帰宅困難区域となっている。

### 「プラダー・ウィリー症候群(PWS) 児を育てて」母親38人の記録集

PWS 児の行動の実際と問題点、その理解を深めるために

竹の子の会 (2005年)

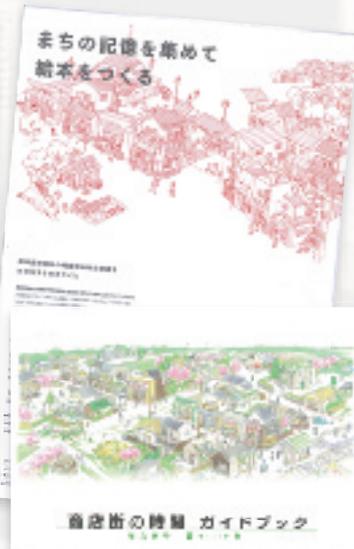
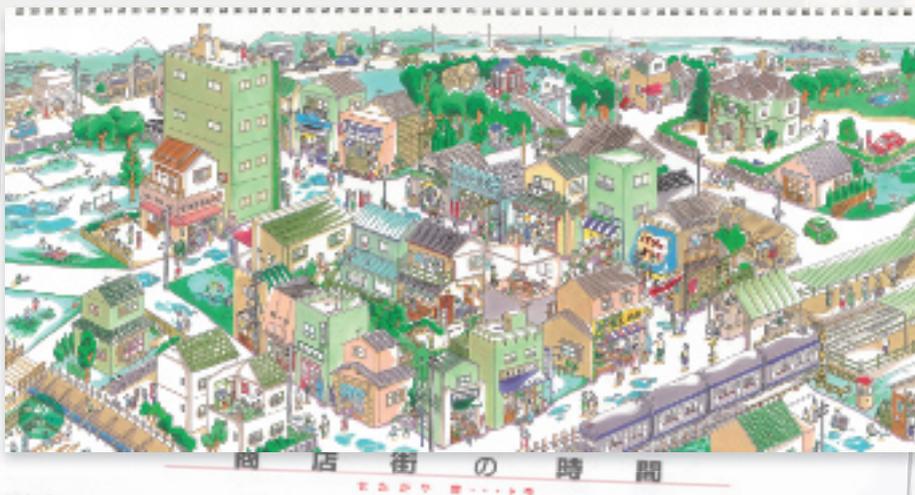
PWSは過食肥満、発達遅延、こだわりや思い込みの強さ・かんしゃくなどを特徴とする遺伝子疾患で、竹の子の会はPWSをもつ子どもの親たちが集まってつくった親の会(セルフヘルプグループ)。「この病気に対する無理解・誤解・偏見・差別が二次的な障害を引き起こしたといっても過言ではないと思われます。(中略)社会に受け皿の無い状態では全ての親が、我が子の反社会的な行動を赤裸々に語ることはできませんでした。(中略)12年目に入り母親たちに『皆さんの20数年を吐き出して欲しい』と声をかけました(同書より)。社会の理解をすすめることが何より重要との思いから編まれた、38人の母親たちの育児と葛藤の日々を克明に綴った記録集。



### ドキュメント 主婦たちの灯油裁判

灯油裁判対策会議/花伝社/共栄書房 (1989年)

1973年のオイルショック前後に、灯油をはじめとする物不足、価格高騰、灯油取引の異常な事態が発生。北海道、東北をはじめとする寒冷地域には暖房に必要な灯油がライフラインであったことから、生活協同組合をはじめとする消費者団体の運動が起こった。その結果、灯油の品不足と価格高騰の裏に、石油業界が独占禁止法に違反して闇で協定を行い、生産カルテルと価格カルテルがあったことを公正取引委員会が認定。それを受けて石油元売り会社を相手に、生協の組合員など合計1700名を超える被害者が原告団を結成して損害賠償の請求を求め、「灯油裁判」を起こした。消費者の権利確立を求めて争った15年にわたる消費者運動としての裁判の記録。



### 商店街の時間 (ガイドブック付き)

企画・編集:世田谷区 都市整備部 都市計画課/同 産業振興部 商業課/場所づくり研究所 プレイス/武蔵野美術大学産官学共同研究[商店街・街づくり絵本]プロジェクト2005 (2006年)

世田谷区と武蔵野美術大学視覚伝達デザイン学科研究室の産官学共同研究プロジェクトとして、世田谷区内のとある商店街を舞台に、制作された「商店街の変遷を視覚化する絵本」。「実際にお店を運営されている方々の協力をもとに、ワークショップを通して『記憶』を掘り起こすところから始まりました。ワークショップでは、現在の商店街が形成された昭和30年頃から今日に至るまでの、商店街の街並みの変化や人々の暮らしぶりなどの様々な物語が語られました」(関連冊子『まちの記憶を集めて絵本をつくる』より)。「昭和30年」から「平成17年」まで5つの時代の、四季折々の商店街の風景が、店主らの話をもとに緻密に再現されている。都市計画学会60周年記念自治体まちづくりグッズ賞佳作受賞作(2011年)。



### 始まりはひとりから 練馬の女性たちの記録

練馬女性史を拓く会 (2003年~2018年)

戦後の練馬区における地域づくりに大きく貢献した、「練馬母親連絡会」と呼ばれる団体があった。区内の多様な女性グループが集い、連帯を深めるなかで、とくに1960年代から80年代にかけては子育て、福祉、医療、公害や環境問題、都市計画、平和・人権教育など、生活のあらゆる分野にわたり多数の政策提言を行い、めざましい活動実績を残した。1997年に発足した「練馬女性史を拓く会」は、この連絡会のメンバーたちに行った膨大な聞き取り記録をもとに、各種資料をつきあわせ、「練馬の女性史」として編さん・刊行する取り組みを続けてきた有志グループ。昨年末をもってシリーズ全8冊の刊行を完結し、20年来の取り組みにひとつの区切りをつけた。初期の3冊は連絡会各メンバーの個人史を掲載。4冊目からは《総論編》と位置づけ、《教育》《福祉・保健》《人権・平和・消費者運動》《子どもの文化・社会教育》《女性たちの政治参加とまちづくり》の各社会課題をそれぞれとりあげ、体系的に記述した内容となっている。

※本誌2015年4・5月号掲載の取材記事もご参照ください。

### 検証会議 ハンセン病と闘った人達に贈る書

全国ハンセン病療養所入所者協議会/光陽出版社 (2005年)

2002年10月16日以来の、ハンセン病問題検証会議の検証作業を取材し「全療協ニュース」で報じた記事をまとめたものを中心とした、検証作業の記録。これまで明らかにされていないかったハンセン病政策を被害者・当事者・関係者からの「聞き取り」と資料を基に検証している。拉致同然に収容され、杜撰な医療、九歳の子どもにさす「解剖承諾書」捺印を強要、見張りや監房、強制労働、断種、墮胎など、非人道的に扱われていたハンセン病政策の実態。歴史の闇と責任を解明すべく、厚労省の第三者機関が、今もなお残る偏見差別を含めて浮き彫りにした。本書はハンセン病問題の解決に向け、次世代へのパトンの役割を担っている。



TVACの図書室をぜひご利用ください! 夏には図書検索サイトがオープン予定です。

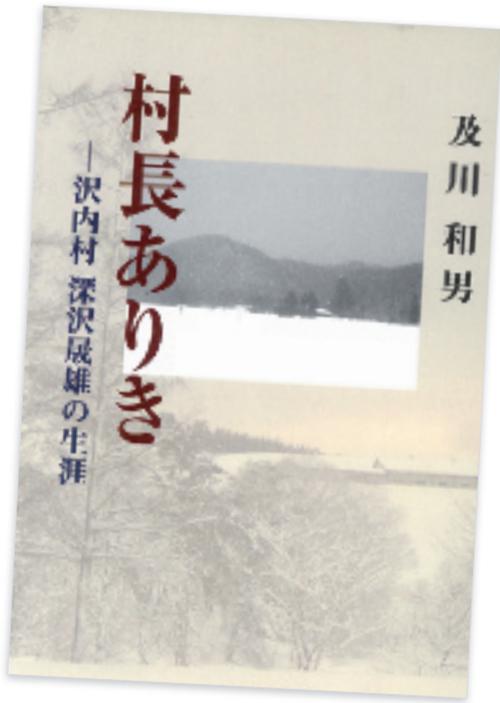
# 沢内村（現岩手県西和賀町）の記録から

## —受け継がれる生命尊重行政

ワークショップ・湯田・沢内（知的障がい者の多機能型事業所。社会福祉法人・潤沢会）では、東京ボランティア・市民活動センターと共催で毎年、ふるさと交流会を開催している。

このイベントは岩手県西和賀町（旧湯田町・旧沢内村）を心のふるさとにする都市住民や都内の在宅障がい者、西和賀出身者と西和賀町に暮らす障がい者との交流を図る中から、都市と農村の共存のあり方を考え、更に、障害のある人が地域起こしの主体となり、「福祉でまちづくり」を考えていこうとするものである。

西和賀町の「福祉でまちづくり」の精神は、旧沢内村の深澤晟雄村長（故人）が築いたものだ。深澤が村長に就任した昭和30年代初頭、沢内村は豪雪地帯の極貧、多病多死の村だった。ことに乳児の死亡率は日本一高かった。そんな過酷な村で、深澤は1961（昭和36）年に地方自治体で初めて1歳未満と65歳以上の医療費を無料化し、翌年には乳児死亡率ゼロを達成する。



『村長ありき——沢内村 深澤晟雄の生涯』  
及川和男／れんが書房新社  
1600円＋税

『今と未来に生きる生命尊重行政  
沢内村（現西和賀町）が  
教えてくれること』（DVD付）  
高橋典成、高橋和子（著）  
大阪社会保険推進協議会（企画）  
／日本機関紙出版センター  
1600円＋税



深澤の想いや業績を後世に伝えるべく、深澤の出身校の後輩にあたる及川和男が著した『村長ありき——沢内村 深澤晟雄の生涯』は、1984年に出版され19刷まで版を重ねた。2001年には改題し、別の出版社から復刊されたが、しばらくは絶版状態となり、2008年に及川の後輩の熱い想いで再び復刊となった。2019年現在も、同書は隠れた名著として高い評価を得ている。

そして、地元・西和賀町では、2007年にNPO法人深澤晟雄の会を発足し、『生命尊重の精神』を人類普遍の理念として継承し、発展させようとする人々の願い」を込めて深澤晟雄資料館を開館する。また、社会福協議会の職員、保健婦（のちに村議会議員）として、地域を支えてきた夫婦が2019年『今と未来に生きる生命尊重行政』を出版した。「彼（深澤）の想いや理念を今、実際に西和賀の暮らしの中にどう生かしていくのかということが大事だと思っています。」と高橋典成は記している。

旧沢内村では、1954年に「国保直営沢内病院」が開設され、62年には「沢内村地域包括医療実施計画」の中心に位置づけられる。2005年に実施された湯田町との市町村合併にあたり、「病院は無駄ではないか」と廃止の声が挙がったが、存続を果たし、今も「町立西和賀さわうち病院」として地域住民の健康を担っている。

この4月には51歳の医師が院長に就任、ここで生きていくことを決意しているという。深澤の実践と、その周囲に培われてきた地域福祉の思想が、この地には脈々と受け継がれているようだ。

# あすマネ

明日からすぐにマネ(真似・マネジメント)できる!

このコーナーは、TVACに寄せられた相談をもとに、市民活動やNPOの運営にまつわるヒントを紹介しています。

\* 本日まで相談 \*

## セルフヘルプグループってなに? ②

### ～運営の実際と、活動を続ける理由～

東京ボランティア・市民活動センター(以下、TVAC)には、さまざまな「当事者」の方からの相談が寄せられています。前号ではTVACに寄せられる「声」をもとに、当事者活動、セルフヘルプグループ(以下、SHG)との出会いや、活動を立ち上げたときの想い、最近の動向などをご紹介します。

今回は、SHGを実際に運営していく中で直面する課題や工夫とともに、「それでも活動をする理由」について、実際の「声」をもとにご紹介します。

#### ■ グループ運営と継続の難しさ

● 活動・テーマに関わらず、悩みは共通

SHGの運営や活動を続ける中で発生する様々な課題のうち、多くの団体が直面するのが「場所」「お金」「人に関すること」です。これらは、SHGに限らずほとんどのボランティアグループ・NPOにとっても悩みの種ですが、SHGだからこそ、より一層難しい状況になってしまうこともあります。

まず、場所の問題です。多くのSHGがサロンやミーティング、交流会などの活動に使える場所探しに苦労しています。安価で借りられる公的施設はNPOやボランティアグループにとって頼りになる存在ですが、「区民〇人以上の参加や構成」などが利用条件になることも多く、名簿提出が求められることも少なくありません。SHGの場合、安心して参加できる環境を保障するため、名前や住所を言わなくても参加できたり、事前申込み不要で当日参加できるようにしていることも多くあるため、名簿が作れず、そういつ

た手続きが必要な施設を利用することができないこともあります。

単発のイベントであればどうにか会場を探すことができたとしても、SHGのなかには、参加者の有無に関わらず「定期的に開催すること」を重視しているところもあります。そうすることで、まだグループにながっていない人たちにも「いざとなったら行ける場所がある」という安心感をもってもらいたいという願いが根底にあるからです。しかし、定期利用ができる安価な会議室がほとんどなかったり、なんとか会場の確保をしても参加者がなくてキャンセルするときに費用がかかることがあります。地域の中に費用負担が少



## 活動・運営上の課題

### ①場所のこと

- ・定期的に借りられる場所が見つからない。
- ・予約がとれた無料のところを転々としているため会場が安定せず、人が集まりにくい。
- ・匿名グループのため「区内在住者」がいるかわからず、公的施設を利用できない。
- ・安価な会議室の中には、お茶はペットボトルのみ許可されているところがあり、会場以外にお金がかかる。

### ②お金のこと

- ・活動を続けるための資金が持ち出しで苦しい。
- ・助成金が対象外となることがある。
- ・収入がなかったり、障害年金だけの人も多いので、参加費を上げられない。

### ③運営体制のこと

- ・一部の人が運営を担う形になってしまい負担が大きい。
- ・当事者だけで準備や広報、事務作業をするのが大変。
- ・新しいやり方を導入したら、ずっと担当していたメンバーとの関係が悪くなった。
- ・いろんな考えのメンバーがいて「何を大事にするのか」がずれてしまう。

### ④自分たち（運営の担い手）のこと

- ・体調によって活動が不安定になりがちで、たびたび休止してしまう。
- ・やりたいことをやるために始めたけれど、  
だんだん参加者へのサービス提供になってきた。
- ・「やりたかったこと」なのに、いつの間にか「やらなきゃいけないこと」になった。
- ・自分が相談できる場、吐き出せる場がなくなってしまった。
- ・主催者として他のグループにも顔が知られており、自分の相談先がなくなった。
- ・孤独感や辛さが分かるから夜中でも電話の対応をしてしまい、  
活動と生活の線引きができない。
- ・ずっと一人でやってきていざ仲間ができると……  
正直「動きにくくなった」と思うことがある。

### ⑤その他

- ・参加者が集まらない。
- ・会や活動の情報を届けたいが  
仲間がどこにいるかわからない。



なく、SHGが継続的に安心して利用できる場所が増えることが求められています。

お金についても、多くの悩みが寄せられています。規模の大小に関わらず、活動をしていくには資金が必要になります。会員制にして会費を受け取ることでも安定的な収入にしている団体も少数ありますが、多くの団体では、費用面での参加者負担を少なくするために苦心し、参加費を低く設定したり、無料にする代わりに任意の額の寄付をもらったり、時には主催者やコアメンバーの持ち出しで賄ったりしています。

参加者からお金を受け取ることについての悩みは、「参加のハードルを下げたい」という想いとのはざまで生じるジレンマでもあります。SHGの運営者は経験的に、SHGの扉を開けるのに多くの時間と勇気が必要であることを知っています。そこで、例えば匿名での参加や、1回だけの参加を歓迎することで、なるべく多くの仲間の参加につながるよう工夫をしています。費用負担を抑えることも、なるべく無理なく参加してほしい、続けて来てほしい、という願いの現れです。

活動をはじめた最初のうちは、会場費と、チラシなどの印刷費、お茶

代などが中心で、大きなお金がなくても運営できますが、活動の広がりとともに、消耗品費や交通費、謝礼などが必要になることもあります。主催者の持ち出しや特定の人の負担に頼り続けることは困難ですから、グループと活動が無理なく続いていくためには、参加者(当事者)以外、グループの外から資金を得られる仕組みづくりが重要になります。

## 工夫や知恵も共有する

TVACで開催するSHGの交流会では、お互いの課題を聞きあうだけでなく、「こんな風をしているよ」という工夫の情報交換も盛んです。

### ● つながって、支える

SHGは、最初から自分以外の「誰か」を受け入れる覚悟をもって立ち上がっていますが、様々な「当事者性」と、「会への期待」をもった方

が来る中で、場合によっては、全ての期待に応えられないこともあります。一方で、「誰でも参加OK」とオープンにすぎることや、逆に参加しにくくなってしまったり、安心できる場と感じられなくなる人がいることも経験的に知っています。だからこそSHGはテーマや対象を限定し、その文脈で参加する人たちが安心できることを何よりも優先しています。

最近では、一つのグループで完結す

## 活動・運営上の工夫

- 匿名参加のグループなので名簿が作れなかった。今は、参加者(当事者)名簿ではなく、会を応援してくれる人たちに登録してもらって「応援団」の名簿で対応している。
- 無料の会場がとれたときでも参加費を受け取って、有料の会場でも参加費を上げなくていいようにしている。
- 運営に必要なもの(お菓子や文具)をもってきてくれたら参加費を割引して、集まりすぎたお菓子などは他の会に数百円で買い取ってもらっている。
- 運営を一緒にやってくれる人はとても必要だが、トラブルも多いので、慌てず「お試し期間」を設けている。
- 運営に関わるメンバーは、現メンバーのスカウト制にしている。
- 団体のホームページに企業の広告を載せて、年間〇〇円くらい収入がある。
- 事務が一人に偏って大変だったので、誰でも担えるやり方をつくって交代で運営している。



## 活動や運営の限界と連携について

- ・参加者からの「これやってほしい」はあるけど、全部自分たちだけでやらなきゃいけないことじゃない、と考えるようにしている。
- ・いろんな参加者がいるが、運営メンバーの当事者性と重ならないことは正直やれないし、活動がぶれてしまう。
- ・自分のグループでは扱えないテーマをもつ参加者や、抱える問題がダブル・トリプルに参加者もいる。普段から他のグループとのつながりを積極的につくって、いくつかのグループで、その人の少しずつを受け止められるようにしている。
- ・自分のグループでは扱えない「問題」も、他のグループとつながっていると、自分が信頼できるグループを紹介することができる。
- ・自分だけの問題じゃなく、誰かと共有できる問題にしたかった。

ることなくゆるやかなネットワークを作り、グループ同士がつながることで「誰かの居場所」や「期待」を少しずつ担いあう形も模索されています。

SHGの運営は苦勞も多く生活との両立も楽ではありません。それでもなぜ、多くの方たちが「当事者」として活動をはじめ、続けているのでしょうか。7人の方にお話をききました。

### なぜ、当事者活動を するのか

#### ●活動する意味、続ける原動力

☺ 子どもの頃、父が自死して差別を受けてきました。悔しくてたまらなかつた…。ずっと「私のせいじゃ

ないのになんで」って、思っていました。でも、活動の中でいろんな人たちと出会い、人生に困難のない人なんていない、私だけじゃない、みんな何かの当事者だということを知りました。ずっと一人だと思っていただけ、活動を通して仲間がたくさんできました。誰もが置き去りにされない社会を目指したいと思って、活動をしています。

☺ 活動を始めたのは、私の回復のために私の「語り」を聴き続けてくれた主治医や周りの人たちに恩返しをしたかったからです。私にはそれ以外に感謝の気持ちを伝える術が浮かばなかつたのです。運営・継続には大変なこともありますが、活動を続けていくうちに、まるで活動が我が子のように思えてきて、私自身の生きる意味に変わりました。そして、現在は生活の一部として、心のバランスを取るために欠かせないものになっています。

☺ LGBTQでかつ疾患や障害を抱えた人たちの自助グループをしています。精神疾患や発達障害のグループでは、疾患や障害のことは話せるけど、当事者としての恋愛や性については、正直に話すことが難し

いです。一方、LGBTQコミュニティでは、精神疾患やHIVがいまだにタブー視されていることも多く、それらについて正直に話すことは難しいと感じます。いまの活動は、同じ立場にある仲間や医療系の団体ともつながれて、その人たちから得られるヒントがたくさんあります。

☺ 精神疾患のセルフヘルプグループをしています。自分が病で苦しんだ体験を生かして、当事者同士で寄り添ったり、体験を共有しあうことで支え合いたいと思って活動をしています。当事者活動をしているのは、経済や科学技術などの発展を重視する傾向のある社会の中でわたしたち「当事者」が発信することで、もっと「心」を大切にした社会にしていきたいと考えているからです。

☺ みんなの依存先を増やすために



当事者会をしています。さらに言えば僕の依存先を作るために活動をしています。僕らも、みんなも、お互いに依存する。多くの人で負担を分散して依存し合うこと。それが『みんなを支え合う』ことなんだと思っています。

☺️今も「暴力を受ける側にも問題がある」と考える人が身近にもいることを知って、失望することがあります。そうした現実や感覚に違和感をもち、抵抗しようと思うものの、ひとりで抱えていると孤独感が募って疲れてしまいます。安心して思いを共有できる場と時間があるということは、同じ体験をした人たちの心の拠り所になると信じています。また、自助グループには具体的な体験があり、それ・その後を生きる当事者がいるのだということを社会に示すミッションもあると思います。

☺️一番辛かったことは「悩んでいる」ということを人に話せないことでした。そんな孤独感を解消したくて活動をはじめました。活動を通して、私自身が人生のできごとを受け入れていくことと、自分たちが成長（変化）していく姿を周りの人たちに見てもらいたいと思いました。い

まは活動を休んでいますが、それをマイナスに捉えずに変化の一つとして楽しんでいます。

\* \* \*

2回にわたり、SHGの実際を紹介するなかで、SHGは多くの方にとって「ひとりじゃない」を実現できる場であると同時に、社会に対してそのありようを問いかける存在であることが改めて見えてきました

た。また、全ての市民が、ある側面においては当事者であることはもちろんのこと、自分自身の当事者性以外については鈍感になる可能性についても言及されていました。

市民社会の実現にとって、「当事者」のもつ経験や言葉は不可欠なものとなっています。一方で、地域との関係・摩擦・無理解によって生み出される偏見や生きづらさ、「当事者性」も多くあります。それらの解消や、社会のありよう自体を

変えていくことを、「当事者」活動だけに担わせることのないよう、社会全体がSHGへの理解を深め、市民一人ひとりが「当事者」として、SHGが活動しやすい環境づくりに寄与していくことが求められています。

（相談担当専門員 森玲子）



本誌『ネットワーク』の「セルフヘルプという力」コーナーで掲載した活動事例をまとめた冊子を作成しました。ご興味がある方は、TVACまでご連絡ください。

## 東京ボランティア・市民活動センターの相談

東京ボランティア・市民活動センターでは、NPO、ボランティアグループ、当事者団体の設立・運営などのご相談をお受けしています。ぜひ、お電話ください。

TEL:03-3235-1171



Vol  
20

## 明星大学ボランティアセンター

あなたのまちの **キラっと☆**  
**ぼらせんナビ**

ボランティア・市民活動センター、略して「ボラセン」をご存じですか？ボラセンは、あなたの住むまちにもある、あなたのボランティア活動・市民活動をサポートする窓口です。このページでは、毎号各地域のボラセンに登場していただき、メッセージとともに、その特色や利用の仕方などを伝えてまいります。

# ボランティア活動を行う学生 年間延べ数一万人！

困気で、サークルのミーティングやワークショップの場としても活用されています。

## 明星大学ボランティア学生の底力

☆被災地支援活動…地元の住民同士の交流に貢献  
2011年8月より開始した「いわき合同ボランティア活動」は、現地の学生との合同企画で、いわき市内の被災した方々に寄り添う活動をしています。以前は仮設住宅での足湯カフェを、そして今は、いわき市災害公営住宅永崎団地で子どもから高齢者まで楽しめる地域交流活動を行っています。

☆「ぼらチャレンジ」…新たな企画に活動費助成  
「明星大学学生が近隣地域と連携して取り組む社会貢献活動」をテーマに、学生から活動プロジェクトのアイデアを募り審査、助成、成果報告会を実施しています。2018年度は6団体が新企画に取り組みしました。

明星大学ボランティアセンターは、2008年5月に開設されました(愛称「きらきらボランティアセンター」…略称「きらボ」)。学生のボランティア活動は本学の「体験教育」の実践の場であり、センターは学生一人ひとりの優しい気持ちや柔軟な感性と問題への関心を大切にしながら、一人でも多くの学生が身近な社会に向かって貢献する活動ができるよう支援しています。

本学では、学内ボランティアサークル15団体と個人ボランティアで、年間延べ数約一万人が活動をしています。センターでは、ボランティアに関する相談や情報提供を行い、学生が安心・安全にボランティア活動ができるように、事前説明・勉強会、各種助成の説明(ボランティア保険加入支援、災害復興活動支援、団体活動支援)も行っています。センターはオープンな雰



ボランティアセンター入口風景



団体による新入生向け活動説明会



災害公営住宅での地域交流イベント



## 明星大学ボランティアセンター

<https://www.meisei-u.ac.jp/support/volunteer.html>  
✉ [kiravo@gad.meisei-u.ac.jp](mailto:kiravo@gad.meisei-u.ac.jp)

〒191-8506 東京都日野市程久保2-1-1 22号館(大学会館)1階  
TEL: 042-591-6231 FAX: 042-591-6261

立川まんがばーくは、「立川市旧庁舎施設等活用事業」のコンペで選ばれた。  
現在の蔵書は約4万冊。床のほとんどの部分が畳敷きになっている。  
写真提供：立川まんがばーく <https://mangapark.jp>



# つぶやき ブレイク

vol.07



## まんがのすゝめ

アール・ブリュット\*展を観に行ったとき、同じ建物のなかに「立川まんがばーく」があったので、入館してみた。

立川まんがばーくは、旧市庁舎を大規模改修し、2013年に開館した。新しいきれいなスペースが400円(小人200円)で利用でき、開館時間中まんが読み放題という、まんが好きには垂涎ものの贅沢な場所である。そこには古いものから最新のまんがまでずらりと並び、歴史、スポーツ、食・グルメなどジャンルも幅広く、学習まんがはかなりの充実ぶりだ。館内にはカフェコーナーや母子優先トイレ等もあり、さまざまな年代・背景の人が過ごせるよう工夫されている。まんがコーナーは、いすに座ったり、畳の上に寝転んだり、押し入れのような小部屋にこもる等、家にいるかのようにくつろぐことができる。熱心にまんがをよみふけている大人も多い。

この立川まんがばーくで出会ったまんがの中で、印象に残ったのが『もやしもん』と『超訳百人一首うた恋い。』だった。

前者は、肉眼で菌を見ることが出来る農大生を主人公にした学園

ものである。昨年、「第一回発酵検定」なるものを受けた筆者としては、ストーリー展開のおもしろさだけでなく、学びのある内容であった。検定はぎりぎりの点数で合格したが、勉強しながらこれを読んでいたら、もう少し良い成績だったであろう。

楽しみながら学べるのは、後者も同じだ。イラストや言葉遣いが(ここ)まで崩しているのかと心配するほど、現代風であるが、ゆえに和歌に込められた意味や想いがすんなり入ってくる。訪れた先の風景であったり、どうにもならない身の上、そしてとくに恋のせつない気持ちは、時代を超えて共感できる。作中で、身分は低いが和歌が巧みな文屋康秀が、和歌を詠むことは、「心の自由」だと説いている。どんな境遇でも心は支配されない。このフレーズがもつとも胸にささった。

紹介されている和歌の数は少なく、超訳ぶりにとまどいの声もあるかと思いきや、口コミの評価は高い。それにしても、



『超訳百人一首 うた恋い。1~4』  
杉田圭/株式会社 KADOKAWA  
メディアファクトリー

何の技巧もないうえにパクった和歌である。しかも、パクリ元は百人一首ではない。自分が現代に生まれたことを感謝するしかない。(秋池智子)

\*アール・ブリュットとは、正規の芸術教育を受けていない人が独特の手法を生み出して完成させたアート。

身分の低い者が高い者に口答えする、女性が男性をひっぱたく、才気あるが外の世界を知らない女性を愛するがゆえに大海へ放す…など、この時代からこうしたことが当たり前であったなら、いま、市民社会はどのようになっているのだろうか。

いにしえのたえて上下のなかりせば 現代(いま)の心はのどけからまし



セルフヘルプグループとは、共通の悩み、問題を抱える人やその家族が自発的に活動を行う集まりのことです。このコーナーでは、セルフヘルプグループの思いや活動内容を紹介し、社会の認識を深めたり、他のグループの運営のヒントとなることをめざします。

## 「場面緘黙<sup>かんもく</sup>をもっと世の中に知ってもらいたい」

### 第19回

## こと は 言の葉の会

家では普通に話せても、学校など、ある特定の状況や場面では、一貫して話すことができなくなる場面緘黙の当事者グループである言の葉の会副代表の青木路人さんにお話をうかがいました。

### はじまりの物語

### 「場面緘黙とは何か？」

場面緘黙は、確立された会話能力があるにも関わらず、ある特定の状況においては一貫して話すことが困難になる症状です。症状は個人差があり、全く言葉を発せられない人もいれば、非常に小さい声でなら話すことができる人もいます。

現在では不安症の1つと考えられており、話すことだけでなく身体の動作が困難になる「**緘動**」を持つ場合もあります。また、適切な介入がなければ、症状が長期化し、社会適応に大きな問題をきたす場合があります。医学的には、家庭など安心できる場では話せるのに、話を求められる学校など特定の場面で1ヶ月以上継続して全く話せなくなる症状のことを言います。1ヶ月以上継続すると場面緘黙と診断されますが、それが20年以上続く人もいます。

場面緘黙の原因などのメカニズムはよくわかっておらず、治療法も確立していません。医師や教員の間でも、場面緘黙という言葉は知ってい

ても、実際の場面緘黙児とはどのようなものなのか、また、どのような対応をすればいいのかは手探り状態なのではないかと考えられます。

当事者や経験者は、「自分は言葉が話せるのに、なぜか全く話せない状態が続いた。こんな人間は自分だけなのではないか」と、一人悩みを抱えて孤立しがちです。

「本当は話せるのに話さないなんてずるい」、「猫をかぶってるだけ」、「ただの人見知り」、「気にしすぎ」などと周りから責められたり、勘違いをされることも多いのです。

### 苦しんでいたのは

### 自分一人ではなかった！

私の場合は、幼稚園から大学4年生になるまで、学校でしゃべることができませんでした。家ではむしろおしゃべりなぐらいでしたが、学校では授業中の受け答えはできても、なぜか休み時間になるとクラスメイトとのフリーな会話が全くできないのです。自分でもわけが分からず、こんな風になるのは自分一人だけだと思っていました。高校生ぐらいからは本気で何とかしないとまずいと焦っていました。どうすることもできないままです。

ところが、理系の大学に進学し、4年生になった時、自分の周りの環境が変わったことをきっかけに症状

が少しずつ改善していったのです。研究室には決められた自分の席があり、同期の学生も10名以下と少人数でした。研究テーマが設定されているおかげで、フリーにみえる会話にも、いろいろな前提や枠組みが存在していたわけです。話せない自分を責める人もいませんでした。振り返ってみるとそうしたことやしやべる自信につながっていったのだと思います。

2007年のある日「学校でしゃべれない」をキーワードにネットで検索したところ、場面緘黙の情報があふページにたどり着き、「自分はこれだ！名前がついているものだったのか」と驚きました。27歳の時ではまることを知りました。

### 「わがままはやめろ」!?

「わがままはやめろよ」。高校でクラスメイトに言われたこの一言が今でも忘れられません。文化祭の準備で担当の係を決める際に、どの係をやりたいか聞かれた私は、当然答えることができませんでした。そこで言われたのがこの言葉です。授業中は先生の問いに答えることができていた私は、しゃべれるのに、わがまままで答えないのだと思われたのでした。「わがままだから」「頑固だから」しやべらないのだからという誤解や

偏見が多いのです。

何故緘黙になったのか、その理由は自分でもわかりません。医学的にも原因は解明されておらず、症状は人によって千差万別です。「喉に言葉がつかえてでにくい」と感じている人もいれば、非常に小さな声でならしゃべれる人もいます。私の場合は「頭で考えていることが言葉にならない。思考を言語化できない」という感覚です。また私とは逆に、家ではしゃべれないのに学校ではしゃべれる人もいます。

緘黙の症状に苦しんでいる人は、みなさんが想像されるより沢山いるのではないのでしょうか。200人から500人に1人と言われていますが、今にして思えば、小学校にも中学校にも私と同じように話せない子がいました。個人的な感覚ではもっと多いのではないかと思っています。

## 環境の変化とスモールステップで症状が改善

大学4年以降は、博士課程まで含めて、およそ5年間、不安や負荷の少ない環境で過ごすことができました。そうした意味では、ほぼ家にいるような感覚だったと思います。私は徐々に話せるようになり、人前で研究発表などもできるようになっていきました。結果的にちよつとずつちよつとずつ、できる範囲を広げて

いく、いわゆる「スモールステップ」を踏んでいけたのが良かったのでしよう。このように本人や、親、教員などにより、できることとできないことを適切に見定めて、そのうちのできることをちよつとずつ、広げていくことが症状の改善につながると思います。不安感のない状態から、少しだけ不安のある状態をつくり、それに慣れていき、ステップアップしていくイメージです。

引越したり転校などで身の回りの環境が変わり、突然緘黙になる人もいますが、逆に緘黙が治る人もいます。それまでの知り合いがいなくなることで気持ちが悪くなるからです。「あいつはしゃべらない」と思われていると、改めてしゃべりだすには、すぐエネルギーがいります。しゃべりだすエネルギーが自分の中にたまっていると、環境が変わったのをきっかけに、再びしゃべれるようになるのかもしれない。

## 緘黙の認知度が上がってほしい

言の葉の会は、ライングループをきっかけに2018年に誕生しました。それ以前、当事者以外にも親や支援者が入ったグループがありました。が、当事者だけの緘黙の会ができたのは初めてのことです。

緘黙の人にとってツイッター等SNSはありがたいツールであり、こ

の10年で、緘黙に関する情報発信は飛躍的に増え、新たな当事者の参加の入り口にもなっています。

当事者の居場所づくりとして、チャットなどにより悩みや経験を共有するネット上の交流の他、関東、中部、関西のそれぞれの地域で、2カ月に1回、実際に顔を合わせる交流会を開催しています。当事者だからこそできる、「安心できる」居場所づくりを心がけています。

最近の入会を希望する緘黙児童の保護者からの問い合わせもありま

### ▼「どうして声が出ないの? マンガでわかる場面緘黙」



金原 洋治 (監修)  
はやしみこ (著/文)  
かんもくネット (Knet) (編集)  
発行: 学苑社  
A5判64ページ  
定価 1,500円+税  
ISBN9784761407551

金原 洋治 (著/文)  
高木 潤野 (著/文)  
発行: 合同出版  
B5判160ページ  
定価 2,400円+税  
ISBN9784772613743



『イラストでわかる子どもの場面緘黙サポートガイド』  
アセスメントと早期対応のための50の指針

## 言の葉の会

**キーワード** 場面緘黙 / 「話せるのに話せない」 / Selective Mutism  
**URL** : <https://www.kotonoha-sm.org>

場面緘黙の当事者・経験者による当事者グループ。緘黙に関する社会の認知の向上、当事者同士のつながりや、安心できる居場所づくりなどを目的に、2018年設立。ウェブを通じた居場所づくりや、交流会、セミナーなどを実施している。団体名には、「しゃべれないからこそ、言葉を大切にしたい」という想いが込められている。

**メンバー** 場面緘黙の症状のある当事者、経験者  
**活動内容** 交流会、ウェブ上での通話やチャットによる悩みや経験を語る場づくり、セミナーの開催 等  
**活動エリア** 関東、中部、関西ブロック **相談** あり  
**集まれる場** あり **連絡先** [office@kotonoha-sm.org](mailto:office@kotonoha-sm.org)

す。ゆくゆくは、こうした情報がなく不安を抱えた保護者にもアプローチをしていければと思います。

近日中に開催予定のセミナーは、あつという間に定員に達しました。関心を持っている人はたくさんいると思います。まだまだ知らない人、誤解している人が多い中で、緘黙の認知度が上がり、話そうとしても話せなかった当事者の苦しみや辛さを知ってほしいと願っています。

佐藤新哉 (編集部)  
森 玲子 (相談担当)

# 読者の声

～本誌359号より～

読者の皆さんからいただいたアンケートの一部をご紹介させていただきます。

## ◆特集：

### 企業・社員という『市民』とともに

・民間企業といっても、ボランティアとまったく縁のない職場なので、ただただうらやましく読みました。

・企業のCSRは企業のよさを生かすためのものだと思っていました。ボランティアセンターや関係機関などが関わることで、裾野が広がっていったのだとわかりました。企業の本気度もよくわかりました。

### ◆思い立ったがボラ日：パフォーマン スバンク・盛り上げボランティア

・苦労よりも場の楽しさが伝わってくる内容で、小さな子どもたちにも興味を持ってもらうために、楽器体験をしたり、盛り上がりつつ思い出を残す。すごくいいと思いました。

### ◆セルフヘルプという力：JCCODA (聴覚障がいの子を持つ健聴の子の会)

・CODAという言葉・存在を初めて知りました。当事者同士で、あるある。話ができる場があるって心強いことですね。

## ◆いいものみ〜つけた！：

### NPO法人SOU

・福祉作業所で作る雑貨は、他の作業所とかぶらない、ニーズに合うものを企画することも職員の仕事だと考えていましたが、NPOが支援することでコラボレーションが生まれるものだと思います。

## ◆あすマネ：

### セルフヘルプグループってなに？

・自分も悩み苦しんだ経験があり、その悩みを人に話すことができずにいた時期がありました。同じような悩みを持つ人がいて、心が軽くなりました。セルフヘルプグループについてもっと知りたいと思いました。

### ◆ぼらせんナビ：聖学院大学ボラ ティア活動支援センター

・学生が活動することで、被災者の方も元気になるのではないかと思った。

## ◆その他

・表紙がよいと思います。話題も盛りだくさんで、いろんなボランティアの形があることを知りました。

## 東京ボランティア・市民活動センター

(TVAC: Tokyo Voluntary Action Center)

<http://www.tvac.or.jp>

東京ボランティア・市民活動センターは、ボランティア活動をはじめとするさまざまな市民の活動を推進・支援しています。どうぞご利用ください。

### 利用

会議室 会議室A・B(各40人)・C(15人) 無料  
※会議室AB通し(80人)  
貸出機材 印刷機(2台)紙持ち込み、点字プリンター 他  
申込み 4ヶ月前から電話で受付(03-3235-1171)

### 情報提供

最新のボランティア・市民活動情報は、センターのホームページでご覧いただけます。<http://www.tvac.or.jp/>

### 開所時間

火曜日～土曜日: 9時～21時 / 日曜日: 9時～17時  
(月・祝祭日・年末年始除く)

### 交通アクセス

JR、地下鉄(東西線・有楽町線・南北線・大江戸線 出口B2b)  
飯田橋駅下車

## ネットワーク

は、  
ボランティア・市民活動を広げ、  
応援する情報誌です！

【次回予告】2019年7月下旬発行予定

## 特集 多民族・多文化共生 社会を考える (仮題)

発行人 山崎美貴子

編集委員 五十嵐美奈(興望館)

上杉貴雅(オレンジフラッグ)

江尻京子(東京・多摩リサイクル市民連邦)

齋藤啓子(武蔵野美術大学 造形学部教授)

シュール大学 社会学ゼミ(東京シュール シュール大学)

中原美香(リスク・マネジメント・オフィス)

まつばらけい(フリーライター)

渡戸一郎(明星大学名誉教授)

編集・発行: 東京ボランティア・市民活動センター  
〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
セントラルプラザ10階  
TEL: 03-3235-1171 FAX: 03-3235-0050  
E-mail: [nw@tvac.or.jp](mailto:nw@tvac.or.jp)

印刷: 株式会社丸井工務社

デザイン: 東京ボランティア・市民活動センター/株式会社丸井工務社

表紙イラスト: フローラル信子

2019年5月20日発行(通巻No.360)

ISBN 978-4-909393-14-2 C2036

400円(消費税込)

本誌掲載記事の無断複製・転載を禁じます。



# いいもの みい〜つけた!



このコーナーでは、ボランティア・市民活動・福祉施設のグッズや作品を紹介します。

Vol.  
19

## 社会福祉法人愛成会 ふらっとなかの

「ふらっとなかの」では、就労継続支援B型、生活介護の利用者さんがパン工房、豆富工房、カフェ、わくわく（ものづくり）工房で活動しています。

ある時はおしゃべりに花を咲かせながら、またある時はこつこつと作品づくりに取り組み、カラフルな羊毛ボール、羊毛フェルト、手漉き和紙、染色などの手作り雑貨を、「デリシャスサン」というショップで販売しています。お客様に「かわいい!」「すてきね!」と話しかけられ、照れながら作品の説明をするひとときが、メンバーの喜びや楽しみになっています。緑豊かなテラスのあるカフェでは、溶岩窯で焼き上げたパンやドリンク等をご賞味でき、濃厚な豆乳で作った豆富もご購入いただけます。メンバーもお客様とほっとする時間を大切に思っています。ふらっと遊びにきてくださいね。

### 社会福祉法人愛成会 ふらっとなかの

所在地 〒164-0012 東京都中野区本5-40-14  
TEL 03-6805-6580 FAX 03-6805-6581  
E-mail flat@aisei.or.jp  
HP <http://www.aisei.or.jp>



1



2



3



4

1 Session!TOKYO50 (障害者週間の集い)に出店中の写真。

2 野菜のフォッカッチャ。いろとりどりの旬の野菜を使います。

3 「ふらもんマグネット」。ひとつひとつ顔がちがうよ。

4 山型食パン。お気に入りのお客様の多い、味わいのパン。

もしも、ボランティア活動中にけがをしたら...  
けがをさせたり、物を壊したら

2019年度版  
**ボランティア保険のご案内**

**ボランティア保険とは**

- ①ボランティア活動中の事故によりボランティア本人がケガをした
- ②ボランティアの方々が、ボランティア活動により他人に対して損害を与えたことにより、損害賠償問題が生じた

①、②の場合を補償する保険です。



**保険期間** 2019年4月1日0時から  
2020年3月31日24時までの1年間  
※中途加入の方：加入手続き完了日の翌日0時から2020年3月31日まで

2019年度版  
**行事保険のご案内**

**行事保険とは**

国内において、福祉活動やボランティア活動などを目的として、または、市民活動の一環として、非営利の団体が主催する行事参加中に

- ①行事参加者が偶然ケガをした場合の傷害補償
- ②行事主催者が法的責任を負った場合の賠償責任補償

加入できる団体は...

○福祉等に従事する非営利団体  
○ボランティア団体等の市民活動団体

- この保険の対象となる行事とは...
- 保健・医療または福祉の推進を図る活動
  - 社会教育の推進を図る活動
  - 学術・文化芸術またはスポーツの振興を図る活動
  - 子どもの健全育成を図る活動
  - まちづくりの推進を図る活動
  - 災害救援活動
  - 人権の擁護または平和の推進を図る活動
  - 国際協力の活動
  - 男女共同参画社会の形成の促進を図る活動
  - 男女共同参画社会の形成の促進を図る活動
  - その他、福祉団体や団体同士の親睦活動等

**被保険者(補償の対象者)**  
傷害補償...行事参加者全員  
(主催者、スタッフを含む)  
賠償責任補償...主催団体  
※行事参加者個人の賠償責任補償ではありません

**保険期間** 2019年4月1日～2020年3月31日

**重要** この保険は行事参加者全員(主催者、スタッフ等を含む)を報告する制度となっております。参加者全員を特定できない行事はこの制度の対象とはなりません。  
<名簿取扱いについて>  
①参加者全員の名簿を作成する。(事故発生時に参加者全員を確認いたします。)  
②宿泊行事参加者名簿のみ窓口へ提出する。  
③宿泊行事は提出義務はありませんが、事故発生時の報告の為に必ず名簿を備えてください。(1日行事は提出義務はございません。)  
④名簿は氏名(フルネーム)と電話番号(携帯電話)を記載してください。事故発生時に連絡がとれるようにしてください。

この保険は、東京都社会福祉協議会が保険契約者となり、東京都社会福祉協議会および登録された上記団体が主催する年間行事を手配する包括契約によるものです。

社会福祉法人 **東京都社会福祉協議会**

2019年度版  
**「行事保険(当日参加対応型)」のご案内**

- ①行事参加者が偶然ケガをした場合の傷害補償
- ②行事主催者が法的責任を負った場合の賠償責任補償

本保険は、下記の点が行事保険と異なります。  
1 申込時点で名簿の備付が不可能であるが、当日であれば名簿(氏名のみ)の備付が可能で対応できます。  
2 対象となる行事は、宿泊を伴わない事業であり、「行事保険」の1日行事区分(「行事」)の範囲の行事となります。  
3 往復途中の補償は、ありません。  
4 申込み時に人数が確定している必要はありませんが、予定されている定員数でお申込みください。  
5 行事当日に参加者(主催者、スタッフ含む)の氏名(フルネーム)が記載された名簿を作成いただく必要があります。  
※事故発生時には、参加者全員分の名簿が必要となります。

加入できる団体は...

○福祉等に従事する非営利団体  
○ボランティア団体等の市民活動団体

- この保険の対象となる行事とは...
- 保健・医療または福祉の推進を図る活動
  - 社会教育の推進を図る活動
  - 学術・文化芸術またはスポーツの振興を図る活動
  - 子どもの健全育成を図る活動
  - まちづくりの推進を図る活動
  - 災害救援活動
  - 人権の擁護または平和の推進を図る活動
  - 国際協力の活動
  - 男女共同参画社会の形成の促進を図る活動
  - その他、福祉団体や団体同士の親睦活動等
  - 上記の活動のうち、行事区分に該当するもの

**被保険者(補償の対象者)**  
傷害補償...行事参加者全員  
(主催者、スタッフを含む)  
賠償責任補償...主催団体  
※行事参加者個人の賠償責任補償ではありません

**保険期間** 2019年4月1日～2020年3月31日

**重要** この保険は、当日の行事参加者全員(主催者、スタッフ等を含む)を報告する制度となっております。参加者全員を特定できない行事はこの制度の対象とはなりません。  
<名簿取扱いについて>  
①当日、参加者全員の名簿を作成する。(事故発生時に参加者全員を確認いたします。)  
②申込時に名簿の提出は不要です。(事故発生時の報告の為に必ず名簿を備えてください。)  
③名簿は氏名(フルネーム)と電話番号(携帯電話)を記載してください。事故発生時に連絡がとれるようにしてください。

この保険は、東京都社会福祉協議会が保険契約者となり、東京都社会福祉協議会および登録された上記団体が主催する年間行事を手配する包括契約によるものです。

社会福祉法人

東京都社会福祉協議会指定生損保代理店

**有限会社 東京福祉企画**

〒162-0825 東京都新宿区神楽坂1-2  
研究社英語センタービル3階

TEL. 03-3268-0910  
FAX. 03-3268-8832

URL. <http://www.tokyo-fk.com/>

※ボランティア保険および行事保険の加入について...  
東京都内の各区市町村のボランティアセンターまたは  
東京都社会福祉協議会窓口で手続きができます。

◆他にも、さまざまな保険をご用意しています◆

- \* 役員賠償責任保険および役員災害補償保険
- \* 社会福祉施設損害保険 \* 介護事業者総合保険
- \* 労災上乗せ保険 \* 在宅福祉サービス総合保険
- \* 社会貢献型後見人に関わる損害保険
- \* サイバープロテクター (情報漏えい保険) 他