

ふむふむ程度。

ちいきふくしの練習帖



ふむふむ程度。

もくじ

はじめに	
1 つながりが増えるってどういうことだろう?	3
みんなに聞いてみた 「地域」とは何だと思いますか? ①	8
2 人も町も変わるけれど、「変わらない」もあり?	9
みんなに聞いてみた 「地域」とは何だと思いますか? ②	18
3 あたりまえだと思ってたなあ?	19
みんなに聞いてみた 「命」をほかの言葉で	24
4 人生で「旬」は一度きりなのかな?	25
みんなに聞いてみた 生きていくために必要なことは?	30
5 ちがっていてもふつう?	31
社会福祉協議会と地域福祉教育	34
おわりに	36

表紙イラスト
柏森 たま。
高校生から同人活動を始めて、今ではイラスト、漫画、デザイン、映像制作などマルチにこなすフリーランスのクリエイター。
浜松市出身・在住。



タイトルについて
この冊子は、読んだ人それぞれの頭の中で考えがめぐったり、自分のまちを改めて見てみたりするきっかけとなってほしいという思いを持って、作られました。タイトルの「ふむふむ程度。」は、「ふむふむ、そんなこともあるのか」というくらいの気持ちで気軽に開いてもらいたい、と考えてつけられました。

はじめに
この冊子は、中学生のみなさんが地域福祉教育をとおして「いのち」〈くらし〉〈共生〉について学ぶサポートをする目的でつくられました。このようなテーマの学びには、決まった正解がありません。しかし、みなさん一人ひとりの無数の願い、望み、想いのなかにその答えを見つつけるヒントがあります。自分の声をあげて、みんなで意見を重ねていけば、必ずやわかりあう世界が広がっていくことでしょ。う。

全体はテーマに沿って5つのパートに分けられています。それぞれのパートにはイラストや写真があり、それらを使ってクラスやグループでディスカッションしながら、考えを深めるワークが用意されています。状況や必要にあわせて、修正や追加をしつつ活用してください。

好きな人のYoutubeを見るとき。

ゲーム、音楽を聞くこと

読書、勉強、おしゃべりすること、せせこやあだちと話すこと。

絵を描くこと、おゲー(マオセカ)

音楽を聴くこと、読書、勉強、おしゃべりすること

英語の勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)

読書、勉強、おしゃべりすること、おゲー(マオセカ)



1

つながりが増えるって
どういうことだろう？

地域で暮らしているとだんだんと知り合いが増えてきて、いつのまにか「コミュニティ」の一員になっていることがあります。いいものだと思うこともあるし、面倒だ^{めんどう}と感じることもあるかもしれません。
ここでは、「つながり」について考えてみます。



誰もが共に暮らせる地域づくりをめざして
人・もの・こと(事業)を活かして
次の世代を加えた仲間づくりを大切に

〔キーワード〕
共に生きる
力を合わせる
わかりあう

地域

地域福祉教育

地域と学校、そして家庭がつながる学びの世界

〔キーワード〕
つながること
地域での活動
学びの場づくり

学校

家庭

地域の応援で子どもたちの学びを豊かに
多様な職業人の力を学校で活かして
学校の活動を地域の活性化につないで

〔キーワード〕
学び合い
多様性を認め合う
地域につなぐ活動

子どもたちの〈生きる力〉を育むために
家庭から地域・学校に広がる〈子育て〉のために
家庭の声を安心安全の地域づくりに活かして

〔キーワード〕
家庭は福祉教育の原点
子育てから子育てへ
地域支え合い







公園の入り口にいる猫は
何を見ているのだろうか？

「コミュニティ」ってどんなつながりなのかな？

「あいさつ」、これもつながり？

ラジオ体操が始まってから、会場にみんなが集まるようになりました。いまでは町内20カ所、毎朝500人余の住民が足を運びます。地区によっては、夕方に実施して参加しやすい工夫をしています。そんなこともあって、住民が定期的に顔を合わせておしゃべりする機会が増えてきました。

ラジオ体操の時間はおよそ6分間。でも、始まりの20分も前から会場に来ている人も多くなりました。世間話や歌の練習などしながら、自然とお互いを気づかい、あいさつを交わすようになっていきます。

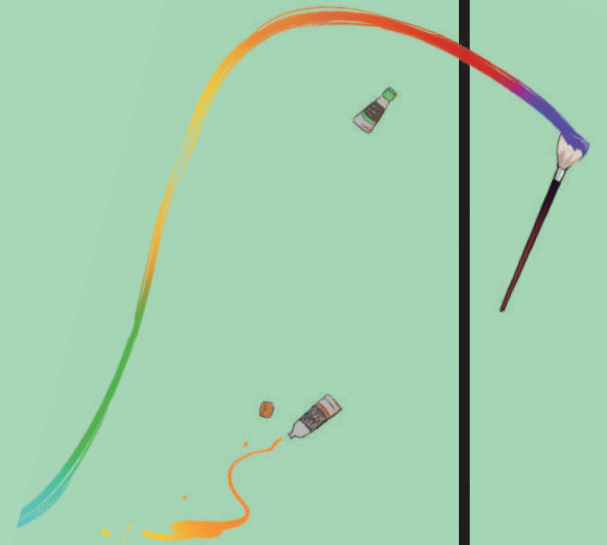
ある日のこと、マンションにひとりで暮らす高齢の男性が3日ほどラジオ体操に参加しませんでした。心配して仲間が訪ねてみると、「孫たちが来ていてね。心配してくれてありがとう。明日からまた行くよ」と笑顔で応えてくれました。

ラジオ体操は健康維持のためだけど、たった6分間の体操の中に、たくさんつながる世界があります。ある人は、「病院で2時間待って5分の診察より、6分の体操が一番の治療だよ」と笑って話します。そんな世界がこの町ではあちらこちらに生まれています。

「地域」とは
何だと思いますか？①

2

人も町も変わるけれど、
「変わらない」もあり？



わたしたちが暮らす町には、いろいろな人が、様々な思いを持って暮らしています。
ここでは、「町」「地元」「地域」など、いろいろな呼び方をされる「まち」と、そこにある「思い」に目を向けてみます。



・ 牛町村 **グループ** . 生きていくのに大切な所

・ 人と人のつながりの中

困っていたりしたら、お互い支えあえるところ。

・ 身近にあるけれど、他の人と交流できる場所

・ 社会人の第一歩!!

自分が住んでいて、ふゆあいの土場

自分を守ってくれる人がたくさんいる場所。

I don't know ??

人・動物・植物などの生きる土場

協力し合える
交え合える
笑合える
話し合える
あいさつなど仲を深める

共に支え合っていく人がいる場所

土地

・ 帰るべきところ

いざとなら助け合える

近所の人々で作りだしているもの

場所の範囲

つながり助け合えたり、自分たちの住んでいる場所を、きれいにしようとする人たちが集まる場所

人が人としているための
人による輪 **区・町など。**

・ 生活していく上で必要なつきあひ。

・ 成長していく中で、自分が気持ちよく過ごすための場所、

・ 自分が住んでいる地区

成長するための第二の土場。

・ 自分が気持よく過ごすための場所、

自分の故郷で、あいさつができて居る場所

・ 知っている人はいくらも居る場所

つながり

いざとなったときは支えてくれる
存在的か?

・ 助け合い、支え合う 集団

・ 相手を大切にできる

・ あいさつなどをやる

・ 特別なつながり

人と関わるこり

・ 支えあい、助けあい
協力しあえる 場所。

土場のくまひり 地区みたいなもの

あたたかく見守られてくれる所?

「あいさつ」が一番活発に行われる所

生活していく中で、普段は関わりがなないけど、時には協力して物事を解決していく仲間?



三年後の梅雨も



一年後の秋も



半年後の春も





FukuFuku
Dental
Clinic

FF BAKERY & CAFE

FF

公園前

木更断中



最初と最後のイラストで、
どのような変化がありますか？

町が変わってほしくないところ？

町への思いを伝えるとしたら、
何を伝えようか？

私が住んでいる町の通学路。

交差点で同じ時間、同じ場所に
立ってこどもたちの登校を見守る
人がいます。

笑顔でこどもたちに声をかけて、

あいさつしています。時折、こども

たちとハイタッチしたり、じゃんけ

んしたり、手をふったり。

あいさつする子もいれば、ほと

んど反応しない子も。笑顔だけを

返す子も。

守っています。

雨が降っても、晴れているとき

も、雪が降りそうな寒い朝も。

気がついてみれば、あたりまえの

風景になっています。

少し大人になったとき、そんな風

景をほのぼのと感じることもあり、

何だかなつかしくなります。

その人の名前はわかりません。

名前も知らないあなたへ。

でも、こどもたちが登校すると

あなたがそこに立ってくれてい

き、いつも立ってこどもたちを見

ることに、心から「ありがとう」。



「地域」とは
何だと思いますか？②

もはや一つの場所から 2つや3つ...
くまっていたそのつ

地域とは
環境

・お世話になる。

・困ったときにいつでもつなかれるかな? 自分の居場所 自分たちのフリリー

・みんなが「つなげ」てる。 ・協力し助け合う。 自分の住んでいる所
・協力 合ってる。

おたがい助け合う近距離

自分の住むところ。 自分が生きていくに支えて、 近くに住む身近な人。
おうえんしてくれる人。 ・みんなとかがいれること?

支えあい、助けあうもの 人が住んだりする場所として 「さんじょう」
ト々との関わり みんなが団結して作り上げていくもの。 ・たすけあう?

分らない

みんなが「つなげ」てる。みんなが「つなげ」てる。みんなが「つなげ」てる。

・登校などで使っている
助け合いが必要な範囲。

回りに住んでいる人や建物

一つの団体、仲間?とか 100のチーム 自分が一番思い出のある場所
みんなが協力しあい 絆を深めること。 活していく中でよく関わりを持つ人や場所

自分が住んでいるところの近くに住んでいる人の 活していく中でよく関わりを持つ人や場所
あつまり みんなが気持ちよく生活できる
町や市のこと。

県の中の地区

自分が住む、大切な場所、誰かの大切な場所。 人によっているもの、いろいろな考え方があるもの。 育つ場所 交流するところ

知り合ひみたいな いろいろと仲良く? 仲良くする所

こまなかに 言える 自分が住んでいる場所の近しい 近づくにしたい人のつながり
地域だと思ふ

3

あたりまえだと
思ってたなあ?



毎日見る景色、思い出の場所、いつも使っている物、習慣になっ
ていること、家族や友達。
ただ横を通り過ぎるだけの顔見知りや、時々見かける野良猫。
くらしの中のアたりまえや、自分の地域をあらためてふり返っ
たり、人の日常に思いを向けたりしてみませんか。



となど、一つひとつの意味を問
い続けていくこと。

失うこともあります。

「へいのち」とは、と問いかけて
みます。

生きているということ
いま生きているということ

声をあげることができない、

それは「わたし」、それは「から
だ」、それは「こころ」、それは…。

泣けるということ
笑えるということ

手を伸ばすことができない、歩
き出すことができない、眼を開
けることができない。そんなゆ
らぎのなかにあるとき、ほん

考えてみると、へいのちには自
分がつくったものではありません

怒れるということ
自由ということ

うの人のやさしさ、愛おしさを
強く感じます。人の手の温もり
が立ち上がる勇気を与えます。

ついたり、殺めたりすることは
できません。

（谷川俊太郎の詩「生きる」から）
生きていることは、ときに病
むことがあれば、ときに深く

「へいのち」は「へいのち」につながっ
ているからです。

「問い」をもつこと。「自分とは
何か」に始まり、家族のこと、愛

なやむこと、かなしむことが
あります。大切な人との別れ

雨風にさらされて汚れている

すること、勉強のこと、将来のこ
と

もあれば、自分の居場所を見
残っています。

けど、いま二つのイスが並んで



イスに座っていたのはだれ？

つらい時に逃げるのはおくびょうなことかな？

あなたの町の中でやさしい場所は？

みんなに聞いてみた

「命」をほかの言葉で

生物が生きていく中でなによりも大事なものは 本当の自分 何か目的のために、人、虫、花を決しけがさないこと。

生きること。 たった一つの大切なもの
 ・大切なもの 尊いもの ・大切なもの

『未来をつくる』 ・人の宝 宝物 自分が第一に守るべきもの

・生きていくために一番大切なもの。 他人のものも 一番大切なもの たましい

大切にしてあげなければいけないもの

Life ・生きるために一番必要なもの

夢に向かって努力できる 大切!

時間 構想の 可能性 守るもの 生きること、生命 自由、心

命 - 一生 飢餓?

・自分の過ごせる時間 ころろ

宝石 時間 人生 魂 心 人

生命 生まれる 自分が歩む道 生 ・自分の宝物

未来へつながっていく っなざり 電 体の一部

生命 心

夢と希望 大切なもの 一人に一つ。 金に変えることができない 一人に一つのもの

人間の源 ちんちん

4

人生で「旬」は一度きりなのかな?



人生山あり谷あり、いろいろなことが起きます。山のときもあれば、谷のときもある。いいこともあれば、わるいこともあります。ここでは、人生について気持ちを向けてみませんか。

5歳の旬



13歳の旬



90歳の旬





わたしは今が
いちばん旬よ



人それぞれの「旬」はどんなものでしょう？

年れいを重ねることの楽しさはなんだろう？

人が決める「旬」、自分で決める「旬」、
なにがちがうんだろう？

大好きなおばあちゃんが老人ホームに入所しました。

休みの日、少し心配になってホームを訪ねました。

ソファにすわって、たのしそうにおしゃべりをしているおばあちゃん。

そんな様子を見てホッとしたり、でも何だか家にいるときとは違うかな。

たしかに長く暮らしてきた家とはふんいきが違うよね。

編み物が上手で、ところがしもおいしくて、ほんとうにやさしいおばあちゃん。

小さい頃はいつも抱っこして昔話をしてくれました。

大きくなっても、心配事があるとおばあちゃんにだけは相談していました。

もう家に帰ってくることはないのかなあ。

おばあちゃんの気持ち、いまだんなだろう。

「おばあちゃん、大丈夫？」

そんな心配をしているわたしに、おばあちゃんは言いました。

「わたしは、今が

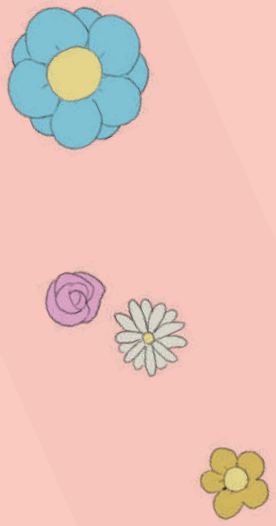
いちばん「旬」よ」

生きていく

ために必要なことは？

5

ちがっていても
ふつう？



気持ちが人と共有することはむずかしいものです。人に言うのが照れくさかったり、自分の中に大切にとどめておきたかったりもします。
気持ちがぴったり合わなくても、話を聞いてくれる人はいますし、応援してくれる人もいます。
まずは自分の気持ちを大切にすることから始めてみませんか。

自分のことを知る
理解しあえる人をつくること

休養 - 優しい心をもつ
- いい環境をつくる。

仲間と協力したり
支えあったりすること。

お金と人から得た
仲間と団結してある程度の知識が
技術とをもち楽しく生活できるような
働いたり、困っている人がいたら、
助け合うことが必要。

人のことを考えられるようにする
こと。いくら頭がよくても、人のことを
考えられなければならぬ。いい社会にならな
いし、フィニッシュラインがとれない。
フィニッシュラインは、生きていくために
一番大切なことだと思おう。

一般知識と食料とお金
誰かと協力があること

相談できる相手がいること
相対対しての優しさ。

自分の自信
力があること
勇気、自信、協力。

友達、家族、
助け合い、泣かないこと

お金、食べ物、住む場所
あまり人と深く関わらない
自分自身と向き合えること
自分自身を理解すること

水 目標
健康であること、
衣食住

仲間
人間関係、毎日ゴロゴロと家で寝ることも、
一人一人が正しい心をもつこと
しやみをとつこと

愛 愛
あきらめなさい、オレは
ゆき、やさしさ、かみはる気持ち。
自分と向き合ってくれる人
日々の喜怒哀楽

人と話す、
勉強する、
他人との関わり、
努力、
我慢、
成長、
命の尊さを知る

折れやすい心
強い心

お金
命
友達
人

衣食住
生きていく
気持ち
家族
食べ物
ルールを守る

・危険がなく、良い意味で何も考えなくていい状態(心配がない)

自分のニヒが何かで「おまけ」で出ること

・自分が「最高の「おまけ」」と思うこと

・自分のしたいことが出来ること

自分の好きなことを好きなだけできること

平凡な生活を送る

・悪いことがない

人それぞれが「感じる

最高なとき、好きなことを好きなだけすること。

生きていられること。
実際に自分が「あわせ」と思っていること、
心の中に存在しているもの、
笑うことが出来ること、

自分が「幸せだ」と思ったら「幸せだ」と思いまます。

愛されること。

いくらおいしいごはんがあっても、自分が好きなだけ食べることが出来ず、愛がなかったら楽しくないことがある。
少ないと私は、誰かに必要とされ、愛されることと「あわせ」と感じられる。

当たり前、と思う

ことが「できていること」

(学校に行く、友達と話す、など)

衣食住が充実していること
心身共に健康な状態であり

「楽しい」や「嬉しい」などの感情があること。普通に泣いたり、笑ったり、感情を出せること。

1人1人、苦しい事が吐き出せる事。

自然に喜んだり、楽しんだり、嬉しいと思うで「できごと」があること。

生きている事

・こみせにうまいたこと!
・大切に思っていること!
・好きな人がいること!

愛

ふっくらと生きて、ふっくらと笑って、ふっくらと泣いて、ふっくらと愛されること。ふっくら

- ① なおに
- ② あいがあり
- ③ わらうあう
- ④ いかつ

自分が今やりたいことができるとき。

しあわせは、人が「喜ぶ」ことをすること

その人がしあわせだと思えたらしあわせ。

具体的な人間等はなく、今学校に来たり、いつもの生活をおくれていること、

今、ここで生きていること。

日常生活を送ること。

・生きていること。

大切な人がそばにいてくれること

ご飯が食べられること 感情(楽しい、うれしいなど)

自分がしあわせ、と思えたらしあわせ。

・不幸ではないこと

自分の趣味や好きなこと

人が感じる最も美しくはない感情

人が「楽しい、おまけ」と思えるとき。

好きなこと

自由 勝手に恵まれていること

人を好きになつたり、大事な人ができたり、大切なものができたとき。

全部いいことだけではない、つらいことがある。その中のいいことがあわせ。

あたりまえの日常を過ごすこと。

ご飯と食べていること
安全に生活していること

その人が「笑顔でくちまわること。

ねるときに今日までかたと思えること。
明日はかたかたつること

楽しいだけではないけど、とにかく楽しく「春」感じ

人の感情が「おまけ」で満たされ、傷ついたり、人が「あわせ」を感じないこと。

あたり前に今、こうしていること
おいしいものを食べたとき、嬉しいとき。

自分がしあわせと思ったらしあわせ。

気持ちが良い時

楽しいやうれしいなどのプラスの感情を感じること。

いろんな「しあわせ」がある中で私は...
しあわせ = 自分の気持ちだと思えます。

何事もなく平和に過ごすこと。

生きていること

楽しく生きていること

今、こうやって生活できていること。

単純に「楽しいや嬉しいなど」という気持ちを感じる事ができる事

・しあわせだと

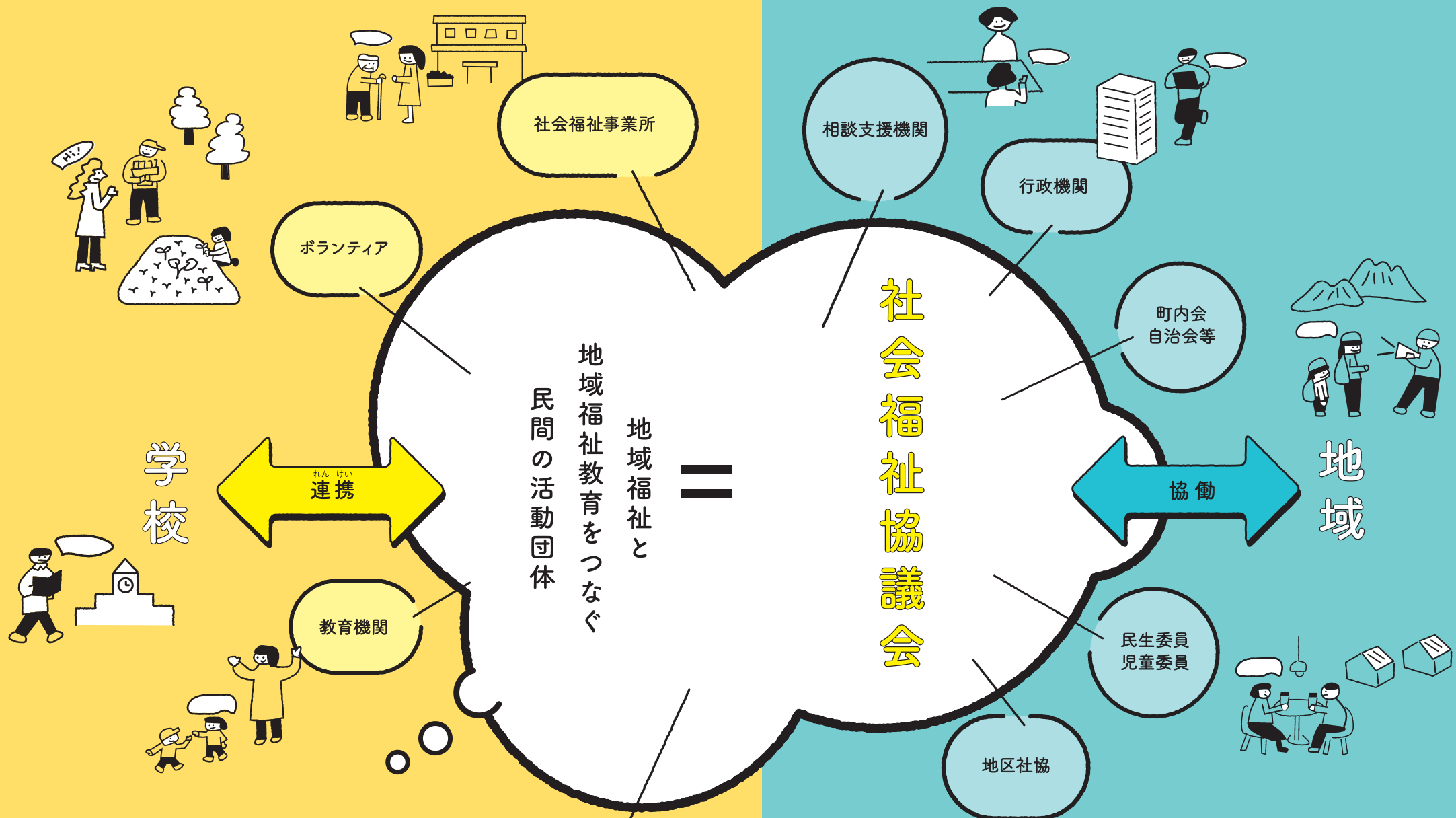
感じられること。自分の気持ちが「おまけ」のこと。

・きらきらしたまぶしいもの。

・優しい

・人それぞれ

それは素晴らしい質問ですが私は「しあわせ」にあまりはないと考えています。おまけをかせいで、勝ち組として生きること。その人にとつてのしあわせは、誰とも関係なく一生を終えることが「しあわせ」だと思っている人が、そうできたなら「しあわせ」だと思える。その人の「しあわせ」が誰かを傷つけたとしても、その人がそれでいいなら「しあわせ」だ。私は自分の「しあわせ」を見つけた生きている人が「しあわせ」だと思えます。



本来、人は「共生」のなかで、だれもが人生の物語を大切につむいで生きています。「いのち」へ「生活」へ「人生」はかけがえのないテーマです。

地域福祉教育は、学校において、地域において、こうしたテーマについてみんなで学びあい、共に活動していく生涯にわたる学習プログラムです。

社会福祉協議会は、すべての住民が安心して快適に暮らせる「福祉のまちづくり」をめざして、住民や諸団体が地域で協働するためにつくられた活動団体です。都道府県・市町村のすべてに設けられています。

その活動は、コミュニティ・ソーシャルワーカー（CSW）が担い、地域の困りごとを解決するための相談・支援、地域福祉教育の推進・拡充、ボランティアの普及・啓発など、多方向にわたっています。

