

市民フロンティア



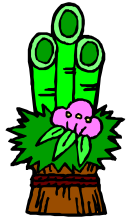
URL <http://www.cskobe.com/> E-MAIL info@cskobe.com 発行人：中村順子 編集人：飛田敦子



2011年 新春巻頭言

共に歩む一年を

坂本 登 (CS神戸副理事長)



新年あけましておめでとうございます。昨年も会員の皆様をはじめ、地域の方々、関係する諸団体や、行政、企業等の幅広い支援を得てCS神戸は活動を続けることが出来ました。あらためて感謝いたします。

CS神戸は今年10月に満15年の誕生日を迎えます。この間、地元東灘区を中心に市民皆様の協力を得て130を超える直轄事業を行い、250を越える団体に支援を行ってきました。その範囲は県内全域から全国的に広がっています。失業者支援事業や全国に先駆けての高齢者集合住宅の建設から障害者の利便を目指してのバリアフリーマップ作り、共にふれあいの居場所の提供や地域バス(くるくるバス)の立ち上げなどの諸々の街づくり、更には進んで介護保険枠外の人たちの相談・支援、また、自立して起業を希望する人には共に考え資金の提供まで含めて支援し、NPO団体とのマッチングを行い、併行して多くの研修や調査事業、更には公共施設の管理運営にいたるまで活動の幅を広げてまいりました。その姿勢は一貫して市民の目線に徹し、皆がより住みよいと思える高度の福祉を目指したまちづくりにあります。

CS神戸は今年も引き続きこの路線を堅持すると共にさらに発展させてこの地域にさらに多くの人々が交流の出来る居場所の数を増やすと共に、農村にも自然にふれる癒しの居場所を見出して都市と農村を結んで有意義な交流を実現したい、またCS神戸自体の居場所ももっと地域の人たちと日常親しくふれあうことの出来るところを見出したいと新年にあたって願っています。これまでと同様に各種ボランティア団体への支援も続けてまいります。昨年出版された日本の社会学者3人の共著による「NPO再構築への道」(勁草書房)という書物では一章を割いて中間支援団体としてのCS神戸が取り上げられ、さまざまな角度から分析がなされました。おおむね同意することの多い的確な好意ある評価がなされていますが、今後の課題として中間支援団体同士の連携や研究者や行政や政治家を巻き込んだネットワークの構築によって政策提言能力を強めていく必要がある指摘されています。CS神戸はその経験上、政策提言はその時その時に応じておこなってまいりましたが、しかしいまや時代の要請はさらに強まっています。この指摘にもっと向き合っていきたいと思っています。

昨今、「新しい公共」という概念が喧伝されています。公益サービスの提供者の一つとして行政ともにNPOや市民団体を位置づけるもので政府や地方自治体でもこの考えをとりいれ研究課題としているようです。これまでのNPO団体、市民団体の目的が公益サービスの増進にあったのですから追認を受けたという程度にしか思わない気もしますがこの位置づけが政府による政策の一部になったということは今後の活動によりよい刺激になると思います。CS神戸は自立と共生をモットーにして活動を続けてきていますがこの「新しい公共」の概念を具体化した活動、つまりスタッフ自身の意識の進化とあいまって地域の人たちへのサービスの機会の増大、市民自身の公への参加支援と協働のネットワークの拡充など、これからの時代を政策への実行を伴う提言を含めて先取りした道を歩んでいきたいと願っています。とはいえまだまだ道半ばです。どうか今年も支援を賜り共に前進していきたいと切望している次第です。

理事会開催報告

2010年10月29日(金) 足立、石川、坂本、中村順子各理事と末村、中村厚子理事の委任状出席を得て、2010年度第2回理事会が開催されました。上期事業の事業および決算報告、下期の修正予算の報告のほか、15周年記念事業についての検討がなされました。(15周年記念事業につきましては、また後日詳細をご報告します。)



大学とNPOの協働プロジェクト始動！

兵庫県立大学にてワークショップを開催

今年度の新規事業として、大学と地域を結ぶ協働プロジェクトを行っています。兵庫県立大学の「ひょうごで学び、ひょうごを知り、ひょうごを創る人材の育成」を目的とした全県キャンパス構想を基盤として実施するもので、今年度はワークショップとフォーラムの2本立てです。

まず大学とNPOとの顔合わせとして設定したのが、ワークショップ。11月には書写キャンパス(姫路市)、12月には学園都市キャンパス(神戸市西区)の2箇所で行い、大学職員、大学生、NPO職員など、合計100名近くが参加しました。学長挨拶、NPOの事例紹介に引き続き、「大学・地域・NPOが協働して育む人間力～協働計画書をつくってみよう!」と題したグループワークを行いました。地域の食堂を地域と学生の交流の拠点とする「みんなでつくる地域の食堂プロジェクト」、キャンパスの空き地に農園をつくり、農作業を通じて大学と地域の人が交流する「生きることは食べること～オープンファームプロジェクト～」、地域のお祭りに大学生を派遣する「県立大出前学園祭」など、ユニークなアイデアが次々と生まれていました。



「楽しいことを一緒にやりましょう！」

2月19日(土)には引き続き、フォーラムを行い、ワークショップの内容を報告するとともに、関係者によるパネルディスカッションを行い、今後の可能性を検討する予定です。(支援事業セクション: 飛田敦子)

参加者の声 (アンケートより抜粋)

こんな短時間で企画書を書くなんて無理だと思ったが、出来上がってびっくりした。(教員)
 NPOはあまりよく知らなかったが、協働することでお互いにメリットになるのではと感じた。(教員)
 普段の授業のように一方的に知識の習得をする事に慣れている学生たちにとってはとても刺激的だったと思う。ワークショップによって、新しいアイデアを持ち寄る機会を与えていただいたことがありがたい。(教員)
 このような交流会に今まで参加したことがなく、NPOの人と話す機会を持てるともよかった。(学生)
 とても楽しい企画だったので、ぜひ他の学生に呼びかけ、多くの学生が参加できるようにしてほしい。(学生)
 NPOの人の話を直接聞くことができ、身近に感じた。自分にできることがあれば参加したい。(学生)
 大学生として、勉強やアルバイトだけでなく、もっと地域の人々と出会いを増やしていきたいと感じた。(学生)
 大学生とのワークショップは初めてだったが、若いパワーをいただいた。(NPO)
 今は大学と地域両方の資源を把握している人材がいけないのがもったいない。それぞれの資源をうまくコーディネートできる人材がいれば、社会的インパクトのある取り組みが実施できるのではないか。(NPO)



ソーシャルアクション支援プログラム

雑談会、料理教室、新年会・・・広がるネットワーク

6月に1学期(座学コース)から開始したソーシャルアクション支援プログラムは2学期を終え、現在3学期に入っています。2学期は、高齢者、障がい者、外国人、農業など各分野で3日ずつ、合計2カ所で体験いただくコースで、23名が参加しました。

「障がい者と初めて接しましたが、楽しく過ごすことができた」「現場のスタッフやボランティアさんがきめ細かく仕事をされていて感心した」という感想が大半でしたが、「資金調達や組織運営の難しさに驚いた」「若いスタッフが継続して働くためには、マネジメント機能を強化する必要があるのでは」といった課題も感じ取っていただけたようでした。



外国人向け日本語教室での体験研修

2学期最終日には、神戸市役所を訪問し、青少年課、農政計画課、介護保険課など、テーマに分かれてヒアリングを行いました。神戸市の現状や課題、「行政だけでは解決できない課題を市民やNPOの人に担ってもらいたい」といった期待もお話いただきました。

また、昨年度の同プログラム修了生との交流もさかんに行われており、11月には修了生有志主催による雑談会が開催され、約20名が参加しました。雑談会の中で「料理教室をやりたい」という希望があがり、1月には、料理教室を兼ねた新年会が開催されるなど、ネットワークはさらに広がっています。

1月からはよいよ3学期がスタート。助成金申請書や広報ちらしを作成するなど実務的なプログラムに進んでいます。3月2日(水)には作家の吉岡忍さんをお招きして、公開講座も予定していますので(P8参照)ご興味がある方はぜひご参加ください。



雑談会の様子

(支援事業セクション：飛田敦子)

生きがいごとサポートセンター神戸東(ワラビー)

地域活動っておもしろい!? 企業出前講座を実施

ワラビーでは、退職後も充実した毎日を過ごせるよう、地域活動への参画への導入をメインとした「セカンドライフ準備セミナー」を出前講座として実施しています。4年前にスタートしましたが、初年度から発注いただいているのが日本山村硝子株式会社です。

4回目の実施となる今年は、12月17日(金)に退職前の社員とその配偶者34名を対象に行いました。テーマは「地域活動とボランティア」です。

講演前には、同社OBの体験発表がありました。この方自身も、3年前の出前講座を受講いただいたのをきっかけに、ワラビーでの相談を経て、地元の姫路にあるNPOで活動されています。「友達は、待っていても向こうからは来ないから」と積極的に行動した経緯や姫路城での門番ボランティアをしている様子などを生き生きと語っておられました。

中村理事長による講演の導入は、会社を離れた「人生の豊かさ度のチェック」です。ワークショップを取り入れたり、具体的な数値を示すことで、サラリーマンとして40年間働いてきたのとほぼ同じ、60~80歳までの約10万時間をどのように過ごすかを考える重要性を認識していただきました。その後、幅広い分野における地域活動や、そこで、どのような関わり方ができるかなど、具体的な事例を紹介しました。話が進むにつれ、受講者は皆、深く頷きながら、時には考え込みながら話を聞いている様子が印象的でした。

後日、受講者から「今まで関わりがなかった地域活動についてよく分かった」「地域活動の大切さが学べて励みになった」「自分の地域のボランティア活動について調べようと思った」などの感想をいただきました。

日本山村硝子(株)は、地域との関わりを重視する社風で、今回も全2日間の退職前研修のうち、1日は地域活動を中心にプログラムを組まれていました。しかしながら、このようなニーズを汲み取り、地域活動を中心とした講座を希望される企業はまだまだ少なく、関心のある人たちにまで届き難いのが実態です。ワラビーでは、今後も企業への働きかけを継続するとともに、より参加しやすい形態での講座の実施方法も企画していきたいと考えています。

(生きがいごとサポートセンター神戸東：

狩野仁未)



地域活動、オススメしませ！

講演会報告

『健康長寿のための食の手立て～要介護高齢者にならないために～』



熊谷修先生の講演と配食サービスを行う県内のNPOによるパネルディスカッション

全国老人給食会ならびにセミナー実行委員会が主催となり、同上のセミナーを12月4日(土)に開催しました。基調講演は人間総合科学大学教授熊谷修さんで、この分野で全国的に講演を行っておられる方です。講演では、「健康長寿のための食の手立て～要介護高齢者にならないために」と題し、「高齢期には病気に対峙



するだけでは不十分であり、いかに老化を遅らせるかということが重要で、気品や好奇心などの『知的能動性』といわれる能力、愛される能力等が高いほど、人間として優れていて、素敵な人間になる。人は必ずやってくる老化からは逃れられず、老化を遅らせる方法はバランスよい食事を取ることで」といった内容でした。さらに、「まずチェックすべきは、血液中にあるアルブミン値を確認すべきで、この値が4.0より低い場合には肉、卵、牛乳、油脂を毎日食べてその値を調整してから、たとえば筋トレを考えてもよいのでは」、また、「高齢者の特定検診には自分のアルブミン値を調べることをお勧めする」とのお話でした。これらの知見を踏まえ、高齢者の栄養改善を促し老化を遅延させるための食生活指針を考案されています。(表参照)

第2部では、実際に配食や会食サービスを行っている4団体(NPO法人愛逢、NPOひまわり会、NPO法人福祉ネットワーク西須磨だんらん、コープこうべ)から現状と課題についての報告があり、現場での人材不足と交通費程度の謝金しかだせない現状に苦慮しながらも存続させている原動力は、大震災により培われたボランティア精神とそれを支えている高齢者の喜ばれる顔のようです。

参加者は約180人(沖縄、九州も含む)となり、ご意見として、「生の現場の意見を聞きその苦労を理解した社会的に食事サービスを支える体制をつくるべきで、それには民間・地域、行政に具体的に何が支援できるのかを思慮すべきである」との貴重なご提案も複数いただき、この分野の関心度の高さをあらためて知りました。

(介護サービス情報の公表調査事業担当：小林清隆)



配食に関するアンケート結果も報告しました

(表)老化遅延のための食生活指針

1. 3食のバランスをよくとり、血色は絶対避ける。
2. 動物性たんぱく質を十分に摂取する
3. 魚と肉の摂取は1:1程度の割合にする
4. 肉は、様々な種類を摂取し、偏らないようにする
5. 油脂類の摂取が不足しないように注意する
6. 牛乳は毎日200ml以上飲むようにする
7. 野菜は、緑黄色野菜、根野菜など豊富な種類を毎日食べる
火を通して摂取量を確保する
8. 食欲がないときは特におかずを先に食べごはんを残す
9. 食材の調理法や保存法を習熟する
10. 酢、香辛料、香り野菜を十分に取り入れる
11. 調味料を上手に使いおいしく食べる
12. 和風、中華、洋風と様々な料理を取り入れる
13. 会食の機会を豊富につくる
14. かむ力を維持するため義歯は定期的に点検を受ける
15. 健康情報を積極的に取り入れる

(熊谷修、Geriat.Med.48(7):917~921、2010)



東灘区民センター小ホール

パネル展示&野菜販売 in ふれあいフェスタ

昨年11月3日(水・祝)住吉公園特設会場にて、東灘区社会福祉協議会主催の「第11回ふれあいフェスタ2010」が開催されました。素晴らしい秋晴れの下、区内の保健・福祉・医療に関わる関係者が一堂に集まり、会場いっぱいに展開される模擬店やステージアトラクションなど、手作りの楽しくて親しみのあるフェスタでした。出店団体46団体(600名)の出店は、民生委員、婦人会、老人クラブ、障がい者団体、NPO団体、福祉施設、ボランティアグループ、保健福祉医療関係者などであり、東灘地域で循環社会「くるくるコミュニティ」を実現する為に人と人を“つなぐ”活動を行っているCS神戸も久しぶりの出店参加になりました。身近なところから活動を知って頂き、理解されるようにと思い、出店に参加しました。

ふるさとコミュニティ・ビジネス(CB)創出支援事業から丹波野菜の販売と東灘区民センター小ホールから「脳の健康教室」のパネル展示(脳の働きと前頭前野の理解、読み書き・計算による認知症予防)と、認知症予防の「脳の健康教室」の体験・説明を20件ほど行いました。また教室内で行っている教具の磁石すうじ盤を使用しての秒数測定などを通じて、地域の人と語り、触れ合うことが出来ました。

丹波から黒豆やくりの他、季節の野菜、米、花など23点を朝早くから運び販売しましたが、12時頃には完売するほど、大盛況でした。認知症予防説明や野菜販売を通して、垣根を取り外した会場内で多くの人とより身近におしゃべりが出来たことは非常によかったと思います。来年度も是非参加しより多くの人と触れ合いたいと思います。



(東灘区民センター小ホール：兵頭修也)

JR住吉駅前駐輪場

クリーン作戦とフラワーポットで綺麗な駅前へ



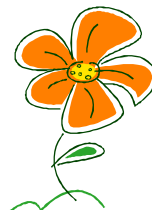
昨年12月24日(金)年末恒例のクリーン作戦を行いました。駐輪場内の普段清掃できていない場所だけでなく、駐輪場の外側、JR住吉駅周辺にも範囲を広げ毎年2回程度実施しています。参加したのは駐輪場のスタッフ計13名。少しでも気持ち良くご通行いただければと思っています。



そして、もうひとつ、美化活動の一環で今年度当初から計画していたのが、フラワーポットの設置でした。CS神戸ふるさとCB創出事業の元インターン生、木幡幸雄さん(便利工房 K)に依頼し、丹波・篠山の間伐材を利用して製作していただきました。道行く方々に、振り返って見て頂ける程の、デザイン的にも優れた木のぬくもりのあるフラワーポットが5台も完成しました。



少しでも、お客様をはじめ、道行く方々の心の安らぎとなれば嬉しいと思っています。現在、フラワーポットには、蔦(つた)を植えています。4月以降、暖かくなったら、花や野菜(?)を植えていこうと考えています。もし、お近くにお立ち寄りの際には、是非ご覧下さい。4月以降、フラワーポットにどんな花が咲くのか?また、CS神戸の活動と共に、どんな彩りを見せるのか?乞うご期待下さい。



(JR住吉駅前駐輪場：朴京守)



『NPO再構築への道』特別勉強会

～執筆者・松井真理子さんをお迎えして～



CS神戸では、『NPO再構築への道』(勁草書房/2010年)をテキストとして毎月1回、内部勉強会を行っています。12月14日(火)には執筆者の一人、松井真理子さん(四日市大学総合政策学部教授/NPO法人市民社会研究所所長)をお招きして特別勉強会を開催しました。松井さんが今年度携わった中間支援組織に関する調査結果や、NPOの契約のあり方の現状など幅広くお話いただきました。

「行政からNPOへの委託の場合、民間企業への委託契約と違い、間接費が認められないことが多い。そのため、間接費を生み出す手段として直接費を積算しているケースがあり、結果としてNPOのモラル低下につながってしまう。海外では事業費にプラスして事務所や本部機能のコストを算入できるフルコスト・リカバリーという概念があり、日本でも議論・検討がなされるべきだ」といったメッセージがありました。



会員交流会を開催しました！

12月21日(火) CS神戸の年末恒例行事になりつつある会員大交流会を開催しました。会場は昨年と同じくコープこうべ生活文化センター内にある「レストラン・ボネ」。参加者はスタッフ含めて約60名でした。食事タイム、ゲストスピーチの後は、お楽しみのプレゼント交換。最後は「幸せなら手をたたこう」を皆で歌って、お開きとなりました。



CS神戸のボランティアさんをご紹介します！



CS神戸の活動を様々な形で支えてくださっているのがボランティアの皆さんです。今号では、現在の最年少ボランティア、内橋陽平さん(18歳/高校3年生)をご紹介します。



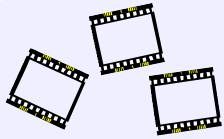
内橋 陽平さん

CS神戸には11月からボランティアとして参加させてもらっています。ここに来たきっかけは、大学受験が早めに終わったので、このまま入学までの期間を無駄に過ごすのはもったいないと考え、なにか自分が他の人のためにできることがしたかったからです。今は主に講演会で行なわれたアンケートの集計をしています。その他にも週末の講演会の会場準備等を手伝うこともありました。パソコンでの作業が主ですが、自分の行なっていることが誰かの役に立っていることに充実感を感じます。CS神戸での印象はとにかくいろんな人が集まっていること。普段の学校の友達とは違うタイプの人と関係ができるのはとても新鮮な体験です。今後はもっと多くの人と交流する機会があればいいなと思っています。初めてのボランティアなのでミスもありますが、スタッフの皆さんに支えられて頑張っていきます。どうぞよろしく願います。



フォトギャラリー (トライやるウィーク受入編)

住吉中学 & 魚崎中学から 20 名の中学生を受け入れました



バイクの整理の仕方を習っています



事務所の平均年齢が一気に若返り!



情報コーナーも見やすくなりました

インフォメーションコーナー

東灘区民センター小ホール

ワンコイン講座を始めました!



その1 「ミニ太極拳講座」

心身に安らぎを与えるとともに血行促進を目指す体操です。

日時 2011年2月12日(土)13:00 ~ 15:00

場所 東灘区民センター小ホール(魚崎)3階ホール

参加費 500円



その2 楽々笑いヨガで健康! 「ラフターヨガ(笑いヨガ)」

笑いヨガの呼吸法を組み合わせ合わせたエクササイズです

日時 2011年3月10日(木)13:30 ~ 15:00

場所 東灘区民センター小ホール(魚崎)3階ホール

参加費 500円 お申し込みは 078-453-0151 まで!



CSユニバーサルファーム
利用者大募集中!



篠山で農業体験しませんか・・・?



CS 神戸では 2011 年度より篠山にユニバーサルファームを開設し、貸し農園や農業講座を始めます。草取りなどをお手伝いする有償のオプションサービスもあります。自然豊かな篠山で農業に親しんでみませんか? (詳細は次号以降にお知らせします)

場所 兵庫県篠山市下坂井 511 (黒豆の館すぐ横)

面積 1 区画 5 坪 (16.5 m²) より、何区画でも可能です

開始 2011 年 4 月 1 日から

料金 月額 2,000 円 / 1 区画

(草取りなどの代行サービス半日 1000 円 ~)

営農指導コース 1 講座 3,000 円 (原則第3土日)

(季節ごとに耕作、種まきなどを学びます)



ソーシャルアクション支援プログラム 公開講座 人生いきいき～生涯現役、地域活動のススメ～

地域の役に立ちながら、元気でいきいきと暮らしませんか？



ゲストスピーカー：
吉岡忍さん(作家)

入場無料！

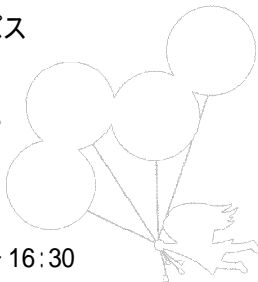
日時 2011年3月2日(水)13:30～15:00
場所 神戸市勤労会館 大ホール
定員 350名(先着順)
費用 無料(事前申し込みが必要)
主催 (財)神戸いきいき勤労財団
企画運営 CS神戸

<お申し込み・お問い合わせ>

財団法人 神戸いきいき勤労財団「吉岡忍氏講演会」係
〒651-0096 神戸市中央区雲井通5-3-1 サンパル10階
TEL 078-251-5561 FAX 078-241-9114
E-mail info-kobe-lp@kobe-kinrou.jp

ひょうご全県キャンパス・フォーラム

兵庫県立大学が取り組む「全県キャンパス構想」の一環で、大学・NPO間の新たなネットワーク構築を目指す取り組みです。CS神戸がパートナー団体として協働実施しています。



日時 2011年2月10日(土)13:30～16:30
場所 兵庫県立大学神戸キャンパス
(中央区東川崎町1-3-3 ハーバランドセンタービル23階)
内容 ワークショップで出た企画アイデアの発表
パネルディスカッション

「大学・地域・NPOが協働して創る全県キャンパス」

<パネリスト>

清原正義(兵庫県立大学 学長)
豊田光世(兵庫県立大学 環境人間学部講師)
金森 康(大学OB、NPO法人ソーシャルデザインファンド代表理事)
絹川正明(西区西神ニュータウン 竹の台自治会会長)
前田恵輔(兵庫県立大学 環境人間学部4年生)
飛田敦子(NPO法人CS神戸)

<コーディネーター>

當間克雄(兵庫県立大学 経営学部教授)

お問い合わせはCS神戸まで！

ふれあいの居場所普及勉強会 in 神戸

コミュニティが希薄化する中、誰もが気軽に立ち寄れる地域の居場所が注目を集めています。CS神戸では常設居場所に関する研究会を立ち上げ、先進事例を学びながら近く神戸市東部を中心に立ち上げ支援を検討しています。ご興味のある方ならどなたでも参加できます。

日時 第1回 2011年2月10日(木)13:30～16:00
場所 東灘区民センター8階 第一会議室(JR住吉駅すぐ)
内容 常設居場所の先進事例報告

- ・「エフエーサロン」前東ふみ子氏
- ・「アートギャラリーきらり」中田寿子氏
- ・「楽しい居場所」富田妙子氏

参加者で描くワークショップ

「常設居場所 新春夢プラン」

費用 300円(資料代)

主催 公益財団法人さわやか福祉財団

共催 さわやか近畿

後援 神戸市、神戸市東灘区社会福祉協議会

事務局 CS神戸

お問い合わせはCS神戸まで！



会費・寄付・寄贈をいただき、
誠にありがとうございました



(期間 10年10/21～12/31、いずれも順不同・敬称略)
トータルケアシステムは別枠で取扱っています。

【会費】

長谷川京子、宮崎太喜夫、片岡治、岡部記代子、
瀬戸口延恵、新福たか子

【寄付】

<一般寄付> 瀬戸口延恵、新福たか子、中山照彦、
中村順子、国枝哲男、飛田敦子、匿名2名
<近ちゃん基金> 菅祥明

編集後記

昨年、震災15年特集企画としてNHKで放送されたドラマ「その街のこども」。今年に入って全国の映画館で劇場公開されています。震災時に神戸で暮らしていた若者2人がたまたま1月16日に出会い、夜の街を歩きながら、それぞれの震災の記憶を話す…というストーリー。脚本を担当した渡辺あやさんの作品が好きだから、という理由で何気なく観ましたが、こんなにしっくりくる震災ドラマは初めてでした。

震災当時、中学生だった私も「その街のこども」。親戚や親しい友人が全員無事だったのは幸いでしたが、同時に震災特番やドキュメンタリーを観るたびになんとなく後ろめたさも感じていました。この映画を観て「それぞれの震災体験があっていいいやで。どれも間違っていない。」と言ってもらえたような気がしました。この機関誌が発行される頃には神戸での公開は終わっているかもしれませんが、機会があればぜひぜひご覧ください！(A)