

# サポートセンター通信

No. 94

発行日：2021年8月16日

発行元：松本市民活動サポートセンター  
〒390-0874 松本市大手 3-8-13  
松本市役所大手事務所 2階  
TEL/FAX:0 2 6 3 - 8 8 - 2 9 8 8  
Mail : support-center@support-center.jp  
URL : http://www.support-center.jp



## コロナ禍でも元気なプラチナ世代… ～今年もプラチナサロンやっています～

プラチナサロンは、プラチナ世代の社会参加のきっかけづくりと情報提供や交流機会として平成25年から開催しています。コロナ禍のため、昨年4月から9月までと今年の1・2月は中止となりましたが、今年の3月からは毎月第2木曜日の午前中のみサロンを再開しました。今号では、5月から7月に開催したサロンを紹介します。シニア世代で参加されたい方は、松本市民活動サポートセンター（電話：0263-88-2988）までお問い合わせください。



ウォーキングサッカーの様子

5月13日(木)	6月10日(木)	7月8日(木)
<b>ウォーキングサッカー</b>	<b>チンチン電車沿線の歴史散歩⑤</b>	<b>シニア向けスマホ教室</b>
かりがねサッカー場多目的広場 (株)松本山雅コミュニティ推進部	旧：運動場前駅～自動車学校前 臼井光裕氏(プラチナサポーターズ松本)	松本市民活動サポートセンター スマホアドバイザー
ウォーキングサッカーとは、走らない蹴らないウォーク（歩く）とサッカーが融合したスポーツです。試合中ではつい走ってしまう方も多かったですが慣れてくると走らなくなり、多くのゴールが生まれ大変盛りあがりしました。	梅雨入前の暑い日、旧路面電車浅間線(チンチン電車)沿線を歩きながら周辺の歴史を学びました。国司塚や横田神社等々を見て回った後、信州大学敷地内に今も残る松本歩兵五十連隊跡・通称赤レンガ倉庫の外観を見学しました。	今やシニア世代にも必須アイテムとなったスマートフォン。使いこなすのはなかなか大変ですが、今回は22名が参加し、前半にスマホの基本的な使い方を学んだ後、後半は実際に便利なアプリを使って様々な体験を楽しみました。

## 今年の市民活動フェスタはどうなる？

### —市民活動団体が意見交換会を開催—

過去2年間中止となっていた「市民活動フェスタ」ですが、コロナ禍での今年の開催に向けて、7月21日（水）に市民活動団体10団体が集まり、第1回市民活動フェスタ意見交換会を開催しました。

今回は初心に立ち返り何のために、どのようなフェスタを望むのか、フェスタに求めるもの、思い、期待すること等を自由に意見交換していただきました。まだ想いの伝わらないところ、言い足りないことなどもあり、次の段階に進めるためにも、第2回目の意見交換会を来る8月27日（金）午後7時から予定しております。前回参加できなかった団体には、2回目からの参加も大歓迎です。

また、意見交換会等参加できない団体の皆さまも、フェスタに対するご意見ご要望等ございましたら、市民活動サポートセンターへ気軽にご連絡ください。

<連絡先> TEL: 0263-88-2988 / E-mail: support-center@support-center.jp

最後に登録団体の皆さまには、6月実施したアンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

## 中信地区里親会

代表者：牟禮 孝貴

TEL：0263-72-6496

Mail:ta\_mure@yahoo.co.jp



**\*昨年度開催された「里親相談会」でのパネル展示の様子。里親について知ってもらえるよう活動しています。**

「最初は慣れなかった子どもたちも、自我やわがママが出始めたら里親は安心します。」と嬉しそうに話すのは、『中信地区里親会』会長の牟禮孝貴さんです。

里親とは、様々な理由で親と暮らせない子どもたちを自らの家庭に迎え入れ養育する制度です。中信地区里親会の活動についてうかがいました。

「当里親会は松本児童相談所内の里親のうち、入会希望のあった40家庭で構成されています。(松本市内19家庭)

令和2年度に策定された『長野県社会的養育推進計画』では、令和6年度末の乳幼児の里親等委託率を41%にするなど、子どもの家庭養育推進が求められており、受け皿となる里親を増やすことが課題となっています。

そのために里親相談会の開催や、新聞や市町村の広報を活用して里親希望者を募ります。相談会会場では児童相談所から里親制度の説明、パネル展示、ビデオ上映等を行い、里親会では里子の養育経験等をお話します。

また、里親同士の親睦を深めるための里親サロンも行っていて、子育ての悩み、喜びなどを語り合っています。

児童養護施設とは毎年蕎麦打ち交流を続けており、里親と子どもたちが協力しながら蕎麦やうどんを打ちます。子どもたちは自分で打った蕎麦やうどんを食べるのが楽しい

ようです。里親にとっても施設の職員と顔見知りになるなどメリットがあります。(R2年度はコロナで中止)

他にも里親の資質向上のために行う研修会や、上部団体である全国里親会、長野県里親会連合会からの情報も会員に提供しています。

会の活動で最も大切なことは、仲間同士が絆を結び、共に喜び、共に悩み、支え合うことです。今後、『ショートステイ里親』等の里親の種類が増えれば、普段から里親だけでなく里子さんも含めた交流も必要になってくると思われます。」と話してくださいました。

牟禮さんのご家庭も、今までに3人の里子(里親委託)を養育し、実親の元へ帰ることができたそうです。

未来のある子どもたちに豊かな子ども期を過ごしてもらうために、多くの方が里親家庭として登録し、できる時に、できる範囲で協力することは、困っている子どもたちを支える力になるのではないかと思います。

☆ 来る11月23日(火) 10:00~15:00  
松本市民活動サポートセンターにて『里親相談会』が開催されます。

里親について関心のある方はぜひ一度参加されてみてはいかがでしょうか。(本木)

## 多文化と日本語の広場

代表者：杉田 千織

Mail:chiporinski@gmail.com

TEL：070-5013-8924



**\*2019年2月に行われた「多文化交流カフェ」の様子。みなさん笑顔でも楽しそうです。**

「誰かの苦手をみんなでサポート 誰かの得意をみんなで共有」そんなスローガンのもと、松本市在住の外国人と共にイベントを行い、地域の人と交流し、互いの文化を尊重し、学びあい、いろいろな国の人が支え合う、[多文化共生]を目指す日本語ボランティアの団体です。

代表の杉田さんにお話を伺いました。

「外国人の方々が日本に来た目的は仕事や結婚など様々ですが、日本語がわからないまま来日する方もいます。母国との文化の違いに戸惑う方もいます。そのため、仕事や人間関係が円滑にいかず悩みや不安を抱え、不慣れた生活の中どこに相談していいかわからず孤独になってしまう方たちがいます。

私たち日本語ボランティアはそんな様々な境遇の外国人に向け日本語勉強のサポートをし、文化や生活の違いの悩み・疑問などの相談を受け、必要な機関につなぎます。日本語の学習支援も行いますが、イベントの企画・準備の段階からボランティアスタッフと外国人の双方が協力をし、その中の自然なコミュニケーションを通して楽しく日本語を学んでもらい、主に地域との交流につなげ地域の方々に多文化を知ってもらおうという事に重点を置いています。

今までの活動としてはお互いの文化を学ぶ『多文化まち歩き』、地域の住民向けの『多文化交流カフェ』や外国人講師による『お料理教室』の企画などを支援したり、料理教室の準備段階では調理器具や調理方法を日本語で何というのか覚えるところから始まったりすることもあります。

このような交流を通して文化はもちろん、様々な考え方や価値観など初めて知る事や気が付くことがあり、一方的に教えるという姿勢でなく、自分たちボランティアも一緒に学ぶ・知る場所になっている気がします。」

こちらの団体では現在ボランティアも募集していますが、日本語のスキルや資格が必須なわけではなく、人とのコミュニケーションが好きな方、人生経験を活かしたいと思う方、松本地域に詳しい方、団体の活動自体が多文化共生でもあるので「多文化」に興味のある方などを募集しています。会では日本語ボランティア勉強会や、「やさしい日本語」の勉強会なども行っているそうです。

現在松本市に住む外国人は4,000人ほどおり、今後も農業や介護職の就労などで増えることが予想されます。私たち受け入れる側も意識をグローバル化していく事が必要かもしれませんね。(奥寺)

# 支える人たち 『塩尻朝活運営チーム』

「朝活」という言葉をご存じでしょうか。自分をスキルアップさせるために、仕事や学校に行く前の時間を利用して、生活を充実させることが朝活です。

塩尻市で朝活を行っている「塩尻朝活運営チーム」の活動について、代表の三澤さんにお話をうかがいました。

## 一活動を始めたきっかけを教えてください。

私は過去に、母親から会社での夢を否定されたことがあります。会社でも「現実を見ろ」と言われたことがあります。また、知人のお子さんが、学校で夢を否定されて不登校になったことがあります。現実を見ることはとても大切だと思います。同時に社会で現実を語る場所があるなら、思いつき夢を語る場所があってもいいと思い、活動をスタートしました。

## 一いつから活動を始めたのですか。

2020年5月23日から活動を始めました。毎週土曜日、朝の1時間「夢を描いて言葉にする」ことを目的としています。

どなたでも無料で参加できます。

基本はオンライン、ときどき対面で行っています。

## 一「夢を描いて言葉にする」ことを具体的に教えていただけませんか。

「大人に夢を、子どもに未来を」というコンセプトのもと、参加者は自由に自分の夢を語ります。

## 一活動を始めて、気づいたことはありますか。

朝に強くなりました(笑)。だらけがちだった土曜日の朝に朝活をすることで、週末をより有意義に過ごせるようになりました。それとみんな本当はやりたいことがあるのだと感じました。そしてそれは叶うのだと知りました。当初描いていたものと形は変わったとしても。



オレンジリボン共催イベントの様子



## 一活動を通じて、知ってほしいことは何ですか。

やりたいこと、なりたい姿を思い描く、そして何回も言葉にすることで、自分の人生で本当にやりたいことが見えてくると思います。それを応援し合えたら最高だと思います。



朝活の様子(オンライン)

・塩尻朝活運営チーム

<https://www.facebook.com/shiojiri.asakatsu/>

・オレンジリボン運動共催イベント

<http://www.orangeribbon.jp/info/organization/2021/01/926-1.php>

私自身、親として子どもの夢を聞くことはありますが、先日子どもから「パパの将来の夢はなに？」と聞かれてドキッとしました。塩尻朝活運営チームで行なわれている夢を大人が語ることは、まさに私にも必要な視点だと感じました。(インタビューア：林)

## ■ イベント情報&ボランティア募集情報

### 【2021 信州ねんりんピック オンライン交流会】

- ◆日時：9月11日(土) 13:00~15:30
- ◆参加費：無料
- ◆定員：オンライン参加 100名
- ※県内 11カ所のサテライト会場で参加・視聴できます。

松本市：市民活動サポートセンター  
 佐久市：こども未来館  
 上田市：社会福祉法人まるこ福祉会「きらりホール」  
 諏訪市：駅前交流テラスすわっチャオ  
 伊那市：防災コミュニティセンター  
 飯田市：松尾公民館ホール  
 木曽町：木曽合同庁舎  
 安曇野市：穂高公民館  
 大町市：フレンド・プラザ大町  
 長野市：更北公民館  
 飯山市：文化交流館なちゅら小ホール

### ◆交流大会プログラム

〈動画配信〉長野県内の元気なシニアの活動を紹介  
 〈トークセッション〉

お互いから学び合う未来 三世代寄れば文殊の知恵  
 コメンテーター：木下巨一さん(長野県生涯学習推進センター所長)  
 ファシリテーター：内山二郎さん(信州ねんりんピック実行委員長)

- ◆申込み締め切り：8月31日(火)※必着
- ◆問合せ [実行委員会事務局]  
 公益財団法人 長野県長寿社会開発センター  
 TEL：026-226-3741 FAX：026-226-8327  
 HP：https://www.nicesenior.or.jp/
- ◆主催：2021 信州ねんりんピック実行委員会

### 【9月 ばそこん基礎講座】

- インターネットにチャレンジ  
 日時：9月6日、7日 10:00~12:00  
 参加費：受講料 1,200円、テキスト代 300円
- インターネットを安全におおう  
 日時：9月13日 10:00~12:00  
 参加費：受講料 600円、テキスト代 150円
- ◆会場：塩尻市市民交流センターえんぱーく 2F ICT ルーム
- ◆申込み：特定非営利活動法人グループ HIYOKO  
 Email：pchiyoko@ghiyoko.net
- ◆問合せ：塩尻市市民交流センター  
 TEL：0263-53-3350  
 (平日 9:00~19:00、土日祝 9:00~17:00、水曜休館)
- ◆講座日程：https://www.ghiyoko.net/lesson\_sch.html

### 【社協つむぎちゃん劇団 劇団員募集!】

松本市社会福祉協議会では、地区や町会などに出向いて福祉や防災などを啓発していくための劇団の立ち上げを目指しています。そこで、劇団員として参加していただくボランティアさん、脚本や裏方などでご協力いただけるボランティアさんを募集します。

- ◆演目(案)
  - ・特殊詐欺被害防止啓発
  - ・防災啓発
  - ・見守り安心ネットワーク推進 等
- ◆資格：年齢・性別・経験の有る無し関係なく、楽しくご参加いただける方ならどなたでも大歓迎です。ご興味のある方は、お気軽にご連絡ください。
- ◆問合せ：社会福祉法人 松本市社会福祉協議会  
 地域福祉課(ボランティア担当)  
 TEL：0263-27-3381、FAX：0263-27-2239

## ■ サポートセンターより

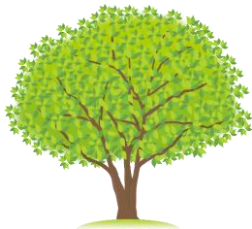
### 新規登録団体紹介

#### 楽都わんわんパトロール

- ①地域の見守り ②犯罪抑止 ③防犯意識の向上
- ④愛犬家としてのマナー向上 を目的とします。

### プラチナサロン 9月

日時：9月9日(木) 10:00~12:00  
 内容：特殊詐欺被害にあわないために  
 講師：松本警察署 生活安全課  
 会場：市民活動サポートセンター  
 対象：おおむね 55歳以上  
 参加費：300円



### プラチナサロン 10月

日時：10月14日(木) 10:00~12:00  
 内容：初めてのキノコ狩り  
 講師：上條恒嗣さん(プラチナサポーターズ松本)  
 場所：未定  
 対象：おおむね 55歳以上  
 参加費：300円

### プラチナサロン 11月

日時：11月11日(木) 10:00~12:00  
 内容：チンチン電車沿線の歴史散歩⑥  
 講師：臼井光裕さん(プラチナサポーターズ松本)  
 場所：未定  
 対象：おおむね 55歳以上  
 参加費：300円

### サポートセンター組織体制変更のお知らせ

お知らせが遅れましたが、地域づくり課と松本市市民活動サポートセンターの組織体制等が、今年4月から以下のとおり変更となりました。今後ともサポートセンターの充実に向け頑張ってまいります。

- 【組織】地域づくり部→住民自治局
- 【課長】協働推進担当課長→地域づくり課長
- 【サポートセンター職員体制】  
 デスク：4人→3人(新たにセンター長を設置)  
 ※ 職員2名が3階の地域づくり課で市民活動の推進とサポートセンターの事業・運営を支援

### 編集後記

一カ月以上あった子ども達の長い夏休みも、ようやく残り一週間となりました。今年も旅行など遠出の外出は自粛し、家族でオリンピックを楽しみました。日本のメダル獲得数 58個! 凄いですね。今月24日から始まるパラリンピックも応援したいと思います。まだまだ暑い日が続きますが、皆さま、元気にお過ごしください。(犬飼)