

SUPPORT NEWS

あなたの想いを、私の想いをかたちにしたい・・・
地域福祉の観点からだれもが自分らしく生きていける社会を目指します。

NPO法人 地域福祉サポートちた

も く じ

- SLで鍛える市民性 1P,2P
- 市民活動団体大交流会(報告) 3P
- 災害時外国人支援講座(報告) 3P
- インフォメーション 4P
- 強度行動障害 講師紹介 4P

サービスラーニングで鍛える市民性

－ デモクラシー・フィットネス体験 －

日本福祉大学サービスラーニング(以下、「SL」)は知多半島のNPOと協働した学びを展開しています。NPOでの活動はゼミ毎のため「学びの成果が実感しづらい」という声が上がったことから、年に1度、教員とNPOが集まる交流の機会を持っています。今回は「SLの市民性」に着目し、「デモクラシー・フィットネスから学ぶSLのこれから」をテーマに企画された担当教員のお一人、両角達平先生の寄稿文をご紹介します。(市野)

おりしも東日本大震災から15年となる3月11日、日本福祉大学東海キャンパスにて、SL受入先のNPOの皆さんと一緒に交流会を開催しました。発災後、現地



講師の藤田さん(左)と両角先生(右)

で大きな力を発揮したのは、多くの市民活動やNPOの存在でしたから、学生・NPO・地域が出会うこの場が、市民活動の可能性を改めて考える一日になればと思います。

今回のテーマは「デモクラシー・フィットネスから学ぶSLのこれから」。講師は、NPO Democracy Festival Japan 代表の藤田さなえさん。少しユニークな名前のこのプログラムは、民主主義を「筋トレ」のように鍛えるという発想から生まれた、デンマーク発祥の対話トレーニングです。

民主主義というと、日本では選挙制度や議会政治、憲法といった制度の話になりがちです。しかしこのプログラムでは、民主主義を制度としてではなく「日常の実践」として捉えます。相手の話を聞くこと、自分の意見を言うこと、異なる意見と対話すること—そうした行為そのものが、民主主義を支えているという考

え方です。講義の中で、とても印象的な言葉がありました。「民主主義はそこに置いてあるものではなく、作り続けてメンテナンスし続けるもの」一度制度を作れば成立するのではなく、人々が意見を交わし、対話を続け、合意を探ることによって初めて維持されるものだということです。そのためには、市民一人ひとりの能力が必要になります。デモクラシー・フィットネスでは、その能力を「市民性の筋肉」という言葉で表現します。好奇心の筋肉、勇気の筋肉、聞く筋肉、そして反対意見を表明する筋肉など、さまざまな筋肉があります。日本では「共感する力」は比較的強い一方で、反対意見を表明する筋肉が弱いと言われることが多いそうです。確かに日本では「空気を読む」ことが重視される場面が多いと改めて感じさせられました。

(裏面に続く)

2026年度 通常総会のご案内

日にち 2026年5月29日(金)

会場 知多市市民活動センター2階会議室

時間 10時～11時30分(9時45分より受付)

研究成果報告会【予告】

日時 2026年7月28日 午後2時～4時

会場 知多市市民活動センター2階会議室

主催 日本福祉大学社会福祉学部 菊池遼研究室

内容 知多半島まちづくり型福祉ネットワークを牽引された皆様の貴重な経験談を基に、組織論の観点からNPOの変遷を分析、今後の持続可能な地域福祉システムのあり方を問う。

対象 NPO、社会福祉協議会、行政(福祉・協働担当)

お問合せは、サポートちた中野、市野迄

ワーク①「塩も胡椒も振らずに聞く」—ディープリスニング

最初はディープリスニングを通じて深くきく筋肉を鍛えました。デモクラシー・フィットネスでは、聞くことを三段階で考えます。まず「ディープリスニング（深く聞く）」、次に「アクティブリスニング（理解するために質問する）」、そして「コミュニケーション（自分の感じたことを伝える）」です。方法はシンプルで、ペアの一人が90秒話し、もう一方は評価せずに聞いたうえで、1分間「聞いたままを返す」というもの。ここで重要なのは「解釈しないこと」。藤田さんはこれを「オムライスに塩も胡椒も振らないで、そのまま受け取る」という印象的な表現で説明しました。つまり、評価しない、まとめない、意味を補わない、ということです。

このワークを通して、私は話を聞いているときつい「つまりこういうことだろう」と頭の中で整理してしまうことに気づきました。これは研究者としての習慣でもあるかもしれません。しかしその過程で、相手の言葉を自分の言葉に変換してしまっていました。理解しようとしているつもりで、実は解釈している—この癖は大きなミスコミュニケーションの原因になると気付かされました。

ワーク②「あなたの意見には反対です」—反対意見を表明する筋肉

もう一つのワークは、反対意見を表明するトレーニングです。15歳選挙権に賛成か反対か等のいくつかのトピックを全体で聞き、賛成派と反対派に分かれます。ちょうど半々になったトピックは「男子校・女子校の廃止に賛成か反対か」でした。賛成・反対それぞれペアを組み、まず賛成派の意見を「私は～に賛成です。なぜなら～だからです」と述べた後、反対派が「私はあなたの意見に反対です。なぜなら～だからです」と答えます。

ここで重要なのは、「人と意見を分ける」ことです。「あなたが嫌い」ではなく「あなたの意見には反対」と対話し、最後には「反対意見に感謝する」ルールがあります。違う意見があるからこそ、社会はより良くなる—という共通の目標をもってさえいれば対立意見だってありがたいものになる。この前提の共有が対立意見を安心して表明できることにつながると理解しました。

「あなた自身であること」というグランドルール

今回のワークの中でも特に印象に残ったのが、グランドルールの考え方です。とりわけ「Be yourself（あなた自身であること）」というルールが心に残りました。ワークショップの場では、つい「良い参加者になろうとする」「正しいことを言おうとする」という姿勢が生まれがちです。しかしこのルー

ルは、そうした姿勢を問い直します。「そのままの自分で参加すること」それ自体が、対話の前提になるという考え方です。

デンマークの「デモクラティックな組織」

もう一つ印象に残ったのは、デンマークの組織におけるデモクラティックな経営の話。休憩時間のブレイトークで話していただいた内容です。

デンマークでは民主的な経営をしている組織だと従業員の満足度が高いという研究があるようです。その組織の構造を同心円型の図で説明していただいたのですが、中心に会社員全員との共同での意思決定の場があり、その周囲にプロジェクト、委員会、チームなどが配置されるというものです。日本ではどうしてもトップダウンになりがちな組織運営ですが、デンマークでは参加と対話を前提にした組織運営が実践されている事例もあるとのこと。民主主義は政治制度だけでなく、組織のあり方にも関わると考えさせられます。

サービ斯拉ーニングと市民性

今回の交流会には、SLで学生を受け入れているNPOの職員さんに参加していただきました。NPOや地域活動と関わりながら学ぶSLは、市民として社会に関わる力を育てる機会でもあります。

今回のように、市民性や民主主義的な対話をテーマにしたワークは、その現場にとっても重要なテーマです。今後は、大学・学生・NPOがどのように協働して学びをつくっていくのかを、SLと市民性教育の関係のより明確にしながら考える場があるとよいと思っています。

また、市民活動の捉え方の違いも興味深い点でした。日本ではNPOというと「社会課題を解決する団体」として理解されることが多い一方、北欧では余暇活動やコミュニティ活動なども含めた、広い意味での市民社会の活動として捉えられています。こうした文化や価値観の違いを考えることも、示唆の多いテーマだと感じました。

民主主義も「心の筋トレ」

民主主義は制度だけでは動きません。人々が聞き、話し、違いを受け止めることで初めて機能するものです。デモクラシー・フィットネスの面白さは、その力を「トレーニングできるもの」として捉えている点にあります。筋肉と同じように、使わなければ衰え、使えば鍛えられる。そう考えると、民主主義もまた「心の筋トレ」なのかもしれません。分極化するこの時代にこそ、対話の文化を作っていくことをこれからも意識していきたいところです。

両角達平, 個人ブログより掲載, 元記事 市民性を「筋トレ」する? | デモクラシー・フィットネスを体験して考えたこと <https://tatsumarutimes.com/youth-policy/nordic-education/democracy-fitness/>

■知多市市民活動団体大交流会(報告)



第1部『ぎゅっとパパママ学級知多産前産後ケア』による協働事例の発表の様子

知多市市民活動団体による事例発表や活動展示を通して、他団体の取り組みを知り、つながりあう機会として、1月18日に知多市勤労文化会館やまも

もホールにて、市民活動団体大交流会を初めて開催した。

知多市市民活動センター主催「waiwai交流会」は、これまで年2回行ってきたが、テーマを設定することから参加団体が偏りがちになっていたことから、より多くの交流ができるよう規模を広げた結果、まちづくりや災害救助、子ども支援など9分野より29団体が参加した。

本企画の目玉は、活動団体ごとに作成したトレーディングカード。表面に活動の様子をイメージしたイラストや、活動内容やアピール情報を掲載、裏面には、共感ポイントや一緒にできることを書くメモ欄を設けた。



トレーディングカード交換をすることで団体間の会話が弾んだ

団体概要や活動写真を掲示したブースを訪れた参加者に困りごとを説明し、活動の理解を求めするなど、積極的にアピールした。

後日、福祉救援ボランティアこだまが若者応援隊まなざしの依頼を受けて、事務所の家具固定をしたとの報告を受けた。このような小さな積み重ねを促すために、来年度もつながりの場を提供する予定。(山森)

■災害時外国人支援講座(報告)

2月1日に実施した愛知県主催の災害時外国人支援講座では、「多文化防災」をテーマに、行政、社会福祉協議会、国際交流協会、NPO、多文化共生支援団体、企業など、外国人支援に関心のある多様な主体74人が参加した。

午前の部では、茨城県常総市の「たすけあいセンターJUNTOS(以下、「JUNTOS」)の取組

みを視察した報告会を行った。2015年の関東・東北地方の豪雨による鬼怒川水害では、行政からの情報が日本語中心であったため、外国人住民に必要な情報が届かない状況があった。JUNTOSは多言語による情報発信や、発災後には各地から来訪するNPOなどの救済ボランティア団体の受け入れを調整し、円滑な支援体制の構築に貢献した。また、災害が起こると、社協は「災害ボランティアセンター」を立ち上げ、被災者ニーズの把握とボランティアの派遣調整を行うこととなっている。

こうした多様な主体が役割分担をしながら支援を進める必要が求められることから、災害時に迅速な支援を実現するためには、日頃から地域の中で信頼関係を築いておくことが不可欠であることを改めて実感した。

午後の部には、講師に(一社)Wellbe Designの篠原辰二氏を迎え、避難所における外国人支援のポイントや、実際に外国人住民に避難者役とってもらい、避難所運営ロールプレイングを実施。災害時に避難所で必要となるコミュニケーションのあり方について学んだ。

講義では、災害時に最も重要なのは命を守ること、そのうえで「暮らし」と「尊厳」を守る支援が求められることが強調された。また、避難所では言語や文化の違いから外国人住民が孤立しやすくなることから、「やさしい日本語」や身振り手振りなどを活用したコミュニケーションの工夫が必要であること、そして何より平時からの関係づくりが重要であることを学んだ。

今回の講座には、行政、社協、NPO、市民活動団体など様々な立場の参加者が集まり、これまで

接点の少なかった団体同士が顔を合わせる機会となった。互いの活動や役割を知ること、今後の連携の可能性が広がり、平時からのつながりづくり



巡回時、避難所状況確認シートの項目を参考にヒアリングする参加者ら

する場となった。災害時の支援は行政だけではなく、地域団体や市民、外国人コミュニティなど多様な主体が連携することで力を発揮する。今回の講座で生まれたつながりを大切に、平時からのネットワークづくりを進めていきたい。(安藤)

サポちた インフォメーション

会員のみならずから集まる情報を掲載しています。お気軽に情報をお寄せください。

■NPO法人とこっ子新拠点 内覧会

〈日時〉2026年4月9日(木)・11日(土)・29日(水・祝)

①10時～11時 ②11時～12時

③13時～14時 ④14時～15時

※上記時間のいずれかで事前申込→

〈場所〉PONOの丘(常滑市千代ヶ丘2-15)

〈問合せ〉担当/徳田 TEL 080-4225-2569



■NPO法人チャレンジド新拠点へ移転

2026年3月より、古民家から国道247号線沿い(「石畑」交差点すぐ)へ拠点を移転。

※リニューアルした法人HPもご覧ください →→

〈新住所〉知多郡美浜町奥田儀路23番地2

〈問合せ〉理事長 津江健志 TEL 0569-87-6727



■盗撮防犯体験展 2026 in 名古屋

巧妙化する手口と見えないカメラに気付くための防犯体験展

〈日時〉2026年4月26日(日) 9時～17時 入場無料

〈会場〉オアシス21 B1 サブスペース

(名古屋市東区東桜1-11-1)

〈問合せ〉愛知医科大学臨床研究支援センター →→

ドッグエンタープライズ盗撮防止Wc/大橋



■第35回 性の問題を考える会

子どもを守るための性教育や、性に関する課題について学ぶ

〈日時〉2026年5月10日(日) 13時～16時30分

〈会場〉大府市石ヶ瀬会館(大府市江端町4-1)

〈対象〉子どもに関わる仕事の方

〈参加費〉無料 定員80名(先着順)

〈共催〉楓の丘こどもと女性のクリニック

性の問題を考える会 申込:5/1ㄨ→



■ベティ基金 助成金募集開始

〈募集期間〉4月1日～7月31日ㄨ 詳細はHPより

〈事務局〉地域福祉サポートちた(山森)

強度行動障害支援者養成研修 講師紹介

強度行動障害支援者養成研修では、支援現場の実践者を講師として招聘しています。そんな講師陣の横顔をリレー形式でご紹介してきましたが、いよいよ今回が最終回となりました。(一社)みずなぎ 生活介護ぱすてる・くれよんの小濱麻美さんです。



【団体の概要、仕事内容は？】

大府市と名古屋市緑区にある生活介護で、様々な障がいを持つ方が地域で「その人らしく」健康に生活していく手助けを行えるよう、障がいのある方に対し日常生活訓練やレクリエーション、日中活動の機会の提供を行っています。私は看護師として、ご利用者だけでなくそのご家族、職員を含めた健康管理のサポートを行っています。

【現場支援で大切にしていることは？】


ご利用者や支えるご家族、支援者も心身ともに健康になってもらうことはもちろんですが、年齢を重ねて生活スタイルや体の状態も徐々にですが変わっていきます。ライフスタイルや障害特性、体調の変化に留意しながらも、本人の望む生活とは、将来、信念とは、ということと一緒に考え、大切にしながら支援しています。

【受講生に持ち帰ってもらいたいことは？】

研修では看護師としての立場から、福祉と医療の連携を少しでも発展させられればという思いでお話しさせていただいています。支援者や家族が思う「より良い生活、良い状態」の提案は、本当にご利用者本人にとってよいものになっているか？というクリティカルシンキングの視点を持って支援につなげてもらえばいいなと思っています。

今回をもって講師紹介コーナーは終了します。山森

〒478-0047 愛知県知多市緑町12-1
知多市市民活動センター1階
Tel 0562-33-1631 Fax 0562-33-1743
Email spchita@ams.odn.ne.jp
HP <https://sunnyday-cfsc.ssl-lolipop.jp/>

 特定非営利活動法人
地域福祉サポートちた



手づくりカフェ Ada-coda シェフ募集

日替わりで市民が自分の思い通りのランチをつくり、お客さんに提供します。食品衛生責任者が常駐するので、初めての人でも安心して料理に専念することができる仕組みです。詳細はサポートちたまでお問い合わせください。 担当/落水