

# つうしん オルタ にじいろ 通信

第5号

2022年10月20日発行  
NPO法人子ども・若者サポートはみんぐ  
\* HP・FBをご覧ください。

## 2022年度 小中支援 活動内容

### 相談・コーディネート

電話または、メールでお問合せください。  
月～金(祝日は除く) 9:00～17:00  
面談は、日程調整をして実施します。  
支援コーディネーターと一緒に考えます。

### 居場所「オルタ」

毎週(月)(金)10:00～15:00  
場所:伊那市allla(アルラ)1F  
ホッとして安らげる空間の中で自分らしく過ご  
します。時々、いろんな体験活動もあるので、  
チャレンジしてみてもいいと思います。



### スポーツの居場所「はみ×スポ」

毎週(水)(金)  
場所:水曜日・・・伊那市民体育館  
金曜日・・・allla(アルラ) 多目的室  
のびのびとからだを動かしましょう。



### 駒ヶ根「森カフェ」

毎月第1、3(木)13:00～15:00  
場所:駒ヶ根キャンプ場  
たき火を見ていると不思議に心が落ち着きま  
す。たき火で焼いて食べたいものを各自持って  
いくのも楽しい!!その他自然散策など。

### 自立支援講座「パソコン講座」

Word、Excel、PowerPointの基礎講座  
開催中



### 「小・中学学習支援」

本人の希望があれば、平日、個別で  
50分間、(原則週1回)、有料で実施します。

### はみんぐ研修会

子ども・若者が安心して成長していくため  
家庭・学校・地域がともに学び合います。

### 学校に行きにくい子を持つ親の会

ひとりで悩まないで、まずは、親が安心安全な  
自分の居場所を持ちましょう。

### 上伊那地域ネットワーク構築 「上伊那 みんなの空間」



### 情報発信「にじいろ通信」 親の会通信「よりそい」 発行

目次：

2022年度小中支援 活動内容	1
・かぞく食堂 ・パソコン講座	2
・親の会と私	3
・インフォメーション	4



子ども・若者の支援活動事業の一部は、休眠預  
金活用助成金で運営しています。(2022年度まで)  
活動の様子が今年2月に長野放送で放映され  
ました。放映時間は6分間です。  
ご覧ください。

お気軽にご相談ください。  
0265-76-7627

NPO法人子ども・若者サポートはみんぐ事務局



## 子ども食堂立ち上げ支援

### 「かぞく食堂」の紹介

NPO法人伊那まちBASEが2021年11月7日にオープンしたのに合わせて「かぞく食堂」も活動を開始しました。伊那まちBASE理事でabeContinentalDelicatessen（伊那市西町イタリアンレストラン）のオーナーシェフ 渡邊 竜郎さん監修の下、「みんなが笑顔になるお弁当（食事）をつくりたい！」という気持ちを持った“なかま”が集まり、初めてのお弁当づくりを無事終えることができました。



かぞく食堂の活動の一環として、学習支援「さくら教室」へ毎月第3土曜日に継続的にお弁当をお届けしています。

「子ども食堂」が各地で立ち上げられる中、私たちは子どもだけではなく、子どもを取り巻く“かぞく”にも目を向けていこうということで“かぞく食堂”とネーミングしました。

なかなか集まれる時間がない中、メニューの考案、役割分担をして当日に臨んでいます。ユースボランティア（高校生ボランティア）の力も借りながらお弁当づくりをしています。作った側も届けた先の方々も笑顔になる活動になっていると感じています。

将来的にはイベントも含め、子どもや若者のユーススタッフ・ボランティアが主体の活動になっていくことを目指しています。

若い時期から「食の大切さ」に触れ、こころやからだに意識を向けられるようになってほしいと願って今後も活動を続けていきます。

※かぞく食堂のグループは、休眠預金事業の子ども食堂立ち上げ支援により誕生しました。現在は、伊那市社協に団体登録して毎回伊那まちBASEで美味しいお弁当を作っています。



## 秋のはみんぐパソコン講座

2022年9月2日～11月4日 全10回（補講2回）

9月から、全10回（内2回補講）で、秋のはみんぐパソコン講座が開かれています。

伊那市内で「いなワクワクファクトリー」というパソコン教室を主宰されている川島先生ご夫妻を講師にお迎えして、わかりやすく教えていただいています。これまでパソコンをほとんどさわったことのない子どもたち・若者たちが対象です。

日頃、スマホやタブレットには慣れ親しんでいる若者たちですが、パソコンを使う機会がほとんどないのでパソコンを習いたいという声にこたえて開催することになりました。

Word、Excel、PowerPointの基礎やプログラミングの基礎を学んでいます。スマホを使いこなしている世代なので、パソコンの操作も基礎を身につければどんどん上達していくことと思います。



## 親の会と私

p.n. ANIKA

私が親の会に関わって、かれこれ20年以上になるだろうか。

初めは小学校低学年のわが子が登校を渋り、体調も崩して、どうしたらいいのか不安でたまらなかった時、近くに親の会が無く、他市の親の会にワラをもすがる思いで訪ねて行ったのが始まりだ。そこでは、温かく迎え入れられ、他の参加者の悩みや体験談を聴いたり、自分のことも話しながら、思わず涙が溢れてきたり、同じような悩みを抱える人がいるんだ・・・と少しホッとしたりしながら、あっという間に時間が過ぎて、帰りの車では幾分心が軽くなっているのを感じた。同じ立場の人と話すことで、気持ちが楽になったり、そういう見方もあるのか・・・と新たな気づきをもらったりして、また次の親の会が待ち遠しい、という気持ちになったのを覚えている。



その後、自分の地域にも親の会ができ、身近に辛さや喜びを分かち合う仲間ができたことで、少しずつ親も子も元気を取り戻していった。親の会の仲間と中間教室の設置を求めたり、子どもたちの居場所づくりやイベント、勉強会等に参加して、親も色々な情報を手に入れ、子どもたちの成長を見守りながら多くを学ばせて頂いた。5年ほどして、子どもは毎日登校するようになったが、親の会での気づきや学びは、だんだんと広がり深まっていき、私にとってかけがえのない大事な時間になっていった。

その頃、会のリーダーだった方が引っ越されることになり、会をどうするか？という時に、このまま無くしてしまうのはもったいない！私が親の会で救われたように、これから悩める方が、少しでも気持ちを楽にしてもらえたら、そして何より私が学び続けたい・・・という思いから、世話役を受け継いで親の会を続けることにした。

中間教室の先生が会に参加して、私たちの思いを聴き、一緒に子どもたちのことや教育のことを考えて下さったり、時には学校の現役の先生が、子どもさんとの関わりのことで悩まれたり、保護者の思いを聴かせて欲しいと参加して下さったこともある。



多い時には7、8人、少ない時は自分を含めて2人だけのこともちょくちょくあり、参加者がいなくてお休みなんてことも(特にコロナ禍では)稀ではないが、そんな細々とした会ながら、こんなに長い間止めないで続けてきたのは、やはりその度その度に新しい発見や気づき、出会いと喜びがあり、自分自身が成長させてもらっていると感じるからだろう。

これまで、いろいろな方との出会いがあり、様々な子どもたちの葛藤と成長を見聞きしてきたことは、私にとってとても大きな学びの機会になった。不登校の問題は、家族の問題、教育の問題、ひいては社会の問題を、身体を張って子どもたちが訴えてきているのだと思う。そしてその訴えに耳を傾け、少しでも子どもたちが生きやすい世の中にしていくためにも、今後も続けられる限り親の会を続けて、仲間と共に地域の子どもの成長を見守り続けていきたいと思っている。

# インフォメーション

相談受付窓口 「NPO法人子ども・若者サポートはみんぐ」事務局



不登校・ひきこもり等、生きづらさを抱えたお子さんや若者の相談窓口です。  
ご本人の最善の利益をご一緒に考えていきたいと思ひます。

電話：0265-76-7627 E-mail info@kksc.org

## こども基本法の活かし方 ～私たちができること～



講師：湯浅 誠（認定NPO法人全国こども食堂支援センター むすびえ理事長）

日時：2022年10月31日(月)14:00～16:30（開場 13:30）

※会場にお越しただけの方は、収録映像の視聴も可能です。

（Youtube:11月にアップ予定。アップから2週間限定で公開します）

会場：ニシザワいなっせ 6F ホール（伊那市駅から徒歩約1分）

主催：信州こどもカフェ上伊那地域子ども応援プラットフォーム

長野県将来世代応援県民会議上伊那地域会議



申し込みQRコード

子どもが育つ地域づくりネットワーク構築に向けて

## 上伊那 みんなの空間 スタッフ&メンバー募集

子どもの居場所・子ども食堂・多様な体験活動の指導者・プレイパーク等々の情報を収集して発信し、必要なご家庭に情報が届けると同時に、子どもに関わる人々のネットワークづくりに取り組んでいます。この活動の運営スタッフと情報を登録して下さる方(メンバー)を募集中です。



上伊那みんなの空間 公式LINEアカウントに登録フォーム

※差し支えない方は、お名前をご記入して返信してください。会議のお知らせ・研修会・イベントの情報をお知らせします。

	月	火	水	木	金	土
第1週		伊那親の会 19:00~21:00	はみ×スポ 13:00~15:00 毎週	駒ヶ根 森カフェ 13:00~15:00 第1.3(木)	子どもの居場所 「オルタ」 10:00~15:00	
第2週	子どもの居場所 「オルタ」 10:00~15:00 毎週		駒ヶ根親の会 10:00~12:00	若者の居場所 「おるら」 13:30~17:30 毎週	はみ×スポ 13:00~15:00 毎週	
第3週		伊那親の会 10:00~12:00	若者の居場所 「おるら」 10:00~ 毎週			
第4週					中川村親の会 19:30~22:00	



「オルタ にじいろ 通信」(第5号) 2022.10.20 発行

発行責任者 NPO 法人子ども・若者サポートはみんぐ 理事長 桜井 裕記  
〒396-0025 伊那市荒井 3500-1 伊那市生涯学習センター5階  
TEL&FAX 0265-76-7627 E-mail info@kksc.org

本事業は休眠預金を活用した民間公益活動(2019年度採択事業)です。  
本ニュースレターは、この一環として作成しております。

