

「参加の力」で 地域もあなたも 元気になろう

多様化する地域課題を解決するためには、多くの住民が地域活動やまちづくりに参画し、対等な立場で連携・協力する「協働のまちづくり」が欠かせません。市は3月6日、「協働のまちづくりフォーラム」を市役所大会議室で開きました。市民活動や地域活動が、「社会」と「活動する人」の両者にプラスとなることを具体的な事例を交えながら紹介していただきました。



大阪ボランティア協会 理事長

はやせ のぼる
早瀬 昇 さん

プロフィール

1955年、大阪府生まれ。大学時代には交通遺児家族支援、地下鉄のバリアフリー化などの活動に次々に参加。1978年に大阪ボランティア協会に就職。1991年から2010年まで事務局長。現在、同志社大学政策学部客員教授なども務める。大の阪神タイガースファン。

**自主活動の決め手は
好きで楽しいこと**

フォーラムの基調講演では、大阪ボランティア協会理事長の早瀬昇さんが「まちも私も元気になろう！」「参加の力」が創る共生社会」をテーマに、オンラインで講演しました。住民の自主的な活動は地域の魅力が高まるだけでなく、活動する人自身も元気になると説明。一方、自由で創造的な活動を広げるために、心の中の満足感を得ることが大切だと強調しました。講演の概要を紹介します。

自主活動に代表される市民活動やボランティア活動は、自由なスタイルであることが大きな特長です。何をやるかの決め手は、あなたが好きで楽しいこと。活動のペースも選べますし、始めたら止められないということはありません。

ボランティア活動の鍵に「自発性」「社会性・公益性」「無償性」があります。「好き」であることが選択の重要な基準となる点では、恋愛に似ています。「無償性」であることは、仲間・同志の関係を築きやすかったり、自己利益を超えた共感性の高い発信がでたりするなど、積極的な意味も持ち合わせています。

「協働」で地域力が向上

市民活動は自発的だからその強みがあります。それぞれの個性を生かせる多様性、機動性、柔軟性、温かさなどがその代表例です。1995年に起きた阪神・淡路大震災を契機に、こうした市民活動の意義が認知されました。

市民活動は、全体の奉仕者でなければならぬ行政を超える特性を持っています。その市民活動と行政が互いの強みを生かした「協働」を進めれば、地域力をアップさせることができます。

人々が自発的な活動を通じて悩み、工夫して解決することは、社会課題の「当事者」としての意識を高めます。意識の高まりによって、居場所と出番を見つけ出し、人々の絆を紡ぎ出す社会づくりにつながります。

活動する人も元気に

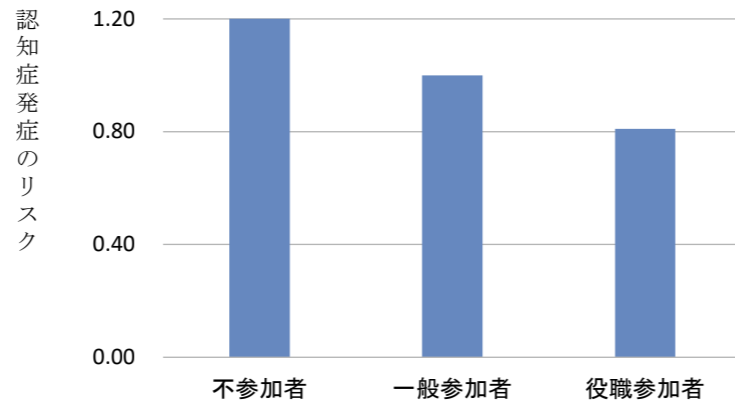
そもそも、私たちは心の根底には社会貢献に参加したいという意欲があります。そして市民活動は地域だけではなく、活動に参加する人も元気にすることが分かっています。

愛知県内の高齢者1万3850人を約10年間追跡した調査によると、心の中の満足感を得ることなく、心の中の満足感を得ることを目的とした「内発的動機付け」です。信賞必罰はいくつもの致命的な欠陥をもっています。

心の中の満足感を得る鍵に、「自律性」があります。自律性を高めるためには、参加するメンバーに選択・企画する機会を保障したり、価値観や目標を共同でつくって共有したりすることが大切です。

市民活動は自発的だからこそ、言われなくても動きますし、言われても納得しなければ行動しません。しなければならぬ(マスト)ではなく、できる(キャン)の世界です。「参加の力」を生かして素敵な市を創造しましょう。

グラフ 地域活動の参加状況と認知症発症率の関係



(Geriatrics:Boston Medical Center 2017) 根本裕太他

自律性を高める活動で心掛けたいポイント

- ① **メンバーみんなの力(参加の力)を信じる!**
- ② **メンバーに任せる!**
- ③ **価値観や目標を共同で作り、共有する!**
- ④ **活動の背景、環境、意味の情報を共有する!**
- ⑤ **企画を練る場の雰囲気を開放的にする!**

「自律性」を高めよう

大きな力を持つ市民活動ですが、自由で創造的な活動を広げるために大切なことがあります。それはアメとムチのような信賞必罰しんしょうひつぽうに基づく「外発的動機付け」では

と、前期高齢者では、地域活動への参加者は、参加しない人より認知症発症リスクが22%低くなりました。また、会長など役割を伴う参加者は、さらにリスクが低下したことが明らかになりました(上のグラフ)。別の調査ではボランティア活動への参加は前向きな気持ちを促進させる結果が出ました。

**活動している人・していない人
温度差を埋めるには?**

会場からは市民活動や区活動を行う上で感じている疑問や質問がいくつもあがりました。その一つを紹介します。

Q ボランティア活動や市民活動に関心のある人は少数で、大人数の活動していない人との温度差を感じます。両者の隙間を埋めるために、どんな活動が効果的ですか。

A 何か機会があれば活動したいと考えている人は大勢います。そうした人に向けて、単発で開催するなど参加しやすいプログラムを提供することが効果的です。また、役所は公平でなくてはなりません。市民活動は、必ずしも公平性を優先しなくても良いことを伝えるなど、ボランティア活動に抱いているイメージを変えることも大切です。一番のポイントは「誘う」ことです。



当日はオンライン参加者を含め、75人が参加。メモを取るなど熱心に聞き入っていました。

**市民活動サポートセンターは
皆さんの自発的活動を支援します!**



次のページは
サポートセンターを
紹介します。