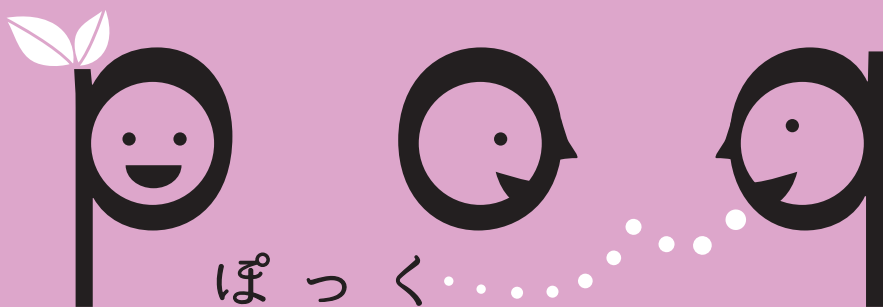




vol.
37

サポセンニュースレター 2025年 若紫号



特集

若年性認知症 ×市民活動 p2-3

松戸若年性認知症ネットワークの
取り組み事例

p4-6__【サポセンの事業報告】

●受け入れ力アップ講座

多様な背景を持つ子ども・若者と共に暮らすヒントを探る

●NPO・市民活動よろず講座

【12月】参加者5人から300人まで狙い通りの参加者を集めよう

【1月】多様な背景を持つ子ども・若者と共に暮らすヒントを探る

●まつどみらいカイギ 2024

●まつど地域活躍塾 2024

p7__【チャレンジャー】 パナナかぞく

p7__サポセン新規届出団体

p8__【スタッフコラム】

市民活動がすぐそこにある街を目指して



サポセン
メルマガ登録はこちら！
<https://bit.ly/3gf0dh6>



まつど市民活動
サポートセンター

<http://www.matsudo-sc.com/>



2024年春より「若年性認知症のある人やその家族」の方々が集うための活動を
ネットワーク型で始めた取り組みがあります。

2017年より若年性認知症や高次脳機能障害※のある方の居場所づくりに取り組んできた「くるみの会」の活動を、より継続的・発展的な活動にしていくなため、くるみの会、医療福祉専門職、家族支援経験者、一般社団法人MiiProject（事務局）、松戸市役所高齢者支援課が連携し、ネットワーク型プロジェクトとして、「松戸若年性認知症ネットワーク（通称くるみネット）」が立ち上がりました。

※高次脳機能障害とは：脳の損傷によって思考や記憶、言語、注意などの脳機能が障害された状態です。外見からは分かりにくいいため、「見えない障害」とも呼ばれます。

若年性認知症に関する現状について

令和元年度千葉県若年性認知症実態調査報告書 第2章調査結果 3「若年性認知症の方への対応や支援に関するご意見・ご要望」から見えてきた課題

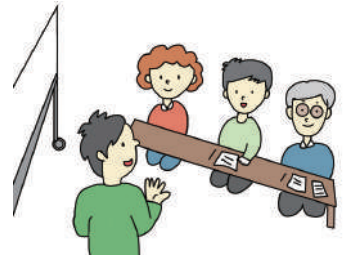
情報への たどり着きづらさ	相談場所の わかりづらさ
足りていないもの ●経済面・精神面の支援 ●本人の就労支援・働ける場所・ 進行段階ごとの居場所	

第1回 テーマ「お金」

若年性認知症のあるご本人同士、そしてご家族同士の関わりを通じて、日頃の悩みや閉塞感の解消、日常生活の工夫の持ち寄りや学びの場となるよう、これまでに2回交流会を開催しました。

第2回 テーマ「社会参加」

実際に認知症のある方が社会の中で役割を創出している介護事業所や認知症医療センターの方々と一緒に情報共有・交換を行いました。



また活動を通じて千葉県若年性認知症支援コーディネーター（以下県コーディネーター）との連携が深まり、くるみネット事務局が仲介役となり、県コーディネーターと県内在住の若年性認知症のある方々による『いまここカフェ』と県立松戸向陽高校の福祉教養課学生のコラボレーションが実現！市内で開催された秋イベントに駄菓子屋を2度出店しました。



若年性認知症の方と実際にお会いし、作業の内容によってはできることはたくさんあり、周囲の理解があれば企業で働くことができる人も多くいるのではないかと感じました！

当日ボランティアにも参加したインターンの二井さんの感想



今後は

くるみネットの継続に向けて、現在ご参加いただいているご本人やご家族の意向を中心に、会の内容や頻度、そして自己実現の場を創出させていきたいと考えています。



若年性認知症とは → 65歳未満で発症する認知症

- 若年性認知症者：3.57万人
 - 有病率：18歳～64歳人口10万人当たり50.9人
- （全国推計／令和2年7月：東京都健康長寿医療センター研究所発表）
<https://www.tmgigh.jp/research/release/2020/0727-2.html>

決して多くはないですが、若年性認知症は働き盛りの世代で発症するため、ご本人だけでなく、ご家族の生活への影響が大きくなりやすい特徴があります。病気のために仕事に支障がでたり、仕事をやめることになって経済的に困難な状況になってしまいます。また、子どもが成人していない場合には親の病気が与える心理的影響が大きく、教育、就職、結婚などの人生設計が変わることになりかねません。さらにご本人や配偶者の親の介護が重なることもあり、介護の負担が大きくなります。

若年性認知症において最も重要な事は、高齢者の認知症との違いを知ることです。それによって理解や対応の仕方も異なってきます。

- 若年性と高齢者の認知症の違い**
- 発症年齢が若い（平均発症年齢は51歳位）
- 主介護者が配偶者に集中しがち
- 時に複数介護となる
- 高年齢の親が介護者になることも
- 就労の継続、世帯の経済、子の養育など課題に直面している
- 受診が遅れる
- 体力がありボランティアなどの活動が可能

3 2025年1月26日(日)実施 NPO・市民活動よろず講座

誰もが参加・活動しやすい環境・ かかわり方を整える ～地域での合理的配慮について考えよう～

この講座では、「合理的配慮」に対して参加者の皆さんと理解を深め、地域でどのようなことができるのか・今後必要なのかについて考えていきました。

※合理的配慮とは？ 「障がい者の権利をはばむ社会的障壁(＝バリア)を除去するために、個別の状況に応じて実施する対応」のこと

「合理的配慮」3つのポイント

1 ベースにあるのは 「障害の社会モデル」

「障害や困難・不利益が生じるのは、多数派を前提に作られた社会の状況や仕組みに原因がある」という考え方。



2 個別の障がいの特性・ 状況に合わせた 「対話と調整」が重要

例えば、障がいがある方から、「社会的障壁を取り除いてほしい」という意思が伝えられたときに、事業者等が対話を通して、その人の特性・状況に合わせて調整や変更などの対応をする。



3 「合理的配慮」の提供は NPO団体も義務化の対象

「障害者差別解消法」改正により2024年4月からはNPOを含む民間事業者においても完全に義務化された。



■参考：宮城県
「合理的な配慮のための環境整備事例集」モーション動画

例

聴覚に障害があり、今度の講演会で
手話通訳を付けてほしい。

直前の問い合わせでは
手配が間に合わない…。

代わりに、投影資料を事前に
渡すことと、音声を文字化で
きるアプリが入ったタブ
レットは貸し出せます。

設備やスタッフの状況などによっては「即座にニーズに100%応えることは難しい」というケースも想定されますが、「対応をするかしないか」ではなく、実施側の負担が過重でない範囲で調整・対応をすることが前提とされています。最も避けるべきは「設備がない」「前例がない」「1人に対して特別対応はできない」と、対話をきちんと行わずに一方的に断ってしまうこと、といわれています。

100%は難しくても、どこまでは対応できるか・どんなことは難しいか、をきちんとお互いに対話し、合意できる点を探ることがこの「合理的配慮」の実施の重要なポイント。施行から1年が経つこの時期、団体内部でどんなことができるか、話し合ってみてはいかがでしょうか。



1 2024年12月21日(土)実施 受け入れ力アップ講座2024

多様な背景を持つ子ども・ 若者と共に暮らすヒントを探る

2023年度から実施している「受け入れ力アップ講座」。NPO・市民活動団体にとって要となる組織づくりについて、様々な特性がある人もボランティアや活動に参加しやすくなるように、団体の受け入れ力を向上させること(＝寛容性のあるコミュニティ)を目指した講座です。2024年度は中でも子ども・若者に関わるテーマにしばって学び合いました。



講師：桑田久嗣さん

初回のオープン講座から連続講座まで、精神保健福祉士として活動をされている桑田久嗣(くわたひさし)さんに講師として来ていただき、専門職と非専門職(地域の人)それぞれ役割の違い、特に居場所や日常の中で市民活動が果たすケア(ただ共にあること)の重要性についてお話いただきました。連続講座には定員となる5団体がエントリーし、各団体から数名ずつ参加して普段活動の中で工夫している、子ども・若者の受け入れや参画について事例共有しながら、モヤモヤしていることへのフィードバックを行っていききました。最終回では参加者一人ひとりが講座での学びやこれから実践していきたいことについて発表し、参加者同士の横のつながりもできる場となりました。

2 2024年12月10日(火)実施 NPO・市民活動よろず講座

参加者5人から300人まで 狙い通りの参加者を集めよう



こちらの講座では「広報」がテーマで、既に様々な活動をしている方に参加いただきました。

一番伝えなかったメッセージはイベントなどの企画には「適正な集客人数」がある、という話です。多くの場合、できるだけ人を集めることに注目されがちですが、実際は「集まりすぎる」のもまた失敗なのです。

企画ごとに適正な参加者人数は自然に発生します。会場の広さや、運営スタッフの人数や慣れ具合など、その要因は様々です。大切なことは「何人くらいが集まるのがベストなのか?」という視点を持つことです。そして、広報とは「調整するもの」であるということ意識することも重要です。この2つの意識を持ちながら、ベストな狙い通りの人数を集めるための広報をすることをお勧めします。

4 まつどみらいカイギ 2024

2024年12月7日(土)実施

毎年、「松戸でこんな活動があったら」「もっとこんな街になったら」という想いから新たな活動が生まれるきっかけになっている「まつどみらいカイギ」。今年も午前中の NPO・市民活動団体などによるパネル展示 & 交流タイムからスタート！今年は各団体、展示のほかに、体験なども企画していただき、午後のみらいカイギ(プレゼン & 対話セッション)もあわせて115名が参加してくれました！



NPO・市民活動団体
などによるパネル展示
& 交流タイム



パネル展示



ボードゲーム
「みんなのごみ」体験！



対話セッションと
グラフィックレコーディング

みらい
カイギ

事前に応募のあった6名がプレゼンし、その内容に関心を持った参加者や団体とともにグループで対話を深めていきました。

2024年度のテーマ

- 1 80年続けられる趣味！
地域の全世代を一つにする阿波おどり
松戸をもっと元気に！
- 2 『読書のバリア』って何だろう？
「読書バリアフリー」について考え、展開しませんか？
- 3 みんなで考えたい育休取得
- もっとスムーズに取得するには？
- 4 介助が必要になった家族と
一緒に楽しめる場がほしい
- 5 ウェブプログラム「友人サポーター」で
がんサバイバー・応援団をつくりたい
- 6 常盤平で外国籍の子ども達との共生を考える

みらいカイギのその後について
Facebookで発信しています！！
ぜひご覧ください！



5 まつど地域活躍塾第8期 修了式

2024年1月28日(火)実施

まつど地域活躍塾は、松戸をより暮らしやすく魅力的な街にするために、地域で何かに取り組みたい、と考えている方のための塾です。



実地体験(里山活動)



ワークショップの様子

活躍塾ポーズで記念撮影



第9期は、2025年5月中旬から
募集開始(予定)！お待ちしております！！

見て、聴いて、感じて：
そしてここから始める！
2024年6月から約8ヶ月間、松戸市内のNPOや市民活動団体の話を聞いたり、それぞれの活動先に実地体験をしてきた約40名の8期生もついに修了を迎えました。受講中にどんどんつながっていく人の広がりに驚き、松戸にこんなにも豊かな活動があるということを実感した人も多いようです。
すでに活動のお手伝いを始めた人、これから活動を立ち上げようとしている人、まだまだインプットしたい人など、あらたな一歩もまた様々です。これからの8期修了生の活躍が今から楽しみです！

市民活動
紹介

CHALLENGER
チャレンジャー
バナナかぞく

BANANA KAZOKU



ブログ、Instagram、
お問合せ(Googleフォーム)
←アクセスはこちらから！

活動を始めた経緯

代表の小熊みやまさんの原体験は、「おそらく子どもの頃に見たセーラームーンや水戸黄門などの作品」とお話されました。子どもなりの正義感が芽生え、そんな中ニュースなどで世界は平等ではないことが分かってきて、困っている人や途上国の貧困問題に対して日本人の自分なら何かできるのではないかと考えてきたそうです。
大人になり一度社会に出た後、やはり現地で学びたいと2012年からインド・ムンバイの大学院の修士課程に留学。その時のルームメイトや友達に助けられながら充実した日々を過ごしました。帰国後、松戸でも海外の人が増えていることに気づき、その方たちと知り合えて、例えば気軽に日本語の手紙を読んでもあげられるなど助け合える環境が作りたいと活動を始めたのが2022年6月でした。

★具体的な活動内容

1 にほんごカフェ

- 対象 日本語会話を練習したい外国の方
日時 月2回第2、4金曜日11:00~13:00
場所 主に新松戸市民活動支援コーナー
参加費 無料
様子 日本人のボランティア4、5名が参加、外国の方の参加は1名くらいなのでもっと知ってもらいたいとのこと。



2 英会話カフェ

- 対象 英会話の練習をしたい方
日時 不定期月1回10:30~11:30
場所 松戸駅西口のカフェ「FUJI」
参加費 1,000円+カフェのドリンクメニューから1オーダー制/おひとり
様子 都度のお題を元に英会話をする。日本語まじりでもOK。現在平均3、4名の参加。



3 多文化イベント

- 対象 興味のある方
日時 不定期開催
場所・参加費 その都度



インド留学の経験から、
インド関連のイベント
企画が多いです。

2024/2/18
「インドクッキング」
サモサとチャイ作り



2024/11/30

「空にいちばん近い折りの地
〜絶景写真と最新チベットトーク
by ヨーガ療法士 Minami」
ヨーガ療法士 Minami さんとコラボ開催



代表：
小熊みやまさん

今後、目指していること

お客さん同士が自由に話せるチャイカフェのお店を開くこと。
そこで、にほんごカフェ、英会話カフェも実施。

サポセン 新規届出団体 を紹介します！

2024年12月16日~
2025年3月10日
(届出順・敬称略)

- 南花島第二町会 ■銀星ともの会 ■松戸保健所管内集団給食協議会
- ベースボールクラブ大和 ■二十世紀ヶ丘空手道会
- 矢切地区子ども会育成会連絡協議会 ■NPO法人とんぼエコオフィス
- EMC ■松戸の地理・歴史探訪調査会 ■CLS-中国語を学ぼうー
- がんサバイバーシップ・コミュニティサポート Lochdor(ロクドール)
- 松戸市PTA連絡協議会 ■にじいろ交流会 ■R-girls
- まつど朗読と読書の会(MRD) ■青木や ■松戸ダイバーシティ楽団
- 青春ポップス楽しい会(せぼか) ■柿ノ木台町会グラウンドゴルフクラブ
- アンデス音楽ロス・アウキス ■よさこい柏紅塾

NEW!

市民活動が すぐそこにある街を 目指して

センター長に就任して、今年で10年を迎えました。これまでを振り返ると、本当にたくさんの方の出会いがありました。ボランティアや市民活動というと、退職した後に参加する印象が強かったですが、この10年で現役世代の参加が増え、働きながら地域に関わる人も多くなってきました。一人ひとりの新しい発想やスキルが地域課題の解決に活かされるようになっていきます。

一方で、まだまだ多くの人にとっては縁遠い存在であることも事実です。今後さらに市民活動を活発にするためには、人口として最も多い50代・60代の世代の地域参加が重要だと考えています。仕事や家庭での役割が一段落しつつあり、多様な経験を持った潜在的な地域の人材です。マーケティングの用語で「キヤズム理論」というものがありますが、一定の割合を超えると社会全体の意識や行動が大きく変わると言われています。前述の世代の参加も含めて多世代の関わりを増やし、キヤズムを超えることで、市民活動がより当たり前の

文化として根付くように目指していきたいと思っています。



まつど市民活動
サポートセンター
センター長・
コーディネーター
阿部 剛

また、市民活動はいわゆる「ウェルビーイング」に大きくつながります。地域と関わることで、人とのつながりや生きがいを感じ、心身ともに健康でいられる街。そんな松戸になればと思います。誰もが参加しやすいきっかけづくりや情報発信、市民活動を通じてより豊かな地域社会を実現していきたいと考えています。



サポセンニュースレター

第37号(2025年若紫号)

発行日: 2025年3月10日
(※年3,4回発行)

発行元: まつど市民活動サポートセンター
(指定管理者 NPO法人まつどNPO協議会)

ぽっく

主な設置場所

松戸市内の図書館、市民センター、公民館等
各種公共施設などに設置しています。

設置協力店

Sampo Café(ハケ崎 7-31-5)

松戸観光案内所(本町 7-3)

やしな商店(本町 6-3)

隠居屋 IN kyo-Ya(南花島中町196)

はれの日サロン(常盤平3-11-1
西友常盤平店5階)

いわぼんホール(岩瀬38)

紙敷あんど(紙敷1135)

さんさんカフェ(仲井町 2-6-4)

みんなでパーク(小金原 6-2-13
京成リブレ2階)

本屋 BREAD&ROSES

(常盤平 4-8-15 ウエキビル 1F)

omusubi 不動産

(稔台 1-21-1 あかぎハイツ 112)

Coworking Space Flat Café & Bar

(新松戸 3-289)

昭和セレモニ-松戸・矢切・北小金儀式殿

(千駄堀620-1・栗山19-4・殿平賀75-2)

松戸スタートアップオフィス

(松戸 1307-1 松戸ビル 13F)

まちかどアトリエ Neiro

(松戸 1117 ビラ松涛 2F C号室)

鉄塔の下倉庫(六実 2-38-9)



まつど市民活動
サポートセンター

〒271-0094 松戸市上矢切 299-1(総合福祉会館内)

TEL: 047-365-5522 FAX: 047-365-5636

E-mail: hai_saposen@matsudo-sc.com

URL: <http://www.matsudo-sc.com/>

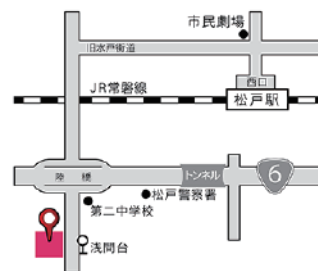
facebook: <https://www.facebook.com/matsudo.sc>

開館時間

月~土: 9時~21時
日: 9時~17時

休館日

第1・第3水曜、
年末年始
(12/29 ~ 1/3)



「ぽっく」の配架にご協力いただけるお店・施設を募集します!

ニュースレター「ぽっく」を、お店や施設に配架していただけませんか?
ご協力いただいたお店・施設は、この欄で名称・所在地等をご紹介します。
もちろん、無料でお届けし、部数もご要望に応じます。詳しくは、まつど市民活動
サポートセンターまで、お電話・メール等でお気軽にお問合せください。

編集
後記

この冬、皆さんどうでしたか?
昼間の日差しが強さが、来る夏を
彷彿とさせられ今からビビって
ます、(山)