

# 万里夢

NPO・えん ニュースレター “まりーむ”

NPO・えんは、まちづくり・女性のキャリア実現・市民活動をサポートします。

## 今、私たちにできること

理事 馬場 悦子

現在の最大の話題は新型コロナウイルスです。グローバル化が進んだことで、あっという間に感染が拡大し、ほぼ世界同時に経済がストップするような現象が起こっています。人類はこれまで何度も感染症の流行に直面しそれを乗り越えてきました。今回、長期戦になりそうな懸念はありますが、先進医療の力と人々の日常生活における細心の注意で早く収束することを祈っています。

この間、国際政治も含めた政治の在り方、社会保障、行き過ぎた開発による環境破壊等いろいろな問題点が浮き彫りになってきていると思います。これからの人類の課題が顕在化しているように思われます。

同時に、未来社会を先取りをしているような動きも見えます。インターネットを活用しての在宅ワークや学校が休校になった子どもたちへの学習支援等様々なサービスです。グローバル社会になっても、3・11東日本大震災や阪神大震災でクローズアップされたのが、ローカルな地域コミュニティの重要性、強さだったと思います。地元の地域コミュニティに特化したソーシャルネットワークサービス(SNS)を提供するNextdoor(ネクストドア)というアメリカの会社が、外出禁止等が広がるサンフランシスコで、近隣住民の助け合いをサポートする「Help Map」という新サービスの提供を始めたそうです。「特定地域の住民が参加できるSNSで、生活必需品の買い出しや所有して

いるものの融通、子どもの世話などの手助けを必要とする住民と、その手助け可能な住民をつなぐ仕組み」だそうです(\*)。こうした動きは世界に広がっていくのではないのでしょうか。

日本では、地域で迅速に動くことができるボランティア団体やNPOの働きが目につきます。東京都小平市では子ども食堂が近隣のカフェと協力してお弁当の販売を期間限定ですが始めました。山梨県のNPO法人フードバンク山梨は、学校休業で給食が食べられなくなる子ども達や、休業や自宅待機で収入が減少しそうな非正規雇用の家庭に食料の発送を行う活動をしています。日本中でアイデアを出し合い、様々な活動が展開されていることでしょう。

今、自分の住む地域でできることを考えそれぞれが行動する。そうした動きは、新型コロナの感染が収まった後の社会の在りよう、方向性を変えていくに違いないと確信しています。「新型コロナウイルス」が問うているのは、私たち一人一人の生き方ではないかと思われるのです。

(\*)参考<https://techable.jp/archives/120112>

### 目次

巻頭	1
多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」報告	2
NPO・えん 自主事業報告	2
活動紹介「深川長屋」「スタッフ通信」	3
NPO・えんの活動報告・予定	4

### 定期総会開催のお知らせ

以下の通り、NPO・えん定期総会を開催します。

■日 時:2020年6月20日(土)14時~16時

■場 所:多世代交流ひろば「パルひろば辰巳」

## 多世代交流ひろば事業 パルひろば辰巳活動報告

### ●子育てママの集いの場

パルひろばでは乳児連れで参加できるコースとして事務局が企画している「ボディメイクヨガ」の他、「バレトンエクササイズ」「ビューティウォーキング」など利用者が自主運営している活動があります。「ボディメイクヨガ」は毎回定員一杯の申し込みがあり、そのほかのコースも大勢の参加があります。エクササイズ中、子供が泣き出せば授乳したりあやしたり、子供のすぐそばで運動でき、周りもお母さんなので全体が泣き声に寛容なのも魅力のようです。コース終了後はママ同士で育児や離乳食など子育ての情報交換をしています。



2月のボディメイクヨガの様子。  
3月よりひろば企画は中止  
なっています。

### ●2019年度のパルひろば利用状況

2019年度のひろばの利用状況は昨年4月から2月までで2018年度利用者数を上回る累計利用がありました。うたの広場は毎回男性の参加者があり人気プログラムです。体操などを行うプログラムではママ向け企画は定員一杯、高齢者向け体操もひろば一杯の参加がありひろばが狭く感じるほどです。利用者の皆さんがひろばを「健康維持と人と人との結びつきの場」として利用されていると感じました。ランチタイムも昨年度の利用者数を上回りました。

3月から新型コロナウイルス感染対策のため食事企画を含むすべてのひろば企画は中止となりました。ひろばではコロナウイルス対策として換気、消毒、利用者への手洗いの声掛けなどを行い安心してご利用いただけるようにしました。登録団体の活動のほかランチタイムなど仕事の合間にゆっくり食事をする利用者がいました。今後も新型コロナウイルス感染対策を行ってまいります。



大正琴の活動の様子。人との間隔をとり、マスクもして安全性にも配慮して行われました。

## 自主事業 オレンジカフェ・えんカレッジ活動報告

### ●2019年度オレンジカフェ開催報告

2016年からスタートしたオレンジ（認知症）カフェは今年3月で4年目が終了しました。毎回テーマを変えたミニ講座を実施し、その後はお茶をのみながらおしゃべり＆相談タイムを設けています。今年度の開催は以下のとおりです。

- ・7/20（土）  
～フレイルを予防するための食生活と運動～  
熱中症にも気をつけよう  
講師：池田 康子さん（介護予防運動指導員）
- ・9/21（土）  
～認知症と成年後見制度について～  
講師：星 明憲さん（行政書士）
- ・12/21（土）～シニアのための整理収納術～  
講師：牛田 まさみさん（整理収納アドバイザー）
- ・2/15（土）～音楽で認知症予防～  
講師：山本 千恵子さん（オカリナ講師）
- ※3/21（土）～シニアのためのスマホ・タブレット講座～講師：高橋 裕子さん（パソコン・スマホ講師）は開催自粛。

4回のカフェに、60名以上の方が参加しました。人生100年時代と言われ、超高齢化が進んでいる今、災害や感染症拡大など思わぬ危機的な状況に備えるためにも、地域の人とのつながり思いやりがより一層求められています。「オレンジカフェ」はその役割を担いつつあり、居場所作りにも繋がることを期待されています。

### ●えんカレッジ開催報告

2月後半から新型コロナウイルス感染拡大防止のため、講座開催を自粛しているえんカレッジですが2019年度は女性の健康づくりとプチ起業を目的にした「かっさ法」セルフケアで美しくなる「美容塾」スマホ・タブレットの安心・安全な使い方を学ぶ「LINE」や「スマホ」講座その他「話し方とヨガ」「確定申告」講座などを開催しました。

最近「働き方改革」の影響もあり、副業に関心のある方が増えています。終身雇用が昔の話となりつつある今、柔軟な働き方を求めて行動に移す人が今後ますます増えていくことでしょう。えんカレッジは、そんな方たちにとって一歩踏み出すきっかけづくりになればと思います。

## 活動紹介 NPO法人 深川長屋

深川長屋は、地域における孤立化や孤独化の防止を目的に、2012年に立ち上げたNPO法人です。当時は、NHKで放送された「無縁社会」が話題となり、その後の東日本大震災で、地域の人と人のつながりが注目されていたころでした。

深川長屋という名前は、「深川」、「長屋」という言葉から連想される“思いやり”とか“人情”を江東区に広げていきたいという思いから名付けました。活動は、大きく2つです。一つは、特技を持っている住民が先生となって教える「下町先生教室」です。現在は、「絵手紙」「折り紙」「男の料理」の教室を実施していますが、それまで全く知らなかった方たちが、下町先生教室への参加を通して、少しずつ知り合いになって、つながって行っています。

もう一つは、認知症への取り組みです。会員のお母さんが認知症になったのがきっかけでした。具体的には、「長屋カフェ」という認知症カフェなどをやっています。

長屋カフェは、今年の1月で5年目を迎えましたが、

毎回20名以上の方が参加され、このカフェで知り合った方たちがどんどん増えています。カフェは、江東区文化センター3階の研修室で、基本、毎月第4日曜日に実施していますので、ぜひ一度顔を出してみてください。

あなたも、思いやりと人情の深川長屋で  
つながりませんか？



深川長屋が発行するコミュニティ・マガジン「みんなのカフェ」に、バルひろば辰巳でのオレンジカフェを紹介していただきました



## スタッフ岩橋の VeggieDays ~畑のある暮らし~

江戸川区で代々、農業を営む岩橋家から  
季節のお便りをお届けします

## 農業体験を兼ねた食育イベント開催！

今まで興味持たれないのではとチャレンジしてなかった「植え付けから収穫までの一貫した農業体験」を企画・開催しました。

温暖化の影響なのか、ここ数年気温の乱高下や豪雨など天候不順が激しく、お野菜も通年のように育ちにくくなりました。それでも、安全安心で美味しいお野菜を食べてもらいたい思いで、できる限りの対応を考えて作業をしています。

そんな思いを少しでも体験してもらえたならと考え、食育という観点も踏まえた農業体験を毎月開催する運びとなりました。



ふっくらとした畝をつくり、そこにジャガイモを植え付けていきます



23区に残る貴重な畑を岩橋家では守っています

雨や気温低下などで2回の延期を経てやっと開催できるという、まさにお天道様に翻弄されたスタートでした。当日は天候に恵まれ集まった30名ほどの方々で、彩りよく4色5種類のジャガイモ13kgを植え付けました。ジャガイモの種類と畝つくりを説明してから動き出して、2時間ほどで植え付け終了し、お昼は各自持ち寄ったものと用意しておいた豚汁を、畑に座り込んで食べました。午後は菊芋や春菊など畑に残っていた作物を収穫してみんなで分けてお土産に持ち帰ってもらいました。



親子で仲良く土いじり

ミミズを見つけて喜んでいる子供や、鋤をはじめとする農機具を初めて使う大人たちの疲れたけど心地よかったなどの感想ともに、また来たいと言ってもらえたことが収穫になりました。



## 理事会報告

「NPO・えん第80回理事会」は2020年3月27日（金）、役員3名の出席を得て、NPO・えん事務所において11時00分より開催されました。「報告事項」として（1）事業報告（2）パルスシステム東京との契約について、「協議事項」として（1）感染症拡大に伴う影響と対策について（2）次回理事会・総会日程について協議し、12時00分に無事に閉会しました。

### 編集だより

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、この万里夢の編集を行っています。久しぶりに乗る電車はラッシュ時間を過ぎているのに思いのほか混んでおり、久々にきた事務所の下ではスーパーに買い物客があふれています。震災後の日々に辰巳に通いながら感じていた不安感にとても似たものを感じています。（F）



## NPO・えんは、こんな支援ができます！

### ●女性のためのキャリアサポート

「えんカレッジ事業」を始め、女性のキャリアづくりのお手伝い。

### ●まちづくりのサポート

地域の多世代交流ひろばの企画運営、市民労働への提言活動、NPO・企業・行政のネットワークづくりの推進など、さまざまなまちづくり支援。

### ●NPOのサポート

NPO やワーカーズ・コレクティブ 立ち上げのサポート。NPO やCB に関するセミナーの企画、開催など。

### NPO・えん 会員募集中

■年会費：個人 1口3,000円（何口でも）団体 1口3,000円（2口以上）

お振込み先：ゆうちょ銀行 口座番号00190-3-61621

中央労働金庫 亀戸支店 5339909

口座名：特定非営利活動法人エヌピーオーえん

■NPO・えん会員状況（2020年3月27日現在）会員数50名〔正会員数21名/賛助会員29名（内団体2）〕

■ボランティアも募集しております。詳しくは事務局まで。

今後の予定については変更の可能性があります。最新の情報はホームページ等でお知らせします。

NPO・えんの活動		
活動報告		
1月	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
	10	元気サロン*
	14	うたの広場*
	17	ボディメイクヨガ*
		えんカレッジ（話し方）
	24	イスヨガ*
	28	えんカレッジ（美肌塾）（中止）
2月	30	えんカレッジ（LINE講座）
	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
	7	元気サロン*
	13	えんカレッジ（確定申告）
	14	ボディメイクヨガ*
	15	暮らしの相談室*
		オレンジカフェ（オカリナコンサート）
	18	うたの広場*
3月	21	イスヨガ
		えんカレッジ（LINE講座）（中止）
	28	えんカレッジ（整理収納）（中止）
	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
	6	元気サロン*（中止）
	13	ボディメイクヨガ*（中止）
		えんカレッジ（かっさ）（中止）
	17	まごころ食事会*（中止）
21	暮らしの相談室*（中止）	
活動予定	27	イスヨガ*（中止）
		親子クッキング（中止）
		第80回理事会
	4月	1 パルひろばイベントカレンダー 発行*
	5月	1 パルひろばイベントカレンダー 発行*
6月	21	第81回理事会
	1	パルひろばイベントカレンダー 発行*
	20	NPO・えん定期総会

\*は、パルスシステム東京の受託事業です

編集/発行 特定非営利活動法人 NPO・えん

〒135-0053 江東区辰巳1-1-34

TEL & FAX: 03-3522-0302

e-mail: info@npo-en.com

www.npo-en.com

www.facebook.com/npo.en.japan

https://twitter.com/npo\_en

