

日本福祉大学 第22号

松本オフィス通信



- No.1-3 2019信州+ (プラス)
宮田市、美浜町産業まつり
辰野町フィールドワーク
長野市ボランティア活動
長野県人会・長野県地域同窓会
- No.4 第10回 アート&クラフト展
入試情報、イベント情報

この度の台風第19号豪雨災害により被災された皆様には、心からお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈り申し上げます。

2019 信州+ (プラス)

長野県出身の学生生活や長野県内でのフィールドワークを紹介している「信州+」。学生参加のフィールドワークを紹介して、みなさんの学生生活の充実と未来戦略をサポートする取り組みです。
講義だけでは分からない、サークル活動やバイトだけでは見えてこない世界があります。そんな未知のゾーンに踏み込んで、県下全域の地域と現場に関わって、自分の世界や視野を広げてほしいと思います。
長野県を離れ愛知県で生活をする中で改めて感じた、長野県の魅力とは何でしょう？

地域×学生 ふるさとの魅力を再発見

1 地域のみなさんに恩返しを！ -宮田市の活動を通じて-

宮田村で年に2回開催されている「宮田市」に今年も宮田村出身学生がサポーターとして参加しました。

このイベントは、宮田村の景観を考える会・ふれあいマーケット実行委員会・食育MOGMOG・宮田村役場まちなか活性化プロジェクトチームからのメンバーで構成された実行委員会が運営しています。

歩いて暮らせる、歴史を活かす、お年寄りも障がいをもった人も皆が生き生きできる地域の拠点としてのまちなかを元気にするため、まちなかを「みる、しる、たのしむ、わかちあう」をコンセプトに、ワークショップやフリーマーケット、宮田まちなか博物館、みやだ探検ガイドツアー、クイズラリーなど、様々な団体や企業が協働して開催しています。

第1回目の宮田市からこのイベントに参加している宮田村出身の土田君は、この宮田市に参加するようになってから、ふるさと宮田村への思いに変化がでてきたようです。

子ども発達学部 子ども発達学科 学校教育専修
土田 玲央さん(4年) に聞きました！



2 美浜町産業まつりに参加 美浜町で宮田村の特産品を販売

11月10日(日)美浜町で開催された「第36回美浜町産業まつり」で宮田村の特産品を販売しました。

このイベントにも宮田村出身の学生が参加し、村の方々と一緒に採れたてのりんごや加工品を販売しました。宮田村へのアクセス方法や観光名所の案内も忘れずPRしていました。

りんごは試食用意したり、愛知県では入手できない信州ならではの品種もあったため、お屋前には完売となりました。

また同会場では、本学社会福祉学部2年の5名も福サイダーをベースとした新しいサイダーの試食会を行っていました。美浜町の特産品であるキウイとパッションフルーツを使ったサイダーで、美浜町にある神谷農園(美浜町河和)の方々のご協力のもと完成させました。こちらのブースもお客様で賑わっていました。

学生のアイデアとパワーを活かした魅力ある地域づくり、これからも目が離せません。



Q 1. 宮田市に参加して、地域の方々(お客様や関係者の方)と交流をする時にどんなことを心がけていましたか。また、感じた事、感想を教えてください。

宮田市には4回参加させていただきましたが、地域の方々の温かさ、優しさを感じる事ができ、改めて宮田が好きだなと感じることができました。

第4回の際は、初めて宮田村役場のチームとして協力させていただきましたが、役場の方の中には、私が幼い頃にお世話になった方もおり、今でも覚えていてくれ、気にかけてくださいました。ご迷惑をおかけしましたが、職員の方々がいると教えてくれ、また地域の方がたくさん話しかけてくれたことがとてもうれしかったです。

これからも、地域に貢献する気持ちを大切に、感謝の気持ちを持つことを心がけて、村の地域活動に協力していきたいと思っています。

Q 2. 宮田村に変化を感じることはありますか。

この宮田市のイベントが、宮田村に新しい変化をもたらしていると思います。私自身、村内でも自分の住んでいる地区以外のことは正直よくわかりません。

しかし、この宮田市の開催することで、スローガンにもあるように、「みる、しる、たのしむ、わかちあう」というように小さい村だけれども

意外と知らないところがあり、宮田村の伝統や文化などの新たな魅力を発見でき、地域を知るきっかけをつくってくれていると思います。

地域に無関心でいるのではなく、地域を知ろうという変化を私自身が感じました。



Q 3. 県外に進学して改めて感じた宮田村の魅力や課題は何ですか？

宮田村の魅力はやはり自然豊かで住みやすいところだと思います。私自身、都会をあまり好まないものもありますが、帰省するといつも気分が落ち着きます。友人からは「村だからすごい田舎でしょ」とよく言われますが、まったくそうではなく、ほどうい田舎だなと感じています。

課題は、まだまだ知名度が低いという所です。同じ長野県出身者でも、宮田村を知っている人は少なく、日福と宮田村は提携自治体でもあるので、もっと多くの学生に宮田村のことを知ってほしいと思います。

また、宮田村の魅力をもっと多くの方々に知ってもらうために、SNSを利用し宮田村に行きたいと思ってもらえるような魅力的なコンテンツを継続的に発信していくことも必要になってくると思います。



Q 4. 今後の目標を教えてください。

宮田市では、毎回様々な仕事をさせていただいた中で地域住民の方々たくさん交流ができました。村に関して知らないことも多く、村が様々なことに挑戦していることも知ることができ、もっと宮田村のことを知りたいという気持ちが大きくなってきました。

将来は、育ててもらった村に恩返しをし、更なる宮田村の発展に貢献したいと考えています。大学で学んだことを活かし、村の子育てや村の子どもの豊かな生活を守っていきたいです。

私が宮田村が好きになったのは、地域の方々が支えてくれたからだと思います。今度は私が、宮田村の次の時代を担う子どもたちを支えられる大人になり、生まれ育った村に貢献できるように、広い視野で皆さんの暮らしをサポートしていきたいと考えています。

3 辰野町川島地区で世代間交流を！



2018年度から長野県出身者を中心とする有志学生メンバーで辰野町川島地区を中心にフィールドワークを実施しています。2019年は「世代間交流」をテーマに、地域住民の方々と一緒に地域活性化に向けて活動を行う中で、今年も多くの方々との出会いがあり、たくさんの刺激をもらいました。地域のみなさんと一緒に交流をする中で、自分自身の進路が見えてきた者、新たなことに挑戦する勇気をもらった者、地域の人を支えていける大人になりたいと考えた者など、一人ひとりに小さな気づきが生まれました。

「日本のど真ん中」の町でフィールドワーク

2019年度初回となるフィールドワークは6月22日(土)～23日(日)学生7名(長野県出身学生6名)が参加しました。

初参加となる学生もいたため、1年間活動する辰野町のことを知ろうということで、辰野町内散策をはじめ、ほたる祭りに参加したり、地域の方々と一緒に「花街道の整備」を実施しました。

まずは、「日本のど真ん中」をキーワードに街づくりや地域振興の取り組みをすすめている辰野町を一望できるスポットに立ち寄り、町の文化や地形、地域課題等を全員で確認してから川島振興会のみなさんと合流。



夕方からは辰野町ほたる祭り「ピッカリ踊り」に参加し、川島小学校の皆さんと一緒に「ほたる小唄」、「はひふへホタル」、「龍の大地に集うもの」の三曲を踊りました。事前に振付は覚えて参加したものの、当日会場にて「龍の大地に集うもの」は川島バージョンで踊る事が判明！先生に振付を教えてもらいながら、前で踊ってくれている児童のフリを見様見真似で必死に踊る学生達の表情はとっても楽しそうでした。

お祭りのあとには川島振興会事務局の根橋さんに案内をしていただき、ホテルの名所辰野町松尾峡でホテル観賞も。2,000近くのホテルが、暗闇の中で淡く光りながら乱舞する幻想的な光景が楽しめ、全員大興奮の様子。



2日目は朝から川島地区にて、住民のみなさんと一緒にドーム菊の定植作業とサルビアの移植作業を実施しました。作業をしながら、道具の使い方や野菜の栽培方法、趣味や日常生活のことなど、地域の方々がたくさん話をする事ができました。健康で過ごすための秘訣を教えてもらっている学生もいました。



その後開催された川島振興会のみなさんとの懇談会では、改めて地域の現状や課題などを教えていただき、介護予防センターの活用方法や女性住民の地域活動への参加促進など、これから学生達が考えていく課題も浮き彫りになってきました。

「地域の環境保全や伝統的な行事継承など、今まで気にしたことがなく興味もなかった。でも、地域の方々と話をする中で、地元を守っていきたいという強い気持ち伝わってきた。何ができるかは分からないけれど、地域に貢献できるような活動をこれから考えたい」という声に参加学生から聞かれました。



この2日間を通して、長野県の自然の豊かさや人々の優しさを改めて実感することができ、ふるさとのために何か貢献したいと思う気持ちが学生たちに芽生えたのではないのでしょうか。

川島小学校のふるさと運動会に参加

今年も川島小学校の運動会サポートに長野県出身在学生5名が参加しました。

川島小学校の運動会は「ふるさと運動会」ということもあり、小学校の児童や先生、保護者、地域の方々が一丸となって運動会を作り上げています。本学学生も運動会サポーターとして運営の補助だけでなく、参加者としても一緒に運動会を作りあげていきました。



昨年に続き、雨天のため体育館での実施となりましたが、児童達は、雨雲を吹き飛ばすくらい大きな声で運動会での目標を宣言し、各競技に挑んでいます。学生も先生や保護者の方と協力し担当分担の仕事を行いながら、子ども達に「最後までがんばれ〜！」と声援をおくっていました。

「ソバ打ち名人の方いませんか?」、「花粉症の方いませんか?」子ども達の声が体育館に響きます。



お題通りの人を見つけられないと子ども達がゴールすることができない、まさに地域の方々との協力が必要不可欠となる種目がふるさと運動会にはあります。大人たちが子ども達のために必死になって取り組む姿、童心にかえり楽しそうに競技に挑む姿が印象的でした。

「児童数が少なく、できる競技は限られてしまうと思っていたけれど、発想や方法を変えるだけで、少人数でもできることはたくさんあることがわかった」、「失敗を恐れずに最後まで挑戦する子ども達の姿に勇気をもらった」、「地域のみなさんの協力があったからこそ、成り立っている運動会だと実感することができた」など、参加した学生も子ども達や教員、地域のみなさんの姿から新たな気づきがあったようです。



4 長野市でボランティア活動 -学生だからできること-

2019年10月に本州を襲った台風19号は全国各地に甚大な被害をもたらしました。本学災害ボランティアセンター(センター長:新美綾子看護学部准教授)でも、すぐに募金活動を始め、また千曲川の堤防決壊で水害をうけた長野市で長野県地域同窓会の協力のもと、ボランティア活動を行いました。

第1クールは、長野市下駒沢にある「長野県障がい者福祉センター(サンアップル)」を拠点にして、センター内にある体育館にて椅子やソファなど泥で汚れた器具等の清掃活動をはじめ、周辺の集積場に集められたゴミの分別を行いました。

第2クールも、第1クール同様、下駒沢地区での活動と美濃和田地区での活動を行いました。初日は、現地災害ボランティアセンターの下駒沢サテライトの閉鎖を周知する為のポスティング作業や支援ニーズのあったお宅への泥かきや畳あげの作業、サテライトになっている公民館の掃除のお手伝いを行い、2日目は、美濃和田地区の公営住宅にて、災害ゴミを分別する作業を行いました。

第1クールは災害発生から5日目という被災直後のボランティア活動だったため、現地の被災状況に驚くとともに、報道以上の被害の大きさを知り、そのなかで懸命に作業をしている住民の皆さんから思いを聞くことができました。

また災害発生から2週間後に活動を行った第2クールも住民の方々の会話の中からニーズを聞き取り、現地の災害ボランティアセンターへつなげることで一人ひとりの「困りごと」にアプローチすることができ、作業の多い活動のなかでも住民の方々に寄り添った支援を行うことが少してきたと思います。辛いことを「辛い」と言いにくい人も多い中、学生にだから話せるとおっしゃってくださる方もいて、学生だからこそ出来ることがあると感じました。復興に向けて、今後も私たちができることを考えて行動していきたいと思ひます。



第1クール:10/19(土)～20(日) 計27名

学生18名、教職員5名、半田市災害ボランティアセンターの皆さん4名

第2クール:10/26(土)～27(日) 計31名

学生22名、教職員6名、半田市災害ボランティアセンターの皆さん3名

健康でいきいきと暮らしていけるように - 健康長寿を目指して -

川島振興会のみなさんとの懇談会で課題にあった、介護予防センターの活用方法。

センター内には、数種類のトレーニングマシンが設置されていますが、地域住民の方々は正しい使い方がわからず、利用したくてもできない状態が続いていました。そこで、マシンの正しい使い方と日常生活にも取り入れやすい運動を紹介し、地域のみなさんが健康でいきいきと暮らしていけるように地域住民を対象に「トレーニングルーム活用講座」を実施しました。講師は本学ストレングス&コンディショニングコーチ 伊藤 雅介氏。

まずは、健康を維持・増進していくことに必要な「運動・栄養・休養」の3要素の話をはじめ、加齢とともに老化が進む運動器のこと、高齢者の方に特に必要とされる筋力・柔軟性・バランス・スタミナに関して講義が行われ、その後実践へ。

今回参加された皆さんは、日頃から健康には気を付けている方が多く、農作業等で日常的に身体を動かしているため、腰痛や肩こり等、身体の不調で悩んでいる方は比較的になかったように思います。しかし、身体を動かすことが少なくなる農閑期や天候が悪い日は、室内にこもることが多くなり、全く身体を動かさない日もあるとのこと。

日常生活の中で気軽に取り入れることができるストレッチと筋肉運動を一つひとつ実践していききました。簡単な動きでも、姿勢や呼吸、伸ばしている部位を意識するだけで、身体が温かくなってきたと実感するほど、即効性が高



いようです。無理はしないで、できる範囲内で実践していくことでストレッチや運動が習慣化されていき、健康的に生活ができるとのアドバイスもありました。

また、施設内にある運動機器の使い方も確認をしていきましたが、機械によっては高齢者の方には負荷が大きすぎるもの、一人で実施するには危険が伴うものもあることが判明しました。その中でも、ランニングマシンやエアロバイクが比較的扱いやすいということもあり、施設内ではおすすめのマシンです。この二つのマシンを正しく使えるようになると、第二の心臓ともいわれているふくらはぎの筋肉を強化することが期待でき、血流促進や冷え性予防など健康面への効果も見込めます。

長野県は、平均寿命は全国でも最上位クラスなのに対して、健康寿命は中位クラス※です。健康寿命をのばしていけるように、日頃から身体を動かすことの大切さにも改めて気がつくことができました。

参加された方からは、「すきま時間を使って運動をしていきたい」、「運動することを習慣化させたい」との声も聞かれました。

また学生からは、「体操や運動という目的でセンターの活用方法を探ってみたが、健康を維持するための栄養の視点からも活用方法が検討できるのではないか」との提案も出ています。今後も川島振興会のみなさんと協議をしながら、企画を考えていきたいと思ひます。

※順位は講座実施当時(2019年9月)のデータによるものです。



紅葉とドーム菊がお出迎え 横川峡紅葉まつり

10月27日(日)に開催された「第24回 横川峡紅葉まつり」に学生および職員14名が参加しました。

学生は前日から祭りのメイン会場になる「かやぶきの館」にて、テントの設営やのぼり旗の設置などの準備を川島振興会のみなさんと一緒に行いました。慣れない作業に最初は戸惑っている姿もありましたが、地域の方々のサポートのおかげで作業もスムーズにできました。

当日は天気もよく、例年より遅めの紅葉となりましたが秋の始まりを彩る景色が来場者のみなさんをお出迎えしてくれました。春に植えたドーム菊も丁度見頃を迎えていました。

学生も担当の仕事として本部での受付、来場者の車誘導、各屋台の補助など、お祭りの運営を支えながら来場者の方や地域の方と交流をしました。

また、ステージ企画では有志の方々による太鼓の演奏や地元の小学生・高校生によるダンス発表会などで盛り上がりました。本学も昨年に続き、



「にっぶくにここカルタ」の実演を行いました。またひらがなを習ったことのない年少児も保護者の方と一緒に参加してくれたり、地元の小学生が友達を誘いあって参加してくれたり、この会場で初めて出逢った子どもたち同士が笑い合っただけでカルタを取り合う様子が見られました。同会場でもハロウィン企画も実施されていたため、例年より多くの子ども達がカルタに挑戦してくれました。

出し物の後には、カルタ製作者の1人である社会福祉学部4年の天野歩未乃さんが地元の新聞社にインタビューを受けることとなり、カルタに込めた思いについて真剣に語っていました。

この紅葉祭りは、主催者でもある川島振興会のみなさんが地域住民の方々と一緒に力を合わせて作り上げています。

2年連続で紅葉祭りに参加している学生からは「地域イベントを継続していく上で過疎化は大きな課題。地域イベントを開催することは、開催地付近の住民や来場者同士の関わりを強くする力があると感じた。今回の活動が今後も続いていくように、1人でも多くの方に辰野町への関心をもってほしい」との感想も聞かれました。



5 長野県人会も同窓会もふるさとのために！

11月2日に大学祭が行われ長野県人会も模擬店を出しました。今年は、売り上げの一部を台風19号の被害による長野県北部地方へ寄付することを決め、長野県名産りんごやきのこ汁、コーヒーなど、今年も長野県人会らしさを全面にだし、長野県の魅力をアピールしました。

りんごはまとめ買いをしてくれるお客様もいて午前中には完売してしまうほど。きのこ汁はおかわりをして食べてくれるお客様の姿もあり、大鍋3つ分のきのこ汁も無事に完売することができました。

「台風大丈夫でしたか?」、「大変だと思うけどがんばってください」など、長野県の現状を心配して声をかけてくださるお客様の姿もあり、みなさんの思いがとてもうれしく、また心強かったです。

そんなみなさんからのエールのおかげで、長野県人会ブースは見事に「最優秀賞」を受賞することができました。数多くの出店されているお店の中から「長野県人会」を選んでいたいただき、ありがとうございました。

また、募金活動にもご協力頂いた皆様には、心よりお礼申し上げます。当日の売り上げの一部と募金額「15,515円」を「ふるさと納税災害支援寄付」を活用し、長野県に寄付しました。

大学祭の翌日には長野県のヒーローである、マスコットキャラクターのアルクマがゆるキャラグランプリで優勝しました。みなさんの長野に対する思いが一つになり、優勝という結果につながっているのだと思います。

これから私たち長野県出身学生も大好きなふるさと長野のことを思い、復興に向けた取り組みを行っていきたくと思ひます。



日本福祉大学長野県人会

長野県地域同窓会も できることから始めよう！

長野県地域同窓会でも、地域で活躍されている同窓生のネットワークを活用し、県内の被災状況やボランティア活動情報などを集約し、情報共有をしてきました。

11月30日(土)は、長野県地域同窓会役員会が予定されていましたが、急遽予定を変更し、被災された方々へ思いを表現する日とし、被災された地域のみなさんの事を思い、各自ができることに取り組みました。

ボランティア活動に行った方、地域イベントに参加した方、家族みんなで募金活動をした方など、それぞれが今できることを考えて活動しました。

被災地ではまだまだ人手が必要との情報もありましたので、今後もできることを考えながら、継続的に活動を続けていきたいと思ひます。

第10回 社会福祉施設の アート&クラフト展 —アイタクテタマラナイ—

2008年、日本福祉大学松本オフィスの開所と共に始動した「社会福祉施設のアート&クラフト展」。松本圏域の社会福祉施設で生み出された絵画や書、手・工芸品といった作品の数々を展示し、地域住民の方々にその素晴らしい作品を紹介しながら、福祉施設の活動についても知って欲しいという想いのもと、毎年開催しているイベントです。



第10回目を迎えた今回は参加施設15団体、個人参加1名、総作品数150点を超える大きなイベントとなりました。

第10回は「アイタクテタマラナイ」というサブテーマを掲げ、実行委員会一丸となって皆が楽しめるイベントになるよう、何度も話し合いを重ねました。「アイタクテタマラナイ」には村松功啓実行委員長の「共生社会」への強い想いが込められています。

会場では過去の開催の様子を展示した「10年のあゆみコーナー」を設置し、過去9回において出展された作品や開催速報記事を掲示しました。回を重ねるごとに進化・発展してきた歴史を振り返り「懐かしい」「パワーアップしたね」と

いった声も聞かれました。また、会場内には施設利用者の皆さんの絵が描かれたガーランドが装飾され、作品に勝るとも劣らないイラストの数々が来場者の目を楽しませていました。

今回新たに設置されたステージでは施設で作品が創作されている様子をまとめたスライドショーを上映しました。また、施設の職員や利用者の皆さんによるステージショーも行われ、たくさんの来場客と一緒に歌って踊り、会場一体となって楽しいひとときを過ごしました。2日目には長野大学手話サークル「ひまわり」による手話講座も開催。クリスマスソングや、大人気曲「パプリカ」に合わせて楽しみながら手話を覚えるステージショーが行われました。会場にいた子どもたちも上手に手話で表現し、歌を口ずさみながら楽しむ様子が見られました。



今回は10回目にして初の試みとなる「アート&クラフト大賞」の選定も行われ、各施設からエントリーされた力作10点が揃い、来場者アンケートによって大賞が決定しました。初代大賞を受賞されたのは「山形村社会福祉協議会すばる」から出展された小林貴大さん。倪瑞良(にいみずよし)先生の原画を元に製作された切り絵が出展されました。



1ミリ単位の切り口で作られるとても繊細で壮大な作品です。来場者の中には思わず作品に近寄ってその精巧さに見入ってしまう方もいました。他にも、「どの作品も素晴らしく、熱いものが伝わってくる。選びきれない」と感動の涙を流された方もおられ、アート&クラフト展を代表する作品一つひとつから発せられる強いメッセージが人々の心に届いたように思います。

アート&クラフト展が始まって早10年。今回も今まで以上の多くの皆さまにご来場いただき、また、たくさんのご参加とご協力をいただきまして、本当にありがとうございました。今後も社会福祉施設の取り組みや利用者の方々の活動、表現を知っていただく機会としてアート&クラフト展がその一助となれば幸いです。障がいを抱えた方やそのご家族が安心して参加できる「共生社会」を実現できるよう今後も努めていきたいと思っております。



CHECK

入試に役立つ情報、長野県内のイベント情報をお伝えします！

大学案内、入試ガイド、過去問題集をお届けします！

日本福祉大学の入試に関する資料をご請求の方は下記の大学ホームページ又は松本オフィスまでご連絡ください。



実はとっても近い、 日本福祉大学と長野県との 深いつながり

日福と長野県では、長野県内でのフィールドワークをはじめ、長野県にまつわる情報や日本福祉大学での学びを活かして活躍する卒業生の紹介をしています。



入試に関する情報は大学HP内の「受験生サイト」で！

入学試験要項、インターネット出願、合格者の入学手続要項など入試に関することはこちらのサイトをご覧ください。



イベント情報

* 犀川スキーバス事故三十六回忌法要

2020年1月28日(火) 9:30~11:30
正源寺(長野市七二会甲1514)
現地慰霊碑(長野市信更町字坪登4677-4地先)

* 長野県地域同窓会総会・セミナー 及び長野実習報告会

2020年3月7日(土) 13:00~17:00(予定)
塩尻市総合文化センター(塩尻市大門七番町4-3)

* 2020年度 通信教育部入学説明会

2020年2月29日(土) 14:00~16:00
長野バスターミナル会館
(長野市大字中御所岡田町178-2)

日本福祉大学 松本オフィス

〒390-0815 長野県松本市深志1-1-24・3F
TEL:0263-31-9011 FAX:0263-32-8018
開館時間:10:00~18:00(日・月・祝は休館)
MAIL:e-matsumoto@ml.n-fukushi.ac.jp

日本福祉大学地域
ブロックセンター
フェイスブックもご覧ください！

