



## つぎのいっぽん

地域力、福祉力、市民力 チカラをあつめる、つなぐ、高める、広げる～市民が主体の地域づくりを！

## 地域の居場所一つながり、支え合う場づくり

日々の暮らしの中で、困っていること、楽しかったことを気軽に話せる場、学校帰りに約束なしで遊べる場、仲間と一緒に体操を楽しめる場…「地域の居場所づくり」が少しずつ広がっています。

## 一人世帯が増えています

1990年には全体の23.1%だった一人世帯は、2020年には38.0%にまで増えています。3世帯に1世帯以上が一人暮らしという状況です。家族の形が小さくなり、さらに会社や学校といった社会的なつながりがなくなると、「誰とも話さずに一日を過ごす」ということが、決して珍しいことではなくなっています。

子育ての時期や、高齢になって心身が弱ってくる時期に、身近に声をかけ合える人がいることはとても大切です。ちょっとした会話やつながりが、安心や笑顔につながります。そんな関係を地域で育んでいけたらと思います。

## 相談相手がいたら孤独感を感じにくい

「ひとりで悩まないで、相談してくれていたら」…事件、事故の後でよく聞かれる言葉です。誰に相談して良いのかわからなかった、気軽に相談できる人が近くにいなかった、家族には相談できなかった、といったことがあると思われます。

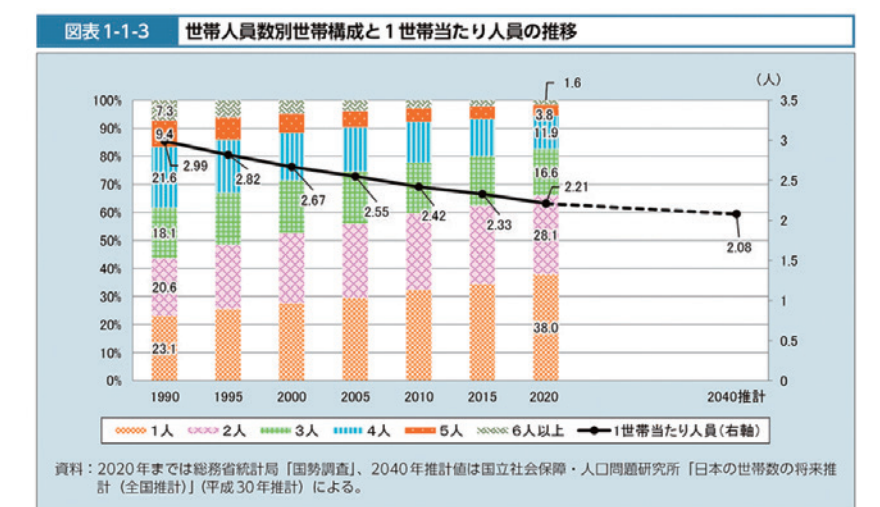
内閣府の調査で、孤独感をほとんど感じないと回答した割合が、不安や悩みの相談相手が「いる」と回答した人の42.8%、「いない」と回答した人の21.8%となっています。身近に相談相手がいることの大切さを感じます。

## 地域の居場所は様々です

居場所の多くは、公共施設の貸室で開催されています。民家や空き店舗を活用して運営している居場所もあり、地域の居場所づくりに取り組む福祉施設も増えてきています。シニア世代向けの体操プログラムや編み物、折り紙といった手作り講座の前後におしゃべりを楽しむ場、子どもたちや子育て世代を対象にした「子ども食堂」…地域の状況や主催するボランティアの思いに沿って、様々な内容で、居場所づくりが広がっています。

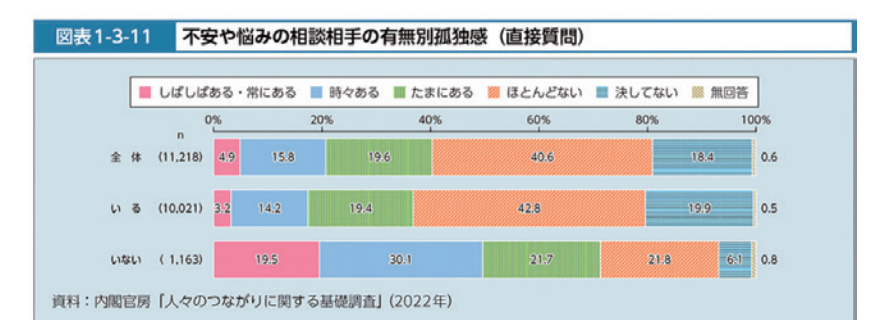
中面では、NPOクラブが2014年にオープンした「多世代交流拠点おおなみなみ」の取り組みを紹介します。

## 〈世帯人員数別世帯構成と1世帯当たり人員の推移〉



令和5年度厚生労働白書より

## 〈不安や悩みの相談相手の有無別孤独感〉



令和5年度厚生労働白書より

## 「夢みる校長先生」上映会 &amp; スペシャルトークショー

子どもたちの“自由な学び”を支える、全国のユニークな校長先生たちの姿を描いたドキュメンタリー映画。「学校って、もっと自由でいい」——そんな思いに触れる2日間です。



【上映日時】2026年2月14日(土) 13:00～15:00

2026年2月15日(日) 13:00～16:00

※15日は上映後、加藤校長先生(南アルプス子どもの村中学校)によるスペシャルトークショーを開催！

【定員】100名

【会場】四街道市文化センター 3階301号室

【参加料金】2026年2月14日(土) 大人：500円

2026年2月15日(日) 大人：1000円

※両日とも18歳以下無料(小学校5年生以上から、お子様1人での鑑賞可)

【参加方法】事前予約制、右記ホームページからお申し込みください

【問合せ・連絡先】四街道市みんなで地域づくりセンター

Tel：043-304-7065 e-mail：info@minnade.org



## NPOのための個人情報保護講座 千葉県市民活動団体マネジメント事業

会員やスタッフの個人情報、参加者名簿の管理等、活動・事業を進めていく上で、収集した個人情報を適切に管理することが大切です。個人情報保護の対象となる情報は？適正な管理方法は？きちんと確認して信頼できる運営につなげませんか。詳細は右記NPOクラブブログをご覧ください

【講師】須藤博文さん(弁護士)

【日時】2月12日(水) 16:00～18:00

【定員】30名

【開催方法】Zoom

【受講料】無料 【主催】千葉県 【問合せ・企画運営】NPOクラブ



## 「ならしのプロボノ2025」公開活動報告会

3つの市民活動団体の運営上の困りごと解決に、11名の社会人ボランティアがプロジェクトとして団体メンバーとともに取り組んでいます。約4ヵ月間の活動を3チームから報告します。〈令和7年度習志野市市民協働型委託事業〉

【日時】2026年2月11日(水・祝) 10:00～12:00

【会場】プラッツ習志野 集会室1,2(京成大久保駅より徒歩3分)

Zoom参加も受付

【定員】30名

【参加費】無料

【問合せ・事務局】NPOクラブ 下記連絡先

詳しくはこちら⇒



欲しい未来へ、寄付を贈ろう。



詳しくはこちら⇒



## 1年のしめくりに寄付で伝えるあなたの思い

## 千葉を応援する気持ち、寄付や会費でNPOクラブに託してください

NPOクラブでは、千葉県内の市民活動やNPOに関する情報発信や簡単な相談対応を無償で行っています。地域の市民活動団体がもっと活動しやすくなるように… 地域で活躍する人が増え、つながり、もっと暮らしやすくなるように… NPOクラブは地域力を高める活動を支援します。

寄付：1口3,000円 年会費(賛同会員)：1口 団体会員 5,000円、個人会員 3,000円

※NPOクラブは認定NPO法人です。賛同会費・寄付は税制優遇の対象となります。

〈編集・発行〉 認定特定非営利活動法人 ちば市民活動・市民事業サポートクラブ(NPOクラブ)

〒261-0011 千葉県千葉市美浜区真砂5-21-12 TEL 043-303-1688 FAX 043-303-1689

E-mail: chiba@npoclub.com URL: https://npoclub.com

ブログ: http://blog.canpan.info/npoclub1

Facebook「NPOクラブ」で検索 X「X NPOクラブ」で検索

・運営会員 20名 賛同会員 101名 発行 900部 会員・県内市民活動支援センター・自治体等にお届けしています。





# 多世代交流拠点 おおなみなみ

## —オープンから11年、世代を越えて地域の「ホットスペース」に—

年代を越えて交流できたら」と空き店舗を活用し、『おおなみなみ』をオープンして11年。地域の人たちの関わりを得て、様々な企画を定期的に開催しています。その一部を紹介します。

### 健康貯筋体操—健康づくりと交流

第2、第4金曜日の10時を過ぎると三々五々、徒歩や自転車で「お元気シニア」が集まってきます。講師は1級ラジオ体操指導士の志村幸子さん。参加者は毎回12名前後、10年間継続して開催され、参加者から「楽しく続けられる」と好評です。軽い体操から始まり、脳トレを取り入れた運動で全身をバランスよく動かします。無理なく体力づくりができるため、初心者でも安心。仲間と笑顔で体を動かしながら、健康と筋力を貯める習慣が長く愛され続けている講座の秘訣です。

毎回和やかな雰囲気で、体も心もリフレッシュ。「元気にしてた?」「寒くなってきたから風邪ひかないようにね」とお互い言葉を掛け合う姿があちこちで見られます。健康づくりとご近所さんの交流の場になっています。

#### 〈志村さんのメッセージ〉

ボランティア活動を始めたのは「おおなみなみ」が最初です。ですから、ここは私にとって思い入れのある大切な場所です。参加される方が一生懸命に体操されている姿に励まされています。足を運んでくださる方がいる限り、体力の続くかぎり、これからも活動が続けていきたいと思っています。



### クラフト講座—作ることの楽しさ

「ちばし地域づくり大学校」の受講生だった市原明子さんが「自分の好きなことを活かして、地域の人たちが交流できる場が作れたら」と約1年前に始めた「クラフト講

座」。月1回の開催からスタートしましたが参加希望者が多くなり、現在は月2回に拡大しています。各回10名ほどが集まり、お茶を楽しみながら和やかな雰囲気です。クラフト制作に取り組んでいます。

壁飾りや小物入れ、籠など作品は毎回、講師と相談しながら決めるため、自由に作りたいものに挑戦できます。「次は何を作ろうか」と手を動かしながら会話も弾み、参加者にとって安らぎのひと時となっています。創作を通じて新しい発見や達成感を味わえるのも魅力です。

#### 〈市原さんのメッセージ〉

ちばし地域づくり大学校修了後に声をかけて頂き、クラフト講座を何もわからず始めて早一年半がたちます。不安だらけのスタートでしたが、おおなみなみのスタッフの方々にご協力頂き、現在があること嬉しく思っています。

壁掛やコースターなど小さな平面的なものから始めた皆さんが、だんだん大きなものに挑戦し、自分色のカゴやバッグも作れるようになりました。手作り大好きな方々と一緒にお話をしながら楽しい時間を過ごすことが出来ることは私の励みにもなっています。これからもみんなで楽しんでいきたいと思っています。



### 大人の英会話—楽しく続ける学びの場

毎週木曜日午後に関講しているこの講座は、講師役をおおなみなみスタッフの中澤紫さんが担当、英語を楽しみながら学べる人気のプログラムです。前半40分はス

ピーキングを中心に、簡単な英作文にも挑戦します。後半40分はNHKラジオ講座のテキストを使い、英語表現を丁寧に学びます。落ち着いた雰囲気の中、コーヒーを片手にリラックスしながら進めるので、初めての方でも安心して参加されています。参加者同士の会話も自然に広がり、「英語を話すって楽しい!」という雰囲気につつまれています。



### 検見川の町の歴史を語り合う会—歴史を語る中でつながる

「かつては漁師町として栄えた検見川の町の歴史を大切にしたい」そんな思いから始まったこの会では、毎月、検見川の歴史や季節ごとの催事について語り合っています。講師役は、生まれも育ちも検見川の藤代善一郎さん。藤代さんのお話は、毎回新しい発見にあふれ、参加者からは「こんなに奥深い歴史があったなんて!」と驚きの声が上がります。6月には町歩きも企画し、神社や道標など、気づかなかった町の名所を案内していただきました。古くから続く伝統や、町に息づく物語を実際に歩きながら感じる時間は、参加者にとって特別なひとときとなりました。

何代も続けて検見川に住んでいる人、まだ間もないという人、それぞれが自分の暮らしと町の歴史を重ねて話が弾みます。歴史を知ることで、町への愛着が深まり、人と人とのつながりも広がる場となっています。



### 子どもたちや子育て世代の居場所として

今年度、千葉県地域ぐるみ福祉振興基金の助成金をいただいたことで、おおなみなみの活動はさらに広がり、子どもたちや地域の皆さんにとって「ほっとできる居場所」づくりが進んでいます。助成金で購入した太鼓の達人やボードゲーム、アクリル絵の具は大人気で、放課後になると「おおなみなみ」に立ち寄る子どもたちがどんどん増えています。ゲームで盛り上がったたり、絵を描いて夢中になったりする姿を見ると、ここが子どもたちにとって安心できる場所になっていることを実感します。10月から始めた「みんなで食堂」には新しいボランティアさんが加わりました。食事をしながら笑顔が広がり、会話が弾む時間は、地域のつながりを深める大切なひとときとなっています。子どもたちの笑顔や「また来たい!」という声を聞くと、こうした居場所の必要性を改めて感じます。ボランティアさんにとっても「子どもたちの育ちを応援したい」といった思いを実現できる場になっています。これからも、地域の人々と一緒に、安心して過ごせるあたたかな場所を育てていきたいと思っています。

#### 〈Nさん 検見川小学校6年生のメッセージ〉

リラックスできる場所です。遊べていろんなことができる。近くにスーパーがないので、ごはんが食べられたり、お菓子や小物があって、子どもでもちょこっと買えるのがうれしい。お母さんも、おおなみなみはイイところだねって言っています。



#### 〈ボランティアスタッフの森澤さんからのメッセージ〉

オープン時からスタッフとして関わり、11年になります。当初は訪れる人が少ない日もありましたが、今では赤ちゃんから高齢の方までたくさんの人が利用されています。町内だけでなく、遠方からも来てくださるので嬉しく思っています。

ここでは、サークル、講座、利用者の方が自ら企画したイベントなど楽しい企画がたくさんあります。そして、誰でも自由に過ごせる居場所でもあります。そのお手伝いをしているのが5名のスタッフです。私たちスタッフも、来てくださった方たちと様々なお話ができ、教えていただくこともたくさんありました。これからも幅広くいろいろな人たちに利用していただき、笑顔の輪が広がればと願っています。