

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.363 2019年

# 12月号

特集

## 学校の今

### ～地域で支える体験学習と課外活動

思い立ったがボラ日

（ ちょうふチャリティーウォーク実行委員会  
チャリティーイベントに参加！

いいもの みい～つけた！ vol.22

（ シャロームみなみ風  
楽しいイラストの小物たち！

セルフヘルプという力 第22回

（ JRPS（日本網膜色素変性症協会）ユース部会  
将来への不安を軽くし、前向きになるために

TVAC News vol.3

（ 中間支援組織スタッフのための  
支援力アップ塾



# ちょうふチャリティー ウォーク実行委員会



ウォークのようす。

## 思い立ったが ジツ 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。



実行委員の方やボランティアさん。

気持ち良い秋晴れの日、かわいいキャラクタの衣装を身にまとった子どもたちが楽しそうに町を歩く様子を見て、嬉しそうにボランティアの方々は微笑んでいた。今回は、今年で11回目のちょうふチャリティーウォークに参加させていただいた。

### ちょうふチャリティーウォークの はじめ

2007年の冬、調布市内にある企業でチャリティーを目的とした社内のクリスマスパーティーが行われ、「集まったお金を調布のために使いたい」とパーティーの主催者が調布市市民活動支援センター（調布市社会福祉協議会運営）のえんがわファンドという基金（助成プログラム）に寄付した。この寄付がすべてのきっかけとなった。胸を熱くした市民活動支援センターのスタッフが主催者に「調布の市民みんなが参加で

きるチャリティーイベントを一緒に作りましょう！」とモチベーションを上げて楽しむチャリティーウォークを企画。これに多くの同僚や市民団体、市民が賛同した。そして、2008年秋、記念すべき第1回ちょうふチャリティーウォークが開催された。毎回参加費をえんがわファンドに寄付している。これまでに総額240万円余りの寄付が集まり、その全額が市民主体の地域貢献活動に使われている。

### 新たなチャレンジ

2019年の委員長の水田さんにお話をうかがった。「今年のチャリティーウォークは、例年と異なり、ハロウィーン仮装・ダンスイベントを加え大きくパワーアップした。コスプレヤーだけの楽しみとならぬように、あくまでも、仮装という表現にこだわった」「もっと、寄付が身近なもの





ゴール後の抽選会のようす。



ダンスフェスのようす。



当日のチャリティー



実行委員長の水田さん。

「自分が住みたいまち」になって欲しい。ボランティアデビューのスタッフには、楽しくあってもらいたい。住んでいる地域で楽しめること、まちの人がつながること、まちの安心にもつながって欲しい」とイベントへの想いを熱く語ってくれた。

実行委員の方々は、イベントに参加する理由として「人やまちを再発見する場所になる」といい、「市民として地域に恩返しをしたい」など、それぞれ情熱のこもった気持ちを話してくれた。特に多かったのは「他の実行委員から刺激や影響を受けることが沢山あり、得るものが大きい」という委員の方々からの感想。委員には、撮影が得意な方、WEBが得意な方など、さまざまな特技をお持ちの方がおり、委員会での出会いをきっかけに、自分でも市民活動団体を始めた方もいる。熱い想いは、次々につながり、広がっているようだ。

その熱を冷まさないよう、支える人もいる。「自分たちで全てやっているところが

### 自分が住みたいまち

ちようふチャリティーウォークは、たくさんの方々の参加の皆さん、協賛団体の皆さんと共に調布のまちをより素敵なまちにするために毎年実施されている。自分たちが住むまちを、自分たちの力でよりよくするために、地域の人たちが一丸となっている。熱い想いがあれば、人は動かされ、楽しいことをやっていければ、人は集まる。シンプルなことなのかもしれない。

ちようふチャリティーウォーク実行委員会

<https://chofucw.com/>



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！

(編集部)



2 まずは受付を済ませ、荷物を預けて、いざスタート！



1 ショートコースは 3.6km、ロングコースは 5.3kmのちょうふのまち並みを楽しめるコース



3 カボチャのマークを目印にスタンプラリーのチェックポイントを目指します！

4

チェックポイントでは、えんがわファンドの助成団体の活動場所や協賛企業、まちの見どころが指定されています。



6

ついにゴール!!! ハロウィンイベントを楽しみながら、まちの魅力を改めて感じられました♪ゴール後は、みんなで音楽とダンスを楽しみ、盛り上がりました♪



5

チェックポイントでは、屋台やバザーも開催しており、ちょっと寄り道。



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。



## 学校の今

### ～地域で支える体験学習と課外活動

#### 6 インタビュー

◇長沼 豊（学習院大学文学部教育学科教授）

子どもたちの豊かな学びと社会資源のかかわり

課外活動の現状と課題

市民として学校を支える

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 ちょうふチャリティーウォーク実行委員会/  
チャリティーイベントに参加！
- 13 TVAC News Vol.3 あのマネージャーに学ぶチームづくりのコツ講座  
中間支援組織スタッフのための支援力アップ塾
- 14 つぶやきブレイク vol.10 手書きの文字
- 15 セルフヘルプという力 第22回 将来への不安を少しでも軽くして、  
前向きになるきっかけに  
JRPS（日本網膜色素変性症協会）ユース部会
- 18 いいもの みい～つけた！ vol.22 社会福祉法人 南風会 シャロームみなみ風  
楽しいイラストの小物たち！

### 『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！



# 学校の今

## ～地域で支える体験学習と課外活動



これまで、体験や様々な交流を通して、市民学習として子どもたちが豊かな学びを得ていくために、学校と地域の社会資源（PTA、地域住民、ボランティア、市民活動団体など）が結びつき、多様な実践が生まれてきた。その一方で、部活動をはじめとする、教職員の過重労働といった問題点が社会的にも注目されている。

今回の特集では、363号および364号の2号にわたり、学校・地域における体験学習と課外教育の現状、そこに関わる人と直面する問題等について、地域や社会資源とうまく結びつきながら活動を行っている事例、教職員が過剰に繁忙になっている現状とそこに対しての取り組みや課題、今後の見通し等について、取材や寄稿を通して考えたい。



インタビュー

## 学校の今

# ——地域で支える体験学習と課外活動

長沼 豊（学習院大学文学部教育学科教授）

学校では今、何が起きているのだろう。

自身や身近な人が学校に行っていないと、学校の状況は見えづらい。

しかし、地域やさまざまなコミュニティとのかかわりから

体験的な学びを得る市民学習をすすめていくうえでも、

今、学校がおかれている状況を知り、理解する必要があるのではないか。

そして、市民としてかかわり、学校を支える取り組みはどのようなあり方があるのだろうか。

今号では、教員としての経験を持ち、教科外教育の研究をされている、学習院大学の長沼豊さんにインタビューし、学校についての俯瞰的なお話をうかがった。

次号では、長沼さんのお話を踏まえ、学校を支えている事例についてご紹介する予定である。

## 子どもたちの豊かな学びと 社会資源のかかわり

——子どもたちが豊かな学びを得るために、学校と地域の社会資源、たとえば地域住民や市民活動団体、ボランティア、PTAなどが結びつき、多様な実践が取り組まれていきます。その一方で、部活動をはじめとする、教員の過重労働が社会的にも注目されています。中学校の教員として現場を経験され、現在はボランティア学習やシティズンシップ教育<sup>1</sup>を中心に研究をされている長沼先生に、地域や社会資源と結びつきながら体験的な学習の実践を行っている事例や先生方の過剰負担の現状と課題に對しての取り組みなどについてうかがいたいと思います。

まず、豊かな学びを実現する体験的な学習の実践と社会資源の関わりについてお話しします。学校現場では体験的な学習が大切だという認識はありますが、学習指導要領<sup>2</sup>によって重視することが変わったり、国際学力調査に一喜一憂したりするようなどことがあると、「やっぱり教科の学習が最優先だね」と、体験的な学習の優先度が下がってしまいます。一方で、新しい学習指導要領では、

子どもたちの能動的な学びを支援するアクティブラーニング<sup>3</sup>を重視しています。アクティブラーニングは、現在、さまざまな人とつながりながら、生涯にわたって学び続けるという意味を含んだ「主体的・対話的で深い学び」と言い換えられています。つまり、教科の学習も単なる座学ではなく、体験したり対話したりするような学びにしましょうということです。

2002年に総合的な学習の時間がスタートした当初は、やり方がわからず混乱しました。学校が福祉施設に事前相談もなく「明日、こちらに生徒を連れて行ってボランティア体験をしたいのですが」と連絡する、というようなことがありました。社会や地域資源とかかわりながら、学びを実践するには手間がかかります。最近では地域住民やNPO、社会福祉協議会などが、学校や先生方をサポートする例も増えています。

——体験的な学習は理解され、定着してきたと言えるでしょうか。

中央教育審議会<sup>4</sup>が答申される経過を見てみると、一定の評価はあったと思います。私は、ボランティア学習やサービスマーケティング<sup>5</sup>がある

意味、認められたのだと考えています。

では、今後はどうしていくべきか、未来型の教育はどうあるべきか。もちろん、単なる知識のインプットではないでしょう。知識はAIに取って代わられます。今の子どもたちがおとなになったとき、現在はない職種に就く可能性もあります。社会の多様性も避けては通れません。いよいよ、教育や学びの在り方の大転換が来るのではないのでしょうか。子どもたちは、AIの時代と多様性のおかげで、いかに生きるのかという術を学ぶ必要があります。数値では測れない非認知的能力を身につけなくてはならない時代に入ったと言えるでしょう。

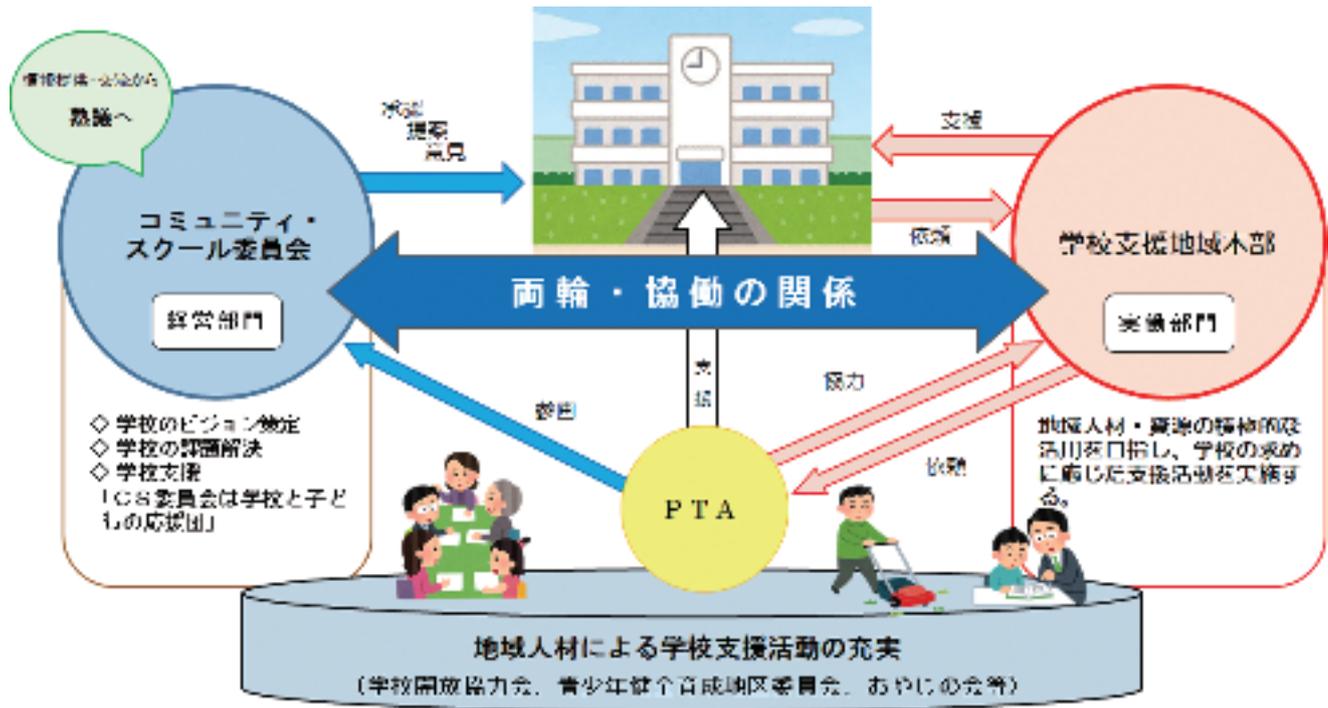
今までの教科学習も大切ですが、「主体的・対話的で深い学び」をより実現していく必要があると思います。学習指導要領も大きく変えていかなければならないでしょう。今までは学習指導要領を学校のしくみに合わせていたのですが、もつと違うアイデアで大胆に創っていくべきだと思います。そして、その学びは、学校だけで行うことは不可能です。

——体験的な学習の実践で注目されている事例はありますか？

千代田区立麹町中学校の工藤勇一校長の改革が有名ですね。定期・期末テストをなくし、クラス担任制をなくし、宿題もなくし、部活動はPTA活動の一環として行われています。決して奇抜な発想ではなく、生徒の自立性をのばすために必要なことや、社会で役立つことを学ぶために何が大切かを考えて逆算して得た結果なのです。目的と手段を整理したのです。たとえば、同校では単元テストを2回行い、2回目はその生徒の点数になります。初回で良い点を取れたら1回でもいいのですが、2回同じテストを行うことで、より知識が深まるわけです。そのほかに、市民活動団体を招いたボランティア講座、大学生が指導する麹中塾、専門家を招いてのサークル活動なども行われています。

また、杉並区の学校では地域と学校をつなぐ「学校・地域コーディネーター」が児童・生徒の学びを支えています。また、部活動の活性化と教員の負担軽減を図るため、部活動には外部指導員を配置しています。

私が教育委員を務める板橋区もがんばっています。区政として子育てや教育に力を入れており、自治体や町会にも熱心な人がいて、「板橋区コミュニティ・スクール(iCS)」



板橋区コミュニティ・スクール (iCS) のイメージ図 (板橋区教育委員会のHPより)。iCSは、教育活動を支援する仕組みであり、学校と保護者・地域の人等で構成される「コミュニティ・スクール委員会 (CS委員会) ※1」と「学校支援地域本部 ※2」を両輪・協働の関係で運営している。iCSの導入により、「子どもたちのより豊かな学びの実現」や「先生が子どもたちに向き合う時間や授業づくりのための時間の確保」につなげることが期待できる。

※1 地域の声を学校運営により反映し、「地域とともにある学校」を実現するために設置する会議体。※2 学校・家庭・地域が一体となって子どもを育てる体制を整えることを目的として、地域のボランティアが学校の必要とする活動に参加し、学校を支援するしくみ。

や放課後対策事業「あいキッズ」が設置されています。

私は、子どもたちの学びのために「ダブルボランティア」を意識するとよいのではないかと思っています。生徒がボランティア学習をし、ボランティアが学校を支えるという、双方向の取り組みです。若い人にかかわってほしいのですが、若者の人口が減っている中で、大学生はアルバイト先でも重宝され、休みが取りづらい状況です。そこで、退職した高齢の方々にも協力をいただけたらと思います。ただし、地域の社会資源を活用できるのは、東京など人口が多い地域であり、地方では同じようできないこともあるでしょうから、地方でのやり方も考えないといけません。

### 課外活動の現状と課題

—— 正課教育と課外教育活動との関係や課題は、どんなことがありますか？

学校の教育課程は中学校では29コマ(1コマ50分)しかありません。中学校の課外活動は部活動です。部活動は任意ではありますが、ほとんどの学校では採り入れています。教科

に費やす時間は週1450分ですが、女子の運動部の部活動は平均949分、男子は935分(「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」2016年、スポーツ庁調査)。授業が6割、部活4割ほどとなります。中学1・2年生の国語・社会・数学・理科・外国語の5教科の合計が900分、3年生は950分(学校教育法施行規則、2017年)。つまり、3年間の合計は、5教科の授業よりも部活動の時間の方が多くなるのです。部活動の平均時間は県によっては週1000分を超えていますし、高校生だとさらに部活動に時間を費やしているケースもあります。学校は何をするところなのか、と改めて問うたときに、このバランスでいいのか疑問です。

なぜ、そうなるのか。学校の評価を上げるには、学力を高めるか、部活動で名を挙げるか、の二者択一の指標しかないからです。部活動を否定しているわけではありません。部活動には意義も価値もあります。けれども、やり方を変えないと生徒も先生も疲弊し、ひいては教育の質の低下につながってしまいます。また、2014年の日本体育協会の調査によると、中高の運動部の顧問の半数近くはその部活の競技経験がありま

せん。私は、自分が経験した競技の副顧問になれたのでよかったです。が、教員によっては、ルールすら知らない部の顧問となるケースも珍しくありません。

——先生方の過剰負担の現状について、もう少しいかがえますか。

過労死ラインを突破している先生は、2017年の文部科学省「教員勤務実態調査」によると、小学校で3割、中学校で6割います。中学で増えるのは部活動があるからでしょう。実際に過労死する先生もいます。私の著書では、26歳で亡くなった熱血先生のことを紹介させていただきました。その先生は、バレーボール部の顧問になりましたが、経験がなかったので、専門書を読み込み、バレーボール教室にも通うのです。そこで学んだことを生徒に教え、部員と交わっていた「クラブノート」に励ましや助言を書いていました。このような「教員の善意」と努力によって支えられているのが現在の部活動です。そのことをしっかり認識する必要があります。

部活動はもともハードでしたが、2000年以降に過熱化しました。「特色ある学校づくり」が1990

年代終わりから2000年代初頭に学習指導要領でうたわれ、部活動で名を挙げる学校も出てきます。部活動については記述されない時期でもあり、自由度が高まり歯止めがきかなくなりました。私はその時期から部活動の時間が増え始めたと推測しています。

私が子どものころは、部活動に出てこない顧問の教員はたくさんいましたが、安全管理を含め、いまはそういうわけにはいきません。翌日の授業の準備は、部活動終了後にやっています。先生方はパンク状態です。一方で、働き方改革の推進が求められるています。これはアクセルとブレーキを同時に踏んでいるようなもの。今後は、時間外労働を最終的に月平均30時間に抑えないとなりません。

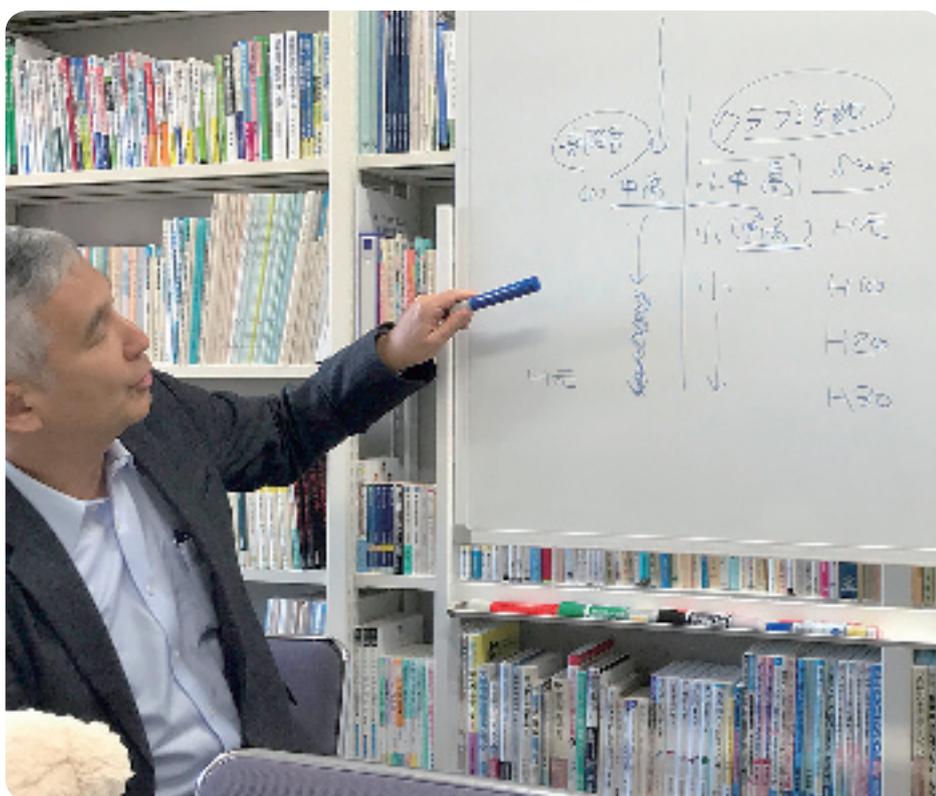
しかし、かつて私自身がそうであったように、とても熱心な教員が今もいます。18時まで部活動をしたあと場所を変えて続行したり、大会やコンクールの際はガイドライン<sup>6</sup>に示された上限を超える活動が特例として認められていることを逆手にとり、毎週、大会やコンクールがあることにしてしまうケースもあるのです。さらには、部活ができる別の施設を予約してくれる協力的な保

護者もいます。ガイドラインには法的拘束力はありませんが、部活動が肥大化してしまっている現状では、法的規制も検討した方がいいかもしれないと思うこともあります。

### 市民として学校を支える

——こうした課題に対しての市民の取り組みはありますか？

過重負担の部分を地域やNPO、企業などをお願いするのは一つの





方法です。杉並区のようにコーディネーターや外部指導員がいるといいですね。

6人の現職教員が立ち上げた「部活問題対策プロジェクト」のウェブサイトを立ち上げていますし、多くはありませんが『部活動改革』の文化部活動のあり方を問うといった著書も出ていて、そこでの問題提起が注目されています。

また、部活動の練習時間を減らしても成果が出る事例を全国で集めています。たとえば、静岡聖光学院の

ラグビー部の練習時間は、週3回で夏90分、冬60分しかありません。それでも全国大会に出られるのはなぜか。それ以上、時間を増やせないというくらい密な練習をするのです。たとえば、順番待ちをつくらない、先生が呼んだときはダッシュしてきてタックルの姿勢をとまる、話をしているときは水分補給の時間を兼ねるといった工夫です。また、疲れない走り方を陸上の専門家に教わりました。疲れない走り方は、疲れない歩き方につながるので、歩くときも練習になっています。部活動が短時

間なのは、勉強も大切にしている学校だから。細かく命令するよりも、自分で考える選手に育てる。勝つことを目的とせず、楽しむことを大切にし、あいさつや感謝する心、掃除にも重きをおいています。これこそがあるべき部活動の姿だと思います。

そのことで各地の部活動の課題が浮き彫りになっています。

— 学力と部活動以外のものが評価されれば、生徒のより豊かな学びにつながるだけでなく、部活動への過重負担が減る可能性もありますね。

そうですね。教育界は良い方法があるとすぐに採り入れる傾向があるので、地域貢献やボランティア活動など第3の評価軸ができればいいと思います。そのためには、社会福祉協議会でバックアップしたり、メディア



(上) 部活問題対策プロジェクトのウェブサイト。脚注6を参照。  
 (左) 部活動の現状に関するさまざまな情報が全国の有志による「部活動守護」から寄せられ、長沼さんのツイッターアカウントを通して発信されている。

アが主催して表彰したりするなど、外部の協力も必要となります。

地域の住民として、企業人として、公務員として、ボランティアとして……など、私たち一人ひとりには、学校を支えることができる可能性を秘めています。多くの方に関心をもっていただけたらと思います。

\*1 市民としての必要な資質や能力を

備え、市民としての役割を果たせるようになることを目的とした教育。社会で円滑な人間関係を保つために必要な能力を学ぶこと。

\*2 文部科学省が定める教育課程の基準で、全国どの学校でも一定水準が保てるようにしたもの。教科書や時間割はこれを基に作成される。およそ10年ごとに改訂。

\*3 「思考を活性化する」学びの形態。生徒が能動的に学ぶことができるような学習方法をいう。

\*4 文部科学大臣の諮問機関として文

部科学省におかれている審議会。教育・文化・学術に関する基本的な重要施策について調査・審議、建議する。

\*5 アメリカで始まった教育活動の一つであり、学習者が教室で得た知識を、地域社会において社会貢献活動を行う学習プログラム。学習者と地域社会が協働することで、双方への利益が期待される。

\*6 2018年3月にスポーツ庁が運動部のガイドライン(運動部活動の在り方に関する総合的なガイド

ライン)を、同年12月に文化庁が文化部のガイドライン(文化部活動の在り方に関する総合的なガイドライン)を策定している。

\*7 「教師や生徒などが部活によって苦しんだり不利益を被ったりすることがなくなるよう、『部活問題』の是正を求める活動を行う団体」として2015年に設立。長沼さんは顧問を務めている。

<http://bukatsumondai.g2.xrea.com/>  
<https://twitter.com/bmproject>

長沼豊(ながぬま・ゆたか)

学習院大学文学部教育学科教授。学習院中等科教諭、学習院大学教職課程助教授、同大学准教授をへて、2013年から現職。

大阪大学大学院人間科学研究科博士後期課程修了、博士(人間科学)。教科外教育(特別活動、部活動、ボランティア学習、シテイスンシップ教育など)を中心に研究を進める。文部科学省「学習指導要領作成協力者会議(中学校特別活動)委員(2008年)、文部科学省「学習指導要領の改善等に係る検討に必要な専門的作業協力者(小学校特別活動)」委員(2016年)などを歴任。現在は、日本特別活動学会会長、日本部活動学会会長、日本ボランティア学習協合理事、日本シテイスンシップ教育フォーラム顧問、部活問題対策プロジェクト顧問、一般社団法人生徒会活動支援協会顧問、板橋区教育委員会教育委員などを務める。著書は『部活動改革2.0 文化部活動のあり方を問う』(中村堂、編著)、『部活動の不思議を語り合おう』(ひつじ書房、単著)、『実践に役立つボランティア学習の基礎理論』(大学図書出版、単著)、『新しいボランティア学習の創造』(ミネルヴァ書房、単著)、『市民教育とは何か ボランティア学習がひらく』(ひつじ書房、単著)、『親子ではじめるボランティア』(金子書房、編著) など多数。

全国各地で特別活動、部活動、ボランティアや教育についての講演やワークショップを行う。自称「ボランティア学習仕掛人」。趣味は水泳、鎌倉歩き、灰谷健次郎、特撮ヒーロー番組鑑賞。特技は姓名占い。似ているといわれる有名人は多数。



#### 《参考文献》

『部活動改革2.0 文化部活動のあり方を問う』(中村堂、2018年)  
文化部活動の実態と課題、解決に向けた方策等を、歴史的観点からの考察も含めて研究者と実践者のコラボレーションにより、そのあり方を提案した一冊。  
長沼豊編著/2,000円+税/ISBN978-4-907571-51-1

『部活動の不思議を語り合おう』(ひつじ書房、2017年)  
なぜ多くの教師が当たり前のように顧問を引き受けているのか。なぜ残業代が出ないしくみなのか。本書は教師の労働環境を、部活動を中心に検証。教師の勤務実態を明らかにしつつ、これからの環境整備を考える。  
長沼豊著/1,200円+税/ISBN 978-4-89476-882-6

《次号予告》『ネットワーク』2020年2月号

## 特集「学校の今 ― 地域で支える体験学習と課外活動」 《Part 2》

『ネットワーク』364号の特集は「学校の今 ― 地域で支える体験学習と課外活動」の第2弾として、事例を掲載する予定です！ 地域の人やNPOなど、市民が学校を支えている具体的な取り組みについて、取材等を通してご紹介したいと思います。

あすマネも半年ぶりに「ボランティアへのお礼」をテーマに掲載します。お楽しみに！！



杉並区学校支援本部は、ボランティアによるネットワーク型組織で、地域の人たちとともに学校の教育活動などを支援するために設けられた。杉並区ではもともと学校と地域との連携が図られており、学校支援本部はこの取り組みをさらに発展させ、より組織的に推進するためにつくられた。杉並区教育委員会では全国に先駆け、2006年度から学校支援本部の取り組みへのサポートを開始。2010年度には全校に設置され、地域の特徴を生かした活動が行われている（学校支援本部パンフレットより）。次号でくわしくご紹介します！



### 東京ボランティア・市民活動センターの本

## 『みんなですすめる市民学習 ～教師のためのハンドブック～』

よりよい社会を築くために、福祉教育・ボランティア学習を介して市民学習を進めるという目標を学校や地域、社会で共有することが求められています。その担い手として子どもたちが何を学ぶべきかを明確にすることが必要です。そしてその取り組みは学校だけでなく、地域でいかに創生するかが問われています。それぞれの個性が尊重され、可能性が活かされ、発達段階に配慮した福祉教育・市民学習が進むことを願って、教諭、NPOや社会福祉協議会のスタッフとともに作成した一冊。

《もくじ》

- 1 市民学習の考え方
- 2 学校における市民学習の展開
- 3 学びのステップ
- 4 学校での市民学習の取り組みの実例
- 5 地域の団体による支援の実例
- 6 市民学習をすすめるための資源

A5判 / 1,500円＋税  
ISBN:978-4-903256-96-2

Vol.3 あのマネージャーに学ぶチームづくりのコツ講座

中間支援組織スタッフのための支援力アップ塾

チームづくりを  
現場で学ぶ

身近な人が抱える問題にいち早く気づき、「何とかしたい」と行動するボランティア。「こんな地域にしていきたい」と仲間と活動するNPO。それらに加えて今、福祉施設や学校、企業の社会貢献など、さまざまな組織が地域づくりのために動き出しています。当センターでは、そうした多様な立場の市民や組織とともに、よりよい地域社会をつくっていくことをめざし、「支援力アップ塾」を2012年に開講しました。

本講座は、多方面で活動する、「地域をつなぐコーディネーター」を対象に、全4編でカリ

キュラムを構成しています。そのうちのリーダー層を対象にした「組織マネジメント編」では、今年度はとくにチームづくりに着目することになりました。

シャドウイングで学ぶ

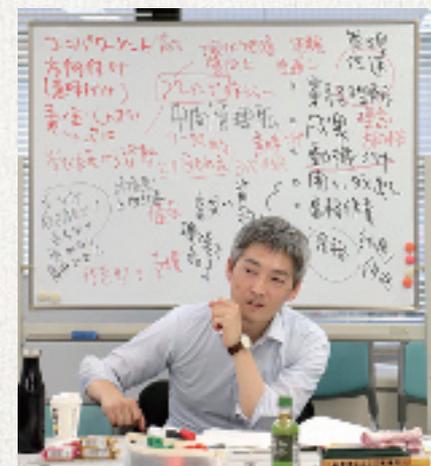
講座のコーディネーターは、一般社団法人Medical Studio事務局長の坂本文武さん。講座は初回のガイダンスの後、受講生各自がシャドウイングを実施し、最終回にそれぞれのシャドウイング結果を持ち寄って学びをふりかえる、全3回で行われます。シャドウイングとは、対象者に1日張り付き、その仕事を振り見して学ぶことです。今回の対象者は、障がい者施設や社会

福祉協議会の課長やボランティアセンターのセンター長など。

10月24日の初回講座は、見て学ぶポイントの整理をし、シャドウイング対象者を決めるための座学でした。座学といっても一方的な講義形式ではなく、坂本さんから受講生の方々に「職場においてあなたは、何者か?」「マネージャー、プレイングマネージャー、リーダーの違いは?」「理想のチームとは?」「マネージャーの失敗とは?」等の質問があり、その回答からさらに突っ込んで質問していきます。「なぜ、そう思いますか?」「などと問われて、ときに答えに窮する受講生の皆さん。それを拝見しながら、我々スタッフも「うーん」と一緒に首をひねり

ます。自分の仕事やマネージャーの役割など、普段から掘り下げている人は多くはないのだからと感じました。

答えが出尽くしたところで、シャドウイング対象候補者や昨年のシャドウイング事例について紹介がありました。最終回は、対象者が組織の中でどのような発言や行動をしたか、何を大切にしているか、シャドウイングで何を感じたか等を受講生同士で共有し、学び合います。机上では学ぶことのできるこの講座。シャドウイングを体感することは、ある意味ではハードな学びだと思えますが、受講生の方々が何に気づき、今後、何をめざすのか……報告が楽しみです。



写真上から順に、

①坂本文武さん。②坂本さんから次々質問が出されます。のんびりしている暇なし! ③講座の資料。④ホワイトボードは謎解きのキーワードが書かれたかのようになりました。



「日めくり 金澤翔子の書 幸しあわせ」  
金澤翔子・書／金澤泰子・文／芸術新聞社

## 手書きの文字

「はなちゃん、だいすき。またあそぼうね。」先日、親戚の子どもから手紙をもらった。絵と共に絶妙なバランスで、元氣いっぱい描かれていた。嬉しくて、その手紙がいつでも見られるように壁に飾った。

自分が手紙を最後に書いたのは、いつだろう。メールやSNSなどの普及で、伝達手段が著しく変化し、より多くの人に情報を伝えられる現代。手紙を書くことが少なくなりつつある。学生時代はよく手紙のやり取りをしていたが、今、友人がどのような字を写っていたかよく思い出せない。

筆跡を見ると、急いで書いた様子など、その時の状況や環境をイメージできる。また、筆跡診断というものがあるくらい、筆跡は一人ひとり異なり、文字の特徴からその人の性格を読み解くことができるそう。整えられた几帳面な文字。迫力があり主張する文字。味のある文字。障害児施設で書道をしたとき、ダウン症の子どもたちが書く文字に魅了されたことがある。陽気で明るい彼らのような、まさに、文字はその子たちの個性

を映し出していた。書家の金澤翔子さんの書作品もとても素敵だ。個性的で力強く、魅力的な字。「日めくり 金澤翔子の書 幸しあわせ」(金澤翔子・書 金澤泰子・文)の書を眺めると、いつもパワーをもらえる。文字からは、相手を想像することも出来る。

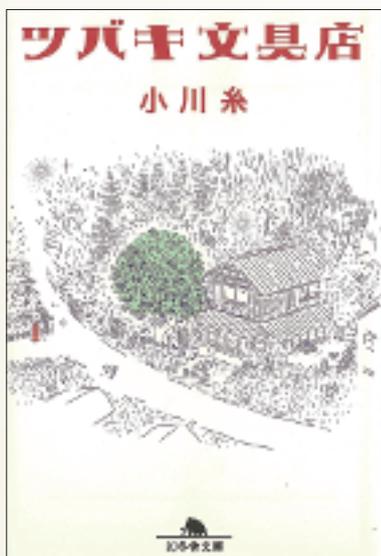
小説『ツバキ文具店』(小川糸・著)は、文具店を営みながら依頼人の手紙を代わりに描く代書屋もしている主人公の話だ。文章を引き立たせるため使用する、紙・筆記用具・切手にまでこだわり、代書を行う。手紙を送る時、相手のことを考え、どのような便箋に、どのようなペンで書くか、ポストに入れるまでの時間も楽しかったことを思い出した。そして、相手の返事を待つ時間までワクワクした気持ちは続く。手紙は、様々な経過を経て、じっくり時間をかける。メールやSNSは、会話のようにテンポよく連絡できる一方、相手に既読が分かる機能のおかげで、すぐに返信しなければ

ばという義務感に追われがちだ。

また、手紙はもともと人間的らしい伝達手段だと感じる。手紙を書いた「時」と手紙が届く「時」には、時間差が生じる。相手に届いた時には、すでに手紙を書いた時とは状況や気持ちが変わっているかもしれない。人の気持ちは常に変わる。

まずは、手元のSNSをひとまず忘れ、たまには大切な人にあるのままの想いや何気ないことを紙に載せて伝えてみるのもいいかもしれない。きっと、書き手も読み手も心の中がほっこりした温もりで満たされるだろう。時間に追われがちな毎日だが、急がず、丁寧に自分と向き合い、相手を想う時間をつくりたいと思った。

(西山はな)



「ツバキ文具店」  
小川糸・著／株式会社幻冬舎



「将来への不安を少しでも軽くして、  
前向きになるきっかけに」

## 第22回

### JRPS (日本網膜色素変性症協会) ユース部会

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。

網膜の異常により、物が見えにくくなったり、視野が狭くなったり、視力が低下して、中途失明に至る場合もある難病の網膜色素変性症の当事者団体、JRPSのユース(若手当事者)部会代表の西川隆之さんにお話をうかがいました。

#### はじまりの物語

若年層特有のニーズのために

JRPSユース(以下、ユース)は、JRPS会員の中で特に16歳〜35歳までの若年層の当事者を対象とした部会です。メンバーには程度の差はありますが、視野狭窄(見える範囲が狭い)や夜盲(暗いところでも物が見えない)、視力の低下、中心暗点(周辺は見えるが真ん中が見えない)等様々な視覚の症状があります。JRPS自体の活動は20年以上の歴史があります。

ユースが立ち上がったのは、今から十数年前ですが、若年者の「自分たちが今必要としている情報が得られない」という問題意識がきっかけでした。「就学から就職準備、実際の就労、転職、結婚、育児という若年層特有のライフステージの中で、みんなどうしているのか?」という切実な声がありました。当時、ヨーロッパのいくつかの国では、既に研究者の国際会議に付随して16歳〜30歳ぐらいのユースによるプログラムが行われていたので、日本からも参

加して先行事例をヒアリングし、ユース活動がスタートしました。

現在は、主な活動として、ホームページやメーリングリスト、LINE等による情報交換や、リアルな場として、宿泊合宿、勉強会、研修会、懇親会の実施などを通じて、同じ立場での若年の当事者同士の交流や支え合い、広報、啓発等を行っています。メンバーは20代〜30代の就労している層が中心となっています。

#### 希少難病の大変さ

私自身は7歳で発症し、症状は徐々に進行していきました。学生時代はスキーやテニス、サッカーなどが、スポーツを好んでやっていました。が、症状の進行とともに、友人ができていくことができなくなったり、見学を余儀なくされたりと、くやしーい思いもしました。ブライインドスキーは今でもやっています。

高校1年生の時に身体障害2級の手帳を取得しましたが、5〜6年の間は葛藤があり、なかなか自分の障がいを受け入れることができませんでした。自分も周りの人と一緒に、当たり前前の生活を続けたかったです。

8年ほど前から白杖を持つようになりました。今は明かりやライトなど光源そのものを感じることはできませんが、それ以外は真っ黒に見えます。

網膜色素変性症は8000人に1人が発症するといわれています。身

体障害者手帳を持っている視覚障がい者は約30万人いますが、そのうち働く世代はわずか9万人です。当事者にとつて、大体的場合、家族、学校、職場に同じ障がいを持っている人が見当たらないのです。この障がいに接した経験のある人もなかなかいません。この障がいを抱えてどうやって生きていけばいいのか、相談できる人が周りに誰もいない環境なわけです。

その人の見え方や、症状が進行する具合、世代によって困ることは様々です。10代であれば、学校生活での移動面や、運動、部活などです。周りが当たり前にできることができなくなっていくので劣等感を持つことも珍しくありません。障がいを持ったことで、勉強するにせよ、その後働くにせよ、自分自身が「成長しようとする気持ち」がわきまづらくなってしまうこともあります。それと同時に、物理的にも、学び、働く機会を喪失しがちだと言えます。

就労後、「パソコン画面が見えなくなった」「設計図が見えなくなった」など、病気の進行によって転職や社内異動が必要になる人もいます。中には退職せざるを得なくなってしまう人もおり、仕事の環境にロールモデルとなる人がないと、会社も本人も困ってしまうこととなります。

#### 孤独からの脱却

この病気は進行性のため、将来が

とにかく不安になります。「今までできたことが、徐々にできなくなってしまう」「これからどうやって生きていけばいいのか」そんな孤独に直面するのは、ひとりで悩んでも答えは中々見つかりません。

確かに、症状の進行によって、実際できないことは増えていくのですが、工夫すればできることがあるのを知るだけでも、かなり違います。自分以外に障がいのある人が周りに全くいなくて「ひとりぼっち」という精神的につらい状況から、まずは同じ境遇の人に出会える。そして、その人たちがいろいろな工夫をしながら生活し、社会で活躍しながら、笑っている姿を見ることができると、その元気を自分も元気にされる。そうした「孤独から脱却できる」ことがユースの一番の存在意義だと思っています。「しんどい」と言っていた人が元気になる姿を見ると、私自身も活動していてよかったです。心から思います。



## 万能薬ではないけれど

一般的には眼科からJRPSにながらる人が一番多いのですが、私の場合は、偶然就職先にJRPSユースに入会している先輩社員がいたことがきっかけでした。最初は、情報がほしいという理由から参加しました。視覚に障がいを持ちながら働いていく上でのノウハウや工夫、どのよう障がいと向き合うかといったマインド面を知りたかったのです。

とはいえ、正直、初めて参加した時は、心理的なハードルが非常に高かったです。行く前は、患者会、障がい者団体のイメージが重く膨らんでいたからです。私にも偏見があったのかも知れません。ところが実際に参加してみると、懇親会も盛り上がりつつも楽しく、大学のサークル活動のような気軽さを感じました。

一方、症状が軽度の人は、他の人の姿から「自分の将来を見ているようでつらい」という感覚を持つ場合もあり、参加に至らないこともあります。

私はユースの活動は万人ではなくとも、効く人にはとても効く薬のよさなものだと思っています。会の活動を通してつながりを感じる人、感じない人に分かれるのですが、しんどかった時に会の活動に救われたと感じている人は、グループに貢献しようとする傾向があり、私もその一人です。

当面の課題は、社会的にもっと網

膜色素変性症と、その当事者活動の存在について認知を上げていくことです。もう一つは企画運営に関わる人をどう増やしていくかです。会の活動は、実行委員会制をとっています。宿泊合宿は6人〜8人の実行委員で半年ほどかけて実施しています。たくさんのメンバーに関わってほしい一方で、やはり自分の仕事や家庭を一番に考えてもらいたいこともあり、無理やり実行委員を頼むわけにもいかず、そういった点で人材確保に苦労しています。いかにメンバーの「会の活動を担ってほしい」という自発的な気持ちを醸成しているか。やりがいでもあり、課題でもあります。

## 私たちに声をかけてください

みなさんにぜひお願いしたいのは、視覚障がい者に声をかけていただきたいということです。視覚障がい者が電車のホームから転落して痛ましい事故が起きると、当事者は「明日は我が身か」と思うものです。危ないと思った時は、ためらわずにぜひ声をかけてもらえると助かります。なかには不要な人もいますが、視覚障がい者は自分からは声をかけられませんので、日常的にご配慮いただいているみなさん、いつも本当にありがとうございます。

佐藤新哉(編集部)  
森 玲子(相談担当)

## JRPS ユース

**キーワード** 網膜色素変性症 / RP / 難病 / 視覚障がい

<http://jrps-youth.sakura.ne.jp/index.html>

JRPS は、網膜色素変性症に関わる患者・医師・支援者により構成。会員は全国に約 4000 名。ユースは、病気によるしんどさや生きづらさを感じる全国の 16 歳〜 35 歳の網膜色素変性症の患者とその類縁疾患の患者に対して、同年代同病者のネットワークをつなぎ、部会の活動(企画の参加・実行、部会の運営)を通して将来への不安を軽減し、前向きになるきっかけを作ることを目的に活動している。全国で約 100 名の会員がいる。

**メンバー** JRPS 会員の中で特に 16 歳〜 35 歳までの当事者

**活動内容** LINE によるオンライン交流会、メーリングリストやホームページ等を活用して QOL 向上関連の情報共有、夏合宿、冬合宿、スキー合宿など1泊2日の合宿形式の交流会、地域ごとの交流会や勉強会、視覚障がい関連イベントへの参加を通して親睦を深めるなどの活動を行っている。

**活動エリア** 全国 **相談** あり **集まれる場所** あり **連絡先** info@rpy.mimoza.jp

# 読者の声

～本誌362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します。

## ◆特集：視覚・聴覚障がいの人たちの、より彩りある暮らしのために

・将来的には全部の映画が聴覚・視覚障がいのある方も視聴できる体制になつたら良いですね。話題の映画を障がいの有無関係なくリアルタイムで楽しめたら、と思います。

・ユニバーサルシアターは、もっとたくさんの人に知ってほしい活動であり増えてほしい映画館だと思います。また、映画の字幕が「義務」になっている国があるとは知りませんでした。

## ◆思い立ったがバラ日…新宿区立障害者福祉センター

・障がいの者の方についてより多くを知り、交流できる特別な時間である場所ということも良くわかりました。

・障がいの有無に関わらず初めての経験として体験できる場なのが良いと思います。

## ◆特別寄稿：ビスケットの家

・高齢者・障がい者・児童・生活困窮者を地域福祉一括にするという考え方を初めて知りました。そのような意味で、地域福祉の重要性を知った気がします。

・ご近所、町レベルで交流を図っていたら、障がい者の方も健常者の方も壁なく助け合いのできる地域になるのでは。

## ◆セルフヘルプという力…グループ同士がつながること

・毎号読んでいくごとにセルフヘルプグループがなんだか身近に感じるようになってきました。

## ◆TVAC News 地域の居場所づくり調査

・地元をみても、このような「場」はないと思うので、こちらやましいです。区市町村の公的機関が、サロンを開き、募集をかけ老若男女問わず関われる場所があると日本も変わっていくと思う。

## ◆いいものみいっつけた!…社会福祉法人はなゆめ

・人形焼や刺繍のハンカチなど、販売されているさまざまなグッズがどれもとても好評というのはすごい。それだけ、魅力的な商品を産んでいるのだからと思った。

・太宰治の人形焼きをつくっているのは、同法人がある三鷹市にゆかりのある作家だからなんです。

## 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】2020年1月下旬発行予定

## 特集 学校のいま②

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(NPO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)丸井工文社

デザイン: 東京ボランティア・市民活動センター / (株)丸井工文社  
表紙イラスト: フローラル信子

2019年11月20日発行(通巻No.363)  
ISBN 978-4-909393-17-3 C2036  
371円+税

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.  
22

## 社会福祉法人南風会 シャロームみなみ風



1

シャロームみなみ風は入所型と通所型の運営を行い、常時75名以上の方が利用しています。

重度重複障害や知的障害の方による生活介護部門では刺繍やプラ板アートの制作に努めています。

就労継続支援B型ではカフェ・レストラン「おんぶらーじゅ」を運営しています。また、一方で楽天No.1のジェリーズポップコーンを製作し、各種イベントへの出店や企業内のファミリーデーへの参加、大学学園祭への出店で出張、実演販売を実施しています。

メンバーさんの個性を活かしたユーモアあるイラストが皆さんを笑顔にし、おんぶらーじゅや様々な販売店で人気を占めています。



2

## 社会福祉法人南風会 シャロームみなみ風

所在地 〒162-0851 東京都新宿区弁天町 32- 6  
TEL 03-5579-8412 FAX 03-5579-8413  
E-mail minamikaze@nanpukai.or.jp  
HP <http://www.shalom-minamikaze.jp/>  
<http://ombrage-cafe.jp/>

1 大人気のプラ板アートとハンコ巾着。小物入れや贈り物に人気です。

2 楽天NO.1のジェリーズポップコーン。子どもから大人まで大人気です。

3 メンバーが描いたお魚のマスクングテープ。たまーにえび天が仲間入り!

4 色鮮やかな糸を使用しバックや巾着のワンポイントに仕立てました。



3



4

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 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...
- 健康・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>

- 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。)
- 宿泊行事参加者名簿のみ窓口へ提出する。
- 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。)

※事故発生時に名簿が提出できない場合は、保険金をお支払いできません。事故発生時に名簿が提出できない場合は、保険金をお支払いできません。

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

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会

## 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

- 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
- 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

団体構成  
保険の対  
取扱代理店  
引渡保険会社

2019年度版

## 「行事保険(当日参加対応型)」のご案内

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...
- 健康・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
  - 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、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。当日の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>

- 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。)
- 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。)
- 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。)

※事故発生時に名簿が提出できない場合は、保険金をお支払いできません。事故発生時に名簿が提出できない場合は、保険金をお支払いできません。

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

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会

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