

(1) 地域づくり活動 Q&A

Q1 地域づくり活動は誰にでもできるの？

A1 地域づくり活動に取り組んでいるのは特別な人というわけではありません
何かのきっかけがあって、活動し始めた方々がほとんどです。
また、活動するにあたって自己犠牲は望ましくなく、活動を楽しむことで、自己実現、生きがいにつながります。
あなたに合った活動を始めてみてはいかがでしょうか。

Q2 困っている人を支援するための心構えや注意することは？

A2 地域づくり活動に限りませんが、人と人との関わりには、大切なことがあります
まずは大きく、次の3点について、心がけてみてください

- 1 相手の気持ちに「寄り添い」ましょう。
ニーズに合わせて「してあげる」という姿勢が見えると、相手から敬遠されて、活動が長続きしない場合があります。
- 2 お互いの信頼関係を保つために、相手のプライバシー情報は守りましょう。
活動を引き受けた以上、その内容に責任を持ち、活動上知り得た情報や秘密は口外しないという姿勢を徹底しましょう。
- 3 支援される人と支援する人が固定することのないよう、また、過度に「共依存」にならないよう心がけましょう。
「お互いさま」という気持ちは、古今東西とわず、活動が長持ちする秘訣です。相手の自立につながるようにしましょう。

Q3 活動中に事故が起こったときの備えは？

A3 活動の安全・安心のために、まずは、ボランティア保険に加入しましょう！
○活動中に「ケガをした」「物を壊してしまった」などのトラブルに備えて、ボランティア保険に加入しましょう。自分たちだけでなく、活動先の安全を守るためにも、保険への加入が不可欠です。

＜ボランティア保険に加入するには？＞

各市区町社会福祉協議会ボランティアセンター窓口で申込書を入力

↓
申込書に必要事項を記載し、窓口を持参
(活動日の前日までに受付を完了してください)

↓
ボランティア活動内容確認 ⇒保険の説明を受け保険料を現金で支払う
(申込票控を受領し、保管しましょう)

○安全管理の責任者を決め、リスク軽減の話し合いや工夫をしましょう



Q4 自分に合った活動を無理なく選ぶポイントは？

A4 できるときに、できることを、できる範囲でやってみましょう

ちょっと自由になる時間を使って、自分の得意なことを生かす活動から始めてはどうでしょう。身近な単位でできることは、身近な単位で行っていきましょう（補完性の原則）。また、各市町ボランティアセンターなどでも活動を紹介しています。詳しくはお問い合わせください。

○グループ・団体の会員になる

団体にとって、会費は重要な財源のひとつ。自分が興味を持ったり、活動に共感する団体の会員になることが、団体を支えることに繋がります。

○寄付、募金

活動内容や理念に共感した団体に物品やお金を寄付することも立派な社会活動です。

★ 「ちょボラ」って？

ちょっとしたボランティアの略。1時間でもいいので、無理なく自分にもできる範囲で、関心のあるボランティアをすること

【活動例】

- 収集ボランティア
ペットボトルキャップ、使用済み切手、書き損じはがき、文房具などを収集し、各団体に寄贈します
- 掃除ボランティア
家の前の街の花壇やバス停の周りなど、みんなが気持ちよく利用できるように清掃します

★ 「プロボノ」って？

社会人が自らの専門知識や技能を生かして参加する社会貢献活動のことで、ボランティア活動の一形態。社会人が仕事を続けながら、またその仕事を通して培ったスキルやノウハウを提供するため、参加のハードルが低く、継続しやすいというメリットがあります

【活動例】

- 経理経験者 → 各種団体の会計業務をお手伝い
- デザイン・印刷経験者 → 地域の広報誌づくりなどをお手伝い

Q5 活動を持続させるために重要なことは？



A5 意思疎通を図ることが続けられる一番の秘訣です

<留意すべきポイント>

1 情報共有

息抜きや次回参加へのきっかけになるように振り返りの時間、何でも話し合える機会を設けることで上手くいく例もあります。

また、メンバーが成果ややりがいを実感できるように情報が行き渡っているか目配りすることも大切です。SNSやメーリングリストなどで連絡を徹底することも効果があります。

2 納得を得られる話し合い

意見が対立した場合は、解決に向けて冷静に話し合うことが必要です。

また、話し合う際には、課題解決に向けて原因を探すため、活動の目的や手段を図などで整理すると効果的です。ワークショップやSWOT分析（強みと弱みの整理）等の方法があります。

3 各種講座等の受講

日頃の活動で気づかない点について学び、新たな活動に反映させていくことも大切です。

Q6 趣味や特技を活かしたい！

A6 皆さんの趣味や特技を求めている団体・グループがあります

生涯学習リーダーバンクやひょうごボランタリープラザのホームページで、趣味・関心のある分野別で活動を探すこともできます。

適材適所での活動参加で、やりがいや新たな役割を見出すきっかけにしてください。

★ 生涯学習リーダーバンク

<http://www.hyogo-intercampus.ne.jp/gakusyu/jigyuu/21bank.html>

★ ひょうごボランタリープラザHP（コラボネット）

<http://www.hyogo-vplaza.jp/>



<生涯学習リーダーバンクで登録できる分野>

- ★芸術文化
絵画、映像、陶芸、手工芸・服飾、書道、音楽、演芸、古典芸術、文芸・文学、茶道・華道、演芸等
- ★教養
言語、人文科学、自然科学等
- ★スポーツ
球技、水泳、体操、健康スポーツ、ダンス、武道等
- ★家庭生活
レクリエーション、食生活、健康、家庭、生活、マナー・コミュニケーション
- ★その他
生活問題、環境・自然保護、地域、ボランティア、男女共同参画、福祉、労働、国際関係、イベント、パソコン、教育

【事例】

- ・視覚障害者に好評のコミュニティFMでの「名作の朗読」
- ・朗読音源をCDにまとめて施設等へプレゼント
- ・サロン活動等で、ゲームや傾聴、アロマハンドトリートメントなどのメニューを出前実施
- ・簡単なからだケア講座開催
- ・現役小学校の余裕教室を「フリースペース（貸室）や「ふれあい喫茶」として活用



余裕教室を活用したふれあい喫茶

Q7 仲間と一緒に活動する場所がありますか？

A7 県内市町で、公民館や県民交流広場など地域活動の拠点づくりが進んでいます。

○自宅や公共施設（公民館、図書館、学校等）、企業などの施設も利用できます。また、県の生活創造センター、文化会館等では、グループ用のレターボックスやロッカーを提供しているので、活動拠点として利用できます。まずは問い合わせてみましょう。

○賛同する仲間や地域の人達の賛同を得て、学校の余裕教室、商店街の空き店舗、空き家の活用も考えてみましょう。

詳しくは、各市町の担当課にお問い合わせください。

【コラム6 活動の場づくりの工夫をしてみませんか】

地域づくり活動に、多くの人に参加し、ネットワークを広げながら活動内容を充実させていくために、活動の場・拠点を確保し、その機能を高めていくことが効果的です。

活動の場としては、公民館・集会所等が各地にあります。それらの運営への住民の参画が進んだり、団体・NPO等が古民家等を活用して、自主的に運営する例も見られます。

場・拠点を活用し、様々な分野の学習、情報発信、ネットワーク拡大、実践活動が展開されるよう、様々なアイデアを凝らして工夫された例が見られます。



【拠点機能と整備内容・活動の例】

機能	整備内容	活動
図書機能	書架・書棚、閲覧用机・椅子 書籍、図書管理用パソコン、間仕切り 等	郷土情報関連書籍の収集・閲覧、生活情報パンフレット・書籍収集展示、作文コンクール、朗読会、点字点訳講習会 等
情報収集・発信機能	パソコン、プリンター、印刷機、録音機器、カメラ、ビデオカメラ、機器用ラック 等	情報紙（誌）編集、地域のホームページ作成、SNSコミュニティ運営、地域の取組状況発信、地域人材バンク運営 等
パフォーマンス機能	可動舞台、パイプ椅子、音響・舞台用照明、スピーカー、防音・フローリング、ピアノ 等	音楽・演劇・ダンス・伝統芸能等の練習・発表会、地域課題解決に向けた講座・シンポジウム・ワークショップの開催 等
工房機能	作業机・椅子、木工器具、工具用ロッカー、ホワイトボード、顕微鏡 等	絵画・陶芸教室、商品の安全・安心チェック活動、エコグッズの開発・提案、ガーデニング講座、昔の遊び教室 等
健康づくり機能	健康づくり器具、更衣ロッカー、シャワー設備、防音・床補強 等	ヨガ・ストレッチ等の健康法講座、地域健康相談会、心肺蘇生法等緊急時の対処法講習会、トランポリン体操 等
展示機能	展示用パネル、照明、休憩用椅子、ショーケース、パンフレットスタンド 等	地域づくり活動に関するパネル展示、絵画・写真等の作品展、フリーマーケット・リサイクルバザー、特産品展示 等
シアター機能	映像プロジェクター・スクリーン、ビデオ機材、遮光カーテン、音響設備一式 等	地域魅力の映像によるふるさと学習、各種啓発ビデオ上映、親子映画鑑賞会、地域づくり活動発表・紹介ビデオ上映 等
キッチン機能	流し、調理器具一式、電子レンジ、オーブン、食器一式、シンク一式 等	郷土料理研究、特産品開発、食育講座、食の健康講座、親子料理教室、高齢者給食・会食サービス、災害時炊き出し 等

Q8 専門的な相談をしたいのですが？

A8 専門家や専門機関、大学等との連携はとても大切です。積極的に交流の機会を持ちましょう

○専門家を招いての学習会等の機会はとても有効です。

(例) シェフを招いてのふれあい喫茶、法律専門家とともに消費者問題の啓発等

○専門家と出会う方法としては、取り組む分野に関連するフォーラムなどに積極的に参加すると、研究者や企業とつながる可能性があります。まずは参加してみましょう。

○交通費等の実費や謝金については、事前によく確認しましょう。また、源泉徴収が必要な場合には忘れずに手続きしましょう。

Q9 もっと学び、スキルアップしたいのですが？

A9 地域課題に取り組むプロセスや手順等を学ぶ機会はたくさんあります

○県内のNPO 法人等が、活動のプロセスについて学ぶ実習を含む各種講座等を実施しています。

(例) 地域課題：青少年、消費、健康福祉、環境等分野別

協働デザイン：アイスブレイク、ファシリテーション、ファシグラ（ファシリテーショングラフィック）等プロセス学別

★ 生涯学習のポータルサイト「ひょうごインターキャンパスで」各種講座を紹介しています
<http://www.hyogo-intercampus.ne.jp/>

○リーダー活動を学ぶ「ふるさとひょうご創生塾」では、地域づくりやグループ運営とリーダーシップ問題解決の基本的な手順などを学習することができます。

★ ふるさとひょうご創生塾

〒650-0044 神戸市中央区東川崎町 1-1-3 神戸クリスタルタワー6階（生涯学習情報コーナー内）

<http://www.hyogo-ikigai.jp/ikigai/sousei/index.html>

電話：078-360-9015



【コラム7 ワークショップをしてみませんか】

地域づくりの場で、様々な人の思いやアイデアを引き出し、合意形成につないでいくためには、ワークショップという手法が効果的です。

ワークショップは、「講義」や「説明会」のように一方的な知識伝達ではなく、参加者自らが、主体的に話し合い、相互作用の中で学び合ったり、企画やルールを創り出したりすることに適しています。

<特徴>

- リラックスする
- 「先生」は居ない。進行役（ファシリテーター）が必要に応じ交通整理
 - ※ファシリテーターは、専門家に依頼又は、メンバーの中から役割を決め実施も可
- 参加者は、自ら進んで発言する・人の話をよく聴く
- 立場や肩書き、タテマエを持ち出さない
- 人数が多い場合はテーブルに分けて行う（1テーブル5～8人程度が目安）

<ワークショップの標準的な進め方>

- 準備
 - 模造紙（テーブル数×2枚程度）、A4用紙人数分、付箋、マジック、定規等用意
 - チラシ、回覧板、ホームページやSNSなどで広く参加者を募る
 - テーマに関係する団体やキーパーソンなどにも声をかける
 - ファシリテーターを決める（テーブル毎にもファシリテーターを置く場合もあります）
 - 開始前後に音楽をかけるなど、気軽に意見を言える雰囲気演出する
- 進行
 - ①目標・進め方の確認と共有
 - ②グループ分け（5～8人程度）
 - ③進行役（ファシリテーター）のほか、記録係、発表係を決める
 - ④テーブル毎または全体でアイスブレイク
 - （A4用紙を使って、「自分を動物に例えると」「味噌汁の具は何が好き」といった肩のこらない話題で自己紹介し緊張をほぐす）
 - ⑤テーブル毎に自由に話し合い・とりまとめ
 - （各人が付箋にキーワードを書くなどして、似た意見をくくり、模造紙上で整理）
 - ⑥グループ別発表（各5分程度）
 - ⑦全体での意見交換
 - ⑧まとめ・ふりかえり



Q10 活動するのに必要なお金って？

A10 まずは必要最小限の実費程度から

- 必要最小限の実費程度は、まずは自分たちで確保すること。会費収入等が大切です。
- 活動を続けていくためには、事業収入等の自主財源確保に向けた努力が必要です。
(例) 地域でのふれあい喫茶、地場産品の開発・販売、フリーマーケット実施 など
- 活動を発展させるために助成金を活用することも一つの方法です。ひょうごボランティア基金、地域づくり活動応援事業など、活動内容に応じた様々な財政支援が行われています。
- 活動を広げていくためには、協賛していただける企業や個人からの寄附も大切です。説明できるものとして、どのような活動を行っているか、日頃からまとめておきましょう。
- 活動の安全性を保つため、資金源を一つに頼らず、バランス良く多様な手段を組み合わせることで資金を確保していくことが大切です。

■ 助成金情報 (コラボネット内 <https://www.hyogo-vplaza.jp/>)

- ・「助成金・寄付」をクリックすると、助成金情報を検索できます。行政の助成金だけでなく、民間財団や企業などの様々な助成金を紹介しています。

- ・企画内容…補助金の目的を理解し、趣旨に沿っていることを強調しましょう。地域特性を踏まえ、参加者やネットワークの拡がりを生み出す仕掛けを具体的に記述するなどの工夫が効果的です。
- ・期待される効果…課題解決の効果をなるべく客観的に示しましょう。他地域の参考となるようなモデル性があると良い場合が多いです。
- ・実施体制・予算…従事する組織人員を明確に。経費は具体的かつ適切な経費配分であることを示しましょう
- ・完成した申請書類のコピーを必ずとる
…選考中に、申請内容についての問い合わせが来ることもあります。また、選ばれなかった場合も、選ばれなかった原因を分析して、次回申請時に生かすことができます。

Q11 活動を伝える・拡げるには？

A11 活動内容について情報発信を行い、活動の透明性を高め、仲間を増やし、共感の輪を拡げましょう

- コンビニやスーパーの協力が得られる場合は、活動の楽しさ・達成感を発信するチラシの掲示も効果的です。口コミや、チラシのポスティング等で認知度を高めましょう。
- 各種大会や交流イベントに積極的に参加すると、他の団体と直接連絡がとれたり、様々なネットワークの事務局を通じて、更なる交流につながることもあります。ホームページやSNSを通じての連絡も良いでしょう。
同じ分野だけに限らず、他の団体と積極的につながることで、次の活動の方向性が広がります。
- 自治会が無い場合も、マンションの管理組合への働きかけ等積極的な対応が効果的なこともあります。
- 広報誌・チラシ、ホームページに加え、拡散性の高いSNS（ブログ、Facebook、twitter、Instagram等）を活用するとより効果的です。

★ マスコミへの発信

活動内容が特徴的である場合、マスコミ（地方新聞や地元のテレビ局・ラジオ局等）にとりあげられることもあります。一方、団体・グループから取材を依頼したり、インターネットを活用した情報発信など、活動を広く知ってもらう努力も大切です。

また、大手マスコミだけに限らず、地元のミニコミ誌やタウン誌、ケーブルテレビなどに働きかけてみると上手くいく場合もあります。

まずは自分たちの活動をしっかりと記録し、わかりやすく取り上げられるよう、活動内容を整理し、積極的に情報発信していきましょう。

★ 地域づくり活動情報システム「コラボネット」をご活用ください

「コラボネット」で地域づくりの取組内容や団体の情報を登録することができます
<https://www.hyogo-vplaza.jp/>

このほか、行政の活動の広報のため、広報誌、テレビ番組、HP、Facebookやメールマガジンなど、様々な広報手段を活用しています。

■ 若者の参加

- 活動に興味のありそうな若者に対して、積極的にPRしましょう。
- 役員に若い人の代表を入れるなど、明確に役割や責任を持ってもらうことを通じて、活躍の場をつくりましょう。さらに、世代交代をルール化するなど、自然な流れで新たな担い手を発掘・育成する努力も求められます。
- 子ども会やPTAがきっかけになることもあります。また、集合住宅の自治会（マンション管理組合）への働きかけがきっかけになることもあります。

■ 若者参加の事例

- ・県内の大学生と連携し、農作業や餅つき大会等を実施
- ・大学生が地域で踊りや演奏、写真撮影を行うイベントを実施
- ・少数精鋭主義より、一人一役でできるだけ大勢の活動家（役員・委員）をつくり、世代交代を意識した組織づくりを実施



大学生企画のイベント

Q12 NPO、企業・学校等と連携するには？

A12 お互いの長所を活かした協働で、どの部分でより効果的な活動ができるか、具体的に考えることが大切です

企業においては、利益を求めながら、企業活動そのものが社会に役立つという意識の共有が進んでいます。また、地域の皆さんとともに活動したいというNPOも増えています。協働をお考えの皆さんは、お近くの間接支援組織にお尋ねください。

<NPOと連携>

○NPOと地域団体が、その違いをお互いに理解したうえで協働し、成果をあげている事例もでてきています。まずは踏み出しましょう。

(参考：団体の特徴について)

地域団体：一定の地域で地域内のつながりを大切に活動しており、意見収集や情報周知の基本的な単位として考えられることが多い

NPO：社会的使命を実現するための専門性を持ち、事業を行っていることが多い

<企業・学校と連携>

○相手方の状況についてよく調べた上で、具体的な役割分担や、相互のメリットについて提案し、話し合ってみましょう。

○活動理念に共感した企業から協賛してもらった事例もあります。

○学校との連携をお考えの場合は、PTA等を通じて進めると良い場合もあります。

<行政と連携>

○行政では、各分野で参画と協働に取り組んでいます。自身の活動が広げられる取組みがあるか、事前によく調べましょう。地域担当制を導入している市町もありますので、相談してみてください。

★ 中間支援組織って？

県民、地域団体、NPO、企業、行政等を結びつけ、様々な活動を支援する社団・財団法人、NPO法人、任意団体のこと

★ 地域担当制って？

地域が抱える課題を住民と行政が共有し、解決に向けた地域の活動をサポートする制度のこと



■ 地域内の他団体との連携

地域内の主たる団体（自治会、社会福祉協議会、老人会、婦人会、子ども会、消防団、郵便局、企業、大学、高校、中学校、小学校、PTA等、ほか各種団体で構成）がそろって参画するまちづくり協議会を設立。



地域の団体と連携した行事の開催