むなかた発。もっと知る、もっと楽しむNPO
Vol.32 SPRING

ふらぐ

この世界には
ロマンがある

¥0
TAKE FREE

ゆり庵の
豚まん（2個）
引換券が
当たる!!
詳しくはウラ面を
ご覧下さい。

ふらみさんに相談したらいいっちゃない!?

団体活動の〝見える化〟

目からのうろこ

子どものグリーフに寄り添いサポートする

ふらぐニュース

宗像市人づくりでまちづくり事業補助金

▶ひととまちとの交差点Vol. 12

表紙イラスト／司馬さやか

ふらみさんに相談したらいいっちゃない!?

ここはメイトム宗像NPOセンター
今日も悩める市民が相談に来ます

第4話「団体活動の“見える化”」

教えて!ふらみさん

漫画の中に出てくる事柄や用語を紹介

広報力とコミュニケーション力を高める

活動を理解してくれる人や共感して協力してくれる人の輪を広げ、より充実した活動にしていくためには、団体の“広報力”と“コミュニケーション力”が必要になります。広告会社である電通が日本 NPO センター（東京）とともに取り組んでいるプロジェクト「伝えるコツ」をオンラインでじっくり学んでみませんか?チラシをつくりたい、WEBやSNSを活用したい、団体を活性化したい、人材を集めたいなど、お悩み中のあなたに響く19のコツが学べます。

「伝えるコツ」とは

NPO（市民活動団体）が活動を広げていくためのコミュニケーション力向上を支援するプログラム

「伝えるコツ」動画一覧はこちら

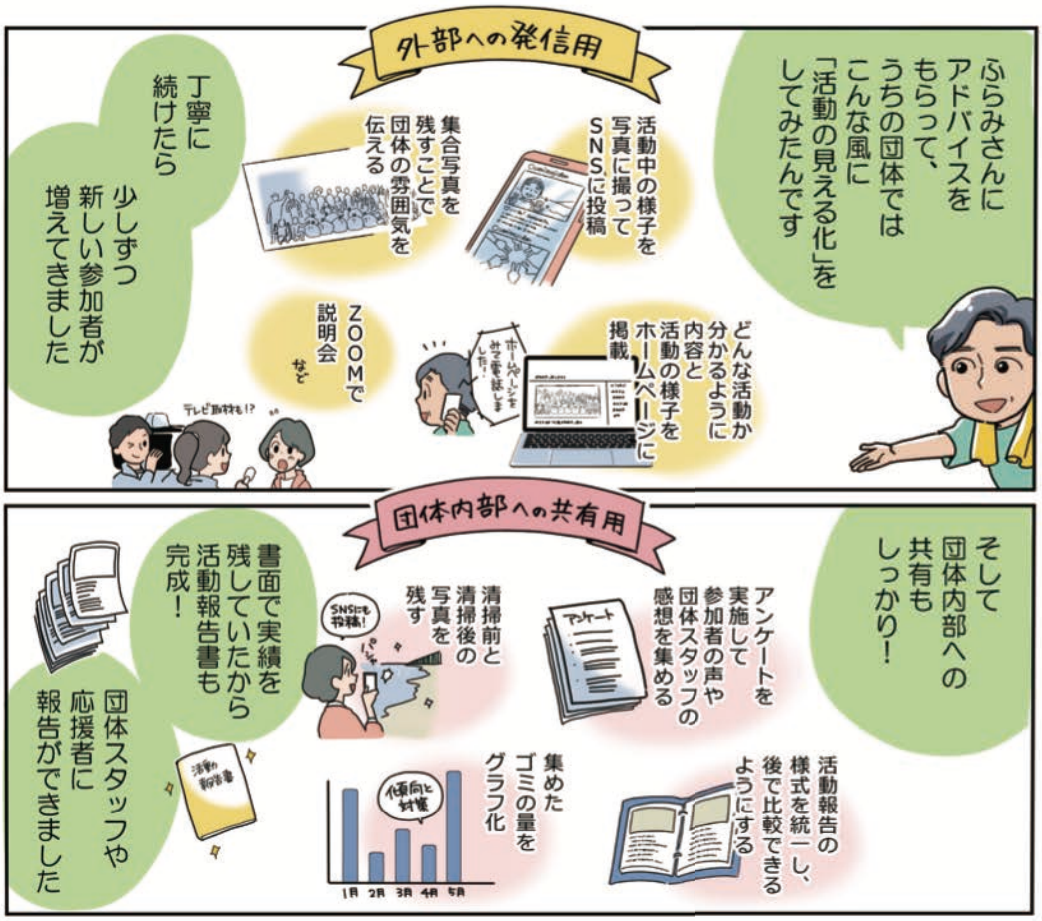
オンラインで会議を開催してみませんか?

インターネットにつながる環境があれば、パソコンやスマートフォン、タブレットを使って誰でも簡単に会議を開催することができるアプリ「Zoom」。コロナ禍でなかなか集まることができない今、Zoomを使ってオンラインでつながってみませんか?アプリのインストール方法からQ&Aまで、わかりやすくまとめたマニュアルをぜひご活用ください。

Zoom超基礎マニュアルはこちら

問合せ先

宗像市 市民活動・NPOセンター
［運営］一般社団法人 PENTAGON
TEL：0940-36-0311（平日9:00～17:00）
MAIL：info@pentagon67.com



Vol.12

ひとまちとの交差点

宗像のまちで秘かに活動する魅力的な人。
その「ひと」が「まち」と出会い、交わるきっかけを、
ふらぐ編集部のアンドゥが取材してきました。

ふらぐ編集部
アンドゥ

共に活動してきた仲間と

人が集まり交流する場所に

中国文化に詳しい講師を招いて

2019年から宗像市田久にある「アロマリーネ香音（かのん）」を拠点に活動を始めた河村さん。ボランティアを20年以上続けている河村さんに、その想いと活動の拠点をもつことを選択した理由を伺いました。

アンドゥ：ボランティア活動を始めたきっかけを教えてください。

河村さん：私は保育士の資格を活かして、古賀市の病院で母子ケアの仕事をしていました。その中で入院している方にアロマオイルを使ったマッサージもしていたんです。20年くらい前ですが、まだどこの病院も導入していなくて。皆さんにとても喜んでもらっていました。都合により病院での仕事は辞めることになりましたが、評判の良かったアロマは、ボランティアとして活動を続けることにしたんです。

アンドゥ：病院でボランティアをされていたんですね。

河村さん：はい。今までは病棟でしていたので、今度は待合室でやろうと思って。それなら通院で来られた方も受けられますからね。最初は一人でやっていたんですが、「私も資格を持っているのでやりたいです」と病院で声をかけられたり、アロマを学ぶ方が集まる会でボランティアの話をしたら「やりたい」と手が上がったり。少しずつ人数も増えてきたので、病院にアロマ部を作って7～8人のメンバーで活動していました。

アンドゥ：河村さんの活動の原動力となっているものはなんでしょうか？

河村さん：やっぱり喜んでもらえるってことが一番ですね。喜ばれることで自分も生かされている、というか。子どもの頃から、相手に喜んでもらえることをするのが好きでした。でも、自分一人の力ではここまで続けることはできなかったと思います。楽しそうに活動していたら皆さんが寄ってきてくれて、活動に賛同してくれて、助けてくれて。すごくありがたいと思っています。

アンドゥ：現在は、「アロマリーネ香音」を拠点に活動されているそうですね。

河村さん：例えば講座を開催しようと思った時、まずは場所を探して押さえないといけないんです。それが毎回大変で。活動拠点をもっていれば、ちょっと集まってお話もしやすいし、他に活動をしている方にも使ってくださいって言えますしね。でも、全然計画的じゃないんですよ。偶然ここでお店をしていた方が辞めるって話を聞いて、じゃあ次は私が借りようかなって。

アンドゥ：その行動力すばらしいですね！団体の活動でもさまざまな分野の講師を迎えて講座を開催されていますよね。

河村さん：雑誌やインターネットなどで魅力的な方を見かけたら直接会いに行って、その場で講師をお願いすることもあります。私の好奇心とパッションで動いているんですが、自分が楽しいと感じることは他の方も楽しんでもらえるんじゃないかという気持ちで場をつくっています。

アンドゥ：コロナ禍で河村さんたちの活動にどのような影響がありましたか？

河村さん：病院での活動はすべて休止となりました。アロママッサージは人の肌に触れますからね。ただ、私にはこの拠点があったので、一緒に活動してきた仲間に「ここでやらない？」って声をかけることができたのは嬉しかったですね。

アンドゥ：今後の活動について教えてください。

河村さん：アロマの香りやマッサージってあくまで手段で、皆さん半分はお話をしに来られているんですよね。これから、本を通じて交流する「まちライブラリー」やものづくりの講座など、さまざまなイベントを検討しています。イベントをきっかけに人が集まり、美味しいお菓子を食べながらお話をする。私はここを気軽に人が集まり、生活を楽しめる場所にしたいと考えています。

河村 寛子さん
からふる宗像 代表

福岡県古賀市出身。病院等を中心にアロマの香りとマッサージで心と体を癒すボランティア活動を20年以上。2017年から宗像市で市民活動団体「からふる宗像」の活動も開始。専門知識を持つ講師を招いて講座を開催するなど、地域住民が交流する場をつくるため日々精力的に活動をしている。

“あなたにとっての交差点は、どこですか？”

“気軽に人が集える活動の拠点をもったこと”

「まちライブラリー」について、詳しくはふらぐバックナンバーVol.13をご覧ください

目からのうろこ

第23つぶめ

濃いめの顔と、気になる情報をキャッチする鋭い目線のタチバナが地域で取り組む活動を取材してきました。

子どものグリーフに寄り添いサポートする

東日本大震災から10年が経過した。災害で親や子ども、友人を亡くした人たちの葛藤は幾度となくメディアでも報道されてきた。死別は災害に限ったものでなく、病気や事故、自殺など様々な理由がある。大切な人を亡くし心に傷を負う子どもたちをサポートする「NPO法人 こどもグリーフサポートふくおか」を取材した。

ふらぐ編集部
タチバナ

大切な人を亡くした子どもたちが安心できる場を

こどもグリーフサポートは、福岡市内に拠点を置き、グリーフを抱えた子どもたちをサポートするNPO法人だ。設立のきっかけは2011年、あしなが育英会による『小中学生のつどい』が福岡県で開催されたことによる。福岡県にはグリーフを抱える子どもたちのための居場所づくりはなかったことから、今後も継続的に若者の集いを開催する必要性を感じ、その場に関わった人たちで団体を組織した。2013年に第1回目となる『子どものグリーフサポート講演会』を主催した。

設立から現在に至るまで、グリーフを抱えた子どもや親が安心できる場として『大切な人を亡くした子どもの集い』を開催し続けている。集いは、1回2時間程度のプログラムで、主に小学生を対象に死別を経験した子どもたちが参加する。集いでは「固いものを投げない」「ここで聞いたことは内緒だよ」など安心安全に過ごすための最低限のルールのもと、遊んだり、おしゃべりしたり、時には何もしなかったり、思い思いに過ごす。プログラム中、同行した保護者は、別室で過ごすか外出することもできる。「グリーフは心や体に起こる変化や反応です。スタッフは、子どもに寄り添うことを意識し、指示や指導、評価などはしない関わり方をします。私は幼稚園教諭として働いていますが、子どもへの関わり方は全く違います」そう話すのは団体で代表を務める桂城愛さん。

※グリーフとは…
大切な人を亡くした時に、心や体に起こる変化や反応のこと。

※あしなが育英会とは…
病気や災害、自死（自殺）などで親を亡くした子どもたちや、障がいなどで親が十分に働けない家庭の子どもたちを、奨学金、教育支援、心のケアで支えるNPO。1993年の設立以降、全世界で活動を展開する。

冒頭に行う〝はじまりのわ〟で、子どもたちに、ここは大切な人を亡くした子どもの集いだということと、安心安全に過ごすためのルールを伝える。〝遊びの時間〟は何をするのも自由で子どもが自分で選択することを尊重しているという。「スタッフが心がけるのは、傾聴・リフレクション・同じエネルギーで動くという3つです。たくさん話をする子もいれば、走り回る子や、入口のところで佇んでいる子もいます。それぞれの子どもに合わせて、スタッフも一緒に走り回ったり、何も話さず側にいるだけのこともあります。ここにくる子どもの表現すべてがグリーフと捉え、子どもたちに寄り添うことを大切にしています」。

子どもたちに寄り添うのは、コアメンと呼ばれる団体スタッフとファシリテーターと呼ばれるボランティアスタッフ。団体では、年に一度2日間の集中講座「ファシリテーター養成講座」を通じ、ファシリテーターを育成している。講座を経て登録しているファシリテーターは30人ほどで、集いの際に子どもたちへ寄り添うことが主な役割となる。

桂城さんに訪れた2つの転機

桂城さんは、高校生の頃に父親を亡くした経験を持つ。転換点が訪れたのは高校生の頃。あしなが育英会が主催する『高校奨学生のつどい』に参加した。当初は参加することに乗り気ではなかったという。「私は大丈夫、必要としていないと思っていました。集い自体に対してもどこか暗いイメージがあって気乗りしなかったのですが、絶対参加したほうがいいという姉の勧めで渋々参加しました。集いには、自分より年下の子たちもたくさん参加していました。〝なんでこんないい子たちが苦しまなくてはいけないんだろう〟と激しく心を揺さぶられ、考えが大きく変わりました」。集いへの参加をきっかけに、同じような境遇を持つ子どもたちの力になりたいとの思いが強くなったという。そこから学生ボランティアの活動を続け、こどもグリーフサポートふくおかの立ち上げの際から主要メンバーとして団体を支えてきた。

次ページにつづく◀

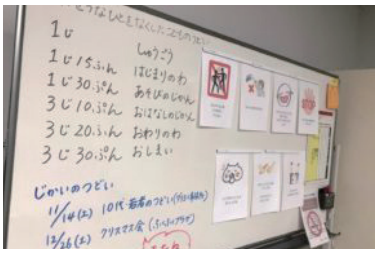
プロフィール

NPO法人
子どもグリーフサポートふくおか
代表理事
桂城 愛さん

大学在学中にあしなが育英会の学生スタッフを経験後、子どもグリーフサポートふくおかの団体設立時から関わる。普段は宗像で幼稚園教諭として働きながら、2020年6月より代表に就任した。

◎子どもグリーフサポートふくおか
WEB／https://www.grie-fuku.com　E-mail／info@grie-fuku.com

スタート前の集いの会場の風景



集いの1日の流れ

2020年6月には団体に大きな転換点が訪れる。これまで代表を務めた秋田さんが監事に就任することになり、新たな代表を桂城さんが引き受けることになった。団体を解散する・事業を縮小する・継続するかの選択肢があったが、子どもたちにとって集まる場がなくなるのは良いことではないと継続していくことを決断した。「私は主に集いという現場で活動してきたので、前代表のような動きはできません。私ができないところを助けてくれる心強いメンバーがいるので、やってみようと引き受けました」。

見過ごされがちな子どものグリーフ

代表に就任してから、新たな分野との連携も模索しているという。「〝お寺でつなぐグリーフサポート〟というお坊さんがグリーフを学ぶ企画で、ゲストスピーカーとして子どものグリーフについて話をしました。その中で興味を持ってくれるお坊さんも何人かいて、子どものグリーフの必要性を感じていただきました。今後、お寺を訪問するなどしながら、何ができるかを検討していきたいなと思っています」。お坊さんからは、子どものグリーフは盲点でしたという言葉もあったそうだが、社会全体としても、子どものグリーフは見過ごされがちになっていることを桂城さんは懸念する。「子どもは感情をうまく言葉として表現できないので、子どもたちが抱える不安や喪失感に気づかれにくいのが現状です。ですが、大切な人を亡くして何も感じない子どもはいません。周りに大切な人を亡くされた家庭があれば、私たちの存在を伝えたり、子どもたちに関心を持ってもらうだけでも」と語る。

また、どこでどんな団体がグリーフのサポートをしているかなどの情報が点在しているため、本当にケアが必要な人に情報が行き届いていない現状もあるという。「最近、私たちの活動の枠とは少し異なる内容の問い合わせをいただくことが増えました。ですが、どこへつなぐべきかわからないことも多くて。先日参加したオンラインの講習会で、北海道でグリーフの内容に応じてケアする団体をまとめた〝ピアサポートMAP〟が制作されていることを知りました。情報が可視化されていれば私たちがつなげることもできるし、必要としている人にも届きやすい」と関心を示す。

今後に向けて、団体の設立のきっかけともなった〝若者〟を対象にした集いの開催についても進めていきたいと桂城さん。「死別を経験した人たちの集いは縦割りなんです。交通事故や自殺など、死別ごとに遺族の分かち合いの会は存在しますが、死別理由を問わない場は多くはありません。若者にとっては死別の垣根を超えて、誰でも参加できるグリーフサポートの場が必要だろうなって思います」。自身の経験をもとに、同じような境遇にある若い人たちをサポートしていきたいと桂城さんの思いは強い。

集いの最後「おわりのわ」の一場面

2021年3月3日(年4回)発行　編集／一般社団法人PENTAGON　編集長／立花祐平　編集委員／執行沙恵・仲西浩一・安東優子　デザイン／谷口竜平　表紙イラスト・漫画／司馬さやか(https://shiba-sayaka.net/)
発行／〒811-3437　福岡県宗像市久原180 メイトム宗像　宗像市市民活動・NPOセンター内　編集部☎0940(36)0311　E-MAIL:info@pentagon67.com

Furagu News

宗像市人づくりでまちづくり事業補助金

子育て支援、環境保全、健康づくり、スポーツ振興、国際交流など各種分野で人材育成や協働によるまちづくりにつながる活動を支援する補助金です

◎ 申請期間：4月1日(木)から4月16日(金)正午まで
◎ 対　　象：市内に活動拠点を有し、3人以上で構成する市民活動団体
◎提出・問合せ先：宗像市市民活動・NPO センター(メイトム宗像内)
TEL:0940-36-0311 受付時間9時～17時(土日祝日は除く)
※申請を希望する団体は、事前にご相談ください。

補助金の種類
●自由提案型事業
●行政テーマ型事業
●チャレンジ支援型事業

CLICKによるプログラミング教室の様子

アンケートプレゼントコーナー

ゆり庵の豚まん引換券をプレゼント!

右記QRコードからアンケートに答えていただいた人に抽選でゆり庵の点心「豚まん(2個)の無料引換券」をプレゼント！当選者の発表は2021年4月下旬、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
ゆり庵の点心／住所：福岡県宗像市くりえいと1丁目5-1(サンリブくりえいと宗像内)
連絡先：0940-39-3990　肉まんの金額：250円(冷凍270円)

抽選で5名

応募締切は2021年4月15日(木)アンケートはこちら!!

※チケット有効期限が2021年5月31日(月)までとなっております。ご了承ください。

¥0 TAKE FREE　PENTAGON 宗像　ふらぐバックナンバーはこちらから！
https://pentagon67.com