2022年8月20日発行　通算379号

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.379 2022年 8月号

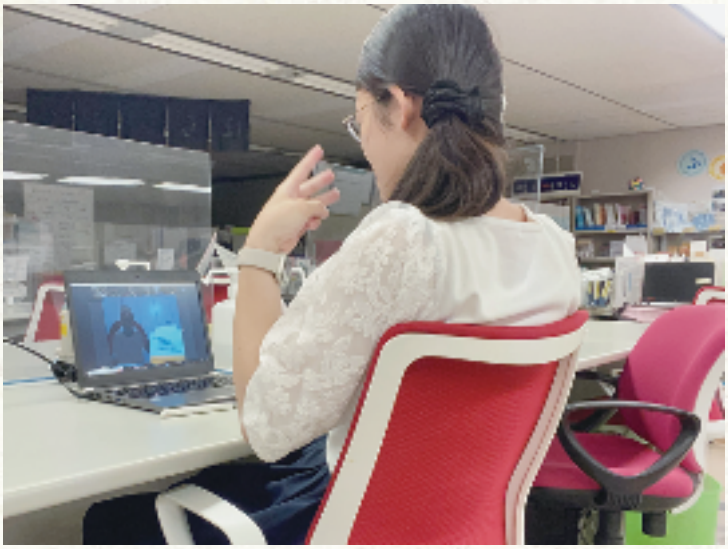
特集 歩み続ける市民活動
～コロナ禍とともに

新連載 せかいをみる
成り行きで始まった海外とのつながり<前編>
◇JAVE／伊藤 章

セルフヘルプという力　第32回
ReOPA（レオパ）
一歩を踏み出すきっかけに
ともに歩む居場所になりたい

いいもの みぃ～つけた！　vol.38
あさやけ鷹の台作業所
‘どんぐり林のとなりの作業所’から

思い立ったがボラ日
夏のリモート・ボランティア＋（プラス）
手話って？ 初心者の私が感じたこと



趣味に関する手話を学んでいる時の一コマ。キャラクター独自の手話もあることを知る。

思い立ったが
ボラ日（ジツ）

このコーナーでは、毎回一つの団体を取材し、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。

「2022夏のリモート・ボランティア＋（プラス）」参加しました！

手話って？ 初心者の私が感じたこと

岩本ゆりな（編集部）

東京ボランティア・市民活動センターで主催する「2022夏のリモート・ボランティア＋（プラス）」のプログラムの一つ、Tripod（トライポッド）が行う「聞こえない人から学ぶ手話『Sign Language On-line』2022」に参加しました。

このプログラムでは、ろう者が講師となり、手話を教わるだけではなく、ろう者の文化を学びます。手話に興味はあったものの、今まで学ぶ機会が無かった私が学んだこと、感じたことをレポートします。

手話って面白い・楽しい！

小学生の頃から耳の聞こえない人（ろう者）が主人公のドラマや映画がお気に入りの一つで、手話で楽しそうに話している様子をテレビ越しに見ながら、いつかは習ってみたい、やってみたいという思いを抱いていました。手話の教本を見てもよく分からず、地元で開催される手話講座は平日の日中ばかりで、時間が合わず、なかなか手話を学ぶきっかけを掴めないまま、今に至ります。

東京ボランティア・市民活動センターの職員として今年4月から働き始め、この機会をチャンスとして手話講座を体験しました。

まず、手話を学ぶときのポイントを教えていただいてから、挨拶や趣味の手話を学び、さらに、ろう者に出会った時に使える手話を学びました。手の動きや表情でその言葉の情景が伝わることに驚き、手話って面白い・楽しいと改めて強く感じました。

講師の実体験から学ぶ

次にろう者の文化を知るために、健聴者であると気にも留めないような日常の様々な情報源である

- **目覚まし時計**
- **家のチャイム**
- **連絡手段**
- **テレビ**
- **バスや電車の案内**

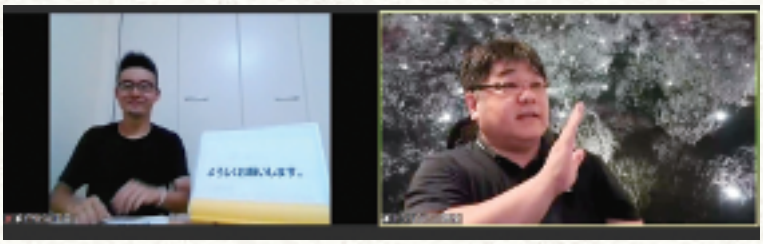
が、ろう者にとって何が不便で、どのように情報を得るのか工夫を伺い、講師の実体験のお話がありました。たとえば、電車の

東京ボランティア・市民活動センターに設置した「2022夏のリモート・ボランティア＋（プラス）」のコーナー。

ろう者の文化を学ぶ。手話・表情・フリップ・手話通訳で講座が展開された。

遅延情報が得られずに困っていたら、隣に座っていた乗客がその様子に気づいてくれて、メモに書いて教えてくれたのがとても嬉しかったというお話しや、テレビに字幕がつくことが最近は増えているけれども、趣味の旅行先ではまだ字幕に対応していないテレビが設置されていることもあり、いつでもどこでもテレビを楽しめる環境が整っていないとお話しされました。

「耳が聞こえる／聞こえない」のどちら側であっても、「分かる／分からない」や「はい／いいえ」の意思表示をはっきりすることの大切さや、手話を知るだけではなくて、ろう者の育った環境や聴力レベルはそれぞれ異なるから、ろう者との様々なコミュニケーション方法を知り、それを柔軟に使えるようになるのが大事だと知りました。手話や筆談、身振りや口話など幅広いコミュニケーションで、ろう者と「お手話べり」（おしゃべり）を楽しめるように、手話や様々なコミュニケーション方法を今後も学んでいきます。


当日のオンライン画像より。
高橋さん（右）と伊佐治さん（左）

伊佐治 正幸さん

こんにちは。講師のいさじ（ろう）です。町の中でろう者を見かけたことはありますか？ 外見上、健常者と変わらなく、理解されにくい存在かもしれません。私は「ろう」という小さな世界（ろう家族、ろう学校）で育ちましたが、すべてのろう者はみな同じではありません。ろう者同士のコミュニケーションの一つである手話（日本手話）を学ぶだけじゃなく、ろう文化も併せて学ぶとさらにろう者のことを深く知ることができるでしょう。みなさんと一緒に学ぶことを楽しみにしています。

高橋 義博さん

企画者の Tripod の高橋です。実は妻がろう者で、企画の背景にもなっていて「ろう文化」や、それを理解する必要性を日々家族として接する中で知りました。結論として、手話を学ぶだけでは得難いことであり、あえて「文化とは」と伝える必要があると実感しています。なぜ理解が必要か？それは手話を学んだとしても無理解から聞こえない人たちとの間に様々な障壁が生まれるからです。このリモボラがキッカケとなり、ろう者と交流の第一歩になればうれしく思います。

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.379 2022年 8月号

Contents もくじ

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 歩み続ける市民活動 ～コロナ禍とともに

5 インタビュー　テレワークを導入し、総会も、セミナーも、交流会もオンラインに。
◇後藤 洋一　NPO 法人樹木・環境ネットワーク協会 事務局長

7 インタビュー　感染予防に気を付け合って普段の活動を
◇ななこの積み木ハウス 訪問記 ＜世田谷区＞

9 インタビュー　入院中の子どもに付き添う家族のために、コロナ禍で支援の方法を拡大
◇光原 ゆき　NPO 法人キープ・ママ・スマイリング 理事長

12 インタビューを終えて　コロナ禍で戸惑いながら歩む市民活動
Column　コロナ禍の居場所 感染対策のきほんのき

14 特集その２　市民活動を止めるな！ コロナ禍に TVAC はどう動いたのか !?

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　「2022 夏のリモート・ボランティア＋（プラス）」参加しました！ 手話って？ 初心者の私が感じたこと

17 セルフヘルプという力　第 32 回　一歩を踏み出すきっかけに ともに歩む居場所になりたい
ReOPA（レオパ）

21 TVAC News　連載 vol.4　東京ボランティア・市民活動センターの事業から 災害時要配慮者と「災害時のための市民協働 東京憲章」

22 つぶやきブレイク　vol.23　日常に隠れている『たからもの』

23 新連載　せかいをみる　成り行きで始まった海外とのつながり＜前編＞
◇伊藤 章　NPO 法人ボランティア活動推進国際協議会 日本 理事長

26 いいもの みぃ～つけた！　vol.38　あさやけ鷹の台作業所 ‘どんぐり林のとなりの作業所’から

もしもボランティア活動中に怪我をしたら…
怪我をさせたり、物を壊したら…

※ボランティア保険および行事保険の加入は、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。

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/

特集

歩み続ける市民活動
～コロナ禍とともに

新型コロナウイルスの感染が拡大してから、すでに3年目となる。このコロナ禍で、市民活動団体では対面による活動が制限され、人が集まるイベントや催しが中止に追い込まれるなど、非常事態に直面した。活動休止を余儀なくされる市民活動団体があった一方で、改めて自分たちのミッションを見つめなおし、今、何をすべきなのか、そのためにどうすべきかを話し合い、さまざまな工夫をしながら、活動を継続してきた団体も少なくない。

その経験から、私たちは多くのことを学ぶことができるのではないだろうか。市民活動団体への取材を通し、その工夫やアイデアを共有することで、今後起こりうる災害や緊急事態に備えるヒントとしたい。

保全活動を終えて木陰でひと休み。ドローンを使って撮影。（写真提供＝樹木・環境ネットワーク協会）

インタビュー

テレワークを導入し、総会も、セミナーも、交流会もオンラインに。

後藤洋一（NPO法人樹木・環境ネットワーク協会 事務局長）

樹木・環境ネットワーク協会の東京事務所を訪ね、事務局長の後藤洋一さんにお話をうかがいました。

――1995年設立のNPOです。当初から「持続可能な社会」「人と自然が共生できる社会」を目標に掲げ、「森を守る」「人を育てる」「森と人をつなぐ」活動に取り組んできました。

絶妙なタイミングでテレワークを導入

これはほんとうに偶然なんですが、新型コロナウイルスが流行り始める直前、2019年の夏から年末にかけて、厚生労働省の「時間外労働等改善助成金」（テレワークコース）取得に向けて動いていました。私たちはフィールドに出る仕事も多いし、家族の在宅介護が必要なスタッフが出てきたりもしたので、勤務体系をもう少し柔軟にしたい、ということと、全国組織なので、もっと主体的に会の運営に携わってくれる人がたとえば地方ごとに1人はいるような体制にしていけるといいよね、といった話をし始めていたんです。

12月に助成が運よく決定して、そこから準備を進めて、じゃあ実際に週に1～2回でもテレワークの体制でシフトを組んでいこうか、という時に緊急事態宣言が出た形でした。結局、第1波の緊急事態宣言中は、もう完全テレワークで事務所には誰も来ない、電話も全部転送して、みたいな感じでやっていましたね。

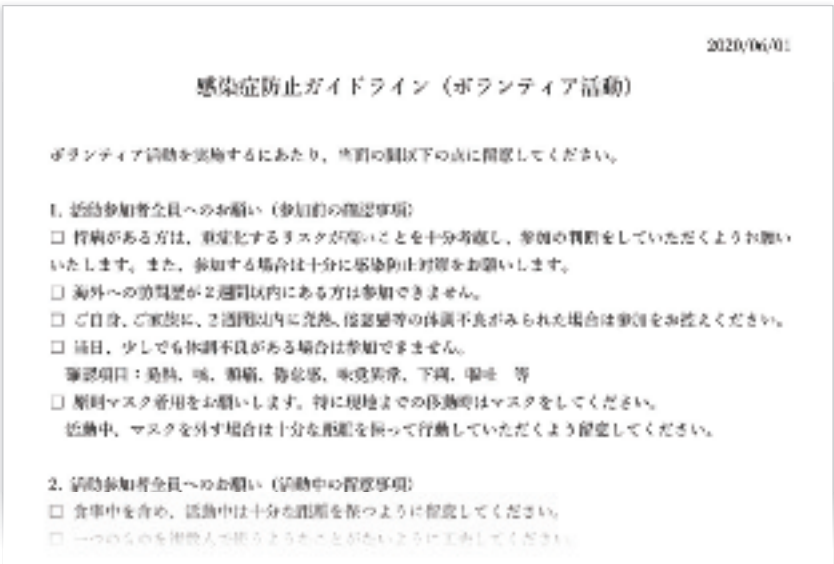
オンラインで遠隔地のハンデも解消

今では総会は完全にオンラインで行う形に移行しました。以前は都内の会場で開催していましたが、どうしても遠隔地の方にはハードルが高くて、直接意見を聞くこともできず、事務局の顔も分からない、みたいな関係が続いてしまっていたんですが、オンラインを通じて顔を見せてお話しできる機会が作れるようになったのは大きな転換だったなと思います。

それから、当会ではグリーンセイバーという資格検定を主催していて、受験者向けのセミナーも開催しているんですが、これも今までは東京でやるしかなくて、地方の方はなかなか参加できませんでした。オンラインであれば全国から参加できるし、開催後も動画として配信することでいつでも勉強ができる体制を整えることができました。

（右）保全活動ボランティア向けのガイドライン。
以下のURLでネット上にも掲載されている。
https://www.shu.or.jp/PDF/guideline_volunteer_0601.pdf

（下）後藤洋一さん。



2020/06/01

感染症防止ガイドライン（ボランティア活動）

ボランティア活動を実施するにあたり，次頁の以下の点に留意してください。

1. 活動参加者全員へのお願い（参加前の確認事項）
□ 持病がある方は，重症化するリスクが高いことを十分考慮し，参加の判断をしていただくようお願いいたします。また，参加する場合は十分に感染防止対策をお願いします。
□ 海外への渡航歴が２週間以内にある方は参加できません。
□ ご自身，ご家族に，２週間以内に発熱，倦怠感等の体調不良がみられた場合は参加をお控えください。
□ 当日，少しでも体調不良がある場合は参加できません。
確認項目：発熱，咳，頭痛，筋肉痛，味覚異常，下痢，嘔吐　等
□ 原則マスク着用をお願いします。特に現地までの移動時はマスクをしてください。
活動中，マスクを外す場合は十分な距離を保って行動していただくよう徹底してください。

2. 活動参加者全員へのお願い（活動中の留意事項）
□ 食事中を含め，活動中は十分な距離を保つように徹底してください。
□ 一つのものを複数人で扱うようなことがないように工夫してください。

また、全国の会員さん同士の交流の場を、試行的にではあるんですが年に1〜2回開催しています。これまでは会員さんが集まる場というと、東京で総会を行った後にどこかに飲みに行くぐらいしかできなかったので、全国の会員さんが一度に集まる場を作ることができたというのはオンラインならではでしたね。

勤務体制も柔軟に運用できるようになりました。たとえば町田市内のフィールドに行ってから神田小川町の事務所まで戻って来るとなると、軽く1時間以上かかってしまうので、そのまま帰宅してテレワークにする。またノートパソコンがあれば適当な喫茶店に入って緊急案件に対応するなど、スムーズに業務を進めることができています。

少人数制やドローン活用など、活動再開も試行錯誤しながら

実際の活動については、当初は保全活動もイベント系も全部中止にして、完全自粛としていました。ボランティアの方も高齢の方が多いですし。第1波が明けて第2波が来る前ぐらいから少人数で少しずつ定例の保全活動を再開しました。生えてくる草木は待ってくれませんし、オンラインで草刈りはできないですから（笑）。2020年秋の第3波前ぐらいから人数を制限しながら一般の方も受け入れるような体制をとって、様子を見ながらやってきた感じです。

イベントについては以前は最大で70〜80人参加するケースもあったんですが、今は完全に自分たちが面倒を見られる範囲ということで、20人以下に抑えています。屋外活動とはいっても食事やオープニングでは一箇所に集まりますから、それ以上だと密になってしまうので。集合写真も密に集合して撮るのはやめにして、ドローンを使って上空から撮ったりとか、いろいろ工夫しながらやっています。上空から撮るとまわりの森も写り込んでなかなかいい感じなんですよ。

また、「2週間以内に渡航した人は来ないでね」とか、ある程度ルールや参加上の注意みたいなものを提示しながらやってきたんですが、少しずつそれをアップデートして、今では参加者向け、リーダー向けそれぞれのガイドラインという形で掲げて、ホームページにも公開しています（※右上参照）。感染予防対策は基本的に、ガイドラインの順守をお願いしつつ、人数をコントロールしながらやっているという形ですね。

社会情勢に左右されない財源を

事業の大きな柱としていろいろな企業さんとのコラボレーションというのがあって、それが私たちの大きな収入源でもあるんですが、20年から21年度いっぱいぐらいまではそれがぱたりとなくなってしまいました。20年度は持続化給付金で回して、21年度は継続支援金と企業さんからの寄付でなんとか乗り越えてきましたが、事業としてはまだコロナ禍以前の水準には戻ってきていないんです。

もう少し安定的な、社会情勢に左右されないような財源を確保したいということで、たとえば公園の指定管理者になれば5年間は確実な資金が得られる。それを目指して21年度は指定管理の応募に挑戦したりしました。結果としてはダメだったんですが、いま保全活動で関わっている場所の中にも公園化の計画が決まっている場所もありますし、今後も安定的な財源の模索を続けていきたいですね。

NPO法人
樹木・環境
ネットワーク協会

インタビュー

感染予防に気を付け合って普段の活動を

ななこの積み木ハウス訪問記＜世田谷区＞

住宅街の一画、緑に包まれた『ななこの積み木ハウス』。

ある日、筆者の友人が嬉しそうに話してくれた。「コロナ禍になってから、衰えを隠せなかった実家の母が元気を取り戻したのよ」。聞けば、近所の『ななこの積み木ハウス』（以下、積み木ハウス）で催される健康麻雀の活動が再開し、早々に通い出してからのことだという。

積み木ハウスは、オーナーの高口（こうぐち）高子（たかこ）さんが自宅のリビングルームでひらく地域の居場所だ。個人の家だからこそ、コロナ禍での苦労も多いのではないかと思いやった。そこで活動を支援する世田谷トラストまちづくり（以下、トラまち）の山田翔太さんと訪ねた。

〝ホリデー麻雀〟から始まった

高口さんと愛犬ななこに笑顔で迎えられ部屋に入ると、庭の緑に目が留まった。キュウリやナス、唐辛子、ツルにはスイカの小さな実が下がる、庭はちょっとした菜園だ。

「主人を亡くした後、長い間ふさいでいた私を、友人が麻雀の会に誘ってくれました。麻雀が好きだったものですから」。その会で自宅でもやらないかと請われ、高口さんは自ら活動を始め、以来12年になる。

当初はメンバーのほとんどが勤め人だったため週末に開催していた。口コミで知った人や犬友だちなど、同じ町内に住む人たちが集った。なかには「麻雀の音がする」と聞きつけて活動に加わった人もいる。徐々に人数が増え、週末のほか水曜にも開催するようになり、一時は部屋に5卓を並べるほどの人気だった。「20人にもなるとさすがにいっぱいでした」。そのうち10人ほどは退職した今も活動を続けている。

普段の活動のようす。実力者が多く互いに切磋琢磨する。写真提供＝山田翔太

活動は手作り尽くし

麻雀卓は木工が得意なメンバーが制作し、古道具屋で購入した椅子には高口さんお手製のカバーでくるんだ座布団が敷かれる。ランチにはお弁当を持ち寄って、家族による手作りのおかずをシェアする時間も楽しみのひとつだった。事前の準備は高口さんがするものの、終わった後は全員で協力し合って片付けている。

ある時、活動を知らせる看板を出さずにいたせいか、近所から人が頻繁に出入りする様子を不審に思う声が聞かれた。それを機に、町会の回覧で知ったトラまちに相談をして、『地域共生のいえ』[注*]として支援を受けることになったそうだ（2018年）。

感染が広がるなかで

それから1年半あまり、新型コロナの感染が拡大し、やむなく活動を休止した。2か月くらい経った頃、4人で集まって麻雀をやった。それを知ってか、他のメンバーも散歩のついでに「まだやらないの？」と聞きに寄ったり、ななこに声をかけるフリをして様子をうかがっていった。「みなさん、活動の再開が待ち遠しかったのだと思います」。自然とメンバーが集まるのをみて、心配していてもきりがないと高口さんも心を決めた。

現在は週3日、10時から15時くらいまで1日4局を行う。マスクの着用や手指の消毒のうえ、1局が長くならないように1時間10分で区切って休憩をとる。参加人数を制限し、多い日でも4卓に抑え、休憩中は窓を開け、庭を眺めながら換気する。好評だったお弁当はおにぎりタイムに替え、おにぎりやサンドイッチを購入しお味噌汁のみ調理する。ランチ付きで参加費は500円、感染予防に配慮しながら食事をとるようにしている。

徹底して気を付ける

感染への懸念が払拭されないなか、メンバーが70〜90代であることや自宅に人が出入りすることに不安はないかと尋ねてみた。「不安はあります。けれどもそう言っていてもしょうがない。インフルエンザや風邪に用心するのと同じように、できる対策はするし、来る人も体調が悪いと感じたら休む。互いに気を付けることを徹底しています」と高口さん。「もともとマイコップ、マイスリッパ、マイ座布団と物品を個人専用にしていたことも功を奏しましたね」と山田さんが補足する。

活動は再開したが、元に戻ったわけではない。間違いを繰り返すようになった80代の人、家族の介護のために途中までしか参加できなくなった人、他界された人もいる。その人は亡くなる1週間前までここで麻雀を楽しんでいたという。居場所の活動が身近にあることの意味を考えさせられた。

右：高口高子さんとななこ、左：山田翔太さん。高口さんは現メンバーのためにも若い世代の参加者を募集中だ。

山田さんによれば、世田谷区内に22件（22年7月現在）ある『地域共生のいえ』は、ほぼ活動を再開したが、コロナ禍のなかで活動を辞めたところもあるそうだ。

メンバーはもちろん、その家族にも大切に思われている積み木ハウスの活動を、高口さんはこれからも続けていきたいと考えている。

＊世田谷トラストまちづくりでは世田谷区内の家屋等のオーナーによる建物の一部あるいは全部を活用したまちづくりの場づくりを『地域共生のいえ』として支援している。
ななこの積み木ハウスへのお問合せは世田谷トラストまちづくり地域共生まちづくり課まで。Tel：03-6379-1621

一般財団法人
世田谷トラスト
まちづくり

東京ボランティア・市民活動センターの3つの居場所の本

当センターでは地域の居場所づくりの参考図書を発行しています。居場所の活動をする方、中間支援組織の方などどなたにもご覧いただきたい内容です。

●居場所づくりがきっとうまくいくハンドブック　/2016年
実例をもとに居場所の開設に向けたヒントを解説。

●地域の居場所づくりの今　/2018年
都内中間支援組織に対する居場所の実状調査をレポート。

●みえてきた!未来につながる地域の居場所
〜みんなで応援するためのアクションノート〜　/2020年
3ヵ所の居場所を分析し居場所の活動の意義を整理。場所・お金・人・ネットワークの点から居場所を応援するためのアクションを提言。

＊購入はこちらから

インタビュー

入院中の子どもに付き添う家族のために、コロナ禍で支援の方法を拡大

光原ゆき（NPO法人キープ・ママ・スマイリング 理事長）

「付き添い生活応援パック」を前にオフィスにて。光原ゆきさん（前列右）とスタッフのみなさん。写真・画像提供＝NPO法人キープ・ママ・スマイリング

NPO法人キープ・ママ・スマイリングは、入院中の子どもに付き添う家族（おもに母親）に対して食支援などを行い、生活環境の改善に取り組んでいる団体です。コロナ禍により、手づくりのお弁当を届けるという活動ができなくなりました。一方で、緊急アンケートによって、付き添い家族の心身の負担が増大したことを把握し、そのニーズに即した支援を提供したいと支援の方法を拡大します。それにより、支援対象者が増え、その範囲も全国の小児病棟へと拡がりました。理事長の光原ゆきさんに、コロナ禍での活動や工夫についてお話をうかがいました。

はじまりの物語 自らの体験をもとに食で支援を

まず、活動のきっかけからお話させていただきます。

私は、出産当時、企業に勤務しており、ウェブメディアの編集や医療サイトの編集長をしていました。長女を出産して数か月経ったら、復職して編集長の席に戻るつもりでいました。ところが、出産したその日に子どもが異常を疑われ、救急車で別の病院のNICU（＊注）に運ばれました。そして、生後5日目に大手術をしました。2009年のクリスマスの日のことです。わが子を初めて抱いたのは大晦日でした。

長女は半年後に退院し、3歳になったとき、2人目を授かりました。ところが、今度はおなかにいるときに、長女より難しい病気があることが判明し、出産後にまた付き添い生活が始まりました。残念ながら次女は1歳になる目前で亡くなります。泣き暮らす日々から、少しずつ落ち着きを取り戻すなかで、この経験をしたからこそ取り組めて、誰かの役に立つことをしようと思い立ちます。そして、2014年11月にNPO法人を設立しました。

本格的な活動は2015年、病気の子どもとその家族が滞在するファミリーハウスの「ドナルド・マクドナルド・ハウス せたがや」の利用者の方に手づくりの夕食を届けることから始まりました。

多くの付き添い家族に共通するのは、食の課題。治療や検査に付き添うだけでなくミルクを温めて鼻から注入するようセットするなどケアの多くを私がしていたので、一日中忙しく自分の食事時間さえ満足にとることができませんでした。その経験から、食を通して付き添い家族を支えたいと考えました。

滞在施設だけでなく、小児病棟で寝泊まりしながら付き添っている家族に食支援をしたいと考えるようになりました。付き添い中は野菜不足に悩まされるお母さんが多いため、２０１９年に有名シェフの監修で野菜をたくさん使った缶詰を開発しました。そして、佐賀大学医学部附属病院の小児病棟でボランティアをしている方の仲介で同年11月から定期的に同病院に缶詰を届けることになりました。

コロナ禍がもたらした課題と、実状に即した支援

缶詰を配布して全国に支援の種を蒔いていこう、というときに新型コロナウイルス感染症の流行が始まりました。食支援活動は縮小せざるを得ないと思いながらも、中断するわけにはいかないという強い気持ちもありました。ボランティアが調理して届ける食事は２０２０年の２月から中止し、おいしいと評判の名店から購入したパンやお弁当の配布に切り替えました。

また、実状に即した支援を行うために、２０２０年４月末には緊急アンケートを実施しました。最初の緊急事態宣言が発出されていた時期で病気の子どもも付き添い家族も強いストレスを抱えていることが判明します。

外出や面会制限が厳しく、多くの母親が病院に軟禁状態となりました。感染をおそれ自主的に外出を控えるケースもありました。付き添い家族同士の交流もできず、孤独感が増しており、経済的な負担が増大しているという回答もありました。この時期は、ファミリーハウスも感染防止の観点から閉鎖する施設が相次いでおり、滞在場所を失った家族もいました。

アンケート調査によって得られたニーズをもとに、私たちは２０２０年10月から２週間以上入院している子どもに付き添っている家族に対して、食品や衛生用品、化粧品、下着などの生活用品を詰め合わせた「付き添い生活応援パック（以下、付き添いパック）事業」に取り組んでいます。申し込みのあった付き添い家族に直送し、２０２２年６月までに２５００個余りを届けました。また、２０２２年６月から付き添いのために働けず収入がとだえてしまったひとり親には「付き添い生活サポートプラス事業」を開始し、付き添いパックの拡大版を毎月１回お届けし、クーポン券の形での現金給付も実施しています。

一方、面会制限に対しては、家族が子どもに携帯電話を買い与えてオンライン面会を始めていました。けれども、経済状況によってそれができない家庭もあったことから、２０２０年11月にソフトバンク株式会社に働きかけ、５５０台のiPhoneを通信費込みで支援していただきました。これにより全国39か所の小児病棟とファミリーハウスに２５０台、１５０組の付き添い家族に２台ずつ計３００台のiPhoneを提供してオンライン面会の環境をととのえました。

企業や病院との協働でより手厚い支援を

付き添いパックの提供を始めてからは、企業からの寄付品をいただくようになりました。ロゴデザインが変更になった、パッケージに誤植があった、消費期限が近いといった理由で抱えている滞留在庫を寄付して

ファミリーハウスにて付き添い家族に提供する食事をボランティアスタッフとともに調理をする（左上・下）。「付き添い生活応援パック」の梱包風景と中身（右上・下）。「応援の気持ちは詰め方にも表れる」との思いから、品ぞろえだけでなく、梱包の仕方も丁寧にするようにしているそうだ。

チラシやパンフレットには、設立当初からこだわってきた。「必ずしも対面で説明できるわけではなく、チラシやパンフレットが一人歩きしていくわけです。これらがわかりやすければ団体の信頼につながります」と光原さん。

いただくこともあります。滞留在庫を寄付として活用していただくことで、食品ロスやSDGsの取り組みにつなげることもできます。

企業の協力をいただけるようになり、私たちは寄付品の「見える化」に努めています。いただいた品物は一つずつ撮影してSNSなどに投稿したり、活動レポートなどで記事にしたりしています。

付き添いパックは、全国から申し込みがあります。最近は口コミも増えていますが、全国約500か所の病院にチラシを配布していることもあり、申し込みの半数以上は院内の掲示を見たり、看護師からチラシをもらったりしたという人たち。医療者との連携の大切さを実感しています。

課題と展望 ～資金調達、そして情報提供

常にある課題は資金調達。たとえば、付き添いパックは1箱送るのに3000円ほどかかります。今年は助成財団からの助成金でまかなえますが、次年度に向けて資金調達を検討しています。現在、申請中の認定NPO法人が取得できたら、税制優遇が適用され寄付してくださる法人や個人の方のメリットも大きくなります。

今年は情報支援に力を入れていきたいと考えています。9月の開設をめざして、付き添い情報の口コミサイトを開設する予定です。たとえば、「コインランドリーを使うから小銭の用意を」「ベッドサイドにかけるS字フックがあると収納に便利」といった、付き添い生活を支える先輩ママの知恵や知見の集まった場です。病院ごとの生活情報も入れる予定です。長く病院にいると病院周辺のおいしい飲食店など、付き添い生活のクオリティが上がる情報が増えてきます。そうした情報が、付き添いを始めた家族に引き継がれるようにしたいのです。付き添いパックを提供したご家族にも情報提供のご協力を呼びかけようと思います。また、並行して子どもの初めての入院に役立つ情報を掲載した『付き添い生活応援冊子』を作成して、主要病院での配布をお願いする予定です。

独りよがりにならない支援を

〝独りよがりにならない支援〟―私たちがもっとも心がけていることです。私も当事者だったので「こういう支援がしたい」という想いはありますが、本当にそれが必要とされているのか、当事者の声を聴くことが大切だと思っています。付き添いパックは、受け取った方にアンケートをお願いしています。その声を真摯に受け止めて、ニーズの大きさや調達可能かどうかで優先順位をつけ、できるだけ要望に沿った品物を送るようにしています。

市民活動は、やってみないとわからないことばかり。そして、やってみると想像しないことが起こります。成功も失敗も、自分たちの財産になるので、「やりたいことはやってみる」というのが、私たちのモットーとすることの一つです。

シェフ監修のもと独自開発した、野菜の栄養と美味しさがたっぷり詰まった缶詰。

＊注「Neonatal Intensive Care Unit」の略で、新生児集中治療室のこと。早産児や低出生体重児、心疾患、呼吸障がい、消化器疾患などの疾患がある新生児に24時間体制で対応している施設。

キープ・ママ・スマイリング Keep Moms Smiling

NPO法人 キープ・ママ・スマイリング

インタビューを終えて
コロナ禍で戸惑いながら歩む市民活動

東京ボランティア・市民活動センター
『ネットワーク』編集部

◆第１波での戸惑い

新型コロナウイルスの感染が国内で初めて確認されたのは 2020 年１月 16 日であり、４月７日には第１回目の緊急事態宣言が発出されました。

４月後半に本センターが実施したアンケート調査によると、都内のボランティア・市民活動センターの６割がやむを得ず開館時間の短縮や利用制限、あるいは、休館していることがわかりました。また、都内および近郊で、高齢の方や障害の方、子どもたちなどの「居場所」を作っている団体の９割以上が活動を中止・縮小し、３割近くが新たな取り組みを行っていました。そして、都内および近郊で、介護者のためにサロンやカフェなどを開催している全ての団体が活動を中止、あるいは、活動時間や利用者数を制限するなど、「活動を縮小した」と回答しています。

市民活動は今まで経験したことのない状況に戸惑うしかありませんでした。

◆歩み続ける市民活動

それから、２年半以上が経ちました。市民活動がなかなかコロナ前の状態に戻れず、今回取材させていただいたように、さまざまな工夫と努力をして、活動を継続しようとしています。

例えば、実際に会えない人たちとつながるために、電話や郵便だけでなく、オンライン会議や SNS などを使ったオンライン化が一気に進みました。このことで、より多くの人たちが活動に参加したり、支援したりすることが可能になりました。実際、コロナ禍での寄付はコロナ前より増額となり、20 代の人たちの寄付が増えているという新しい傾向もあるようです（認定 NPO 法人日本ファンドレイジング協会『寄付白書 2021』より）。本センターが実施している「夏のリモート・ボランティア」にも全国各地から参加があり、従来の対面でのボランティア活動より参加者が増えています（378 号＜ 2022 年６月号＞参照）。

一方、オンラインではつながることが難しい人たちがいたり、会うことの大切さを改めて認識した団体は、感染防止対策をしながら、「会う」ことを続けようとしています（次ページ「コロナ禍の居場所 感染対策のきほんのき」参照）。

本号に着手した頃は、第６波が過ぎ、市民活動の本格的再開に向かって明るいムードが漂っていました。ところが、７月後半になると、今まで以上に感染が広がってきました。「With コロナ」の時代はまだまだ続きそうです。市民活動がこの長いトンネルの中で継続・成長していくために、社会の理解と支援が求められています。

ネットワーク
378 号

Column あらためて呼びかけたい

コロナ禍の居場所 感染対策のきほんのき

当センターではこれまで、ボラ市民ウェブ上で『新型コロナウイルスの影響下における、地域の居場所の大切なポイント』を発信し、感染対策を広く呼びかけてきました。コロナ禍が始まってから２年半余り、新型コロナウイルスの感染は収束と拡大を繰り返し、今、あらためて感染対策の徹底が求められていると感じます。

下記の**コロナ禍の居場所 感染対策のきほんのき**は、地域の居場所の活動団体のほか、より多くのみなさんに参考としていただきたい事項です。詳細は冊子『コロナ禍を経て、変わらないこと・変えること。』に掲載しています。

活動に臨む前に考えたいこと

- ポイント１　新型コロナウイルス感染症を知る機会をつくろう
- ポイント２　「今」の感染状況をふまえて、活動のすすめ方を判断しよう

＊冊子の PDF はこちらからご覧ください。

活動中に感染しない、感染を広げないための対策／準備編

- ポイント３　会場は事前に確認しよう
- ポイント４　感染予防をふまえて、プログラムを見直そう
- ポイント５　感染を予防するための物品を用意しよう
- ポイント６　運営スタッフの備えを確認しよう
- ポイント７　利用者・参加者に事前にお知らせしよう

活動中に感染しない、感染を広げないための対策／活動編

- ポイント８　活動を始める前に
- ポイント９　開始時、特に注意すること
- ポイント 10　活動中は声を掛け合って対策を
- ポイント 11　終了時の注意点

活動の縮小や休止の間にできる工夫

- ポイント 12　地域の中で、つながりを保ち続けよう

【関連情報サイト一覧】

新型コロナウイルス感染症について：厚生労働省
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

新型コロナウイルス感染症対策サイト：東京都
https://stopcovid19.metro.tokyo.lg.jp

新型コロナウイルス感染症にかかる相談窓口について：東京都福祉保健局
https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/corona_portal/soudan/coronasodan.html

ボランティア保険：東京福祉企画
http://tokyo-fk.com/volunteer/volunteer.html

特設サイト コロナウイルス：NHK
https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/

新型コロナウイルス感染症市民向け感染予防ハンドブック [第 2.2 版]：東北医科薬科大学病院
https://www.hosp.tohoku-mpu.ac.jp/info/information/2326/

新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書：諏訪中央病院
http://www.suwachuo.jp/info/2020/04/post-117.php

地域の通いの場の再開に向けた新型コロナウイルス対策ガイド：東京都健康長寿医療センター
https://www.tmghig.jp/research/release/2020/0529.html

新型コロナウイルス関連のガイドライン：認定 NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワーク (JVOAD)
http://jvoad.jp/guideline/

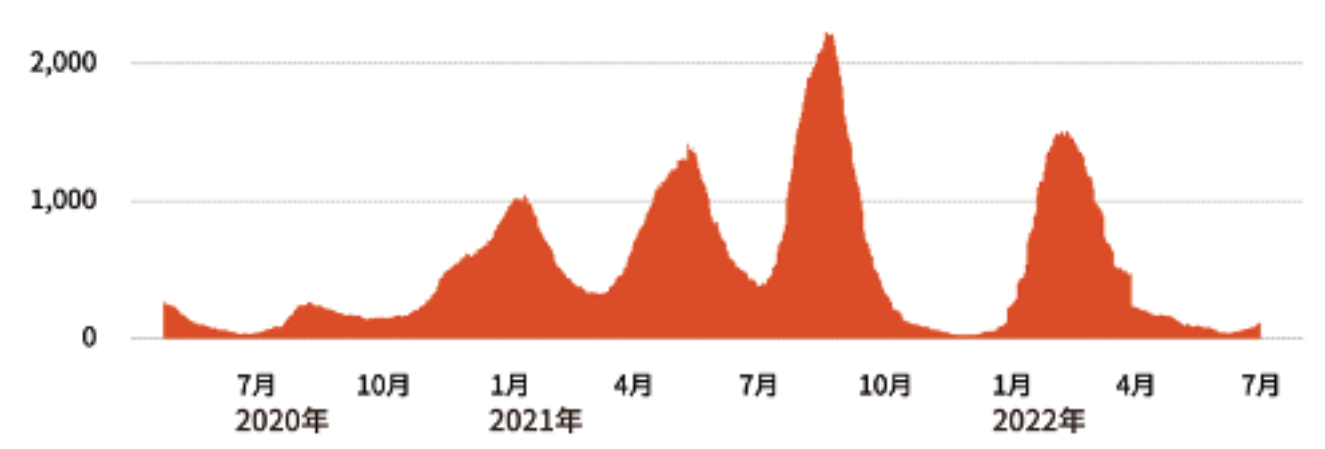
新型コロナウイルス対策緊急プロジェクト特設ページ：NPO 法人全国こども食堂支援センター・むすびえ
https://musubie.org/corona/

新型コロナウイルスの下で " つながり " をあきらめない地域福祉・ボランティア活動交流サイト：未来の豊かな " つながり " のための全国アクション
https://tunagari-action.jp

新型コロナ事例集：東京ボランティア・市民活動センター
https://www.tvac.or.jp/corona/jireisyu/

特集その2

市民活動を止めるな！
コロナ禍にTVACはどう動いたのか!?



厚生労働省「データからわかる－新型コロナウイルス感染症情報－」より「重症者数の推移」を参考に東京ボランティア・市民活動センターが作成（2022年7月20日現在）。

2019年4月7日、第1回目の緊急事態宣言が発出され、人と人とが支えあうボランティアやNPOの活動がフリーズした。市民たちの活動を止めないために、東京ボランティア・市民活動センター（以下、TVAC）に何ができるのか、私たちの模索が始まった。

調査　コロナ禍の影響を調べる！

まずは、何が市民活動の現場で起きているのかを把握することにした。TVACはさまざまな団体とつながっている。そのネットワークを活用して、数々の**アンケート調査**を実施した。その結果、日頃からさまざまな課題をもち孤立しがちな人たちのための**「居場所」**をつくっている団体や**介護**をしている人たちを支える団体のほとんどが感染防止のために集まることができなくなっていることがわかった。そして、参加者にも支援者にも不安や孤立感、ストレスが高まっていた。こうした中でも（であるからこそ）、電話やSNSで連絡をとったり、会食の代わりに食品や衛生用品などを届けるという活動に切り替えながら、「つながり」を保とうと奮闘している姿が見えてきた。

一方、**地域のボランティアセンター**はボランティア活動や各種事業の実施が困難となり、**民間の相談機関**も対面での相談ができずにいた。そして、**民間の助成団体**もこうした状況に対して、何ができるのか、情報を求めていることが明らかになった。

相談　市民活動団体の課題を一緒に考える！

TVACにはコロナ前から年間延べ1万5000件以上の相談が寄せられている。その多くが**市民活動団体**からの法人の立ち上げや運営についての相談だ。コロナ禍になってからは、どのように活動・事業を継続したらよいのか、今まで経験したことがない非常事態の中で組織内に不協和音が起きている等の相談が増えた。TVACは行政や民間の支援情報を提供したり、他団体の取り組みなどを紹介したりしながら、それぞれの団体と一緒に課題を整理し、何ができるかを考えた。

情報

コロナ関連の情報を発信する！

前述のアンケート調査結果については本センターのウェブサイト「**ボラ市民ウェブ**」で報告し、現状と課題だけではなく、調査から把握した各団体の工夫やアイデアについても紹介している。また、ＴＶＡＣが相談事業や各事業の中で把握した市民活動の課題に対して、支援情報や対応策などについてもウェブサイトで情報共有するようにした。

一方、「ボランティアしたい」「何かできないか」という市民や企業などからの問い合わせに対応するために、コロナ禍においてもできる募金やボランティア活動情報、その活動を進めるための**リスク対策**についてもウェブサイトに掲載している。

ＴＶＡＣの**情報誌『ネットワーク』**では、コロナ禍の市民活動の現場の様子を数号にわたって特集し、社会の理解と協力を求めた。また、Twitter や Facebook、Instagram などのＳＮＳも積極的に活用した。

ボランティア・NPO に関する新型コロナウイルス関連コンテンツ

運営

全事業のハイブリッド化と感染対策を進める！

コロナ禍で会議室に人々が集まることができなくなったために、ＴＶＡＣの全事業の会議やイベントを**オンライン化**するとともに、オンラインを利用できない場合は感染防止対策をした上で対面での参加も可能とする**ハイブリッド形式**で実施した。

また、ＴＶＡＣの会議室の利用にあたっては人数制限（２０２２年７月現在は制限なし）や消毒、検温、換気、ソーシャル・ディスタンスなどの**感染防止対策**にご協力いただいている。一方、各種相談については開所時間を短縮せずに、対応できるようにしている。

TVAC の利用について（2022 年 5 月 25 日現在）

支援

各種プロジェクトを展開する！

ＴＶＡＣが従来実施している各種プロジェクトの中で、コロナ禍に対応する支援を行った。まず、**『ゆめ応援ファンド』**という助成事業では、コロナ禍での活動を実施するための感染防止対策やオンライン化などのために、過去２年間において１４２団体に総額１千７１０万９０００円を助成した。

また、ＴＶＡＣと地域のボランティアセンターが連携して１９８０年から実施している『夏の体験ボランティア・キャンペーン』は中止となったが、各センターが**リモートでできるボランティア活動や感染防止に配慮した対面での活動**を開発・実施している。

災害ボランティアの事業では、**「コロナ禍における災害ボランティアセンターの運営の考え方ガイドライン」**を整理し、都内のボランティアセンターやＮＰＯと共有した。災害

『ネットワーク』366 号（2020 年 6 月号）（右）「新型コロナウイルスとボランティア・市民活動」を特集テーマとし、TVAC による緊急アンケートの概要とコロナ禍での活動事例を紹介。連載「思い立ったがボラ日」では在宅でできるボランティア活動を、「あすマネ」ではセルフヘルプグループによるオンラインの活動について取り上げている。
ネットワーク 367 号（2020 年 8 月号）の特集は「ソーシャル・ディスタンスとボランティア・市民活動」。ボランティア・市民活動の現場からの声をインタビューと寄稿で掲載。コロナ禍での体験を共有し、これからのボランティア・市民活動のありようを考える場とした。

ボランティアコーディネーター養成講座や災害時の連携ワークショップ等はオンラインで実施し、**ハイブリッドでできる防災・減災プログラム**も開発した。

また、**企業各社と協働**しながら、コロナ禍でオンライン化に取り組む市民活動団体にPCを寄付したり、女性シェルターや自立援助ホームなどに助成したり、全国の児童養護施設と連携して、施設を出た子どもたちへの支援を展開した。

『2022夏のリモートボランティア＋（プラス）』

児童養護施設の退所生へのアウトリーチプロジェクト

提言

市民活動への支援を行政・社会に呼びかける！

調査・相談・各種支援事業の中で把握した市民活動の現状や必要な支援について、直接、東京都の担当部署に説明をしたり、民間助成団体や企業各社に伝え、コロナ禍で困窮している人たちを支援している市民活動団体や存続が厳しくなっている団体への支援をよびかけた。

また、2021年1月には、**TVAC運営委員会企画シンポジウム「コロナ禍とボランティア活動〜これまで と これから〜」**をハイブリッドで開催。各運営委員の活動現場からのレポートやパネルディスカッション「これからのボランティア・市民活動」などが行われた。そして、1年後の2022年1月には、第2回シンポジウム「これからのボランティア・市民活動〜コロナ後の新たな展開へ〜」を開催し、Withコロナ、Afterコロナの時代に、市民活動団体や、それを支援する中間支援組織は何ができるのかを考えた。

TVAC運営委員会企画シンポジウム「コロナ禍とボランティア活動〜これまで と これから〜」（2021年1月）

＊＊＊

コロナ禍はすでに3年目に入り、なかなか収束が見えず、市民たちの挑戦が続いている。国や自治体のコロナ禍に対応した経済的な支援がいつまで続けられるのかわからない中、市民や企業による支援活動が盛んになってきている。TVACは今まで以上に多様な立場の人々をつなぎ、一緒に考えながら、市民たちの活動を支援していきたいと考えている。

右は東京ボランティア・市民活動センター 運営委員会企画シンポジウム「これからのボランティア・市民活動 〜コロナ後の新たな展開へ〜」（2022年）と左は「コロナ禍とボランティア活動〜これまで と これから〜」（2021年）。どちらも予想を超える参加数で、関心の高さがうかがえた。

セルフヘルプという力㉜

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。

一歩を踏み出すきっかけに ともに歩む居場所になりたい

ReOPA（レオパ）

うつ病やうつ状態で苦しんでいる方、生きづらさを感じている方に寄り添う自助グループＲｅＯＰＡ（レオパ）を運営している、ゆまさんにお話をうかがいました。

はじまりの物語：ある朝、起き上がれなくなった

活動をはじめたのは10年ほど前です。社会人2年目の時、メンタルの疾患を発症したのがきっかけです。幼少期から、人の目が気になったり、完璧主義だったり、感受性が強すぎたり、ちょっと生きづらい子どもではあったんです。「人と何か違う」「ちょっと辛いかも」と感じていました。そういった違和感を抱えながらも、大学生まではなんとかごまかしながら生きてこられたのですが、社会人になったらプレッシャーというか、「早く一人前にならないと」「周りに追いつかなきゃ」「完璧にやらなくちゃ」と、過剰なほど抱え込んでしまうようになりました。子どもの頃から蓄積されていた辛さも一緒に出たのか、摂食障害、拒食症になり、うつ状態になり…バーンアウトしてしまいました。それでも「これは甘えだ」と思い、足を引きずるようにして職場に行っていました。自分でもおかしいと思っていたんです。急に涙が出たりしていましたし。

そんなある日、朝ベッドから起き上がれなくなりました。いよいよ「これはまずい」と思って、病院に行ったら「うつ病」と診断されました。ショックというより「やっぱり」「来るべき時がきた」という感覚でした。うすうすわかっていたのだと思います。医者の勧めで休職したものの、全く休めなかったです。ひきこもり状態で家から出られない時期もあり、一時、実家に帰ったのですが、その時も「本当は親孝行しなきゃいけない年齢なのに」「親が働いて、私は家にいるなんて」と思っていました。自助グループの集まりでは「私がこうなったのは親のせい」という声を聴くことがあるのですが、私は親にとても感謝しています。むしろ「こんなによくしてもらったのに、なんで私はこうなっちゃったんだろう」とますます自分を責める感覚がありました。その頃は、何かやらなきゃと思ってもできなくて、自己嫌悪、自己否定感に苛まれて苦しかったです。休職することにも理解のある職場だったのですが、私自身が「これ以上迷惑をかけられない」という感情に捕われてしまい、退職しました。

うつの症状の一つに「意欲の低下」があるのですが、本などに書かれているその言葉の裏には言い表せないほどのいろんな苦しみがあるんです。私の場合は、できていたことができなくなる、今までの生き方ができなくなるという感じでした。一番辛かったのは、何も楽しめなくなってしまったことでした。好きだったものが好きでなくなり、楽しかったことが楽しめなくなりました。「無」という感じ、「ただ息してるだけ」の感覚です。何が起きているのか自分でもわからず、普通に生きてきたのに急に罠にはまって「あれ？」という感じでした。みんな先に行っちゃって自分だけそこから抜けられない、一人「穴の中にいる」という感じが辛かったのだと思います。

そして、自分の本当の気持ちがわからなくなりました。例えば自分が何を好きだったのかがわからない。幼少期から周りの気持ちを先読みして期待に応えてきたことも影響したと思います。自分の心の声を探すために、自分の内面を掘り下げていきました。

病気になってから生き方を再構築しているような気がしています。病気になったのはいろんな要因や環境が複雑に絡み合い、限界を超えた結

みんなで身体を動かしてスッキリ！人気のヨガイベント。

こころトークではテーブルを囲んで不安や悩みなどを話す。

果だと思うんです。だから私は原因を追究するより、これからどう生きていくかという方向で考えていきたい。それまでの生き方に無理があったと気づくきっかけになりました。

回復するわかりやすい出来事があったわけではありません。長い時間をかけて少しずつ諦められるようになった感じです。当時は時間が解決するとは全く思えなかったのですが、数年経って「あれ、半年前よりちょっと楽になっているかも」という感じでした。全く外に出られなかったのが、ドアの前まで行けた、ドアを開けられた、顔を外に出せたとか、できたことを一つずつ積み重ねて、気づいたら少しトンネル抜けていたような。そうやってじわじわと浮上してきた感じです。「完璧にやらないと」「働かなきゃいけない」という意識も緩んできました。

その頃、私と同じような人はいないのかなと、ネットで探してみたんです。世の中にうつの人がいることは知っていたのですが、会ったことがなかったので「本当にいる？」「こんなに苦しいのは私だけじゃないのかな」と思っていました。私を明るく元気な人と思っている友人にも、自分の状況を言えていなくて一人で抱え込んでいました。いろいろ検索しているうちに、自助グループというのがあると知り、「もしかしたら私の辛さをわかってくれる人がいるかも…」と思いました。でも、どういうところかわからないし、もしかしたら変な勧誘があるかもしれないしと、いろんな心配をしていました。半年くらい迷ったのちに思い切って行ってみたら、そこには同じ境遇の人がいたんです。自分だけだと思っていたのに、目の前にたくさん同じような人がいて、とても安心しました。

初めて参加した時は、様子を見るだけのつもりだったのですけど、他の人の話を聞いているうちに、ここでは話してもいいんだって思えてきました。ひきこもっていたり、仕事をしていない人ばかりで、自助グループの中ではそれが通常のことだった。それで少し話し出してみたら「私、話したかったんだ！」と気づいたんです。初めて「辛いんです」「困っていて、どうしようもなくて、助けてほしいんです」と言えた時、受け入れられたと感じて、「私にも居場所があるのかも」と思えました。自助グループに行ったことが、回復のひとつのステップになりました。

仲間がいることの意味

そのうちに、こういう場がもっとたくさん必要なんじゃないかと思うようになりました。それに当時行っていたグループは男性の参加者が多く、女性特有の悩み、例えば生理や妊娠、出産、キャリアなど、男性にはわかりづらいこともあると感じていました。そこで仲間とＲｅＯＰＡの前身団体（東京うつ病友の会）を立ち上げ、その中で女子会活動を始めました。

２０１８年には新たにＲｅＯＰＡを立ち上げました。ＲｅＯＰＡでは「こころトーク」という当事者の集まりを開催しています。みんなで集まって、悩みや不安を吐き出す場です。守秘義務や宗教・政治の勧誘はしないなど、最低限のルールはありますが、なるべくゆるくやりたいなと思っています。グループに分かれて、それぞれにスタッフが付いて進行をします。今メインのスタッフは５～６人です。コロナ禍に増えました。自己紹介のあと、グループごとに今日話す「テーマ」を決めていきます。「休職からの復帰について」や「友達に話すタイミングについて」などが挙がったことがあります。１

勉強会は社会資源や就労など関心の高いテーマで開催。

回3時間ですが、あっという間です。

２０２０年、コロナで集まる活動ができなくなりました。これまで実際に会って話すことを大事にしてきたので、いろいろと悩んだのですが、つながりは続けたいとオンラインに切り替えて続けることにしました。でも、「当事者」の中には、スマホを持っていなかったり、家にネット環境がない人もいます。オンラインでの活動中、参加できなくなった常連の方のことが気になっていました。ＲｅＯＰＡだけが居場所だった方が、それがなくなってどうしているのか…本当に心配でした。

つい先日、２年ぶりに集まる活動を再開しました。これまでのＲｅＯＰＡは、当日の体調や気分次第でフラっと参加できる場にしていたのですが、コロナ禍でそうもいかなくなり、事前申込み制に変更しました。すぐに定員に達して、当日欠席もなく参加者が集まった様子をみて、やってよかったと思いました。こんなに待ち焦がれてくれていたんだとうれしくなりました。私も長い間会えなかった方に会えたり、休憩時間に隣の人と話したり、そういう雰囲気を久々に味わえてとても楽しかったです。実際に会うことの威力はすごいなと思いました。オンラインだと、体調の悪い人がベッドの中から参加できたり、初めての方も顔を出さずに参加できるメリットがあるのですが、集まる活動とは別物だと感じています。どちらかの代わりになる手段ではないので、これからも両方活用していきたいと思っています。

もう一つの活動として、月１回イベントを開催しています。お花見やヨガ、公園散策などの行事や、専門家を招いて社会資源や制度などの勉強会を開催しています。うつになると、自分で情報を集めることがすごく難しいんです。文字を見ることができなくなる方もいる。だからＲｅＯＰＡを通じて資源や制度を知っていただき、少しでも生きやすくなってほしいと願っています。だからこそお金やノウハウの話で終わらないよう、テーマの扱い方を慎重にしています。ＲｅＯＰＡは、Rest（休憩）、Opportunities（機会）、Preparation（準備）、アクション（Action）の頭文字です。休んで、きっかけをつかんで、準備して、動きだせるように、そのステップを名前にしました。

休む段階も大事ですが、動きだしたいと思った時に、どうしたらいいのかわからないこともあるので、そういう段階の方もサポートできるように企画をしています。

自分の経験が役に立つ実感

セルフヘルプグループとか自助グループとか、いろんな言い方がありますが、当事者会の意義って色々あると思うんです。私は最初のうち、同じ境遇の方と話して、弱さを打ち明けて、共有できることが大きいと思っていました。それが徐々に、人と話す機会がない人にとっては人と接するきっかけになったり、「自分だけだ」と孤独を感じていた人にとっては知り合いができて、一人じゃないって思える場になったりしていることが見えてきました。また、隣の人の困りごとに「僕はこうしたよ」「私はこうだった」と伝えられることも大事だと思います。もちろんグループに来る時は皆さん自分を助けてもらいたくて参加します。

でも、誰かの役に立てたと実感できることも大きな意味があると思います。私も、暗い顔をして部屋に入ってきた方が、帰る時にすごく明るい笑顔になっているのを見ると、役に立ったのかなという感覚になれたりします。それって、自助グループじゃないとあり得ないんじゃないかなと思うんです。自分の体験や経験が誰かの役に立ったと感じたり、誰かと

「助け合えた」という実感は、自己肯定感をすごく高めてくれるのだと思います。

それから、他ではなかなか話せないことを、自助グループでは安心して話せることも大きい。仕事をしていません、何もしていません、ひきこもっています…。そういうことをカジュアルに言える社会ではないから、誰かに聞いてもらいたくても話せる場がないんです。だから、グループに参加して「はじめて人に言えた」ということも多くあります。「何日もお風呂に入れていない」とか「実は顔も洗えなくて」とか、そういう社会的には「えっ」と思われそうな話題も、対等な立場で話せることの意味は大きいと思います。

コロナ禍、これまで以上に吐き出す場がなくなってしまったので、少しでも気軽に交流できるよう、匿名で参加できるチャットルームを作りました。最初は24時間運用していたのですが、夜に一人で変なことを考えてしまった内容が、そのまま文字に残っちゃう。苦しい思いを吐き出したい方もいれば、誰かが吐き出した文字に影響を受けてしまう人もいます。取り扱う話題にも注意しないといけないんだなとわかりました。見る側の体調もありますから、バランスが難しいなと思います。今は8時から21時までの間、お互い負担なく使えるようにルールを作って運用しています。

誰かの居場所であり続けたい

当事者会の運営って、正直大変なんです。でも、ReOPAは、ストッパーになりたいと思って続けています。例えば著名人の自殺の報道が続き、それが、誰かにとってある種の衝動で一線を越えちゃう〝トリガー〟（引き金）になる可能性があったとして、ReOPAが引き留められる一つのきっかけになれたらと思っています。「今、死にたいけど、来月ReOPAのイベントがあるから、それまで待とう」とか「ReOPAであの人に会えるからもう少し…」とか。実際に「こういう場があって、救われました」と言ってくださる方もいて、その一言で全部の苦労が吹き飛びます。だから今は、活動を細く長く続けていきたいと思っています。まずは、居場所の活動を続けていくことが最大の使命です。というのも、自助グループは継続するのが難しくて、グループができては消え…で、せっかくできた居場所がなくなっちゃったという方が、たくさんReOPAに来るのです。活動を大きく広げていくより、今この場所を大切にしている方の居場所をなくさないようにしたいと思っています。

当事者会を運営していると、とても勉強になります。私自身、「底」を脱して時間が経っているので、その時の感覚がわからなくなってきちゃうのです。動けない状態の人に「とりあえずやればいいじゃん」って思っちゃいそうになるんだけど、会をやっていることで「それすらできない」という感覚を忘れずにいられます。それに症状の個人差が大きいので、自分の経験や感覚が全てではない、自分の見ている世界が全てではないと、改めて知ることができます。うつは、言葉で言い表しにくい苦しさもあるので、なかなか本当のところが知られていかない。だからこそ、ReOPAで出会った方々から学んだことを、社会に還元できたらと思っています。例えば自助グループの活動を広めたり、当事者の声を社会に届ける活動も必要です。活動をしているからこそ、できるつながりもあるので、他の団体と協力して取り組んでいけたらいいなと思っています。

森玲子（相談担当）
海方美雪（編集部）

ReOPA（レオパ）

HP　Facebook

キーワード うつ病、うつ状態、生きづらさ

うつ病やうつ状態で苦しんでいる人、生きづらさを感じている人が、安心して休んで（Rest）、回復へのきっかけをつかみ（Opportunities）、次へ向けての準備（Preparation）をして、そして実際に一歩を踏み出して歩き出せるように（Action）、という思いから2018年から活動を開始。当事者の集まる場（こころトーク、こころ女子トーク）、お出かけイベントやヨガ、勉強会などの開催、2020年からは匿名で参加できるLINEのオープンチャット（ReOPA ～交流ルーム～）を運営。「うつ病」や精神疾患の診断がなくても、生きづらさを抱えていたり、メンタルに不調があると感じている人であれば参加できる。他団体との連携や情報発信にも積極的に取り組む。

運営メンバー 様々な生きづらさを抱える当事者
活動内容 ・当事者が集まり気持ちを分かち合う場の開催・イベントの実施・オープンチャットの運営
参加できる人 こころトーク、こころ女子トークは当事者のみ※生きづらさを抱えていたり、メンタルに不調があると感じている人。「うつ病」や精神疾患の診断がない人も参加可能。※家族や付き添いの同伴については、事前にご相談ください。
活動エリア 東京他　**相談** なし　**集まれる場** あり（状況によりオンライン開催の場合もあり）　**連絡先** utustaff@gmail.com

連載 Vol.4

災害時要配慮者と「災害時のための市民協働　東京憲章」

堤　彩（日野市社会福祉協議会）

市民協働　東京憲章

市内を二つの河川が流れ、丘陵地も多い東京都日野市は、水害や土砂災害のリスクが高い地域です。また、多摩東部直下地震や立川断層帯地震への備えも欠かせません。

そのため、日野市社会福祉協議会（以下、日野社協）では、住民への防災意識の啓発と、いざという時に助け合える関係性づくりのため、各種防災事業を行っています。

■災害時、特に困る人は誰か？

市民有志で結成され、日野社協が事務局を務める「みんなでつくる日野の防災プロジェクト委員会（以下、みなつく委員会）」は、２０１６年に市内の障がい者団体10団体に向けて、災害時の心配事や事前の準備状況について、ヒアリング調査を行いました。

その結果、障がい当事者やその家族が、次のような「不安」を抱えていることが浮き彫りとなりました。

①　災害発生時の安全確保に関する不安

・手足が動かないので、自分の身を守る動作ができない（肢体不自由当事者）

・パニックになってその場で動けなくなるおそれがある（知的障がい者の家族）

・ストレス耐性が弱いので、環境の変化に耐えられない（精神障がい者の家族）

・防災無線が聴こえないので、被害の状況がわからない（聴覚障がい当事者）

②　避難行動に関する不安

・部屋に物が散乱していると、身動きが取れない（肢体不自由当事者）

・避難所までの道が、通れるのか瓦礫で通れないのか分からない（視覚障がい当事者）

・電線やガラスなど危ないものに対する認識が薄いので心配（知的障がい者の家族）

③　避難所生活に関する不安

・一般的な避難所である学校は意外とバリア（障害物）が多い（肢体不自由当事者）

・音に敏感なので、うるさい場所は疲れてしまう（視覚障がい当事者）

・ざわざわした雰囲気や子どもの泣き声は苦手（知的障がい者の家族）

・人混みでは幻聴が発生する場合がある（精神障がい者の家族）

・大勢の中での生活は雑音が辛くて無理。宇宙人が一斉に話しているように聞こえる（高次脳機能障がい当事者）

■いのちとくらしを守る東京憲章

「東京憲章」には五つの基本方針がありますが、今回は二つ目の『支援や配慮が必要な方々に寄り添い、「いのち」と「くらし」を、みんなで支えます』に注目します。

「支援や配慮が必要な方々」とは、今回私たちが調査を行った「障がいのある方」だけではありません。たとえば、次のような方を避難所で見かけたとき、私たちはどんな配慮をすれば良いでしょうか。

・認知症の症状がある人

・難病や持病がある人

・妊産婦、乳幼児のいる家族

・日本語が得意ではない外国籍の人

・家を持たず河川敷等で生活している人

・アレルギーや宗教の信仰のため食べられるものが限られている人

過去、３・11などの大規模災害時には、社会的・身体的に弱い立場にある人を中心に、せっかく助かった命が「災害関連死」で失われてしまう事例が多々ありました。配慮を必要とする人たちが安全な避難行動をとり、安心して避難所生活を送るためには、日頃からの「住民同士の顔が見える関係づくり」や「支援団体同士の気兼ねなく意見交換ができる関係づくり」が欠かせません。

これまで全国各地で経験した災害の教訓や反省を生かし、東京都における未曾有の災害に備えた「いまから始める」防災の取り組みが、私たちに求められています。この機会に、平時から災害への取り組みを考える「東京憲章」にぜひ目を通してみませんか。

日野市民でつくる防災・減災シンポジウム（2018年）。日野市民が一堂に会し、日野の防災について熱く議論します。

つぶやきブレイク vol.23

＊当センタースタッフによるコラム

『あなたの人生を変える魔法のカフェ』
ジョン・ストレルキー著・イシイシノブ訳
竹書房文庫

日常に隠れている『たからもの』

アクシデントからの贈り物

毎日、やるべきことに追われて一日は慌ただしく過ぎていく。「暑いね」「寒いね」と言いながら、あっという間に一年が過ぎる。「ほんとうはこれがやりたい」と言いながら「これが終わったら…」「～してから」と先延ばししてしまう。主人公ジョンも忙しさに追われ、自分自身を顧みたくて旅に出たはずが…アクシデントから道に迷い、ガス欠と空腹からたどり着いたのは「なぜ、あなたはここにいるの？カフェ」なのだ。どうやら単なる飲食できるカフェではない様子。

メニューには、「ご注文の前に、ここでのあなたの時間が何を意味するか、私たち店員にご相談ください」とあり、注文を待っている間に考えてほしい3つの質問「なぜ、あなたはここにいるの？」「あなたは死を恐れている？」「あなたは満たされている？」と続く。カフェのウェイトレス、マスター、常連のお客さんとの会話から、自分自身、自分という存在と向き合うジョン。これまでも心の片隅でうすうす感じることはあっても…真正面から向き合うことなく過ごしてきた。いずれの質問も生きている上での本質を問われているように感じる。最高に満たされている人は、存在のための目的＝PFE（Purpose For Existing）を知っていて、自分のPFEを満足させようと何かしらの行動をしているが、逆にPFEがわからず、見つけようとしてネックになるのは自分で無理だと思い込んでしまうことにあると忠告するウェイトレスのケイシー。

自分もジョンのように忙しさに追われ、自分の本質＝PFEなんて考えもせずに過ごした。自分が望んだとも思えないようなアクシデントも生きている途中の点に過ぎない。自分自身を知りたい、本当の自分に気づく助けとなる一冊。

日常の場面を優しさで包み込む

モノクロのイラストはていねいな世界観を描き、その優しくてかわいい場面に入り込みたくなる。日常のひとコマを切り取って、フォーカス。14の物語が綴られる。

変わり映えしない一日に、小さな変化が訪れると…人は非日常を日常の中に感じて心があたたまる時間を過ごす。生活の中にあるイス、やかん、猫などが非日常として登場。ふつうの日常が『しあわせ』な時間へと変わる。ほんの小さな出来事、想いが人の心をあたためていくことをじんわり感じさせてくれる。

変わらない毎日こそ、実は当たり前ではないことに私たちは気づかない。これから人々が求めていくのは、自分らしく生きていける社会。コロナ禍で人々の生活は大きく変わったが、ひとりで外出できる平和な日本であることに変わりはない。

毎日のちょっとしたことに〝うれしさ〟〝楽しさ〟をプラス、見いだせれば、心もあたたかい。長期間の自粛生活の影響で、自分の時間を社会のために使う市民活動（ボランティア）希望者が増えているのは、日常生活に新たなうれしさ、たのしさを見つけたからではないだろうか。

（かいほう）

『いつも通りの日々』
早川司寿乃著／ポプラ社刊

せかいをみる

海外におけるボランティア・市民活動や市民と社会とのかかわりを知る・考えるページ。今回はJAVE理事長・IVUSA理事の伊藤章さんの寄稿です。ご自身の国際的な活動や、国連ボランティア計画のレポート『STATE OF THE WORLD'S VOLUNTEERISM』について2号にわたりご報告をいただきます。

寄稿

成り行きで始まった海外とのつながり〈前編〉

伊藤 章

伊藤 章（いとう・あきら）

NPO法人ボランティア活動推進国際協議会 日本（JAVE）理事長。NPO法人国際ボランティア学生協会（IVUSA）理事。愛知県出身。大学卒業後、地域でのボランティア活動と学習とを結びつけた「サービス・ラーニング」のプログラム開発や普及にかかわってきました。その他にもフリーランスで非営利組織の運営コンサルティングやサポートをしています。

どうして、国際的なことにかかわっているのか？

海外に行くこと自体そんなに好きではなく、英語も苦手で、オンラインの無料翻訳サービスにたびたびお世話になる私――。そんな私がなぜ国際的な活動にかかわっているのかと聞かれれば、自分と異なる文化的バックグラウンドの人や環境に接することが、特に若い人にとって大きな成長や価値観の転換の契機となるので、そのビフォー・アフターを見るのが面白いといったことでしょうか。

そういった「刺激」に触れ続けることで、自分を定期的にチューニングするという目的もあります。

JAVE[*1]にかかわり始めたきっかけ

私はもともと文部科学省管轄の一般財団法人青少年交流振興協会で、ボランティア活動とスポーツを通した青少年の健全育成という仕事をしていました。ある時、世界中のユース（若者）が一斉に社会問題解決のためのアクションをするGYSD[*2]というキャンペーンが4月にあるというのを知りました。同時期に世界各地で開催されたアースデイ[*3]を、活動ジャンルを不特定にした若者バージョンのようなものです。

興味を持った私は、日本国内でGYSDの推進団体をしていたIAVE日本（現JAVE）という団体に2005年にコンタクトしました。その後、日本国内でGYSDの推進を3年くらい一緒にやっている中でIAVE日本の理事となり、今に至ります。

IAVE（ボランティア活動推進国際協議会）はボランティア活動を通して国や文化を越えて交流を図ることを目的として、世界中のボランティアグループによって1970年に設立され、定期的に国際会議を実施しています。日本でもその国際会議に参加したメンバーが中心となって1990年にIAVE日本を設立し、1994年には東京で国際会議を開催しました。日本でも国際会議のスピーカーや参加者を募集したり、ボランティアに関する調査研究をしたり、「広がれボランティアの輪」連絡会議[*4]の運営に参加したりといった活動をしています。

本業はIVUSAのスタッフ

JAVEはずっと無給のボランティアでかかわっていて、今の本業はIVUSA（国際ボランティア学生協会）というNPO法人の理事兼職員です。この団体は1993年に設立された大学生中心のNPOで、国際協力・環境保護・地域活性化・災害救援・子どもの教育支援といった分野で様々な活動を行っており、現在約2500人の大学生が所属しています。その中で私がかかわった3つの活動を紹介します。

1. フィリピンでの台風 ヨランダの復興支援からの減災・環境保全の活動

（左）IAVEの世界会議（2014年、オーストラリア）
（右）2017年に行われた
　　若者によるSDGs啓発イベント
（写真提供＝伊藤章）

２０１３年11月にフィリピンのビサヤ地方を台風ヨランダ（ハイエン）が襲い、６０００人以上の方が亡くなる大災害になりました。２０１４年夏に復興支援として活動を始め、その後合計８回、延べ２２０名の学生と一緒に現地で防災教育や環境整備などを行ってきました。

この２年間はコロナのため現地に行けていませんが、マニラにあるデ・ラ・サール大学の中のＣＯＳＣＡ－ＬＯＶＥという団体と一緒にオンラインでワークショップや交流をしています。

2. 第3回国連防災世界会議での学生ボランティアのカンファレンス

２０１５年３月に仙台で開催された国連防災世界会議の関連事業として実施しました。約１００人の学生が自身の経験や活動を基に、「今後の災害ボランティア」をテーマに議論し、若者の今後の行動について考えました。最後に防災若者宣言[*5]を作成し、本会議で発表しました。

3. SDGsの啓発イベント

２０１７年５月に国連開発計画[*6]と他の12の学生団体と一緒に「第１回ＳＤＧｓ×Ｙｏｕｔｈ　知ろう。語ろう。見つけよう。」というイベントを実施しました。講演・ブース展示・ワークショップなどを通して、日本の若者にもっとＳＤＧｓを知ってもらい、自分ごととして捉えてもらうことを目的としたものです。

他にもＩＶＵＳＡでは、カンボジア・インド・中国・ネパール・バングラデシュでも活動をしています。

最近やっていること

「広がれボランティアの輪」連絡会議の中に国際プロジェクトチーム（ＰＴ）というものがあります。海外のボランティアに関する情報や知見を紹介するとともに、日本国内の外国にルーツを持つ方々の現状や課題を調査する部会のようなものです。このＰＴで「災害時における在留外国人支援の視点」（２０１９年）、「コロナ禍で在留外国人が抱える課題と私たちにできること～支援団体・当事者へのインタビューから考える～」（２０２１年）という二つの報告書[*7]を出しました。このＰＴで東京ボランティア・市民活動センターの方とご一緒させていただいたご縁で、このように文章を書かせていただいています。

また、２０２１年が国連ボランティア国際年[*8]から20年ということで、この20年をふり返るというテーマでこの「業界」の様々な方々にお話を伺い、インタビュー集を発行しました。

その中で、国連ボランティア計画[*9]が３年ごとに出している「STATE OF THE WORLD'S VOLUNTEERISM」というレポートの２０２１年度版を翻訳し、そのサマリーの資料として載せました。こちらは次号で紹介させていただきます。

NPO法人
ボランティア活動推進
国際協議会日本

NPO法人
国際ボランティア
学生協会

*1　Japan Association for Volunteer Effort の略
*2　Global Youth Service Day の略
*3　EarthDay は地球の環境保護のためのイベント。1970年米国で開催以来、世界各地に広がる。
*4　ボランティア活動に関する情報交換や啓発、提言などを目的に1994年に設立。中間支援組織を中心に全国55団体がネットワーク。
*5　英語表記はDisaster Prevention Youth Declaration
*6　United Nations Development Programme（UNDP）。国連の主要機関。1965年設立。
*7　報告書は右記よりダウンロード可。 https://www.hirogare.net/suggest/
*8　国連により2001年がボランティア国際年と定められた。日本が提唱。
*9　United Nations Volunteers（UNV）。国連開発計画の下部組織として1971年設立。

読者の声 ～本誌378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】Withコロナ時代の『リモート・ボランティア』

・ボランティアもオンライン化が進み、またその需要があるのは、オンラインツールを使いこなすボランティアを受け入れる側の努力も大きいと思います。対面でしか伝わらない人の温かさのようなものは、オンラインでどれだけ伝わるのか気になります。

・コロナ禍での苦肉の策で広がったオンラインボランティアが、結果的にボランティアに参加するハードルを下げたり、これまでだったらつながらなかった人同士をつなげることになったことがよくわかりました。私たちもボランティアに対する認識が広がったことを改めて思い出しました。

◇1年間の相談を振り返って

・団体としてボランティアを継続するためには様々な課題につきあたることがあることがわかりました。

◇編集委員企画 ウクライナのフリースクールとデモクラティック教育

・日本では、フリースクールを「特殊な」＝普通の学校に通えない人のための場所という認識が抜けにくいと思います。いつ、何を、どのように学ぶのかを自分で決めるというデモクラティック教育の概念が、閉塞した日本の教育に少しずつでも取り入れられてほしいと思います。

◇TVAC News 東京憲章

・最近あちこちで見る「やさしい日本語」にとても助けられています。外国の方だけではなく、日本人もパッと見て理解しやすく、難しいトピックスもわかりやすく表現されており、とても良いと感じます。

◇セルフヘルプという力

・自分に重なる部分がとても多く、いろいろと考えてしまいました。塞ぎ込んでいるときは特に、自分から自助グループを探すことは難しいと思います。

◇いいもの みぃ～つけた！ NPO法人テップロ

・鉄という無機質なものからできている人形ですが、命が吹き込まれていて温かみを感じます。

お気軽にご意見・ご感想をお寄せください。

本誌で使用しているQRコードは、㈱デンソーウェーブの登録商標です。

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 ＊ご利用人数はホームページでご確認ください。

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 ＊ホームページでご確認ください。

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

本誌のご案内は上、バックナンバーについては下のQRコードからご覧ください。

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）
亀川悠太朗（葛飾区社会福祉協議会）
小池良実（岡さんのいえTOMO）
齋藤啓子（武蔵野美術大学 造形学部教授）
社会学ゼミ（TDU－雫穿大学）
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

印刷: ㈱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／㈱丸井工文社
表紙イラスト: フローラル信子

2022年8月20日発行（通巻No.379）
ISBN 978-4-909393-40-1 C2036
定価 400 円（本体 364 円＋税 10%）
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.38 ‘どんぐり林のとなりの作業所’から

1 シルクの気持ちの良い肌触りと草木染めの自然の色が人気です。シルクボーダーストール 5000円

2 かわいい刺繍のついたハンカチと絞り染めをしたてぬぐい。日々コツコツと染めています。ハンカチ 600円 てぬぐい 1200円

3 個性豊かでカラフルな小物がたくさん。見ているだけで楽しくなります。400円～

4 もくもくと仕事に取り組む姿。とても丁寧な仕事をしています。染めるための準備中。

あさやけ鷹の台作業所は、地域で生活する障害のある方々が毎日通所し仕事に励んでいます。下請け班と自主製品班があり、今回は染めや織り、小物などのものづくりを担当する自主製品班を紹介します。「コダイラブランド」*登録の染め製品はストールやハンカチなどを、地域の方から寄付された植物や作業所の畑で育てた藍を使って染めています。夏には藍染め、冬には染めた糸で織ったマフラーと季節に合わせたものを作ります。どんな仕事も少しずつ技術をあげながら、そのメンバーにしか作れない１点物の良さが魅力です。作業所内のアートショップには個性豊かな商品と楽しさがあふれています。地域の方々に喜んで使ってもらえる商品づくりと、メンバーが無理なく楽しく仕事ができる環境づくりを目指しています。お気軽にお立ち寄りください。

＊小平商工会の認定による小平市の地域ブランド

あさやけ鷹の台作業所

所在地 〒187-0032 東京都小平市小川町 1-411
TEL 042-346-2167 FAX 042-312-3677
E-mail takanodai@asayake.or.jp
HP http://www.asayake.or.jp/takanodai.html
https://www.instagram.com/takanodai.asayake/
HP Instagram

4

ボランティア・市民活動を広げ、応援する！
ネットワーク Network
2022年8月20日発行　2022年8月号　通巻379号　発行人　山崎美貴子　〒162-0823　東京都新宿区神楽河岸1-1　東京ボランティア・市民活動センター
定価400円（本体364円+税10%）

公益財団法人　大和証券福祉財団

現在募集中

2022年度（第29回）ボランティア活動助成概要

応募課題	① 高齢者、障がい児者、子どもへの支援活動及びその他、社会的意義の高いボランティア活動 ② 地震・豪雨等による大規模自然災害の被災者支援活動
応募資格	５名以上で活動し、かつ営利を目的としない団体
応募金額	１団体につき上限30万円（予定総額4,500万円）
応募期間	2022年８月１日（月）～９月15日（木）
助成対象期間	2023年１月１日（日）～12月31日（日）

※大規模自然災害とは、「東日本大震災」「平成28年熊本地震」「平成29年７月九州北部豪雨」「大阪府北部地震」「平成30年７月豪雨」「北海道胆振東部地震」「令和元年台風15・19号10月25日からの大雨」「令和２年７月豪雨」等
※助成要領及び申請時の手続き等の詳細は、当財団のホームページをご覧ください。

助成金贈呈式の様子

▲選考委員長より東京地区採択団体への選考経過報告の様子
場所：大和証券グループ本社 応接室

▼東京地区採択団体への贈呈書授与後、各団体の皆さんと選考委員長との記念撮影
場所：大和証券グループ本社 応接室

お問い合わせ　公益財団法人　大和証券福祉財団・事務局へ
TEL：03 － 5555 － 4640　FAX：03 － 5202 － 2014
URL：https://www.daiwa-grp.jp/dsf/grant/

ISBN978-4-909393-40-1 C2036 ¥364E