

## 【総括】

### 市民協働サポートセンター

#### 令和5年度を振り返って

新型コロナウイルス感染症が5類となり、人が集まることに制限がなくなった中での年度スタートとなった。センターと関わりのある団体もほぼ日常を取り戻した感がある。

今年度、これまでながの協働ねっとや実行委員会の皆さまと作り上げてきた「地域まるごとキャンパス」事業が若者チャレンジ応援事業として新たな委託事業となった。若者の拠点「ながの若者スクエアふらっとb」は元303会議室の壁を取り払い、センターと一体的な運営が可能となったことは大きなトピックとなった。

それを受け、特に一部の交流会はふらっとbの企画と連動する形で開催し、若者と大人、団体や企業などさまざまな背景の市民が集う場を提供できた。日常的にボランティアや市民活動団体のメンバーが若者と話に花を咲かせる場面もあり、相乗効果が期待されている。

一方、念願であった市内住民自治協議会が一堂に会する地区自慢大会を開催し、オーディエンス、市担当課等関係者併せて90人を超える人が集い、16地区の自慢の事業を共有した。それぞれの課題感には共通点や地域の特性が現れ、非常に興味深いものばかりで、それぞれの地区の発表が熱量高くこれまでの取り組みが花開いている様子がうかがわれた。参加者からの評判も上々でメディア等でも取り上げられたことは大きな成果であった。

市民活動団体に向けた講座企画では、日ごろの相談内容や社会の動きを捉えた講座を企画。NPOスクールと銘打った連続講座で講師を務めた田辺大氏は市民活動やソーシャルビジネスに精通し、団体のマネジメントや資金調達の基本を聞く貴重な機会となった。普段長野市にいて聞くことのできない講師の話センターが企画することの意義は大きいと感じる。各事業の企画・実施を通してスタッフが学び・成長する機会とも捉えており、団体のニーズ把握に努めるとともに、県内及び全国の市民セクターの動きにも注目しながら事業をすすめたい。

今後も、多様な参加の機会を創出し、市民一人ひとりが活動に参加しやすい環境を整え、市民活動に関わる人々を増やすことで、団体の継続性を確保していきたい。分野を超えた連携を促進し、対話から協働につながるファシリテーターとしての役割を果たすことで、長野市の地域社会全体の活性化に寄与していく。

市民協働サポートセンター  
センター長 阿部 今日子

## (1) ネットワークの強化・拡大

ア 団体間の交流事業の企画運営／カフェまんまる、SDGsまんまる、地域まんまる

<事業目標>

市民活動団体と企業や住民自治協議会・行政などが出会い連携・協働につながるきっかけ作りとして。また、市民活動団体と活動したい個人や個人事業主がつながり、団体に取り組む社会課題に出会い考える機会を創り出し、団体への共感と参画が生まれるきっかけ作りとして開催。同じ課題を多様な視点から見ることができ、団体の活動に深まりと発展を期待して、企画協力団体との協働を進める。

番号	タイトル		参加人数
	期日	会場	
	企画協力団体		
1	NPOカフェまんまる×SDGsまんまる「性の多様性について考えよう」		16
	6月24日(土)	もんぜんぷら座302会議室	
2	NPOカフェまんまる×SDGsまんまる「わたしたちの考える平和」		19
	8月8日(月)	もんぜんぷら座304会議室	
3	おしゃべりサロン第二回女しょ会議		12
	9月3日(日)	もんぜんぷら座304会議室	
	3.8国際女性デー長野プロジェクト		
4	地域まんまる「おらほの自慢聞いとくらい！」		89
	10月24日(火)	もんぜんぷら座304会議室	
5	NPOカフェまんまる「遺贈寄付の入り口に立つ！」		15
	12月7日(木)	もんぜんぷら座304会議室	
	ながの協働ねっと		
6	NPOカフェまんまる×SDGsまんまる「長野から世界を知る」		28
	1月13日(土)	ながの若者スクエア「ふらっとㇿ」	
	ながの若者スクエアふらっとㇿ		
7	NPOカフェまんまる「出会ってつながってコラボしよう！～協働の大交流会～」		79
	2月3日(土)	長野県立大学三輪キャンパス	
	ながの若者スクエアふらっとㇿ		
8	おしゃべりサロン第三回女しょ会議		8
	2月11日(日)	もんぜんぷら座	
	3.8国際女性デー長野プロジェクト		
9	NPOカフェまんまる「障がいのある子どもを育てる親の会を知ろう！」		32
	3月4日(月)	もんぜんぷら座	
合計			298

※交流会の様子は巻末のイベントレポート参照



10/24 地域まんまる



1/13 SDGs まんまる「長野から世界を知る」

イ 市民公益活動の参加促進をはかる事業／まんまるサロン、機関誌発送サロンほか  
 <事業目標>

小さな力を集めてセンターの運営に関わる機会として、市民と市民活動団体や福祉事業所など  
 ふだん出会う機会のない人たちが交流する場として開催。

	テーマ		参加人数
	期日	会場	
1	機関誌まんまる発送作業		8
	4月1日	市民協働サポートセンター	
2	ボランティア臨時サロン		1
	4月14日	市民協働サポートセンター	
3	ボランティアサロン		10
	4月25日	市民協働サポートセンター	
4	ボランティアサロン		7
	5月23日	市民協働サポートセンター	
5	ボランティアサロン		9
	6月27日	市民協働サポートセンター	
6	機関誌まんまる発送作業		2
	7月1日	市民協働サポートセンター	
7	ボランティアサロン		11
	7月25日	市民協働サポートセンター	
8	ボランティアサロン		9
	8月22日	市民協働サポートセンター	
9	ボランティア臨時サロン		4
	9月14日	市民協働サポートセンター	
10	ボランティアサロン		5
	9月26日	市民協働サポートセンター	
11	機関誌まんまる発送作業		4
	9月30日	市民協働サポートセンター	

12	ボランティアサロン		5
	10月24日	市民協働サポートセンター	
13	ボランティアサロン		9
	11月28日	市民協働サポートセンター	
14	ボランティアサロン		9
	12月26日	市民協働サポートセンター	
15	機関誌まんまる発送作業		2
	12月27日	市民協働サポートセンター	
16	ボランティアサロン		6
	1月23日	市民協働サポートセンター	
17	ボランティアサロン		11
	2月27日	市民協働サポートセンター	
18	ボランティアサロン(3.8国際女性デー)		14
	3月8日	市民協働サポートセンター	
19	ボランティアサロン		10
	3月26日	市民協働サポートセンター	
合計			136



ボランティアサロン  
(4/25 折り鶴プロジェクト)



まんまるサロン  
(6/27 機関誌発送準備)

#### ウ 団体に関する情報収集および把握／団体の調査とデータベース作成

取材、訪問、相談等の際に団体の活動情報をセールスフォースに登録し、集約。センター内で共有できるようにする。また、地域活動支援課に情報を提供し、今後の市民活動支援につなげる。

訪問件数 71件(取材・相談等すべて含む) (2023/4/1～2024/3/31)

※令和5年度集約済みのデータについては別添

#### <成果・課題と展望>

交流事業については、10月の地域まんまる「おらほの自慢聞いとくらい!」と2月のNPOカフェまんまる「出会ってつながってコラボしよう!～協働の大交流会～」といった大型のものを開



催したため、非常に多くの参加があった。特に地域まんまるでは、住民自治協議会が自慢の事業を持ち寄り発表する機会として、16地区が参加。自分たちの地域の課題に仲間と協力して取り組む姿は住民自治そのものだと感じた。「今回参加できなかった地域も次は参加してほしい」など、継続開催の要望も多く、毎年ではないが今後も継続して開催したいと計画している。また、「平和」や「性」、「遺贈」など多角的なテーマを設けることで、お寺や公益財団法人、LGBTQ+の当事者会などさまざまな団体とつながったことも収穫である。

ボランティアサロンは、広島でのG7開催に合わせた折り鶴プロジェクトも実施したこともあり、新規を含めて多くの方々の参加があった。センターの目指す「市民の参加・参画を創る」ことができたのではないかと手ごたえを感じる。このように交流会をはじめとした企画には団体との関係構築と社会の動きにアンテナを張っておくことが重要であり、スタッフ一人ひとりの課題意識やコーディネーション力が必要となる。来年度はより一層アンテナを高く張り、外部の研修や取材などに積極的に出かけていき、センター運営に活かしていきたい。

## (2) 情報の収集・提供業務

### <事業目標>

センターは中心市街地に位置し、多くの人々が利用するもんぜんぷら座に設置されていることから、さまざまな団体の情報を市民に提供できる利点を持つ。掲示スペースも広く、広報効果が期待されている。また、ホームページやSNSを最大限に活用し、長野市はもちろん他市町村への周知を図り、市民活動団体の情報発信面の支援と、多様な市民の参画を作り出す。

#### ア 市民公益活動に関する情報の収集及び提供

- ◆ 機関誌の発行・配布(年4回以上)及びバックナンバーのホームページ公開  
4月、7月、10月、1月発行。各1700部。配布件数1,855件、平均463件  
※特集内容については添付を参照  
※ホームページでバックナンバーを公開
- ◆ 団体及び関係機関が発行する機関誌の収集及び管理 233件(2023/4/1~2024/3/31)【前年比112%】
- ◆ ホームページ、SNSなどを活用した情報発信及び管理運用
  - ・ ホームページを活用した情報発信件数 487件 (2023/4/1~2024/3/31)【前年比91%】  
アクセス件数 76,212件(2023/4/1~2024/3/31)【前年比113%】
  - ・ Facebookを活用した情報発信件数 628件 (2023/4/1~2024/3/31)【前年比94%】  
アクセス件数 73,692件(2023/4/1~2024/3/31)【前年比68%】
  - ・ Instagramを活用した情報発信件数 139件(2023/4/1~2024/3/31)【前年比133%】  
アクセス件数 10,392件(2023/4/1~2024/3/31)【前年比60%】
- ◆ その他、人材の紹介、助成金等活動資金、法務、財務会計その他団体運営のノウハウに関する情報の収集及び提供
  - ・ 助成金情報 受取件数140件(2023/4/1~2024/3/31)

ホームページ・facebook等を活用した情報発信及びセンター内掲示スペースでの掲示・配架、各団体への個別の案内を行った

イ 情報掲示板の管理(各団体のチラシ、ポスター等の掲示物の受付等)

チラシ・パンフレット等受取・配架・掲示件数 529 件(種類) (2023/4/1~2024/3/31)

【前年比 89%】

ウ 団体等にする情報提供、案内

窓口情報提供件数 2,025 件

電話・メール等での情報提供件数 2,817 件

訪問での情報提供件数 404 件

合計 5,246 件【前年比 93%】

エ 報道機関へのイベント情報提供

- ◆ 市民新聞「市民とNPOのひろば」へのイベント情報提供(毎月第1火曜日掲載)
- ◆ 市民新聞「NPO新春特集」の編集
- ◆ 市民新聞「リレーコラム」執筆者コーディネート、イベント各回2件情報提供(毎月第3土曜日掲載)

	リレーコラム 団体	執筆者
4月	銀のかささぎ	山越久美子
5月	中部子ども劇場	齋藤まさ子
6月	医ケアの輪	山本里江
7月	長野県NPOセンター	山室秀俊
8月	豊野まちづくり委員会	平澤薫里
9月	長野県自死遺族自助グループやまなみの会	前島常郎
10月	ほっこりん	玉井秀樹
11月	みんなのタハタ	田中亜希子
12月	aspiration	大西彩桜
1月	ナガクルソーシャルライター	廣石健悟
2月	しゅわわん	綿貫彩
3月	ダウン症長野ひまわりの会	山口莉多



市民新聞 2024 年 1 月号は 2 面を活用しての特集号（特集テーマ：遺贈寄付）

<成果と課題・展望>

情報受け取り件数の減少に伴い、ホームページでの情報発信件数は減ったが、アクセス数は増えている。特に 6・7・10・1 月のアクセスが増えており、センター主催の交流会へのアクセスも関係していると思われる。昨年リニューアルしたページが見やすくなったという声も多数いただき、市民活動や助成金情報がわかりやすく掲載されていると、長野県広報・共創推進課の NPO 向けの講座でも紹介していただいている。

SNSについては、地域まるごとキャンパス事業が離れたため、その分 Facebook での投稿は激減している。Instagram について、昨年度はまるごとキャンパスに関する内容が多数を占めており、Instagram のターゲット層である若年層の関心と重なっていた。今年度投稿数は増えているものの、アクセス数が減っている要因として、発信した内容とターゲット層のミスマッチが考えられる。発信内容については精査する必要があると考えられる。センターの Instagram の存在周知を進めるとともに、隣にできた「若者スクエアふらっと」に寄せられる情報なども参考にしつつ、今後もタイムリーかつターゲットに合わせた発信を心がけ、情報が多くの市民に提供できるようにする。

(3) 市民公益活動、団体運営等に関する相談及び調整

<事業目標>

社会・地域の課題解決をする主体が多様化する中、それぞれの特徴を捉え、団体のニーズや全国の動きをキャッチしながら的確な情報提供やアドバイスをし、マネジメント等に悩む団体を支援する。また、連携協働を模索する行政・企業と市民活動団体や住民自治協議会をつなぎ、協働が生まれる土壌づくりをしていく。

ア 団体等からの各種相談受付、マネジメントに関する支援

イ 団体・個人のニーズに合わせたコーディネート

相談件数 247 件（センター内 106 件・メール等 95 件・センター外 46 件）

【前年比 72%】

※まちづくり活動支援事業補助金相談含む

※昨年は地域まるごとキャンパス事業に関する相談も相談件数に入っていた。

ウ 長野市が実施する「ながのまちづくり活動支援事業」に関する業務

- ◆ 募集情報の提供  
 随時地域活動支援課からの情報をホームページ・SNS・一斉メール等で発信するとともに、過去に助成金等の相談や資金調達の課題を抱える団体には個別に発信した。
- ◆ 応募に関する相談対応  
 上記相談件数に含む
- ◆ 採択団体からの運営等に関する相談対応  
 採択後の相談には随時対応した

<成果・課題と展望>

相談件数は、昨年の地域まるごとキャンパス関係の相談分を考慮すると85%減。訪問が減ったことも関係していると考えられる。相談側も、NPOだけでなく、行政や企業、一般市民と多様であり、それに伴い相談内容は非常に幅広くなっている。センタースタッフがもつネットワークが問われることが多くなっているとともに、スタッフ自身がつながれていない資源や人材を発掘する機会にもなっている。また、紹介でつながることもあり、日頃から市民活動団体や個人などとの顔の見える関係づくりは重要である。センターの動きを見て、他市町村や県からも地方の市民活動団体の現状を教えてほしいなどといった相談も入ってきており、これまで以上に広い視野をもって情報収集や対応に努めていきたい。

(4) 団体・個人の育成

<事業目標>

団体運営に必要な広報などスキルを提供する講座と、「資金調達」や「協働」などマネジメント面での学びの場を提供。団体の成長につなげる。また講座内ではワークショップ形式を可能な限り取り入れ、出会いの場となるような企画も心がける。

- ◆ 各種講座等の開催

NPO初歩講座	
日時	参加人数
4月22日(土)10:30~12:30	2
11月22日(水)18:30~20:30	4
3月2日(土)10:30~12:30	2
合計	8

NPOステップアップ講座			
	タイトル／内容		参加人数
	期日	会場	
	講師		
1	広報「Wordで広告をつくろう！」		7
	5月28日(土)	304会議室	
	寺澤順子さん、吉田百助さん（ソーシャルデザインセンター）		
2	組織運営「NPOの資源を獲得する！」連続講座「団体の組織運営を学ぼう！」		15 内オンライン2
	7月23日(日)	もんぜんぶら座 304 会議室	
	田辺大さん（社会起業家）		
3	組織運営「NPOの資源を獲得する！」連続講座「活動資金の調達を学ぼう！」		14 内オンライン1
	10月1日(日)	もんぜんぶら座 304 会議室	
	田辺大さん（社会起業家）		
4	NPOステップアップ講座「番組づくりは地域づくり」		42
	1月21日（土）	もんぜんぶら座304会議室	
	岸本晃さん（東峰テレビ総合プロデューサー）協力：ながの協働ねっと		
5	NPOステップアップ講座「会計・税務お悩み相談会」		3 3団体
	3月16日（土）	もんぜんぶら座303会議室	
	北原 正明さん（税理士法人 成迫会計事務所 税理士）		
合計			81 内オンライン3

※各講座のまとめは巻末の添付資料を参照

### <成果・課題と展望>

今年も市内外県外から講師陣を呼び、多様な講座を開催することができた。特に組織運営と資源調達のテーマはつながっており、断片的に学ぶより一緒に学ぶことで団体の悩み解消、レベルアップにつながると日頃の相談の中でも感じていたので、今年は連続講座として同じ講師から講義を受けられるように設計し、参加者のほとんどが連続して受講した。

1月の「番組づくりは地域づくり」と題した住民ディレクター講座は、地域活動支援課が総務省の資金を獲得してくれたため、本来なら呼べない、高額な講師を呼ぶことができた。豊野のまちづくり委員会から参加したメンバーが、受講後地区の情報発信を始めており、広がりを見せている。

## (5) 市民公益活動の促進をはかるためのその他の事業

### ア センターの利用促進を図るための情報発信

- ・ センターの日常の様子などをSNSを通じて発信 件数は情報提供発信数に含む
- ・ 訪問での取材や機関誌配布などを通して、センターの活動について周知
- ・ 交流会・講座などの開催については、プレスリリースをし、メディアへのはたらきかけを行った



日	メディア名	事業名	掲載日
4月18日	週刊長野	SDGs折鶴プロジェクト	4月29日
5月2日	市民新聞	NPOステップアップ講座（広報講座）	5月13日
5月28日		NPOステップアップ講座（広報講座）	5月30日
5月24日	週間長野	SDGsまんまる6月（性の多様性について考えよう）	6月3日
5月30・31日	信濃毎日新聞	SDGsまんまる6月（性の多様性について考えよう）	
5月30日	市民新聞	SDGsまんまる6月（性の多様性について考えよう）	
6月24日	信濃毎日新聞	SDGsまんまる6月（性の多様性について考えよう）	6月25日
6月24日	ナガクル	SDGsまんまる6月（性の多様性について考えよう）	
8月8日	信濃毎日新聞	カフェまんまる8月（平和について考えよう）	8月9日
8月8日	読売新聞社	カフェまんまる8月（平和について考えよう）	8月9日
8月8日	SBCテレビ	カフェまんまる8月（平和について考えよう）	8月8日
8月8日	SBCラジオ	カフェまんまる8月（平和について考えよう）	8月14日
8月17日	長野市民新聞	カフェまんまる8月（平和について考えよう）	8月22日
9月3日	信濃毎日新聞	第2回女しょ会議	
10月24日	長野市民新聞	地域まんまる（地区自慢大会）	
10月24日	NHK	地域まんまる（地区自慢大会）	
10月24日	INC長野ケーブルテレビ	地域まんまる（地区自慢大会）	10月26日
11月9日	長野市民新聞	NPOカフェまんまる「遺贈寄付」	11月21日
12月7日	長野市民新聞	SDGsまんまる「長野から世界を知る」	12月31日
12月18日	週刊長野	SDGsまんまる「長野から世界を知る」	1月1日
12月26日	SBCラジオ	センター事業紹介	1月14・21日
1月21日	信濃毎日新聞	NPOステップアップ講座「住民ディレクター」	1月22日
1月21日	長野市民新聞	NPOステップアップ講座「住民ディレクター」	1月30日
	週間長野	女しょ会議	1月27日
	週間長野	NPOカフェまんまる「協働交流会」	1月27日
1月22日	長野市民新聞	NPOカフェまんまる「協働交流会」	
3月4日	SBC	NPOカフェまんまる「親の会を知ろう！」	3月4日

- ・ センターの活動を県内外の団体が視察に訪れた  
 清泉女学院大学3年生1名（インターンシップ）  
 受け入れ記録（計7日 7/31、8/7、8/8、8/9、8/17、8/18、8/22）  
 センター主催交流会の準備や当日運営の補助、ボランティアサロンに携わった。

イ 団体活動のための展示スペースの提供

- ◆ 市内で活動する団体の資金調達のための商品の展示や購入希望の方のコーディネート
- ◆ 掲示スペースを貸し出し、活動報告などの展示場所を提供
  - ・ 展示スペースの貸し出し 1件 3月9日～3月16日
 国際女性デー長野プロジェクト「ジェンダーを考えるパネル展」



ウ 新たな事業の提案

- ◆ まんまる YouTube【新規】  
センターがもつ YouTube チャンネルで市民活動をする人にスポットを当てる番組「まんまる YouTube」を開設

まんまるYouTube	
出演者	再生回数
志水太樹さん	66
南井賢大さん	176
大西彩桜さん	117
廣石健悟さん	86
番外編(北村優斗さん・大西彩桜さん・中澤寛太さん)	36
計	481

(6) 施設管理業務

ア 利用統計の作成

毎月の利用統計を作成、合同ミーティングにて報告

センター総利用者数 6,404人、(センター内5,772人、センター外632人)

【昨年比 86.1%】

※昨年度は地域まるごとキャンパス事業、他団体との大型協働事業（長野県 NPO センター主催居場所づくり講座・報告会）も数に入っているため、今年度は減少。

イ 情報交換スペースの管理

団体支援のため、まんまるテーブルを貸し出し 46件 270人【昨年比 163%】

## ウ 備品類の管理

センター内の備品類については、適正に管理した

### <成果と課題・展望>

コロナを経て情報をオンライン上で受け取ることが容易になったということもあり、直接足を運ぶ機会が減っているようにも感じるが、NPO関係者はもちろん、ふらりと立ち寄る常連や引っ越ししてきて情報を求める人、メディア関係の人が情報を求めてセンターに来ている様子が見えかけた。最初の一步を踏み出すために来た人も多く、そのきっかけを紹介したり、参加参画の機会を提案したり、センターに寄った短時間にもさまざまな情報提供・交換ができるよう、スタッフ側も常にアンテナ高く、情報を持ち合わせているようにしたい。そのためにもニーズの把握、タイムリーな情報をキャッチするなどして、市民活動の後押しをするためにスキルアップをしていきたい。

【添付資料】

交流会(NPOカフェまんまる・地域まんまる・SDGsまんまる)



**SDGsまんまる**  
「性の多様性」について考えよう

6月は、LGBTQ+の権利を啓発する活動やイベントが実施されるプライド月間です。  
「LGBTQ+」という言葉が広まってきているとはいえ、当事者が普段生活する職場や学校などで自分のことを安心して話すことができる社会になっているといえるでしょうか。  
LGBTQ+の当事者のお話を聞いて、ワークショップで交流します。

**トークセッションゲスト**

日時 6月24日(土) 13:30~15:30  
場所 もんぜんぶら座 302会議室  
内容 前半トークセッション

テーマ: 社会生活での悩みや葛藤  
社会で良くなったこともある?  
今の社会のここが変わってほしい!  
※変更の可能性もあります。ご了承ください。

後半ワークショップ「性別に関するモヤモヤを探してみよう」

定員 25人  
対象 「LGBTQ+」に関心のある市民活動団体、教育機関、行政、住民自治協議会。職場などで当事者と関わる可能性のある人。

参加費 無料

◆主催・問い合わせ  
市民協働サポートセンター  
TEL: 026-223-0051 メール: npo@nagano-shimin.net  
月曜~日曜 10:00~19:00 (第1・3水曜休み)

【申込みはこちら】



**SDGs まんまる** SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

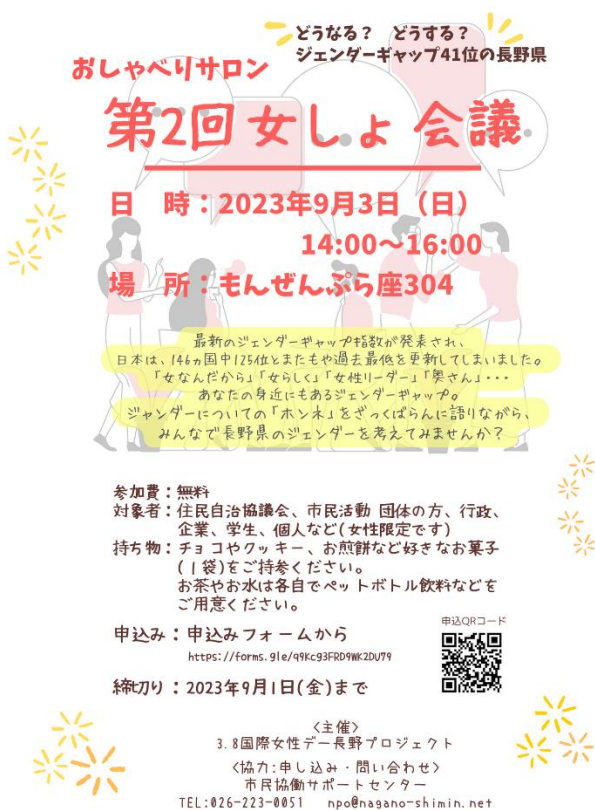
わたしたちの  
かんがえる  
平和

2023 8.8(火) 13:30~16:00

場 所 | もんぜんぶら座 3階 304会議室  
概 要 | 市内で平和活動を行う団体や体験者の話を聞き、長野から何ができるのかを考える交流会です。あらためて平和に意識を向けると同時に、世代間で交流することで平和に対する持続的な活動の足がかりとなります。  
対 象 | 平和活動を行う団体・関心のある団体・行政・教育関係者・学生・個人  
料 金 | 無料

◆主催・問い合わせ 市民協働サポートセンター TEL: 026-223-0051 メール: npo@nagano-shimin.net  
月曜~日曜 10:00~19:00 (第1・3水曜休み) 右記フォームからも申し込みできます。

【申込みフォーム】



おしゃべりサロン  
第2回女しょ会議

どうなる? どうする?  
ジェンダーギャップ41位の長野県

日時: 2023年9月3日(日)  
14:00~16:00  
場所: もんぜんぶら座304

最新のジェンダーギャップ指数が発表され、日本は、146か国中125位とまたもや過去最低を更新してしまいました。  
「女なんだから」「女らしく」「女性リーダー」「笑さん」...  
あなたの身近にもあるジェンダーギャップ。  
ジェンダーについての「ホンネ」をざっくばらんに語りながら、みんなで長野県のジェンダーを考えてみませんか?

参加費: 無料  
対象者: 住民自治協議会、市民活動 団体の方、行政、企業、学生、個人など(女性限定です)  
持ち物: チョコやクッキー、お煎餅など好きなお菓子(1袋)をご持参ください。  
お茶やお水は各自でペットボトル飲料などをご用意ください。

申込み: 申込みフォームから  
<https://forms.gle/q9Kc93FRD9Wk2DU79>

締切り: 2023年9月1日(金)まで

◆主催◆  
3.8国際女性デー長野プロジェクト  
〈協力: 申し込み・問い合わせ〉  
市民協働サポートセンター  
TEL: 026-223-0051 npo@nagano-shimin.net



地域 まんまる  
長野市内住民自治協議会  
地区自慢大会

寄ってたかって  
ほめっこしよう

おらほの自慢  
聞いとくくらいっ!!

うちの地区の自慢はこれ!!

長野市内 32 の地区住民自治協議会では、地区の特性を活かしたさまざまな活動を展開しています。各地区が「うちの地区の自慢の事業」を持ち寄り共有、互いを認め合い、つながりあう場として、地区自慢大会を開催します!! 市民活動団体や企業の方で、地区の取り組みを知りたい、つながって何かしたいと思う方ぜひご参加ください!!

日時: 10月24日(火) 13:00~17:00  
場所: 市役所講堂(第二庁舎10階)  
対象: 住民自治協議会関係者、市民活動団体、企業など  
申込み: メール、電話、フォームにてお申し込みください  
切: 10月18日(先着順)

◆主催・問合せ・申込先◆  
市民協働サポートセンター  
TEL: 026-223-0051  
メール: npo@nagano-shimin.net

←お申込みフォームはこちら  
<https://forms.gle/cQVnLyH28K7S16qY8>



NPO カフェまんまる  
×ながの協働ねっと

## 遺贈寄付ってなんですか？ ～遺贈寄付の入口に立つ！～

遺贈寄付は、「お金持ちがやるもの」と思いがち。でも遺贈寄付は、“少額から”“誰でもできる”寄付の一つ。想いを寄せるNPOを応援する人生最後の社会貢献活動です。遺贈寄付の基本から、実際に寄付を受けたNPOの経験談など、ちょっと聞いてみませんか？

日時：12月7日(木) 18:00～20:00  
場所：もんぜんぶら座 304会議室  
内容：①遺贈寄付のキホン  
②パネルトーク「遺贈寄付体験談教えて」

～パネリスト(予定)～  
小川知子さん(ライフデザインセンター)  
高橋潤さん(長野県みらい基金) 他  
③交流タイム  
対象：遺贈寄付に関心のある市民活動団体、  
士業、個人、行政  
参加費：無料

主催：市民協働サポートセンター／ながの協働ねっと(※)  
問い合わせ・申し込み：市民協働サポートセンター  
TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052  
E-mail: [npo@nagano-shimin.net](mailto:npo@nagano-shimin.net)  
右記フォームからも申し込みできます

(※)ながの協働ねっととは、NPOなどで構成されたネットワーク組織です



SDGsまんまる×変な大人の話を聞く会×ふらっと

## 長野から世界を知る！

ノルウェーの若者の政治参加とジェンダー意識について聞いてみよう！

参加費 無料  
【日時】2024年1月13日(土) 16:00～18:00  
【場所】ながの若者スクエア「ふらっと」  
長野市新田町1485-1 もんぜんぶら座3階

日本では、「若者の政治離れ」という言葉を耳にする機会が増えています。ノルウェーでの投票率は、実に80%を超えていると言います。政治への無関心は日本特有のものなのでしょうか？また、「ジェンダー」についての意識が高まっていますが、他国の状況は？在ノルウェー日本大使館の専門調査員として2年間現地を見てきた平松亜衣子さんを迎えて、現地の若者の政治参加やジェンダー意識について聞きます。



講師紹介 平松亜衣子 さん  
ノルウェー在住。  
立命館アジア太平洋大学で国際関係学を、大阪市立大学で社会学を学び、京都大学大学院で中東地域研究を専攻。  
関心テーマは、民主主義、ジェンダー、若者の政治参加、移民・先住民の社会的地位など。  
長野市への移住を経て、在ノルウェー日本大使館で専門調査員として勤務(2021年12月～2023年12月)、担当はノルウェー内政と外交。

市民協働サポートセンター ▶右記二次元コード  
またはお電話、メールにてお申込みください。  
TEL:026-223-0051 npo@nagano-shimin.net  
【受付時間】10:00～19:00 【休館日】毎月第1、3水曜 12/29～1/3  
【共催】長野市国際交流コーナー

本事業は「令和4年度(補正予算) 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉推進助成事業」の助成を受けて実施しています。



NPOカフェまんまる×ながの地域まるごとキャンパス

## 出会って、つながって、コラボしよう!!

～協働の大交流会～

地域まるごとキャンパスは「地域」をまるごと「キャンパス」ととらえて、市民活動団体や企業などが地域活動プログラムを学生に提供し、長野の魅力を再発見する高校生・大学生向け「地域活動体験プログラム」です(略して「まるキャン」!)。この度、まるキャンの活動報告会にあわせて、学生やプログラム提供団体との大交流会を企画しました。様々な活動団体と出会うこの機会にぜひご参加ください!

日時:2024年2月3日(土)  
11:00～13:00  
場所:長野県立大学 三輪キャンパス  
(長野市三輪 8-49-7)  
参加費:無料  
内容:活動団体ブースを巡回しながら  
学生や団体から様子を聞きます

当日ブース出展団体(予定)

- ◆信州子育てみらいネット ◆天空の里いも農場
- ◆第三地区住民自治協議会 ◆GreenStyleForest
- ◆Hope Apple ◆長野県環境保全協会 ほか

パネル出展も多数あります。

※キャンパス内駐車場に限りがあります。できるだけ公共交通機関を利用してください。  
※南側の正面エントランスからご入場ください。

主催:市民協働サポートセンター  
共催・協力:ながの若者スクエアふらっと・長野県立大学  
問い合わせ・申し込み:市民協働サポートセンター  
TEL:026-223-0051, FAX:026-223-0052  
E-mail:[npo@nagano-shimin.net](mailto:npo@nagano-shimin.net)



申込不要  
出入り自由



## 障がいのある子どもの 親の会を知ろう!

「親の会」を知っていますか?病気や障がいのある子を持つ親を主なメンバーとして構成された団体の総称です。市民活動をしているときに「ちょっと気になる人がいるけどどこに相談していいかわからない」ということはありませんか?もしかしら親の会を知ることによって解決することがあるかも。この機会に、長野市内で活動している親の会の話聞いて、交流してみませんか。

日時:2024年3月4日(月) 13:00～15:00  
場所:もんぜんぶら座 304 会議室

内容:①親の会の活動紹介  
②テーマトーク  
③交流タイム

対象:市民活動団体、行政、学校、  
住民自治協議会、親の会に関心がある人、  
発達に気になる子どもを育てている親、支援者など

定員:40名(先着順)

申込:メール、電話、フォームにてお申し込みください

参加費:無料

参加団体(予定)  
長野県LD等発達障害児・者親の会つ葉の会、  
ダウン症長野ひまわりの会、一般社団法人  
ケアの輪、長野県自閉症協会北信地区いどぐまの会、  
北部発達相談支援センター

◆主催・問い合わせ・申込先◆  
市民協働サポートセンター  
TEL:026-223-0051  
E-mail:[npo@nagano-shimin.net](mailto:npo@nagano-shimin.net)

申込フォーム



NPOステップアップ講座

2023年5月28日(日) 13:30~16:00 開催 NPO ステップアップ講座

## いつものWordで簡単につくる広告!

### 最優秀作品は新聞に無料掲載

**Wordで広告をつくろう**

前回は、チラシやホームページ、SNSなど、さまざまな広報ツールがある中、目的に応じた発信ツールの選び方を学びました。後半は、Wordで簡単につくる広告講座です。

※このチラシもWordで作りました。

団体の取組紹介やイベント告知など、目的に応じた発信ツールの選び方を学び、いつものWordで新聞広告を作ってみましょう。

**チラシなどの広報に応用できます**

長野市新聞に掲載する場合を例に実際に広告を作ってみましょう。

「あれ、これどうする」「伝わらな〜」など、みんなの意見交換しながら、考えてみます。

新聞広告ができた後、発表です。最優秀作品は、ソーシャルデザインセンターが提供する長野市新聞の広告枠に無料掲載!

情報発信と広報について学びながら、団体をアピールする新聞広告をつくれる講座。学んだことは、チラシや他の広報にも応用できる実践的な内容です。

◇日時 2023年 5月28日(日) 13:30~16:00

◇場所 もんぜんぶら座3階・304会議室

◇対象 NPO・市民活動や地域活動をする団体  
 <こんな方にオススメ>  
 ○最近の傾向や広報・広告のポイントを学びたい人  
 ○「どうしたらうまく伝わるだろう」と悩んだことがある人  
 ○新聞やフリーペーパーなどに広告掲載を考えたい人  
 ○Wordで広告やチラシを作りたい人

◇講師 寺澤順子さん・吉田百助さん(ソーシャルデザインセンター)

◇定員 30名 ◇参加費 500円/人 ◇締切 5月25日 【参加申し込みはこちら】

◇持ちもの Wordが入ったパソコン  
 団体の資料・写真・キャッチコピーなど広告作成に必要な素材

◆主催・申込み・問い合わせ◆  
 市民協働サポートセンターましまる(協力:ソーシャルデザインセンター)  
 TEL: 026-223-0051 FAX: 026-223-0052 E: npo@nagano-shimin.net

NPOステップアップ講座

## NPOの資源を獲得する!

講師 田辺 大さん

「活動を担う人材がない」「活動資金がない」といった悩みはありませんか?  
 今回は、NPOの資源である人とお金に焦点をあて、課題をひとと、自分たちが目指す姿に向けた道を考える連続講座です。

全2回 (単発受講もできますが、できるだけ連続受講をおすすめします)

7/23(日) 13:30~16:30 「団体の組織運営を学ぼう!」  
 多様な背景のメンバーやボランティア、新たな参加者との継続的な関係を作るために何をすべきか、気づきや発見の時間です!

10/1(日) 13:30~16:30 「活動資金の調達を学ぼう!」  
 自団体の財源を整理し、対話の中で資金に対する不安を出します。参加団体に適した今後の資金調達の方針を一緒に見つけましょう。

講師 : 田辺大(たなべ・ゆたか)さん  
 (社会起業家・NPOおじさん。原点は北海道南西沖地震の災害ボランティア。2003年からNPO業界で起業と事業再生の支援を専門。現在飯田市でソーシャルビジネスと女性起業の支援に従事。)

場所 : もんぜんぶら座304会議室(長野市新田町1485-1)またはオンライン  
 対象 : NPO・市民活動団体・住民自治協議会  
 定員 : 20団体 (先着順・要申込み)  
 参加費 : 2回連続受講3,000円/単発受講2,000円  
 (1団体2人まで。追加1人につき1,000円)※ながの協働ねっと会員は割引あり

◆主催・申し込み先◆市民協働サポートセンター  
 TEL: 026-223-0051 メール: npo@nagano-shimin.net  
 受付時間 10:00~19:00 (第1・3水曜日休み)  
 右記二次元コードからも申し込みできます

NPOステップアップ講座

~誰でもどこでもテレビ局~

## 番組づくりは地域づくり

事前の申し込みが必要です

参加費 500円 学生無料!

対象 誰でもOK!

定員 50名

誰もがスマホやデジカメで動画を撮影して、全世界に発信できる時代。番組づくりを通じて、地域資源を掘り起こし、地域の課題に取り組むことができます。課題を顕在化するため企画力や広報力を養い、メディアを通じた地域づくり、活性化への推進力をつける講座です。

こんな人におすすめ!

- ✓ 企画の立て方がわからない
- ✓ 地域に自然と入り込む方法を知りたい
- ✓ 制作者同士つながりたい
- ✓ これから番組をつくりたい

日時 令和6年 1月21日(日)

時間 セミナー 13:30~17:00  
 TALK&TALK(交流会) ※別途会場費 18:00~20:00

場所 もんぜんぶら座3階304会議室  
 住所: 長野市新田町1485-1

講師紹介  
 岸本 晃さん  
 株式会社プリズム 代表取締役  
 映像テレビ総合プロデューサー

歴々の民族時代に地域おこし番組や住民手作りドラマを数多くプロデュース。  
 番組制作のプロセスが地域おこしの総合的な企画力養成プログラムになることを発表。同時に自己表現や情報発信が住民同士の課題共有に果たす役割に着目。  
 この手法を「住民ディレクター」と命名し養成講座と地域独自のオリジナルメディアの創出による「ふるさとおこし」を推進するプロデューサーとして起業。  
 現在は東峰テレビ(福岡県東峰村)を拠点に全国の住民ディレクターを結び、相互扶助の地域おこしを実践する。

NPOステップアップ講座 会計のいろは

## 会計・税務 お悩み相談会

非営利市民活動団体の会計処理、10月より始まったインボイス制度、期末に際しての決算や税務などに税理士がお答えします。

初めての決算ですが・・・ 活動計算書?

収益事業? 源泉徴収? 財産目録?

インボイス制度? 貸借対照表??

身近なことからお気軽にご相談ください。

日時: 3月16日(土) 13:30~16:00

場所: もんぜんぶら座3階 市民協働サポートセンター

参加費: 300円(1団体)

対象: NPO・ボランティアなど非営利の活動をしている方  
 限定5団体 時間割事前予約制  
 (1団体30分程度 個室での個別相談となります)

講師: 北原 正明さん(税理士法人 成迫会計事務所 税理士)

◆主催 お問い合わせ・申し込み◆  
 市民協働サポートセンター ましまる  
 長野市新田町1485-1 もんぜんぶら座3階  
 TEL: 026-223-0051 FAX: 026-223-0052  
 E-mail: npo@nagano-shimin.net

お申し込みはこちらから→

お申込みお問合せ

▶右記二次元コードまたはお電話、メールにてお申込みください。

TEL: 026-223-0051 E: npo@nagano-shimin.net

【受付時間】10:00~19:00 【休館日】毎月第1、3水曜 12/29~1/3

【主催】市民協働サポートセンター 【共催】ながの協働ねっと



機関誌まんまる

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに！ ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

**特集** 心も人生も豊かにする 文化・芸術

●まんまるニュース ●Myストーリー 長野市芸術文化コンタクト委員会事務局 倉石 孝子さん  
●ねほが行く！突撃となりのNPO NPO法人全国キッズダンス保存会事務局 長野支部 ●お宝ざくざく地域を掘り起こせ！ 更北地区・第一地区 ●まんまるイベントスケジュール

2023 春号 No.36

<写真の説明>  
2023年2月18日、第5回子どもとつくるミュージカル、子どもたちのアイデアがいついっしょに繋がった「ワン・サマー」!

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

まんまるはSDGsを推進しています

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに！ ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

**特集** 長野から平和を考える

●まんまるニュース、まんまる Youtube・広報講座 ●Myストーリー 社会福祉法人 農林の歩の福祉 事務局長 松村 段子さん  
●ねほが行く！突撃となりのNPO 財団法人 長野県民会 社会政策研究部 ●お宝ざくざく地域を掘り起こせ！ 豊野地区・若穂地区 ●まんまるイベントスケジュール

2023 夏号 No.37

昭和20年8月13日 長野にグラマンがやってきた日

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

まんまるはSDGsを推進しています

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに！ ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

**特集** 「社会への想い」を届ける 遺贈寄付

●まんまるニュース ●Myストーリー 豊野まちづくり委員会 委員長 平澤 薫理子さん  
●ねほが行く！突撃となりのNPO 西條町テレビ ●お宝ざくざく地域を掘り起こせ！ 三輪地区・グリーンヒルズ小学校 ●まんまるイベントスケジュール

2023 秋号 No.38

グリーンヒルズ小学校の児童たち ※詳しくはP7をご覧ください

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

まんまるはSDGsを推進しています

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに！ ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

**特集** 障害のある子どもを育てている「親の会」を知ろう

●まんまるニュース ●Myストーリー NPO法人アリスチャイルドスイート 理事長 福原 裕美子さん  
●ねほが行く！突撃となりのNPO CHUKMA NEW HOPE(千歳クラブ) ●お宝ざくざく地域を掘り起こせ！ 宇井地区・松代地区 ●まんまるイベントスケジュール

2024 冬号 No.39

「よつ葉の会」@松代5656

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

まんまるはSDGsを推進しています



**まんまる** SDGsまんまる

# 「性の多様性」について考えよう

6月は世界各地で LGBTQ+ の権利啓発やイベントが開催されるプライド月間。  
「LGBTQ+」という言葉が広まってきているとはいえ、当事者が普段生活する職場や学校などで自分のことを安心して話すことができるのか、当事者の話を聞きワークショップで交流しました。

日 時:2023年6月24日(土) 13:30~15:30

場 所:もんぜんぷら座 302 会議室

参加者:16名(講師含む)NPO 関係者、  
地域活動・市民活動団体、  
学校関係者、行政関係者など

講 師:すみかさん(当事者)、丸山歌織さん(臨床心理士)、まめたさん  
(一般社団法人にじーず)

内 容:前半は LGBTQ+ の基本を学び、当事者の体験談を聞きながら丸山さんに補足コメントをしてもらう。後半は参加者から出た質問や日頃のモヤモヤに対して当事者と丸山さんからどう対応して欲しいのかなどを教えてもらう。最後は当事者団体ににじーず代表より活動の紹介をしていただく。

参加費:無料



養護教諭を  
指す参加者も

## ○当事者が相談できる場所がまだまだ少ない



丸山さん

丸山さんの講義では、LGBTQ+とは？の説明や都内のNPO 法人が当事者の子どもたちに行なったメンタルヘルスや学校などでの環境づくりに関するアンケート調査の解説などがされました。

調査結果によると職場や学校だけでなく家庭でも相談できる当事者は少なく不安や孤独を感じながら過ごしている人が多いことが分かりました。

「当事者につらい思いをさせていることを真剣に考えなければいけない」と話す丸山さん。参加者もうなずきながら聞いていました。



## ○学校生活での悩みなどをテーマにトークセッション



まんまるスタッフの花石がファシリテーターとなり3人でトーク。

性的思考や性自認など一人ひとりタイプが違うためあくまで自分の体験や感じたこととして質問に答えていくすみかさん(真ん中)。

トークでは、「家族の理解を得るのは一番難しい問題で家族に言いづらいと感じる当事者は9割というアンケートもある」「ジェンダーレス制服が広まってきているがそれが本当に選べるのか」、「学校で相談するとしたら担任の先生か養護教諭というイメージだが遺伝子などの知識がある生物の先生と話してみたかった」、「パートナー＝異性は固定観念では」などが話題に。丸山さんは、「脳は男女による差よりも個人差の方が大きく女性的な割合が何%、男性的な割合が何%というのが人それぞれ違う。女性像・男性像ではなく相手の人と向き合って」と話します。

トークセッションの最後に、すみかさんは「壁を取り払って信頼を築ける人が増えてほしいなあ」と話していました。



すみかさん



トークセッションで  
話したことは模造紙

## ○ワークショップ「性別に関するモヤモヤを探してみよう」

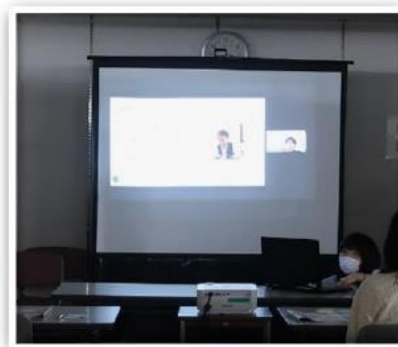
後半のワークショップは、参加者のみなさんが前半のトークセッションで疑問に思ったことやここもっと聞きたい！、日常生活でモヤモヤしていたことなどをふせんに記入。

「お菓子を作ると『女子力が高い』と言われる」「分かりやすくするためだと思うけどトイレの色分け(男性は青、女性は赤)は必要？」など日常のモヤモヤや「保健室の先生って相談しやすい？」「今までどんな人に相談してきた？」など、どうしたら周りに話しやすくなるのか知りたいという質問が多くあり、すみかさんと丸山さんがコメント。すみかさんは「学校の授業でSDGsを勉強する時間があるからか、今の10代20代の方は打ち明けてもいい雰囲気の人が多い」と話していました。



## ○当事者団体にじーず活動紹介

最後に、LGBT やそうかもしれない若者が集まる居場所を全国 10 拠点を中心に開催する一般社団法人にじーずから、代表の遠藤まめたさんがオンラインで登場。にじーずの団体紹介と LGBT ユースが安心して過ごせる居場所づくりについてお話しいただきました。



Zoom 画面をスクリーンに投影中にじーずホームページはこちら↓

<https://24zzz-lgbt.com/>

交流会が終わって感じたことは男性・女性にかかわらず、相手と向き合うことが大切だということ。多様な人がお互いに歩み寄れる、認め合える社会になればいいなと感じました。

### <参加者の声>

- ・性別によるカテゴライズで決めつけるのではなく“その人自身”として向き合うことが大切だと思った。
- ・性は多様だと思った。
- ・一人ひとり抱えている問題は異なるため、(相手に)聞くことが大切だと実感した。





### NPO カフェまんまる「わたしたちの考える平和」

今年 5 月の G7 サミットでは、唯一の戦争被爆国として広島から平和を発信しました。しかし、その一方で、ウクライナ戦争など危機的なニュースが日々流れています。こうした状況の中、年齢や立場を超えて市民が集い、それぞれが持つ「平和」への思いを共有しながら、長野から何ができるのかを考えました。

場 所： もんぜんぶら座 304 会議室

参加者： 19 名(登壇者含む)

NPO 関係者、地域活動・市民活動団体、学校関係者、学生など

登壇者： 土田昇さん(被爆体験を聴く会実行委員会)、若林準也さん(長野空襲を語り継ぐ会)、山崎慶雅さん(西光寺住職)

内 容： 平和活動団体から活動紹介、西光寺さんのお話、参加者同士のディスカッション(「わたしたちの考える平和とは」「長野から何ができる?」)

=====

原爆の日や終戦記念日のある 8 月に、あらためて「平和」に意識を向けてみたいと企画した交流会。

今回、交流会の目的の一つに掲げたのが「世代間の交流」です。というのも、市内で平和活動を行う多くの団体で、「次世代へどうやって活動を継承していくか」が課題となっているからです。立場や年齢を超えて交流することで、持続的な活動の足がかりにしたいと考えました。そのためには、若い人の参加が必要！ということで、企画段階から学生に参画してもらい、当日の運営にも関わってもらいました。チラシを作ってくれたのは長野美術専門学校の学生さんです♪

チラシに込めた思いを語る  
長野美術専門学校の馬場さん



前半は、平和活動を行う団体からの活動紹介。「被爆体験を聴く会実行委員会」の土田昇さんは自身が被爆体験証言者の語りを聴いたことをきっかけに、「原爆の悲惨さや怖さを後世に伝えていかなければならない」と強く思ったそうです。それが、今の活動を続ける原動力になっていると話しました。



続いて、「長野空襲を語り継ぐ会」の若林準也さんが第二次世界大戦終盤に長野に空襲があった事実やそれを語り継ぐ重要性を話しました。今年23歳になる若林さんと同会との出会いは彼が中学生の時。同会の講演イベントに若い人の姿がなかったことや、長野空襲の事実を知らない人が多いことに危機感を覚えたことが、活動に参加するきっかけとなりました。現在は同会のホームページ管理などを主体的に行っています。「長野に住んでいるすべての人が長野空襲の存在を知っているべき」と、空襲を教える機会のない今の教育現場などに警鐘を鳴らしました。



西光寺の山崎慶雅住職からは、お寺が戦争を止めることができなかった事実などが語られ、戦時中の腕章など貴重な物品も見せてもらいました。多くの人が何の疑いもなく一方方向を向いて突き進んでしまうこと怖さ…。ゆっくり穏やかながらも真剣な語り口は、参加者一人ひとりの胸を打つものがあったようです。



後半は、登壇者も交え、参加者同士でディスカッション。テーマは、「わたしたちの考えるとは？」と「長野から何ができる？」です。参加者は、NPO 関係者、地域活動・市民活動団体、学校関係者、学生など、立場や年齢もさまざま。普段は関わることのない人たちが出会い、対話できるのが交流会の醍醐味です。

「自分の意思を大切にしてい発信していく」「相手を思う」「物事の裏を想像する」「投票に行く」「長野の負の遺産を語り合う」「こうした会に参加することで横のつながりをつくるなど、さまざまな意見が出ました。



最後に交流会を通じての気づきや感想をそれぞれに書いてもらい、平和の木に貼ってもらいました！平和の木を作ってくれたのは、インターンで参加していた清泉女学院大学の佐藤伽南さん。平和の象徴である鳩とオリーブの木をモチーフにした素敵な木が出来上がりました。



そして、交流会を企画から盛り上げてくれたのが学生ボランティアです。長野県立大学生の大倉健輔さんは、「無関心であることの怖さ」と「当たり前のことを1度疑うこと」の重要性についてシェアしました。「だからこそ、様々な情報を意識的に知ることを心掛けたい。当たり前のことを1度疑うことは、言葉で簡単に言えても実際に行動に移すのは少し難しい。でも、それによって今までの価値観や考え方が変わるかもしれないので、小さいことから実践したい」と感想を寄せました。





どうなる？ どうする？  
ジェンダーギャップ41位の長野県

# おしゃべりサロン 第2回女しよ会議

日時:2023年9月3日(日) 14:00~16:00

場所:もんぜんぷら座 304 会議室

参加費:無料(お菓子1袋持参)

参加者:11名(企業、行政、議員、個人、労働 など)

主催:3.8 国際女性デー長野プロジェクト (協力:市民協働サポートセンター)

内容:

地域や職場、家庭などあらゆる場において、誰もが性別に関係なく、その人の人権が尊重され、個性や能力を発揮することができる男女共同参画社会を考えるために、まずはジェンダーについてざっくばらんに本音を語りながら、長野県のジェンダーについて考える機会とする。

最初に、第1回女しよ会議の報告、ジェンダーに関するアンケート結果の報告と長野市男女共同参画課より地域の現状の話聞き、それを踏まえて日頃から感じているジェンダーに関するモヤモヤをグループごとに出して、聞き合った。

## ◎アンケート報告と長野市男女共同参画課からの報告

3.8 国際女性デー長野プロジェクト発起人である岩崎恵子さんから第1回女しよ会議とアンケート結果の報告がありました。各国の男女間格差を数値化したジェンダーギャップ指数をみると、日本は146ヶ国中125位でG7では最低。特に管理職の割合や賃金などの経済と政治分野が低いとのこと。ジェンダーに関するアンケートは、長野県内在住の一般市民320人から集まった生の声の報告がありました。



長野市男女共同参画課の畑さんからは地域社会での女性参画について報告がありました。住民自治協議会では役員の担い手がないという悩みはあるものの、女性が役員選出の対象になっていなかったり、「一度お願いして断られた」、「女性では役員の仕事(草刈りや雪かき等)は無理」、という理由から女性の役員選出に二の足を踏んだりしている地域もあるとのこと。地域の声を聞いて「女性のための地域活動セミナー」を企画したと報告がありました。

## ◎モヤモヤすることは何か？

2 グループに分かれ、最初の5分間は個人ワークとして付箋に気になるモヤモヤを書き出し、付箋を1枚出して自己紹介をしていきました。自己紹介が終わった後は、自由に発言しながら付箋を貼っていきます。



時短や産休など職場の働きやすさは良くなったけれど、役職がついている人との会議や問い合わせの電話に出ると「上司出して」「詳しくわかる人出して」と言われたり、夜シフトの仕事をしていると「旦那さん心配してない？」と言われたり、職場での話題がたくさん出ました。

職場は違ってモヤモヤは同じ！共感の嵐でした。

また、家族の価値観の違いも話題になりました。「妻は夫を支えて一步後ろを歩く」という考えが、男性だけでなく、高齢女性にも存在すること。家事や地区の行事などでも、食事やお茶の用意や炊き出しは女性が割り振られがちだけど、「料理＝女性」ではなく、男性が得意なら男性がやってもいいのでは？女性だからといって子育て視点を求めないでほしい！など、どちらのグループからも家族や家事についてのモヤモヤが出ました。

モヤモヤの解決編も話題にする予定が、モヤモヤを出し切るまでも行かず時間オーバー。それだけ日頃からジェンダーについてモヤモヤを感じていることが分かりました。参加者に持参して頂いたお菓子を食べてながら話す予定が…食べることも忘れてあっという間の2時間でした。

(お菓子はみんなでお持ち帰りしました～)





参加者からは

- ・戸籍や家長制度など男性が作ってきた社会に女性が参加することは難しいと感じた
- ・“女性だから”ではなく、今までの仕事内容で評価され役職がつくと頑張れる
- ・日頃から感じているモヤモヤを話したら、共感して聞いてもらえて良かった
- ・ジェンダーギャップの課題は大きいけれど、小さなことでいいから何かアクションを起こすと、それがムーブメントとなるのでは  
という、頼もしい声が上がりました。

#### ◎まとめ

岩崎さんより「今日、話したりなかったことと出されたモヤモヤを解決するために何が必要かを話す時間を作りたいので、次回を企画します！みなさんのご都合を聞かせてください」との呼びかけがあり、多くの参加者が集まれそうな候補日が提案されました。会が終わった後も話し続ける参加者のみなさん。熱い思いが次回の参加につながることを期待したいです。

補足：2024年3月8日に向けて既に決まっていること

- <セミナー>      日時 2024年3月2日(土) 午後(3時間くらい)  
                         講師 坪 由美子弁護士  
                         内容 育児・家事労働などが女性に偏っている現状を踏まえ、生活時間から働き方を考える



# おらほの自慢聞いとくらいっ!!

よってたかってほめっこしよう!

日時：2023年10月24日（火）  
13:00～17:00

場所：長野市役所講堂

参加人数：89人(住民自治協議会、企業、行政職員、NPO、個人他)

内容：市内32地区では、地区の課題解決のための活動や地区の特性を生かしたさまざまな活動が展開されています。一部のメディアで取り上げられたり、個別でのつながりや情報交換・交流はありますが、その活動が一堂に会



する機会はありません。

各地区の活動は工夫されているもの、個性的なものも多くあります。互いの活動から学びあう機会があれば、人材の活かし方や地域独自の資源の活かし方など他地区でも活用できるアイデアや考え方があると考えられます。それを共有することで、それぞれがステップアップすることができるのではと考え、地区の取り組みを発表しあう自慢大会を開催。学びあいと交流の場、連携・協働につながる場としました。

各地区からは、おらほの自慢の事業を選んでプレゼンテーションしてもらい、一般参加者も含めて会場からの質疑応答や、それぞれの地区へのメッセージカードの記入をしてもらいました。メッセージカードは後日地区ごとまとめてプレゼントしました。

## ■鬼無里地区「鬼無里サンタ隊」

市内でトップクラスの高齢化率を誇る鬼無里地区。その活動のモットーは「あるものを活かして、ないものを数えない」。コロナでフレイルが心配な高齢者の様子を見に行くため地区内のボランティアで「鬼無里サンタ隊」を結成し、サンタクロースとして楽しく見回りしています。この活動が地域の見守りにもつながる可能性を示唆しました。



## ■大岡地区「NPO 法人 Oooka 森の学び舎」

2018年に住民有志が、地元の四季折々の自然と文化を生かした自然体験の提供を開始。現在はNPO法人として、住民自治協議会と連携しながら、地域の人や自然を生かした自然体験を主にした親子山村留学、保育園の遠足誘致、農村文化の体験活動などを展開しています。



※「地区自慢大会」は、全国で展開されている【小規模多機能自治】推進のためのひとつの手法です。長野市においてもI I H O E[人と組織と地球のための国際研究所]川北秀人さんを招いて2019～2021年に開催されたセミナーで紹介されました。



### ■中条地区「男！飲み会」

中条地区は地区在住または関りがある概ね60歳未満の男性を中心に、まずは酒でも飲みながら、語り合っ、地域を盛り上げるための活動をしていこう！という会を作っています。グループラインで仲間とのつながりを密にしつつ、メンバーのやりたいことや好きを形にしています。新たなグループも生まれ、地域内のイベントも担っています。



### ■戸隠地区「とがくしくらしのカレンダー」

健康福祉委員会の事業として「とがくしくらしのカレンダー」を毎月発行、高齢者をはじめとする住民に必要な情報を届けています。表面は住民自治協議会、市立公民館、保健センター、かがやきひろば、地質化石博、診療所等の情報を掲載。裏面には保育園・小中高校の行事や住民が参加できる参観日等の情報を掲載しています。



### ■芋井地区「いもいりビングらぼ」

芋井地区内外の人が集まって、地区の課題に取り組んでいます。議論だけでなく、小さな実験を繰り返しながら、さまざまな人たちがかわる場面を創り出しています。中でも、「草刈りバスターズ養成講座」や支障木対策の「芋井YOSAKU隊」、芋井移動居酒屋「ポテトむらパブ」、などメンバーが発案した事業はネーミングも個性的です。



### ■小田切地区「和輪話の会」

住民の困りごとを中心に自由な意見交換の場として「和輪話の会」を開催。前段のおしゃべり会から集まったメンバーが定期的に話し合いの場をもち、その話し合いから生まれた、「余剰野菜の有効活用」「男の居場所」などユニークな活動にチャレンジ中。地域の資源を活かす視点が興味深いです。



発表はグラレコにて記録



各地区へのメッセージを記入



おそろいのジャンパーで!!



## ■浅川地区「浅川ダムを中心とした交流の場づくり」

浅川ダム展望広場で浅川産の農林産物直売、ダム祭り、ダム周辺の環境整備をはじめ、地域おこし協力隊が育てるワイン用ぶどうの収穫にも協力したり精力的に活動中。また、絶滅危惧種の蝶「ゴマシジミ」の保護育成活動にも力を入れています。毎月の『あさかわまちづくりニュース』（まちづくり計画推進委員会発行）で活動を発信しています。



## ■豊野地区「豊野まちづくり委員会」

自ら参加したいと集まった立場も年齢もさまざまなメンバーで構成する豊野まちづくり委員会を中心として未来志向で豊野のまちづくり活動を展開。ビジョンを描きながら小さな実験を繰り返す活動です。地区内のイベントに出店して住民からの意見を集めたり、まちあるきワークショップ「とよのみらい探検隊」などを企画・実施しています。



## ■長沼地区「愛の一籠運動」

長沼地区は、1985年から60年続く「愛の一籠運動」を紹介。りんご栽培農家から「りんご」を一籠ずつ寄付してもらい、JAに出荷し、その収益金を地域の福祉活動に充てています。乳幼児育成助成金や福祉自動車の運営資金などの財源となっています。りんご農家が多い長沼ならではの取組ですが、近年は農家も減り、金額が減少しているという課題もあるそうです。



## ■若槻地区「ホタルの里化」（ホタルの里作り）

土京川に生息するホタルを、ふるさとへの愛着を育む象徴として、住民参加型で守り育てています。ホタルウィーク実行委員会を組織し、鑑賞路の整備をはじめ、子どもたちに呼び掛けてホタルへのお手紙を集めたり、事前のイベントを開催したり。最後には、「市内でホタルに関する情報交換会の開催を」と呼びかけました。



途中一般参加者からも質問や感想をもらいました



### ■松代地区「松代オオムラサキの里」

オオムラサキを中心に里山の動植物をワクワクしながら観察できる場所にと、環境を整えています。草刈り、観察用ハウス、遊歩道整備に加え、小学校や保育園からも多くの子どもたちが参加する観察会も開催。半面、メンバーの高齢化やシカやイノシシなどの対策が課題となっているが、継続的な活動にしていきたいと語りました。

### ■更北地区「防災啓発イベント」

「誰も取り残さない防災を考える日」として防災啓発イベントを実施。災害弱者の中でも医療的ケア児がいる家庭が、この事業を通して、地域のさまざまな人とつながることで有事にも助けあえる関係づくりを大切にしています。また地区内の中学生たちとのイベントも提供しています。



### ■川中島地区「川中島白桃ブランド化」

2018年から、地域きらめき隊とともに事業開始。規格外の桃を有効活用したスイーツの商品化。更級農業高校と連携したり、銀座 NAGANO に出品するなどしてきました。さらに、桃の花ウォーキングや桃の花で花祭りなどのイベントや、実際に桃の畑を見る「川中島桃ツアー」を実施。今後は地域おこし協力隊とも連携していきます。



### ■第三地区「子供の力を活用したまちおこし」

新築マンションが増え住民同士の交流が少ない、母親が孤立してしまいがちという課題感から、さまざまな子ども向けイベントを通して世代を超えた顔の見える関係づくりをしています。地区のお祭りをめぐるスタンプラリー、地区内の小学校と連携した子ども達のお店、避難所体験会などなど。子どもたちのもつ力を借りて地域を元気に!!という取り組みです。



### ■大豆島地区「ふれあいラジオ体操」

昔ながらの住民同士の交流の機会が減少し、ご近所のつながりが希薄になっていることから、毎年3月下旬から11月までの毎日、「ふれあいラジオ体操」を実施。それをきっかけに太極拳を始める人が現れたり、野菜市や食事会、お出かけなどの交流が生まれています。今後は、これまで参加していなかった人たちにも広げたいそうです。







## ■七二会地区「ヒメボタル」

一生を陸で送る「ヒメボタル」を地域のお宝として大切にしています。今ではファンにとって「七二会、陣場平」がヒメボタルの聖地の一つに。ですが、実は「あえて何もしない」ことで保護活動をしています。カメラマンと鑑賞者との関係が難しい側面もあり、お互いさまの気持ちでみんなでホタルを見守ってほしいと願っています。

すべての地区が発表を終え、時計の針は 16:00。みなさんの協力で予定よりも早く終了することができました。

参加者から集まったメッセージカードには、温かいエールやアドバイス、また、一緒にやりたい、真似してみたいなど、受け取った地区がうれしくなるような言葉がたくさん並んでいました。地区へお返しするために冊子を作りながら、私たちスタッフもじんわりと温かい気持ちになりました。住民自治は、一朝一夕にできるものでもないし、誰か一人が頑張っているものでもないと思います。課題を見つけて、「みんなでなんとかしよう！」と動き出すことで積みあがっていくものなのだと学んだ 3 時間でした。また、今ある地域のお宝を目を凝らして、肌で感じて見つけ出していくみなさんの「チカラ」を目の当たりにしました。

参加して下さった地区のみなさんには、資料作りや発表方法の工夫などに取り組んでいただき、感謝しかありません。この日がこれからの糧になり、明日への活力になったら幸いです。次回はぜひ、すべての地区がそろって「おらほの自慢」ができることを願っています。



最後はみんなで集合写真(帰ってしまった方もいましたが・・・)。お疲れさまでした!!





## ■アンケートから■

### ■参加地区の皆様からのご意見

#### <感想や気づき>

- 他地区の取組みを学べてよかった
- 各地域の努力が感じられた。みんな頑張ってるなーと思った
- 子どもの力や自然の力を活用した取組みが多かった
- 女性の発表が多くて良かった
- もっと話したい!もっと聞きたい!絶妙な時間の長さも良かった
- 活動のキーマンとなる方が明るくてパワフル!見習いたい
- 地区の特色(利点も課題も)をそれぞれが的確に把握して町おこしに活用していることが印象的
- 他地区の活動がとてもわくわくするものが多く、新たな発見があった
- それぞれの地域らしさを知ることができて楽しかった
- 前向きな取組みや行動力が素晴らしい
- 各地区の自慢を聞いて、その地区を知り、さらにこれを通じて輪が広がっていくと良い
- やりたいことをやっているのは良い
- プレゼンターがみんな個性があって楽しかった
- それぞれ自信をもって発表する姿が非常に良いと思う
- 皆さま堂々とした発表ぶり、スゴイ人たちの集まりだ!と思った
- それぞれの実態を知ることができたが、発展に結びつけることの困難さも感じた
- 中山間地の厳しさが伝わってきた
- プロジェクターの不調が残念だった(申し訳ありませんでした・・・)
- 市社協と同様のこと(福祉部会関係者交流会のことでしょうか?)をやっても意味ないと思う。参加動員をしやすいよう内容を明確に
- 観光 PR も自慢の一つだが、事業・イベントに特化したほうが良い(次の機会には丁寧にすすめます)
- 発表原稿パワーポイント資料を開示してほしい(後日共有させていただきました)

#### <印象に残ったこと、真似したいこと>

- 戸隠くらしのカレンダーのようなものをやってみたい
- 草刈りバスターズをやってみたい
- 第三地区の子どもを中心とした活動はとても良い、見習いたい
- 共通する取組みがいくつもあり、情報交換するなど、より良い形に、継続的になれば
- 川中島の桃の花ウォーキングに参加してみたい
- 豊野まちづくり委員会。自ら手をあげた人達で運営している、若さが感じられる
- 更北地区の防災啓発のイベントの取組は参考になる。ぜひ今後の課題があったら聞きたい
- 他地区を見習って地区の良いところを発見していきたい

- ラジオ体操。イベントの重ねあい
- 地域によって温度差を感じる
- 地域の環境、状況それぞれでまねもできない

#### <今後につながる希望や提案>

- ざっくばらんな意見交換をやってみたい
- 地区を超えてコラボなどできるような提案の場があればいいなと思った
- 川北さんの話を聞いてみたい
- 花立部長とディスカッションしたい
- 防災・減災をテーマとした交流会
- 資料の冊子は今回のみならず、さらに詳細について発行されると参考になる
- 福祉以外の地域活性化についてのテーマでやってほしい
- この事業を4~5年間隔でいいのでまたやってほしい

#### ■一般参加(オーディエンス)からの感想

##### <感想>

- 参加してよかった、とても良い時間だった
- 参加者のみなさんのコミュニケーション力が高く、長野市の良さが体感できた
- どんな人が、誰のために何をしているか、参考になりました
- おらほの自慢があることがうらやましい。地域の努力の賜物
- 16 地区それぞれ課題はありつつ前向きに誇りをもって活動していて素晴らしい。住みやすいまちづくりに向けて企業としてもできることをやっていきたい
- 地域を持続するために必要なことをやるという視点が大切と思った
- どの地区も地区の魅力や特徴をしっかりとらえて取組んでいると感じた
- 他の地区の取組みを聞くことで勇気づけられたり、これからの活動のヒントが得られ良い機会だったと思う。時間を感じず楽しく聞けた
- 中山間地が多かったように思う。もっと街場のちくの自慢話も聞きたかった
- 長く続いている活動もあり、とても驚いた。頑張ってもらいたい

##### <希望や提案>

- 住民自治協議会以外のプロジェクトの発表も
- ぜひ、この自慢大会の第二弾、第三弾を
- 女性だけの意見交換会
- 地域の高齢者福祉・障害福祉の現実を知れる機会



# 鬼無里

人口 1123人

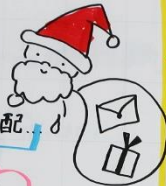
「あるものを活かす! ないものを創らない」

## 鬼無里サタケ家

- ・コロナでフレイルが心配
- ・1人暮らしの高齢者、心細い高齢者が心配

- ★ 85歳以上の方全員に配ろう!
- ★ 民生児童委員にも協力を依頼
- ★ 草刈り活動のお礼金が原資
- ★ お菓子 + メッセージ、連絡先をプレゼント

トラブルは 春の間に1日だけ外泊し、7月後半やお盆期間 → 離れ住居者に連絡可能に!



まだまだ... やさしー

平時のつながりがないので、災害時にもつながる!

# 大岡

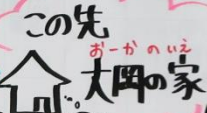
人口 807人

とっておきがつまった地域

## NPO法人 Oooka 木の学舎

- ① 子ども向けイベント誘致
- ② 親子山村留学
- ③ 大岡の自然体験活動

- ・ 担い手不足
- ・ 活動財源の必要性
- ・ 活動拠点



30名以上の居場所 住居の学舎は場所

最高に気持ちいい場所

発着が楽な天然の温泉

# 中条

人口 1480人

虫倉山 1378m

## 男! 飲み会

- ・ 60歳未満の若手中心
- ・ キャンパリ... 男性が外の場所を好む

- ・ 30人グループへの移行がメイン化...
- ・ 参加者が決まってしまう

## この先の期待

- ・ 新しいグループができる予感...
- ・ 移住者も少しずつ増えている
- ・ 中条にいろいろ資源を最大活用



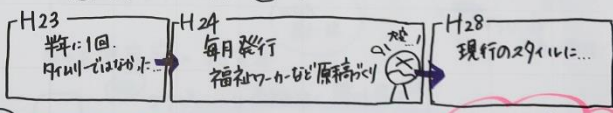
むせ!! 人口3000人

# 戸穂

人口 3152人 (高齢化率50%)

## とがくらしのセンター配布事業

- ・ A4両面毎月発行
- 表) 公的機関 裏) 学校関係



限られたスペースにどのような情報のせりが(線引きの難しさ...)

地域住民に届くような情報をこのから

# 芋井

人口 1958人 (地区外若くも移住)



- ・ 平井産管理組合
- ・ 百舌原そば生産組合
- ・ 天空の里いも農場

芋焼酎 いも焼酎 草刈バスターズ

2022年~ 初のいも焼酎が継続参加に貢献

芋井YOSAKOI隊 市井ららぽ

支障木の伐採 居酒屋をテイクアウト

手塚さゆり 大人気!! 100歳を祝う

# 浅川

人口 6400人

## 農産物直売所

浅川が展望広場でイベント

## 芋祭り

合唱や踊り

## 外周の環境整備

アサギタラ、フジクマ、コマジミの保護保全

## 地域おこし協力隊のワイン用ぶどうの収穫

地域からの参加者も 7ヶ. 1130kg 収穫



ワイン用ぶどう 1130kg 収穫

チームで浅川を応援、これこそが地域おこし協力隊の役割!!

# 小田切

人口 755人

テニスコートから号

## 和輪話の会

- ・ 年齢に関わらず自由な意見交換の場
- 移動手段と居住地周辺の荒廃地どうするか?

## 余剰野菜の有効活用

- ・ 余剰野菜を住自協へ
- ↳ 年間通して活動中

## 男の居場所

- 「山里整備隊」→ 景観改善へ
- 「マレットゴルフ隊」

## 豊野

人口 9147人

被災した後も 福祉に強いまち!!

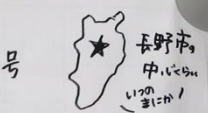
## 豊野お祭り委員会

- ・ メンバー14人 全員立候補
- 「私たちにできることはなんだろう。やるべきはやらせてみよう!!」

## とのおみらい探検隊

- 参加者おしゃべりが地域の宝を見つける
- ↓
- 豊野の未来をみんなで考える

- ・ 住民の高齢化、おしゃべりの主体は若年層へ
- ・ ちよび 閉鎖感...



フジクマは富山県産... 地域で富山が見える

被災した後も 福祉に強いまち!!

多くのひとたちの未来を一緒に考えよう

委員長が女性... 地域活動に力を入れよう!! ITスキルを伸ばして... 11ヶ月前のこの頃... 周知の中心に



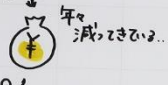
長沼 1949人 台風9号で 地域の景観激変!!

### 愛の一籠運動



- ・乳児育成助成金
- ・幼児
- ・慰労金・祝金
- ・福祉自転車の運営

一品持ち寄り運動



リンゴ農家が1/3に減少... (車葉も減っている)

リンゴの価格が下落 + 温暖化

リンゴ以外の農産物も考える

資金づくりは赤羽根 共同基金活用か?

地域独自 種方法を考えてはいない!! 被災現場の視察 災害史の販売

若槻 19,880人

### ホタルの里化



H19~スタート 住民主体の活動を展開

自然破壊 ホタルへの関心の高まり + 住自協 発足

- ・ホタルを呼びかへ
- ・ホタルへのお手紙

来年もホタルに会いに来て!!

自分たちもホタルを 守るために キーポイントは?

ホタル交流会

ホタルの保存に取組む団体もとの交流したい。

### ホタル学習会

ホタルに限らず、阿久川水質保全に取り組む団体と一緒に勉強したい。

松代

### オムラサキの里



7777の観察できる場へ 一般観覧会開催

幼稚園もあそびに来ています

他にも アサギマダラ、ジャコウアゲハ、アゲハ、クワガタ、メダカなど

動植物のすむ 里山保全へ

担い手づくり

更北 14,429人

### 防災啓発イベント

- ・災害弱者
- ・停電をテーマに

医師が思家庭 x 給電車



地域とつながる可能性

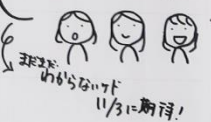
With 県社協

スケジュールに余裕なく参加者は少

勉強会は地域の中学校の部活動とコラボ デジタルマップアプリもしている。

近隣の住自協や学生とコラボしたい!!

第三地区 参加者が少いというが 地区内での取りこみ(イベント)に間に合っている人はいるか? 1/3に減った?



川中島 27,133人 (高齢化率 27% 若い!!)

### 川中島白桃ブランド化

地域きりめき隊と活動開始 => 規格外の活用 スーツづくり (県内高校のクラブ)

・桃の花フェスタ・桃の花まり

・川中島桃アップ (円上手とのコラボ)

・実際に桃の畑を見る

・地域おこし協力隊の導入

高齢化...

協力隊を今年に導入、白桃の安定供給へ

やると元気が 地域の宝 盛り合うコラボ

第三 65,941人

マンションが増え 町の交流が少なくなっている...



### 子どものカネ活用にまつどり

子育てサロン「サンサンひろば」

・ホタル観賞会 3年

・なべ、商店 (小学生の発案)

・おもしろスタンプラリー & こどもフェスタ

→住民同士のつながりづくり

・ふたあひ避難所体験

・市長ラジオ体操

子どもを介して 親同士が つながる

まつどりが あそびに ぐんぐんおもしろい

顔見知りも増え 防災カブ + 活介

大豆島 12,571人 高齢化率 24.9%

### ふくあラジオ体操

近所同士のつながりづくり

夏休みのラジオ体操 + 地域住民

夏休みが 終わっても 続いている!

自慢とは 努力の結果

七二会 13,322人

### ヒメボタル

・山の中に生育する小さなヒメボタル 陣場平山の地蔵山寺で(きん)会える。

何かにしているワケはない 何もないことで保護につながる。

カメラマンとホタル観賞者とのコラボ

主役は ヒメボタル

定点観測による 調査結果を 夏の募集に活用

10年めはまだ周知が進まない。

・子どもの参加が少ない

・中心にいる人がいない。

・近所からチーム

ラジオ体操をきっかけに あいさつをかわる若者も。 つながりできてきてる? ね!

七二会の 活動は...



# NPO カフェまんまる

## 「遺贈寄付ってなんですか？～遺贈寄付の入口に立つ！～」



日 時：2023年12月7日(木)18:00～20:00

場 所：もんぜんぱら座 304 会議室

参加者：15人（NPO 団体や教育関係者、個人など）

共 催：ながの協働ねっと



「遺贈寄付」という言葉を知っていますか？これは、公益法人やNPO、学校など家族以外の第三者に遺産の一部または全部を寄付する行為のことです。金額の多寡は関係なく、「社会に恩返しをしたい」「生きた証を残したい」といった思いが込められており、近年少しずつ認知度が上がってきています。今回は、「人生最後の社会貢献」と言われる「遺贈寄付」について、制度を含めて基礎知識を学び、実際に遺贈寄付を受けた団体の方の話を聞き、理解を深めることを目的にした交流会を開催しました。

### 第一部：「遺贈寄付」のキホン

成迫会計グループ相続手続相談支援センター®の宮寄忍さんから制度や注意点について説明していただきました。「社会に恩返しをしたい」という思いをもとに、財産の承継先を自分の意思で決めることができる、相続税・所得税の節税などの遺贈寄付の利点がありますが、配偶者や子ども、親のみに認められる最低限主張できる権利である遺留分への配慮、遺言執行者の指定などの注意点についても、詳しく話がありました。

参加者から「不動産の寄付はどうなるのか？」という質問に対して、「現金化されていない不動産や有価証券などは寄付先が受け取れない可能性もあるので、できるだけ現金化、もしくは寄付先にきちんと意思共有をしておいてほしい」と呼びかけがあり、参加者は熱心に耳を傾けていました。



▲制度の説明をする宮寄さん



▲質問がたくさんでした！

## 第二部：パネルトーク「遺贈寄付体験談を教えて」

遺贈寄付を受けた経験のある団体によるパネルトークセッションには、NPO 法人ライフデザインセンターの小川和子さん、日本赤十字社長野県支部の山崎慎哉さん、公益財団法人長野県みらい基金の高橋潤さんが登壇しました。

### ▶小川和子さん（NPO 法人ライフデザインセンター）

当法人は、老後の住まいや介護、財産管理、遺言などの相談対応、成年後見も引き受けています。

最期まで面倒をみた方が亡くなり、親族から感謝の意で遺贈寄付をいただいたことが過去にあり、とてもありがたかった。ただ、遺贈寄付を決めるタイミングがいつなのか？が難しい。判断能力があるうちにご自身の意思で決めてもらうのが望ましいと。そのためにも若い頃からお金の使い方を考えることが大事。



### ▶山崎慎哉さん（日本赤十字社長野県支部）

病院や血液センターの運営をはじめ、紛争や災害の支援活動なども実施しています。



過去いただいた遺贈寄付は災害救護車両の購入費用を遺贈寄付で充てたことも。近年は頻発する災害の支援、戦地への支援をする際の資金は寄付で支えられている。義援金を日赤に寄付いただくことも多いが、全額寄付先に渡すためこれは日赤の活動資金にはならないことを理解されにくい。また、遺贈の手続きもわからない人、生前贈与をしたいが家族には内緒にしてほしいといった相談もあり、専門家への相談は必須だと感じる。

### ▶高橋潤さん（公益財団法人長野県みらい基金）

クラウドファンディングの運営や企業からの冠寄付、休眠預金の配分を担う公益財団法人。

聴覚障害者支援のためにといただいた遺贈寄付を元にした冠基金「信州 eye 基金」を創設し、助成してきた。「今は長野県のお金が特に首都圏に流れている現状がある。地域に役立つため残す、ということを考えてくれたら嬉しいし、そうした思いを持つ方とご家族などの意向とうまくマッチングできたら。





パネルディスカッションでは、それぞれがこれまでの経験を共有しました。この中でも、不動産寄付のありがたさ反面その難しさ、遺贈寄付をする人に寄り添い、その意向ときちんと向き合うことの大切さについて話がありました。



▲パネルトークの様子

### 第三部：グループワーク

その後はグループに分かれ、テーマに合わせて議論しました。「日本に寄付文化が浸透しない理由」として、「日本人はお金の話をすることがタブー視されている」「ふるさと納税やクラウドファンディングで寄付のハードルも下がっているが、お礼への期待も強い場合も多く純粋な寄付は増えていないのではないか」という指摘もありました。「寄付を受けたらどんな活動に使いたいか」というテーマに対しては、「教育格差を解消することに使いたい」「自団体の活動を映画にしたい」といった希望のほか、「寄付した NPO にすべて任せる」という期待も寄せられました。



## NPO カフェまんまるまとめ

交流会を終え、「制度の説明に加え実体験を聞いたことで理解が深まった」「異なる立場の人と議論できたのが収穫」という感想も。参加者同士の交流もでき、充実した時間になりました。

まだまだ認知度は低い遺贈寄付ですが、NPO にとっても、地域にとっても期待のある制度であると実感しました。

参加していただいたみなさん！ありがとうございました～！！



共催したながの協働ねっと飯島美香代表

「とても充実した会でした。この制度の認知がもっと広がってくれたら、NPO にとっても可能性も広がるのでは」と期待の声がありました。



## 長野から世界を知る！

～ノルウェーの若者の政治参加とジェンダーについて聞いてみよう～

日時：2024年1月13日（土） 16:00～18:00

場所：ながの若者スクエア「ふらっと」

参加人数：25人(学生、個人、NPO、市民活動団体、市議会議員ほか)

主催：市民協働サポートセンターまんまる（共催：長野市国際交流コーナー）

内容：在ノルウェー日本大使館の専門調査員として2年間現地を見てきた平松愛子さんを迎えて、現地の若者の政治参加やジェンダー意識について聞きました。年代や国籍を超えて参加者がフラットに対話し、SDGsに関心を持つきっかけになりました。

### ■実は、変な大人?! 大学進学を機に大阪から別府へ! 研究の道を経て、長野移住。そしてノルウェーへ…!

ながの若者スクエア「ふらっと」、そして、学びの拠点「FourthPlace」の「変な大人の話聞く会※」とのコラボ企画である今回の交流会。最初に平松さんのキャリアの歩みについて聞きました。

大学進学を機に大阪から大分県別府市に移った平松さん。その進路は、平松さんの通う高校では珍しい選択だったそうです。

大学卒業後は、多くの友人が就職する中、「中東の民主化、イスラーム復興、女性の権利」などを研究するために大学院へ進みます。しかし、平日は朝から夜まで、土日も構わず研究室に通い詰める生活に次第に疑問を抱くようになり、ワークライフバランスを考えた末に語学講師に転向。さらに、「長く住むなら大都会より郊外か地方都市」という思いのもと、長野市への移住を決めます。実は、市民協働サポートセンター（長野県 NPO センター）のスタッフとして約2年間活躍していたのです。

そんな中、世界をコロナパンデミックが襲います。コロナ禍で日本と世界のニュースを見るうちに、「30代でも大臣や首相になれるのか! しかも女性やトランスジェンダーも沢山いる」「IT化が



講師の平松愛子さん



進んでいるおかげで、緊急事態宣言からの補助金給付が早い国、マスク不足を回避した国もあるらしい」「日本は30年間給料が横ばいなのに、北欧は一人当たりのGDPが世界トップクラスらしい」などの情報を知り、「北欧研究したい！よし、行ってみよう！！」と行動に移し、ノルウェーでの仕事を手にします。

※今の日本社会で一般的と言われている「進学→就職」といった規定路線ではない人生を歩んでいるちょっと面白い大人（=変な大人）の話を書く会。その人生の選択にはどんな「わくわく」があるのかなどを聞きます。

## ■ノルウェーでの若者の政治参加は？

ノルウェーの若者の政治参加率が日本よりも高いとのこと。しかし、国内では日本と同様に若者ほど投票率は下がるそうです。

ノルウェーでは「**小学校からの民主主義・選挙教育**」があり、授業を通じて選挙ブースへ見学に行ったり、学校やクラスで疑似投票をしたりします。



会場はなかの若者スクエア「フラットり」

また、若者が出馬する際のハードルも日本より低いノルウェー。18歳で選挙権と被選挙権の両方を得るほか、出馬の際の供託金がないことも特徴です。

驚くことに、ノルウェーでは国政まで行かないと議員としての給料が出ないとのこと。地方議員は無報酬のため、本当に志のある人しかやれないし、ほとんどの人が仕事をしながら議員となっています。

## ■ノルウェーのジェンダー政策

ノルウェーでは「**民主主義＝男女平等**」という考え方ののだそう。クォータ（割り当て）制度を政府や各政党が導入していて、閣僚や党の指導部の男女比はおおよそ半々となっています。一方、日本では女性閣僚は、「子ども」「家庭」というジャンルでの登用が多い印象ですが、その傾向はノルウェーでも同様に見られるということでした。

また、父親の育児参加も当たり前で、約7割の男性が育児休暇を取得するというお話がありました。それを支えているのが社会の制度です。出産・育児休暇では、合計49週間までは給与の100%の支払いが保証されます。



小学生の参加者も！

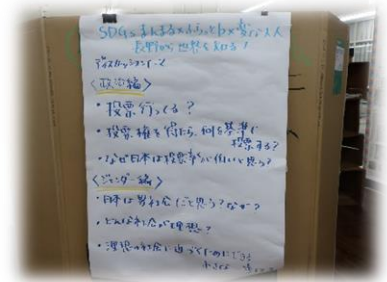
**政策の前提となる家庭モデルは「両親共働き**」で、企業の定時は16時が一般的なんだそう。定時になると、母親か父親のどちらかが幼稚園に一目散に向かうそうです！

## ■世代や立場を超えたグループでディスカッション

後半は、5つのグループに分かれてディスカッションをしました。

まずは、「投票行ってる?」「投票権を得たら、何を基準に投票する?」「なぜ日本は投票率が低い?」などの問いをもとに、政治に関するディスカッション。投票に行っている人たちの投票基準は、「政策」「市民との身近さ」「年齢」「災害時などで味方になってくれそうか」「若い人、子どものことを考えてくれているか」「熱量」などの意見が聞かれました。一方で、「自分に直接影響があるように感じない」「選びたい人がいないから白票を投じる」「投票するのが少し面倒くさいと感じてしまう」といった声も。

また、外国から日本に帰化した参加者からは、「日本語を話せても政治の言葉は難しい」「漢字を読めない」「各国の言葉で説明文があれば嬉しい」など切実な声が上がりました。さらに外国籍の参加者からは、日本では外国籍住民に対して地方参政権が認められていない実情が語られました。



後半はジェンダーについてのディスカッションです。「日本は男社会?」「どんな社会が理想?」「理想の社会にするために何をすればいい?」について白熱した議論が繰り広げられました。

このテーマに関しては、若い世代は割と当たり前に「男女平等」を受け入れている一方、年齢が上がるほど従来の「男は仕事、女は家事育児」に囚われる傾向が垣間見られました。ある参加者は「どうしてお父さんが夕飯作らないの?」と子どもに聞かれたそうです。



若い世代からは「そもそもジェンダー平等って比較するものなの?それはどうなの?」「見える部分は男性でも支えているのは女性。定量的なところを目標にしているのか?定性で見ればいいんじゃない?」「チャレンジするチャンスがあるかの視点が大事」など、本質に迫る意見がたくさん飛び出しました。

「結婚後に女性が姓を変えるのが当たり前でなくなれば」「男性だから、女性だからこうあるべきという考えをなくしていきたい」「性別に関係なく、個の特性を大切に考える」「まずは“旦那”や“主人”といった呼び方を“パートナー”などに変えることから始めてみては?」など、自分にできることをやってみようとする建設的な意見が出ました。



## ■参加者の感想

- 平松さんの「人生の選択」にとっても共感を覚えました。素敵な人生を歩まれているな、と。
- 「男女平等＝民主主義」それ位の意識を持たなければノルウェーの現状がないであろうし、日本のジェンダーギャップの低さもあたり前と感じた



- 改めて我が国のジェンダーを考えさせられた
- 小学校からの政治意識の醸成が大切だと感じた
- 様々な年代の人と話をし、意見を聞いて楽しかった
- 在日外国人の選挙の現状など、知らない現実を知り、とても楽しく有意義な時間だった
- 投票率が上がる、投票のハードルが下がる取り組みをする必要性を感じた

など

## ■もっと知りたかったこと

- ノルウェーのいじめに対する考え方や教育の質を上げるための取り組みを教えて欲しい
- ノルウェーの小・中学校で選挙について学んでいるのに若い人の投票率が低いのはなぜ？主権者教育＝投票率ではない？
- ジェンダーに対する差別的な感覚はいつから生まれるのか？
- ジェンダー平等とは何かをもっと深掘りしてみたい



など



参加のみなさん、ありがとうございました！



NPOカフェまんまる

# 出会って、つながって、コラボしよう!!



～協働の大交流会～



複雑で多様化する社会課題の解決のため、NPOや地縁組織、行政、企業、学校など多様な人・団体との協働が必要とされています。その中でも学生との協働により、課題解決に向けて新たな活路を見出す団体も多くいます。また、学生にとっては、今後の活動の糧になる貴重な出会い・学びの機会となります。今回は、学生との協働をすでに実施している団体（地域まるごとキャンパスプログラム提案団体）がまるごとキャンパス活動報告会としてブースを出展している会場にて、出展団体から活動紹介をしてもらいながら交流を深めました。

- 日時：2024年2月3日(土) 11:00～13:30
- 場所：長野県立大学三輪キャンパス
- 参加者：79名
- 出展団体：12団体（パネル展示のみ15団体）
- 内容：

ながの地域まるごとキャンパス活動報告会に出展した12団体の活動報告ブースを周りながら、ブース出展団体やプログラムに参加した学生と情報交換を行いました。パネル展示をみながら会話をしている参加者や出展団体同士の交流もみられました。



荻原市長が出展ブースの各団体から説明を受ける時間があり、長野市開発公社（長野市茶臼山動物園）に参加した学生に「現地までの移動手段はどのようなのか」など質問をしていました。天空の里いもい農場のプログラムに参加した学生は「一年を通して参加することができ、普段はできない農業を通じて、地域の人とふれあいができたことがとても良かった」と話しました。

地域活動をしている参加者からは「自分が感じている課題に悪戦苦闘しながら活動している団体もあり、後押ししたいと感じた」との感想が寄せられました。また、各出展団体には「コラボしたい」という他団体からの声、「活動に参加したい」という学生からのメッセージが届けられていました。





## 障がいのある子どもの 親の会を知ろう!

長野市内には、障がいのある子どもを育てている親が運営している様々な「親の会」があります。今回の交流会では、市内で活動している親の会同士がつながることで、お互いの活動のヒントや障害の理解を深めたりすることを目的としました。また、市民活動団体や住民自治協議会など地域で活動している人が親の会を知ることで、多様性を認め合える地域社会を構築する一歩となることを目指して開催しました。

場 所：もんぜんぶら座 304 会議室

参加者：32 名（登壇者含む）

NPO 関係者、住民自治協議会、市民活動団体、学生、個人など

登壇者：久保さん・松本さん（ダウン症長野ひまわりの会）、青木さん（長野県 LD 等発達障害児者親の会よつ葉の会）、立岩さん（長野県自閉症協会北信地区いとぐるまの会）、熊谷さん（北部相談支援センター）

内 容：活動紹介、テーマトーク（休日や放課後の過ごし方、災害時の避難について）、各団体に分かれてのフリートーク



まず初めに、各団体から活動内容を紹介していただきました。

### ●ダウン症長野ひまわりの会 久保さん

ダウン症の子どもを育てている親の会です。毎年3月21日は国連が定める世界ダウン症の日です。2023年3月21日に第一回にこにこフェスタを開催し、ダンス発表やニコニコ笑顔の写真展などを行い、県内外から87組300名近くが参加しました。





「うちの子、ダウン症なんです」と言ったら近所の人に「あら、かわいそうに・・・」と言われました。社会が思う「ダウン症」のイメージが良くないのでは？と感じています。今年も3/23ににこにこフェスタを開催します！「障がいがあることは不幸じゃない」を伝えていきたいです。

●長野県LD等発達障害児者親の会よつ葉の会 青木さん

よつ葉の会は全県の組織で、4支部に分かれています。現在は発達障がいの講演会・勉強会、茶話会を中心に活動。茶話会は年4~5回実施。子育ての先輩から、学校との関わり方などの知恵を共有してもらう貴重な会になっています。親の会があったから、我が子（現在28歳）もしっかり育ったのでは？と感じています。



●長野県自閉症協会北信地区いとぐるまの会 花石さん

いとぐるまの会のお子さんの年齢は、5歳から40代以上と幅広い年齢層。年1回の学習会と茶話会が活動の中心です。言葉でのコミュニケーションが難しい子が多いので、コロナ前まではiPadを活用したコミュニケーション術を学ぶイベントを企画していました。自閉症のある子は、目で見ると情報が理解できるからスケジュールなども紙に書いて示してあげることが大事です。



毎年4月2日は国連が定めた世界自閉症啓発デー。今年はよつ葉の会と一緒に企画しています！

●北部発達相談支援センター 熊谷さん

長野市障害福祉課の委託を受け、専門の相談員を配置しています。長野市在住の0~18歳の子どもの相談が対象。福祉サービスの提案や障害者手帳、手当の相談など子どもの発達についての相談が多いです。

保育園や学校にも行って、子どもの様子を見ることもしています。福祉サービスを使うほどではない、日々の困りごとを聞くこともあります。電話でお話したり、面談したりさせてもらっているのでお気軽に電話ください！





次は各団体の代表者に登壇していただき、テーマトークを行いました。  
最初のテーマは「余暇の過ごし方」です。障害のある子どもたちは、放課後や休日にどんなところで過ごしているのでしょうか？

青木さん



小学校の頃は電車が大好きで休みの日はもっぱら一緒に電車に乗っていたな。発達障がい児は趣味に偏りがあるから、一旦好きになると、のめりこむ。それはすごく大事。日中はみんなに合わせて大変なことが多いので、放課後は趣味に没頭させていました。それが今も役立っていると思う。

久保さん

一般のイベントは出かけにくいです。にこにこフェスタも楽しみのひとつにできたらいいな。わが子は成長がゆっくりだけど、人が大好き。利用している放課後等デイサービスのなかでお出かけの日があり、白馬でトランポリンを楽しんだりしています。家族以外の支援者と過ごすいい機会。いろんな支援者とつながることが将来的に大事だと思っています。



立岩さん

いとぐるまの会に所属しています。32歳の息子は靴の量販店で働いて十数年になります。趣味は囲碁。地域のおじさんと一緒に囲碁をやったり、夜に一人でやっている。鉄道も好きで、一緒に楽しむ仲間がいるのは、「家族以外の他人を信頼することが大事」と教えることも親の役割だと思っていたのが影響しているのかも。





松本さん

ダウン症の息子はまだ4歳なので、「これは！」というものを見つけてほしい。そのためにいろいろ連れていきたい。

青木さん

鉄道が好きだから鉄道の仕事に就いてくれたら・・・と思っていたら、鉄道は趣味だと言われた。親の思うようにはならないね。

立岩さん

息子は靴の仕事に就いているけど、「靴を好きじゃなくてよかった」と言っていた。好きを伸ばしましょう！と思いがちだけど、好き＝仕事ではないらしい。

次のテーマは「災害時の避難について」です。

「災害時に避難所行く？」という問いかけに対して、

立岩さん

避難所は難しいな。養護学校に行ってしまうと地域とのつながりが途切れがちになるので、自分から地域の避難訓練とかに参加しないとかなか・・・

松本さん

息子は初めての場所が苦手、騒がしいところが苦手なのでキャンプの準備をしています。

久保さん

市町村によって福祉避難所の開設条件が違うことをまったく知らなかった。災害時に助けを求めるかどうか？を市に提出できる制度があることを最近知ったので、まずは知ることが大事だと感じた。災害の種類(水害、震災)によっても対応は変わってきそう。地域の避難訓練に初めて参加しました。防災意識の高い地域で、初めて自分の子のことをちゃんと話せてよかったです。



青木さん

台風災害の時に一日だけ避難したけど大丈夫でした。息子は外に出たいタイプなので、逆にコロナ禍で出かけられないときに気持ちが落ちていました。普段と違うことが長く続くことが無理。でも、それは一般の人と同じではないか？福祉避難所があれば解決されるものでもないと思う。

会場から「災害時の食べ物で困ったことは？」との質問がでると、

青木さん

個人差があって、白米しか食べない人もいる。そういう人は家で用意しているはずなので、逆にそれについていろいろ言わないでくれるとありがたい。

久保さん

ダウン症の子も偏食が多いです。  
ローリングストックを普段から意識したい。

松本さん

うちは普通食が食べられないので災害時は本当に心配。今は、月齢に合わせて食べられるベビーフードをストックしています。避難所対応は難しいので、自分でどうにかしなきゃと思っています。

後半は各団体に分かれての交流タイムです。

いとぐるまの会のテーブルでは、「子どもがまだ小さいので激しい子になるかおとなしい子になるか分からないけど、話が聞けて良かった」という感想からそれぞれの子育てについて話題が広がりました。

「地域に親の会があることを初めて知った。災害のときに協力しえあるといい」という感想に対して、教員になる学生から「災害時に車中泊やテント生活をした場合、避難所以外で避難している子どもの安否確認は学校がするのだと思う。どのような取り組みができるか考え続けていきたい」など今後に向けての話題が続きました！





ひまわりの会



よつ葉の会

●アンケートに寄せられた参加者の声

- ・来年度事業を考えるための参考になった。知ることって大切！
- ・関連団体の紹介が聞けて良かった。交流タイムは時間が短かった気がします。
- ・知見が広がった。さまざまな親の会があることを知り、活発な活動ぶりに勇気づけられた。自分が何かできるか考え行動したいし、周りの人にも伝えたいと思った。
- ・「好きなことを仕事に」が必ずしも正解ではなく、「好きなことを趣味として続けるために、あえて興味のないことを仕事にする」という生き方があることを新たに学べた。

今回は、地域で障害のある方と関わりをもっている方やこれから障害のある方と関わる学生、いま子育てに悩んでいる保護者など様々な立場の参加者が集いました。今までになかったつながりが生まれたり、参加者の声にもあるように「知る」ことの大切を感じる時間になりました。

●一般社団法人医ケアの輪

代表 山本里江さんからパネルを預かりました。

●各団体のホームページ

ひまわりの会



よつ葉の会



いとぐるまの会



医ケアの輪



## 「Wordで広告をつくろう」

日 時: 5月28日(日) 13:30~16:00

場 所: もんぜんぷら座 3階 304 会議室

参加者: 講師登壇者含め 9人

NPO、行政関係者、地域活動・市民活動団体など

講 師: 寺澤順子さん・吉田百助さん (ソーシャルデザインセンター)

内 容: NPO にとっての効果的な広報ツールの選び方や広報をするうえでのリテラシーを学びながら、実際に Word で新聞広告を作るワークショップを開催。最優秀作品 1 点を選び、長野市民新聞「市民と NPO のひろば」に無料掲載。

参加費: 500 円/人

### <NPO にとっての広報ってなに?>

団体の紹介やイベントの告知など、NPO の活動を広く知ってもらうために必要不可欠な広報。でも、なかなか認知してもらえない、どんなツールを使うのが効果的なのか、チラシの作り方がわからない…etc、頭を悩ませている団体関係者も多いのではないのでしょうか？！

最初に一人ずつ「今日参加した理由」などを自己紹介。

そして、講師の寺澤順子さんから、「NPO にとっての広報」

についてレクチャー  
がありました。



講師の寺澤順子さん



一人ずつ自己紹介して、アットホームな雰囲気スタート



NPO の広報は、「共感して信じてもらうこと」と寺澤さん。さまざまな媒体がありますが、地域性や保存性、社会的信用を得る意味においても新聞広告と NPO との親和性は高いということでした。

また、<1.誹謗中傷・批判を避ける> <2.負の過激な発信であおらない> <3.他人の経験を勝手に引用しない> <4.書籍・新聞・雑誌などを勝手に紹介しない> <5.肖像権に気を付ける> など、身に付けておくべきリテラシーについての話もあり、参加者は真剣に耳を傾けていました。

## <Word で新聞広告をつくってみよう！>



講師の吉田百助さん

いよいよ後半は、実際に Word を使って新聞広告を作ってみます。普段、主に文字入力に使われる Word ですが、「基本的なスキルをおさえれば、チラシやパンフレットを作ることも可能」と講師の吉田百助さん。

これまで吉田さんが作成したチラシやパンフレットを見て、参加者からは「すごい！」という声。「大丈夫、みなさんも作れるようになります！」ということで、さっそく Word を立ち上げて作業開始です。

それぞれ持参した団体のロゴや載せたい写真を使いながらデザインを決めていきます。今回は、まんまるスタッフ総出でサポート体制をとり、「ここはどうしたらいい？」という参加者の質問に随時答えながら進めました。



スタッフが1対1で質問に答えます



ある程度完成したところで、それぞれの作品を見て回り、お互いの「いいところ」を伝え合います。



「スッキリしていてわかりやすい」「色がきれい」「インパクトのある写真の効果で伝わりやすい」「このイベントに行きたくなった」など、ポジティブな意見がたくさん出ました！他の人の作品を見ることでさまざまな気づきがあったようです。



最後に講師からの講評です。

「一番伝えたいことを左上に書く」「色を何色も使いすぎると伝わりづらくなることも」といった話がありました。

また、多くの人に読みやすいよう工夫された書体「ユニバーサルデザイン(UD)フォント」についての説明も。加齢によって文字が読みにくいと感じる人や、障がいによって文字が読みにくい人がいることを理解したうえで、レイアウトやフォントを選ぶことが大切と指摘。参加者からは、「公共性の高い内容を発信するからこそ、多くの人にとっての読みやすさを考えることが重要であるとわかった」との声がありました。

作品は、フィードバックをもとにブラッシュアップをして、ソーシャルデザインセンターが審査を行います。そして、最優秀作品1点が7月4日の長野市民新聞「市民とNPOのひろば」広告欄に無料掲載される予定です！おたのしみに！！

### <参加者の声>

- ・基礎から学べてよかった
- ・広告の効果や作成時の具体的なポイントがわかりやすかった。リテラシーのポイントが特に参考になった
- ・色について学べてよかった
- ・まだまだ知りたいことが多く、数回にわけて企画してほしい
- ・色の組み合わせについても知りたいと思った
- ・スタッフが多く、いろいろ教えてもらえて勉強になった

NPO ステップアップ講座 「NPO の資源を獲得する！」

1. 目的：多様な背景をもつメンバーやボランティア、新たな参加者との継続的な関係をつくるために何をすべきかを考えることを目指した本講座。テーマ毎に問いがあり、個人やグループでワークに取り組み、共有。その後講師から講義という順で進み、理解を深めました。
2. 講師：田辺大さん（社会起業家・NPO おじさん。  
原点は 1993 年の北海道南西沖地震の災害ボランティア。  
2003 年から NPO 業界で起業と事業再生の支援を専門とし、  
現在飯田市で女性起業はじめソーシャルビジネスの支援に従事。）
3. 対象：NPO・住民自治協議会など



■第一回「団体の組織運営を学ぼう！」■

日 時：2023 年 7 月 23 日(日)13:30～16:30

場 所：もんぜんぷら座 304 会議室 ※オンライン併用

参加者：NPO・住民自治協議会など 10 団体 15 人（うちオンライン 1 団体 2 人）

講 義：

団体内に目をむける

問. なぜ組織にするのか？

(会場)

- ・一人ひとりの力は限界があり、考えも偏ってしまう。チームになることで、アイデアや体力、能力が倍増する。
- ・社会の力を応援にしていけるためには「組織であること」が大切なのではないか。

Point!

田辺講師から

NPO とは市民性を創出・増幅する装置のようなものである！なぜなら、NPO には寄付とボランティアという参加方法があり、それらの参加によって市民性を高めることができるから。

「問い」を持ち続けることが大切であり、その可能性を広げることができます！





(会場)

- ・ 思いに共感する。目指す先が同じ。
- ・ メンバーの多様な視点や考え方を尊重する。
- ・ 一方的にならない。共有することに時間をかけ過ぎすぎない。

Point!

田辺講師から

大事だと思って発案！しかし、反応がイマイチ…ということは多々あります。しかしその反応の中で「早い賛同者が誰なのか」を見極めること、その早い賛同者こそがポイントになりうる。その客観的な立ち位置からお墨付き効果を提供してもらうことができるから。

Point!



問. 良いチームって？

(会場)

- ・ 常に設立趣旨に戻ることができる。
- ・ お互いのやりたいことに共感し、手を差し伸べられる。

Point!

田辺講師から

良いチームとは、良いコミュニケーションが生まれ、理念や価値観の共有ができていること、日々の心合わせによるメンバーの才能開花の機会づくりにつながっていること、自由をつくっていることなどが挙げられます。「事務力アップ」や「明朗会計」を心掛けましょう！

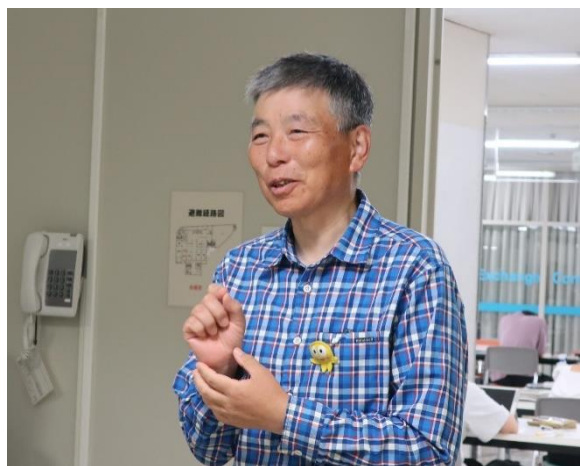
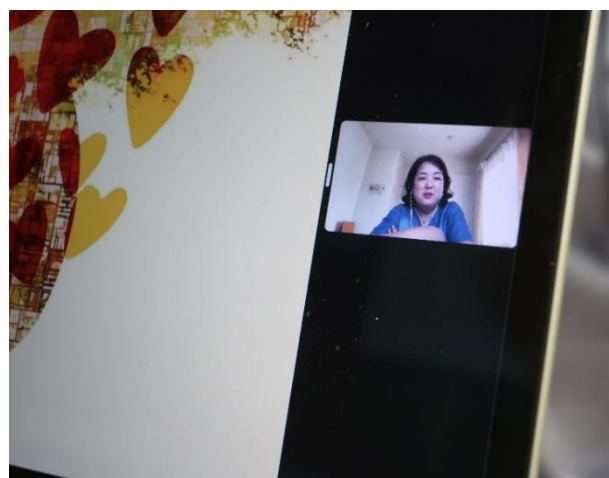


これらの問いを繰り返し、自分の中にある課題に目を向け深掘りしていきました。「忙しさから、今までそのままにしてきた疑問や課題の棚卸しができ、有意義な時間だった」「他の団体の意見が気づきにつながった」といった感想がありました。

外に目を向ける

自団体の活動を社会に見せていく、発信していくために、「社会へのラブレター」を考えました。自分たちが気づいた“問い”に対し、“追う夢”。どんなことをして社会に何を呼び掛けるのか、丁寧に（でも限られた時間で忙しく）言葉に落とし込み、共有しました。「団体に持ち帰り、団体の想いを明確にしたい。その時間こそが団体内に良いコミュニケーションをつくり、モチベーションアップにつながるのではないかと思う」と話す参加者も。目の前のことに追われ、なかなか思いや理想を言語化する機会がない中で、自分たちのあるべき像を考えることの大切さを田辺さんから学びました。そのあるべき像に移行していくには、どれだけ具体的に組織内で共有しているか、外に発信しているか、なのではないでしょうか。改めて、内部の想いの棚卸しの大切さを実感した時間になりました。

今回の参加者は、立ち上げたばかりで「これから活動の幅を広げていきたいしメンバーの意識合わせが必要」と考える団体や、「長く活動を続けているが運営メンバーの固定化」に悩む団体など、課題もさまざまでした。それぞれの団体もつ考えや課題を互いに知ることも、大きな学びになったようです。



■第二回「活動資金の調達を学ぼう！」■

日 時：2023 年 10 月 1 日(日)13:30～16:30

場 所：もんぜんぷら座 304 会議室 ※オンライン併用

参加者：NPO・住民自治協議会など 9 団体 14 人（うちオンライン 1 団体 1 人）

講 義：

自団体の特徴・目指す姿

問. 自分たちの財源と特徴・目指す姿は？

自分たちの財務諸表を見返し、改めて分析。その後自分たちの事業の特徴や目指す姿を考える。

(会場)

- ・自主財源が多くを占める。自由があり、自分たちがやりたいことができる。  
半面、その財源がとても小さいので、活動規模が限られる。
- ・自主財源である寄付を一生懸命集めているが、その継続に難あり。自主事業と受託事業のバランスをよくしたい。

Point!

田辺講師から

- ・まずは財源の把握が大事。なぜその構成比になっているのか、その構成比のメリットやデメリットを整理し、自団体の目指す姿を描こう！
- ・団体運営の数字が苦手という方は日商簿記 3 級の勉強をおすすめします！
- ・行政からの事業を受託するには、「説明責任を果たせるのか」が必須。自団体と一緒にやる理由がどこにあるのか、きちんと考えてほしい。





問. 自分たちの無形資産は？

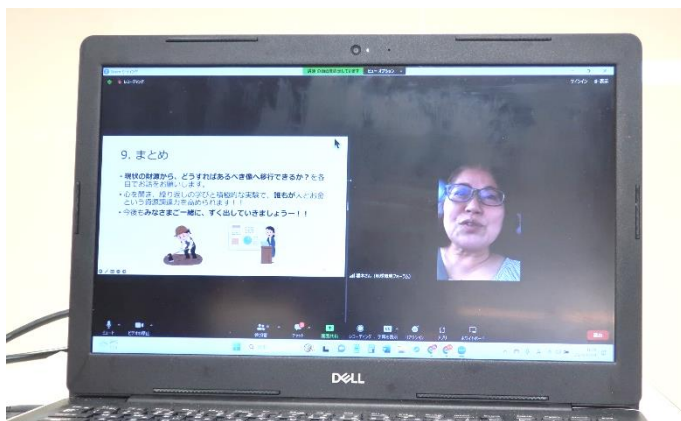
(会場)

- ・メンバーがさまざまな背景をもっているため、その知見やつながりが多様なところ。
- ・個人の思いこそが財産！

Point!

田辺講師から

- ・団体の無形資産というのは、知識やメンバーのネットワークなど見えない宝物のことを言う。世界的、経済界からも注目を集めている。
- ・NPO 運営はストック（器）とフロー（流れ）という見方で説明できる。器は資産で、流れはお金や体験であって、資産があるからお金や体験が生まれる。だが目先の利益を追って、助成金や補助金のニュースに飛びついても一過性であり、「自分たちの団体の見えない宝物（無形資産）って何？」という日々の資産形成の意識と行動が大切。



問. どんな資金調達方法があるのか？

補助金や融資、出資、寄付など、資金調達方法がある。それぞれによって熱量や特徴が違うことや申請書を書く上でのポイントも解説。

Point!

田辺講師から

- ・賛同や資金提供をいただくためには、認知→共感→決定の順に打率を上げていくことを目指す。その鍵になるのは“共感”を伝えられるのか。不特定多数の人が見て伝わるように、徹底的に文面を見直し、磨こう！
- ・申請文は介入と成果を区別して書くこと。成果に基づいて介入方法を考えること！

## NPO ステップアップ講座 2023 「NPO の資源を獲得する！」

### 参加者の声

- ・あれだけの情報量をわかりやすく、かつ身近に感じる説明で大変有り難かった。
- ・実践されてきた方の言葉なのでわかりやすく、実感もこもっていた。
- ・"資源はお金だけではなく、無形資産の体験には価値があるということがわかり、そういえばうちの団体は体験を提供してきたなと改めて思い、それを活かしていくことで応援してくれる人を増やす作戦をねりたい。
- ・"自分たちの強みを気づかせていただいた。参加してよかった。
- ・実際に地域コミュニティーを運営している方の話を聞いてみたい。
- ・同じ団体で話しができて、委員会をアピールさせて賛同者を増やそう！と団結できた。

### 最後に

人とお金の2回に分けて団体の資源調達を学びました。肝になるのは、団体の目指す姿はどこなのか、財産である強みは何なのかを、団体内でしっかり考えていくことだと感じた参加者がほとんどでした。参加者の一人は、「日々実務に追われ、なかなか立ち返ることができませんが、今日問われたことを団体内で共有する機会を作っていきたい」と話しました。

▼最後は講師を交えて交流会。団体の悩みなど、みんなで話しました！



NPOステップアップ講座  
～誰でもどこでもテレビ局～  
番組づくりは地域づくり

日時：2024年1月21日(土) 13:30～17:00  
場所：もんぜんぷら座3階304会議室  
講師：総務省地域情報化アドバイザー 岸本晃さん

(株式会社プリズム代表取締役、東峰テレビ総合プロデューサー)

参加人数：39人

主催：市民協働サポートセンター 共催：ながの協働ねっと



■内容■

誰もがスマホを使って撮影ができる時代、そして全世界へ発信できる時代。地域の良さを発信する住民ディレクターについて、岸本さんから学びました。

「住民ディレクター」という考えは、28年前岸本さんが熊本テレビ局に勤めていた際、取材で地域を訪ねて歩いた経験から、番組制作を地域の住民でやってみたらどうか？という発想から始めたものです。

<岸本さんの講演>

まずは、現在岸本さんが総合プロデューサーを務める「東峰テレビ」の紹介ビデオから。とてもわかりやすくよくできていて、これも住民のみなさんが作ったというのですから、驚きです。

東峰村は、福岡県にあり、2005年宝珠村と小石原村の二つの村が合併してできた村です。村営のケーブルテレビの放送スタジオ兼研修場を元診療所に作り、活動を始めました。

活動を始めてわかってくるのがたくさんありました。広い村内15集落にある「山の神祭り」というお祭りについて、どこの地区も同じものだろうと思っていたが、足を運んで取材してみると、すべてが違うとわかったり、小石原焼という伝統的な焼き物の窯元の取材を子どもがするなど住民との二人三脚で活動を進めました。その現場から番組作りのプロセスが地域づくりのプロセスであることを確信したとのこと。

また2014年の大河ドラマ「軍師官兵衛」を利用して、大河の終了時間後内容をひも解く追走番組を放送。この取り組みで、東峰村と村出身者のいる他地域や全国にいる住民ディレクターの交流が始まりました。さらに「住民ディレクターが」NHKの地方ドラマになる機会も訪れ、ますます住民が活躍することになり、東峰テレビはどんどん発展していきました。

2017年には発災した九州北部豪雨のドキュメンタリー番組の制作。被災の全体像をNHKと共同で番組を制作。その時には、東峰テレビのスタジオには民各社、NHKも集まり東峰村の取材にあたることもありました。最初は被災状況を伝えることへの抵抗もありましたが、悲しみに暮れ







るのではなくすぐにでも動いて映像で地域の現状を知らせることが大事だと村内を回りました。すると住民の反応も変わって、お互いを気遣いみんなで頑張ろうという気持ちに変わっていきました。こうやって番組を通して、住民同士の交流が広がっていくことが住民ディレクターのおもしろさでもあり、地域づくりにつながっていくのだと感ずることが出来ます。

住民ディレクターを育成するうえで、岸本さんが言いたいことは、とにかく「ひと」が大事だということ。番組作りには、機材や編集は二の次「番組はオマケ」ということです。

現在は新たな拠点に移って活動しています。東峰テレビ（1階）とテレワークテラス宝珠（2階）となっていて、1階は村営 2階は県営、そして総務省の地域情報化アドバイザーである岸本さんは、国のDX拠点としてドローンの授業やVR作成も行っているため、一つの施設の中に村県国が混在しています。

ここでは右も左もわからない人たちがどうやって技術を身に付けて、地域づくりにつながるのか？ 交わることで新しい発想ができることを期待しているそうです。村民はアナログ人間ばかりですが、その場に魅力を感じて集まってきます。そしてテレビ局は地域づくりの拠点になっています。

村民みんなで作るTV「ふらっと九州☆東峰村」この番組づくりには全国にいるプロの住民ディレクター仲間が集結し、手伝ってもらいながら、地域住民でつくっています。全国唯一の本格的な地域おこし番組として、「企画は村民」「技術はプロ」、これが全国からの関係人口にもつながっています。

「村の中からの発信ではなく、外から出身者など縁のある人たちが来て語ったりしながら、自然と地域にいる人たちとつながっていくことが起こる」と岸本さんは話します。これは番組づくりが目的ではなく地域づくりを目的にやっているからこそその結果なのだといいます。そして自分たちが課題に思っていることを番組にすることで、解決策がいろいろな人から聞くことができること。自ら行政など県との関係をつくって解決につなげる力をつけているそうです。

**番組づくりに参加することで自分の世界が広がっていく。**

これが今回のタイトルでもある、「番組づくりは地域づくり」につながっていく所以だそうです。

## ■講義終了後質疑応答

Q「素人の住民をどうやって番組を作りたいという気持ちに鼓舞させますか？」

A(岸本さん)「まずは放っておくことが大切。そしてオンエア中ということは黙って(だまして)番組に誘い込みながら、その人が自然体でやれそうなことを探してそのままの状態に番組にしていくのだそうです。住民ディレクターのいいところは、やり直しがなく失敗がないというところ。教えずに自分でやってみると思わせることが重要です。

Q「最初の勢いを継続していくヒントがあったら教えてください。」

A(岸本さん)「人生を楽しくするためにクリエイティブなことを続けていくしかないと思います。それは東峰村では、村の課題にチャレンジしていくこと。そしてそこにそれぞれ人の集まり方があるので、集まった人たちが好きなことを見つけるまでやってもらう。例えば鉄道テーマでは鉄ちゃんが集まるなど、それぞれのテーマで自分たちが楽しんで集まれることで、新しい風になっていくのです。決して押しつけではダメだということです」



## ■長野市内テレビ局の紹介



### ①「松代テレビ局」

現在は10名程度が関わって制作。松代のまち歩きセンターに開設。しゃべくり松代がきっかけで始まり、先日700回を迎えた。今の松代を伝え、地域の福祉を推進していく番組。無理なく使いやすい手段で作っている。

### ②「大岡えんがわTV」

2016年に岸本さんを招いて市ボランティアセンター共催で講座を開催。地域の人に地域を伝えるという考えから始まった。現在は5人が活動。今年成人する当時中学生と一緒に作った番組が好評だった。



### ③「ながのTV」

ボランティア団体や地域の魅力を発信するインターネットTV。事前に聞いた話を組み立て本番に入るが1時間を超えることも！来年10周年！毎年8月のブラナガノでは、高校生に入ってもらって地域の良さを伝えている。



#### ④「長沼アップル放送局」

住民の皆さんに、そして災害支援に来た全国7万人の人へ長沼の今を伝える。もし災害が発生した時に、伝えるためのコンテンツもそろえている。2022年12月放送開始。現在、住民ディレクターと技術者募集中。



#### ⑤「ナガクル」

長野県NPOセンターが2017年に立ち上げたポータルサイト。一般の人がNPOを知り行動に移してほしいという願いを込めている。そしてソーシャルライターの育成にもつなげるため社会問題を調べ取材し執筆している。

最後に、岸本さんは、「テレビはいろいろおもしろい仕掛けがあります。自分が楽しめる場所があるはずなので探してみてください」また、「長野はとてもレベルが高く動きもよい。ぜひこの機会に住民ディレクターのネットワーク構築を」と締めくくりました。





市民協働サポートセンター  
令和 5 年度運営報告

令和 6 年 3 月

特定非営利活動法人 長野県NPOセンター

目次

総 括 （令和5年度を振り返って）

令和5年度事業報告

（1）ネットワークの強化・拡大	1
（2）情報の収集・提供業務	4
（3）市民公益活動、団体運営等に関する相談及び調整	6
（4）団体・個人の育成	7
（5）市民公益活動の促進をはかるためのその他の事業	8
（6）施設管理業務	10
（7）添付資料	12