

# 東京の生協のまちづくり活動トピックス

2024年度の活動がスタートしました。  
今年度もさまざまなまちづくり活動を紹介します。



## 荒川区まちづくり 富士見坂サロンで生協についてお話ししました

こんな車を見かけたことはありますか？



荒川区の西日暮里富士見坂地域はとても坂が多く、「お買い物で苦勞している人がいるので、生協の宅配事業について説明してほしい、利用したい人もいないのではなか」と荒川社協の職員の方より相談があり、生協説明会を企画しました。

生協のしくみや配達方法についての紹介、また行政と見守り協定を結んでいることについてもお話ししました。各生協のパンフレットや注文用紙を手にとってもらいながら「重たいものを運んでもらえるのは助かりますね。」



「夕食宅配はどんなものが届くの？」などの感想や質問に応えながら参加者と交流し、生協について知っていただく貴重な時間となりました。

コープみらい・東都生協・東京ほくと医療生協・東京ふれあい医療生協・ワーカーズコープ・荒川区社会福祉協議会・東尾久地域包括支援センター

## 5月の荒川コープカフェは「笑いヨガ」でリフレッシュ！

東京ほくと医療生協の笑いケア体操インストラクターである中西洋子さんをお招きし、笑いのある楽しい時間を送れるように、笑いヨガを体験しました。

たまったストレスを吐き出す「ゴミ箱笑い」、文句や悪口を言うかわりに大声で笑う「ケンカ笑い」や「謝罪笑い」など、思わずクスとなる名前のポーズをとりながら、笑うように息を吐き出す呼吸法で体や気持ちがとてもリフレッシュし、笑い声や掛け声で元気があふれる時間でした。



荒川コープカフェとは、

荒川区社会福祉協議会ふれあい粋・活きサロンとして、荒川区まちづくりメンバーが運営している地域の居場所です。月に一度、東尾久本町通りふれあい館で開催しています。

## 品川区まちづくり カードゲーム「N-impro (ニンプロ)」で認知症への対応を疑似体験

5月29日(水)、品川区まちづくりでは「N-impro」カードゲームを体験しました。コンビニエンスストア従業員などを対象にした、高齢者支援推進のためのワークショップ形式の研修プログラムとして練馬区で生まれ、介護事業者のエピソード、さらに生協(宅配)でのエピソードを加えて完成したゲームです。メンバーから「ぜひ体験してみたい！」と要望があり、チャレンジしました。

はじめにゲームの目的や方法を確認し、6人グループで3枚のお題を実施しました。高齢の方(認知症の方)との間に起こるかもしれない状況に対し、どう考え、どう行動するかを、「YES」と「NO」カードで選択します。ユニークなのは、多数派になれば1点の大根カードがもらえますが、1人だけ違う選択をすると3点のおでんカードがもらえる点です。



「正解」を選択することが目的ではなく、多数派の意見だけでなく少数派の意見も尊重され、ゲームを通じて様々な人の考えを知り、対話することを重視しています。

30分足らずでしたが、「テンポよく活発な意見交換ができた」「おでんカードが2回出て、様々な視点で考えられた」と体験したメンバーから感想があり、笑顔が絶えず楽しく体験できました。今後は各生協でも活動や研修などに取り入れる予定です。

コープみらい・バルシステム東京・東都生協・生活クラブ生協・城南保健生協

## 東京都生協連 ネットワークをいかしてCO・OPの化粧品や日用品を支援につなげました

日本生協連より寄贈していただいたCO・OP化粧品や日用品を、交流会や団体訪問でつながりを作ってきた都内のフードバンク団体や、社会福祉協議会、フードバンク活動をすすめる医療生協など11団体を通して支援につなげることができました。今回寄贈いただいた商品の総数は段ボール箱328個分。食べ物に比べて、購入が二の次になりがち化粧品の支援をととても喜んでいただきました。

今回も支援活動に取り組む団体の持つパワーとネットワークの強さで、寄贈された商品の全てをお届けできました。

