

みんなあでつながる!ひろげる!地域のチカラ

# プラットふくし

こ

う

ち

高知県社会福祉協議会広報誌

## こどもまんなか! アレコレ 図鑑!

2023  
12月号

vol.8

### contents

ボランティア・NPO情報 てをつなGO! — 6  
子どもたちのために、子どもを支える人たちのために

シニアのちょっといい話 — 8  
高森山花咲か爺さんの会 | 高知県ダンススポーツ連盟

プラットこうち人 森澤知央さん — 10

高知県社協からのお知らせ — 11

市町村社会福祉協議会ご紹介 — 12  
高知市社会福祉協議会





## とさっ子タウン

2023年で12回目を迎えた《とさっ子タウン》は、毎年夏休みに開催されている「子どもたちの架空のまち」です。

このまちには、様々な仕事があり、仕事に就いて働けば「給料」がもらえ、お店などでの「買い物」を楽しんだり、「遊び」に使うことができます。また、立候補や投票ができる「選挙」や「起業」もできるようになっています。

とさっ子タウンには県内のさまざまな企業や行政、団体、個人が協力していて、体験の内容も本格派。参加した子どもたちはとさっ子タウンでの経験を通して、経済や労働、地域社会といったことについて自然と学びを深めることができます。また、ここでの経験は、自分自身が将来就きたい仕事であるとか、大きな夢を考えるきっかけになるはず。

●とさっ子タウン実行委員会

TEL.088-820-1540(高知市市民活動サポートセンター)  
https://tosacco-town.com/



仕事を通じて  
将来を  
考える！



# まなぶ！

## 高知こどもの図書館

子どもたちの“読みたい”“知りたい”のお手伝いをしてくれる《高知こどもの図書館》は、高知城のお堀のすぐ横にある藤並公園内にあります。

館内には絵本や小学生向けのジュニア図書、中高生向けの書籍など約25,000冊の蔵書があり、親子でゆったりと絵本を楽しめるスペースやギャラリー、小さな子どもたちが楽しめる木のおもちゃコーナーなどもあり、楽しく本と“出会い”、本と“遊べる”ようになっているのが特徴です。

また、赤ちゃんのためのおはなし会「まんまひろば」(毎月第3金曜日10時半～)や、絵本についての講座「絵本の時間」、絵本の原画展など、本の貸し出し以外にもさまざまなイベントを開催。子どもから大人まで誰でも利用できる施設として、たくさんの方に親しまれています。

ウェブサイトも充実しており、「行かなくても訪ねられる」図書館として、どこに住んでいても本と出会い・遊べる環境を提供しています。

お堀のそばの  
木々に囲まれた  
図書館です！



●認定特定非営利活動法人

高知こどもの図書館

TEL.088-820-8250  
https://kodomonotoshokan.org/



ゴーカートが  
大人気の  
交通公園！



2023年4月、  
こどもに関する取組・政策を社会全体を中心に据える  
「こどもまんなか社会」の実現に向けて、こども家庭庁が創設されました。  
同庁のホームページによると、「こどもまんなか社会」とは、  
「すべてのこどもや若者たちが幸せに暮らせるように、  
常にこどもや若者の今とこれからにとって最もよいことは何かを考え、  
社会全体で支えていくこと」とあります。  
では、こどもたちが幸せに暮らすために最も良いことは何か？  
その答えに、正解はないと思います。  
今回の特集「こどもまんなかアレコレ図鑑」では、  
高知県内における「こどもまんなか社会」の実現に向けた  
「あそび」「かんじる」「まなぶ」ことができる取組、  
こどもの変化や成長、感性を応援している取組を紹介しています。

## 高知県立交通安全こどもセンター

高知市比島にある《高知県立交通安全こどもセンター》は、1970(昭和45)年の開設以来半世紀以上にわたり子どもたちが遊びながら交通ルールや交通安全の大切さを学べる公園として、多くの県民に利用されています。

園内には大きな複合遊具やSL、ブランコなどがあり、小さな子どもたちでも楽しめるようになっています。また、一周約400mのコースを有するゴーカートも大人気！コースには横断歩道や信号、標識、踏切などがあり、交通ルールを楽しみながら学べるのがポイントです。

市街地にありながら、園内には約100本のソメイヨシノをはじめたくさんの木々があり、春には桜、夏には新緑、秋には紅葉など四季折々の様子も家族で楽しむことができます。

●高知県立交通安全こどもセンター  
TEL.088-822-0777  
http://www.kotsukoen.sakura.ne.jp/



# アレコレ図鑑

# こどもまんなか！

# あそぶ！

## 高知おもちゃ病院

壊れてしまったおもちゃをボランティアで修理する《高知おもちゃ病院》。高知市のほか安芸市や南国市、四万十市、四万十町にも「診療所」が開院され、シニア層を中心とした約50名のドクターが、子どもたちの笑顔のために、子どもたちにモノの大切さを伝えていくために活動しています。

昨年度修理したおもちゃの数はなんと約570件！電池で動くかわいい犬のぬいぐるみやラジコン、ゲーム機と幅広く、どれも大事に使われていたものばかり。

あるドクターは、「おもちゃが直った時の子どもたちの笑顔は最高！」と、活動のやり甲斐を話してくれました。「おもちゃを直したい」「ドクターとして活動したい」という方は、診察日や修理の様子が掲載されている高知おもちゃ病院のホームページへどうぞ。



●高知おもちゃ病院  
<http://toyhospital-kochi.blog.jp>



ドクターが愛情を持って修理します！



子どもと本を結ぶおはなし会を各地で開催！



## 子ども読書ボランティアの会・豆の木

《子ども読書ボランティアの会・豆の木》は、「子ども」と「本」を結びたいという想いのもと、総勢15名の会員で活動を行っています。

春夏の休み期間中には、図書館等で子どもたちを対象とした「おはなし会」を開催しているほか、保育園や小学校、放課後児童クラブでは「訪問おはなし会」を開催しています。

子どもたちに楽しんでもらえるよう、おはなし会のプログラムは、会員さんたちが日々試行錯誤を繰り返しながら、季節やテーマに合った絵本やわらべうた、パネルシアター等を組み合わせたりしながら作り込んでいます。苦勞して作ったプログラムを、子どもたちが楽しそうに聞いてくれる様子こそが、活動の源！

《豆の木》では、子どもを対象としたこのような活動のほか、会員による毎月の研修会、成人の方も対象とした「楽しみながら学ぶおはなしの連続講座」を年1回開催しています。興味のある方は、ぜひご連絡を。

●子ども読書ボランティアの会・豆の木  
代表/吉永万喜子  
TEL.090-1000-8242

## 高知県シェアリングネイチャー協会

自然を見る、聞く、触るなど、人が持っているさまざまな感覚を使って自然体験を楽しむのがネイチャーゲーム。ゲームの種類もさまざま、森の中を歩いて木の実や鳥の羽根など森の中にある“宝もの”を見つけたり、聴診器を木の幹にあてて“木の鼓動”を感じたりと、場所や季節、時間によって様々な体験方法があります。

ゲームを通じ、自然の持つさまざまな表情を感じ取ったり、自然の不思議や仕組みを感じることによって、いつのまにか自然とのつながりを感じ、自然が好きになっていきます。

《高知県シェアリングネイチャー協会》には5つの地域の会があり、それぞれの地域をフィールドに、ネイチャーゲームを提供しています。親子で、友だち同士で、自然を発見する喜びを感じてみませんか。



「目かくしいもし」を楽しむ様子

●高知県シェアリングネイチャー協会  
TEL.090-1009-4232  
[https://www.naturegame.or.jp/about\\_us/group/kouchi/](https://www.naturegame.or.jp/about_us/group/kouchi/)

自然とのつながりを感じよう！



## 高知市子ども劇場

演劇やミュージカルなどといった舞台芸術は、演者と観客どちらが欠けても成り立たない「関係性の芸術」とわれています。

《高知市子ども劇場》では、人として生きるのに大切な共感力や受けとめる力、コミュニケーション力を育てることを願い、子どもたちにプロの劇団などによる「生の舞台」を鑑賞する場を提供しています。

実際に生の舞台を見た子どもの親からは「感情表現が豊かになった」「親子のコミュニケーションが増えた」などの声が寄せられています。俳優の表情やセリフはもちろん、音楽やストーリーなど、舞台上で見つけた感動の輝きは、いつまでも本人の胸に残り、その人生に元気を与えてくれるはずです。

高知市子ども劇場では、この他にも自然体験や交流活動を行っており、異年齢の子ども同士のつながりを広げ、柔軟で優しく、たくましく人生に向き合える人づくりに取り組んでいます。

●特定非営利活動法人  
高知市子ども劇場  
TEL.088-879-7160  
<https://www.npokgkochi.com/>



生の舞台で感動を体感！



# かんじる！



「高校生と親子ふれあい遊び」では運動遊びや磯遊び、カメラ教室を開催。

子どもや子どもに関わるすべての方々に対して、子どもの育ちや子育てを支援することにも、子どもの人権が尊重され、子どもが取り巻く環境が豊かになることを目指して活動している「特定非営利活動法人enne」。土佐清水市からファミリーサポート事業を受託し、「とさしみずファミリーサポートセンター」(以降、ファミサポ)の運営を行(ながら、「高校生と親子(幼児とその親)のふれあい遊び」事業や「子ども民生委員活動」のサポートなどを行っています。

### 地域の助け合いの輪を広げたい

団体を立ち上げる前から民生委員やボランティアの立場で地域の学校と関わり、子ども民

生委員活動のサポートや、ふれあい遊びを通して異年齢間での交流に関わってきた副代表理事でありセンター長の酒井さん。団体を立ち上げるきっかけとなったのは、こういった子どもたちに関わる活動にもっと広がりを持たせたいという思いと、「地域社会と関わりたい」「子どもたちのために何かしたい」という地域住民の多さに気づいたからだと言います。また、その決意と重なるかのごとく、「ファミサポが土佐清水市にできる」という情報が舞い込み、NPO法人の立ち上げに至りました。現在、enneの主軸事業ともなっているファミサポ事業は、子育ての応援をしてほしい人(ファミリー会員)と子育てを応援したい人(サポート会員)の募集・マッチングを行い、

子育てを中心に地域で広がる助け合いの輪



# 子どもたちのために、子どもをも支える

# 子どもたちのために、人たちのために

子ども家庭庁が本格的に発足したこともあり、話題となっている「こどもまんなか」というキーワード。今号では、そんな「こどもまんなか」社会の実現に向けて、子どもたちや子育てに従事する家庭の方々を対象に、地域住民や学校、行政などと連携を取りながら、多方面からの柔軟な支援を行い、子どもたちの未来につながる支援の輪を広げることに取り組んでいる2つの団体を紹介します。



Instagram  
フリースクールの運営やメンタルフレンドの派遣により、不登校の児童生徒や高校中退者、ニート状態の若者、引きこもりの方々に対する支援を行っている「特定非営利活動法人こうちサポートネットワーク」。理事長の山波さんは、「活動を通した他者との有意義な関わりは、人の成長に大きく影響を与えていると考えているため、私たちが出会い関わる子どもたちには、他者の価値観に触れ、自分自身の価値観と照らし合わせることを繰り返すほしい」と語っています。

### 子どもたちの意見を尊重した、未来につながる支援を

## 特定非営利活動法人 こうちサポートネットワーク

高知市棧橋通3丁目26-29 (088・833・1137)

こうちサポートネットワークが行っている活動の一つに、フリースクールの運営とフリースペースの提供があります。この活動では、学校に通えていない小中学生や、高校を中退した子どもたちを主な対象として、居場所の提供や生活

支援を中心とした課外活動、心の相談などを行っており、加えて子どもたちが学校への復帰・進学などに視野に入れられるよう、学習面での個別支援も行っています。また、フリースクールに通う子どもたちの中には、発達障害や自閉症の診断を受けている子どもたちもいます。そのため、子どもたちの意見を尊重したさまざまな体験を通して、他者と関わり、自分自身を確立させることによって、将来の夢や目標に向かって突き進むうえでの準備が行える場となることです。

### 「不登校から引きこもりへ」という連鎖をなくしたい

こうちサポートネットワークでは、引きこもり傾向にある10代の子どもたちを主な対象として、大学生等を中心とした個別訪問支援「メンタルフレンド」という活動を行っています。基本的には1家庭週1回の頻度で個別訪問を行い、支援の中で公園や近隣の商業施設に出かけたります。また、引きこもり傾向にある子どもたちを主な対象として、大学生等を中心とした個別訪問支援「メンタルフレンド」という活動を行っています。基本的には1家庭週1回の頻度で個別訪問を行い、支援の中で公園や近隣の商業施設に出かけたります。また、引きこもり傾向にある子どもたちを主な対象として、大学生等を中心とした個別訪問支援「メンタルフレンド」という活動を行っています。基本的には1家庭週1回の頻度で個別訪問を行い、支援の中で公園や近隣の商業施設に出かけたります。

### 土佐清水市をこれから支えてくれる未来世代のために

この他にも、enneは「高校生と親子(幼児とその親)のふれあい遊び」に関する活動を行っています。「高校生と親子のふれあい遊び」では、高知県福祉活動支援基金から助成を受け、運動遊び、写真講座、磯遊びを通じた野外体験、地域の資源を知るなどを高校生に協力をお願いしながらイベントとして開催しています。酒井さんは、「子どもたちがいろいろな体験ができ、かつ日常生活で触れ合えることのない高校生などの異なる年齢の人と交流できる場となることを目指しています!」と語っており、高校生たちにとっても、これから親世代となる立場として、地域の小さい子どもたちと関わることで、大人になる上での準備が行える場となっていることがうかがえました。

### 地域と子どもたちの繋がりを大切に

土佐清水市では現在、子どもの減少に伴う学校統合や、南海トラフ地震に関するハード対策として、保育園・小学校・中学校・高校が高台移転しているため、地域と保育園・各学級の繋がりが年々薄れてきている現状があります。そのため、酒井さんは「ファミサポ事業をはじめとして、地域住民と子どもたちとの繋がりを構築でき、さらさらと生み出すことはできません。大切になってくるため、その役割をしっかりとenneが果たしていきたい」と最後に語ってくれました。



### 不登校の子どもたちに居場所を

の子どもの変化に関する調査を行いながら、その先の自立に向けた支援へとつなげています。大学生がメンタルフレンドとして個別訪問を行う理由として、「世代が近い」「興味関心事に対する話が合いやすい」に、引きこもりの子どもたちにとっても心を開きやすい「10代の子どもたちにとっては近い将来のロールモデルとなる」ということが考えられます。山波さんはこのことに関して、「最近では不登校から引きこもりになってしまいう子どもたちの割合も少なくないため、引きこもり支援は時期が早ければ早い方がいいと感じるなか、大学生がお兄ちゃんやお姉ちゃんという立派な立場で接し、支援を行うことはとても効果的なことだ。」と語ってくれました。



(左) 課外体験では乗馬体験や祭り参加などを行う  
(右) メンタルフレンド研修会の様子

特定非営利活動法人enne  
高知県土佐清水市浜町6-22 (0880・87・9063)





いっしょに話そう  
シニアの  
ちょっといい話  
vol.7

# 高森山花咲か爺さんの会

仁淀川町

森の手入れをしながら自然と共に生きる

## 高森山を一年中花が咲く山に

仁淀川町の森地区。かつて仁淀村の中心地として栄えたこの地区の中央には、地区のシンボルとして愛される「高森山」がある。山頂には小さな神社があり、山の上になつと地区を一望することができる。しかし一方で、山は少しずつ荒れはじめていた。山の中にある〈しんみち〉と呼ばれる道は、かつて春になれば住民たちがサクラの花見を楽しんでいたというのだが、近年では椎の木が覆い茂って歩くことすら難しくなっていた。

現在、この「高森山」で育つサクラやツツジ、サルスベリなどの樹木の手入れや、下草の草刈り、雑木の伐採や管理道の維持・管理を住民有志で行っているのが、「高森山花咲か爺さんの会」の皆さんだ。

会の活動が始まったのは今から8年前の2015(平成27)年のこと。地域の中心的人物である橋本浩一さんが「森地区を盛り上げる良い案はないだろうか」と、東京からUターンしてきたばかりの片岡稔和さんに相談したのがきっかけ。片岡さんはこの荒れつつあった高森山を手入れし、かつてのように盛大な花見ができる、一年中花が咲く山にすることを提案する。

活動の当初は、3~4人の有志で高森山を歩き危険なシイノキがないかどうかを調べた。木の幹を叩いてポコポコと音がすると中が空洞になっている証。山には全部で約60本のポコポコと音がする危険なシイノキがあったが、全部伐採するとはげ山になってしまうので、約30本を選んで伐採した。伐採にあたっては、自分たちの手だけでは難しかったため、町の環境整備に関する補助金を活用し、業者にも協力してもらった。

一方で、地元の別府小学校とも協力しツツジやサクラ、サルスベリなどのべ165本もの樹木を植栽した。

児童が植栽したところにそれぞれの名前が入った石札を立てた。片岡さんは「子供たちにとって、植栽することは木の成長とともに自分たちも成長していくと感じられる機会になる」という。

現在会長を務める橋本さんは「高森山には神社があり、年2回神祭がある。地元の高齢者は神社を崇拝しているため、登りやすい道を作ることが必要。住民のウォーキングコースとして、登りやすい道を作りたい」との思いで活動をしているという。

活動開始からまもなく10年。メンバーの高齢化が進み、思うように管理道の維持・管理ができていないという課題にも直面している。その中で自分たちのできる範囲で、高森山の管理道の再整備をこれからも続けていきたいという。

## 道直しのための草刈り



## 人々をつなぐダンススポーツ

「ダンススポーツ」という言葉をご存知だろうか。もとは「社交ダンス」とも称される「ボールルームダンス」をベースに、スポーツ性を追求して独自に発展した競技スポーツで、スタンダード&ラテン種目の他、車いすダンススポーツ、ブレイクダンス種目などの派生種目がある。

高知県で、このダンススポーツの活動を支えているのが「高知県ダンススポーツ連盟」だ。設立されたのは5年前で、県内では子どもから年配の方まで約130人の賛同者がいる。連盟の代表を務めるのは佐々木浩一さん。25歳のころ、ダンスが踊れたらカッコいいなと思いついた友人と同好会から始め、以来62歳となった現在まで活動を続けてきた。佐々木さん曰く、「ダンススポーツを始めてからは足腰が丈夫になり、健康維持ができるようになった。ダンスをするときは自然と背筋が伸びる」とのことだ。

ふだん、教室に所属しダンススポーツをしている人たちはそれぞれが発表会や大会出場など目標を立て、発表会やパーティーでダンスを披露したり、大会での良い成績を目指して日々練習をしているという。「ふらっとふくし」スタッフが取材に訪れた日も、「ねんりんピック愛顔のえひめ2023」出場者や教室にいる十数名のメンバーがそれぞれのペアと手を取り、優雅に華麗なダンスを踊っていた。



上/「ねんりんピック愛顔のえひめ2023」出場  
下/練習に取り組む佐々木さん

ちなみに、ねんりんピックには男女あわせて8名が連盟から出場した。普段はそれぞれ別の教室に所属していて、今回ねんりんピック出場のため結成をされたメンバーである。夫婦での参加やご近所に住む人と出場などメンバーは多岐にわたる。

ダンススポーツの魅力は「男性がリードをしつつ、女性を引き立たせるのが魅力」と佐々木さんはいう。現在の課題としては、若者には社交ダンスよりもブレイクダンスの方が人気であり、メンバーの高齢化が進んでいることだというが、今後も練習により一層励み、発表会や競技会への出場などを通して、高知県ダンススポーツ連盟の活躍が発展していくことを期待したい。

華やかなダンススポーツ毎日にメリハリを

# 高知県ダンススポーツ連盟

高知市

### 高知刑務所見学会 ～矯正施設退所者の地域生活支援のために～

「高知県地域生活定着支援センター」では、矯正施設からの退所後等に、自らの力だけでは自立した生活を送ることが難しい障害のある方や高齢の方を対象に、行政や福祉・医療等の様々な支援者と連携して退所後の地域での生活支援を行っています。

一方で、こうした対象者の多くは、以前の生活においても、暮らしの行き詰まりや医療・福祉の利用について相談できず、必要な支援を十分に受けられていないなど地域で孤立していたことが大きな課題となっています。

地域共生社会の実現に向けて様々な取り組みが進められる中、本見学会は刑務所内での生活を理解するとともに、退所後の社会復帰に向けた取り組みなどについて学び、対象者の退所後の地域生活において連携や協働の促進が図られることを目的として開催します。

**【日時】**  
①令和6年1月17日(水) 10:00～12:00(定員20名)  
②令和6年1月17日(水) 13:30～15:30(定員20名)  
③令和6年2月20日(火) 10:00～12:00(定員20名)

**【場所】** 高知刑務所 高知市市師田3604-1  
※当日、駐車場利用可

**【対象】** 高知県内の医療、福祉、介護等に従事する方、市町村等行政職員

**【参加費】** 無料

**【定員】** 各20名以内(申し込み多数の場合は抽選となります)

**【申込】** 令和5年12月中旬を目途に各事業所様宛に参加案内を送付させていただきます。

**【問い合わせ先】** 高知県社会福祉協議会 地域生活定着支援センター  
TEL:088-855-3611 FAX:088-855-6226

### ふくし就職フェアSpring 来春開催!!

県内の福祉事業所が一堂に介して、就職したい方(新卒者、他分野からの転職希望者、再就職希望者等)との福祉の仕事に関する相談会を、対面とWEBのハイブリッド形式で開催します。

**【開催日】** 対面: 令和6年3月2日(土)  
WEB: 令和6年3月7日(木)～9日(土)※予定

**【場所】** 高知県立県民体育館 高知市棧橋通2-1-53

**【問い合わせ先】** 高知県福祉人材センター

### 高知県オールドパワー文化展開催!

県内在住の60歳以上の方を対象に、たくさんの方が芸術や文化に親しみ、生きがいづくり、仲間づくり、そして健康で心豊かな創作の場づくりになるようにと、毎年開催し、県内全域からたくさんの作品が出品されています。皆様の出品、ご来場をお待ちしております。

詳細は、(株)高知新聞企業ホームページをご覧ください。

**【開催日】**  
令和6年3月14日(木)～19日(火) 9:00～17:00(ただし、14日は10:00～17:00、19日は9:00～15:00)

**【場所】** 高知県立美術館  
高知市高須353-2



## 高知県社協からのお知らせ

## 福祉のお仕事 トータルサポート!

お仕事を探している人も!!

- ▶ 求人情報誌の発行や、見学・面接の日程調整など、ご希望を伺いながら、お仕事探しをサポートします。
- ▶ 豊富なノウハウと幅広いネットワークをもとに専門家がアドバイス!
- ▶ 福祉のお仕事に不安な方や、ブランクがある方でも大丈夫! 職場体験に参加することで実際の働き方がイメージできます。

利用登録はカンタン!

インターネット  
<http://www.fukushi-jinzai.com/>

来所  
お近くの福祉人材センターへ

最新イベント情報も配信中!

LINE ID: @538kwlib

Instagram 保育に関する情報はコチラ!

求人を出したい事業所も!!

- ▶ 事業所詳細情報に使う事業所の特色や写真を掲載してPR!
- ▶ 24時間求人申請ができます!
- ▶ 一度求人を出したら、次回からは「再利用新規」でラクラク申請!

- 1 事業所マイページ登録を申請**  
人材センターバンクより承認メールが届きます。
- 2 求人票の入力・申請**  
人材センターバンクより承認メールが届きます。
- 3 マッチング**  
人材センター・バンクからの条件に合った求職者の紹介、応募の連絡をします。
- 4 施設・事業所で選考**
- 5 採否通知**

操作方法や詳細についてのお問い合わせは下記まで

**高知県福祉人材センター**  
〒780-8567  
高知市朝倉戊375-1  
県立ふくし交流プラザ1階  
☎088-844-3511

**安芸福祉人材バンク**  
〒784-0007  
安芸市寿町2-8  
安芸市総合社会福祉センター内  
☎0887-35-2915

**幡多福祉人材バンク**  
〒787-0012  
四万十市右山五月町8-3  
四万十市社会福祉センター内  
☎0880-35-5514

## 車

いすラグビーチーム「フリーダム」の紅一点で、活動する森澤さん。国内の車いすラグビー登録選手数は約80名で、女性は森澤さんを含めわずか5名。県内在住のパラリンピック池透暢さんたち屈強な男性陣と同じフィールドで、森澤さんは全国大会でも活躍、日本車いすラグビー界の次世代を担う育成選手として奮闘している。そんな若手ホープの森澤さんが、車いすラグビーを始めたのはわずか2年前。それまでは本格的なスポーツ経験もなかったそう。そのきっかけや、ご自身の生い立ちを伺った。

### 子どもから大人になるまで

3人姉妹の末っ子として生まれた森澤さんは、生まれつき両手首から指先までと両下肢に障害があるものの、小さいころから元気がいっぱい、小学生のころは信頼でき

## 高知県車いすラグビーチーム「Freedom(フリーダム)」

# 森澤知央さん(28)

る先生と二人三脚で、勉強はもちろん体育の授業にも積極的に参加。「運動会も楽しかったし、水泳も大好きで50メートルは泳げたよ」と懐かしそうに話す。

年齢を重ねることにスポーツに触れる機会は少なくなりましたが、幼少期から始めた英会話はずっと続け、進学先の高知大学では国際コースで中国語も学び、留学生の友人と互いの言語や文化を教え合い、楽しいキャンパスライフを過ごした。大学卒業後は、今の勤め先である高知県庁に入庁し、休日は大好きな旅行に3姉妹で出かけるなど、公私ともに充実した生活を送っていた。いつかは海外にも行き、現地の友人にも会えたらと胸を膨らませていたが、世はコロナで、外出を控えるようになり、毎日自宅と職場の往復。健康のために少しは運動しないと、そう思っていた矢先、職場で車いすバスケットの選手でもある男性から「障害者スポーツセンター(以下センター)」を紹介された。

### パラスポーツに触れ、半日で車いすラグビーの世界へ

2年前の8月半ばにセンターを初めて訪問。自分のできるスポーツは限られているだろうから、卓球、パドミントンを楽しむ程度にできたなら...と当初は本格的なスポーツ活動を予想していなかったそう。

しかし、訪問初日にセンター職員に勧められるがまま、車いすバスケットの競技用車いすで人生初のラン。自分が競技用車いすで走るなんて...これまで味わったことのない興奮を覚える森澤さんに、「競技だけでなく、選手、スタッフ、いろんな人と触れてもらえたら」と職員が車いすラグビーチーム「フリーダム」を紹介してくれた。

そして、早速9月に練習見学へ行くと、なんとチームが森澤さんの体に合った競技用車いすを準備してくれてお

り、急遽練習に参加。東京パラを終えたばかりの池選手もおり、テレビで見た迫力抜群のタックルまで体験。「楽しい!!」森澤さんの気持ちは固まり、その日からチーム練習に参加するようになった。

### 日本選手権予選大会でトライ、そして継続へ

森澤さんの勢いは止まることなく、見学の翌月の10月には高知で日本選手権の予選があり、まさかの選手として出場することに。チームでの練習は、見学の目を合わせずか5回。不安な気持ちももちろんあったというが、このチャンスは逃さない、と前向きな気持ちで大会に臨み、なんとトライを決める。その瞬間、メンバーみんなが、歓声を上げて自分以上に喜んでくれた光景は、今でも鮮明に覚えている、と嬉しそうに

仲間への感謝の気持ちを話してくれた。

そしてこの2年間、森澤さんは週1回のチーム練習に加え、週約2回の個人練習に尽力。日々の仕事をこなしながら、それだけの練習に励む姿にチームもいい刺激をもたらしているそう。女性スタッフは、「こんなかわいい子が、破天荒メンバーの仲間になってくれるなんて(笑)でも姿勢、熱意は、誰よりも強い!!」と称賛をおくる。

継続の秘訣は、「みんなへの感謝の気持ち」。メンバー、家族、職場と周りのサポートがあるから今の自分がある、森澤さんは、常に謙虚で感謝の気持ちを忘れずに活動に励んでいる。そんな森澤さん



(上)フリーダムメンバーとの練習の様子。「森澤さんの練習への姿勢は頭があがらない。」と、男性陣も脱帽!



(下)今年4月に開催された「渋谷区長杯第6回車いすラグビー大会」では「ベストウーマンプレイヤー賞」を受賞。

プラット  
こうちふ  
VOL.8

※フリーダムの公式Instagram、フェイスブックでは、森澤さんたちメンバーの活動が随時紹介されています。ぜひご覧ください。  
(Instagram) freedom\_kochi.wr  
(フェイスブック) フリーダム



高知県内の市町村  
社会福祉協議会ご紹介⑦

# 生活支援ボランティアは学びの機会。 気づき、学び、支えあう地域へ

## 高知市社会福祉協議会

県内中心部に位置する高知市には、県内人口の約半数の32万人が暮らしています。高知県の人口・インフラが集中し、毎夏にはよさこい祭りが開催される活気のある街です。一方で、マンションや賃貸住宅、核家族や単身世帯の方が多く、地域のつながりの希薄化が大きな課題です。そんな高知市で、ひとりの困りごとから出発した生活支援ボランティアの取組を進める、高知市社協地域福祉コーディネーターの活動についてご紹介します。



### “ごみ捨てができない”の声から、 相談の入口と出口の仕組みづくり

約5年前、高知市社会福祉協議会の地域福祉コーディネーターに「ごみステーションまでごみ捨てに行けない住民がいる」という相談が入りました。地域の民生委員の助けを借りられないか話し合いを進めていく中でわかったのは、ちょっとした困りごとを手助けしてほしいニーズがたくさんあるということでした。そこで、時を同じくして開設がはじまっていた「ほおっちょけん相談窓口」（市内の薬局で住民の相談を受け止める試み）からの相談を地域で協議する「ほおっちょけんネットワーク会議」で、ちょっとした困りごとに対応する生活支援ボランティアの養成講座を開始。相談を迷子にしない「入口から出口」の仕組みへと発展しました。

### 生活支援ボランティアの広がり

生活支援ボランティアは、既存の福祉サービスでは対応できないちょっとした困りごとをお手伝いするボランティアとして5原則（①無償である、②専門的ではない、③短時間の活動、④単発の活動、⑤身体介助は伴わない）が設定されており、約30分の養成講座を受け登録することで活動ができます。高知市社協の地道な広報活動の甲斐もあって、登録

人数は100名を超えました。

支援先での困りごととしてよく挙がるのは、冒頭のゴミ出しの他、電球の交換や庭の草引きなどです。一宮地域を基盤とする住民団体「土佐いっく成年団」では、地域内に多くのニーズがあることから「できることをできる限りやってみる」と、団体として生活支援ボランティアに登録。また、元々福祉活動に興味を持っていた20代女性が社協を訪れ登録するなど、着実にボランティアの受け皿として広がっています。

### 学生との協働—地域をつなげる

三里地域では、生活支援ボランティア団体「三里つながりたい」が充足しています。地域福祉コーディネーターは地域包括支援センターと連携して困りごとの集約と整理を行い、「つながりたい」へつなぐのですが、困りごとの内容によっては対応が困難な場面も出てきました。そこで、三里中学校に相談し、中学生と「つながりたい」との協働実践が始まります。地域で困りごとを募集し、長期休み中の年3回粗大ごみを回収する取組は、今年で3年目を迎えました。コーディネーターはひととひとをつなぎ協働を生み出すことで、地域を支える団体を支えています。

### 企業の社会貢献とのコラボからはじまる地域づくりへ

取組は企業の社会貢献へも発展しています。（株）セントラルグループでは、新人職員研修の一環で年末の大掃除をお手伝いするボランティア体験を行っています。その名も「ほおっちょけん大作戦!」。まずは、高齢者への関わり方や、ボランティアの心構えを学んだ後、特にご高齢の方が困っている窓ふきや風呂掃除、草刈りなどを行うそうです。終了後の事後学習ではお互いに感じたことを共有し学びを深めます。コーディネーターは、困りごとの周知や掃除を行う家庭とのマッチング、また事前事後学習を通じて福祉教育の機会を提供しています。

コーディネーターの馬場さんは、「ボランティア前後で新人職員の方が目に見えて変化する」と言います。人と接し感謝をされる体験が様々な気づきとなり、その気づきが、その後のふるまいや活動につながって、さらに支え合う地域へと形作られます。

地域協働課の古谷課長からは、「様々な機関とつながり社協だけで完結させないことが地域づくりにつながる」という手ごたえと、馬場さんからは、「生活支援ボランティアは関わるボランティア側の学びが大きい。この仕組みをつくりあげ、広げていく」と意気込みをお話いただきました。

\*ほおっちょけん「高知県の方言 ほっとけないの意味」

## 社会福祉法人 高知県社会福祉協議会

高知市朝倉倉375-1 県立ふくし交流プラザ内  
TEL.088-844-9007 / FAX.088-844-3852  
E-mail plaza@pippikochi.or.jp



<https://www.kochiken-shakyo.or.jp/>

### ふくし交流プラザへの交通のご案内

【お車でお越しの方】高知駅より車で約20分、高知ICより車で約30分、伊野ICより車で約15分、高知龍馬空港より車で約50分。  
駐車場：普通乗用車で約180台駐車できます  
【公共交通機関でお越しの方】最寄りバス停「朝倉第二小学校前」下車すぐ

## QUOカードがあたる! 読者アンケートに ご協力ください!

「プラットふくし」をより良い紙面としていくために、みなさまからのご意見をお待ちしております。ご回答いただいた内容は、今後の企画等の参考とさせていただきますので、右記QRコードより2024年2月29日までにご回答ください。ご協力いただいた方の中から抽選で3名の方にクオカード500円分をプレゼントいたします。当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。



アンケートは  
こちらから!

