

# ばれっと

2009  
4月  
No.116

## ■ 目次 ■

- |         |  |
|---------|--|
| すぽっとらいと | 大切な人を亡くした人たちのわかち合いの場を提供<br>(社福) 仙台いのちの電話 すみれの会           |
| アラカルト   | －NPOステップアップ講座報告－<br>会議が楽しくなるミニ講座<br>＋広報から始めるNPOの筋力トレーニング |
| サポセン日記  | 事務用ブース   |
| お知らせ    |  |
| イベント紹介  | 4月のイベント紹介  |
| 今月のサポ本  | 『地域に生きる劇場』   |

## Album No.1



本町サポセン (1999年6月30日～2006年7月31日)

### 本町サポセン 待望の市民活動拠点施設オープン!

1999年6月30日に開館したサポセンは、今年10周年を迎えます。

今年度のこのコーナーは、開館からの10年を振り返るサポセンアルバムです。

青葉区本町の六叉路にあった旧サポセン。さまざまな市民活動が交差する場となりました。

# すぽっとせらいせ

◆市民活動サポートセンターを活用している団体にスポットをあて、その活動の様子や運営のノウハウをご紹介します。

## 大切な人を亡くした人たちのわかち合いの場を提供 社会福祉法人仙台いのちの電話 すみれの会

経済問題、家族、仕事などの問題を抱え、自ら死を選ぶ方が1年間に3万人以上もいます。そして、大切な人の死に直面し、悲しみに暮れる人はそれ以上います。そのような同じ苦しみを持つ人たちが集まり、安心して話ができる場所を作ろうと、活動している団体があります。

今回は、自死遺族の会「(社福) 仙台いのちの電話 すみれの会」の事務局スタッフの方にお話を伺いました。

### ● 大切な人を亡くした人たちの、わかち合いの場が欲しい

(社福) 仙台いのちの電話 すみれの会 (以下、すみれの会) が発足したのは、2006年10月「家族や大切な人を自死により亡くした人が共に集い、話ができる場所が欲しい」という自殺問題のシンポジウムでの参加者の発言がきっかけでした。長年、悩みや不安を抱えた人からの電話相談を受けていた仙台いのちの電話では、その声を受け、自死遺族の会「すみれの会」を立ち上げました。

それから、毎月第3水曜日にサポセンで、わかち合いの場を設けています。

参加される方の多くは、「家族が自殺をした」ということを近所や親せきに知られないように、隠してきたといいます。中には、家族にも「病死」ということにしている人もいます。そして、逆に「なぜ自殺を止められなかったんだろう」「あの時、こうしていれば」と自分を責めてしまう人も多いそうです。

スタッフの方は、「誰にも相談できず苦しんでいる方の中には、後追い自殺を考える方も多く、同じ悩みを共有できる、安心して話ができる場所が必要だと思ったんです」と話してくれました。

### ● 仙台いのちの電話

いのちの電話は、1953年にイギリスで活動が始まりました。その後、この運動は急速に世界中に広がり40数ヶ国に電話相談センターを有しています。日本では、1971年に東京でスタートし、現在は全国の51ヶ所に電話相談センターを開設しています。すみれの会の母体である、(社福) 仙台いのちの電話は、1982年に設立しました。

相談内容は多岐に渡り、家庭関係、対人関係の悩みや、中には自殺をしようとしている人からの

電話がかかってきます。電話を受ける相談員は、2年間の研修を受けた人です。

すみれの会のような自死遺族が集う場を、いのちの電話で立ち上げたのは、仙台が初めてです。現在、5つのセンターで会を立ち上げています。



▼  
会場の入口

### ● 街中の施設だから

会の立ち上げ当初より、サポセンを会場として使用していますが、何か理由があるのでしょうか? 「他の施設では減免制度があるし、そちらも検討したんですが、やはり街中にある施設なのでこちらを使用しています」とスタッフの方。

セミナーホールは、6階のワンフロア全てが1つの部屋なので、周りの利用者を気にしないで済むのと、交通の便もよく、初めての方にも分かりやすいところが良い点だそうです。

また、サポセンのロッカーには会で使用する受付道具やお茶道具を入れているそうです。スタッフの方は「ロッカーを借りる前は、毎月両手いっぱい荷物を抱えてきていたので、今はとても助かっています」と、話してくれました。

## 団体紹介

### 社会福祉法人仙台いのちの電話 すみれの会

仙台いのちの電話は、1982年11月から、悩みや不安をかかえ、時には「死」を考える人々からの電話を受けている。相談件数は毎年2万件を超えている。すみれの会の活動は2006年10月より開始し、大切な人を亡くした人の苦しみをわかち合える場所を提供しようと、毎月第3水曜日に開催している。

#### <団体連絡・問合せ先>

〒981-8691 仙台北郵便局私書箱26号

TEL 022-718-4401

FAX 022-718-4431

HP <http://www6.ocn.ne.jp/~sen/index.html>



▲ 会場の様子

### ● 参加者に合わせてプログラムを変更

わかち合いの会は、11時～15時に行われています。午前中は自己紹介やそれぞれの体験や胸の内を話し合う時間を設けています。そのまま会場で、スタッフと一緒に昼食をとり、午後の時間は、当日の参加者と話し合いをしながらプログラムを考えるそうです。決まったスタイルはなく、個別にスタッフが相談に乗ったり、ただお茶を飲むだけで落ち着く人もいます。また、会には参加するけれど、話をしたくない人は何も話をしなくても良いようにしています。

また、今年4月からは、昼の部だけではなく、夜の部も開くことになったそうです。昼の部は、家族を亡くされた方のみを対象としていましたが、夜の部は家族だけではなく、友人や同僚を亡くした方にも参加していただけます。



### ● 話ができる場所がある安心感

会ができてから、2年半、順調に活動しているように見えますが、すみれの会を必要としている人に情報を届けるにはどうしたらいいのか、はたしてその情報はちゃんと届いているのだろうか、試行錯誤が続いているようです。「会の性質上、誰かから誘われるということはあまりありません。自分で調べたり、チラシを見たりしない限

り、当事者に情報を伝えることができないんです」

現在は、主に公共施設でチラシを配布して広報しています。「ここまですればよし」というものではないので、活動を続けていく以上、ついて回る問題なのかもしれません。

「本当は、こういう会が必要とされない世の中になればいいんですけどね。でも、毎月ここに来れば安心して話せる場所があるという事を知って頂くために、今後も、ずっと継続して活動をしていきます」とスタッフの方は話してくれました。

この場所に来れなくても、毎週水曜日午後1時～5時まで、上記の問合せ番号で電話相談も行っています。

会の存在を多くの方に伝えるため、これからもすみれの会の活動は続きます。



### 取材を終えて…

家族にすら自殺の事実を伏せている方が居る事を知り、自殺に対する社会の風あたりの強さを感じました。

今回、会場の雰囲気撮るため、会が終了した後、お邪魔をさせていただきました。会場内には、いろいろなところに花が活けてあり、心の和む空間になっていました。当事者同士であればこそ、他の人には分からない苦しみや、悲しみを共有することができると思います。今回の取材記事が、多くの人目に留まることによって、すみれの会さんだけではなく、当事者の方々の手助けになることを願っています。

(担当 内川 奈津子)

# アラカルト

◆市民活動に役立つ情報やサポセンで開催された講座や事業の報告など、毎月いろいろなテーマでお送りします。

## NPOステップアップ講座

— 平成20年度人材育成事業 報告 —

### 会議が楽しくなるミニ講座

“会議が踊れば 組織も踊る” 会議ファシリテーター入門編

日時：2008年10月28日(火) 19:00~21:30

場所：仙台市市民活動サポートセンター  
セミナーホール

講師：会議ファシリテーター普及協会 (MFA)  
代表 釘山 健一さん



この講座では、参加者が積極的に主体的に関わって進める会議の方法について、実際にワークショップを行いながら体験しました。会議が楽しくなるポイントを、釘山さんのお話の中からご紹介します。

#### ■楽しくなければ会議でない！

「会議とは、つまらなくても固苦しくてもしかたない」この考えが日本の会議をつまらないものにしていました。「ものごとを決めるところだから、きちんとまじめにやるべきだ」というこの会議の常識的な考え方を変えなくては、会議は変わりません。

「楽しくなければ会議ではない！」この視点に立って会議の技術を作ることにより、今までと全く違った会議の技術が生まれます。

小手先のテクニックを学んだところで会議を変えることはできません。会議に対する今までの常識的なイメージや概念を壊す必要があるのです。

#### ■楽しさが「主体性」を引き出す！

会議で意見がどんどん飛び交い、決めたことが守られるためには何が必要なのでしょう？

答えは、参加者が会議に主体的に関わることです。ファシリテーターの技術とは「意見を整理する技術」ではなく、参加者の「主体性を引き出す技術」なのです。この発想の転換により、会議は劇的に変わります。

では、人の主体性を引き出すにはどうしたらいいのでしょうか？

人は楽しいときに主体的になるものです。楽しければほうっておいても、自分からやるのです。したがって会議をできるだけ楽しい雰囲気の中で行うことがポイントです。

ファシリテーターは「意見を整理する」ことよりも「いかにして楽しい雰囲気を作るか」を考えるのが仕事なのです。

#### ■会議の進行役（ファシリテーター）は、お菓子を食べていけばよい！

主体性を引き出すために気をつけることは、

ファシリテーターが頑張るはいけないということです。意見を整理するのがファシリテーターの仕事だと勘違いしていませんか？それは、参加者がやることです。「意見を整理する」というその過程を自分でやることにより参加者の主体性が生まれ、「自分たちが考えた」と思うようになります。その大切な過程をファシリテーターが奪ってはいけません。

つまり、グループワークの最中、ファシリテーターは、だまって机の上のお菓子を食べて、参加者がやっていることをニヤニヤしながら見ているのが最もいいことなのです。

#### ■たくさん書き出させることが壁を破る！

ポストイットに意見を書き出すときに「〇〇について、ご自分の思いを書き出してください」と言ってませんか？これはだめです。

意見を書くときに大切なことは「たくさん書き出すこと」なので、「〇〇について、ご自分の思いを“できるだけたくさん”書き出して下さい」という指示にしないといけません。

参加者が「正しい意見を考える」ということが会議を固いものにします。今まで会議というと「自分の意見をもつ」ことから始まっていました。これが会議を固いものにし、対立的な雰囲気を生んでいたのです。

初めは「思いつくことをどんどん書いてください。正しいとか間違っているとかは気にしないでいいです」という指示を出すことがポイントです。まずは、ここから始めてみましょう。

以上が講座の一部です。具体的な会議の進め方のコツは、講師の釘山さん著書『もっとすごい！非常識な会議』に掲載されています。（この本は、サポセン図書コーナー：ハウツーにあります。）

これらを参考に、今まで漫然と行っていた会議を楽しい会議になるよう試してみてくださいはいかがでしょうか。

# 広報から始めるNPOの筋力トレーニング

日時：2009年1月27日(火)19：00～21：00

場所：仙台市市民活動サポートセンター  
セミナーホール

講師：(特活) せんだい・みやぎNPOセンター  
代表理事 加藤 哲夫さん

日本のNPOの多くは、活動に一生懸命で、組織の基礎体力をつけられていない傾向にあるということから、「NPOの筋力トレーニング」と命名された今回の講座。  
「広報」を切り口に、組織の基礎体力を上げるためのエッセンスが散りばめられた講座の内容を紹介します。

## ●自分の団体を紹介する力をUP!

たまたま知り合った人とちょっとご挨拶。こんな時は短時間で自分の団体のことを相手に伝えなければなりません。名刺の裏に活動内容を書いておけば、短時間でも相手にどんなことをやっているのか伝えることができます。

名刺だけでなく、ちょっと意外なグッズがあると、さらに話がはずみます。バッジやマスコットなど、話題をつくれるもの・活動を象徴するものを用意しておく、「これは何ですか?」と相手に関心を示してくれます。自分から話をふると煙たがられることも多いですが、相手に訊ねられたことに答えるのであれば、話を聞いてもらえます。

## ●広報とマーケティングの違い

簡単に言うと、広報が「叫ぶ」「伝える」「ばらまく」になっていませんか。マーケティングとは、「顧客を知り、顧客のニーズに応えるプロセス」を指します。つまり、マーケティングをせずに広報しても効果がありません。

広報をするには、顧客を具体的にイメージすることが大切です。顧客は直接の受益者だけではありません。受益者の後ろにいる予備軍や、活動の支援者・共感者の存在も忘れてはいけません。

## ●「相手が何を望んでいるか?」に注目する

広報をする際、求められているものを発信せずに、自分が発信したいものを発信してはいませんか? 設立の経緯や、ミッション、意思決定のしくみ、事業報告、年間計画、予算決算など、基本的な団体情報の公開ができていない団体がまだまだあります。基本的な団体情報が公開されていないと、その団体がどんな団体なのか判断することができません。判断材料となる基本的な団体情報を公開することが、寄付や会員獲得の第一歩となるわけです。

また、日々の活動を伝えるのに有効なのがブログです。ブログに日々の活動をアップするだけで、「活動の見える化」が起こります。活動実態を公開することは、活動が実際に行われているという信頼と評価につながります。

## ●表現を工夫する

広報を始める前に検討すべき、5つの質問があります。

<b>objective</b>	何をしたいのか? →イベントであれば集客
<b>audience target</b>	誰にアプローチするのか? →マーケティングをふまえて
<b>message</b>	何を伝えたいのか? →企画とベネフィット
<b>media</b>	どのように伝えるか? →チラシかメールか、 メディアへの露出か
<b>resources</b>	いくら投入できるか? →ただでできることを増やしていく

この5つの質問をふまえて、広報を始めるわけですが、表現の仕方にも工夫が必要です。広報では、企画<具体的内容>が必須項目です。しかし、日時や会場、内容、料金、問合せ先などの情報だけでは人は動きません。人を動かすには、ベネフィット<お得なところ>が必要です。参加することで何を得ることができるのか、支援することで社会にどう役立つのかを織り込む必要があります。

表現手法として使えるのが「数字」です。数字で表すことで、受け手に驚きを与えることができます。また、資金を集めるときには「1,000円でワクチンが何本買えます」というような表現を参考にしましょう。

広報は、イベントの人集めだけでなく、活動を広く知ってもらい、支援者や共感者を増やすことにも繋がります。また、広報を始めるにあたり、団体情報の公開や、顧客のマーケティングを通して組織や社会環境を見直すこともできます。

上手に広報に取り組み、団体の基礎体力を上げていきましょう。

講座ではお役立ち情報として、(特活)せんだい・みやぎNPOセンターの「NPO情報ライブラリー」と、日本財団の「CANPANブログ」が紹介されました。

(担当：太田 貴)

# サポセン 日記

## 市民活動共同事務室（事務用ブース）

サポセン7階に設置されている共同事務室には、事務用ブースが10区画整備されています。現在は、そこに8つの団体が入居しています。それぞれ都合の良い時間にやってきて、活動の拠点としています。今日は、ある日の事務用ブースの1日をのぞいてみました。

**AM 8:50** 朝一番、サポセンの入り口前で、今か今かとドアが開くのを待っているのが、子育て支援グランマのスタッフの方々です。毎週月・火・金に午前9時から午後4時まで、貸室で託児をしています。託児に必要な荷物は、全て事務用ブースに整っています。今日も3～4名のお子さんを預かっているようです。

**AM 9:30** 仙台シニアネットクラブの会員の方々が、一人、また一人と事務用ブースに集まってきました。毎週月～金曜日、平均5～6名の会員の方が事務作業を行っています。会員は60歳以上で最高齢は82歳だそうです。情報弱者になりがちな高齢者のための、パソコン講座を定期的開催しています。

**PM 5:00** 夕方になると、bukatsu.comのメンバーが事務用ブースに顔を出し始めます。主に中学生のバスケやバレーボールの選手に対して、少しでも練習できる環境と正しい指導を提供したいとの思いで県内の体育館で活動しています。今日も閉館時まで奮闘しています。ガンバレ！！

活動の合間には、老若男女を問わず、お茶を飲みながら雑談したり、情報交換をしたり、お互いの活動に協力し合ったりなど、利用団体間の楽しい交流の場にもなっているようです。（担当 伊藤 香）

### 2月からの入居団体紹介

#### ■まなびのたねネットワーク

学校・地域・企業・行政との連携を活かした学校教育支援を通して、教育現場と地域社会、人と人がつながることを目指している。ワークショップ(参加型体験学習)を活用し、社会人基礎力を育む人材育成・ゆるやかな場づくり・ネットワーク形成の活動をしている。

#### ■日本防災士会宮城県支部

防災士は、防災に関する基本的な知識と技能を有し「防災の備え」を担い、社会全体の継続的な防災力向上を目的としている。日頃から地域や職場の防災・減災活動を普及させるための活動に取り組んでいる。

#### ■KHJ宮城県タオ

引きこもり(不登校、出社拒否、家庭内暴力等)で苦しんでいる子どもの回復・社会復帰を促し、当事者だけではなくその家族も支援している。関係各機関や行政と連携し、悩んでいる若者たちが、人間として、希望あふれる生活を営む事が出来る社会を創ることを目的として活動している。

## お知らせ ●○●

### 【第2期】サポセン・シアターを3倍面白くする企画 たくさんのご応募、ありがとうございました！

ぱれっと3月号でご紹介していた、「【第2期】サポセン・シアターを3倍面白くする企画、大募集」にたくさんのご応募を頂き、ありがとうございました。

現在、企画の選考を行っており、次回5月号で決定企画のご案内を皆様にお届けいたします。

選考された企画は、2009年6月～2009年8月、2009年12月～2010年2月の期間に、6企画実施される予定です。どのような企画が選考されるのか、これからの市民活動シアターにぜひ皆様も注目してください。

（担当：小松・内川）

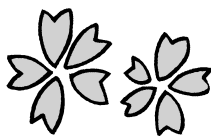


# 4月の イベント紹介

- サポートセンターで行われる、参加者募集中のイベントを紹介します。
- 原則として各団体に提出していただいた文章をそのまま掲載しています。
- 毎月5日締め切りで、翌月サポートセンターを会場に開催するイベント情報を募集しています。掲載をご希望の方はお問い合わせください。

## ●貸室での催し物

開催日時	イベントタイトル	貸室	参加費	主催/問い合わせ先
4月4日(土) 14:00~17:00	わが子の「非行」で悩む親を中心にそれぞれの思いを語り合い、学び合っています。秘密は厳守します。	研修室 2	500円 (事前申込不要)	みやぎ「非行」と向き合う親たちの会 携帯:080-1838-7464 (星野はるか)
4月12日(日) 13:30~15:30	自分でできる!こころのセルフケア バッチフラワーセラピー ミニ講座 (体験ボトルを作ります)	研修室 1	資料、ボトル代 込2,000円 (事前申込必要)	バッチネットワーク東北 Tel&Fax:022-378-0832 (村上ひろ子)
4月14日(火) 10:00~11:45	親業セミナー 「子どものほめ方・しかり方」 ~愛が伝わるコミュニケーション~	研修室 5	500円 (事前申込不要)	PETフォーラム Tel&Fax:022-281-0858 <a href="http://www.k3.dion.ne.jp/~smile55/index.html">http://www.k3.dion.ne.jp/~smile55/index.html</a> (石田えみ子)
4月15日(水) 9:30~14:00 (全4回)	フットケアセラピスト養成講座 ~リンパマッサージで、あなたの大切な人を笑顔にします~	研修室 3	教材費込 37,000円 (事前申込必要)	フットケアBEST(JRFA公認) 携帯:080-3351-6733 Fax:022-273-6146 (今井公子)
4月19日(日) 14:30~16:30	犯罪被害者の家族を対象とした、わかちあいの集い。	研修室 1	無料 (事前申込不要)	World Open Heart「犯罪被害者の会」 携帯:090-5831-0810 (阿部恭子)



### 『地域に生きる劇場』

著者：衛 紀生  
本杉 省三  
発行：芸団協出版部  
定価：3,990円(税込)

■この本は「G 文化・芸術」にあります。

(担当 菅野 祥子)

劇場・芝居関係者だけでなく、まちづくりなどに取り組んでいる方にも読んでほしい一冊です。本書では、劇場が地域を活性化させるヒントとなる十一の事例を詳しく紹介しており、仙台の青年文化センターや岩手・秋田の劇場も取り上げられています。

日本は観劇する人が少なく、社会への浸透度が低いとの認識をもつ関係者が多く、事例として取り上げられている劇場は、住民も巻き込む企画で人が集まる劇場にし、人の交流を活発にすることで地域に活気を生み出しています。

また、国内だけでなくアメリカのNPO劇場の活動も紹介しています。特に、演劇的手法を用いて作品テーマを参加者が自主的に考えることに主眼を置いたワークショップは、市民活動でも問題や課題を理解する足がかりとして使えそうです。本書の事例を地域活性化の参考にしたいと思えます。

◆サポートセンターの図書コーナーの本を紹介します。

オススメ  
今月のサポ本  
『地域に生きる劇場』

# 主催イベントのお知らせ ●○○●

日時	イベント内容	会場	料金
3月26日(木) ～ (終了日未定)	○エイブルアート展「ひめくり画レンダー2009」 毎日違った絵画があらわれる、カレンダーならぬ「画レンダー」の展示を行います。(作品提供:美楽アートクラブ)	情報サロン (1F)	無料 (事前申込不要)

## 仙台市シニア活動支援センターからのお知らせ

< 申込み・問合せ > TEL 022-217-3983  
仙台市シニア活動支援センター (サポセン3階)

日時	イベント内容	会場	料金
3月26日(木) 13:00～20:00	◆総合相談 テーマを定めず、セカンドライフの相談に専門相談員が幅広く応じます。(先着5名、予約制)	研修室1 (3F)	無料 (要事前申込)
4月11日(土) 10:00～18:00	◆専門相談 家のバリアフリー改善や草取り、剪定などの、住まいに関するボランティア活動を紹介します。(先着5名、1時間程度)	研修室1 (3F)	無料 (要事前申込)
4月25日(土) 14:00～17:00	◆「出前」シニアセンター 仙台市民図書館に設けた臨時シニアコーナーにて、情報提供や相談などを行います。	仙台市民 図書館 (3F)	無料 (事前申込不要)



## ■ 仙台市市民活動サポートセンターとは

さまざまな分野の市民活動団体やNPO、ボランティアなど、非営利で公益的な活動をしている人たちが、これから活動しようと考えている人たちのための拠点施設です。

## ■ サポートセンターのサービスあれこれ

- 貸 室(研修室・セミナーホール・市民活動シアター／有料)  
打合わせ、講演会、シンポジウム等で使えます。
- ロッカー(有料)レターケース(無料)  
事務用ブース(有料)
- 交流サロン  
少人数の打合わせに予約なしで使えるフリースペース(無料)  
チラシ・ポスターの掲示、展示スペース  
インターネット接続スペース(要申込／無料)
- 情報サロン  
市民活動団体に関するさまざまな情報があります。  
市民活動相談の受付や図書の見覧・貸出も行っています。  
市民活動に関する情報収集用 インターネット見覧(無料)
- 印刷作業室  
印刷機(紙持ち込み／1製版100円、紙折り機(無料))  
コピー機(1枚10円)

## ■ 開館時間

- 平日 午前9時～午後10時
- 日曜・祝日 午前9時～午後6時

## ■ 休館日のお知らせ(施設点検等のため)

**3/25 4/22**

## ■ 案内図



- 当施設に駐車場・駐輪場はございません。お車や自転車でご来館される方は、周辺有料駐車場・駐輪場をご利用ください。  
注)路上駐車は周辺の迷惑となりますのでおやめください。
- ご来館の際は、公共交通機関をご利用ください。  
[最寄りのバス停]  
電力ビル前、商工会議所前、広瀬通一番町前、地下鉄広瀬通駅前  
[地下鉄]広瀬通駅西5番出口すぐ

■ 編集後記 ◆今年がサポセン開館10周年。表紙では本町サポセンの写真を掲載しましたが、植込みでバンザイをしている人は誰なのでしょう…?(内川) ◆イベントが終了して、廃棄となってしまうカラフルな広報チラシ。アイデアマンのスタッフが再利用して、かわいらしいメモ帳を作りました。「みんなの文具」コーナーにあります。ぜひご利用下さい。(小松)

発行:仙台市市民活動サポートセンター

〒980-0811 仙台市青葉区一番町四丁目1-3

TEL:022-212-3010 FAX:022-268-4042

ホームページ <http://www.sapo-sen.jp>

発行日:2009年3月27日

編集:特定非営利活動法人 せんだい・みやぎNPOセンター

編集人:内川奈津子 小松州子 葛西淳子

仙台市市民活動サポートセンターは、特定非営利活動法人せんだい・みやぎNPOセンターが仙台市の指定管理者として、管理運営を行なっています。[指定管理期間:2007年4月1日～2010年3月31日]