

チャレンジコミュニティ



Challenge Community Club

通信

第51号

2024.3 vol 51



愛宕通りの桜



第11回学ぶ会



みなと区民まつり



活動報告会・講演会尾身茂氏



活動報告会・講演会



活動報告会・交流会

CONTENTS ■ごあいさつ

港区高輪地区総合支所

支所長 白井 隆司

明治学院大学

総合企画室次長 高橋 尚也

■ CCクラブ 2023 年度活動報告会

■ 2023 年度CCクラブ活動報告

■ 地域CCクラブ活動紹介

■ 運営委員会報告

アフターコロナの新時代に向けて、 ともに進んでまいりましょう！

■高輪地区総合支所長 白井 隆司

チャレンジコミュニティ・クラブの会員の皆様には、日頃から、地域活動の担い手として、区、高輪地区総合支所の取組に、ご理解とご協力を賜り、深く感謝申し上げます。



先日、チャレンジコミュニティ・クラブの顧問である河合克義先生から、CC大学の修了生の皆さんを対象にした調査では、CC大学に入学以降、全体の6割の人が以前より地域に関心を持つようになり、また、全体の7割の人が区の施策に関心を持つようになっているとお話を伺いました。「参画と協働」を掲げる港区においては、たいへん心強いパートナーの皆様です。

なかでも、チャレンジコミュニティ・クラブの皆様は、その中心として、ボランティア等福祉活動など地域で活躍されるとともに、区民まつりでのブース出展をはじめ、行事への参加や、地域課題の解決に向けた区民参画による検討組織への参加など、区の事業に協力をいただくなど大きな力を発揮していただけてきました。

地域の活動では、これまで新型コロナウイルス感染症により、さまざまな活動が制限せざるを得ない状況がありました。昨年5月の感染症法上の5類移行により、地域の活動が再開されるようになり、まちのにぎわいも回復してきています。

今後、さらにチャレンジコミュニティ・クラブの皆様の活躍の場が広がっていくと確信しています。

アフターコロナの新時代に向け、高輪地区総合支所としては、チャレンジコミュニティ・クラブの皆様と共に、これまで止まっていた地域コミュニティの再開、そして、さらに、よりその高みをめざしていきたいと考えています。今後とも、チャレンジコミュニティ・クラブの皆様のお力添えをよろしくお願いいたします。

人生の「試験前・試験中・試験後」

■明治学院大学 総合企画室社会連携担当次長
高橋 尚也

2023年5月に明治学院大学社会連携課の担当次長として着任し、チャレンジコミュニティ大学の学びをサポートして参りました。それとともにチャレンジコミュニティ・クラブの皆様



の活動について、その活動への活力を身近で感じる事が出来ました。クラブの皆様は、人生の先輩であり、その活躍に刺激を受ける日々を過ごすことが出来ております。

最近、中高生頃をふと思い出したことがあります。それは学校の定期試験時のことです。試験に向けて1分の時間も無駄に出来ないはずですが、「私のあたまのなか」に来訪するのは、時間がないにも関わらず、「部屋の片づけ」、「遊ぶ計画」、「CDからダビングしたテープのラベル付け（若い方は、もはや何のことだか？でしょうね。昭和だ…）」をやりたいなあ、そんな衝動に駆られていました。

ただ、不思議なもので、いざ試験が終わってみると、あれだけやりたいと思っていたことが、今度は時間がタププリありすぎて、気持ちは薄れてしまい試験よりも優先すべきだった“私の至上命題”は「まあ、時間がある時にでもやれば良いかな。」という気持ちになってしまいました。

この感覚を自身の仕事に置きかえると、日中仕事で思うように自分の時間がとれない状態は、所謂「試験前」、「試験中」で、仕事があるから何かやりたいと思う気持ちがあり、仕事を理由に出来ないと済ませてしまっているかもしれません。ただ、仕事がなくなったら、毎日の自分が「試験後」になる…という状態にならないとは否定できません。

チャレンジコミュニティ・クラブの皆様と接していると、自身の気持ちの持ち方の大切さを改めて学ばせていただいております。皆さまを追いかけ、私の夢が枯野をかけめぐる前に「試験前・中・後」において、不変的な日々の目標設定を行いたいと感じる今日この頃です。

CCクラブ2023年度活動報告会

2023年度活動報告会は、感染症が収まらない状況でしたが、2月24日（土）13時30分～17時00分で明治学院大学 3201 教室にて第一部活動報告会と第二部講演会を開催しました。そして交流会を17時20分～18時40分でパレットゾーン1階にて開催しました。交流会は4年振りの開催でした。

参加者数は活動報告会、講演会で166名（会員117名、来賓・家族友人22名、CC大学16期生27名）、交流会で91名（会員79名、来賓12名）でした。講演会には会員以外の方も参加されました。

代表と来賓の挨拶

活動報告会は松嶋恵美子副代表（10期）の司会で始まり、冒頭にCCクラブ代表が挨拶し、引き続き来賓の方より挨拶を頂きました。

CCクラブ阿部令子代表（10期）からは能登半島地震被災者へのお悔み及び支援の言葉で始まり、4年ぶりの交流会を含め、会場参加を嬉しく思っている、一年のまとめと活動・交流状況を報告するとの挨拶がありました。最後に来賓の方々への謝辞の言葉がありました。



明治学院大学永野茂洋副学長からはCCクラブが明治学院大学生の1 Day for Others に協力していることに対して御礼の言葉がありました。



今回の地震で思うことは地域の強靭性が大事で、普段からの関係が大きく左右します。港区、大学とCCクラブの連携が長期にわたって構築されていることは素晴らしいことです。このような他の地域では珍しい関係が長く続くように、今日も一年の報告をしていただき、将来に亘ってつながる期待を込めます、として挨拶を終わられました。

港区高輪地区総合支所白井隆司支所長からは、最初に、CCクラブの地域社会への担い手としての多大なる貢献への感謝のお言葉を頂きました。



コロナの5類移行で行事

が再開し、CCクラブ会員のみならず区民まつり、町会活動、ICT化支援事業など様々な場面で精力的な活動していただいています。

港区では能登半島地震募金箱を58か所に設置していますが、被災地では日頃からのコミュニティの大切さを感じます。コミュニティリーダーの存在が欠かせません、と挨拶を頂きました。

運営部門報告

チャレンジコミュニティ・クラブ代表 阿部令子

（1）2023年度概要

運営委員会は会場とオンラインで原則毎月開催され、運営委員と役員、岡本先生、河合先生、関連団体の皆様にもご参加いただきました。役員会から提案された議題について協議し、実施しました。みなと区民まつりへの出店や地域福祉フォーラムへの協力など関連団体との連携を図りました。4年ぶりの運営委員の忘年会も開催されました。

（2）活動実績

主な活動について写真を掲示し、説明しました。

① 部会キックオフ

- ② 定期総会（6月17日）とホームカミングデイ講演会（第9回学ぶ会）「美術館の



楽しさと美術館のこれからを考える」講演者：西田宏子様

- ③ 明治学院高等学校ゲストスピーチ（5月29日ほか全8回）

- ④ 2023年CCクラブ活動実態調査（6月）

- ⑤ みなと区民まつり（10月7日、8日）

- ⑥ 第10回学ぶ会（10月16日）

「コロナ禍前、コロナ禍中とコロナ禍以降の

地域活動について」

- ⑦ 第11回学ぶ会（11月8日） 「道をさぐるー
中原道を巡ってー」 講演者：高山優様
- ⑧ 社会福祉協議会主催プロに学ぶ！オンライン
ツール講座 2023 協働運営（11月16日、17日）
- ⑨ 港区地域福祉フォーラム（11月25日）
- ⑩ 企画部会主催CCクラブまち歩き（11月29日）
- ⑪ 1 Day for Others
明治学院大学生とCC大学 16期生に対するボ
ランティア体験会
- ⑫ 昔遊びの会（1月18日）
赤羽小学校で小学一年生の授業協力
- ⑬ CC大学17期生募集事前説明会（5回開催）
- ⑭ 地区CC会議（年間4回）
各地域の協働スペースで各地域の活動報告と
情報交換を実施

地域CCクラブ活動報告

芝CCクラブ

石川啓子（8期）

登録者84名で総
会（年1回）、定例
会（月毎）では、関
連団体を含めて近
況報告を行ってい
ます。



アドプト活動は、花植え、肥料散布など通年実施
しています。温暖化の影響でラベンダーの配布が
できなくなりましたが、私たちの世話をみて近隣
の方も活動に参加されるようになりました。

芝三田まち倶楽部（折り紙活動）では、サポー
ターが応募された方に三田いきいきプラザで教えて
います。地域ボランティアとして継続しています。

パーキンソン友の会支援では各種支援（会場の
準備、バザー、クリスマス会など）を行っています。
有志によるリハビリ体操のDVD動画を作成しま
した。

コロナや再開の影響があちこちで出ていま
すが芝CCクラブは、柔軟に活動していきます。

明虹会 齋藤正精（6期）

3つの柱①運営の仕事②協働の活動③独自の活
動を行っています。

運営の仕事には運営事務のDX推進（スマホ利用

による情報の共有化、イベント案内等）があります。

協働の仕事
には、ベイエリ
ア・パワーアッ
プロジェクト及びアイブ
ラ（アイランド
プラザ）お手伝いがあります。前者は、ガイド・受
付などの支援、後者はイベントの支援を実施して
います。



独自の活動として大井競馬場見学ツアーや中央
防波堤埋立地見学ツアーを実施しました。講演会
として多様性社会と健康をテーマとし実施しま
した。多様性には賛否がありますが、多様性（受け入
れ）には、コストがかかることの認識が重要です。

高輪地区CCクラブ

太田則義（7期）

毎月の「コミュニ
ティ・カフェだより」
による情報伝達及び
コミュニティ・カフ
ェの活動により地域
の繋がりを大切に
しています。



総会（6月）、交流会（9月）のほか以下の地域
と繋がる活動に参加しました。

- ・高松桜まつり（4月）カフェとフリマの参加収入
のウクライナ大使館への寄付
- ・アジサイ祭り（カフェの出店）
- ・社協の「かんがり」のはがき活動（11月）
- ・パトロール活動（8月、12月）

コミュニティ・カフェは高輪区民センター、
HUG高輪、ゆかしの杜で毎月開催され、マジック
ショーやミニ講演会等で盛り上がりました。

今後とも地域と高輪地区CCクラブの繋がりを
意識した活動を展開していきます。

3Aクラブ 野村知義（8期）

コロナでも居場所作りを最優先しており、昨年
暮れから活動ができるようになりました。

会員が講師となって行う勉強会、研修会やミニ
コンサート、まち歩きを実施しました。

事業・活動のコンセプトは「楽しい、面白い」
で「サロン麻布の継続発展」「港区役所との連携」

があります。

活動方針は①サロン麻布を中心に進める②地域社会と連携した活動を行う③自立して楽しい有意義な生活を進める方策をみんなで考える、です。



チャレコミ講座ではテーマを皆に聞いていただけるように取り組んでいます。具体的なテーマとして「ロボットと話をしながら生活する（一人暮らしの話し相手）」があります。人生100年時代とは言え、いろいろな課題があると考えています。

活動報告会の資料はホームページ会員サイトに掲載されています。

活動実態調査報告

次に2023年6月に実施された「チャレンジコミュニティ・クラブ2023年活動実態調査」について報告がありました。会場には「2023年東京都港区チャレンジコミュニティ・クラブの実態と活動に関する調査報告書（速報版）」が配布されました。

調査の概要 明治学院大学名誉教授・ CCクラブ顧問 河合克義

冒頭、河合克義先生より今回の調査目的等の説明がありました。

調査主体

港区高輪地区総合支所とチャレンジコミュニティ・クラブ

調査の設計、調査結果の集計・分析については、港区高輪地区総合支所、明治学院大学総合企画室、明治学院大学名誉教授・CCクラブ顧問河合克義、帝京平成大学健康医療スポーツ学部准教授石川由美とCCクラブ地域連携部会の共同。

調査の目的

CCクラブの活動実態と課題を明らかにし、今後のCCクラブ活動の方向性を考える基礎資料を得ること。

調査対象

2023年6月1日現在のCCクラブ会員753名。

調査時点及び期間

2023年6月1日現在で、調査期間は2023年6月

1日から2023年7月11日まで。

回収数及び回収率

回収総数は480ケース、回収率は63.7%、有効回収数は471ケース、有効回収率は62.5%。



司会より紹介された3人の発表者

調査の結果（基本集計）・自由回答から 帝京平成大学健康医療スポーツ学部准教授

石川由美

石川由美先生は配付された速報版冊子とスライドを使用して以下の項目について報告されました。

○調査の結果（基本集計）

- ①CC大学何期生か②性別③年齢④居住地⑤CC大学への入学動機⑥CC大学修了後のCCクラブ会員との交流⑦CCクラブ会員との交流内容⑧CCクラブ会員との交流目的⑨CCクラブ会員との交流頻度⑩CCクラブ会員と交流していない理由⑪CC大学修了後、今の生活にCC大学は大きな影響を与えているか⑫CCクラブ活動に参加しているか⑬現在、地域活動、社会福祉活動をしているか⑭地域活動、社会福祉活動をしていない理由⑮地域活動・社会福祉活動の拠点⑯地域活動、社会福祉活動の内容⑰これまでに経験した活動内容⑱今後のCCクラブの活動のあるべき方向⑲コロナ禍以降、自身や家族に変化があったか⑳コロナ禍になってから新しく始めたこと㉑今後、新たに始めたいこと、再開したいこと

○CCクラブなどに関する自由回答

- ・自由回答の分類135ケースの紹介
- ・CCクラブに関すること（100ケース）の内訳紹介

コロナ禍でできなくなったこと、CC大学修了後の交流について CCクラブの今後のあるべき方向

地域連携部会長

金原智子（10期）

最後に地域連携部会長金原智子さんより次の項目について報告がありました。

1. 自由回答の部分で、問 20「コロナ禍で出来なくなったこと、現在もできていないこと」から得られるデータを基に、今回の調査と前回(2018年)調査を比較して見えてきたこと。

2. CC大学修了後の交流について
～2018年調査も加えた比較検討～

- ① 交流の有無について② 交流内容について
- ③ 交流目的について

3. 今後のCCクラブのあるべき方向について

今回の調査は、新型コロナウイルスによるパンデミックを経験した中での調査でありました。コロナ禍の影響と高齢化等による変化がありました。体力、気力の低下もみられ、今後の活動の課題も見えました。一方モバイル機器という新たな交流ツールを得ました。また、コロナ禍でもCCクラブ会員の多方面の活動を維持することができました。

最後に、関係者に対する謝辞でこの報告は終了しました。

講演会

講演会は 15 時 20 分より阿部令子代表（10 期）の挨拶と講演者紹介で始まりました。

「新型コロナのこれまでとこれから」

講演者 公益財団法人結核予防会理事長
尾身茂

尾身先生に約 2 時間にわたり詳しくお話頂きましたが、紙面の都合上、会報部会にて要約したものをご覧ください。

1. 我が国の対策の特徴

今回のコロナ対策に関して日本は準備不足で始まったのです。世界の感染対策は大きく分けて 3 つの対策に分かれると思います。感染者をゼロにしようとする対策いわば封じ込めで、中



熱弁振るう尾身先生

国はこれで対応しました。ヨーロッパの国はゼロには絶対できないし、抑えることも難しいので、せめて重症者が亡くならないようにする方針で、これはスウェーデンなどがこの方法でした。日本はどうした

かという、ウイルスの特徴は我々にはかなり早い時期から分かっていたので、この病気はゼロには絶対できないし、やるべきではないという方針で、感染をある程度抑え、社会への影響を最小限にして、なるべく死亡者を減らそうとし、それを国に提言しました。

国が指名した委員には世界的に有名なウイルス学者や疫学者等の専門家がいました。1 人の感染者に対して 5 人の濃厚接触者がいても 4 人は感染しない、にもかかわらずヨーロッパでの感染の伝播が早すぎるのはなぜかという謎を解くうえでの仮説を立てたのです。その結果クラスター感染の連鎖が謎解きの答えと考えた。この仮説が正しいと世界で認められ、日本が世界に先駆けて行いました。濃厚接触者は発症するという考えを多くの国がとっていたがこれはほとんど意味がない。日本はこれに加えてクラスター感染者を遡る調査をして、ここが解れば効果的にクラスター感染を抑えることができると考えました。保健所の人への負担が多いので、緊急事態宣言や、まん延防止等の重点措置などを組み合わせて、感染者数を一定レベルに抑制することにしました。



興味深い内容に 2 時間を忘れた講演会会場

2. 我々の対策の評価

コロナパンデミック発生前の準備は不十分であったが、諸外国と比べて人口 10 万人当たりの死亡者数を低く抑えることができ、3 年間平均の GDP の落ち込みは欧米先進諸国並みとなっている。その理由は、保健医療機関関係者の献身的な努力であり、一般市民の協力です。さらに政府・自治体が繰り返し行ったハンマー&ダンス（緊急事態宣言の間隔を置いた繰り返し）にあると考えます。医療のひっ迫が進むと緊急事態宣言を出すというハンマー効果とひっ迫が解除されると宣言を解除するダンス効果、これを何度も出しました。中国やニュージーランドは出しっ放しだった。しかし、数度にわたるまん延防止等重点措置などにより、人々の生活や社会経済活動、教育に大きな負担を掛けることになりました。活動に制限が

掛かることになり、だんだんと世の中に分断と偏見と差別が起きました。これは歴史が繰り返すように今回もそれに近いことが起きました。ところが多くの人はこの感染が1年あるいは2年で終わると思っただのではないか、我々は長丁場、これが簡単には終わらないと分かっていました。

一般市民はこれに耐えられなくなったのです。一つの感情が拘留されるのです。それは未知のものに対する不安です。同じことが繰り返されると、当初は医療関係者に対して感謝、称賛した声が医療関係者がさぼっていると考えられるようになります。医療関係者は毎日感染者を診ていて、それに加えいつ感染するかわからない中で治療しているわけで、これを一般市民が理解しないということが起きるのです。これは自分の視点で見るようになるからです。

3. 我国が直面した課題と一部の人々からの疑問

皆さん今回は、専門家と政府の関係がよく分からなかったと思います。どういう関係か、誰が決めたのか、専門家と政府の関係がわからないという疑問を持ったでしょう。重要なことで、本来、専門家の役割は、情報を分析して、どんな対策が求められるのか、どんな行動をとればよいかを政府に提言することです。3年間に110回以上の提言をしました。提案書を出すたびに記者会見で説明することが当たり前になり、100回以上行ったと思います。重点措置等を出すたびに総理大臣が記者会見をしますが、テクニカルなことを聞かれても答えられないので私が発表しました。いろいろなことを尾身さんたちが決めているのではないかと思う人が多くなった。我々が決めたことは一切ない。決めたのは政府です。今後は明確なルールを決めていった方が良いと思います。

4. これからの見通し

これからどうなるか。新たなことが起きるか。今日は年配の方が多くて興味のあることを話しましょう。コロナがゼロになることはありません。多くの方がワクチンを打っているし、また、感染した人も増えています。しかし、この免疫の効果は時間とともに減ってしまいます。

新しい感染症は間隔が短くなって次々にやってきます。「グローバリゼーション」で人口が増える。森林伐採で、気候変動温暖化が進みます。私はその可能性には妥当性があると考えています。加えて動物に

は野生動物と家畜動物がいます。生物は多様性がありますが、野生動物や野生植物の多様性がどんどんなくなり数も減っていくのです。これに反比例して家畜の数は増える。家畜の運動量が目に見えて減り家畜に与えるストレスは半端じゃなく増えます。人間にも当てはまるのですが、動物もストレスや運動不足などにより免疫が弱くなります。動物の中の病気は免疫で抑えている。結核という病気がありますが、皆さんのほとんどの人が結核にかかっている。昭和30年以降結核菌を持っているのになぜ発病しないかということ40代以上は免疫力が強い。戦前の結核で亡くなった人は、正岡子規や石川啄木などみんな若い人でした。感染症で免疫力が弱くなると家畜は病気を抑えられなくなり発病する。近くには人間がいるわけですから、人間にうつる。人間に対してはワクチンがすぐでき対応できます。しかし病気をなくすることはできません。免疫力はある程度コントロールできます。

皆さんチャレンジコミュニティで活動して良い睡眠をとり、良い運動をしてなるべく天が与えてくれた寿命まで健康でいて欲しいと願っています。

交 流 会

2019年6月以降、4年振りの交流会は17時20分より始まり、高輪地区総合支所協働推進課大野香乃子係長と明治学院大学総合企画室社会連携課高橋尚也次長に挨拶をいただき、明治学院大学名誉教授



岡本先生の乾杯

岡本多喜子先生の乾杯で始まりました。歓談後に13期、14期、15期の皆さんが元気に挨拶をしました。その後各地域CCクラブ代表が地域の紹介をし、後半の歓談では期を超えた交流もありました。

最後に明治学院大学名誉教授河合克義先生が、本日の活動報告会の評価と今後の活動への期待を述べられ、交流会はお開きとなりました。



活気に溢れた久し振りの交流会

2023年度CCクラブ活動報告

コロナの状況が変わり活動の制限が少なくなりましたが、3年前から始めた学ぶ会と街歩きを今年度も継続して行いました。

第10回学ぶ会(10月18日)

日時：10月18日(水) 14:00～16:00

場所：ゆかしの杜 白金台区民協働スペース

地域活動意見交換会

テーマ：コロナ禍前、コロナ禍中とコロナ禍以降の地域活動について

参加者：会場 30名(含スタッフ)とリモート1名、CC大学16期生3名が参加。

司会を太田則義企画部会長が務め、阿部令子代表の挨拶で始まりました。

地域活動を行っている方からの活動紹介

最初に4名の方がそれぞれのテーマで、コロナ禍から現在の活動状況を一人約10分間で報告しました。

- ① コロナ禍×高齢化～新しい道を模索して～ 久津弘子(2期)
- ② 白金台いきいきプラザ麻雀サロン近況報告 大竹裕(5期)
- ③ 新型コロナ禍のサロン運営への影響 平田渥美(12期)
- ④ コミュニティ・カフェ高輪～コロナ禍以降の変化と取り組み～ 太田則義(7期)



左上：久津弘子さん、右上：大竹裕さん、左下：平田渥美さん、右下：太田則義さん

続いて、港区社会福祉協議会地域福祉係加藤三奈係長と港区立介護予防総合センター栃堀賀江副

センター長からコロナ後の状況紹介がありました。



熱心な質疑応答のあった会場

参加者全員のこのテーマについての話し合い

その後、参加者から報告者の発表に対して質問があり、また、出席者の活動紹介や本日の感想が披露されました。

午前中に授業のあったCC大学16期生からも感想が述べられました。

最後に河合克義先生と岡本多喜子先生から講評があり、学ぶ会は終了しました。



左から栃堀さん、加藤さん、河合先生、岡本先生

第11回学ぶ会(11月8日)

日時：11月8日(水) 14:00～15:30

場所：ゆかしの杜 白金台区民協働スペース

講演者：元港区教育委員会学芸員 高山優様

テーマ：道をさぐる～中原道を巡って

参加者：会場 39名(16期生6名含む)

リモート7名

会場を埋め尽くした聴講者たちの熱気あふれる雰囲気の中で、講演は始まりました。過去の文献資料や主に三田・高輪地区で進められてきた遺跡調査等から古代・中世・近世の道を推理しながら中原道を巡っていきました。聴講者にはあらかじめ15ページにわたる資料が手渡され、博物館さながらの詳しい内容に驚かされました。



地図を示し説明する高山優先生

講演は次の内容で進められました。

- I 現中原道を走る — 「中原道」推定の前提
現中原街道は虎ノ門を起点として神奈川県
の平塚まで南西方面にほぼ一直線に伸びる中世
以来の主要道
- II 元中原道をたどる — 近世・中世の中原道
 1. 江戸時代の「東都近郊図」や「寛永江戸全図」
などに「相州中原道」が記載され、その道沿い
に「白金」「三田」の地名も見られる。
 2. 江戸時代の中原道は江戸と西方を結ぶ主要道
で庶民の往来や物の流通だけではなく、徳川
将軍の鷹狩や駿府城への往来に使用された。
 3. 東海道の混乱を避けるため、三田・品川間で仮
往還が設置された。
 4. 中原道推定ルート沿いに中世遺跡と板碑が分
布している。
- III 原中原道を推理する — 古代の中原道
 1. 平安時代の『更級日記』の中の竹芝寺の伝説ゆ
かりの地は、一説によると三田の済海寺や亀
塚公園にある亀塚であるとも言われている。
 2. 駅路と駅家：天智天皇朝頃に都と地方を結ぶ
東海、東山、北陸、山陰、山陽、南海、西海の
7幹線道が整備され、約16km毎に駅がおかれ
ていた。
 3. 古代遺跡：港区内で古代遺跡として認定され
ている9遺跡のうち、7遺跡が三田・高輪に所
在する。

熱く語られる高山先生の話に引き込まれ、まるで平安時代や江戸時代にタイムスリップしたような気分になりました。そして「歴史を遡りながら歴史の推理の面白さを知ってほしい」という高山先生の含蓄ある言葉でこの講演は締めくくられ、満場一杯の拍手で今回の講演は終わりました。

(15期 森容子)



やや難しい講演内容を熱心に聞く会員

企画部主催CCクラブまち歩き (11月29日)

秋晴れの晩秋の日に、CCクラブメンバーは3つのグループに分かれて、三田～高輪(終点:泉岳寺)のまち歩きをしました。3人の名ガイド(川上さん、中島さん、宮下さん)が、各グループに同行し、スケッチブック等を用いて、明快で知性にあふれた案内をして下さいました。

港区の特徴と言えば、①坂が多い、②寺社、旧大名屋敷が多い、③文化財、史跡、記念碑が多い、が挙げられます。江戸時代には坂を利用して、海の見渡し(潮見坂)や月見などが行われていたことや、寺院に大きな鐘が残っていることが印象的でした。

金運を授かるために銭洗い(黄梅院)もしましたが、パワースポットとして知名度を高めていきたいと感じました。

明治政府は、港区の大名屋敷跡地を外国(特に欧米)の拠点地として提供したため、港区に大使館が多いことが解りました。

泉岳寺で記念撮影をしました。CCクラブの輝かしい航路を祝うようなエンディングでした。

自分の人生の中でも、このような経験を積み上げてゆきたいです。
(15期 宇津真治)



みなと区民まつり(10月7日～8日)

コロナが2類から5類になり、みなと区民まつりも再開2年後で以前のような賑わいになりました。今年度も4月に登録し準備を進め、昨年以上に多くの方にご協力をいただきました。

今年度のみなと区民まつりの準備は5月から企画部会を中心に始まりました。

参加の形態は昨年同様に一つのテントにクイズを利用して、区民をはじめとした来場者と交流を図ること、CCクラブ全体と地域CCクラブの活動を理解していただくこと、そして今年はCC大学募集の宣伝も行うことになりました。

「港区知ってる?クイズ」は大人用の問題と、子どもにも分かり易い簡単な問題の2つのパターンを用意しました。

クイズ参加者に渡す記念品については多くの会員の協力をいただきました。企画部員が作成したリボン、10期3グループ会員が作成した折り紙コマ、そして14期、15期の会員が作成した使用済切手を利用したしおり等、合計で約500個が揃いました。すべて透明ビニール袋にCCクラブの案内を入れ用意しました。



左から記念品のリボン、折り紙コマ、しおり

CCクラブの展示スペースは昨年とほぼ同じ芝公園東側入門ゲートの近くで、参加者から目立つ場所でした。

展示についてはCC大学、CCクラブ、4地域CCクラブそれぞれの紹介をA1判とA2判パネルで準備しました。

当日運営については運営委員、企画部会員、地域CCクラブ、役員で42名の会員が協力しました。

10月7日(土) 11:00～17:00

天候に恵まれ初日の準備は開始の1時間前から始め、スタッフは30分前に集合し、11時のオープンを迎えました。

開始からしばらくすると来場者が増えてきて、2種類のクイズのうち1枚を渡し3問に回答していただき、最後に記念品を渡しました。

昨年同様今年も来場者が多く、昼過ぎには記念品

の半分がなくなり、初日のクイズは終了しました。



クイズに答えた後の記念品選び

10月8日(日) 10:00～16:00

2日目は10時からスタートです。

午前には武井雅昭区長が訪れ、CCクラブ会員の活動を見ていただき、談笑されていました。



初日に野澤副区長、2日目に武井区長が来訪

2日目もクイズは好評で昼頃には2日間分の約500個の記念品がなくなり、2日間で約540名の方がCCクラブブースに来てくださいました。

今年の会場では、より多くの方がCC大学に来ていただける様、募集チラシを配布しました。60歳以上の方を見つけてチラシを渡しましたが、港区民以外の方からはCC大学の趣旨に驚きの反応があったのが印象的でした。

2日間でCCクラブ会員同士や会員と区民とが交流できる良い機会でした。スタッフの皆さま、有り難うございました。



多くの会員がスタッフとして参加

1 Day for Others (明治学院大学連携活動)

1 Day for Others (1日だけのボランティア体験) 活動について地域連携部会では今年度もCC大学16期生対象(明治学院大学社会連携課と連携)と明治学院大学生対象(同大ボランティアセンターと連携)で行いました。CCクラブ会員から自主活動グループの協力募集をし、1グループの入れ替わりがありましたが、5グループの協力を得て実現しました。

CC大学16期生対象 1 Day for Others

今年度の参加者は昨年の5名に対して、4名で、そのうちの一人の方が2つの活動に参加しました。

①プレーパーク(みなと外遊びの会)

10月23日(月)に高輪森の公園で体験会が行われ、参加者は昨年同様一日中活動に参加して貴重な体験をしました。

②なぎさサロン(港区広域サロン)

11月9日(木)午後から行われた芝浦区民協働スペース会議室でのサロン活動に1名が参加しました。今回は介護予防体操から始まりコカリナの演奏を聴く会でした。準備から始まりサロン活動を体験し、最後は会場の片付けとまとめに参加し、3時間30分の体験会が終了しました。



活動の最後はまとめ会

③港地域パーキンソン病友の会支援活動

12月10日(日)港区障害保健福祉センター(ヒューマンぷらざ)では港地域パーキンソン病友の会定例会が行われ、この支援活動にCCクラブ会員と一緒に1名が参加しました。この日はクリスマス会で、準備することも多かったですが、参加者は熱心に活発に活動しました。3時間45分の体験会でした。



この日参加した支援の会全員

④港区バリアフリーマップ作成事業

11月30日(木)田町駅に集合し、みなとパーク芝浦周辺までの道路状況の調査を一緒に行い、その間に港区社会福祉協議会調査スタッフの指導で車イスと白杖体験をしました。この会の体験は毎回約2時間です。

明治学院大学生対象 1 Day for Others

コロナの影響が少なくなり、今年度の明治学院大学生の延べ参加者は、昨年の12名に対し大幅に増加し39名になりました。

①港区バリアフリーマップ作成事業

春には6月15日と29日に、秋には10月26日に行い、合計9名が参加しました。毎回参加希望が多く皆さん貴重な体験をされています。

②プレーパーク(みなと外遊びの会)

6月の4日間と7月の2日間で合計19名が参加し、10月の2日間と11月の一日で合計7名が参加し、年間合計26名が体験しました。

今年度は回数も多く、受け入れていただいた「みなと外遊びの会」には特に感謝しています。



春のバリアフリーマップとプレーパーク

③港地域パーキンソン病友の会支援活動

11月12日の支援の会に3名が参加しました。パーキンソン病を理解して、友の会会員の病気に向き合っている姿を見て感じるものがあつたようです。支援の大切さも理解していただいています。

④昔遊び継承活動

1月18日(木)の赤羽小学校の昔遊び授業協力に、明治学院大学ボランティアセンタースタッフと一緒に留学生も参加しました。いろいろな昔遊びに挑戦し、子どもたちとの交流を楽しんでいました。



けん玉にも挑戦!

昔遊び継承活動

この活動は私たち高齢者が子どもたちのころに経験した、お手玉、けん玉、コマ回しなどを子どもたちに伝えるという多世代の交流を図る活動です。

2022年度から始めた活動です。今年は白金台いきいきプラザで行われた地域のお手玉先生の練習会に参加し、その先生を迎えてゆかしの杜でカフェに来た方と遊ぶ活動をしました。9月10日(日)には港区社会福祉協議会の呼びかけに応じて、高輪の精神障害者支援センター「あいは一と・みなと」で地域の方とのふれあい活動にも参加しました。

赤羽小学校の授業参加の活動に先立ち、練習会を12月14日に「芝コミュニティはうす」でけん玉とコマ回しを行い準備万端といかないまでも楽しく行いました。

赤羽小学校授業参加活動

昨年に引き続き赤羽小学校からの要望により実施した小学一年生対象の「昔遊び授業」を、1月18日(木)10時30分から12時30分に体育館で行いました。1年生4クラスの子どもたちをCCクラブ会員17名に加え、明治学院大学生とボランティアセンタースタッフ、PTA役員、民生委員・児童委員、地域の方が参加しました。1クラス当たりコマ回し、羽根つき、お手玉、けん玉、メンコ遊びの5種類のうちから3種類を選び、1種類各10分で3つの遊び体験をするという形で4クラス行われました。



体育館一杯に広がり昔遊び

10分間ずつ子どもたちと遊びましたが、みんな元気で各コーナーに駆け足で集まり、一緒になって挑戦する姿を見ていると気持ちが良いものでした。けん玉では細かい技を知っている子もいて、ヒコーキをやって、ホームランはどうするのといった質問も出ました。「もし亀」の上手な子もいましたが、ほとんどが初めてけん玉に接した子でした。

メンコ遊びは、体育館の床がまっ平のため空気がメンコの下に入らず、ひっくり返らないので、裏



写真左上から、けん玉、お手玉、コマ回し、メンコ、羽根つき

にテープを貼り空気を入り易くするなど工夫を凝らしました。

子どもたちは珍しい遊びを楽しく経験して、参加した私たちも元気を吸収できる良さのある会でした。来年は5クラスになることも予想され、多くの人の協力が必要になります。皆さんの協力をお待ちしています。(1期 古橋義弘)



地域の方も一緒に参加者全員で記念撮影

このゆび、と〜まれ！発信

ボランティア募集案内「このゆび、と〜まれ！」の2023年度改訂版を11月に発行しました。今年度は昨年の5つの団体のほかに、昔遊びの会が参加しました。案内を見てボランティアグループに参加しませんか。



8e409de2c11bdaf16db843c5e196337a1.pdf
(minato-ccc.jp) (このゆび、と〜まれリンク先)

港区社会福祉協議会主催、(株)JALインフォテック オンラインツール講座 協力

3年目になった港区社会福祉協議会（地域福祉係）主催の「プロに学ぶ！オンラインツール講座2023」が11月16日（木）17日（金）の午後に芝コミュニティはうすで開催されました。講師は（株）JALインフォテック・ネットワークソリューション部に（株）オプテージが加わりました。

11月16日（木）13：30～15：40

初日対象：スマホ初心者向け

- ① IT（スマホ&タブレット）を安全に利用するには？
- ② IT（スマホ&タブレット）で旅行をより楽しく！

11月17日（金）13：30～15：40

二日目対象：スマホを普段使っている人向け

- ③ セキュリティ情報管理術
- ④ デジタル整理術

昨年同様にこの講習会の準備は、7月から3者で打ち合わせを始め、コロナの状況を考慮しつつ開催形態を決め、テーマについても毎月リモートで打ち合わせを重ねました。



自分のスマホで確認しながら聞く会場参加者

CCクラブ企画部会の役割は、テーマの選定と講習を受ける目線でJALインフォテックから出された内容を検討し修正を行います。また、当日の運営については会場受付、参加者の会場への案内を行いました。

天候には恵まれませんでしたが、講習会には初日が会場17名、オンライン9名、合計26名、2日目が会場21名、オンライン14名の35名が集まりました。昨年と同様のテーマはバージョンアップされ、それに新しいテーマが加わり有意義な内容でした。

CC大学 17期生募集協力

2021年度からチャレンジコミュニティ大学の募集について事前説明会が行われ、今年については以下の日程で行われました。

1月10日（水）10：00～11：00 芝公園区民協働スペース、14：00～15：00 赤坂区民センター研修室、
1月13日（土）10：00～11：00 高輪区民協働スペース、14：00～15：00 芝浦区民協働スペース、
1月20日（土）14：00～15：00 麻布区民協働スペース。

参加者は7名から22名で、5会場で合計70名近くの方が説明会に集まりました。

各会ともに河合克義先生または岡本多喜子先生の挨拶で始まり、高輪地区総合支所中村美生協働推進課長の大学募集内容の説明、阿部令子CCクラブ代表のCCクラブの説明そして各地域CCクラブ代表などの地域CCクラブの説明がありました。最後に、質疑応答があり各会場ともに熱心な質問がありました。



土曜日の午前の高輪会場

場ともに熱心な質問がありました。

1月10日（水）の赤坂会場には東京新聞の取材があり、1月20日（土）の夕刊一面に『港区と明治学院大の「チャレンジコミュニティ大」開校17年目』「60歳から学ぶ地域で輝く」のタイトルでかなり細かく紹介されました。

内容はCC大学の内容とCCクラブの活動紹介とその一つとして10期瀬能正実さんが活動しているプレーパークの活動内容が紹介されました。また、河合克義先生のコメントが掲載されました。

翌日の1月21日（日）の朝刊には「CC大学17期生を募集 60歳以上の区民対象 港区と明治学院大」のタイトルで募集内容の記事が都心地域の情報ページに掲載されました。



掲載されたプレーパークの写真

地域CCクラブ活動紹介

芝CCクラブ

みんなで活動すること、集うことは良いものだ

芝CCクラブの定例会（毎月第3月曜日）には、当初より芝地区高齢者相談センター、港区社会福祉協議会、港区介護予防総合センター（ラクっちゃ）、東部在宅支援センター等の方々にも自主活動に参加していただいています。



私たち高齢者にとってこれらの人たちとの繋がり、顔合わせ、そして新しい港区の情報をお知らせしてもらうことが大切だと思うからです。困った時、必要となる相談窓口です。私たちにとって、重要な仲間だと思っています。

アドプト活動 本芝公園・てまり坂

～地域の方の応援も出て～

花の世話、大変です。

夏は暑いし冬は寒い。しかし

仲間が増える！ 花は咲く！



みたまち倶楽部 折り紙



三田いきいきプラザで四季折々の折り紙を教えます。多くの場で教えています。

パーキンソン友の会

準備やサポートをしています。

- ・月例会（第2日曜日）の準備や片づけなど
- ・10月のヒューマンプラザ祭りの支援など
- ・今年度は「リハビリ体操」のDVDをCCクラブ会員の応援で作成しました。



12月クリスマス会はみんなで楽しみました。

芝CCは仲間の活動を応援します！

高輪地区CCクラブ

2023年度の新たな活動

高輪地区CCクラブはこの一年間カフェの充実と新たな試みを模索しながら、地域とのつながりと会員の交流を意識しながら運営しました。

現在の会員数は233名で、2023年度は新たに15期生が23名加わり、15期生が地域のメール配信を担当したり、カフェの運営に参加したり様々な地域活動で活躍しています。

進化しているカフェ活動

天候が厳しい一年でしたがカフェの参加人数としては再開した2022年度とほぼ同数で地域の方の居場所づくりや会員の交流の場所の役割を果たしています。HUG高輪のミニ講演会では大学教授、CCクラブ会員、高齢者相談センターの講演や講座を行ったほか、会場を高輪区民センターに移してハーブの会と歌の会を行いました。また、みんな

で楽しむ折り紙の会や12月には5年振りに保育園へ折り紙のプレゼントを持って、クリスマス訪問をしました。



ハーブの講演会

地域とのつながり

高松さくらまつりがコロナ禍前の開催形態に戻り高輪地区CCクラブとしてカフェとフリーマーケットを行い、収益金をウクライナ大使館に寄付しました。6月には新しく始まったアジサイ祭り



アジサイまつり

に協力して参加者に無料でコーヒーを提供しました。また、1月には令和6年能登半島地震の募金活動を行いました。高輪地区CCクラブでは、数年間にわたり社会福祉協議会の「かんがり」活動に協力し、暑中見舞いと年賀状のはがきを書いています。今回、社会福祉協議会から地域福祉功労賞を頂きました。今後もフードドライブ活動同様継続していきます。



明虹会の活動ハイライト 地域との交流と会員の親睦

明虹会は今年度、地域との多世代交流活動や防災研修・歴史研修・講演会の開催さらに会員の親睦を図るべく様々な行事を展開しました。

① 城ヶ島ハイキング

6月6日 三崎港からの渡船で10分程で島へ、足元が悪い海岸やのぼり階段をもろともせず城ヶ島一周を完歩。途中展望台から房総～相模湾、伊豆半島を望み、ウグイスの囀りを聴きながら咲き乱れる紫陽花を満喫して、心身ともにリフレッシュすることができました。



② 東京港と中防埋め立て地ごみ処理見学ツアー

11月1日 東京都環境公社が実施している表記の施設見学会に参加しました。まず東京みなと丸で海から埋立処分場を見学後、貸切バスで中央防波堤内の粗大ごみ破碎や不燃ごみ処理の中間処理施設と最終埋立場所を見学しました。

ゴミの量はピークの平成元年に比べ約半分になり、都民の分別や焼却処理の効率化等で、埋立量は20分の1になったが、それでも後50年しか持たなく、以降は捨てる場所が無いという現実を知り、次の時代への責任を知らされました。



③ あいぷらフェスティバル

11月4日は晴天に恵まれ、お祭りには約千人超の親子連れが来場し、明虹会店舗「お魚釣り大会」会場は事前に準備した景品があつという間になりました。午後には会員さんから手作りの景品を寄付して頂き、午後3時半まで開店することができ、お店は小さなお客様で混み合いました。手伝いの6名は休む間もなく汗だくで対応し、さすがに疲れ果てましたが、子供たちの笑顔と時折の歓声でしばし疲れを忘れ、至福のひと時を感じた一日となりました。



(15期 佐藤 直樹)

3Aクラブ（赤坂・青山・麻布） 「サロン麻布」活動で新たな学びと連携

令和6年4月には、チャレンジコミュニティ大学17期生の入学式が行われます。

コロナ禍で募集できない年がありましたが850名の修了生は各地域CCクラブで元気に活動されています。3Aクラブには現在135名の修了生が多彩な活動を展開されています。

募集前段で行われる地域CCクラブの説明会では仲間を増やしたい一心でアピールを致しました。定員を超える応募があり新しい仲間の入会を大いに期待しています。

港区麻布支所、社協、麻布警察、消防署、麻布地域の保育園、麻布区民センター、町会、企業様はじめ関連部署との連携・協働事業を軸に進め、ほぼ毎月開催される「サロン麻布」を中心に活動しています。3Aクラブには研究者、建築家、天文学者等、多才な経験をもつ修了生が在籍し「サロン麻布」活動では講師の内製化を実現しています。写真1は「ロボットと一緒に健康力アップ」をテーマに実演を伴う研修会の様子を、写真2は「港区基本計画・港区実施計画を知る」をテーマに赤坂、麻布地区総合支所協働推進課係長様からのご説明と予定時間を超えての質疑応答の様子を示します。今後、3Aクラブでは、高齢者はじめ社会的孤立予防の仲介可能なロボットの実現に向けご支援・協力を続けていきます。



写真1 サロン麻布 「ロボットと一緒に健康力アップ」
2023年9月26日（火）六本木区民協働スペース



写真2 サロン麻布 「港区基本計画・港区実施計画を知る」
2023年12月19日（火）六本木区民協働スペース

(8期 野村 知義)

■ 運営委員会報告

2023年度の運営委員会は、例年通り8月の夏休みを除いて、原則毎月最終水曜日に明治学院大学の3203教室とリモートで開催しました。今年度は、会場参加の方も多く12月には4年ぶりの忘年会も行うことができました。普段の会議ではできない身近な話題で盛り上がり、和やかな会となりました。6月には、CCクラブ会員全員に対して「活動実態調査」を行いました。6割以上のご回答をいただき、今後の活動計画の参考にいたします。

今年度も、明治学院高等学校の家庭科授業に招かれ、16名の会員がこれまでの経験や現在の活動を紹介し、高校生が持つ「高齢者」のイメージ払拭に繋がったようです。「学ぶ会」では、地域で活躍するCCクラブ会員の皆様を囲んで意見を交わし、また別の機会には、元港区学芸員の高山先生より、港区から平塚に延びる「中原道を巡る考察」を受講し、関連するまち歩きを楽しみました。また、現役16期生や多くの明治学院大学生が、1 Day for Othersに参加してくださいました。地道な活動ですが、引き続き広めていきたいと思っております。1月には、赤羽小学校での「昔遊び」の授業に参加協力し、多くの児童に囲まれて元気を貰い、童心に戻って少し若返った気持ちとなりました。

2023年度活動報告会は会場開催とし、多くの関係機関の皆さまにもお越しいただき、4年ぶりに交流会で集うこともできました。多くの皆様のご協力により活動を継続できましたこと、心より感謝申し上げます。(代表 阿部令子)

2024年度CCクラブ 第9回定期総会・ホームカミングデイ (予定)

2024年度の定期総会、ホームカミングデイを以下の日程で計画しています。

日時：2024年6月29日(土) 13:30からを予定

場所：明治学院大学白金キャンパス内

○ CCクラブ第9回定期総会

○ ホームカミングデイ

詳細は決定次第皆様にお知らせします。

編集後記

能登半島地震から始まった2024年は、長引くロシアのウクライナ侵攻、中東紛争拡大等、心安らぐ閑もなくスタートしました。能登半島地震で被害に遭われた方々には心よりお見舞い申し上げます。

一方、日本の無人探査機が日本初の月面着陸に成功しました。宇宙開発でも世界各国で争っていますが、今に地球が一致団結しなければならない日が来るかもしれず、各国が仲良く手を結び助け合う日々が来るのを祈るばかりです。

今号も皆様の活動報告の原稿をいただき、80歳を過ぎて微力ながら編集に立ちあえましたことは大きな喜びです。(12期 棟方千恵子)

(表紙の花の写真は9期平尾恭一さん提供)

チャレンジコミュニティ通信 vol. 51 2024年3月31日発行

発行者 チャレンジコミュニティ・クラブ

事務局 明治学院大学 総合企画室社会連携課
(株式会社明治学院サービス)

〒108-0071 東京都港区白金台1-2-37

Tel. 03-5421-1555 Fax. 03-5421-1556

Email ccclub@meijigakuin-s.co.jp

<http://www.minato-ccc.jp>

印刷協力 港区高輪地区総合支所協働推進課

会報部会

部会長 瀬能 正実 (10期)

副部会長 佐藤 芳男 (11期)

副部会長 中満 美紀 (11期)

部員 古橋 義弘 (1期)

部員 太田 則義 (7期)

部員 境 静子 (10期)

部員 棟方 千恵子 (12期)

部員 宇津 真治 (15期)

部員 長峯 浩子 (15期)

部員 森 容子 (15期)

協力部員 周藤 孝夫 (15期)