

# 第8回 福祉助け合い活動交流会 まちづくりを楽しもう！

日時：2013年1月28日（月）  
10:30~15:30  
会場：東京都生協連会館 3階ホール  
参加者：87名（10生協83名・事務局4名）  
主催：東京都生協連 福祉助け合い活動連絡会

### ◆◆◆◆ 当日の流れ ◆◆◆◆

- 10:30 開会 挨拶
- 10:35 講演：まちづくりを楽しもう！
- 12:00 昼食休憩
- 12:35 ワークショップ（発表・まとめ）
- 14:35 休憩
- 14:40 実践報告
- 15:30 閉会

地域生協と医療生協の組合員が行っている福祉助け合い活動を、お互いに紹介しあい学び合う『福祉助け合い活動交流会』は、今回で8回目となります。今回の交流会では、自分たちの活動を振り返りつつ、いろいろな気づきが自信となり、そこにいる人が元気になれるような楽しいまちづくりをデザインしてみようと開催しました。



司会  
東都生協の大出さん



開催挨拶  
コープとうきょうの  
小浦さん

## 《 講演 》

### まちづくりを楽しもう！

～地域デザインの冒険～

講師：リム・ボン氏

立命館大学産業社会学部教授・工学博士



講師：リム・ボン氏

5～6人が1つのグループになり、15のグループをつくりました。それぞれグループリーダーを決めたら、ニューヨークスタイルへ…。テーブルは脇に寄せて半円を描くように集まりイスに座りました。さて、どんなお話が始まるのでしょうか…

### “まちづくり”は変幻自在である

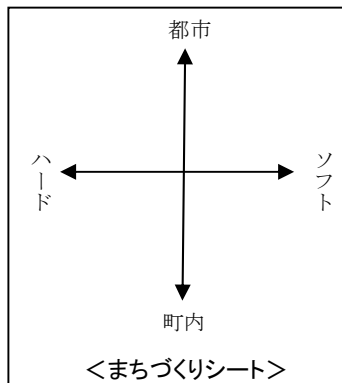
“まちづくり”といっても、色々なまちづくりがありますが、「今よりもよいまちにしよう」「気持ちよいまちにしよう」これが“まちづくり”です。まちづくりをどの範囲で考えるのか…。都内なのか…近隣なのか…。都市と町内、ソフトとハードの縦軸と横軸<まちづくりシート>で整理してみると、わたしたちの取り組みは、アメーバーのようにひろがり、まちづくりはまさに変幻自在なのです。

### エンパワメント

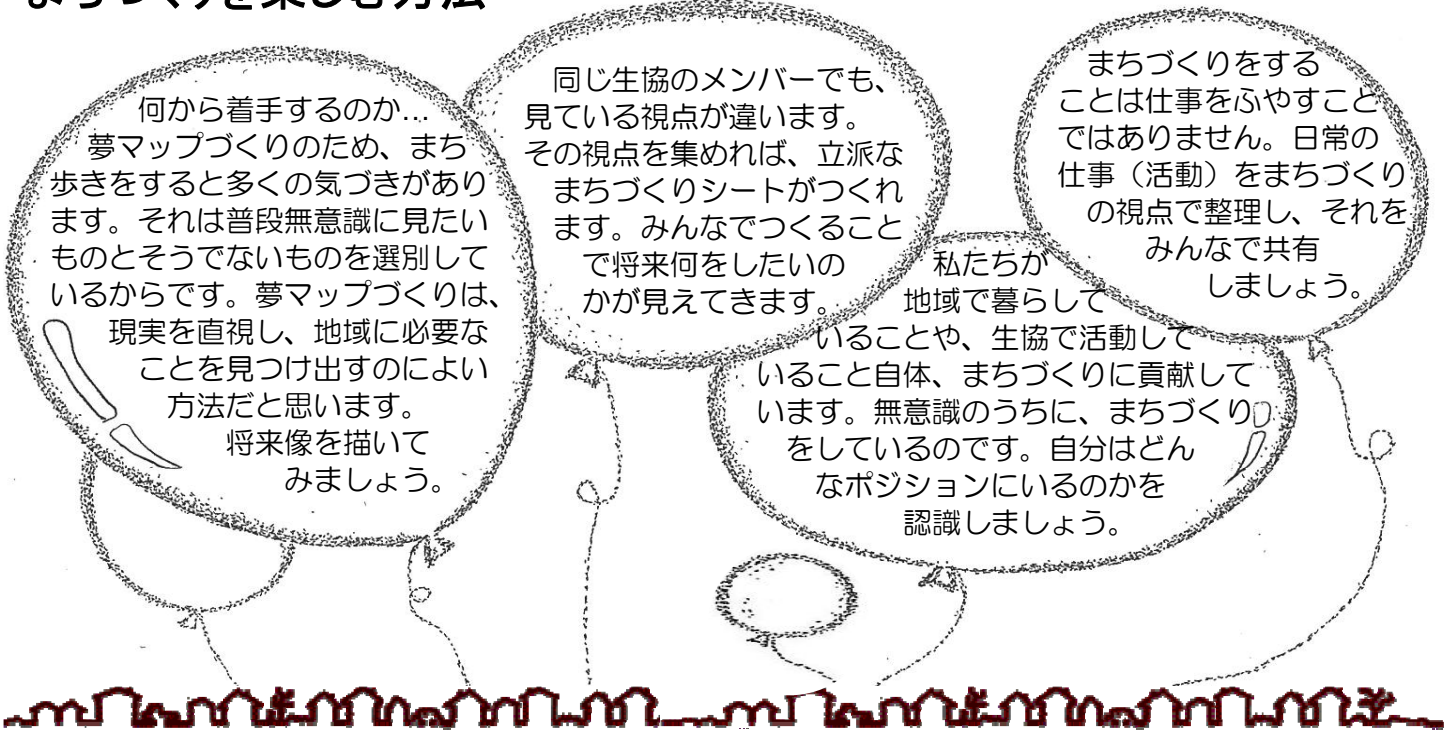
エンパワメントとは「力をつけさせること」「元気づけること」です。それには、権限と資金を与えるのが有効です。生協は、国や自治体に頼らず、組合員が出資し自力で活動しています。日本の生協の凄さはここにあります！豊かな発想力で乗りきりましょう！

### あなたもデザイナー

よい“まちづくり”には、デザイナーが必要です。デザインとは「計画」「段取り」で、これは人類のみが持ち得る本能であり、『無』から『有』を創造します。しかも無限の可能性を秘めています。しかしうまくやろうとすると失敗しやすいので、本能を素直に出すのが良いです。みなさんがデザイナーです！！



# まちづくりを楽しむ方法



## 《ワークショップ》

午後からは、グループでワークショップを行いました。エンパワメントとして、リム・ボン先生から仮の資金100億円をいただきました。この資金を活用して何ができるでしょうか？ 縦軸と横軸＜まちづくりシート＞の上で、みんなで作るみんなのまちづくりについて話し合いました。



地域生協と医療生協の方々と一緒にワークショップは、今までにない視点で考えることができます。



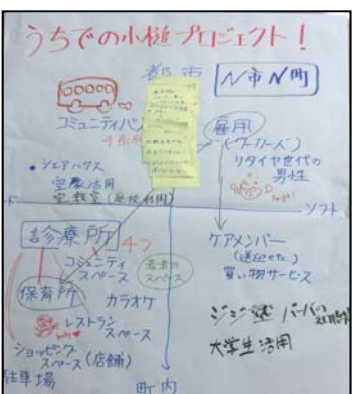
グループで話しあった“まち”を発表しました。



グループのメンバーの意見が結び合わされ、全体像が浮かんできます。



細かく計画を立てたグループ、資金の使途がどんぶり勘定だったグループ。スパ（銭湯）を中心にまちづくりを考えたグループ、タワーマンションが建ったら...と考えたグループなど、いろいろなまちができました。また、聴いて人にいる人に質問をしてもらうことで、将来やること（課題）に気づくなど、発表しあうことでさらにまちづくりを身近に考えることができました。



# 《 実践報告 》



## ◇『ひだまりプロジェクト』の取り組み

コープとうきょう 池田 ちあきさん・田中 直美さん・渡辺 陽子さん・川村 恵彦さん

「人々が助け合う社会への生協の発展的な関わりを展望しよう」を具体化する計画と実際の取り組みを『コープとうきょうひだまりプロジェクト2012』と名づけ、取り組みの充実をすすめました。

取り組みの内容は、①認知症サポーターの養成をひろげます。②地域に安心して集える場を広げ、助け合いの取り組みを広げます。具体的には、高齢者がつどう場「サロン」の開設を全域に広げたことや、子育てひろば「ほっぺルーム」開催の充実。店舗でのコミュニケーションとお買い物支援を視野に入れた「ちょこボカフェ」（ちょこっとボランティアカフェ）も、各地域で取り組みが広がりました。



## ◇のびのび3Q体操

福祉のまちづくり・杉並 岩崎 初音さん

「福祉のまちづくり・杉並」では、区内5生協（コープとうきょう・パルシステム東京・東都生協・生活クラブ生協・東京西部保健生協）が連携し、ひとりぼっちにしない杉並（まち）づくりをキーワードに、安心して暮らせるまちづくりをめざし、地域で人と人とのつながりを大切にしたい取り組みをすすめています。その一つとして、体操を通して自発的に集まる場づくり・健康づくりを実践し、生協組合員の交流を行っています。のびのび3Q体操は、首都大学東京の山田教授と一緒に考案した、幅広い年齢層に取り組んでいただけの体操です。

3Qとは・・・

- Quality of Life (生活の質)
- Quality of Breath (呼吸の質)
- Quality of Exercise (運動の質)



## ◇お誕生月の組合員訪問の取り組み

東京保健生協 穂積 千代さん

東京保健生協・本駒込支部では、平成22年6月よりお誕生月訪問を開始し、3年目となります。

組合員名簿から該当誕生月の方を抽出し、訪問時には、歯ブラシと班会のご案内やお楽しみ情報などをお届けしています。個人情報このことあり、いぶかしがられたこともありましたが、一軒一軒訪問して関係を作っています。活動する人も無理をしないで出てこれる人で活動し、一歩一歩あせらずあきらめずの心構えで活動しています。



## ◆◆◆ アンケートより (61枚提出) ◆◆◆

### <講演を聴いて>

- ・まちづくりは、知識や熱い思いがないとできないと思っていましたが、よくしたい気持ちがあれば、デザインできることがわかりました。とてもわかりやすく、楽しかったです！！
- ・どうしようと立ち止まらず、どうしたら良くなるか、楽しいか、どうできるかと常に考え、前進したいと思いました。難しく考えず柔軟に、発想豊かに、生活そのものが楽しくなるお話しでした。

### <ワークショップをやって>

- ・地域、立場、経験の違う方々と話し合うのは、視点や推進力が違いとてもよい刺激になり、有意義でした。
- ・何気ない悩みが形になりました。もしかしたら、今のくらしがちょっとしたきっかけで変わるのかも...と思うと面白く考えることができました。

### <実践報告を聴いて>

- ・コープとうきょうの取り組みが、写真入で紹介されていたのが、よかったです。
- ・お誕生月訪問は、高齢者に嬉しい企画だと思いました。
- ・のびのび3Q体操は、みんなですると楽しいと思いました。無理をしないでというのがよいと思います。
- ・ちょっとしたことで、あたたかい助け合いができていいるのは素晴らしいことです。

### <全体を通して>

- ・他生協の方とも一緒に活動できる機会がほしいです。

「元気になれる楽しいまちづくりをしよう」と開催した今回の交流会には、10生協より83名の参加がありました。リム・ボン先生の講演から、「まちづくり」とは「今よりもよいものにする」と学びました。それは、生協の活動そのものであるとわかり自信を持つことができました。ワークショップでは、地域生協と医療生協の初めてお会いした組合員さんたちがひとつのグループになり、楽しいまちづくりをデザインすることができました。また実践報告では、日頃の活動の報告が行われ、いろいろな取り組みを知ることができ、参考にしたいヒントがたくさんありました。これからも、生協どうし協力して楽しいまちづくりをデザインしていきましょう。