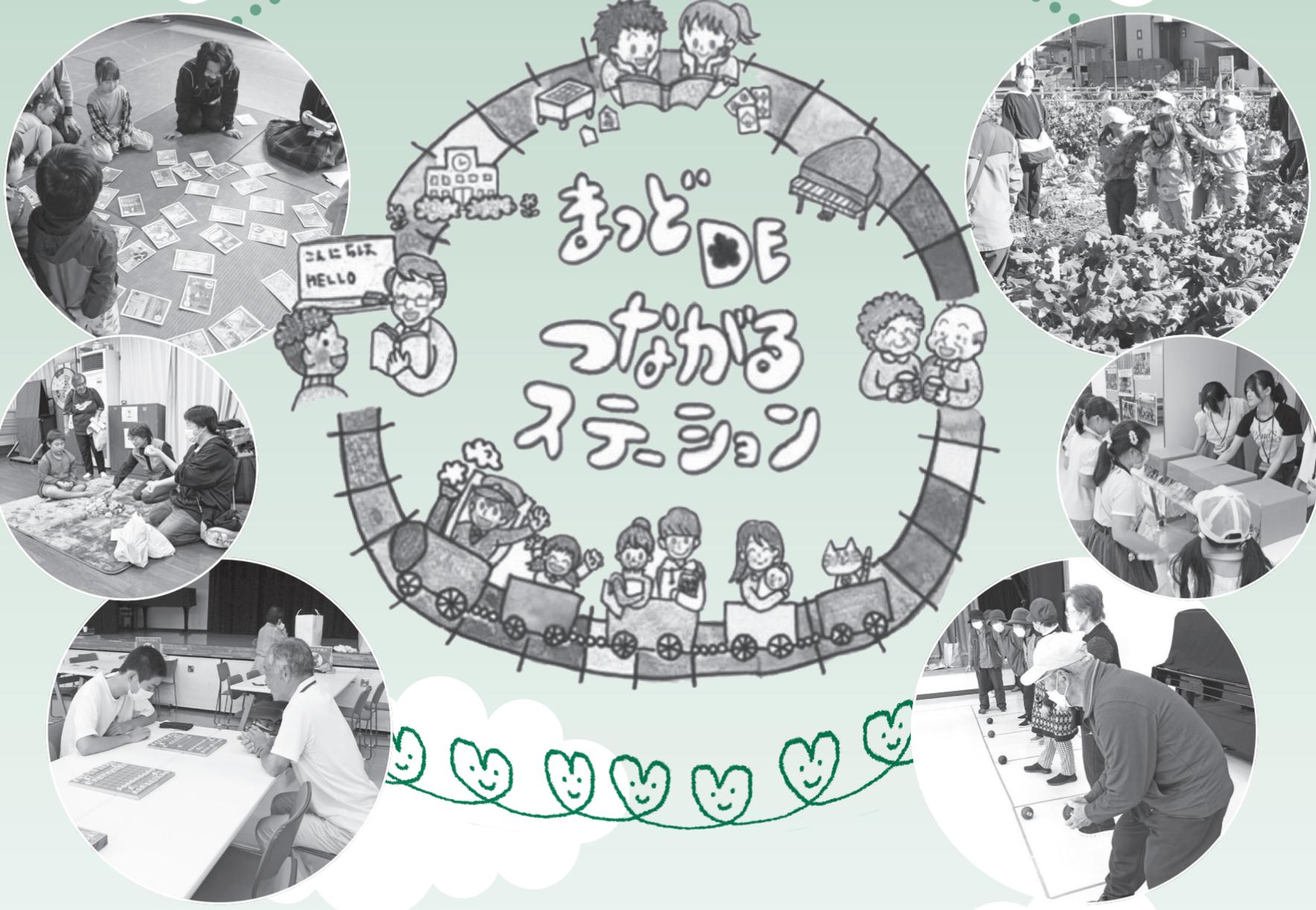


# ひとりひとりができる小さなことを持ち寄れば もっと地域は優しくなれる



### まつど DE つながるステーション(つなステ)とは？

誰一人取り残すことのない地域共生社会の実現に向けた取り組みの一環として、地域の誰もが気軽に参加でき、楽しみながら交流やつながりのきっかけが生まれる「みんなの居場所」です。



# つなステで活躍するボランティアの皆さん

まつどDEつながるステーション(つなステ)は、市内13の地区で開催しています。地域の多様な人たちによって開催されているつなステ。今回は、実行委員とともに運営に携わるボランティアの人たちに、その活動とつなステの魅力を聞いてみました。

誰にでもウェルカムな  
環境に感激!



たけもと ひさこ  
武本 寿子さん

## Q つなステに参加したきっかけを教えてください

車いすユーザーだった長男との生活から「誰もが人生の最期まで地域でイキイキと暮らせる社会」を願うようになり、友人の紹介で参加しました。現在はつなステ以外にも、地元のごみ拾いや「幸田よさこい」の地元チームを結成するなど、地域での活動も楽しんでいます。

## Q つなステに参加するようになって変わったことはありますか

知り合いが劇的に増えて、地域のどこでも挨拶を交わせる安心感が生まれました。継続して参加するうちに心を許せる人が増え、今ではここが自分の居場所だと思えるようになりました。小学生の次男が年配の人を「友だち」のように感じていることなど、世代を超えてフラットに交流できていることも大きな変化です。

## Q つなステで印象に残っていることを教えてください

焼き芋大会に参加したときに、車いすユーザーの長男のために体育館にスロープを設置してもらったことです。その配慮が結果的に子どもをベビーカーに乗せて参加していた人の助けにもなり、「誰にでもウェルカムな環境」に感激しました。

残念ながら長男は1年前に亡くなってしまったのですが、皆さんと集合写真を撮った思い出は、大切な宝物です。作業はできなくても、皆さんが声をかけて温かく迎えてくださったおかげで、息子は確かに「メンバーの一員」でした。集合写真を見ると長男がそこにいた証を感じられて、幸せな気持ちになります。



農園で撮った集合写真[前列中央が武本さんと長男・博志(あつし)君]

## Q つなステや地域活動に興味・関心がある人にメッセージをお願いします

私は、参加を重ねることで安心感・楽しさを味わうことができました。そして、つながりがまた次のつながりに広がり、地域に知り合いが増えることの心地良さを感じています。ぜひ皆さんも継続して参加してみてください。

この場に集まる共通した目的を持つ仲間は、友だちのような親戚のような、温かい関係です。一緒に楽しみましょう!

畑作業がつなぐ、  
フラットな  
居場所づくり

ねもと りお  
根本 莉緒さん



## Q つなステに参加したきっかけを教えてください

千葉大学園芸学部在学中に、障害の有無や年齢を問わずにみんなで行う畑作業がコミュニケーションの場になるという「ユニバーサル農園」という活動を知りました。興味を抱いていたところ、教授から小金でユニバーサル農園をやっていることを聞き、「ぜひ参加したいです!」と手を挙げ、参加しました。

## Q つなステに参加するようになって変わったことはありますか

学生だった私には、地域の大人と話す機会はほとんどありませんでしたが、つなステに参加して、地域の人と会話を通じて

つながりができたことがうれしかったです。知り合いもいっぱい増えました。

## Q つなステで印象に残っていることを教えてください

ここで知り合って仲良くなった人ができたことです。その人から誘われて、地域のお祭りに参加して、生まれて初めておみこしを担がせてもらいました。つなステがきっかけで、ちょっと自分の世界が広がりました。

## Q つなステや地域活動に興味・関心がある人にメッセージをお願いします

小金地区のつなステは「楽しい」の一言につきます。初めて会った人でも、畑作業を一緒にすると、「これを向こうに運んでくれますか」、「できたね、よかったね」といった気軽な会話が生まれます。それがきっかけとなり、次に参加した時の挨拶につながります。畑作業をしているときはみんなの関係がフラットなんです。私も子どもたちから「よくできたね」なんて褒められたりします。そんな関係が楽しくなって、ついまた参加しちゃうんです。ここはそんなところですよ。軍手と長靴を持って、ぜひ遊びに来てみませんか。



畑作業だけでなく季節に合わせたイベントも開催

武本さん・根本さんが活動しているのは

## 小金地区まつど DE つながるステーション 小金わくわく農園

小金地区のつなステでは、みんなで野菜を育てる「小金わくわく農園」を開催しています。

収穫した野菜をみんなで調理したり、福祉施設にも協力してもらいながら、農園を通じて地域のつながりづくりを行っています。原則、小金地区住民が対象で、事前申込制です。

## 地域のために、 自分ができるときに できる時に

もり ゆみ こ  
森 由美子さん



### Q つなステに参加したきっかけを教えてください

つなステのチラシにボランティアの募集が掲載されていたのを見て、地域共生課に電話したのがきっかけです。お世話になった地域のために恩返しができるれば、また、ボランティアとして少しでも協力ができればという思いで参加しました。

### Q つなステに参加するようになって変わったことはありますか

つなステをきっかけに、地域を巡回する移動サービスの車両「グリーンスローモビリティ」の添乗員や社会福祉協議会の活動も始めました。地域との関わりでは、顔見知りの人が増えました。

最近は地域のコーラスも始め、声を出すことを心がけるようにしています。

### Q つなステで印象に残っていることを教えてください

高校生ボランティアがゲームを通じて場を盛り上げるなど、運営側と参加者が区別なく一緒に楽しんだり、高齢の人がお茶を飲みながら談話したり、老若男女問わず世代を超えて一緒に楽しんでいることが印象的です。ワークショップを通して参加者と会話をするなど、私も楽しく参加しています。

### Q つなステや地域活動に興味・関心がある人にメッセージをお願いします

地域活動を運営するのは、地域をよく知る町会長さんや実行委員の人だと思っていました。実行委員への誘いを受けたとき、私に務まるのかと悩みましたが、その人から「私もいちボランティアですよ」という言葉をいただき背中を押され、今は実行委員として活動しています。

みんなで地域を良くしたいという気持ちは同じなので、どの役割でもできる時にできることをすれば良いと思い、活動しています。

周りの人も優しく受け入れてくれるので、あまり構えず、ちょっとしたきっかけで参加してもらえたら嬉しいです。年代を問わず、多くの人と一緒に楽しく盛り上げていきたいと思っています。



ワークショップでピースアクセサリーの作り方を説明する森さん

森さんが活動しているのは

## 矢切地区まつど DE つながるステーション

矢切地区のつなステでは、ワークショップやあそび体験など、工夫をしながら多世代交流の機会をつくっています。

## 社会貢献体験が 生徒の自己肯定感 アップに



県立松戸馬橋高等学校教諭  
なかむら かずひと  
中村 和人先生

### Q つなステに参加したきっかけを教えてください

特別活動部(生徒会やボランティアを指導する部署)に所属したことをきっかけに、生徒と一緒に参加しています。

### Q つなステに参加するようになって変わったことはありますか

生徒・学校と地域の人々とのつながりが深まるという面があるのはもちろん、生徒自身がコミュニケーション力や社会適応力、課題解決力を養うことができたり、自身の将来の進路について考えるきっかけや材料になったりしている面もあり、教育的効果の大きい機会になっています。

ともすれば地域と何の関わりもなく過ぎてしまう高校3年間で、参加した生徒は、社会貢献を実感することで自己肯定感を高めたり、人間的な成長ができていると思います。

### Q つなステで印象に残っていることを教えてください

初めて参加した人が最後に「楽しかった」と言ってくれたこと、私の趣味を生かした一芸を披露してその場の盛り上がりにも貢献できたこと、小学生と高校生と一緒に遊んで、いつしか名前でも呼び合うほどに仲を深める姿がとても微笑ましく目に映ったことなど、たくさんの素敵な思い出があります。

### Q つなステや地域活動に興味・関心がある学生にメッセージをお願いします

地域活動への参加は、自分の世界や視野が広がります。特に社会に出る前の学生の段階では大変意義のあるものとなります。

やってみれば意外と楽しく、達成感も得られ、自己啓発にもなります。学校では体験できないことも多くあるので、学生でも少しの勇気を持って参加してほしいです。



生徒と一緒に特技のマジックを披露する中村先生

中村先生が活動しているのは

## 馬橋西地区まつど DE つながるステーション みんなでワイワイ

馬橋西地区のつなステでは、ユニバーサルスポーツ「ポッチャ」やミニゲームなどの遊びでつながりづくりをしています。ちょっとした特技をみんなに披露するコーナーもあり、楽器演奏や手品など、隠れた才能を発揮してくれる人も募集中です。

# あなたもお住まい・お近くのつなステに来てみませんか？

## つなステ各地区の情報を市ホームページで紹介！

現在活動が始まっている13地区の活動の様子や紹介動画、つなステ各地区のホームページなどを紹介しています。

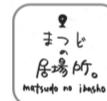
「興味が出てきたけれど何をやっているのかよくわからない」という人は、ぜひ市ホームページから気になる活動やお住まい・お近くの活動を見つけてみてください。



## SNSで最新の活動を発信中

最新情報を市公式LINEや地域共生課公式Xで発信しています。

※市公式LINEでつなステのイベント情報を受け取るには、「基本情報」から地域の登録と「受信設定」から「イベント情報(地域の小規模イベント)」の設定が必要です。



## まつどの居場所

市にはつなステだけでなく、市民の皆さんが利用できるさまざまな「居場所」があります。一人でのんびりと過ごしたり友人や家族と一緒に楽しんだり、あなたのお気に入りの居場所を見つけてみませんか。  
※詳細は市ホームページをご覧ください。



# 『つなステ』は市民の皆さんと一緒に作りあげる活動です



松戸市  
お知らせ  
キャラクター  
まつまつ

「つなステ」は町会や地域の人、学生ボランティアなどのたくさんの人たちが活動を支えてくれています。  
それぞれの地区で活動に携わっている皆さんのコメントを紹介します。

「つなステ」に来る人たちとの気軽なおしゃべりで癒されています

地域で活躍している町会や自治会の役員の方々と話す機会がなかなかありませんでした。しかし、「つなステ」に参加したことで、いろいろとお話することができ、大きなつながりになりました

「つなステ」に来た参加者に「一人暮らしで人とおしゃべりする機会があまり無いから、本当に楽しい」と言われ、今まで活動してきたことが実を結んだ気がしました



引っ越してきて知人があまりいませんでしたが、「つなステ」の活動を通して現在は知人も増え、さまざまな活動に参加でき感謝しています

