

くるりん通信

1月
January

2016年
VOL.06
新年号

発行元：安曇野市市民生活部地域づくり課 市民活動センター「くるりん広場」
〒399-8303 長野県安曇野市穂高 6658 番地 ☎0263-82-1922

特集

地域づくりは お互いさまの 活動

仕組みづくり編



活かそう
シニアパワー



～講座のまとめから～

「お互いさま」の関係構築の大切さ

『お互いさま』の活動は、『支え合う』『助け合う』という
双方向性がないと成立しません。特に私たち日本人は、困っ
ても

「助けて!」「Help!」

と、声をあげようとしません。人様の迷惑になってはいけ
ないと思いがちで、問題や悩みを自分一人で抱え込み、自
分だけで解決しようとしています。

さらに『お互いさま』で解決できることが色々あるのに、
近親者や友人、ご近所を飛び越して、公的なサービスや制
度に頼ろうとします。



サービス・制度



お互いさま

気軽に「助けて」と言い合える
ような関係を、日頃から自分の
周りにつくっておくことが大切
で、これこそが『お互いさま』

『お互いさま』を、身近な人間関係の中に構築できれば、
地域にとって最強の**セーフティネット**になるかもしれま
せん…ね?

祝

A Happy New Year

本年もよろしくお願ひいたします

去る1月21日、折しも寒波が襲来し、白銀
の世界となった安曇野市。

「活かそうシニアパワー」シリーズ3回目とな
るセミナーが市役所本庁舎で行なわれました。

市社会福祉協議会のボラン
ティアコーディネーターの山岸
久美子さんのお話をうかがいな
がら「仕組みづくり」に向けた
ワークショップを行ないました。



対人関係ゲームで

ウォーミングアップ

3回目となる今回のセミナーは、シリーズで参加され
た方、初めての方、また年齢層もさまざまでした。
そこで、新たにグルーピング（組み分け）をする必要
が生まれました。

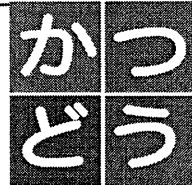
「グルーピング」自体が『仲間づくり』の基礎中の基礎。
さっそく対人関係に役立てる「買い物ゲーム」と「相
手を理解するゲーム」を試みます。

★ゲームのポイント

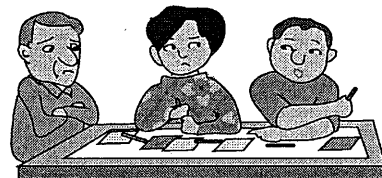
- 意思表示を行い積極的に動くこと
- 相手の性格やふるまいなどを観察する
- 相手への思いやり、相手の立場でものを考える

ゲームを通し、2つのグループができワークショップ
へと入りました。





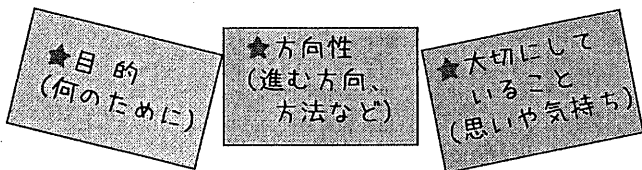
Report くるりん講座 27



❄️ 課題 (テーマ) に沿った ワークショップを開始

前回のWSの作業シートを前に、山岸さんからWSについての説明と解説を受けながら、新しいグループでのWSの進め方を確認します。

2つのグループでそれぞれ課題やテーマを設定。



上記3つを議論の中心にすえ、紆余曲折をくりかえしながらの闊達なWSとなりました。

られ、現在進行形の取組みだけに、何が切実な問題かが浮き彫りになり、山岸さんからの意見を聞きながらの発表となりました。

Bグループ (テーマ/三世代交流)

地域で三世代が交流できるようなイベント、行事ができないか検討し多くのアイデアが出ました。仕掛人やプロデューサー的な人が必要、いろいろなセクターの人を巻き込んで進めていく…といった内容の発表でした。山岸さんからは、ヒト、モノ (場所含む)、カネなどの「情報をまとめる」「情報を伝える」手法を学ぶことが大切…とのアドバイスをいただきました。

❄️ グループ発表

Aグループ (テーマ/不用食器リサイクル)

昨年度から実施する不用食器リサイクル活動について、その実行委員メンバーの不足を課題として取り上げました。WSでは、実行委員メンバーになることのメリットの創出や不用食器の回収が市民にとって、はたして環境意識の向上につながっているかなど、さまざまな意見があげ



討議の様子



グループ発表



セミナー参加者の皆さま、お疲れさまでした。これまでのセミナーで学んだり体験されたことを地域に戻り、是非日々の活動に活かしてください。

参加者募集 (中信地区) !

地域支えあい情報交換会

日時:平成 28年 2月 24日 (水)

時間:13:30~15:40

会場:市社会福祉協議会 掘金支所
ファシリテーター:山岸久美子さん

申込み:長野県社協 HP
<http://www.nsyakyo.or.jp>

※自身の活動のPRをしたい方待ってます

【くるりん講座 27】第8回のお知らせ 応援します♥スマイル育児 パート③

カウンセリングの極意を子育てに活かそう!

講師

内藤 美智子 先生

(松本短期大学幼児保育学科 学科長教授)

◆会場 大会議室 東 (安曇野市役所本庁舎 4F)

◆参加料 無料 (申込不要)

◆参加者交流会有り

♥小さいお子さんやイクメンパパ(も是非一緒に)もお出かけください。
(ベビーカー可/キッズコーナー有)

日時 **2/20 土**
10:00~12:00

