

NOTICE サポセンからのお知らせ

● 市民活動を「学ぶ」時間 90分でNPOの基礎を学ぶ「NPOいろは塾」

日時:2016年1月28日(木)午後7時~午後8時半
 講座の内容: 1. NPOについての基礎知識
 2. NPOはじめの一步
 3. サポセンガイドツアー
 場所: 仙台市市民活動サポートセンター研修室5
 定員: 20名
 参加費: 無料
 申込み・問い合わせ: 仙台市市民活動サポートセンター
 TEL 022-212-3010 FAX 022-268-4042

● はじめての市民活動を応援します「はじめての助成金申請」

日時:2016年2月14日(日) 午後1時半~2時半
 内容: 市民活動初心者の皆さんを対象に、助成金の探し方から申請の基本について60分で学べる講座を開催します。
 場所: 仙台市市民活動サポートセンター研修室5
 定員: 20名
 参加費: 無料
 対象: 市民活動団体を立ち上げ予定の方
 立ち上げ間もない市民活動団体
 新たに助成金を申請する団体
 新たに資金調達をしようとしている市民活動団体・NPO法人
 手探りで活動していて、資金調達に不安のある市民活動団体・NPO法人など
 申込み・問い合わせ: 仙台市市民活動サポートセンター
 TEL 022-212-3010 FAX 022-268-4042
 Mail sendai@sapo-sen.jp
 メールでお申込の方は、件名を「はじめて講座」として、団体名・参加者名・TEL・メールアドレス・団体の活動内容をお知らせください。

「はじめての〇〇講座」とは

これから何か活動を始めてみたい人、市民活動を始めたばかりの人にとっては、活動に関わる全てのことが初体験。何から手を付けたらいいのか、どんな風にやったらいいのか、わからないことも多いのではないのでしょうか。そんな活動初心者の皆さんを応援するため、イベントの企画・運営、広報、助成金申請、ボランティア募集などについて、サポセンのスタッフが基礎からお伝えするのが、はじめての〇〇講座シリーズです。
 12月には、初めてイベント開催を計画している人を対象に、企画・運営編、広報編を実施。定員を上回るお申込みがありました。2月には、「はじめての助成金申請」を開催します。今後も、活動初心者が出会う様々な「はじめて」について、そのノウハウを学べる講座を開催予定です。



▲初めてのイベント企画に審議する22名の方々が集まりました。

つながる つなげる サポセン

仙台市市民活動サポートセンターとは

様々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拠点施設です。

このようなご相談おまかせください。

- 市民活動の立ち上げ、法人格の取得、団体運営、組織運営などの相談
- 協働についての相談
- 復興支援活動、シニア活動・セカンドライフなどの相談

今月の休館日: 1月13日(水)・1月27日(水)

今月の表紙

トーマスさんが日本で生活する中でこだわっていることは、日本語を話すこと。学びは相互作用。彼の描く国際交流は、相手の文化を取り入れ、触れ合うことから始まります。

●情報ボランティア@仙台
<https://kacco.kahoku.co.jp/author/volunteer16>

開館時間 月曜日~土曜日 9:00-22:00 日曜日・祝日 9:00-18:00 / 休館日 毎月第2・第4水曜日(祝日の場合は翌日木曜日) 年末年始

HP <http://www.sapo-sen.jp>
 Blog <http://blog.canpan.info/fukkou/>
 Twitter @sensapo

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
 地下鉄南北線「広瀬通駅」西5番出口すぐ

発行日 2016年1月4日
 編集 特定非営利活動法人せんだい・みやぎNPOセンター
 デザイン PEACE Inc.
 編集人 菊地 竜生 太田 貴 菅野 祥子 葛西 淳子 松村 翔子

「ぱれっと」バックナンバーはホームページからダウンロードできます。

▶ぱれっとと読者アンケートにご協力をお願いします。サポセンホームページからアクセスいただくか、携帯電話等でQRコードを読み取ってご利用ください。



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、管理運営を行っています。【指定管理期間2015年4月1日~2020年3月31日】

ぱれっと 1

仙台市市民活動サポートセンター通信 ぱれっと 2016 No.197

「ぱれっと」には、サポセンにいろいろな人が集まり、それぞれの色(個性)が発揮され、新しい出会いや活動が生まれていく。そんな願いがこめられています。

今月のワクワクビト

国際交流は「触れ合い」から

東北大学留学生協会 副代表
 グティエレス・アルバレス・トマス・ホセ
 GUTERREZ ALVAREZ TOMAS JOSE

昨年の秋、協会でブース出展した青葉区民まつりは、出し物のメインを「着付け体験」にしました。女子留学生らが和服をまとい、訪れた人も大和撫子に変身させる企画。仲間に「トーマス」と慕われる青年はいつも、来場者に親しげに語りかけていました。
 中南米コスタリカ出身の理学部3年生。2012年来日し、大阪で1年間の日本語研修後、東北大学へ。日常の中から見つけた「やってみよう!」の思いを協会の仲間とともに、「異文化交流の舞台」へとつなげてきました。目指す国際交流を「集まった人が一緒に楽しい時間を過ごすこと」と流ちょうな日本語で話します。シンプルな願いを叶えるために、エスニック料理を味わう会を開いたり、民族舞踊の鑑賞会を催したり、国や文化の違いを越えた「触れ合い」に重きを置きます。「留学生の声に耳を傾けてくれる」と仙台に好感を抱く21歳。「活動を通して自信が持てた」と語るその眼差しには、地道な国際交流を続けていく熱意が宿ります。
 取材・文: 高橋直道(東北大学2年)
 小林直秋(東北大学4年)



特集

孤立を防ぎ

安心できる居場所を守りつづきたい

アディクション・フォーラム実行委員会

東北大学留学生協会(Tohoku University Foreign Students Association)
 連絡先 HP <http://www.tufsa.net/index.php>

英語の頭文字をとって「TUFSA」(トゥフサ)の愛称で親しまれています。発足は1965年、学都・仙台で半世紀の歴史を刻んできました。現在、会員は留学生約20人と日本人学生約10人。毎年春に主催する「東北大学国際祭」が協会の一大行事で、世界20数か国の料理が楽しめる屋台や国際色豊かなステージなどを目当てに、毎年3000人が訪れます。昨年30回目の節目となった祭りも、学生のみならず多くの市民でにぎわいました。



特集 孤立を防ぎ 安心できる居場所を守りつづけてたい アディクション・フォーラム実行委員会

アディクション(嗜癖・依存症)とは、ある物事に依存し、それがないと身体的・精神的に平常を保てなくなる状態をいいます。依存の対象はアルコールのような物質、ギャンブルのような行為、共依存のように人間関係に対するものがあります。依存症の問題に関わる複数の自助グループが協働で取り組む「アディクション・フォーラム実行委員会」の活動について、5人のメンバーの方々にお話をうかがいました。



アディクション・フォーラム実行委員会

NPO 法人宮城県断酒会 理事長

おおひら たかお まつい けん
大平孝夫 さん **松井健** さん

アディクション問題を考える会 (AKK) 仙台

たかはし あさひら
高橋明 さん

ギャンブル依存症仙台グループ

にしの あきひろ
西野彰洋 さん

仙台ダルク 代表

いいむろ つとむ
飯室勉 さん

断酒によるアルコール依存症からの回復を目指す団体。県内のアルコール依存症者やその家族が集まり、「例会」という語り合いの場の運営を中心に活動。1975年発足。

1986年に精神科医、依存症者、依存症者の家族、援助者等が集まり「アルコール問題を考える会」として設立。現在はアディクション全般に対応。

日本では1989年から活動開始。ギャンブル依存症者の回復を目指し、ギャンブルに悩む依存症者やその家族の集いを定期的に開催。

薬物やアルコールの問題を抱えた人たちの回復を目指し、様々なプログラムで支援する依存症の中間施設を運営。1996年設立。

依存症は誰でもかかる可能性のある「病気」

「気づくといつもインターネットを見ている」「仕事のストレスが溜まると、お酒を飲みすぎてしまう」こんな経験はありませんか？生きていく中で人間関係に悩み、何かに頼らなくては生きていけなくなることがあります。また、東日本大震災後、被災地では大切な人や財産などを失ったことによる精神的な苦痛、将来への不安からアルコール依存症者が増加しました。「存在が目立つようになりましたが、以前からある問題です」と断酒会理事長の大平孝夫さんは話します。

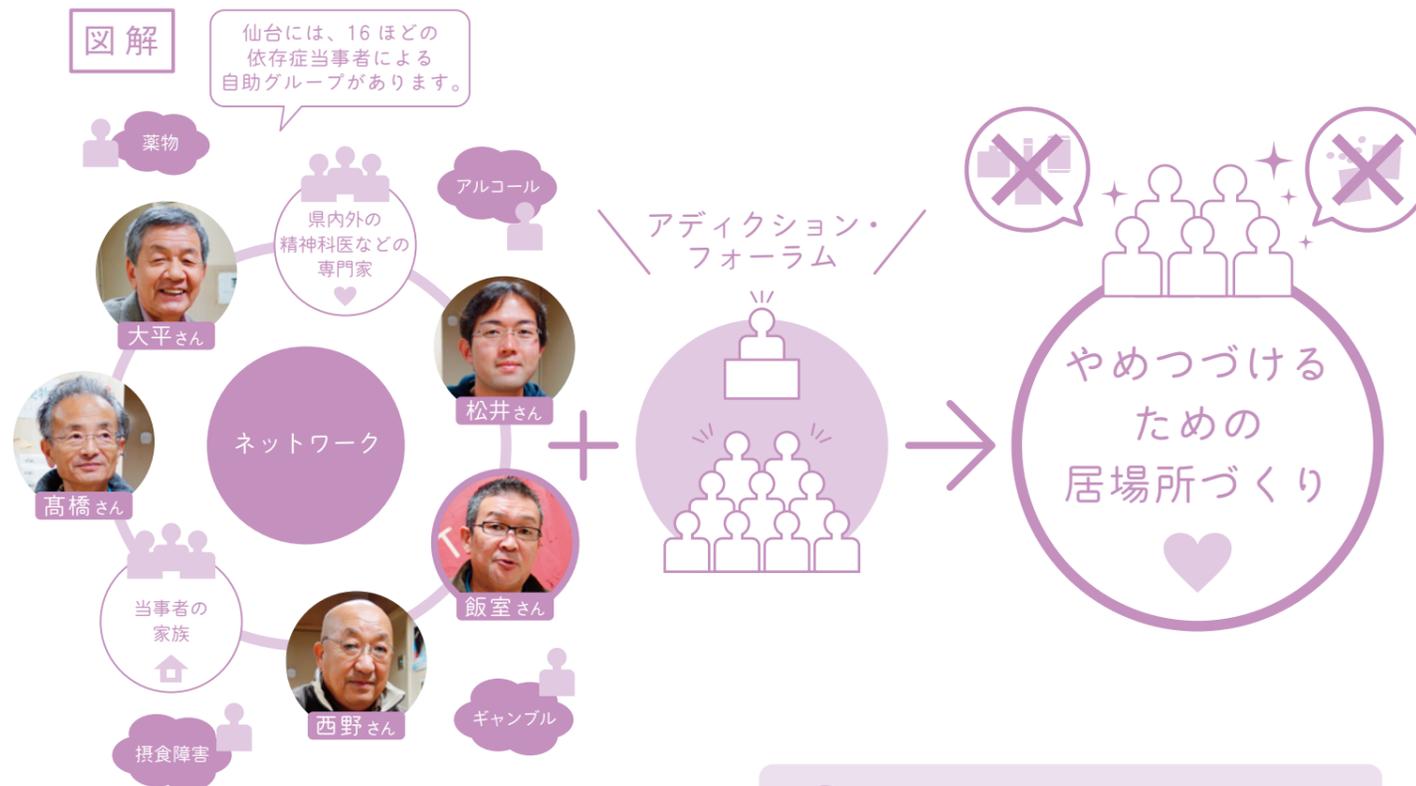
2015年9月、依存症について考えるイベント「アディクション・フォーラムin仙台」が開かれました。仙台では2001年から始まり、15回目を迎えました。依存症者やその家族、専門家、支援者、一般市民など約300人が集い、依存症に対する正しい知識や情報を社会へ発信してきました。

内容は、依存症者による体験談発表をメインに、治療の専門家による講演などです。苦しみや回復の喜びを共有し、共に学びます。運営を行うのは様々な依存からの回復を目指して活動する自助グループメンバーです。普段、各々定期的にミーティングを行っています。お互いの体験談を話したり聞いたりすることで、依存対象物を断ち続ける力にしています。

回復に必要なつながり

依存症に陥る主な原因は、人間関係から生じる「生きづらさ」や「孤立」です。しかし、依存症に対する偏見も多いため、存在を隠し孤立してしまう当事者もいます。自助グループのミーティングは、仲間がいることを実感する大切な場所です。「話せる場所があることで、ひとりで問題を抱え込まなくなり、お酒に頼らなくなった」と断酒会の松井健さんは話します。他者の体験を聞くことは、自己を客観的に振り返るきっかけとなり、回復に必要な、「依存症である自分」を認めることにもつながります。「はじめは、当事者の集まりに否定的だった」と話すギャンブル依存症仙台グループの西野彰洋さん。「自分はダメな人間」と引きこもりがちな当事者が、自己肯定していくことの難しさを示します。また、AKK仙台の高橋明さんは、依存症だった頃「家族にも生きづらさを連鎖させていた」と振り返り、「自分の回復は、家族や周囲をも安心させる」と回復のメリットを話します。

依存対象が違えば、それに伴う症状や悩みも違います。しかし、原因はみな同じ。「依存症は、居場所がなくなると陥る病気。ゆるやかにグループ同士がつながることで、孤立を防ぐことができる」と、仙台ダルク代表の飯室勉さんは協働の重要性を話します。



■連絡先
アディクション・フォーラム実行委員会 事務局
〒980-0011 仙台市青葉区上杉2-1-26
TEL 022-261-5341 仙台ダルク内

「安心できる居場所」を守りつづけてたい

アルコールや薬物などを止めることが、回復だと勘違いしている当事者や家族も多くいます。大切なのは、断ち続けるということ。ミーティングやフォーラムに参加することで得る、「自分は1人じゃない」という安心感は、依存対象に頼らなくても済む気持ちを育みます。

生きていく中で、家庭、学校、職場、サークルなど自分が安心できる居場所は誰にとっても大切です。「特別なことはしない。ただそこに在りつづけてたい」と飯室さんは、活動を継続する意義を話します。それは、誰もが生きやすい社会とは何かを、私たちに問いかけているようにも聞こえます。

(取材・執筆 菅原一禎)

ここチェック 仙台市のアディクション関連施設・オフィス

- アロー萌木 女性依存症者を対象とした通所施設
TEL/FAX 022-716-5575 仙台市青葉区内
- しおり 依存症者の家族(女性)を対象とした通所施設
TEL 022-211-1825 仙台市青葉区内
- NPO法人宮城県断酒会アルコールリハビリホーム・AR作業所「どんぐり」
アルコール依存症者を対象としたグループホーム(男性)
TEL 022-267-6276 FAX 022-399-6026 仙台市太白区向山2-12-3
- NPO法人宮城県断酒会「ワークしんせい」
アルコール依存症者を対象としたグループホーム(男性)
TEL/FAX 022-205-8718 仙台市青葉区上愛子字北原道上31-3
- 仙台ダルク
薬物・アルコール依存症者を対象としたグループホームと地域活動支援センター
TEL 022-261-5341 FAX 022-261-5340 仙台市青葉区上杉2-1-26

お役立ち本 『対話のレッスン』～日本人のためのコミュニケーション術～ 平田オリザ・著/講談社(学術文庫)・発行

平田オリザは「日本語には「対話」の概念がない」といいます。では私たちが日ごろ話しているのは何だろう？電話やネットが便利になっても、「通じない」「理解できない」という出来事は尽きません。本書は日常的なやさしい言葉遣いの変化を例に、対話と会話の違いや日本語の強み・弱みを教えてくれます。生活や環境が多様化した社会でも互いに分かり合える対話のヒントが満載の一冊です。



モノ選びに、ひとつ意義あるストーリーを加えよう

売上の一部が寄付されるなど、自然保護や社会の課題解決に貢献できる商品があります。例えば、国際協力NGOシャブラニールは、様々な企業と協働し、途上国の生産者と公平な取引を行うことで、生産者の自立を支援する商品づくりをしています。「社会貢献も企業の大切なブランド」と、多くの企業も注目する取り組みです。ものづくりに込められたストーリーも合わせてお買い物してみませんか。http://www.craftlink.jp



▲バングラデシュとネパールの女性たちが手づくりする石けんなど商品多数。

今こそ、地域全体で支え合う文化を創造しよう 12月1日(火) 開催報告「地域福祉フォーラム 住民参加から広がる、支え合いのまちづくり」

2015年の介護保険法の改正に伴い、要支援の高齢者向けサービスが自治体の事業に移行します。仙台市は2017年からの実施を決め、地域ごとのサービス実施に向けた整備を進めています。しかしかねてからの課題は、地域における支え合いの担い手不足。高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるために、公的サービスはもちろん、家族や地域住民、ボランティア、NPOによる支え合いの充実が必須です。フォーラムには、地域福祉に関心を持つ市民、行政職員、町内会役員、社会福祉会職員、NPOのスタッフなど50名近くの方が参加。仙台市泉区将監地区におけるNPOと地域住民の協働事例から、今後の地域福祉の在り方を話し合いました。参加者の皆さんからは、「地域活動者の生の声を聞き、大変な現状を知れた」「自分にできることから始めたい」などの感想がありました。地域の多様な課題に対し、一人ひとりが役割を考える必要があります。



▲将監地区におけるNPOと地域住民の協働の取り組みは、ぱれっと9月号にて特集しています。