

北海道立市民活動促進センターは、営利を目的としない、地域の様々な課題を自ら解決しようとする道内の市民活動を応援しています。

特集

道内で活躍する市民活動を紹介します

平成 25 年度の当センター事業で、道内で活躍している市民活動団体の活動を集録した「活きいきまちづくり～北海道の市民活動レポート 2013」（当センターホームページで閲覧できます）を作成しました。その一部を抜粋して順次ご紹介しています。

今回は「十勝未来創世プロジェクト（芽室町）」「陽向ぼっこ（白糠町）」の 2 団体の活動をご紹介します。

十勝未来創世プロジェクト(芽室町)

～ 若者たちの“夢”が十勝の未来を創造する ～

「こんな熱い若者が十勝にいたのがうれしい。十勝は安泰だ」と地元の大人たちも熱い支持を惜しまないのが「十勝未来創世プロジェクト」。

メンバー一人ひとりの夢を叶えることによって十勝の未来を創造することを目的に立ち上げたものだ。農業者、会社員、編集者など異業種で働く 30 歳前

後の若い男女 11 人。

プロジェクトチームが何かを成し遂げそうだという芽は 2011 年 12 月 9 日に遡る。「グローバル十勝異業種交流会」―「僕たちがする



異業種交流会からプロジェクトはスタートした

べき産業間の連携とは何か？」をテーマに話し合っていくうちに、次第に「未来の十勝のためにこうしたい」という夢を語り合う場になっていった。

参加した芽室町の牧場に勤めている柏葉真伸さんが再度集まる機会を設け、翌年 1 月 7 日、異業種交流会が継続され、柏葉さんを代表とした十勝未来創世プロジェクトが発足することになった。

■ 『夢の本』を未来の子供たちに

地元十勝に対する思い入れが強い彼らにとって十

勝の魅力とは何なのか？

メンバーで地元の書店に勤める高橋智信さんは「十勝の魅力はひと。その“ひと”が豊かな十勝が好きだということは、メンバーみんなが根っここの部分として持っていると思う」と語る。

目的である十勝の未来を創造するために、次に掲げる 1 章から 3 章までを段階的に進めていくという。それぞれの章の内容はこうだ。

第 1 章、メンバー全員が夢を叶えるために使う『夢の本』を創り上げる。

第 2 章、その『夢の本』を片手にメンバー全員がそれぞれ自分の夢を叶える。

第 3 章、その夢を叶えたら自分たちが使っていた夢の本をもとに次世代の子供達に夢の大切さを伝える『夢の本～最終版～』を創り上げ、メンバーが勤める地元の書店から発信する。

この本の完成予定は 2014 年の 5 月 5 日、最終版は 2039 年 5 月 5 日までに創り上げて発信することでこのプロジェクトは終了する。

彼らの志の高さに加え、若さならではのフットワークの軽さも手伝って、立ち上げてから短期間で外にも内にも活動領域は一気に広がっている。

設立した年の 6 月には、「畑の朝活」という坂東農場(芽室町)のスイートコーン畑の真ん中で朝食をとる活動を始めた。次の年にはその畑にテラスを作り、様々な活動の拠点として利用、畑の持つ可能性を発

十勝未来創生プロジェクト（芽室町）

掘る場として活用している。

「コンビニで買ったパンで済ますような味気ない食事ではなく、みんな

で畑の恵みに感謝しつつご飯を食べたら美味しさは格段に違います。それに



「24 時間夢会議」では「十勝から世界に絵本を届ける絵本作家になりたい」など夢をとことん語り合った



十勝の魅力である畑の真ん中で味わう朝食は別格

なっていくんですよ」とメンバーの按田みさきさん。

同じ年の12月には、「24時間夢会議」という、24時間かけてメンバーの夢について話し合うユニークな試みも実施した。

■ 十勝の農と食を伝える

2013年2月22日から24日の4日間にわたって開催された「アジア・イノベーターズ・ローカル・フォーラム(AILF)」にも参加。

農業チームと商業チームに分かれ、フォーラムのメインである「俺」分科会に参加。テーマである『「俺」の夢・地域作りへの思い』について夢や志、ビジョンをそれぞれのチームが発表した。このときに農業チームを「NAFL L」(Nature Agriculture Food Literacy and Life)という名で設立した。

このNAFL Lのプロジェクトとして、同年5月には畑の景観に新しい価値を具現化するため、音更町・佐藤農場のナタネ畑に畑の散歩道や展望台を作り、1日限定でライトアップも行った。

6月には、めむろ町民活動支援センター(NPO法人めむの杜運営)がめむろまちの駅で開いた食をテーマにした「夏至まつり&キャンドルナイト」で、農業や食材について自ら生産するナタネや小麦を題材に、メンバーたちがわかりやすく解説した。「圧搾機を使ってナタネから油を絞出す実演もしました。特に子供たちの反応はこちらが驚くほどでした。も

ともとの食材がどんな形なのかを知らない子供が多いので、本当の素材を見ることで、子供たちも食の大切さや魅力を感じ取ってくれたのでは」とメンバーで、農産物加工販売会社の役員を務める伊藤英拓さんは語る。

2014年の2月、NAFL Lのメンバーは循環型農業や十勝の未来につながることを学ぶ目的で、9日間に渡ってキューバを旅した。帯広市のフードバレーとかち推進協議会が実施する「十勝人チャレンジ支援事業」という新たな取組み(調査研究)を支援する事業に応募し、採用されたことで実現した。

こうした活動は、まとまりがなく目に見えるような直接的な効果をもたらしているわけではない。「それでも軸は一本通っているのです」と柏葉さん。「個活動の幅が広いので一見まとまりがないように見えますが、夢の実現のためには色々な活動をしなければならないのは宿命です。その夢の集合体こそが十勝の未来の創造につながると皆信じています。そして夢の大切さを未来の子供たちにも伝え、バトンをつなぎながら十勝を持続的に活性化させていくことがプロジェクトの大きな夢なのです」

「十勝の開拓者である依田勉三がつくった『晩成社』の人たちは大雪の日にも山を登り、十勝平野を眺めたのでしょうか。自分たちも同じように行動することで『次は自分たちだ』という気持ちを奮い立たせるためでした」(柏葉さん)

北海道から開拓者魂が失われてから久しい。でも、十勝という広大なフィールドで培われたスケールの大きなプロジェクトは、消えかかった開拓者魂の灯を再び勢いづかせ、やがて大きな火となって十勝の大地を照らしだすに違いない。

■ 連絡先

〒082-0001
河西郡芽室町平和西15線50番地1
十勝未来創世プロジェクト
代表 柏葉 真伸
TEL: 090-1649-0157
Email: masanobu0825@ae.auone-net.jp

NPO 法人 陽向ぼっこ（白糠町）

NPO法人 陽向ぼっこ(白糠町)

～ 高齢者の元気回復でまちの再生を目指す ～

ほんのりと甘い香りがあたり一面に立ち上ると、ほどなくこんがりキツネ色のおいしそうなワッフルとせんべいが次々と焼き上がった。「こんどは上手く出来たぞ」、「うん、これならみんな喜んで食べてもらえるね」。嬉しそうな会話が弾む。

ここは高齢者、とくに独り暮らしのお年寄りに栄養のある食べ物と収入の得られる職を提供し、ゆくゆくは町民全体の総合福祉の確立を目指し、4年前



高齢者の“食”と“職”確保の期待を担って完成したワッフル・朝の食卓と釧路啄木せんべい。食べるとほんのり甘く、元気が湧いてくる

にスタートした釧路管内白糠町のNPO法人「陽向ぼっこ」の仮事務所兼食品製造作業場。作っているものはワッフルとせんべいだが、過疎と高齢化に悩む地域の人たちの、自分たちの力で地域を盛り立て、生きてゆこうという熱い思いが込められている。

■ 寂れたまちの再生に思いを馳せる

「陽向ぼっこ」誕生のきっかけは、このまちで生まれ育った法人総務・儀同^{ぎどう}一義さん（75）、幹事・佐々木英憲さん（66）ら高齢住民4人が、6年ほど前のある日、次第に寂れゆく自分たちのまちが今、どうなっているかを知ろうと街中に出掛けたことから。

白糠町は漁業を中心に農業と林業で発展してきたまち。かつてはそれに炭砒もあって1970年代には人口2万7千人を数える道東有数の豊かな原料生産地だった。海辺の茶路市街地から内陸の北進地区まで石炭を搬出する鉄道・旧国鉄白糠線も敷かれ、多くの人の出入りで賑わった。それが時代の流れと共に炭砒は閉山、鉄道は廃止。前浜中心の漁業も次第に元気を無くし、少子高齢化と過疎化も急速に進んで2013年には9千人を切るまでに縮小。

現状を目の当たりにした儀同さんらは「これが我がマチか」とがく然。「このままでは地域が崩壊する。町も頼りにならない。それなら我々がやるしかない

ではないか」その思いが一同の胸にこつ然と沸き上がった。なかでも特に感じられたのが、高齢者の元気のなさ。さらに調べてみると月に数万円の収入しがなく、苦しい生活を強いられているほか、食事をおろそかにし、朝食を摂らないため栄養失調で医者にかかる年輩者が極めて多いことがわかった。

■ 4人を中心にNPO法人を立ち上げ

儀同さんらは、“町再生のカギは高齢者の元気回復”ととらえ、高齢者に働く場を提供し、同時に確実に朝食を摂ってもらうことを核とした総合的な生きがいがいづくりに必要と痛感、4人が中心となって「陽向ぼっこ」を立ち上げた。名前は、ひまわりがいつも太陽の方を向いて明るく決然と咲いているのになぞらえ、町民みんなが明るく元気に生きてゆこう、にちなんだ。町側にも高い意識を持ってもらうために、代表を元町議の田中修二さん（80）に引き受けてもらった。2010年（平成22年）のことだった。

働く場を創設し、朝食を確実にとってもらう。この2つのテーマを同時に解決する方法は何だろう。働く場は小ざれいで、家の中ででき、軽作業であることが必要。一方、朝食として毎日確実に摂ってもらうためには手軽で栄養豊富、しかもおいしくなくてはならない。NPOを立ち上げる段階でアドバイスを寄せてくれた町内の医師や札幌・藤女子大食物栄養学科の菊地和美教授らの助言もおおげ、導き出された結論がワッフルとせんべいの製造だった。

「これだ」。そう決まると一同の行動は早かった。早速、ワッフルとせんべい焼き機各1台を札幌から取り寄せ、試作に取りかかった。とはいえお菓子の製造は全員素人。焦がしたり、軟らかかったり、おいしくなかったり…。さんざん試行錯誤を繰り返した結果、今年（平成25年）になってようやく色、香り、味ともに、だれに食べてもらっても恥ずかしくない栄養満点の一品ができ上がった。お年寄りに食べてもらったところ「おいしくてやめられない。これで朝飯代わりになるなら毎日でも食べたい」と大好評。菊地教授も「おいしいし栄養も十分。これにジャムかハムを挟み、牛乳やサラダと一緒に食べ

NPO 法人 陽向ぼっこ（白糠町）

れば理想的な朝食でしょう。病人食や成長期のお子さんにもお勧めです。量産して市場に出回れば救われる人は大勢いると思います」と絶賛。そこで事務局はこのワッフルに「朝の食卓」、せんべいには釧路



今日も理想のワッフルづくりに励む儀同総務（左）と佐々木幹事。試作の繰り返しで手つきも慣れてきた

ゆかりの歌人・石川啄木の肖像と歌の焼印を付け「釧路啄木せんべい」と名付け、2014年（平成26年）春にも、職を望む高齢者に、沢山焼いてもらって、市販することにした。

一方この朝食開発の最中にも、町民に対する病気の予防の呼びかけや地元商店から買い物をしましょうキャンペーン、認知症にならないための日常生活のあり方、食生活の大切さなどを説いたパンフレットの全戸配布や講演会の開催等、町おこしには欠かせない運動も活発に行っており、町民の意識も少しずつ向上してきた。

■ 法人の基本目標、総合福祉ゾーンへGO

“食”と“職”の確保に一応のメドを付けた「陽向ぼっこ」は、NPOとして本来の目的に掲げた高齢者交流福祉施設「憩いの館」と入浴施設「陽向ぼっこの湯」、それに農業用のビニールハウスの実現に向けて走り出した。

「憩いの館」は、高齢者の働く場と生きがいがづくり、健康維持、ストレス解消と生きる喜びを総合的に実現する多目的施設。1階にワッフル、せんべい製造室、パン工房、売店2店、喫茶・食堂、カラオケルーム、NPO事務室などを配置。2階は製品を袋詰めにする包装の仕上げ室、軽スポーツのできるトレーニング室、碁将棋、マージャンが楽しめる娯楽室、談話室、宴会用お座敷などを設ける。

また、館の裏側には別棟で入浴施設を新築する。同町内に公衆浴場がなく、高齢者が厳冬期、釧路市内の風呂に行くため洗面用具を

小脇に抱えて寒そうにバス待ちをしている光景が日常的に見られることから、スタッフ全員が“ぜひもの”として新設する。

さらにビニールハウスは別の地に、花づくりや農業をやりたいお年寄りに自由に使ってもらい、収穫した作物は自分で食べたり、売店の商品に供してもらおう考え。

メンバーはこの館を中心とした一角を町福祉の中心としてとらえ、町民のだれもがここに来れば職あり、食あり、娯楽あり、話ができ、軽スポーツの後はお風呂でさっぱりと、心身ともに一日ゆったり過ごし、生きがいを感じ明日を生きるエネルギーを蓄えてもらえるゾーンとしたいと考えている。

これに係る予算はざっと2億円。メンバーの持ち出しや協力団体、個人の寄付などではどうていまかなえる金額ではない。そこで、高齢者就労や福祉施設建設、自立援助資金など高齢者や障がい者を対象とした国の支援制度を活用して資金調達するデータ集めを行っており、平成26年早々にも申告する。

「陽向ぼっこ」のスタッフは儀同さん、佐々木さんら現在でもわずか数人。協力団体こそ道内を中心に20近くと多いものの、収入は会員らの持ち出しと寄付が中心で、経営的には楽ではない。しかし一同は「苦しいのは最初から覚悟のうえ」と笑い飛ばし、儀同総務や田中代表は「誰もが『無理だろう』と思うことを実現させて初めて成功といえる。絶対やりとげますよ」と意気軒昂。白糠町駅前の福祉ゾーンに館と浴場が完成し、老若男女が三々五々集い、交流し、笑いさんざめく日が一日も早く訪れることを全町民が待っている。

■ 連絡先

〒008-0562
白糠郡白糠町東1条南1丁目2-27
NPO法人 陽向ぼっこ
代表 田中 修二
総務・事務局長 儀同 一義
TEL：01547-5-4444
FAX：01547-5-3020



2014年春にも町民福祉の中核・「憩いの館」となる現「陽向ぼっこ」の仮事務所

センターインフォメーション

◆きれいなチラシを作ろう！ ～印刷機の上手な使い方～◆

◆作業コーナー

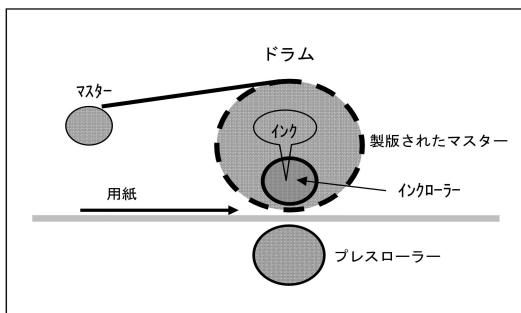
当センター作業コーナーには、印刷機・紙折機・丁合機・裁断機が設置されており、市民活動団体の会報やチラシの作成にご利用いただいております。印刷機は黒・赤・青からの2色刷りが可能な機種で、低廉な費用で印刷ができます。印刷機は、コピー機と仕組み特性が異なります。それを理解し、きれいなチラシを作ってみませんか。



◆印刷機ってどんな仕組み？

コピー機は読み取った絵柄に合わせて、感光体にトナー（粉末）を付着させ、熱転写します（アイロンかけみたいに・・・）。印刷直後の紙が熱いのはこのためです。

一方、印刷機は読み取った絵柄に合わせ、マスターという特殊な紙に極小の穴を空け「版」を作り、この版をドラム（筒状器具）に巻きつけてインクを塗り、ローラーで押さえて紙に転写します。仕組みは昔の「ガリ版」や「プリントゴッコ」と同じです（話がちょっと古い???）。

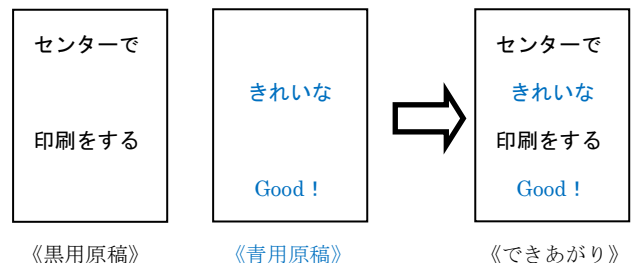


◆2色印刷のために

センターの印刷機は前図のドラムが2つ入っており、色を変えて2製版することで、1回で2色印刷ができます。



2色印刷にはいくつかの方法がありますが、色ごとの原稿を2枚作り（フォントを透明や白色にして同じ位置に印刷）、製版するときれいにできあがります（重ねると仕上りのイメージ）。



◆その他、印刷機の豆知識

印刷機はインクを使うので、紙に付着するインクの量が多いと、きれいに印刷できません。また、紙がドラムに巻き付いたり、トラブルの原因にもなりかねません。外枠のベタ塗りや全面白抜き文字などの印刷は、印刷機に向いていません。

他にも、色の濃淡を原稿どおりに印刷するのは苦手です。写真などは鮮明に印刷されませんので、その点を考慮した印刷を心がけましょう。

【不向きな原稿例】

ベタ塗り 白抜き の 原稿	写真など の濃淡は うまく 出ない	そのほか 薄すぎる ツルツル などの 紙は 苦手！
------------------------	----------------------------	--

◆ 助成金情報 ◆

●ニッセイ財団 2015 年度高齢社会助成●

地域福祉チャレンジ活動助成

「共に生きる地域コミュニティづくり」～人生 90 年時代の社会システム・地域づくりへのチャレンジ～を基本テーマとした助成

■テーマ

地域包括ケアシステムの展開につながる次の4つのテーマのいずれかに該当する活動

1. 認知症（若年認知症を含む）の人の地域での生活を支えるチャレンジ活動
2. サービスの創出に向けてのチャレンジ活動
3. インフォーマルサービスとフォーマルサービスの連携による地域づくりに貢献するチャレンジ活動
4. 医療と介護の連携を実現するためのチャレンジ活動

■助成対象団体

次の2つの要件を満たしている団体（法人格の有無は問いません）

- ①助成テーマにチャレンジする意欲がある団体
- ②他の団体・機関・住民組織等と協働で活動する団体

■助成件数：2 件

■助成金額：2 年最大 400 万（1 年最大 200 万）

■助成期間：2015 年 10 月より 2 年間

■応募期限：2015 年 5 月 31 日(日)消印有効

■応募先：日本生命財団高齢社会助成事務局

TEL：06-6204-4013

FAX：06-6204-0120

※ 詳しくは、次のホームページをご参照下さい。

<http://www.nihonseimei-zaidan.or.jp>

●公益財団法人キリン福祉財団●

平成 27 年度

「キリン・子ども「力」(ちから) 応援事業」

■助成対象活動

子どもたちが健全に成長していくことを願い、「子どもたち自らが主体となって計画・実施する活動」を助成します。本事業は親などの大人が主体となり、子どもの健全な成長を願う“子育て”とは異なり、子どもたち自らが“主体”となることから、大人ではなく子ども自身を申込者とさせていただきます。

■助成対象団体

18 歳以下のメンバーが中心となって活動する 4 人以上のグループ。

（既にあるグループでも、今回の計画のために新たに結成するグループでも構いません。）

■助成金額

1 件(一団体) あたりの上限額 15 万円 (総額 500 万円)

■応募期限：2015 年 4 月 30 日(木)消印有効

■応募先：公益財団法人キリン福祉財団

TEL：03-6837-7013

FAX：03-5343-1093

※ 詳しくは、次のホームページをご参照下さい。

<http://www.kirinholdings.co.jp/foundation/>

●NPO 法人財団法人「コミュニケーション・ファンド」(ドット JF MCF)●

2015 年度 (第 13 回)

ドコモ市民活動団体への助成

「子どもを守る」「環境を守る」をテーマに、それぞれの地域で、将来の担い手である子どもの育成や地球環境保護に取り組んでいる市民活動団体への助成

■助成対象団体

(1)日本国内に活動拠点を有する民間の非営利活動団体で NPO 法人などの法人格を有するもの、または取得申請中の団体で 8 月末までに法人登記が完了見込みの団体。なお、活動実績が 2 年以上であること（法人格を有する以前の活動実績を含みます）。

(2)複数の団体が連携した協働事業の場合は、代表申請団体が上記(1)の要件を満たしていることを条件とします。地域の中間支援組織(NPO 支援センターなど活動支援団体)を代表申請団体とする場合に限り、法人格の有無は問いませんが、任意団体の場合は、会則、規約又はそれに相当する文書を有し、適正な事業計画書、予算・決算書が整備されていることを条件とします。

■助成対象活動

「子ども分野」

- ①不登校・ひきこもりの子どもや保護者に対しての精神的・物理的な支援、復学・社会的自立支援活動
- ②児童虐待や DV、性暴力などの被害児童・生徒を保護・支援する活動
- ③非行や地域犯罪などから子どもを守るための支援活動
- ④子どもの居場所づくり
- ⑤発達障がいのある児童・生徒の支援活動
- ⑥東日本大震災で被災した子どもたちの支援活動 他

「環境分野」

- ①省エネ、再生可能エネルギー導入の推進など、低炭素社会の実現に向けた活動
- ②リデュース・リユース・リサイクルなど、循環型社会を形成するための活動
- ③森林管理、里地・里山づくり、希少生物の保護など、地域の生物多様性の保全に繋がる活動
- ④化学物質・有害物質対策により地域住民の安心・安全を確保する活動
- ⑤環境教育、環境情報を通じた双方向のコミュニケーションを促進する活動 他

■助成金額：標準額：50 万円、上限額：100 万円

■応募期限：2015 年 4 月 24 日(金)必着

■応募先：NPO 法人財団法人「コミュニケーション・ファンド」(ドット JF MCF)

TEL：03-3509-7651

FAX：03-3509-7655

※ 詳しくは、次のホームページをご参照下さい。

<http://www.mcfund.or.jp/>

◎ 北海道立市民活動促進センターのホームページ

では、助成金情報や北海道庁からの役立つ情報などを随時更新中です。ぜひアクセスして下さい。

<http://www.do-shiminkatsudo.jp/>