
いるまアクティブシニア^{よせよせ}余生与世事業

総括報告書(平成30年度～令和2年度)

令和3年3月

NPO 法人まちづくりサポートネット元気な入間

はじめに

この報告書は、平成30年度から令和2年度に実施した《いるまアクティブシニア「余生与世事業」》の3年間の成果をとりまとめたものです。

アクティブシニア支援事業は埼玉県の補助事業で、その一つとして《いるまアクティブシニア「余生与世事業」》は、入間市と協働で当法人が企画したものが平成30年度に県内17市町村とともに採択されました。この事業はシニア世代を対象にしたもので、閉じこもりがちなシニアをアクティブに活動する市民として増やすこと、すなわち、市民活動・ボランティア活動・地域活動などの地域貢献、社会貢献を行う人材育成を図ることを目的としています。事業内容としては、講演会、講座、まちづくり元気塾を開催し、市民活動のすそ野を広げて地域と地域活動の活性化に寄与するものです。

平成30年度には、「鳥越俊太郎氏講演会」、講座・ワークショップとして「糸で結ぶ入間・川越」、「クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ」を開催しました。令和元年度には、「東国原英夫氏講演会」、講座・ワークショップとして「アクティブシニアでいるために先輩に聞いてみよう」、「定年後につかんだ笑顔の毎日」を開催しました。

この事業の最終年度に当たる令和2年度には「いるま元気塾」を開講し、第1回講座では「森永卓郎氏講演会」、第2回講座では「身体と脳が喜び、笑顔になる」、第3回講座では「自分の楽しみは自分で見つけよう」、第4回講座では「健康寿命の基盤づくり」、第5回講座では「グループ別で行動プランを考える」を各界の学識経験者・専門家に講師をお願いして実施しました。

残念ながら、第6回講座の「グループ発表・卒業式」は、新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言に伴って、会場の入間市市民活動センター(イルミン)の臨時休館のため、やむを得ずこの年度の事業としては中止となりました。今後、コロナ禍が落ち着いた段階で講座再開を検討する予定です。また、元気塾の塾生の皆さんに対しては、まちサポの事業として今後もフォローアップを続けていく方針です。

平成17年(2005)に市民団体と入間市をつなぐ中間支援組織としてまちサポを設立し、平成23年(2011)にNPO法人化した当法人は、今年で設立16年目を迎えます。

節目となる設立15年目を挟んで、このような事業に巡り合えることができたのは、埼玉県、入間市をはじめ関係各位のご支援によるもので、今後も中間支援組織としてより一層の努力を惜しまず、市民社会の構築に邁進していきます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

令和3年3月吉日

NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間

代表理事 木内勝司

目 次

1.事業概要	1
1)事業名	1
2)事業期間	1
3)実施目的	1
4)事業内容	1
5)推進体制	2
2.平成30年度実績	3
1)鳥越俊太郎氏講演会	3
2)糸で結ぶ入間・川越	6
3)クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ	8
4)人財塾	10
3.令和元年度実績	11
1)東国原英夫氏講演会	11
2)アクティブシニアでいるために先輩に聞いてみよう	21
3)定年後につかんだ笑顔の毎日	27
4.令和2年度実績	32
〈いるま元気塾講座〉	34
1)第1回講座(森永卓郎氏講演会)	34
2)第2回講座(体と脳が喜び、笑顔になる)	36
3)第3回講座(自分の楽しみは自分で見つけよう)	37
4)第4回講座(健康寿命の基盤づくり)	39
5)第5回講座(グループ別で行動プランを考える)	42
6)第6回講座(グループ発表)	44
〈課外授業〉	46
7)いるまのまち散歩	46
8)加治丘陵自然探勝路散策	48
〈参考資料〉	53
参考-1.元気な入間のまちづくり	53
1)元気な入間のまちづくりの経緯	53
2)「まちサポ」のアウトライン	53
参考-2.入間市市民活動センター(イルミン)と登録団体	54
1)入間市市民活動センター(イルミン)	54
2)登録団体	54

1. 事業概要

1) 事業名

いるまアクティブシニア「^よせ^よせ^よせ」事業

～シニア世代を“ひっぱり”出してアクティブに活動する市民を増やす事業～

2) 事業期間

・平成30年4月1日～令和3年3月31日

3) 実施目的

・閉じこもりがちなシニアを「ひっぱり出し」⇒「やってみようかな」⇒「本気で取り組む」など、シニア世代を対象に、市民活動・ボランティア活動・地域活動などの地域貢献、社会貢献を行う人材の育成を目的とする。

4) 事業内容

・講演会、講座、まちづくり元気塾を実施し、市民活動・ボランティア活動・地域活動などの地域や社会に貢献する人材を育成し、市民活動のすそ野を広げて地域と地域活動の活性化に寄与する。

〈平成30年度〉

○鳥越俊太郎氏講演会 「アクティブシニアでいるために」・アクティブカフェ
H30.9.21 入間市産業文化センター 参加者 402名
○藤井美登里氏 講座・ワークショップ「糸で結ぶ入間・川越」 H30.11.16 入間市市民活動センター 参加者 57名
○鈴木一男氏 講座・ワークショップ「クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ」H31.1.17 入間市市民活動センター 参加者 55名
※^よせ^よせ^よせクラブ登録者(地域デビュー準備情報) 268名

〈令和元年度〉

○東国原英夫氏講演会/プレシニア・シニア世代を対象とした講演会・市民活動紹介
R01.9.16 入間市市民会館 参加者 967名
○地域デビュー講座・ワークショップ
第1回アクティブシニアでいるために先輩に聞いてみよう」R01.11.16 入間市市民活動センター 参加者 47名
第2回「定年後につかんだ笑顔の毎日」R02.1.18 入間市市民活動センター 参加者 48名 ※^よせ^よせ^よせクラブ登録者 372名

〈令和2年度〉

○いるま元気塾開講

- ・概ね 50 歳以上のプレシニア・シニアを対象、地域デビューを果たすことを目的に、シニアのニーズに合った具体的な活動紹介や体験を座学・ワークショップを中心に講座を展開
- ・活動を実際に体験しながら、デビューの方向性、デビューステージを決定
- ・初年度、2 年度の事業参加者を含むシニア層を対象に、9 月 12 日に入塾説明会、10 月 10 日に第 1 回講座(森永卓郎氏講演会)～翌年 1 月 16 日に第 6 回講座(グループ発表)。分野やスキルの内容を勘案した講座を行った。
- ・卒業する塾生 28 名で地域デビュー(既存市民団体へ参加+新規団体設立)

5) 推進体制

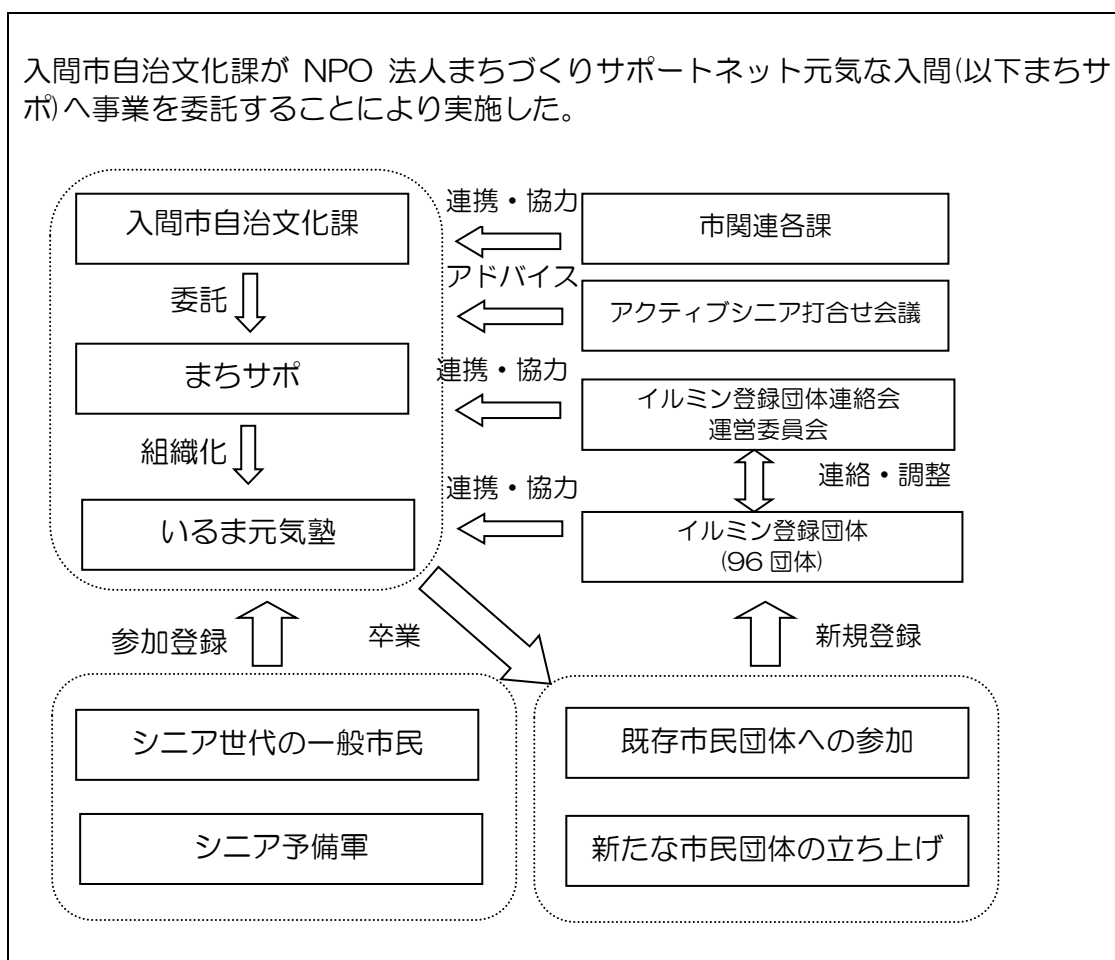


図1-5-1 アクティブシニア「余生与世事業」の推進体制

2. 平成 30 年度実績

1) 鳥越俊太郎氏講演会

平成 30 年 9 月 21 日
(金) 13:30～15:30、入間市産業文化センターで、鳥越俊太郎氏の講演会を開催しました。キャンセル待ちが多数出るなど満席という状況で、市民活動団体等のパネル展示の内覧会(アクティブカフェ)も多くの市民でにぎわいました。この事業は埼玉県共助社会づくり課のモデル市町村への補助事業で、まちサポは入間市の自治文化課と協働で企画し、県内の 17 市町村の一つとして今後 3 年間の「いるまアクティブシニア余生与世(よせよせ)事業」が採択されたもので、鳥越さんの講演会はその第一弾です。



講演会
「余生与世事業」
アクティブシニアのために
鳥越俊太郎
どりごえしゅんたろうさんに
聞いてみよう!!

鳥越俊太郎: 1940年12月生まれ、埼玉県入間市出身。毎日新聞社(シニア版)編集長を務めた。その後、フリーランスとして講演活動(「ササケ」)や、ボランティア活動(「いきま」)などに取り組む。2013年から始め、スピードラーで英語学習を始める。現在は、入間市で「いきま」の運営に力を入れている。

いるまアクティブシニア「余生与世」事業とは…
「何か活動してみたいけど、どこからはじめたらいいの?」
そんなあなたを「ひっぱり」出して、「何かやってみようかな」と振り返らせてその先にさせる事業です!

日時: 9月21日(金)
会場: 入間市産業文化センター
開場時間: 12時30分 / 開会: 13時30分
参加費: 無料 / 定員: 400人
対象: 入間市に在住・活動の55歳以上の方
共催: 入間市・まちサポ (NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間)

お問い合わせは
まちサポ
受付時間: 10:30～17:00(月～土)
電話番号: 04-2964-2511

※お申し込み方法は、
チラシをご覧ください。
※当日は、入間市の
市民活動センター(旧市庁舎)の
ホールで開催します。

●当日は、手話通訳、要約筆記、ヒアリンググループがあります。



講演会の冒頭に、入間市の代表的な市民団体に壇上に出てもらい、活動の内容や今後の抱負などについてインタビュー形式で話題提供がありました。鳥越俊太郎氏は、これまでの経験やシニアライフを楽しく豊かに過ごす5つのコツについて話をしました。1.健康に留意する。2.明るく、朗らかに過ごす。3.くよくよしない。4.仲間を作り、仲良く話をする。5.希望を捨てず、前向きに暮らす。なるほど、当たり前のことですが、これができれば、楽しく、元気なシニアが過ごせそうです。

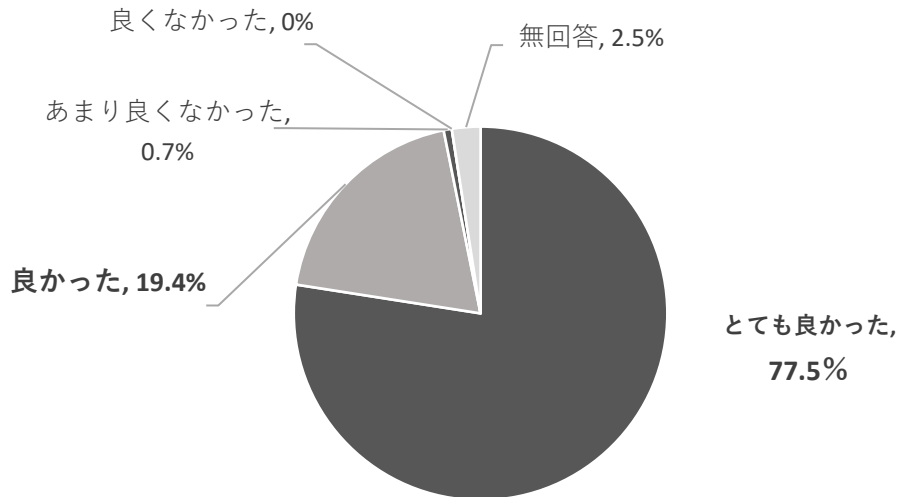
参加者の皆さんにアンケートを書いてもらいました。その結果は次の通りです。

「鳥越俊太郎 講演会」 アンケート集計結果

アンケート回収枚数 284 枚/402 名 (回収率 70.6%)

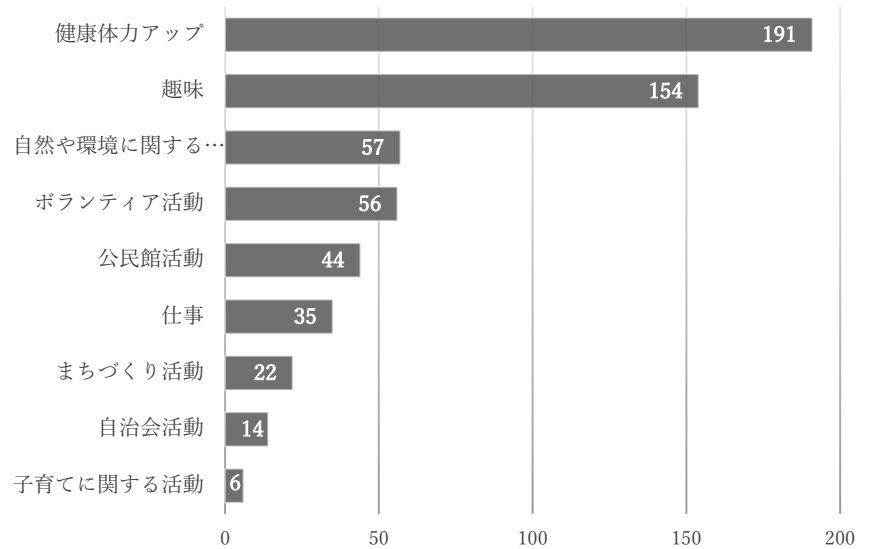
1. 講演会はいかがでしたか？

とても良かった	良かった	あまり良くなかった	良くなかった	無回答
220	55	2	0	7



2. アクティブシニアでいるためにやってみたいこと (複数回答)

健康体力アップ	191	67.3%
趣味	154	54.2%
自然や環境に関する活動	57	20.1%
ボランティア活動	56	19.7%
公民館活動	44	15.5%
仕事	35	12.3%
まちづくり活動	22	7.7%
自治会活動	14	4.9%
子育てに関する活動	6	2.1%



N=284

3. 今後の情報の希望者数 189 名 / 284 名中 66.5% (夫婦など同住所の場合も含む)

4 今後の講演会の希望

講師名	聞いてみたい内容
高橋源一郎、五木寛之、海老名香代子 池上 彰、立川志の輔、加山雄三、 三浦雄一郎、樋口恵子、半藤一利、 きくち体操の菊池先生、入間市田中市長	健康・食文化について、有名人の講演会 今後の日本の財政について、加治丘陵について 地球環境について、弁護士の実際の事件について 人生の達人達のDVDの鑑賞会でもいい（樹木希林など）

《意見（自由回答）》

鳥越俊太郎氏講演会について	全体について
<ul style="list-style-type: none"> ・「4つの持つ」の話がよかった（15件） ・大変参考になった（14件） ・元気をもたらした（11件） ・楽しい話が聞けた（10件） ・素晴らしい話だった（7件） ・わかりやすかった（7件） ・免疫力の高め方がわかってよかった（6件） ・歌がよかった（5件） ・ガンの話がよかった（4件） ・エネルギーをもらえた（3件） ・感動した（2件） ・鳥越さん若い！（2件） ・もっと聞きたかった（2件） ・都知事選の話が聞きたかった ・九州のアクセントが良かった ・内容が今ひとつ ・ポジティブな思考と健康作りが大事 ・とてもいい声だった 	<ul style="list-style-type: none"> ・大変よかった（12件） ・次回の講演会にも参加したい（11件） ・前向きになれた（8件） ・アクティブシニアの話がよかった（6件） ・有意義な講演会だった（4件） ・アクティブに生きたい（4件） ・余生与生が理解できた（3件） ・同世代なので楽しめた（3件） ・勉強になった（3件） ・目標をもって生きたい（3件） ・こういう講演会をもっとしてほしい（2件） ・楽しく過ごせるように努めたい（2件） ・一歩踏み出す自信がついた ・日頃の生活態度を見直す機会になった ・入間の役に立つ活動を考えたい ・迷惑かけても頑張ろうと思った ・PRの押し付けが多い ・土日にしてほしい ・夢をもちたい、ポジティブに生きたい ・人生を謳歌したい ・まちサポの活躍に期待 ・司会がよかった ・楽しみを増やすため、入間からバスツアーを作してほしい

2)糸で結ぶ入間・川越

「いるまアクティブシニア 余生与世(よせよせ)事業」の第二弾として平成30年11月16日(金)にイルミンで、アクティブシニアのモデル活動を紹介する藤井美登里さん(埼玉県共助社会づくり課職員)による講演・ワークショップを開催しました。定員50名のところ、57名の参加者があり、超満員の大盛況でした。入間と川越2つの市が持つ意外な歴史のつながりの話、観光都市としてよみがえった川越のおすすめスポットなど、参加者とともに小江戸川越でグルメも楽しいマップ作りを体験しました。



いるまアクティブシニア 「余生与世」事業
アクティブシニアを楽しみたいシリーズ第一弾!!
アクティブシニアが取り組む市民団体のモデル活動を見てみよう!

川越の魅力を見つけに行こう!

糸で結ぶ 入間・川越

2つの市が持つ意外な歴史のつながりを川越のお勧めスポットと共に紹介します

11月16日(金)
13:30～15:30
入間市市民活動センター 3F

入間市の繊維産業、文化財と川越の歴史の共通点とは? 年間700万人の観光客を迎える小江戸川越。グルメも楽しいまち歩きマップ作りを体験します。
コメンテーター: 藤井美登里さん
埼玉県共助社会づくり課
川越むかし工房 川越の町健証「小江戸ものかたり」編集発行
東京国際大学非常勤講師「観光ガイド実習」担当

対象: 市内在住または在勤の方
定員: 定員50人・参加費・無料
共催: 入間市、NPO法人まちづくりサポートネットワーク元氣な入間
◆申込みは NPO法人まちづくりサポートネットワーク元氣な入間 〒358-0003 入間市豊岡4-2-2 入間市市民活動センター内
電話 04-2964-2511(日曜日・祝日を除く 10:30～17:00)
またはメール yoseyose@machisapo.com

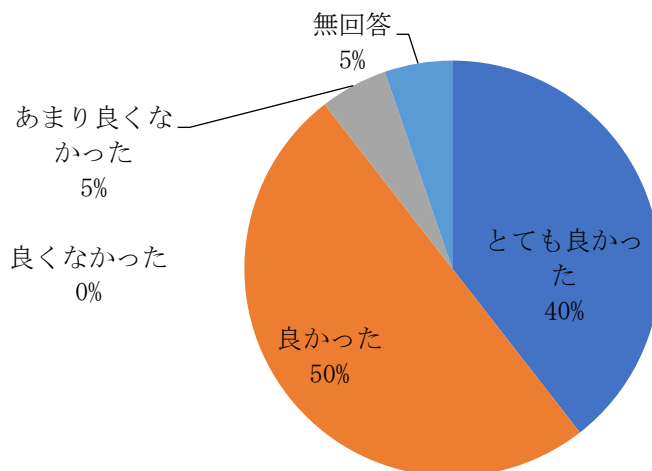
次回!... 平成31年1月17日(木)13:30～
ふんわり頼りあなただけの会
コメンテーター: 藤井美登里さん
ゲストは加須市で市民活動で活躍しているクローバーおじさん
鈴木一男さんです!

「糸で結ぶ入間・川越」講演会アンケート集計結果

【実施日:平成30年11月16日(金)13:30～15:30】

アンケート回収枚数 38枚/57人中(回収率 67.9%)

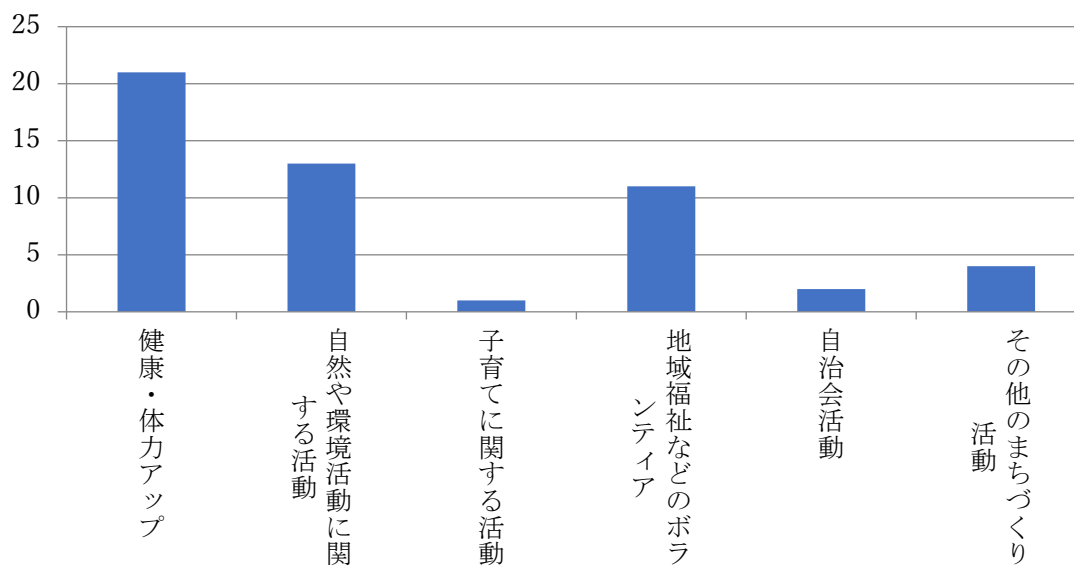
1. 講演会はいかがでしたか?



2. アクティブシニアいるためにやってみたい活動（複数回答）

N=38

健康・体力アップ	21	55.2%
自然や環境活動に関する活動	13	34.2%
子育てに関する活動	1	2.6%
地域福祉などのボランティア	11	28.9%
自治会活動	2	5.2%
その他のまちづくり活動	4	10.5%



3. 次回も講演会に参加しますか？

参加する	参加しない	わからない
17	3	18

4. 今後のアクティブシニアに関する講座や講演会に参加するために、情報登録しますか？

登録する	登録しない	わからない
17	3	18

5. 今回の講座・ワークショップの感想

- ・地域の歴史、つながりが大変おもしろく感じた
- ・とても参考になりました
- ・現在、医療問題を調べている。施設や病院ではなく、昔のように自宅で死を迎えるため
- ・良かった ・川越は入間市から交通の便もわりと良いので、月一は出かけているが、歴史的なことはあまり知らずにいたので良い機会にめぐりあえてよかった

3) クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ

平成31年1月17日
(木)、入間市市民活動センター(イルミン)で、アクティブシニア支援事業の一環として、「クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ」講座・ワークショップを開催しました。講師は鈴木一男さん(地域デビュー楽しみ隊隊員)、コメンテーターは藤井美登里さん(埼玉県共助社会づくり課職員)で、定員オーバーの参加者55人、関係者14人が参加して、つながりのきっかけとしてクローバー栽培を始めた鈴木さんの座学、四葉のクローバー、五葉のクローバーをつかったカードづくりの体験など、大盛況のうち無事終了しました。



いるまアクティブシニア 「余生与世」事業

アクティブシニア楽しみたいシリーズ第二弾!!
アクティブシニアが取り組む市民団体のモデル活動を見てみよう!

クローバーおじさんの
ふんわり願う あなたの幸せ

クローバーおじさんこと、鈴木一男さんは加須市で保険代理店を営む元銀行マン。79歳や5つ息などの多葉クローバーを育てることをライフワークにしています。自宅の庭で15葉のクローバーを見つけ、「自然の中で15葉はすごい! やせも増えるかも」。以来、9年にわたりクローバーを栽培。四つ葉のクローバーを押し紙カードにして、被災地の人々に送って、支援を続けています。79歳のクローバーを、誰でも育てられる、これからは人と、地域と距離をつないでいきたい。百んでもらうことが私の生きがいです。

四つ葉のクローバーの話を聞いていただき、メッセージを入れたカードを作ります。手渡す人の気持ちを優しくしながら、楽しく作ってみましょう。自分の宝物にしてもいいですよ。

「余生与世」事業 いるまイメージキャラクター

講師：鈴木一男さん、地域デビューの楽しみ隊隊員、「幸せのクローバー会」代表
コメンテーター：藤井美登里さん

2019年1月17日(木)
13:30 ~ 15:30 ※13:00 受付開始
入間市市民活動センター 3F 活動室1

対象：市内在住または活動の方 定員：決着 50人 参加費：無料
共済入会者、特別遊人まもづくりリポートネット元常な入会

申し込み方法は裏面へ

「クローバーおじさんのふんわり願うあなたの幸せ」 アンケート集計結果

アンケート回収率 45 枚/55 人 (回収率 81.8%)

- 1 講座・ワークショップはいかがでしたか?
- | | | | | |
|---------|------|-----------|--------|-----|
| とても良かった | 良かった | あまり良くなかった | 良くなかった | 無回答 |
| 28 | 14 | 0 | 0 | 3 |
- 2 今後、行いたい地域活動や町づくり活動は? (複数回答)
- | | | |
|---------------|----|-------|
| 健康・体力アップ | 28 | 50.9% |
| 自然や環境活動に関する活動 | 17 | 30.9% |
| 子育てに関する活動 | 3 | 5.4% |
| 地域福祉などのボランティア | 8 | 14.5% |
| 自治会活動 | 2 | 3.6% |
| その他のまちづくり活動 | 5 | 9.1% |
| 回答なし | 4 | 7.2% |
- 3 今回のいるまアクティブシニア・余生与世事業(クローバーおじさん) 初参加人数
- 初参加比率 55 人参加中 7 名 (7.8%)

4 今回の講演会の感想、今後の意見等

- ・幸せになりたい。
 - ・楽しい時間でした。
 - ・鈴木さんの話に感銘をうけた。また、詳しくは知りたい。
 - ・刑務所の励ましカードに使いたい。
 - ・人とのつながりを大切にしたい。
 - ・四つ葉・五つ葉のクローバーを発見したい。
 - ・楽しみ隊の一覧の字が大きい方が見やすいです。
 - ・ラミネートで凝っていて良かった。
 - ・鈴木さんの熱心な活動が、これからも他の人々に幸せを運んでくるようお祈りしています。
 - ・あっという間の時間でした。
 - ・カード作りが楽しかった。
 - ・スタッフの皆さんにお礼申し上げます。
 - ・健康第一で自分のためにも頑張ります。
 - ・小さなことでも少しずつチャレンジする事をはじめようと思いました。
 - ・今回も女性陣のパワーに圧倒されました。
 - ・話を聞くだけでなく皆で作業することは楽しい。
 - ・次回の人財塾にも多くの参加者が集まるよう期待しています。
 - ・鈴木さんの準備は大変なものがあったと思います。
- 行き届いた準備で講演、実技とも楽しめました。
- ・参加した方々も新たな発見や気づきが多いと思います。

4) 人財塾

平成 31 年 3 月 16 日(土)13:30~15:00 イルミン活動室 1 にて、イルミン登録団体 18 団体とアクティブシニア市民 30 人が参加して、第 7 期人財塾を開催しました。

人財塾は既存の市民団体と新たに市民活動に参加してみたい市民とのマッチング(お見合い)事業で、平成 23 年度からまちサポの中間支援事業の一環として行われ、既存市民活動団体への入会、新たな市民活動団体の立ち上げに寄与しています。今回はアクティブシニア支援事業と連携して実施しました。

表 2-4-1 参加市民活動団体一覧表

番号	団体名	活動内容等
1	ノルディック IRUMA	健康増進を始め、観光の振興等の寄与等
2	つながろう入間	地域がつながる・みんながつながるまちづくり
3	生涯学習をすすめる市民の会	市民の生涯学習活動の支援
4	チームあいてい夢広場	市民、市民活動団体、事業者など情報発信支援
5	加治丘陵山林管理グループ	入間市の山林管理
6	いちの会	市民行事や市民活動への参加、ボランティア活動
7	障害者サポーターの会「和」	障がいのある方たちの自立した日常生活の支援等
8	IRUMA 女子まちづくり研究会	女性の立ち位置から新しいまちづくりを提案
9	ワイワイなかま	プログラムされた運動を行う介護予防
10	シルバー人材センター	高齢者等の雇用の安定等
11	親子学親と子の心を結ぶ絆づくりの会	子育て支援、親と子の心と心の絆づくり
12	子育て支援センターあいくる	子育てをしている親たちへの応援
13	子ども食堂ネットワーク	入間市内で「食」を通した「居場所」づくり
14	命と子育て応援隊 FAD	救急救命率の向上、応急手当・救命手当の普及
15	入間市自治文化課	自治会、市民活動の支援
16	入間市青少年課	青少年の健全育成
17	荒川流域ネットワーク入間支部	住民、子どもたちに対し親しめる川づくり
18	まちづくりサポートネット元気な入間	NPO や市民活動団体の活動基盤を支援・強化

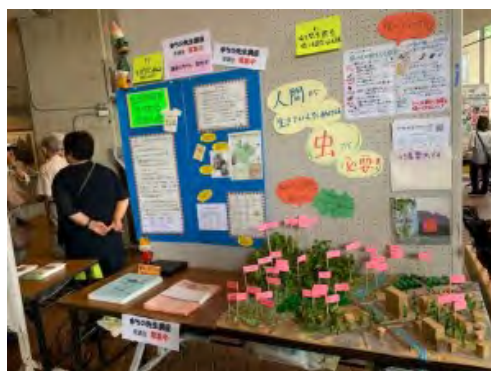
3.令和元年度実績

1) 東国原英夫氏講演会

令和元年9月16日(祝・月)13:30~15:00、入間市市民会館で東国原英夫氏講演会を開催しました。事前の参加申し込み人数は1,024人、当日の参加者は889人、スタッフ78人で、合計967人と、市民会館のほぼ全席が埋まる大盛況でした。

東国原氏は、知事時代のエピソードなども交えて、面白おかしく話をされて、会場は大爆笑の渦。最後は、アクティブシニアでいるための大切なコツ、笑顔のまちづくりなど、主催者の意図を組んだ話で締めくくり、参加者のハートを射止めて大満足のうちに無事終了しました。

同時に開催されたアクティブテラス(代表的な市民団体、公民館、自治会、シルバー人材センターなどのポスター展)に多くの観客が押しかけて、ポスターや模型などに見入り、多くの質問をいただきました。主催者としては意図通りの大成功だったと思います。

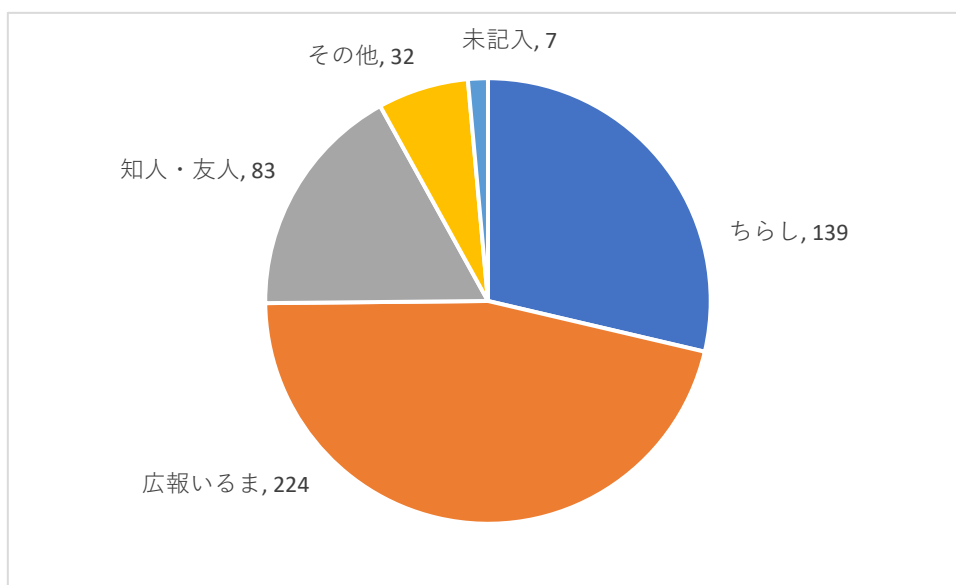


「東国原英夫氏 講演会(令和元年9月16日)」 アンケート結果

(471票/参加総数967名 回収率48.7% ・よせよせクラブ会員登録数174名)

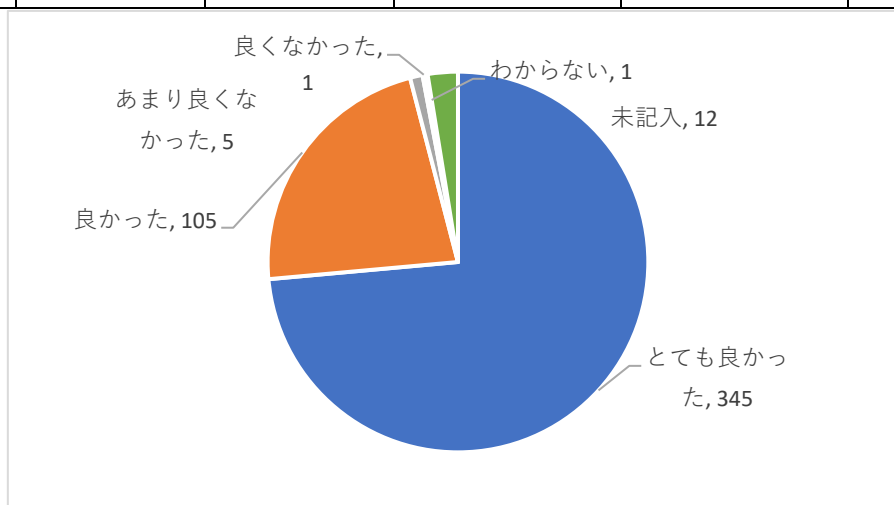
1. 講演会はどこで知りましたか? 該当するところに○印を記入してください。

チラシ	広報いるま	知人・友人	その他	未記入
139	224	83	32	7
29.5%	47.6%	17.6%	6.8%	1.5%



2. 講演会はいかがでしたか?

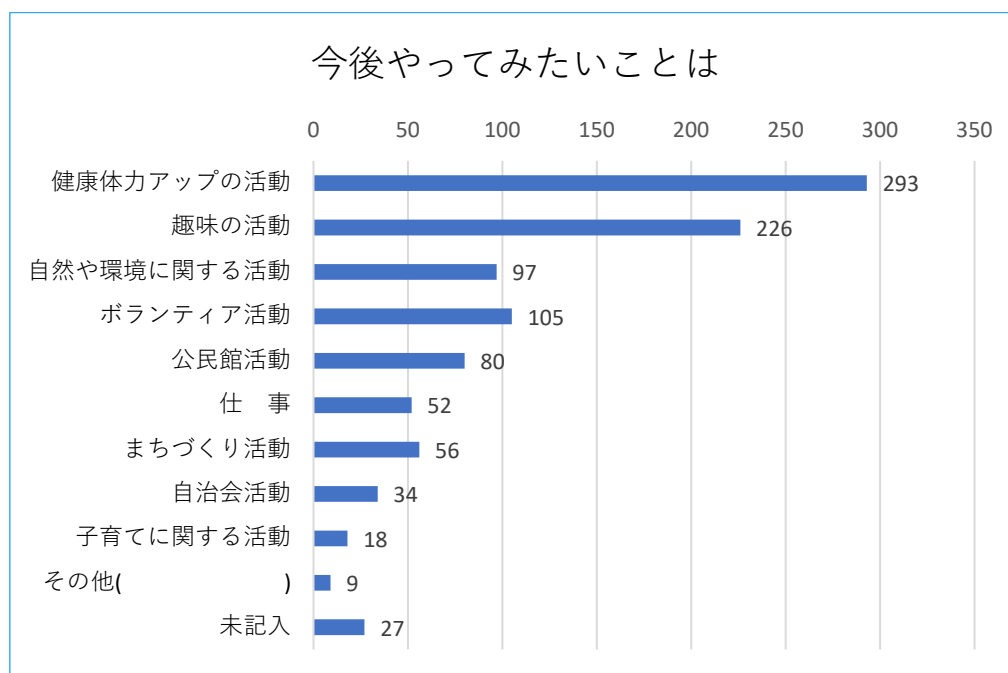
とても良かった	良かった	あまり良くなかった	良くなかった	わからない	未記入
345	105	5	1	1	12
73.2%	22.3%	1.1%	0.2%	0.2%	2.5%



3. 今後やってみたいことは? (いくつでも)

健康体力アップの活動	293	62.2%
趣味の活動	226	48.0%
自然や環境に関する活動	97	20.6%
ボランティア活動	105	22.3%
公民館活動	80	17.0%
仕事	52	11.0%
まちづくり活動	56	11.9%
自治会活動	34	7.2%
子育てに関する活動	18	3.8%
その他()	9	1.9%
未記入	27	5.7%

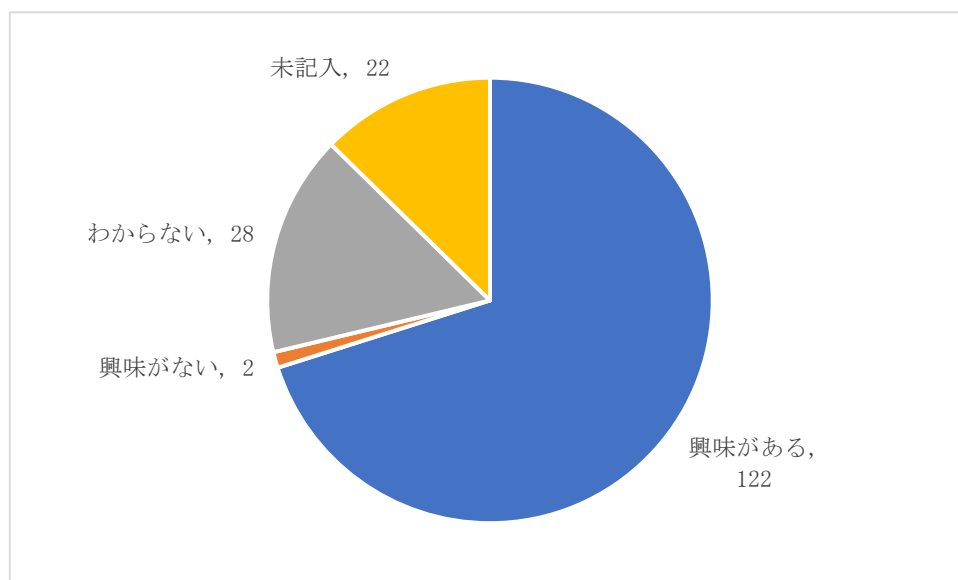
N 471



4. 今後のイベント情報などをご希望の方は、余生与世(よせよせ)クラブにぜひ登録してください。登録ご希望の方はお名前、連絡先等を記入してください(既会員の方も)。

登録数	174	36.9%
-----	-----	-------

まちづくり元 気塾について (次年度開講予 定)	興味がある	興味がない	わからない	未記入
	122	2	28	22
	70.1%	1.1%	16.1%	12.6%



5. ご感想や今後の希望、ご意見がありましたら自由にご記入ください。

- ・すごく楽しい時間で元気になりました。
- ・大変よかった
- ・とても楽しい講演会でした
- ・体験そのものから真実味ある話に感動致しました。東国原さんありがとう！
- ・笑いというものはこんなに人を惹きつけるものなのかと思知らされました。ありがとうございます。
- ・今度また講演会を聞きたいと思います。楽しみにしています。
- ・とても楽しく時間が経つのが早く感じました。面白さの中にも勉強になりました。
- ・東国原さん最高。ずっと笑ってました。またお願いします。
- ・森永卓郎氏の講演会をお願いいたします。
- ・プレバトを毎週見っていますがテレビとは違い楽しく聞かせて頂きました。やさしさもにじみ出ていました。話も上手く、面白く久しぶりに大笑いしました。最大多数の最大幸福が印象的でした。
- ・おもしろかったです。
- ・私自身も高齢ですが近所のお年寄りのお話し合い助け会を行っています。自身の健康に注意し登山も行っています。

- ・とても楽しくいっぱい笑ってしまいました。笑いの中にも人情厚いよい一日となり、役員の方々ありがとうございました。東国原さま、ますますのご活躍を。夢を壊さない教育や言葉って少年少女には大切だと思います。
- ・また楽しみにしています。
- ・ヒアリンググループが利用でき久しぶりに大笑いしました。東国原氏がこんなに面白いとは思ってなかったので今回もとても身近に感じられとても有意義な講演会でした。
- ・ジョークとかユーモアは海外では評価が高いとお聞きしました。笑顔のまちづくり、大切なことだと思います。
- ・大変おもしろかった。
- ・大変ゆかいで参考になった。
- ・楽しかったです。
- ・東国原さんの講演会をもう一度聞きたいです。
- ・この講演会を出来？次開催してください。
- ・大変面白かった。俳句プレバトでは東国原氏の俳句が一番です。私も俳句をしています。東国原氏は知事の経験が生きていてインパクトのある力強い俳句。私も目指したいと思います。
- ・皆が楽しく聞いてました。良かったです。
- ・こんなに楽しい講演会は初めてでした。ありがとうございます。よろしくお願いいたします。
- ・とても良かったです。
- ・面白いお話、たくさん話して頂き、楽しい時間を過ごすことが出来ました。ありがとうございました。
- ・余生与世事業の活動を応援できればと思います。
- ・大変良かったです。
- ・こういう団体があるのを初めて知りました。時間が合い興味のある項目があれば出席してみたいです。本日の講師のお話とっても面白かったです。今日の講演会ありがとうございました。
- ・楽しい時間を過ごせました。話がとてもおもしろかったです。
- ・とても楽しいお話でした。
- ・笑顔いっぱいのイベントが素晴らしい。今後も同様の企画を期待します。
- ・話がとても楽しかったです。
- ・大変楽しく聞かせて頂きました。
- ・よろしくお願いいたします。
- ・早口でもとても楽しく大笑いの連続でした。頭の良さ、回転の速さ、さすが東国原さん。そのまんま東さんすばらしい。わらいは潤滑油生活に生かしたいと思います。次回は余生与世の話を知りたいです。

- ・楽しかった。ありがとうございました。
- ・楽しかった。笑いすぎてしまった。
- ・楽しく聞かせて頂きました。笑いがあり元気が出ました。
- ・ハッピーバースデー東国原さん。全員で歌ってみたかったです。
- ・頭の回転の良さ、話をあきさせない話術。非常に良かった。
- ・お笑いのなかに教えがあり楽しくおもしろかったです。
- ・大変面白い話で有意義でした。さすが芸人ですね。幹じん(?)の話もありました。笑う市という市すばらしい。
- ・大変楽しかったです。色々な事が勉強になりました。
- ・笑いは健康の元。よかったです。
- ・東国原英夫氏の講演会で今までの自分の今年の4月から8月まで体調を崩して笑うことも少なかったけど主人と参加して今までの出来事が飛んでいきました。とても楽しく涙が出るほど笑ってしまいました。
- ・楽しい話でした。
- ・今日は大変面白い話で楽しかったです。ありがとうございました。
- ・大変よかったです。大いに笑いました。10歳くらい若返りました。次に期待します。
- ・東国原氏は宮崎県都城出身で綾小路きみまろと同市の方でお笑い芸人として政治家としてなられた方で講演中全員の笑いが止まりませんでした。私は宮崎日南市出身で対等にお話した?と置いていたができてなくて残念でした。
- ・健康で楽しく生活できるようにしたい。テニスを続けたい。
- ・とても良かったです。楽しかったです。
- ・一年分笑わせて頂きました。元気のもとですね。次回も楽しみにしてます。ありがとうございました。
- ・遅刻して申し訳ありません。一時間終わってほとんどが元気シニアの方でした。お若い方はどうしたの?住み着いて70年。ますます住みやすい街にしてほしい。基本は明るい、前向き、おかげさまの精神、心の在り方だと思います。
- ・とても楽しかったです。
- ・とても面白い講演会でした。また企画してください。
- ・さすが話術はすばらしい
- ・幅広い活躍をされている方なのでとても楽しみにしておりました。第二弾もぜひお願いします!
- ・すばらしい
- ・東国原氏の講演とても楽しく考えさせられました。
- ・最後まで笑いが絶えなかった。

- ・とても楽しく聴かせて頂きました。
- ・お話がとても面白かったです。
- ・話の内容がとても面白く聞くことができました。
- ・とても楽しかった。大きな声でこんなに笑ったのは久しぶり。
- ・一時間半楽しくまた、勉強になりました。
- ・大変よかった。
- ・涙ながしながら聞いてました。楽しかったです。
- ・なかなか良かった。またやってほしいです。
- ・久々に笑いました。活力を有難うございました。
- ・広い体験のお話を聞かせていただき感動しました。
- ・久しぶりに大笑いでした。
- ・まだまだ60です。人生100才のつもりで楽しみたいです。
- ・ホワイエのポスター展ごちゃごちゃしていてわかりにくい。スペースが狭い。
- ・有難うございました。
- ・興味のある講演会には参加するつもりです！現在色々活動しています。
- ・本当に楽しかったです。さすがにと思いました。
- ・楽しかったです。
- ・とても面白かったです。このような場を与えて頂きありがとうございます。
- ・講演の内容が非常に分かりやすく勉強になった。また笑いがあつたり、話術のとりかたも本当に上手である。
- ・入場の際してのルール、もう少し考えてください。早く来た人が最後になったと話していました。状況を見て対応できないものでしょうか。
- ・番号を下さった方が良かったと思います。
- ・今（笑い）が必要。（健康）必要一生分をもらったようです。寿命ものびるでしょう。
- ・ユーモアたっぷりとても楽しく聞かせて頂きました。次回も呼んでもらいたいです。
- ・楽しい話、ためになりました。
- ・大変楽しかったです。これからもこの様な機会を企画してください。
- ・実際に介護経験があるものには聞くに堪えられない。期待外れ。コメディアンのお話を聞きに来たわけではありません。昨年の講演会と違った。
- ・大変満足でした。
- ・ありがとうございます。笑いの中に巻きこまれて元気になりました。

- ・テレビで見るより若く見えるし、会議もうまい。また身近な話もあり今後の生活に活かしたい。
- ・楽しく人情味のある話でした。感心したり笑ったりで新春バラエティーよりも現実成のある講演会でした。有難うございました。72才
- ・楽しい講演で参加してよかった。
- ・実に楽しい講演会でした。
- ・楽しく聞かせて頂きました。ありがとうございます。
- ・アクティブな方のお話、これからも伺いたいです。尾木直樹さんを希望します。毒舌俳句の夏井先生など。
- ・楽しい時間を過ごすことができました。
- ・話は面白かった。内容は薄かったけど笑えたから「すべて良し！」にしましょう。
- ・楽しい講演会でした。元気になりました。有難うございました。
- ・ユニークな経歴を持つ人の講演会を多く希望。
- ・とても楽しかったです。
- ・楽しかった
- ・笑いがふんだんにあるお話でとても楽しかったです。
- ・シニアのみならず若者、障害者も女子もインスタ映えも気軽に参加できる雰囲気はほしい。エピソードが面白い。
- ・おもしろかった。
- ・楽しいお話よかったです。
- ・このような活動があったのをはじめて知りました。今日はとてもよかったです。
- ・年に何回か回数を増やしてほしい。
- ・とても楽しい時を過ごせました。
- ・大変良い講演会でした。
- ・知事時代の失敗談まじえてお話され聞き入りました。
- ・さすがです、最高に楽しい講演でした。知事時代の失敗談には腹を抱えて笑いました。幼いころの目標を2つとも実現されたのですね。子供たちの夢も否定しないで背中を押すことって大切ですね。有難うございました。
- ・テレビ等でしか拝見しなかった東国原氏に直接お会いでき本当にうれしかったです。次回を楽しみにしています。
- ・とても楽しい時間を有難うございました。また東国原さんのお話があればまた寄せて頂きたいと思えます。楽しい時間を有難うございました。

- ・大変楽しく大笑いしました。有難うございました。
- ・ユーモアいっぱいのお話で時間を忘れて聴かせて頂きました。有難うございました。
- ・とても楽しい時間でした。有難うございました。
- ・大変おもしろかったです。久しぶりに大笑いしました。
- ・また、東国原英夫さんの講演をよろしくお願ひ致します。
- ・まだまだ聞きたいと思いました。
- ・とても楽しい話で、あっという間の90分だった。
- ・大変おもしろかった。
- ・特になし。
- ・熱い講演楽しかったです。少し早いくらいなので聞き取りにくいところがありました。左のスクリーンに手書きしてくれたので助かりました。難聴者に補聴器の貸し出しをしてくださるとありがたいです。
- ・とても楽しく元気になりました。
- ・楽しいお話をありがとうございました。久しぶりに大笑いをしリフレッシュすることができました。
- ・楽しい話をありがとうございました。
- ・パソコンのわからないところを教えてくれるところがあると知りとても良い情報を得た。東国原氏の講演は素晴らしかった。
- ・アクティブシニア、第二の人生の過ごし方などの話をしてほしかった！
- ・耳の聞こえにくい人のためのループ場所、申込みの際に知らせてもらえたらよかった。残念です。とても楽しいお話で最高でした。
- ・面白い話しよかったです。
- ・とても楽しく笑いの絶えない時間を頂き、有難うございました。
- ・とても楽しい良い講演会でした。有難うございました。
- ・一番前の席だったのでせつかく東国原さんの誕生日だったのなら花束でも渡してくれていたら「お誕生日おめでとうございます。」と声を会場からかけたのになと思いました。壇上に出すお水は狭山茶がよかったのではと思いました。
- ・東国原さんの話が盛り上がりあっという間の時間だった。面白かったです。
- ・社協で個人ボランティア登録して、老人施設でデイサービスのサポートしていました。猛暑中は利用者も私も熱中症予防のため休止しています。夫婦で参加させてもらい有難うございました。
- ・笑顔の大切さがよくわかりました。
- ・次回もお願いします。
- ・楽しい時を過ごす事が出来ました。有難うございました。

- ・とても楽しいお話を聞くことが出来ました。今後の活動を期待しています。身近の著名人の講演を聞きたいです。
- ・楽しい時間を過ごさせて頂きました。次回を楽しみにしております。笑顔は大事ですね。
- ・とても楽しいお話で楽しいひとときでした。また機会があったら聞きたいです。
- ・とてもよかった。
- ・高齢化に伴い、健康重視の毎日です。元気になるまちづくりができるような行事をしてもらいたい。
- ・ユーモアたっぷりであつというまの時間でした。また聞きたいです。
- ・東国原さんの話は楽しかったが「余生与世」の東国原さんの考えを聞きたかった。少しがっかり。（でも笑えた）
- ・盛りだくさんでとても楽しく拝聴しました。少し早口だったかな。
- ・とてもよかった
- ・久しぶりに楽しく笑ってよかったです。東国原さんのユーモアは最高です。
- ・笑いが元気の源と今回の東国原氏のお話で100%笑わせて頂きました。
- ・テーマからはそれていたが楽しく面白く講演を聞くことが出来ました。
- ・ユーモアたっぷりです。久しぶりに大笑いした。少し政治の話も入るのかな。と思っていた。
- ・今後も楽しい面白い講演会をお願いします。
- ・またこのような講演をお願いします。
- ・東国原さんの話で笑いました。
- ・初めてナマ市長を拝見しました。元気でお話上手でこういう方が入間市のトップでたのもしく思いました。講演もとても楽しく、うなずいたり、笑ったり、あつという間でした。
- ・笑えました。
- ・市長に伝えて頂きたい。年金生活者は年々可処分所得は低下。市財政は大変だと思いますが、諸施策を押し保険料、税金等を引き下げる政策を取ってほしい。これ等を引き下げる政策を取ってほしいとこれ等を引き上げて活動支援事業するのは誰もがする。例えば高齢者の元気策は自分でやればよい。元気で長生きできるからこの世は悪化している。
- ・久しぶりに大笑いしました。あつという間の2時間でした。色々な経歴からの話は大変おもしろく興味がありました。

2) アクティブシニアでいるために先輩に聞いてみよう

令和元年アクティブシニア支援・^{よせよせ}余生与世事業
地域デビュー講座《パネルディスカッション》

アクティブシニアでいるために 先輩に聞いてみよう!

～いつから地域活動にかかわったか/地域デビューの体験談～

とき

令和元年11月16日(土)

14:00～16:00(開場13:30)

入場無料
定員50人

場所

イルミン (入間市民活動センター)

内容

入間市で活躍するパネラー4人の「今」に迫り、
取り組むきっかけや日々の活動内容に注目し、
これからの地域デビューに活かせるヒントを得る。



【コーディネーター】

【パネラー 4名】

木内勝司 ∞ 菊地三生 久下栄 渡部晃 川名千鶴子



今回は!

令和2年1月18日(土) 13:30～






『定年後につかんだ、笑顔の毎日』

講師: 浜宮文博さん (地域デビュー楽しみ隊)

仕事一筋だった生活から一変。定年後に悩んだ
今後の余生。勇気を出して一歩踏み出した
アマチュア落語の世界に魅了され...。現在、
孫と共に落語会を催すまでになった浜宮さん
の体験談と生き方のヒントをお話します。

共催・入間市/NPO法人まちづくりサポートネット 元気な入間

アクティブシニアであるために、先輩に聞いてみよう！【パネラー紹介】

 <p>コーディネーター 木内勝司 NPO法人まちづくりサポートネット元気な人間</p>	<p>2005年に発足した当初からまちサポの運営に携わる。NPO法人荒川流域ネットワークでの鮎の遡上環境調査をはじめ、人間市内に於いてのまちづくりに貢献。趣味は自家栽培した野菜作り。</p>
 <p>パネラー 菊地三生 NPO法人住まの管理相談センター</p>	<p>企業で長年働いた知識を生かし、現在は人間近隣の高齢者の抱える空家や空き地問題の相談やまちサポに携わる。かわごえ環境ネットでも活躍中。人間、川越などの市で活動を続け早5年。</p>
 <p>パネラー 久下 栄 NPO法人加治丘陵山林管理グループ</p>	<p>まちサポ人財塾2期を卒業後、人間市内の森林を守り、里山保全活動を担う加治丘陵山林管理グループに入会し、下草取り、間伐、遊歩道の整備などを行ってきた。加治丘陵を更に知ってもらえるよう会の仲間と活動している。</p>
 <p>パネラー 渡部 晃 ノルディックTRUMA</p>	<p>一般財団法人全日本ノルディック・ウォーク連盟の公認指導員。現代のおすすめ健康法でも話題に。市民団体の中でも熱心に活動中。健康増進を中心に人間市内でノルディックウォークを広める。</p>
 <p>パネラー 川名千鶴子 Ciaoテック</p>	<p>市内での介護施設を訪問し、認知症予防のための体操を行う。得意の英語を活用し、簡単な会話をしたり発音することで脳への良い効果を高めるオリジナルトレーニングを考案。DVD「レッツリハ！」を発売。</p>

申込み締切は《10月31日(木)》まで！

市民活動センターへ申込み用紙をFAX、または電話、メールで受付します。

《問い合わせ・申込み》NPO法人まちづくりサポートネット元気な人間

FAX:04-2964-2519 電話04-2964-2511 メール:yoseyose@machisapo.com

住所：人間市豊岡4-2-2 (市民活動センター内)

アクセス：最寄りのバス停西武バス「人間市民会館」下車。徒歩3分。

車でお越しの方：市民活動センター裏（東側） 駐車場40台

氏名		
連絡先	電話	FAX
	メールアドレス	
備考 <small>(パネラーへ事前に質問などありましたらご記入ください)</small>		

※電話、メールもFAXと同様【氏名、連絡先】をお知らせください。

※いただいた情報は当該事業以外の目的では使用いたしません。



FAX 04-2964-2519

令和元年11月16日(土) 13:30~15:30 にイルミンで開催したまちサポ主催の地域デビュー講座「アクティブシニアになるために先輩に聞いてみよう！」が無事終了しました。

前半は4名のパネラーが揃い、市民活動への参加のきっかけや日頃の自分たちが行っている活動を知ることが出来ました。《パネラーの皆様》NPO 法人住まいの管理相談センター菊地三生さん、NPO 法人加治丘陵山林管理グループ 久下栄さん、ノルディックIRUMA 渡部晃さん、Chioテック 川名千鶴子さん。コーディネーターはまちサポ代表の木内勝司が務めました。

後半はそれぞれのグループに分かれ、参加者とパネラーとのワークショップ。聞きたいこと、話したい事など様々な議論が繰り広げられました。参加者の中には「今の仕事がそろそろ定年で終わるので今後どうしようか」という話をされている方も。ぜひ市民活動に参加して、できることからはじめてもらえたらと思います。

市民活動センターの市民活動団体数は現在91団体。その中で興味のあるやってみみたいことがあるかもしれません。自分で団体を作りたいという熱い思いがある方も大歓迎。ぜひ一緒に活動する仲間を増やし入間市で元気に活躍してほしいです。最後に集合写真を撮影しました！





みんな熱心。話が盛り上がって手を振っている。

report
0-55
オーバー・フティファイブ

NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間
アクティブシニアであるために先輩に聞いてみよう!

地域デビューに 活かせるヒントを得る。



久下栄さん
(NPO法人福袋山神楽グループ)



菊地三生さん
(NPO法人住みの野村健康センター)



川名千鶴子さん
(Ciaoテック 総務部)



渡部晃さん
(ルディックFUMU)



入間市市民活動センター

社会貢献って、楽しい。目標は高くしない。

この取り組みは、2001年の「元気な入間都市宣言」が発端になっている。市民が主役となつてまちづくりを行つていくもので、これを具体的に実現するために、その後、14人の市民委員が選出され、「元気な入間まちづくり基本条例」の原案作成が行われた。行政と市民のつなぎ役として設立されたのが、「まちづくりサポートネット元気な入間」(通称まちサポ)。その後NPO法人化され、代表理事を務めている木内勝司さんも、当時、市民委員の一人として原案作成に携わっている。

「入間市市民活動センター」(通称イルミン)

は、市民活動の拠点として設置された拠点。ここでイベントがあるというので、取材させていただいた。タイトルは「アクティブシニアであるために 先輩に聞いてみよう」だ。入間市で活躍する4人の市民にパネラーになつてもらい、地域デビューの体験談を話してもらった。

コーディネーターは木内さん。まずは各パネラーの自己紹介と市民活動を携わるようになったきっかけから。活動内容はそれぞれであるが、やはり定年間近になり、動き出した方が多い。里山保全に取り組む久下栄さんは、これもまちサポで展開しているのだが、地域貢献の担い手をつくる「人材塾」の卒業生であり、自分に何ができるかをじっくりと検討された方。一



充実した人生を送りたいという人が集まった。



自分の居場所を見つけることが大事だという。



万燈まつりでも、シニアが活躍。



方、シニアというにはまだ早い年齢の川名千鶴子さんであるが、母親にお祭りに誘われたことで、それまで関心を持たなかった地域と関わるようになっていった。

次のテーマは、活動を長く続けるコツについて。環境に関心のあった菊地三生さんは、「かわごえ環境ネット」に入会し、街のクリーン活動に参加。団体に所属したときは二三年我慢するこ

とが必要だ。そのうち仲間ができ、ごみを拾いながら体力を付けることもできた。街の人たちから感謝されたこともモチベーションとなったようだ。一方、渡部晃さんは、もともとクロスカントリーの選手。自らの体力を保つことができ、人の役にも立つノルディックウォークの普及活動に意義を感じるようになった。また、川名さんは既存のグループに入るのではなく、仲間とともにゼロから活動を起こす楽しさがあったという。

まちの発展に貢献することは、 様々な経験を積んできた シニアに適した役割だと思ふ。

NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間
代表理事 木内勝司さん

川づくりのコンサルタントとして、働いていました。青森県の岩木川で多自然川づくりの仕事をしていたとき、川づくりと地域づくりを考える市民団体に入りました。自分たちの手でまちづ



くりを進めることは楽しかったのですが、私自身は“よそ者”だったので、うらやましく感じ、地元でもまちづくりをやってみたいという気持ちを抱いたのです。

その後、入間市が市民参加のまちづくりを推進する宣言を行い、それを推進する市民委員になります。条例検討委員にもなったのですが、条例の原案作成を慣れない市民だけでやりましたので、勉強や研修を重ねて、相当な時間を費やしました。しかし、今思えば、こうした経験が役立っていると感じます。

入間市は、この分野では進んでいる地域なのではないでしょうか。私自身、地域が生き生きと元気になることに少なからず貢献できて、うれしく思います。

プロフィール

2005年に発足した当初から「まちサポ」の運営に携わる。「NPO法人荒川流域ネットワーク」での鮎の遡上環境調査をはじめ、入間市内外においてまちづくりに貢献。趣味は家庭菜園（野菜作り）。

次回の地域デビュー講座

2020年1月18日(土)13:30～「定年後につかんだ、笑顔の日々。」
講師：浜宮文博さん(地域デビュー楽しみ隊)
問合せ：TEL 04-2964-2511 / E-mail yoseyo@machisapo.com

ゆっくりと、自分の好きな方向で。

受講者は、これから地域デビューを果たそうという市民。地域で元気に活躍する先輩の話が聞けるとあって、26名の方が集まった。後半は川名さんが進行役となり、いくつかのグループに分かれてのワークを行う。それぞれ自己紹介をし、後はフリートークの時間となった。そうした場で聞かれるのは、できる範囲内でゆっくりゆっくりやれば良いという話題。また、無理をせ



高野幸恵さん。
仕事の経験も活かそう。

あつて、終始和やかな様子である。そのうちの高野幸恵さんは、定年退職したばかり。これからどうしようかと考えている方で、受講後感想を聞く時間をいただいた。「フ

ず、自分の好きな方向にすればいいという意見もあつた。皆さん、人生経験が豊富な方はかなりと

ルワークで仕事をしてきて、趣味もしてこなかった。バネラーの皆さんも同じような状況だったことをお伺いし、自分らしい何かを探していきたいと思ふ。」と抱負を語った。次回の地域デビュー講座の講師は、定年後悩んだ後に、アマチュア落語の世界に魅了された浜宮文博さん。この日も未場されていて、少しだけご案内があつた。孫といっしょに落語会を催すまでになつた体験談と生き方のヒントを、軽妙な語り口で話してくれそうである。

3) 定年後につかんだ笑顔の毎日

よせよせ
令和元年度アクティブシニア支援・余生与世事業

地域デビューの体験談

定年後につかんだ笑顔の毎日



「余生与世」
イメージキャラクター
アクティブ君！
いるティー



定年したら
何しまひょう？



イラスト 飯塚まりな

2020年1月18日(土)

13:30~15:30 (開場13:00)

イルミン (入間市市民活動センター) 3階 活動室1

講師：浜宮文博 (吾妻亭ぶん輔)

定員：先着50人 参加費：無料

共催：入間市、NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間 (まちサポ)



《講座内容》

吾妻亭ぶん輔 落語を一席
定年後から現在までの体験談から
生き方のヒントを学ぶアクティブシニアの
楽しいワークショップ！！

《プロフィール》

浜宮文博（吾妻亭ぶん輔）さん

東松山市在住。地域デビュー楽しみ隊所属。

仕事一筋だった、定年退職後「周りから何も期待されていない、そんな自分が苦痛に...」

そんな時、たまたま聞いた落語が頭に残った。妻の後押しでアマチュア落語の世界へ飛び込む。

現在孫と共に落語会を催し充実したシニアライフを過ごす。今回はどんな話が聞けるのか！？



申し込み締め切りは開催日2日前まで！

《1月16日（木）まで！》

【問い合わせ・申し込み】NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間（まちサポ）

FAX:04-2964-2519 電話04-2964-2511 メール: yoseyose@machisapo.com

住所：入間市豊岡4-2-2(市民活動センター)

アクセス：最寄りのバス停西武バス「入間市民会館」下車。徒歩3分。

車でお越しの方：市民活動センター裏（東側）駐車場40台

氏名	年齢	歳	性別	男・女
ひとこと (講師に向けて)				
連絡先	電話		FAX	
	メールアドレス			
	住所	〒		

※電話、メールもFAXと同様【氏名、年齢、性別、ひとこと、連絡先】をお知らせください。

※いただいた情報は当該事業以外の目的では使用いたしません。



FAX 04-2966-2519

平成2年1月18日(土) 13:30~15:30、今朝は雪が降っていましたが、落語をモチーフに活動する地域デビュー楽しみ隊の浜宮文博さんを講師に、ワークショップを無事開催することができました。みんなで新春初笑い！浜宮さんとお孫さんのうららちゃんの落語の二本立てが素晴らしく私たちも笑みがこぼれました。

後半は参加者の皆さんも輪になって、それぞれ自己紹介やなぞかけについてみんなで頭をひねりながら、グループごとに発表し盛り上がりました。人生はそれぞれ違いますが、老若男女楽しく生きたいのは同じです。これからも一緒に元気に活動していきたいと思います。



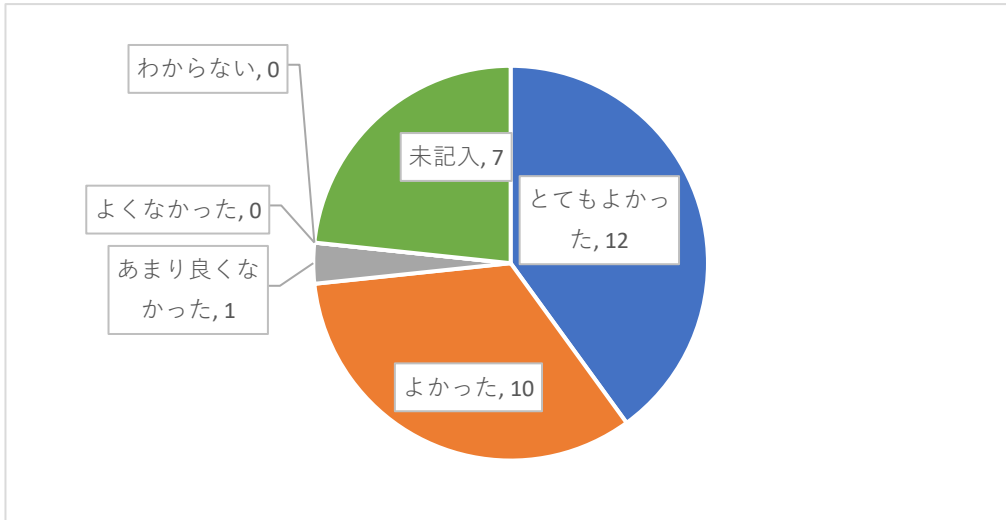
「定年後につかんだ笑顔の毎日(令和2年1月18日)」 アンケート

1. 講演会はどこで知りましたか？ (一つだけ○)

ちらし	広報いるま	知人・友人	その他	未記入
15	7	6	2	11
50.0%	23.3%	20.0%	6.7%	36.7%

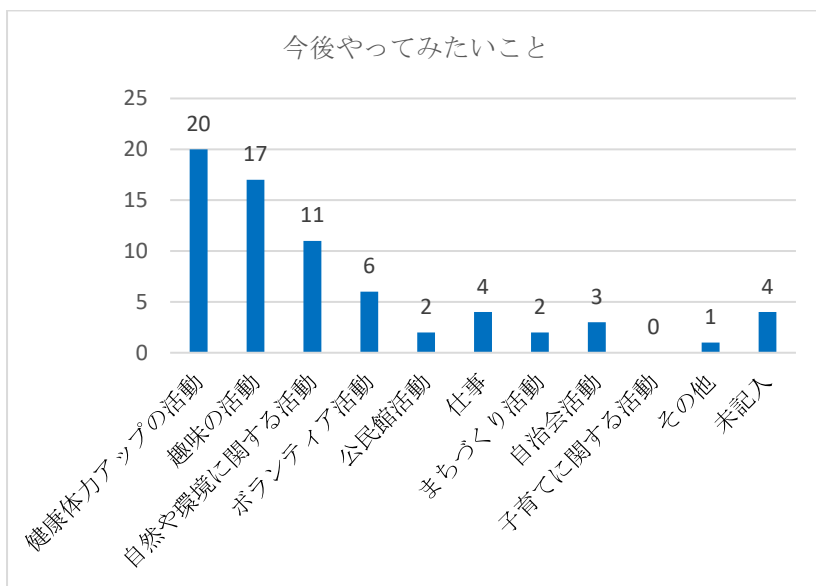
2. 講演会はいかがでしたか？ (一つだけ○)

とても良かった	良かった	あまり 良くなかった	良くなかった	わからない
12	10	1	0	0
40.0%	33.3%	3.3%	0%	0%



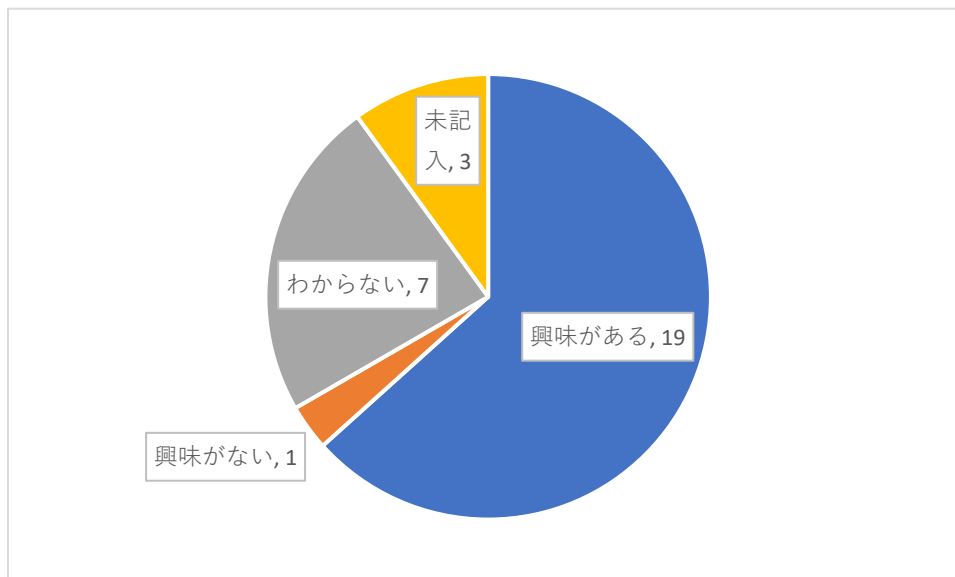
3. 今後やってみたいことは? (いくつでも○)

健康体力アップの活動	20	66.7%
趣味の活動	17	56.7%
自然や環境に関する活動	11	36.7%
ボランティア活動	6	20.0%
公民館活動	2	6.7%
仕事	4	13.3%
まちづくり活動	2	6.7%
自治会活動	3	10.0%
子育てに関する活動	0	0.0%
その他()	1	3.3%



4. 次年度「元気塾」を予定しています。入塾についてのお考えは？（一つだけ○）

興味がある	興味がない	わからない	未記入
19	1	7	3
63.3%	3.3%	23.3%	10.0%



5. 今後のイベント情報などをご希望の方は、余生与世(よせよせ)クラブにぜひ登録してください。登録ご希望の方はお名前、連絡先等を記入してください(既会員の方も)。

お名前	年齢	性別	連絡先(住所・電話・メールアドレス)
		男・女	

※別途記録

3. 令和2年度実績

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため市民活動センターが4月～6月の間休館し、当初予定していた6月からの講座の日程を全面変更して、第1回講座を10月に延期して実施しました。

9月12日に、下記のチラシのとおり、「いるま元気塾」塾生募集の説明会を実施し、その結果、28名の塾生が集まりました。塾生は、平均70代(60代後半から80代の方まで)で、男女は少し女性陣が多いです。

令和2年度いるまアクティブシニア「余生与世(よせよせ)」事業
いるま元気塾・塾生募集
 募集説明会 9月12日(土)14:00～15:00
 入間市市民活動センター(イルミン)

<塾の目標>

人生100年時代を**楽しく**幸せに**生きる**工夫を学ぶ

第1回 令和2年10月10日(土)13:30～15:00

StartUp!



森永卓郎氏 講演会

とかいなか
 「都会田舎で考えるアクティブライフ」

第2回 11月7日(土)10:00～11:30 小池克昌 講師 / シナプソロジー教育トレーナー

「身体と脳が喜び、笑顔になる」～シナプソロジーで積極脳になろう～

第3回 11月28日(土)10:00～11:30 永沢 映 講師 / いきいき埼玉理事長

「自分の楽しみは自分で見つけよう」～あなたは何がしたい～

第4回 12月12日(土)10:00～11:30 西村純一 講師 / 東京家政大学名誉教授・医学博士

「健康寿命の基盤づくり」～前向きな老いの生き方・考え方～

第5回 12月19日(土)10:00～11:30 犬塚裕雅 講師 / かわさき市民活動センター参事

「グループ別で行動プランを考える」～地域デビューの方向をグループで話し合う～

第6回 1月16日(土)10:00～11:30 犬塚裕雅 講師 / かわさき市民活動センター参事

「グループ発表・卒業式」～地域デビューの方向をグループで発表～

※新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、スケジュールを変更する場合があります。

会場
 対象
 費用
 定員

入間市市民活動センター(イルミン) ※裏面案内図参照
 入間市内在住・在勤(原則すべての講座に参加できる方)
 全6回 3,000円
 先着40名



■手話通訳・要約筆記・ヒアリンググループ(要予約)あり

■個別相談 9月14日(月)～19日(土)13:00～16:00 イルミン・コミカフェ

共催

入間市・NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間



講師陣プロフィール



森永卓郎

評論家、エコノミスト、タレント
獨協大学経済学部教授
愛称・通称は「モリタク」
様々なコレクターとしても有名



西村純一

東京家政大学名誉教授、医学博士
ポジティブエイジング(前向きな老い)
を研究・推奨、「発達心理学」「エイ
ジング心理学」など著書多数



小池克昌

シナプソロジー教育トレーナー
楽しく、笑顔で身体と脳が喜ぶ動
き「2つのことを同時に行う」
「左右で違う動き」を指導



犬塚裕雅

(公財)かわさき市民活動センター参事、
専修大学経済学部非常勤講師
地域活性化のプロジェクトマネー
ジメントが専門



永沢 映

(公財)いきいき埼玉理事長
全国各地でコミュニティビジネス
の事例・研究を実施、地域雇用の
安定・生きがいづくりなどに貢献

※希望者には課外授業として、
「入間のまち散歩」
「加治丘陵自然探勝路散策」
等を予定

アクティブシニア

人生100年時代「楽しく生きる」を基本に今すぐスタート

人生100年時代を迎え、「元気でいつまでも自分らしく生活すること」が、ますます重要になってきました。これからも「楽しんで生きる」を基本に、これまで培ってきた経験や知識、技術を活かして、生活をエンジョイしていきませんか。「いるま元気塾」はそんなみなさまを応援します!!

入間のアクティブさん

■定年退職後に自分の経験を活かして何かできないかと考え、市民活動紹介の集まりに参加しました。そこでできた仲間と夢を語り合っ、自分たちの市民活動グループを立ち上げました。和気あいあいと楽しく活動しています(K.Sさん67歳)

■たのまれて地域の祭りの手伝いをしました。すると子育て支援や高齢者の皆さんのサロンなど、手伝えることがたくさん見つかりました。喜んでもらえる私もうれしくなります(T.Yさん65歳)

入間市市民活動センター(イルミン)

住所：〒358-0003 入間市豊岡4-2-2

アクセス：最寄りのバス停西武バス
「入間市市民会館」下車徒歩3分

ホームページ：machisapo.com



《お問い合わせ・申込み》

NPO法人まちづくりサポートネット元気な入間(まちサポ)

別紙の申し込み用紙に記入し、まちサポへ提出！(受付開始9月12日～)
電話：04-2964-2511 メール：yoseyose@machisapo.com



まちサポは市役所と協働で市民活動を支援をしている中間支援組織です。イルミンにて市民活動相談受付中。

〈いるま元気塾講座〉

1) 第1回講座(森永卓郎氏講演会)

令和2年10月10日(土)13:30~15:00、
いるま元気塾のスタートアップとして森永卓郎
氏を講師に第1回講座を開催しました。塾生は
28人。当日は田中市長の挨拶から始まりました。

元気塾って何?という質問もあるかもという
ことで、ここでおさらい。入間市とまちサポは
連携して、3年前から埼玉県補助事業の採択
を受け、シニアを対象に、これから地域デビ
ューする市民に向けて、講演会や講座などの企画
を行ってきました。昨年は東国原英夫氏を市民会館に迎えて講演会を開催し、大好評でし
た。「アクティブシニア」をテーマに、3年目
を迎える事業も今年が最終年度となります。今
回は「いるま元気塾」という名の塾に参加し、
地域デビューのいろはを学び、考え、自分たち
のやりたいことや興味の湧くことなどを深掘り
し、新しい仲間やアイデアを広げることを期待
しています。塾の卒業と同時に、新しい市民団
体を塾生同士で作る、または入ってみたい既存
団体に所属し活躍するなど、この塾に参加する
皆様の今後の活躍に期待しています。

最終年度の第1回目として、森永卓郎氏がご
自身のアクティブライフについてあれもこれも
と話しを展開してくれました。塾生の皆様はとて
も真剣に聞かれ、時には笑いもありました。講
演会では森永卓郎氏自らライザップのCMについ
ての採用経緯やダイエットを始めた時の食生活
や有名女優との共演についての興味深い話や芸
能界での裏話もあり、楽しく話を盛り上げてく
れました。

アクティブライフについて森永氏はこういま
す。「東京は何もかも便利、あらゆるもの
に容易に手にすることができます。しかしなが
ら、暮らしの面からは希薄で非人間的な生活、
すべてはコンピューターで管理され決して楽し
いものとは言えない。一方、東京から離れた田
舎の生活は人付き合いに垣根がなく近所の人
は家に上がり込んでくる生活を強



いられるところもあります。移住する半数は住み続けられないのが現状です。ところが、入間、所沢など圏央道沿いの街は最も住みやすくいわゆる都会田舎（とかいなか）の地域では田舎の生活も堪能でき、心地よいネットワークの形式もできるので、東京のような仕事もこなせます。私も農地を借りて営農体験を通して楽しくアクティブに生活をしています。」と語りました。

「なるほど！入間市って住みやすいのね！」と改めて感じます。地域デビューのきっかけにはとても面白いユニークな講演会ではなかったでしょうか。最後に森永氏と記念撮影を行いました。

2)第2回講座(体と脳が喜び、笑顔になる)

11月7日(土)10:00~11:30に在りま元
気塾第2回講座を開催しました。今回はシナプ
ソロジーです。え?シナプソロジーって何?

【シナプソロジーとは】普段とは違う、慣
れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を
図るプログラムです。例えば「2つのことを同
時に行う」「左右で違う動きをする」など。複
数人で楽しく動くことで、感情や情動に関係し
た脳も活性化し、認知機能や運動機能などを向
上させることができます。不安定な気持ちを抑
える効果もあります。これは昭和大学脳神経外
科の藤本司名誉教授のアドバイスを得て開発さ
れたプログラムです。ということであるま元

気塾では講師 小池克昌氏をお招きしイルミ
ンの活動室1にて塾生23名と共にシナプソロジーを体験してみました。初めは講師の自
己紹介から始まり、話は脳の話へ。脳はどこにありますか? 「頭」。これは簡単で
すね。では脳の大きさは? 「両手こぶし大」。これは一瞬では答えにくいです。こん
んな流れで脳に関する様々な角度で見た説明が始まります。うーん、なかなか質問もマニア
ックです。生まれた時の細胞の個数という質問もありました。そんなこと考えたことな
いぞ。正解は「1000億個」。

「わだち脳ではなく、積極脳になろう」 続いて体を動かしながらシナプスを増やすた
めの訓練を行います。ゲーム感覚でやればいと頭ではわかっている、真剣そのものの
塾生。じゃんけんでわざと後出しをして先生に勝つ動作や負ける動作を繰り返します。実
はわざと後出しでするじゃんけんって難しいのです。やったことない方は是非チャレンジ
してみてください。他にも目の前にテーブルがあると仮定し右手でスリスリ、左手とんと
んという動作を同時に行います。これも慣れた頃に手をかえると訳が分からなくなりま
す。介護予防体操ではよく実施されます。こういった動きのあるプログラムをいくつも行
っていくうちにわかることは正しく行えないと「恥ずかしい」とか、「次は間違いい
ぞ!」という思いが働き、自分で頭の中で自然と工夫をするようになります。その頭の中
での意識がとても重要です。シナプソロジーの最も大切にしていること。脳の中がぐちゃ
ぐちゃになったと感想を述べるスタッフもいました。塾生さん方のマスクをつけてもわか
るたくさんの笑顔と元気に先生に付いていく気持ちに圧倒されながら講義は終了。最後は
記念撮影を行いました。



3) 第3回講座(自分の楽しみは自分で見つけよう)

令和2年11月28日(土)10:00~11:30、第3回いるま元気塾を開催しました。今回は市民活動に出るために必要不可欠なポイントを伝授ということで、永沢 映氏(公益財団法人いきいき埼玉理事長)に講師をお願いしました。コロナ対策も万全に行い、塾生がイルミンに揃い、熱心に学びました。

【 永沢 映氏 プロフィール 】 埼玉県蕨市生まれ。日本大学商学部商業学科卒業。大学卒業後に環境ビジネスの会社を設立し、会社経営とともにNPOの運営や支援を実施。2002年からコミュニティビジネス支援のため、サポートセンターを設立。広域関東圏コミュニティビジネス推進協議会代表幹事、東京都北区創業支援施設インキュベーションマネージャー、内閣府共助社会づくり懇談会委員、国土交通省半島振興委員などで実績を積む。著者には「コミュニティビジネスの成功法則」(PHP 研究所)で出版。

ユーモアあふれる自身の自己紹介の後、市民の皆様が市民活動を始め際の自己紹介のポイントを解説。「市民活動をする際の自己紹介で、私は〇〇が得意だが、〇〇はできません。得意ではないと自分の弱みを見せることも実は大切です。一緒に活動する方たちとお互い弱みを補うことにより市民活動が回っていきます」。ほほ～。思わずうなずきますね。他にも「現役時代の肩書きがなくなるので(得に男性)、自分の思いを伝えるほうが相手に自分のことが伝わります」とか、「今後高齢化はますます進展し、社会保障は2050年には65歳以上の1人を1.2人で保証することになる社会が予想されている。この保証制度を維持する上からも、アクティブシニアを増やす必要がある」など、アクティブシニアの重要性を語られました。でもどんな活動をしていけばアクティブシニアになれるのか?という疑問もわきますね。こちらを参考にしてみてもいいでしょうか。

〈 地域活動・NPO には多様な目的、運営スタイルがある 〉

- 1 サークル活動(自分達で楽しむ)
- 2 ボランティア(やりたい、役に立つ、無償(有償もあるが心遣い程度))
- 3 事業型(コミュニティ ビジネス/維持継続に必要な費用を得る)



ビジネスならお金も入るし、いいですね。ここで女性シニア達 3 人で始まった葉っぱビジネスの話も出ました。徳島県の上勝町の葉っぱビジネスは有名。70 才代~80 才代の方が走り回っている。80 才代で 1000 万円の年収の方もいる。さいたま市では歩合制で 100 歳まで働ける工房がある。子ども食堂ではシニアが活躍している。



これらの事業は何れも上記の 3 つの項目が当てはまる。元気なまちを作っていくには、この 3 つの項目を取り入れた事業の展開が必要。運営するにも必要な要素があり、地域課題を明確にし、ワクワク感も忘れないこと。人々と連携し、財源確保もしなければならぬと色々やることが多いですが、思いが強すぎるとは倒れるのでほどほどに考えてやりましょうとのことでした。確かに、納得です。最後に永沢氏の講演会はこう締めくくられました。「人生には楽しいこと、豊かであること、日々充実していること、誰かとつながっていることが必要不可欠だ。そして自分のためは地域のため、地域のためは未来のためである」なんていい言葉。その通りだと思います。これが老若男女に言える言葉ですね。最後に記念撮影で終了しました。皆様本当にお疲れ様でした。

4) 第4回講座(健康寿命の基盤づくり)

いるま元気塾第4回「健康長命の基盤づくり」は、令和2年12月12日(土)10:00~11:30、イルミンに東京家政大学名誉顧問西村純一氏を講師にお迎えし、活動室1にて講義を行いました!塾生22名参加。まちサポスタッフ関係者含め合計34名が講義を聞くことができました。



「人生100年時代をアクティブに生きるための基本を学ぼう」。アクティブシニアでありたいメンバーが集っているこのいるま元気塾で大事なポイントを教わりました。



【 100年ライフの到来 】「先進国の子どもは50%以上が105歳以上生きる。」という衝撃的な話から始まりました。このように寿命が延びることは嬉しいが、健康であることが前提条件。



「健康と言っても、日常生活に支障なければ、それで健康だと言えるのではないかと考える。私は病気して腎臓も胆のうもないが、こうやって生きているのでこれで十分だと思っている」とのこと。びっくりです。西村先生すごい大病を患ったご経験があったそうです。それでも講義されるほどお元気でいらっしゃるのすごいと思った方も多いはず。年を重ね高齢になるといつ病気するかわかりません、健康でなければ生きることは大変ですよ。



【 幸福な老いから前向きな老いへ 】「人生80年時代では、病気や障害の最小化、心身機能の維持、社会参加を重視していたが、人生100年時代に向けては、老いを受け入れ、ある程度の機能低下も受け入れながら、適切な治療や予防をし要介護状態に進まないようにしよう。あちこちで耳にする「予防」。予防策を考えながら、知りながら少しずつ老いと向き合い長生きする…予防にもいろんな方法があります」。他にもいろんな老いとの向き合い方について語られたがこんな課題があることを話されました。塾生の皆さんも笑いながらも目が真剣です。



【 健康的な老いのための 4 つの課題 】

- 自分らしさ：60,70代は老年期へ移行期である。皆さんはまだこれからだ
- 自分と相性のいい選択を：好き勝手にいいのだ！
- メディカル・チェックを：自分もいやだけど、恐れず受けましょう
- 人生資産を棚卸しマネジメントしていく：人生のネットワークをフルに使いましょう

メモを取る手が止まりません。自分たちの未来を考えるとまだまだ学びたいことがたくさんあります。将来を考えると不安なことも多いけど、その中に希望や楽しみがたくさんあるはず。まずは身体の調子を整えて、なるべくいつも元気であること。心も健康に、前向きに生きていけばいいです。地域デビューをすれば、今よりもっと元気にイキイキに暮らせるのではないのでしょうか。とても良いヒントをいただけたような気がしています。

講義の後は次回のグループワークのために塾生の事前アンケート(趣味・今後やってみたいことなど)を元に、5つのグループに別れ、グループメンバーの顔合わせを行いました。

いるま元気塾グループ編成(案)

グループ名称	A	B	C	D	E
塾生氏名	古田 次生	松井 孝男	平 郁夫	橋 幸暢	菊池 峰生
	横澤 政行	小山 公一		春名 恭一	斉藤 利夫
			古川 栄子	松岡 誠	今本 正雄
	蛸島 国代	大野 富美子	佐藤 治美		
	石川 洋子	熊谷 三千	矢嵐 さやか	米内山 由紀江	栗栖 弘子
	松岡 孝子	丸山 富子	中澤 君子	横澤 八重子	谷川 信子
	鈴木 たづ子				田中 由紀子
塾生人数	6名	5名	5名	5名	6名
グループファシリテータ	川名 千鶴子	小野寺 寿美子	木村 仁美	木内 勝司	久下 栄

※このグループ編成案は、参加者皆さん自身のアンケートで、今後やりたいこと、グループ活動の希望欄の回答をもとに作成したものです。当面のグループ分けとして、A:健康維持を目指すグループ、BとC:趣味を中心とした活動をするグループ、D:子どもやお年寄りの支援活動をするグループ、E:まちづくりや環境保全などボランティア活動をするグループに分けています。

第5回講座では、このグループ分けをもとに、参加者の皆さんそれぞれご自分の方向性についてグループ討議をしていただき、必要があればグループ分けの修正を行います。

第6回講座で所属グループを確定していただき、今度はグループとしての活動案を検討します。その企画案をグループごとに発表していただく予定です。

なお、今後のスケジュールは次の通り(いずれも土曜日 12/19と1/16は午前10時～11時30分、1/23と2/6は午後1時30分～3時、イルミン活動室1)。12/19第5回講座、1/16第6回講座(卒業式は別日程に変更)、1/23補講、2/6卒業式(既存市民団体紹介)。

令和2年度いるま元気塾・塾生名簿・アンケート結果

番号	氏名	性別	年齢	趣味・今後やってみたいこと	<グループ活動の希望>						備考	
					A健康	B趣味	C福祉	Dボランティア	Eその他	F個人		
1		女	72	園芸								
2		男	78	イベント参加								
3		女	69	ウォーキング・ハイキング・園芸・旅行	○	○						
4		男	79	ウォーキング・グランドゴルフ・旅行・読書・インターネット				○				
5		女	82	針仕事								針仕事の手伝いが出来ればいいが、年齢的に不安
6		女	77	ウォーキング・手仕事・ボランティア活動		○	○	○				家に居ることなく健康を長く維持できる活動をしたい
7		男	70	グランドゴルフなどのスポーツ		○						油絵のサークル、テニスや卓球等のスポーツ、広く浅く体験したい
8		男	71	講座参加、写真撮影、ボランティア活動				○				
9		女	72	読書・散歩・料理								特にないが、これから見附きたい
10		女	72	ウォーキング・園芸・旅行・イベントへの参加・ボランティア活動	○							近くでラジオ体操、おしゃべりタイムも
11		男	68	ウォーキング・ハイキング・料理・写真撮影		○						特にないが、これから見附きたい
12		女	76	編み物・ウォーキング・グランドゴルフ・園芸	○							
13		男	74	読書・太極拳・ウォーキング・スポーツ	○	○	○					
14		女	66	飲み会・グランドゴルフ・イベントへの参加・ボランティア活動	○	○						
15		女	73	園芸・ハイキング				○				
16		男	68	野菜作り・インターネット		○						仕事の都合でグループ活動には参加できない
17		女	71	登山・温泉・旅行・酒・園芸・料理・ボランティア活動	○							独居高齢者の健康維持のための活動
18		男	69	読書・ウォーキング・講演会イベントへの参加・ボランティア活動			○					
19		女	76	読書								
20		男	85	読書・ノルデックウォーキング								
21		男	75	ウォーキング・落語・旅行・飲み会	○	○						
22		女	66	園芸・ウォーキング・おしゃべり・料理	○							郷土の料理を知りたい、作りたい
23		男	70	散歩・ボランティア活動					○			入間市主催市民成年後見人の説明会を来年1月より受講予定
24		女	67	読書・おしゃべり・編み物・料理								特にないが、これから見附きたい
25		女	78	パンを焼きたい								
26		男	73	写真(風景・花)・ウォーキング								経験はないが、演劇の興味はある
27		女	72	ウォーキング・運動すること・旅行・イベントへの参加		○						
28		女	67	声を出すこと			○					特にないが、これから見附きたい
	計28人			男12人、女16人 平均77.7才								

A:健康維持を目指すグループ B:趣味を中心とした活動をするグループ C:子どもやお年寄りの支援活動をするグループ

D:まちづくりや環境保全など、ボランティア活動をするグループ E:その他の活動 F:個人で活動したい

5) 第5回講座(グループ別で行動プランを考える)

202019いるま元気塾 第5回

私の「やってみたいこと」アイデアシート①

自分の「興味・関心」と「できること」をもとに、自分の「やってみたいこと」を書き出します。

興味・関心 自分が興味あること、気になること、ほかの誰かにとって必要なこと、課題となっていること	「やってみたいこと」(いくつでも) 自分の興味・関心と、自分ができるところを合わせて、自分がやってみたいことを文章にします。
できること 自分ができそうなこと、ほかの人が協力してくれそうなこと	

20201219いるま元気塾 第5回

私の「やってみたいこと」アイデアシート① (記入例)

自分の「興味・関心」と「できること」をもとに、自分の「やってみたいこと」を書き出します。

興味・関心 自分が興味あること、気になること、ほかの誰かにとって必要なこと、課題となっていること	「やってみたいこと」(いくつでも) 自分の興味・関心と、自分ができるところを合わせて、自分がやってみたいことを文章にします。
できること 自分ができそうなこと、ほかの人が協力してくれそうなこと	

記入例:

興味・関心 自分が興味あること、気になること、ほかの誰かにとって必要なこと、課題となっていること	「やってみたいこと」(いくつでも) 自分の興味・関心と、自分ができるところを合わせて、自分がやってみたいことを文章にします。
できること 自分ができそうなこと、ほかの人が協力してくれそうなこと	

記入例:

興味・関心 自分が興味あること、気になること、ほかの誰かにとって必要なこと、課題となっていること	「やってみたいこと」(いくつでも) 自分の興味・関心と、自分ができるところを合わせて、自分がやってみたいことを文章にします。
できること 自分ができそうなこと、ほかの人が協力してくれそうなこと	

令和2年12月19日（土）10:00～11:30、第5回目の講義の様子です。今までと違い席の並びがグループワーク形式です。真ん中に立たれていらっしゃるのが今回の講師犬塚裕雅氏です。かわさき市民活動センター参事、専修大学経済学部非常勤講師を務められています。（地域活性化のプロジェクトマネージメントが専門）

今回は塾生に卒業後どんな活動をしたいか、グループごとに話し合い、自分の思いや考えを相手に伝えるというミッションがありました。ですので一方的に話を聞いて受講していた前回までの講義とはだいぶ違った雰囲気でした。まちサポスタッフがグループファシリテーターになり、各グループの進行をつとめました。

ワーク1でアイデアシートを渡された塾生は「興味・関心」「できること」を文字化させ、次いで、これらをもとに「やってみたいこと」を文章にする作業を行いました。

興味関心については、「宇宙旅行」なんていう突拍子もない例まであり思わず笑顔に。それならたくさん書けそうです。

2分間という短い時間で、とりあえず自己紹介。塾生の皆さんは堰を切ったように話し始めました。話すうちにどんどんアイデアやそれぞれの思いが口から飛び出しました。ワーク2に入ろうとしましたが「先生、まだもう少し話し合いたいです！」という要望が出たので中身をもう少し煮詰めました。塾生同士良い意見交換が生まれていきます。みなさん、楽しそうです。

ワーク2では「やってみたいこと」を言語化する時間でした。ワーク1で各グループとも一つの集団としての繋がりができているようで、やってみたいことがスムーズに話され、言語化できていきました。



アイデアシートは一度回収し、コピーを取った後返却されました。次回までに追加削除があれば自由に書き込んでいいとのこと。帰るまでにあれもこれもと追加した方もいたのではないのでしょうか。シートを返却されてからも順次解散でしたが別れを惜しむかのように会話が病む気配がありませんでした。話すことでグループの絆が深められるといいですね。

6) 第6回講座(グループ発表)

第6回講座は、新型コロナウイルス感染症対策のため、会場のイルミンが臨時休館となり、2回ほど延長しましたが、緊急事態宣言が延長されるなどのため、コロナが落ち着いた段階で再開を検討することにして、やむを得ず今年度の開催は中止しました。なお、第6回講座で実施する予定だった内容は次の通りです。

2020いるま元気塾 第5回+第6回

私たちの「やってみようかな」のアイデアシート②

チーム名前	
やってみようかな <ul style="list-style-type: none">●なにをどうしたい 私たちがやってみようかなと思うこと ●なぜ 私たちがこれをやってみようかなと思う理由	やってみようかなを始める <ul style="list-style-type: none">●いつからどこで ●始めるのに必要なこと

私たちの「やってみようかな」のアイデアシート②（記入の手引き）

チーム名前

やってみようかな

●なにをどうしたい

私たちがやってみようかなと思うこと

グループの面々が出す「やってみたいこと」を素材に話し合い、グループで「やってみようかな」と合意したものを記入する。
1つに整理できない場合は、3つまで可。

●なぜ

私たちがこれをやってみようかなと思う理由

グループで「やってみようかな」と合意した理由を記入する。

やってみようかなを始める

●いつから、どこで、どのように

グループで「やってみようかな」と合意したものを、いつから、どこで、どのように始めるかの目論見を記入する。
合意したものが2つ～3つある場合は、最低1つについて始める目論見を整理する。

●始めるのに必要なこと

グループで「やってみようかな」と合意したものを、始めるにあたり、必要なことがあれば記入する。
合意したものが2つ～3つある場合は、最低1つについて整理する。

〈課外授業〉

7) 入間のまち散歩

令和2年11月24日(土曜) 9:00~12:00に【課外授業・入間のまち散歩】を開催しました。当日のまち歩きコースは次の通りです。

入間市駅北口⇒武蔵豊岡教会⇒霞川⇒蓮華院⇒黒須公民館(トイレ休憩)⇒旧黒須銀行⇒西洋館

ガイド・講師は岡野 亘氏(入間市環境アドバイザー)にお願いしました。

当日は結構歩きました。歩く前には準備体操をし、体をほぐしてから活動開始。スニーカースタイルの方も多く、動きやすい服装で来られていました。まちサポスタッフも皆様に入間市の魅力を今よりもっと知ってもらおうと入念にコース決めを行いました。

大正12年に建てられた歴史ある武蔵豊岡教会では、建設の経緯を聞く良い機会になりました。こちらの武蔵豊岡教会はプロテスタントであり、偶像崇拝が禁止のためカトリックと違い十字架や聖母マリア像、キリスト像もないシンプルな祭壇になっています。平成26年に、国道16号の拡幅に伴い、曳家して改築しました。埼玉県唯一のキリスト教の伝道師でもあるW・H・ヴォーリズが設計した教会です。可愛らしいステンドグラスは、礼拝に来た方も嬉しいでしょう。

教会の後は霞川沿いを歩き、橋の上から川の様子を見ながら、最近一部に魚道が整備されたことなど、新しい情報も聞くことができました。

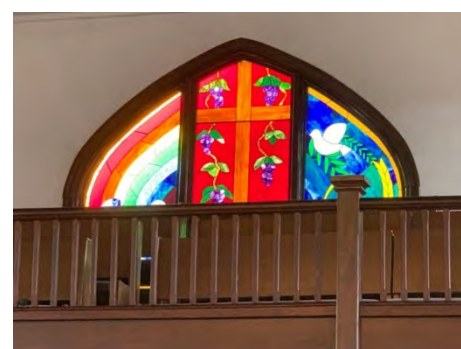
そのまま蓮華院に移動し、真言宗の寺院を見学。鎌倉時代の初めに歌人としても知られた寂蓮法師が建仁元年(1201)に開いたと伝えられています。市指定文化財の蓮華院観音堂や木造千手観音菩薩立像、蓮華院の鰐口などがあ



武蔵豊岡教会



武蔵豊岡教会の内部



ステンドグラス



蓮華院境内の池(上)と周囲の堀(下)

り、ゆっくり眺めながら、歴史をたどりました。弘法大師の銅像、境内や周辺の塀など、京都風の見事な造形にみなさん興味深かったご様子。

素敵な庭園を歩きながら、そろそろトイレ休憩でもしましょかということで黒須公民館に立ち寄りしばしの休憩をとりました。

続いては旧黒須銀行へ。明治33年の銀行って貴重すぎると思いませんか。今も残っているなんてすごいです。この日は外観のみ見学でしたが、中はどうなっているかと言いますと、1階に銀行らしさ満載の大きなカウンターがあり、2階建ての建物です。当時資本金20万円で設立され道徳銀行とも呼ばれ、昭和18年に埼玉銀行（現在の埼玉りそな銀行）豊岡支店として使用されました。平成2年には市指定文化財に指定され、入間の歴史を語るには欠かせない建造物になっています。

最後に来ました西洋館。テレビドラマに度々登場するなど、CMにもロケ地として大活躍の館ですが、最近では夜にライトアップされるなど昼間だけではない楽しみ方があるようです。国道16号線を通るたびに目に入る立派なお屋敷は、大正10年に建設されました。

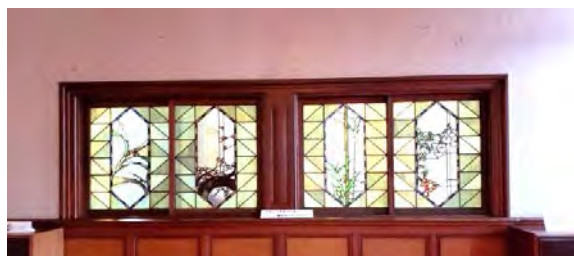
入間市豊岡に農家の息子として生まれた石川幾太郎が明治26年に石川組製糸創業。大正5年には工女の数も1600人に増え資本金5万円の合資会社に成長しました。旧石川組製糸西洋館は当時取引先のアメリカの貿易商を招くにあたり、「豊岡を見くびられてはたまらない。超一流の館を造って迎えよう」と決意したとの事。残念ながら関東大震災や不況が相次ぎ昭和12年に46年の幕を閉じました。戦後は進駐軍に接收されましたが建設当時のままほぼ残されています。



旧黒須銀行の外観を眺める



西洋館の外観



お茶の花をモチーフにしたステンドグラス



大広間の食堂



西洋館の玄関で集合写真

2階の大広間を飾るステンドグラス。よく見たらお茶の花もモチーフに。現在は入間市に寄贈され、見学に多くの市民の方が訪れています。まだ行かれたことのない方は洋風木造建築のモダンな石川組の迎賓館に是非一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

塾生とまちサポスタッフ、ガイドのみなさんと記念撮影。今回は知っているようで実は知らない入間市の散歩スポットでした。普段なかなかゆっくり歩くことのないコースだったのではないのでしょうか。

8)加治丘陵自然探勝路散策

令和2年11月14日(土) 9:00~12:00 自然探勝路の自然観察会をいるま元気塾の課外授業として開催しました。コースガイドは久下 栄氏(NPO法人加治丘陵山林管理グループ)、自然観察講師は: 福地朝男氏(加治丘陵を見守る会)にお願いしました。

①農村環境改善センター玄関に集合・準備体操・裏庭の植物観察

9時に農村環境改善センター玄関に集合。コースガイドの久下さん、自然観察講師の福地さんを紹介した後、軽く準備体操をしてから出発。センターの裏庭から観察開始。茶の花、アメリカハナミズキなど、福地さんから説明を聞きました。日本のソメイヨシノをアメリカに送り、そのお礼に送られたのがアメリカハナミズキ。ポトマック河畔のソメイヨシノが根付くまでには色々苦労があったとのこと。



アメリカハナミズキの説明を聞く

②加治丘陵の里山管理の拠点となっている小屋から南コースの遊歩道へ

下草刈をしているので、落葉樹主体の林内は明るく、傾斜も緩いため歩きやすい3つめのルートに登りました。最近、加治丘陵山林グループがこのあたりの神社の所有地の下草刈を頼まれ、このため、この道が使われるようになったとの話。南コースの遊歩道へ上がるルートは、これまでは農村環境改善センターの裏手から直接階段でのぼるきついルート、緩いが最後とこ



新たにできたゆるい坂道を上る

ろで丸太階段となるルートの2つでした。この途中にも、ササバ草という笹そっくりの草があり、この時期に穂が出て初めて草とわかるというものを見つけました。

やがて、尾根道となっている南コースの遊歩道へ。このコースの途中にスミレの貴重種(マキノスミレ)がありました。下草刈りで刈られないように、注意札と囲いがあります。

③自然探勝路の入り口から北コースの遊歩道へ

探勝路のメインコース入り口で小休止した後、探勝路の丸太階段を下り、かなり急な階段です。あたりは落葉樹の森林が続き、太陽の光が林内に届き、明るい林となっています。

階段下には谷筋に小さな溪流があり、わずかだが水流があります。加治丘陵山林管理グループのメンバーの中に、橋の専門家OBがいて、構造計算をして木の橋を設計したそうです。ほとんど玄人に近い探勝路制作の仕事だと思います。



尾根道となっている南コースの遊歩道



森林の成り立ちを説明する福地さん



急な丸太階段を慎重に下る



橋の専門家OBが設計したという木の橋を渡る

ここで、福地さんが加治丘陵の成り立ちについて説明。かつて多摩川は青梅の山々を出て直接大宮台地方面に流れていました。入間市のあたりはこの多摩川の扇状地として形成されました。この扇状地の砂利層の上に火山灰が幾重にもつもり、バームクーヘン状の土地が形成され、やがて、この土地が隆起し、多摩川は現在の流路のように東京方面に流れを変え、この土地はさらに隆起するとともに、不老川や霞川に浸食され、現在のような加治丘陵の地形が形成されました。このため、加治丘陵の地盤は砂利層と火山灰層が交互になっています。砂利はかつての多摩川が運んだものです。

下りがあれば、上りもあります。急な丸太階段をのぼります。急な階段を登り切って、小休止。



探勝路最後の急な丸太階段



急な丸太階段を登り切って小休止

阿須山の山頂に三角測量の2等水準点があります。これらの水準点は、日本の土地の形状や面積を確定する国土調査に使われます。国土調査のための測量は、建物や道路を整備する際に行われる一般測量とは違うもの。



阿須山の山頂にある測量基準点を見る

このあたりで、加治丘陵山林グループが整備した自然探勝路は終わり、北コースの遊歩道を経て、南コースの遊歩道へ向かう横断ルートを歩きます。手入れの行き届かないスギ・ヒノキの人工林は薄暗く、林床まで光が届かないため、植物がまばら。このため土壌がむき出しになり、雨のたびに土壌が流亡して山があれます。里山は、人の手で間伐や下草刈りなど、人工林の管理が必要です。また、加治丘陵では、落葉樹林などへの植生転換も考える必要があります。

④山仕事の広場から桜山展望台へ

加治丘陵里山基本計画の中心的な場所に、約100haの里山自然公園(都市計画公園)が整備されており、そのコアな場所に山仕事の広場があります。当初の計画では、山仕事のための作業小屋、炭焼き小屋も計画されていましたが、まだ未整備で、ひろい芝生の広場と木製の遊具、バイオトイレが整備されています。

芝生広場は、地元の幼稚園や保育園などの子どもたちの身近な遠足の場としてよく利用されているようです。遊歩道も地元の人たちをはじめ、多くの人に散策などによく利用されています。しばらく歩くと、桜山展望台に。ここで、参加者一同の記念写真を撮りました。桜山展望台に上ると、天気が良く、周辺が一望のもとに見渡せました。富士山もくっきり見えました。新宿方向の高層ビル群やスカイツリーも。桜山展望台から農村環境改善センターへ戻り解散しました。時に12時10分。



山仕事の広場の説明を聞く



ようやく桜山展望台に着く



コースガイドの久下さん、自然観察講師の福地さんを囲んで記念撮影

今回の参加者の記念撮影の中に酸素吸入のタンクを引っ張る斎藤さんもいました。さすがに、自然探勝路のコースを歩くのは難しかったですが、農村環境改善センターの裏庭や加治丘陵里山管理の拠点小屋のあたりまでは皆さんと一緒に、久下さんや福地さんの説明に耳を傾けました。まちサポスタッフの川名さん、小野寺さんの手を借りて桜山展望台付近まで移動し、記念撮影に収まりました。

〈参考資料〉

参考-1.元気な入間のまちづくり

1) 元気な入間のまちづくりの経緯

元気な入間のまちづくり(市民が主役のまちづくり・協働のまちづくり)は、2001年の入間市民と入間市長による「元気な入間都市宣言」～元気な入間 人・まち・自然～からはじまり、この都市宣言を具体的実現するための14人の市民委員による「元気な入間まちづくり基本条例」の原案作成と入間市による施行、これに基づく「入間市市民活動センター」の建設、推進組織として「まちづくりサポートネット元気な入間」の設立によりスタートしました。まちづくりサポートネット元気な入間(以下、略称「まちサポ」)と入間市と3年ごとに協定を結び、市民提案型協働事業制度の実施、2011年にはまちサポが法人化して現在に至ります。

- ・2001 元気な入間都市宣言
- ・2004 元気な入間まちづくり基本条例施行
- ・2005 まちサポ設立
- ・2005 入間市とパートナーシップ締結
- ・2009 市民提案型協働事業支援実施
- ・2011 まちサポ NPO 法人化
- ・2014 まちサポ成長計画策定
- ・2015 まちサポ 10周年

2) 「まちサポ」のアウトライン

① まちサポのミッション

自分たちのまちは自分たちでつくるという市民意識を高め、まちづくりへの市民参加のすそ野を広げ、市民活動団体のまちづくり力を強め、市民と行政との協働を発展させ、もって元気な入間の実現に寄与すること。

② 会員

社員(正会員)11名 賛助会員1団体

サポーター会員30名

③ 事業内容

(1) まちづくりネットワークの形成に係る事業

(ホームページ・情報誌ほか)

(2) 協働によるまちづくりの促進に係る事業

(市民提案型協働事業団体支援・登録団体交流会・企業協働ほか)

(3) 市民活動拠点の充実に係る事業

(センター窓口サービス・研修講座・センター活性化・相談サービスほか)

(4) 新しい公共の担い手づくりに係る事業

(入間市役所新規採用職員研修・人財塾・新しい公共担い手づくり・企業研修ほか)



参考-2.入間市市民活動センター(イルミン)と登録団体

1)入間市市民活動センター(イルミン)

入間市市民活動センターは、「元気な入間まちづくり基本条例」にもとづき、市民活動の拠点(公設・民営)として、営利を目的としない自主的な社会貢献活動を支援する目的で設置されました。様々な市民活動の推進や市民活動団体同士の交流を深めるためのものです。市民活動センターの平日昼間の窓口対応は、入間市社会福祉協議会、土・日・祝日及び夜間はシルバー人材センターの職員が対応します。

また、市民活動センター全般の運営については、市役所自治文化課と協働で、まちづくりの中間支援組織「まちサポ」(NPO 法人まちづくりサポートネット元気な入間)が対応します。「まちサポ」は、市民活動団体同士の連携、あるいは活動団体と行政との協働支援など、まちづくりのソフト面での充実を図っていきます。何か、気になることや相談したいことがあれば、いつでも気軽に「まちサポ」にご相談ください。皆様のお越しをお待ちしています。

開館時間：午前9時～午後9時30分
休館日：年末年始(12月29日～1月3日)

※まちサポへのお問合せ

〒358-0003 埼玉県入間市豊岡 4-2-2 入間市市民活動センター内
TEL 04-2964-2511 FAX 04-2964-2519 メール：shimin@ictv.ne.jp
ホームページ：machisapo.com

2)登録団体

入間市市民活動センターに登録している団体は、2021年1月現在、97団体です。環境(13)、子育て(23)、福祉(27)、その他のまちづくり分野(34)に整理すると次のようになります。



分野別市民活動団体一覧表(環境分野の団体) RO3.01.27現在

分野	No.	団体名	団体の活動目的
環 1	1	NPO 法人加治丘陵山林管理グループ	入間市の山林管理
環 2	12	生活クラブ生活協同組合入間支部	地域の環境を考え、地域の環境の保全に向けた活動
環 3	21	入間川ビオトープネットワーク研究会	入間川流域の自然やまちの環境再生を目指す
環 4	35	NPO 法人荒川流域ネットワーク入間支部	荒川流域の全流域の住民、子どもたちに対し親しめる川づくり
環 5	38	入間市ご美に花を咲かせる会	EM(有用微生物)を活かして、生ごみリサイクル化や環境改善
環 6	58	NPO 法人バーブレスフック普及協会	カエシのない釣りバリの使用を推奨し、自然環境の保全、水産資源利用に寄与
環 7	74	埼玉県生態系保護協会入間支部	自然生態系の保護に関する活動全般
環 8	79	入間市環境まちづくり会議	市民・事業者・民間団体及び市が協働し、入間市環境基本計画を具体的に進めていく
環 9	91	特定非営利活動法人EMネット埼京入間支部	農業、環境、健康への有用微生物活用技術に関する情報発信、人材育成、流通支援
環 10	108	入間から発信! ずっと暮らし続けるために動く会	地域に密着した環境問題の勉強、交流、発信、フィールドワーク
環 11	115	ぶつし里山会	里山の豊かな自然を整備し保全活動とともに地域でのコミュニケーションを図る
環 12	127	いるま環境再生の会	自然環境の復元を目指し、環境にやさしいまちを築いていく
環 13	150	入間市の景観と歴史を知ろう会	現在の入間市景観 50 選の現状を調査し、歴史も併せて市民に浸透する活動を行う

子育て分野の団体

分野	No.	団体名	団体の活動目的
子 1	5	NPO 法人あそびあーとこども劇場いるま	継続した文化活動を通じ、子どもと大人が生き生きのびのび生きられる環境作り
子 2	14	NPO 法人子育て家庭支援センターあいくる	子育てをしている親たちへの応援
子 3	23	NPO 法人親子学 親と子の心を結ぶ絆づくりの会	子育て支援、親と子の心と心の絆づくり

子4	27	どろだんごの会	小中学生を持つ親同士が集まって話し合い、情報交換
子5	37	(一社) 埼玉県助産師会所沢地区	より良い出産と子育て、助産技術水準向上、助産師の役割アピール、助産師職の発展
子6	42	いるま子育て情報発信隊	入間市の子育て関連情報の発信(子育て支援マップの作成)
子7	43	ジュニア・チャレンジ・クラブ実行委員会	学校や家庭ではできない体験を通して友情を育み、青少年の健全な育成を図る
子8	45	入間遊び場づくり協会	子供達のがのびのびと自然の中で育っていくことを願い、入間市に多くの遊び場を作る
子9	50	子育てサロンわいわいの会	子育て中の親が集える場など、地域で孤立している親子を失くしたい
子10	66	フレンズの会	子育て支援をする仲間が集まり、話し合いや情報交換及び勉強会
子11	75	茶々子育て支援センター	子育て支援(乳幼児親子の遊び場、親子交流の場の提供等)
子12	99	ハッピーチルドレン実行委員会	地域で子どももおとなも楽しめるコンサート等の主催、東日本大震災復興支援
子13	110	こどもを守る会いるま	子どもたち放射能の被爆から守り、健やかに育てるために活動
子14	117	すまいりーくらぶ	外国人が自宅にこもり、孤立した子育てを防ぐために集まれる居場所としてのサロン
子15	113	Fun-goマッシュェ クラブ	子供たちを対象に祭りを通して思い出づくりを支援、元気な入間のまちづくりに貢献
子16	118	おとなのパスポート	個人や団体と連携しながら文化振興を図り、文化を通じた子どもの健全育成
子17	130	ミッケルアート・サークル～入間市の歴史を語り合おう～	ミッケルアート回想療法を用いた介護予防、アクティブシニアの社会参加の促進など
子18	131	社会福祉法人 創和	精神障がい者の社会復帰支援
子19	133	こども食堂ネットワークいるま	入間市内で「食」を通じた「居場所」づくり、運営者同士の情報交換や連携の促進
子20	137	フードバンクいるま	行政や各団体と連携し、市民が安心して暮らせる「食のセーフティーネット」を目指す
子21	141	いるま学習支援の会	子どもたちの居場所と学習機会を作るため地域の力で子ども達の未来を応援する
子22	142	朗読グループ 螢	対面朗読等のボランティア活動 朗読の学習
子23	143	絵本を楽しむ会	絵本の楽しさを伝える活動を行う

福祉分野の団体

分野	No.	団体名	団体の活動目的
福 1	13	友愛会	友愛の精神を持って、市内の一人暮らしのお年寄り及び施設の方々との交流を図る
福 2	16	豊岡第一地区ボランティアグループ	高齢者配食会食（70歳以上一人暮らし）、老人ホームシート交換、病院の通院介助等
福 3	22	入間市社会福祉協議会	支えあい、助け合える地域づくりを目指した、地域福祉に関する様々な事業・活動
福 4	30	入間市手話の友の会	聴覚障害者の会と連帯しつつ、福祉向上、発展を目指す
福 5	47	高齢者社会と住環境を考える会	高齢者自身が自分達で暮していける環境を考える
福 6	51	入間市視覚障害者ガイドヘルプの会「あいあい」	視覚障害者の外出の介助や交流を図り、生活の質の向上、社会生活への参加の促進
福 7	54	特定非営利活動法人正しい運身で転倒防止を進める会	中高齢者に対して正しい運身転倒予防によって寝たきりになる人がいない社会づくり
福 8	55	NPO 法人イノセント	障害を持った方々の地域生活支援活動
福 9	62	入間市朗読ボランティアグループ はづき	視覚障害者・高齢者・障害者への朗読奉仕、音訳テープを通じて広報・他の情報を提供
福 10	65	NPO法人 花の郷	知的障害者、身体障害者、精神障害者に対する地域授産活動の支援
福 11	76	げんきクラブ	わいわい深健クラブを終了の特定高齢者を対象とした事後フォローアップ事業を行う
福 12	82	入間市民生委員・児童委員協議会	地域住民に対する生活相談や援助等の活動を行い住民の福祉の向上を図る
福 13	84	入間ゆずり葉の会	家族が集まり心の病を理解し、本人たちの社会復帰または社会参加への努力に協力する
福 14	92	さくらの会	障害のある方の家族たちが集まり近況報告や情報交換をかさね、互いに元気をもらう
福 15	95	入間市要約筆記サークル グリーンペン	聴覚障害者への理解を深め社会参加への協力、要約筆記の技術向上、普及
福 16	96	入間市介護支援専門員研究協議会	介護支援専門員の職業倫理及び資質向上、市民の保健、医療、福祉に寄与

福 17	105	つながろう入間	地域がつながる・みんながつながるまちづくりをめざす
福 18	114	入間傾聴ボランティア「そよ風」	傾聴ボランティアを通して地域の人々と良い関係を築き、自律的な生活を支援
福 19	116	認知症予防「Ciao-てっく」をすすめる会	認知症を予防するための講座や活動を応援し、ファシリテーターを務めること
福 20	119	ノルディック・IRUMA	健康増進を始め、子どもの適正歩行・まちの防犯・地域環境監視、観光の振興等の寄与等
福 21	122	介護サロン「かたらい」	介護者を支援する
福 22	125	ワイワイなかま	高齢者が運動機能の維持・向上を目指し、プログラムされた運動を行う介護予防
福 23	128	公益社団法人 埼玉県社会福祉士会	県民および専門職員に対する社会福祉に関する知識および技術の普及など
福 24	132	障がい者サポーターの会 「和」	障がいのある方たちの自立した日常生活の支援、余暇活動等のサポート
福 25	136	バリアフリートーンチャイムの会「ミックスジュース」	障害のある人もない人も共に音楽活動を楽しむ中で、自分らしく生きるまちの実現
福 26	138	脳トレわらべ	高齢者を対象とした手を動かすことによる脳の活性、幼児を対象とした手遊びなど
福 27	146	令和のさくら	小物づくりを通して、子ども達やお年寄りと交流を持つ

その他のまちづくり分野の団体

分野	No.	団体名	団体の活動目的
ま 1	6	市民文化を創る会	市民と行政とのパートナーシップを確立、入間の暮らしに歴史と文化が生きるまちづくり
ま 2	7	いるまねこの会	人と家なし猫の共生を目指した諸活動を行う
ま 3	24	豊岡第三区まちづくり部会	豊岡地区のまちの活性化を検討
ま 4	28	いるま塾の会	学びあうことを通して共感しながら楽しく活動し、「豊かな心ふれあうまち」にしてい

ま5	31	(社)入間青年会議所	まちづくり
ま6	44	シニアでまちづくり(バラ色の会)	地域(健康・福祉・社会教育等)について学ぶとともに、まちづくりに積極的に参加する
ま7	46	青空テント	入間市に移住してきた人達のお話を聞き、まち、暮らしの体験を「聞き書き」する。
ま8	52	NPO 法人入間市文化創造ネットワーク	地域の魅力の発信、アーティストや市民の創造活動の支援、市民自治の醸成を図る
ま9	53	NPO 法人まちづくりサポートネット元気な入間	中間支援組織として、NPO や市民活動団体の活動基盤を支援・強化
ま10	57	入間ライオンズクラブ	奉仕活動として献血事業、社会福祉事業、環境保全、青少年健全育成事業など
ま11	77	いるまメンターの会	心理学の勉強(交流分析)をしながら、ボランティアとして困り事、情報収集、提供
ま12	78	悠友会	心身ともに健康で豊かな楽しい生活を営むとともに趣味やキャリアを活かす地域社会貢献
ま13	80	豊岡地区区長会	会員相互の親睦を図ると共に推進力となり、市発展のために寄与する
ま14	81	入間市連合区長会	自治活動の発展と住み良い地域社会建設の推進力となり、市発展のために寄与する
ま15	83	入間市生涯学習を進める市民の会	市民の生涯学習活動を支援するため、市民と行政のパイプ役として生涯学習の推進
ま16	88	なでしこ女性史研究会	入間における女性史ならびに関連する諸問題について調査研究、記録
ま17	89	特定非営利活動法人命と子育て応援隊FAD	市内の救急救命率の向上、応急手当・救命手当の普及
ま18	93	アフリカへ毛布を送る運動	アフリカ諸国の毛布のニーズに応え、彼らの苦境を少しでも和らげる手伝い
ま19	107	埼玉建築士会入間支部	入間の建築士、入間市のイメージアップ
ま20	111	入間市の文化遺産をいかす会	文化遺産を関係者、諸団体との連携を図りながら後世に向けていかすことを目的とする
ま21	120	いちの会	市民行事や市民活動への参加、また、ボランティア活動を通じて地域貢献する
ま22	121	チーム「あいてい夢広場」	情報通信技術を活用して、入間市民、市民活動団体、行政、事業者など情報発信支援
ま23	123	さわやかサロン	手芸その他のかかわりの中で、尊重し合える仲間づくりを目的とする
ま24	126	復興支援入間まごころの会	自然災害などの被災地の復興を支援する
ま25	129	特定非営利活動法人住まいの管理相談センター	空き家や空き地の情報収集、住民、不動産所有者などに対して相談・セミナーなど

ま 26	134	IRUMA女子まちづくり研究会（JOYーまち）	まちづくりを考え学び、女性の立ち位置から新しいまちづくりを提案、企画、実施する。
ま 27	135	NPO 法人 空家・空地管理センター	空家所有者に寄り添い、空家の利活用相談から管理代行などをワンストップサービス
ま 28	139	NPO 法人 不用品の物品寄付で明るい社会を築く会	身近な不用品の物品寄付による子ども達の育成及び明るい社会の創造に寄与する
ま 29	140	埼玉土建一般労働者組合入間支部	市内建築労働者の地位向上と労働環境改善を目的とした学習活動など
ま 30	144	NPO 法人音降り注ぐ武蔵ホール	文化発信としてのコンサートや講座の開催
ま 31	145	公益社団法人隊友会埼玉県隊友会入間支部	隊友会活動の円滑な推進 自治体等に対する協力、支援
ま 32	147	Mate Rio (マテリア)	性的少数者の為の啓発、居場所づくり
ま 33	148	入間南ロータリークラブ	奉仕活動を行い、それを通じて地域社会の問題に取り組む
ま 34	149	いるまプレーパーク作り隊	入間市にプレーパークを作り、実施する活動

入間アクティブシニア「余生と世事業」報告書
令和3年3月

編集 余生と世事業報告書編集委員会
発行 NPO 法人まちづくりサポートネット元気な入間

問合先 NPO 法人まちづくりサポートネット元気な入間
〒358-0003 埼玉県入間市豊岡 4-2-2 入間市市民活動センター内
TEL 04-2964-2511 FAX 04-2964-2519
メール shimin@ictv.ne.jp ホームページ machisapo.com