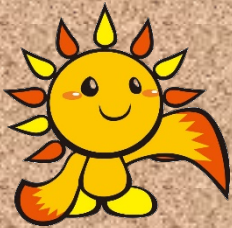




令和5年度 あさひみらい塾 実施記録



◆開講期間

2023年10月28日(土)~12月16日(土) 全5回連続講座

◆講座のねらい

地域活動に興味・関心のある方が、活動現場の見学やグループワークを通して、活動プランをイメージし、一步を踏み出すきっかけづくりを目的としている。

◆参加者

16名

【内訳】20代(1)、40代(4)、50代(6)、60代(1)、70代(4)

◆基調講演

NPO 法人ロクマル理事長 有澤 厚子 氏

20年後の高齢社会ピーク時に後期高齢期の真ただ中にいるのは、今の60代(ロクマル)・50代(プレロクマル)の人たち。高齢社会をテーマにした講座など、NPO活動を通して、とりわけ女性たちの老後は厳しくなることを思い知る。少しでも心豊かに暮らせればと、高齢者や産後のママに届ける「お手紙弁当事業」も実施中。



第1講 開講式・オリエンテーション

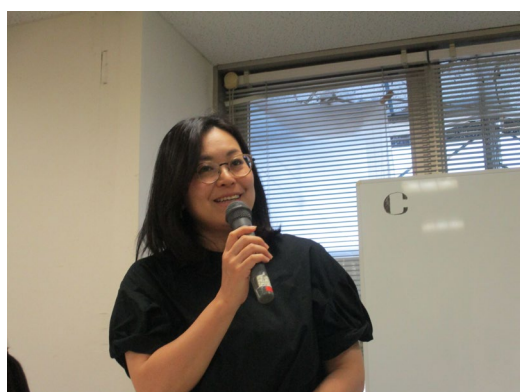
日時	令和5年10月28日(土)13:00~16:00	受講生の気づき
場所	旭区市民活動支援センター「みなくる」	<ul style="list-style-type: none"> ・地域活動と聞くと少しハードルが高い気もしていたが、自分ができる「ちょっとした事」が集まれば、色々展開できるのだと感じた。 ・多世代交流が地域活動の魅力。お互い様で出来たら良い。 ・自分が楽しむことだけでなく、人への貢献などを考えていくことが持続性につながると感じた。
参加者数	15名	
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●開講にあたって 開講挨拶(旭区役所地域振興課長) オリエンテーション、旭区の豆知識 ●講演「今も未来も、ちょっとしたことから」 NPO 法人ロクマル理事長 有澤 厚子氏 地域活動ってなんだろう、お手紙弁当事業の紹介、活動者へのインタビュー動画 ●塾生自己紹介 ①名前、ニックネーム ②お住いの地区 ③I LOVE ○○ ●グループワーク「私たちのまち」について意見交換 私が考える「あったらいいな、地域・居場所・活動」 	



開講の挨拶とオリエンテーション
旭区の豆知識では、区内の地域活動を多数紹介



有澤さんのお話には、地域活動を始める、続けるためのヒントがたくさん！



グループワークの前に一人ずつ自己紹介



最初のワークでは、講演を聞いた感想を共有



その後、「わたしたちのまち」について意見交換



最後に各グループから発表し、有澤さんからコメントをいただきました。

第2講 現地見学①～ハートフル・ポート～

日 時	令和5年11月11日(土)14:00～16:00	受講生の気づき
場 所	ハートフル・ポート	<ul style="list-style-type: none"> ・気持ちを言語化することが大事と聞き、今すぐ実行したいと思いました。 ・とりあえずやってみようという言葉がワクワクする一言でした。 ・直ぐに“なんでもネタ帳”を作りたいと思いました。
参加者数	16名	
内 容	<p>●カフェの紹介・説明</p> <p>1)カフェだからできる 「人がつながる居場所の作り方」</p> <p>●カフェの体験・お話</p> <p>1)カフェタイム</p> <p>2)「場づくりチェックシート」について</p> <p>NPO 法人ハートフル・ポート代表理事 五味 真紀氏</p>	



希望ヶ丘駅から歩いてハートフル・ポートに到着



コミュニティカフェでできること、居場所の大切さなどのお話がありました。



ケーキとコーヒーでブレイクタイムの準備中



みなで和気あいあいとお話が進んでいました。



場づくりチェックシートで自分自身と向きあって考えました。



参加者からは、実践することが重要だと感じたとの感想がありました。

第3講 しおんカフェ 経験談

日 時	令和5年11月18日(土)10:00~12:00	受講生の気づき
場 所	旭区市民活動支援センター「みなくる」	・人との出会い、つながりの大切さ、思っているだけでなく「声にしてみる」「伝える」「行動する」それが繋がって形になっていくということを感じた。 ・第2の人生を自分たちが楽しむだけでなく、地域のために何かしたいと行動できているところが素敵だと思った。
参加者数	13名	
内 容	●「しおんカフェはこうして生まれたよ。」 ・しおんカフェをオープンするまで～現在の活動 コミュニティカフェ「しおんカフェ」山崎 照雄さん、修子さん ・地域の「場づくり」⇒地域ケアプラザの支援 元地域ケアプラザコーディネーター 真鍋 敦さん ●あさひのつながり応援補助金の紹介 ●質疑応答	



「しおんカフェ」オーナーの山崎夫妻



元地域交流コーディネーターの真鍋さんから、場づくりについて説明



自宅をカフェにできる!?興味津々の受講生



信頼できる相談者を見つけて一歩踏み出すと道が開けてきます。



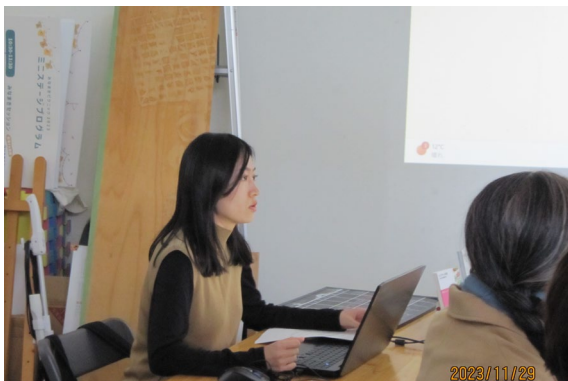
自宅を地域に開いてカフェを始めたことに質問が飛び交いました。



地域活動の先輩の話を真剣に聞く受講生

第4講 現地見学② ～みなまきラボ～

日 時	令和5年11月29日(水)10:00~12:00	受講生の気づき
場 所	みなまきラボ	・公の施設以外でこのような場があることを初めて知った。また、受講者を含めて自己実現の場を求めている人が多いことも分かった。 ・面白いこと、おいしい物があるところには人が集まる。
参加者数	14名	
内 容	● <u>みなまきラボってどんな場所？</u> (株)オンデザインパートナーズ 金田 百合子氏 1)みなまきラボ概要 2)みなまきラボの活動の歴史と地域活動 3)会員制度について 4)みなまき TRY STAND ● <u>利用会員のお話</u> どんぐりの輪 迫 祐子さん ● <u>質疑応答</u>	



みなまきラボの概要と活動について話す事務局の金田さん



利用会員の(どんぐりの輪)迫さんからは「人の出会いやつながり」についてのお話



みなまきラボの歴史や、会員制度、地域住民主体の活動についてお話を聞きました。



受講生からは利用方法や広報の仕方など様々な質問が出ました。



この日はトライスタンド開催日でにぎわっていました。



講座が終わっても話は尽きません。

第5講 未来プラン発表・閉講式

日時	令和5年12月16日(土)13:00~16:00	受講生の気づき
場所	旭区市民活動支援センター「みなくる」	<ul style="list-style-type: none"> ・旭区に長年住んでいても知らない事が多く、相談できる所がたくさんあることがわかった。 ・区社協のボランティアセンターで個別相談できる事を初めて知った。 ・地域ケアプラザが横浜独自の施設と知った。 ・活動時には各施設を利用したい。
参加者数	14名	
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●講義「地域活動を支援する旭区内の施設の役割や利用方法」 <ul style="list-style-type: none"> ・旭区社会福祉協議会について ・地域ケアプラザについて ・旭区市民活動支援センター「みなくる」について ●グループトーク「未来プラン」グループ共有 ●塾生「未来プラン」発表 ●U-caféの紹介 古川さん、井上さん(令和4年度卒業生) ●閉講式 修了証授与、挨拶(旭区役所 権藤区長) 	



旭区内の施設の支援や役割について説明を受けました



グループごとに「未来プラン」を共有



「未来プラン」発表！



卒業生から U-Café の紹介がありました。



権藤区長より修了証を授与



第10期生の今後の活躍を期待しています。