

# 元気塾 報告書

\\ まちの課題解決に取り組んだ、私たちの報告書 //





# 『災害と女性』知る。学ぶ。命を守る行動へ！

主催：女性防災リーダー育成研修実行委員会

(北九州市女性団体連絡会議・北九州市・北九州市立男女共同参画センター・ムーブ)

## 私たちが目指したこと

私たちは近年の大規模自然災害を目の当たりにして、防災や災害復興に「市民力」（自助）や、女性の力は欠かせないと感じました。これまで男性中心に組織、対応されてきた防災に、私たち女性も防災組織の一員として活動することが必要です。

さまざまな角度からしっかり学び「防災及び災害復興＝男女共同参画」を意識し、日頃から地域防災に参画できる人材（人財）を育成することを目的としました。



## 私たちが行ったこと、学んだこと

全6回の女性防災リーダー育成講座は、講師に「学び」、グループワークで「考え」、成果発表で「伝える」形で進めました。

北九州市民は危機意識がまだまだ薄いこともあり、東日本大震災や熊本地震で実際に被災された方を講師にお招きし、被災体験や被災後どのように地域防災に取り組まれたかについてお話いただきました。また、最近の災害の特徴や北九州市の防災体制、地域の自主防災の取組も併せて学びました。

災害はいつでもどこでも起こり得ることから、決して他人事ではありません。避難所に人・モノの十分な支援がすぐにはこない場合もあるので、行政（公助）に頼るだけでなく、平時からの準備の大切さや「互近助力」（近くで助け合う）の大切さを実感しました。

グループワークでは、女性の視点で地域の防災にどのように関わるのか、また、この講座で学んだことをどのように生かしていけるかなどについて、6つのグループで話し合いました。

最終回では、「自らの命は自ら守る」意識を持つために日頃から何が必要か、①「だれ一人とりのこさない避難訓

練」②「我が家の防災マニュアル」③「もしもに備える世代別防災グッズ」④「防災士の現状とこれから」⑤「日常食を非常食に」⑥「女性の視点で地域の防災を」という6つのテーマについて、グループごとにきめ細やかに考えた内容を発表し、防災社会の実現に向けてのアイデアや具体的な方法を共有することができました。



## 成果と今後について

地域防災における自分の課題、リーダーの役割、防災について何を誰に伝え、どんな仕組みを作りたいかなど、塾生同士で話し合い共有することで、防災についての理解が深まり、地域を災害から守る行動への自信が深まりました。この講座を通じて、北九州市の防災担当部署と意見交換、情報共有ができたことも成果として挙げられます。

しかしながら、男性中心の地域に今後は女性リーダーとしてどう入っていくか、その仕組みを作ることなど、まだまだ解決すべき課題は残っています。

地域の実情を知るために、地域で実施しているさまざまな活動に参加することが大切です。大きな自然災害が繰り返し発生している昨今、日頃から地域の人とコミュニケーションを図り、地域の防災力（共に命を守る行動）を高める活動に、この元気塾で学んだことを生かして関わっていきたいと思っています。



# 不登校サポーター養成講座

主催：おやすみ処ami（不登校サポーター養成講座）実行委員会  
（おやすみ処ami・北九州市・北九州市立男女共同参画センター「ムーブ」）

## 私たちが目指したこと

私たちは「不登校」という事実をありのままに受け止めて、当事者を温かく包む環境をつくりたい。また、ひとりで悩んでしまいがちな保護者への支援をもっと広めたいという思いから「不登校サポーター養成」をテーマに講座を企画しました。

そして、塾生が元気塾で得た学びを活かし、地域でできることを考え、実際の行動につながっていくことを目標としました。



## 私たちが行ったこと

不登校保護者支援のスペシャリストである長阿彌幹生先生の6回連続講座により、不登校という事象から見える課題への理解を深めました。私たちが、不登校保護者に寄り添う伴走者となることだけでなく、自分たち自身が幸せな大人になることの大切さも学びました。

講座の運営面では、小さな子ども連れでも参加しやすいように実行委員が子どもの遊び相手となったり、ベビーカーも会場に入れるような席にするなど配慮しました。塾生の席を毎回変えることや、講座が始まる前の5分間、隣同士で前回の感想を共有するアイスブレイクタイムを設けたことで、塾生同士のつながりが深まるきっかけとなりました。

長阿彌先生の講座修了後に、不登校支援のお試し・チャレンジについて話し合いました。自分が不登校保護者だったらという立場での『あったらいいな』企画を出し合い、自分が関わってみたい企画に投票。『あったらいいな支援 そうぞう～想像・創造～チーム発足!』として企画の具体化を進めました。その中の企画のひとつが、自身が小学生から18歳まで不登校だったというまりんちゃんとお母さんのよっぴーさんを招いての「よっぴー&まりん講演

会」です。実行委員2名、塾生5名の企画チームが中心となって、企画から運営までをこなしました。

また、「不登校保護者のおやすみ処@コムシティ」を実施し、塾生に講座で学んだことを実践してもらいました。



## 成果と今後について

第1回を公開講座としたところ、第2回以降も継続して受講を希望する方が増え、定員30名を大幅に超える58名の参加がありました。

この講座で参加者同士のつながりが多く生まれました。不登校関連の情報共有の場としてのプラットフォーム「おやすみ処ami LINEグループ」ができたことも成果のひとつと言えます。

また、これらの塾生が中心となり、おやすみ処@〇〇（会場名）を、北九州市や周辺地域で、企画運営しようという計画もあり、実行委員はそのサポートをしていく予定です。

実行委員と塾生で企画・実施した「よっぴー&まりん講演会」の参加者は74名。一緒に来た子どもさんも含めると100名超の参加があり、参加した方の満足度も高い内容でした。この企画を成功させたことは、塾生・実行委員ともに今後の活動に向けて大きな自信につながりました。今後も講演会や勉強会を元気塾で繋がった塾生と一緒に開催していきたいと考えています。



# スマホで動画配信を学んで 地域のダイヤモンドを探そう!

主催：九州カラット倶楽部実行委員会  
(九州カラット倶楽部・福岡市中央区役所・福岡市男女共同参画センター「アミカス」)

## 私たちが目指したこと

九州カラット倶楽部は、多様な専門職が集まる30代から80代の多世代グループで、「カラットと明るく、いくつになっても輝く自分を磨き続ける」がモットーです。輝く女性をもっと増やしたい。そんな思いから、開発・発展著しい福岡市中央区にスポットを当て、タウン誌などでは紹介されていない「いいヒト・いいコト・いいバシヨ」を女性視点で探し、動画で発信することを目指しました。



## 私たちが行ったこと

動画やITスキルの講師は、中央区の(株)トリプルというママたちが働く動画制作会社の開地恭子社長とYOKOさん。現役バリバリのテレビ局ディレクターにプロのノウハウを学びました。また、初めて経験される方々の不安や疑問を軽減するため、講師と塾生をつなぐコーディネーターを実行委員長 濱砂圭子が務めました。

塾生6人1組のグループを編成し、一人が一本の動画を制作します。グループリーダー(実行委員)は、動画作成をいち早く覚えて、まとめ連絡役としてだけでなく、塾生のサポートも行いました。

最初のテーマ選びの段階では、塾生が中央区の魅力をたくさんピックアップしました。そこで、テーマに偏りはないか、取材は可能なのかなど、みんなで議論をして慎重にテーマを選びました。そして、制作するのに最も大切な構成案を組み立て、それに基づいて、塾生自身が探した中央区のダイヤモンドと思うところへ、取材・撮影に行き、完成にむけて、動画の切り貼り、整理を行い、ナレーションやテロップ入れなどの編集作業を経て、塾生人数分の動画が完成しました。

## 成果と今後について

中央区のダイヤモンドは33件。「いいヒト」=出身のシンガーソングライター、母乳相談室のおっぱい先生、日本舞踊家、ジャズの先生、ラグビーチーム、NPOやボランティア活動など8件、「いいコト」=食育イベント、馬術部、癒し施術、着物、フラダンスなど6件、「いいバシヨ」=寺や神社、公園、市場、領事館、歴史的建造物など19件、どれも中央区らしい特徴ある動画です。女性たちの日ごろの行動力、そして、地域で活動しているからではの着眼点とやり遂げる実行力は目を見張るものがあり、やる気があれば年齢など関係ないことを証明しました。これらの動画は、福岡市役所のホームページ「福岡チャンネル」で配信される予定です。



この度、編成したグループリーダー制が大変スムーズな運営につながっただけでなく、元気塾運営でリーダーシップを身に付けた実行委員も次世代のリーダーとして活躍が期待されます。

今後、この講座で学んだ動画やITスキルを、自分の活動や仕事に生かしていく、そして、ここで生まれたネットワークも大切に育てながら、独自の配信チャンネルを作成して、性別年代を問わず地域の魅力などの発信を続けていく予定です。



# まちとつながる、なかまができるラ♡ぶぜんプロジェクト ぶぜんをもっとスキになる♡

主催：ラ♡ぶぜんプロジェクト実行委員会  
(ラ♡ぶぜん・ハートピアぶぜん・豊前市)

## 私たちが目指したこと

豊前市は、海と山に囲まれた豊かな自然の恩恵と、祖先の残してくれた香り高い文化に恵まれて発展してきたまちです。しかしながら、現在の豊前市は、少子高齢化の問題に加え、若い世代が市外に出て行ったまま豊前市に戻らず、まちに活気が無いといった課題を抱えています。他の市町村の方がより魅力的であると感じている人がいるため、転出していくのではといった意見もありました。私たちは、豊前の新しい魅力を発見し、発信することで、もっと豊前市の魅力を多くの人たちに知ってもらいたいと考えました。

①新しい気づき（見方を変えた捉え方）とSNSを活用した発信方法を学ぶ、②地域の人材とつながることで次の活動につながるネットワークをつくる、③新しい視点からの提案により、まちの活性化・地域づくりに参画できるような人材の育成、④成果物であるフォトブックを足掛かりに他団体とのつながり・連携を考える。また、今後の活動につながる目標を見つけるといったことを目指し、今回の講座を企画しました。



## 私たちが行ったこと

全5回の講座では、主に写真の撮り方、当たり前の風景を視点を変えて撮るコツ、撮影した写真の加工、SNSを活用した発信方法について学ぶ場を設けました。第3回講座では、実際に豊前市内の商店街に移動し、フィールドワークを行いました。錆びたシャッターや、細い路地、お店の看板、懐かしい自動販売機など普段は目に止まらな

い場所にも立ち止まり、豊前の隠れた魅力を撮影しました。塾生それぞれの思いが込められた写真は、成果物としてフォトブックにまとめられました。

講座を通じて、「『楽しかった』『技術を学べてよかった』では終わらず、自分なりの豊前市の魅力発信を継続していきたい。」といった感想もありました。単なる撮影や発信などの技術的なことだけに限らず、豊前市に隠れた魅力がたくさんあることが、塾生に対して伝わったということで、実りのある連続講座でした。



## 成果と今後について

連続講座は5回を以て修了しましたが、「ラ♡ぶぜん」の活動は今後も続いていきます。

塾生の1人から、「講座を通じて身に付けたスキルをパンフレットに掲載する写真に活用できるのでは。」ということで観光協会とのパンフレット作成のコラボ企画の話がありました。このコラボ企画を「ラ♡ぶぜん」の活動の新しい一歩として、塾生と実行委員が一体となって、豊前を元気にしていきたいと思います。



# 古賀に恋しに来んね大作戦!

主催:コガジョ塾実行委員会  
(古賀市女性起業家サロンkoga-jo・古賀市)

## 私たちが目指したこと

自然豊かで交通アクセス抜群、便利で住みやすい!魅力がいっぱいのまち「古賀市」を、もっとたくさんの人に知ってほしい!通り過ぎず立ち寄ってほしい!!女性の力で古賀市を元気にしたい!という思いからコガジョ塾実行委員会が立ち上がりました。

「古賀に恋しに来んね大作戦(コガ コイ コン)」と名付けたこの事業では、古賀の魅力を再確認、再発掘して発信し、たくさんの人が訪れたくなるまち、温かい人のつながりのあるまち、「古賀市」のPRをめざしました。

## 私たちが行ったこと

全8回の講座を開催。

講座の前半では、古賀市の新しいデートコースマップ

「KOGA KOI MAP(コガコイマップ)」を作成しました。まずは、取材の方法や、写真の撮り方を月刊誌のプロの編集長から学びました。それから実際にまちを歩いてお店やスポットの取材を行いました。デザインは古賀市で活躍する女性グラフィックデザイナーを起用し、自信をもってお勧めできるガイドマップが完成しました。



講座の後半は、KOGA KOI MAPのおすすめスポットを巡る「古賀に恋しに来んね♡お見合いバスツアー」の企画です。古賀市の魅力を実際に伝えながら、出会いを求める男女を応援するにはどのようなバスツアー行程にしようか、塾生と実行委員で何度も話し合い計画しました。

参加希望者は予想以上に集まり、定員を4名増やしてお見合いバスツアー当日を迎えました。お天気はあいにくの雨でしたが、朝からハートの手水鉢のある古賀神社への参拝⇒古賀市立歴史資料館で縁起のいい杏葉づくりワークショップ⇒お昼は薬王寺温泉にある旅館「鬼王荘」で古賀の伝統料理「鶏すき鍋ランチ」、その後、一般道から入ることができる古賀サービスエリア(下り)へ行きました。最後は古賀市の新スポットであるお山の果樹園Taniyama

カフェへ行きました。結果は、2組のカップルが成立し、大成功でバスツアーを終えることができました。



## 成果と今後について

「KOGA KOI MAP」は若い世代に向けてのデートコースマップとして5000部作成しましたが、中学生からご高齢の方まで広く好評の声をいただいています。実際にInstagramでコガコイマップを見ながら古賀市のスポットを楽しんでいる投稿を拝見することもできました。

取材では、古賀市に居住している塾生も知らないスポットや魅力を見つけることが出来ました。塾生がそのお店やスポットへ実際に何度も足を運ぶことで、古賀市を元気にしたい私たちの想いのお店の方たちへ伝わり、地域とのネットワークができました。塾生一人一人のパワーは予想以上に大きく、一市民のパワーでまちを変えるきっかけを作ることが出来るという手ごたえを感じました。

今後はKOGA KOI MAPのWEB閲覧を可能にしたいと考えています。冊子としても増刷したいので、費用の調達方法などを検討しています。古賀市を実際に訪問し楽しむ方が増えると嬉しいです。



# 篠栗町サバイバル系女子育成講座 地域防災の向上は 女性の意識改革から

主催：サバイバル系女子育成講座実行委員会  
(篠栗町消防団女性消防隊・篠栗町)

## 私たちが目指したこと

私たち「サバイバル系女子育成講座」実行委員の母体である篠栗町消防団女性消防隊は、常日頃から町の防災や救命に関わる活動を行っています。そして、実行委員全員が、普段は教育や福祉などの仕事を持つプロフェッショナルであり、子育て真っ最中の母親です。私たちのそうしたバックグラウンドは、意識や知識の面で防災活動にしっかり生かされていると感じます。

しかし、私たちのように町で消防や防災に関わる女性は、男性に比べて非常に少ないのが現状です。

子育てや介護など生活の中でさまざまなケアを行っている女性の鋭い意見や力は、災害への備えに生かすことができます。そこで地域の女性たちに、自分自身の価値に気付いてもらい、地域の災害に関する問題を学び、討論し、発言する機会を設け、家族を守る（自助）、そして、地域の防災リーダーにもなれる自信がつく講座を開こうと、私たちは考えました。



## 私たちが行ったこと

避難所の在り方が問われる中、女性の参画が必要なことが周知の事実となっています。そこで、開講式には熊本から実際に避難所を運営された吉村静代さんを講師にお招きし、ノウハウを学びました。2回目には、暖が取れない状況でどうやって火を起すか、避難所の衛生、アレルギー対応などを福岡市キャンプ協会の中島宏会長の指導のもと、野外調理を通して身につけました。3回目は凶上避難訓練DIG (Disaster Imagination Game)、避難所運営ゲームHUG (hinanzyo Unei Game) で、次々に押し寄せる避難者への対応がいかに難しいものかを目の当

たりにし、ディスカッションも活発に行いました。4回目は体育館に避難所を作りました。ダンボールベッドやトイレを設置し授乳室なども作りました。実際に作ってみることで課題がはっきりとわかってきました。

全ての回が実践的であり、「自分事」ととらえられる内容を学ぶことで、有事の際には「自分はこうしよう!」「こうしたらもっと良いのではないか?」と具体的に考えることができるよう企画しました。



## 成果と今後について

塾生の多くが子育て世代や現役世代です。実際にこれから地域リーダーとして頑張っていく世代が集まり、学び合えたことが成果と言えるでしょう。講座をとおしてそれぞれの経験をシェアしながら、一緒に新たな課題に気づけたことで、「じゃあ何かやってみよう!」と思ってもらえたことが今後につながっていきます。

今後、女性消防隊と一緒に避難所運営マニュアルをより良くするプロジェクトや防災食品プロデュースなど、多岐にわたる活動に取り組む予定です。燃え始めた熱意を絶やさないよう、「女性×防災×地域」という輪をこれからもつなげ、広げていきたいです。





# 私の好きをカタチにする 大木町に暮らす女性がキラキラする町であって欲しい

主催：きらきら∞おおきつ娘実行委員会  
(きらきら∞おおきつ娘・大木町)

## 私たちが目指したこと

大木町は、活動的な人や地元愛の深い人が多い一方、まちを盛り上げるために自分が何をどこでやれるのか、かつて学んだ専門分野をどうしたら発揮できるかを挑戦する機会が少なく、うずうずしている状態でした。この元気塾を通して、「まちのために何かをしたい!」と、うずうずしている人材を発掘し、その人たちが輝ける機会を設けることを目指しました。



## 私たちが行ったこと

まずは、「大木町で何かをやってみたい、始めたい、チャレンジしたいと思っている20歳以上の女性」を応募対象としたところ、20歳から63歳の29名が集まりました。

第1回の講座では、他市町村の事例を参考に、まちの賑わいを生むために必要なことを学び、更に講座を終えた後には、自分がやりたいことをアンケートに記入してもらいました。結果、「私の好きをカタチにする」ためのマルシェを開催することに決めました。

第2回の講座では、どんなマルシェにしたいか、自分が何をしたいかを話し合い、みんなの前で発表してもらいました。発表後は、出品担当・運営担当に分かれ、マルシェを成功させるために必要なことについて各グループで協議しました。

第3～4回には、大木町で起業されたパン屋「ニコパン」の北島美香さんを講師に招いて、マルシェでの売り場の見せ方や、会場のセッティングや広報の方法について学びました。

第5回は好天に恵まれ、12月にも関わらず暖かい陽だま

りの中、マルシェを開催することができました。塾生みんなで円陣を組みモチベーションを上げて挑んだマルシェは、初めてとは思えないほどの大盛況で無事に成功することができました。たくさんのお客様が来られました!



## 成果と今後について

今回のように幅広い年代、趣味を持つ多くの世代が交流し、コミュニケーションを深めることで、「一人でもできること」、「みんながいるからできること」を存分に実感することができました。また、大木町でやりたいことができる可能性を見極めることができ、大木町のために何かをしたくてうずうずしている人材を発掘できたのはもちろんのこと、これからも継続して大木町の発展に寄与したいという仲間がたくさんできました。元気塾を通して、塾生同士のネットワークが確立され、大木町の今後の女性の活躍推進を図るために必要な住民と行政との繋がりができたと感じました。

今後は、女性の視点・意見をまちづくりに活かすために、「境公雄町長と直接意見交換を交わせる場を設ける」、「活躍の場を増やすために町のイベントへの出店をする」等、取り組んでいく予定です。



# 元氣塾実績

年度	実行委員会	テーマ	講座名	市町村
平成28年 (2016年)	マチをつくる。筑後姉妹。 実行委員会	まちの活性化	子育てしたいマチ。夢がかなうマチ。仕事ができるマチ。 そんなマチをつくる。	久留米市
	飯塚市「女性による元気な地域づくり 応援講座事業」実行委員会	まちの活性化	わたしにだってできるっちゃね!! ～自分にフィットする活動の探し方～	飯塚市
	春日市「女性による元気な地域づくり 応援講座事業」実行委員会	防災	学校に避難者が殺到! その時あなたができること	春日市
	糸島市「女性による元気な地域づくり 応援講座事業」実行委員会	まちの活性化	いと元氣塾 輝く女性が地域を元気に	糸島市
	女性げんきプロジェクト実行委員会	まちの活性化	女性げんき塾 あなたの暮らしがもっとワクワクする!	築上町
平成29年 (2017年)	「女性防災リーダーに私はなる!」 実行委員会	防災	女性防災リーダーに、私はなる!	直方市
	ないある後藤寺実行委員会	まちの活性化	“ないものねだり”ではなく、 “あるもの活かし”後藤寺まちづくり	田川市
	ひろかわまちじょ実行委員会	人材発掘	ひろかわまちじょ 女性の明るい未来応援プロジェクト	広川町
	コワーキングラボ おおのじょう実行委員会	働くママ応援	託児付コワーキングスペースを生み出す学びの6ヶ月 わたしを活かす場をつくる	大野城市
	志免活性化チーム実行委員会	まちの活性化	志免活性化チーム結成! イキイキとした女性が増えるとまちは明るくなる	志免町
	苅田町「女性による元気な地域づくり 応援講座事業」実行委員会	人材発掘	imojoプロジェクト始動! 私自身をワンランクアップ	苅田町
平成30年 (2018年)	七国女子実行委員会	まちの活性化	ナナジョが輝く ナナジョがつながる 私、ななこく女子	筑後市
	“おごおりチャンネル”実行委員会	まちの魅力発見	スマホアプリで動画をつくる!	小郡市
	すきsuki♥おはなし会実行委員会	人材発掘	心地よい暮らしづくり“楽”校	太宰府市
	郷をつくる。ふくつ姉妹。 実行委員会	まちの活性化	「ふくつ姉妹。」プロジェクト ～福津のまちが好きの人がつながり、何か始めよう!～	福津市
	「みんなで(男女)でできる防災」 実行委員会	防災	他人事ではない、いつかくる!自然災害。 私の防災準備講座	嘉麻市
	「手をつなごう朝倉防災プロジェクト」 あさくら元氣塾実行委員会	防災	実践!命を守る 防災力講座	朝倉市・筑前町・ 東峰村
	那珂川「市-ichi-」実行委員会	まちの活性化	那珂川市-ichi-つくります!	那珂川市
	「うみ☆ガールズ」実行委員会	人材発掘	うみ☆ガールズ塾 ～宇美愛で100年つなげるプロジェクト	宇美町
令和元年 (2019年)	女性防災リーダー育成研修 実行委員会	防災	「災害と女性」 知る。学ぶ。命を守る行動へ	北九州市
	おやすみ処ami実行委員会	不登校支援	不登校の保護者を支援する保護者サポーター	北九州市
	九州カラット倶楽部実行委員会	まちの 魅力発見	スマホで動画配信を学んで 地域(中央区)のダイヤモンドを探そう!	福岡市
	ラ♡ぶぜんプロジェクト実行委員会	まちの 魅力発見	豊前のミリョク新発見	豊前市
	コガジョ塾実行委員会	まちの 魅力発見	古賀に恋しに来んね大作戦	古賀市
	サバイバル系女子育成講座 実行委員会	防災	女性のための防災塾 災害時の避難生活、サバイバル方法教えます	篠栗町
	きらきら∞おおきつ娘 実行委員会	人材発掘	私の好きをカタチにする	大木町

●●●●●● これからも「あすばる」は地域で活躍する女性達を応援していきます。●●●●●●



<https://www.asubaru.or.jp/>

あすばる

