

子育てを、まちでプラスに。
**comachi
plus**

企画：認定特定非営利活動法人 こまちぷらす

編集協力：NPO法人森ノオト

発行日：2023年3月27日初版

発行者 認定特定非営利活動法人 こまちぷらす 理事長 森 祐美子
横浜市戸塚区戸塚町145-6 奈良ビル2F

【内容についてのお問い合わせ】 認定NPO法人こまちぷらす事務局

Email : staff@comachiplus.org Tel : 045-443-6700

※ 本書の本文及び写真等をご使用される場合は、当法人までご一報ください。

本書は日本財団の助成をうけて作成いたしました。

Supported by  日本 THE NIPPON
財団 FOUNDATION

2022年度 日本財団助成

「社会的孤立を防ぐ
『地域コミュニティ構築人材』
の育成と展開事業」

報告書

“心地よい関わり”のある
“居場所”をまちに増やしたい

認定特定非営利活動法人
こまちぷらす



目次

はじめに	P3
本事業の背景	P4
事業紹介	P5
講座とインターンシップ	
講座とインターンシップ内容	P6
見えてきた課題と考察	P8
講座とインターン：出張こまちカフェ	P10
調査研究報告	
「豊かな参加・関わりが生まれている居場所の 仕掛けや仕組みの可視化/分析」	P12
検討会	
検討会の目的・背景・スケジュール	P16
検討会～最終フォーラム	P18
提言	P20
オープンソース／参加団体感想	P22
ご寄付案内／編集後記	P23

はじめに

人とゆるやかにつながるための場、その人らしくいられる場、人間性を回復するための場として、居場所やサードプレイスの重要性は増しています。この本を手にとった方の中には、「こんな場があったらいいな」「自分で場をつくりたいな」という強い思いをお持ちで、具体的に居場所の立ち上げを構想をしている方もいるかもしれません。しかし強い思いがあっても、立ち上げ初期も、立ち上がったからも、待ち受けている多くの困難を乗り越えるのはなかなか大変です。世の中ではこんなに「居場所が必要」と言われるけども、それを立ち上げるのも、続けるのもこんなにも壁があるのか…と立ち止まって、本書を手にとった方もいるかもしれません。

認定NPO法人こまちぶらすでは、居場所づくりの壁を乗り越えることを運や自助努力に任せるのではなく、もう少し手前から、もしくは周りの環境整備からはじめていかれないかと考えました。本書では、当法人による、心地よい関わりのある居場所をまちに増やすための講座やインターンシップの実践紹介、官民が連携した検討会を通して、社会への提言をまとめています。居場所づくりをしたい方と、それを支える方々の参考にしていただければ幸いです。

居場所づくりをしたい方へ

本書では、心地よい関わりのある居場所の構想、立ち上げ、継続の段階において、どんなことに取り組む必要があるのかをイメージすることができます。また具体的に居場所運営で活用できるオープンデータも紹介しています。

居場所づくりを支えたい中間支援団体の方へ

本書では、居場所をつくりたい方へ伴走する側が大事にしたい視点について学ぶことができます。中間支援団体の実践例も紹介しています。

居場所づくりに関心のある民間企業の方へ

本書では、居場所を立ち上げたい市民の自助努力だけではなく、社会全体で支えられるような仕組みについての提案をまとめています。市民との接点構築のヒントとしてお読みください。

本事業の背景／事業紹介

こまちぷらすとは...

私たちこまちぷらすは「子育てをまちでプラスに」を合言葉に、「子育てが『まちの力』で豊かになる」社会を目指すというビジョンを掲げ、その社会を実現するために「孤立した子育てをなくし、それぞれの人の力が活きる機会をつくる」というミッションに基づいて活動をしています。

「豊かな子育て」環境を実現するために、「まちの中で我が事として子育てに関わる人口を増やす」ことと、「対話の場と出番をつくる」ことが大きな成果を生み出す「てこ」になると考え、こまちカフェという居場所における対話と出番をつくるコーディネートに2016年度より取り組んできました。2022年にはこまちカフェの姉妹店「こよりどうカフェ」をオープン。400年の歴史を持つお寺の境内のお堂にて運営し、まちの様々な人にとっての「ヨリドコロ」となるよう、ゆるやかな出会いのきっかけをつくっています。



こまちカフェ



こよりどうカフェ

こまちぷらすその他事業紹介→



事業背景

居場所は社会的孤立を防ぎ、人間性を回復するサードプレイスとしてまた市民参加の場として昨今注目されていますが、一市民がそれらの居場所を立ち上げ継続するには大きなハードルがあります。市民が自分の身近なところで居場所を立ち上げやすい環境を、官民連携で整えていきたいという思いで本事業がスタートしました。

なぜ心地良い関わりのある居場所が増えないのか？

立ち上げ時の
チャレンジを支える
資源不足

居場所を立ち上げる多くの方は、起業経験や経営経験がない一般市民です。こまちぷらすも同様に、市民活動や個人の生活の延長線上で居場所の立ち上げを構想し、実際に作ってきました。よく言われる「人・場・お金」という3大資源のうち、特に初期費用、人的ネットワーク、場を見つけるための伴走支援は欠かせませんが、そのどれも起業初期は個人の力では広げきれない現状があります。よって、官民の様々な資源でその居場所をつくる最初のハードルを下げ、また継続していくための後方支援を、効果的に行っていく必要があると考えます。

立ち上げ後の
豊かな参加を
生み出し続ける
ノウハウの可視化や
蓄積が少ない

居場所を立ち上げた後、

- ・ イベント企画や飲食の提供をしながら
- ・ 組織運営をしつつ
- ・ 事務処理・経理処理をしながら
- ・ 事業として成り立たせ
- ・ 外部関係者との連携協働をしながら
- ・ 豊かな関わりや参加を生み出していく

ということを、多様な価値観をもつ人たちが、関わる人に十分な給料を払えないまま（もしくはボランティアに近い状態で）実施していく困難さ。特に豊かな関わりを生み出していく、という部分のノウハウの可視化や事例、蓄積が少ないのが現状です。無理をして活動を続けていくうちに、バーンアウト（燃え尽き）し居場所を閉じるケースも少なくありません。

事業設計のポイント

今、社会にとって必要だと思ったこと

1

立ち上げ前の伴走 講座 & インターン

立ち上げ前に効果的に、居場所の立ち上げに必要なことを短期間で学び、かつ、実務を体験することで構想をつくりやすくする「仕組み」が必要。

2

豊かな参加・関わりが生まれている 居場所の仕掛けや仕組みの 可視化/分析

継続していく上でどんな人がどんなことを理由に関わって、そして関わり続けているのかを明らかにすることで、居場所に豊かな関わりが生まれ続けるヒントを明らかにする。

3

立ち上げを 官民で支える 仕組み

立ち上げを市民の自助努力だけではなく、社会全体で支えられるような仕組みを明らかにする。

⇓

1

連続講座 × インターン

[2022年7月～]

- インターンつき講座(全国の居場所を立ち上げようとしている方々向け)で参加者を募集 [2022年5月～6月]
- オンライン講座4回及びこまちカフェでの一泊二日インターンを実施 [2022年7月～9月]
- 最大3団体に伴走を実施 [2022年12月～2023年3月]

⇓

2

居場所と豊かな参加に ついての 全国調査

[2022年7月～12月]

早稲田大学石田光規教授とともに、全国の13か所の居場所(団体カフェ機能あり、団体カフェ機能なし)へのアンケート調査を実施し、「居場所と豊かな参加」について調査を実施。

⇓

3

官民で居場所の 立ち上げ支援をする 仕組み検討会

[2022年7月～2023年2月]

株式会社イミカ代表取締役の原田博一さんのファシリテートのもと、こまちぷらす、横浜市都市整備局地域まちづくり課まち普請担当者、eumo最幸顧問新田さんが参加。どのようにしたら初期立ち上げ費用、ネットワーク、人的支援を社会でサポートできるかをテーマに話を深める。

その結果生み出した価値

- 居場所に関わる、通う個人のWell-being、力の回復、エンパワーメント
- ローカルな豊かなつながり（既存のローカルネットワークとは別軸にあることも重要）
- 課題の捉え方や関係性の変化（課題そのものはなくなっても、個人の向き合い方や捉え方、周りとの関係性が変わる等）
- まちへの愛着や主体性の回復
まちをつくっていくのは「誰か」と人任せではなく自分たちがつくっていく感覚へ。
- 一人一人の活気と出会いが生み出す新たな事業/社会・経済（共感資本経済）
- 文化的な豊かさ

1 講座とインターンシップ

今回のプログラムは、こまちカフェの事例や実務を「一例」として伝えたり体験したりしてもらいながら、参加する皆さんが作りたい居場所を考える場として構成しました。参加者それぞれが、作りたい居場所を考える時間をたくさんとり、自分自身の「心地よい関わりが生まれるカフェ(居場所)」がイメージできて、言語化・具体化できるようにインプットとアウトプット/実務を組み合わせて実施しました。

- 事前説明会を3回実施@オンライン
- 受講費用 11,000円(人/税込)
2名様での申込を受付
交通費補助あり
- 8団体、16名参加

講座設計

第1回 「なぜ、何のためにカフェを？」

2022年7月12日

ライフ
ヒストリー
グラフを描く

原点・核・思い+構想。最終的に関わりが生まれる居場所があることでどんな社会をつくりたいのかを言語化します。

第2回までの宿題として、ライフヒストリーを振り返りながら、原点の性質や性格、原点となる過去の体験やエピソードと、きっかけとなる出来事を書き出し、譲れない点をさらに深掘りしてきてもらいます。

第2回 「どんなカフェをつくりたい？」

2022年7月26日

やりたいこと
ワークシートを
描く

どんな居場所にしたいか、飲食?雑貨?スペース貸し?など、具体的な内容を組み合わせ考えてみます。第3回目までの宿題は、

思いを実現するための手段として、どんな事業をするのか。①写真や絵、文字で場のイメージを描くことと②収支計算ができるエクセルを自由にさわってもらい、収支や規模感を探りながら具体化していきます。

第3回 「どのようにカフェをつくる？」

2022年8月9日

構想を
練る
ペアワーク

思いを形にするために、資金調達の仕方、人や場所の見つけ方を原点と現実をいったりきたりしながら探ります。宿題として、収支をお金だけで考えない、今いる

メンバーだけでやろうとしないために、「関わり」を生む仕組みを考えて、構想と収支計画を再度つくってきてもらいます。

第4回 「心地よい関わりを生むために」

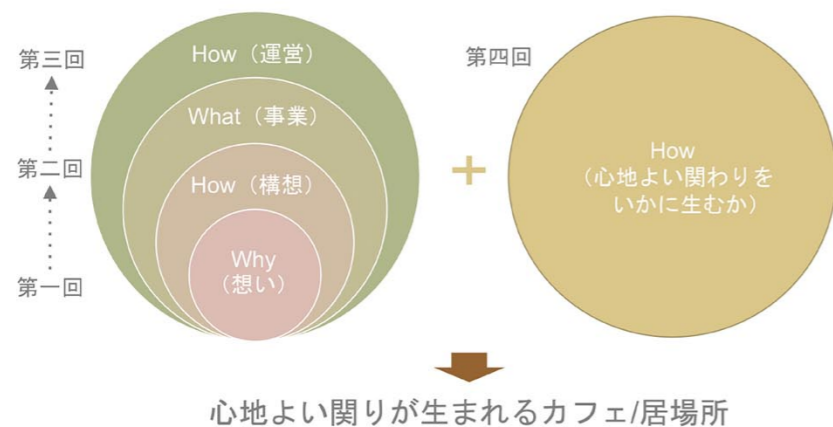
2022年8月30日

効率と
非効率を
分けて考える

心地よさの感じ方は人それぞれ違います。居場所を設計するためには、価値観の共有と共にルールやマニュアルを極力つくり

「余白」づくりが大切です。それを踏まえて、自分たちが既に持っている資源やネットワーク、場所を明らかにして、「場」の入り口を改めて設計します。インターンの後の中間発表で、原点、構想、関わり合いが生まれる活動と、実施体制、開業までのスケジュール、事業計画(運営前と開始後)、期待する伴走や、懸念点を発表してもらいます。

[心地よい関わりが生まれるカフェ・居場所になるには]



インターン

一步踏み出すと、地域とつながる実感が

こまちカフェでは、飲食の提供、見守り、お菓子の提供と販売、レンタルスペースの運営、手作り雑貨の委託販売など、関わりを生む仕組みを組み合わせています。参加者の「特に知りたい」「実際に見てみたい」に合わせて、スケジュールを立てて実施しました。

インターン参加者さんとお茶会で、みなさんが一生懸命に聞いてくれてブログに共有してくれたり、コメントをくれたりしました。こんな風に感じてくれているんだと、こまちカフェのスタッフもみんな嬉しい時間になりました。



インターン担当：
守家文子
(こまちカフェマネージャー)

スケジュール例

1日目

- 12:30- ランチ (お客様体験)
- 14:00- オリエンテーション
- 14:40- haco+体験
- 15:30- キッチン体験
- 16:30- 振り返り・閉店作業

2日目

- 9:30- 開店準備 ミーティング参加
- 10:00- カフェ見守りボランティア体験
- 12:30- お菓子部門体験

講座とインターンシップを終えて...

全国各地で志のあるお互いの活動に刺激を受けながら、この後、受講生は伴走支援に進む団体と、ここで仕切り直しをする団体、改めてやりたいことを見つめ直す団体とそれぞれの選択をしていきます。

[参加者の感想]

小さなことから一歩ずつ始めてみたいと思います。

譲れない部分に戻りましたが、どう収入を得ていくのかが、今はまだ見えていない感じなので、その設計の考え方が知りたいです。

山形では段階を踏んで活動出来る場所すらなかなかない状態なのでぜひ伴走支援いただき、子育て世代だけではなく多様に利用出来る空間作りがしたいです。

課題が解決できずに、なかなか踏み出すことができずおります。伴走していただけると幸いです。

Instructor profile



メインナビゲーター：
森 祐美子
認定特定非営利活動法人
こまちぶらす理事長

大学時代に任意団体を立ち上げ一日限定カフェやアートマネジメント講座を実施。カフェという場でゲストとホストの区別がなくなる感覚に魅力を感じる。第一子出産直後に感じた育児における孤独感やその後救われた経験から、子育てを「まち」の力で豊かにする環境をつくるべく、2012年にこまちぶらすをママ友達と数人と設立。現在、50人程のスタッフや登録人数250人以上のボランティアと、こまちカフェ等の居場所を横浜市戸塚区の商店会の一角で運営中。



講師：
原田博一
株式会社イミカ 代表取締役
コミュニケーション・エンジニア

1999年富士通(株)入社、2007年より(株)富士通研究所、2017年より現職。ソフトウェアエンジニアを経て、インタビューや現場観察といった定性調査の実践研究と教育に従事。現在は、住民主体の共助活動や企業の組織文化変革といった、価値創造の伴走支援(プロセス・コンサルティング)を行う。内閣府地域活性化伝道師、総務省地域力創造アドバイザー。

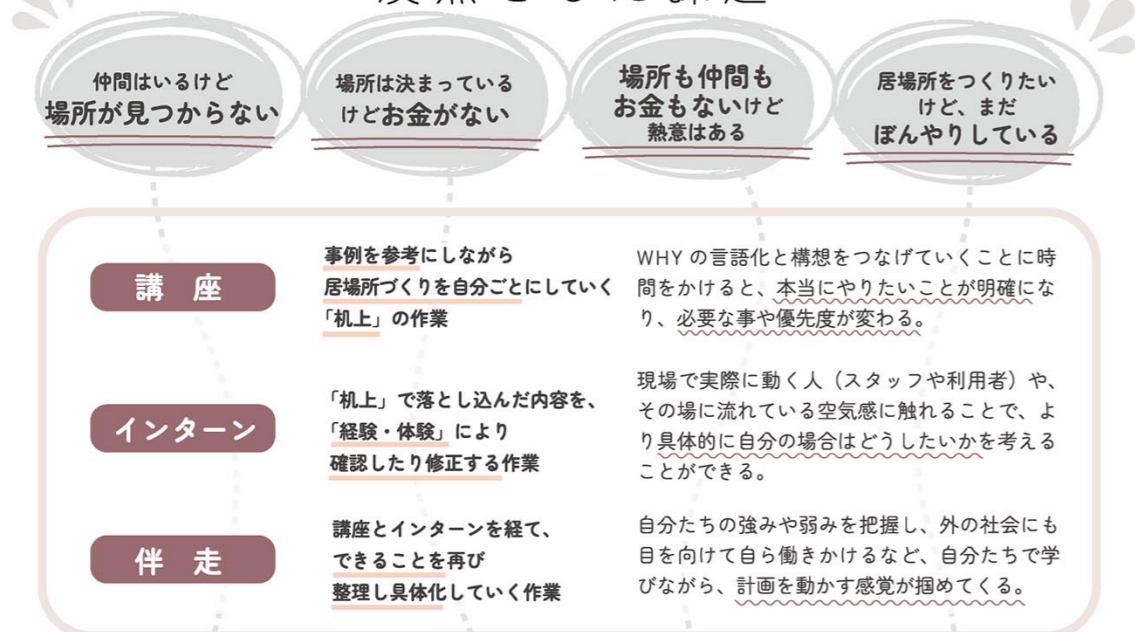
一人ひとりの「やりたい」の解像度を上げる事で、自分たち（もしくは支援・応援したい人たちが）「今、どこにいるか？」の確認をすると、次の一步が見えてきます。“心地よい関わりが生まれるカフェのつくりかた”講座と、こまちカフェでのインターンを体験することで、参加団体にどんな変化があったのでしょうか？

参加団体が抱えていた悩み

講座・インターン・伴走の効果

参加団体に起こった変化

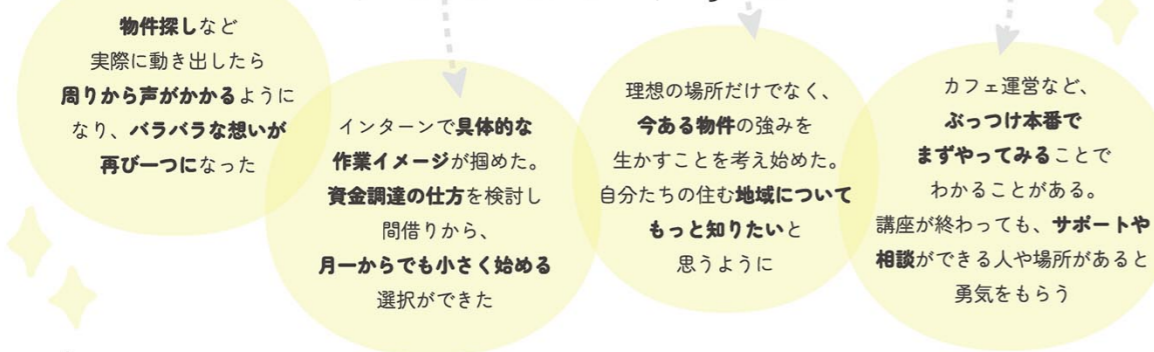
漠然とした課題



講座（対話・思考）＆ インターン（体感・体験）

- ≫ 「場所がない」、「お金がない」と思っていたが、別の方法があることに気づく
- ≫ 仲間の「探し方」や想いの「伝え方への工夫」に気づく
- ≫ 本当にやりたいことを話し合ったら目指す方向性や、背景違い、認識のズレに気づく
- ≫ 頭の中にあったイメージが少しづつ明確になり、軸のブレに気づく
- ≫ 応援する人とのつながりの大切さ、居場所への色々な参加の仕方があることに気づく

アクションや学び



インプット・アウトプット・フィードバックのサイクルで行動量と情報量が加速する

結果と考察

心地よい関わりが生まれるカフェ/居場所づくりにおいて、各団体がどんな段階にあるのかを確認し、それにあった支援や学びが必要であるということがわかってきました。

〔伴走して気付いた、居場所づくりを行う事業者のフェーズ〕

フェーズ	事業者の意識	伴走方針
1	本当にやりたいことが分からない	→ 想いや構想、地域社会に対する問題意識を言語化する
2	どう動き始めたらよいか分からない	→ 活動の起点となる地域社会や市民との接点を見つける
3	どう形にすればよいか分からない	→ 事業開始に必要な契約・許可・申請について助言する
4	どうやりくりすればよいか分からない	→ 事業継続に必要な管理・運営・経営について助言する
5	どう広げればよいか分からない	→ 事業拡大に必要な知識・伝道・養成について助言する



居場所づくりの伴走では、フェーズの見極めと、個々の価値観と行動様式の把握が大事！

今回のプログラムの課題点

団体のフェーズが分かり、それに相応しい方針があっても……

- 伴走する側の体制と予算が十分でない。
- その地域/団体ならではの個性があり、ヒアリングプロセスの構築に、粘り強く向き合う時間と体力が必要。
- 団体側の事情でインターン来訪が難しい。
例えば、子どもを1泊2日預けられる人がいないなど、学びたい人を支える人や仕組みも必要。

中間報告会

2022年11月12日
10:00 - 12:00 @オンライン

7団体による発表

評者・ゲストの方々からの講評

評者

- ・ 非営利株式会社eumo最幸顧問新田信行様
- ・ 横浜市都市整備局地域まちづくり課の方
- ・ 株式会社イミカ代表取締役原田博一様

講座&インターンシップに参加した7団体によるオンライン報告会では、これまでの取り組みにおける気づきやチャレンジの発表が行われました。その後、伴走支援を受ける3団体が決定されました。

全国に居場所立ち上げ
支援の輪を広げる新しい枠組み

「出張こまちカフェ」@長野



横浜を飛び出して、長野県に出張して行った2日間の連続講座と出張こまちカフェでのインターン。特定非営利活動法人CRファクトリーが立ち上げたネットワークで長野県長野市の中間支援組織「市民協働サポートセンター（愛称まんまる）」と繋がりができ、そのご縁から今回の共催企画が実現しました。居場所を求める人だけでなく、支える側となる行政や中間支援団体には何が求められているのでしょうか？

実施体制

主催：認定特定非営利活動法人こまちぶらす
共催：特定非営利活動法人
長野県NPOセンター
協力：市民協働サポートセンター（長野市）

参加者と参加地域

オンライン事前説明会：
10名参加（内録画視聴希望者3名）
講座インターン参加者：
長野県内 11名 8団体
（長野市7名・飯綱町1名・
松本市1名・阿智村2名）
・地域の活性化と生きがいになるような場所をつくりたい方
・中高生の居場所をつくりたい方
・自分にとって「あったらいいな」と思える居場所をつくりたい方
多様な志を持ち地域を超えた交流プログラムとなりました！

講座 & インターンシップ構成

オンライン講座（4時間）
インターン（5時間）
リアル講座（4時間）
計13時間の構成で実施しました。



講座のチラシ

講座
(オンライン)
@zoom

2022年11月26日(土) 10:00 - 12:00

第1回「なぜ、何のためにカフェを？」
原点・核・想い+構想を言語化。こまちぶらすの実例を聞いた上で、参加者の「原点/構想」をアウトプットしたり、参加者同士の対話を通して深めました。

同日13:30 - 15:30

第2回「どんなカフェをつくりたい？」
どんな場所にしたいか、具体的な内容（飲食？雑貨？スペース貸し？）や組み合わせ、収支、規模感などを考えていきます。

インターンシップ
@寺町商家

2022年12月3日(土) 11:00 - 17:00

ワンデイこまちカフェ体験
寺町商家（長野市松代町）にて、実際にお客様を迎えながらカフェ運営を体験しました。

講座
(リアル)
@もんぜんぶら座

2022年12月4日(日) 10:30 - 12:30

第3回「どのようにカフェをつくる？」
同日 14:00 - 17:00
第4回「心地よい関わりを生むために」
会場：もんぜんぶら座（長野市新田町）

ワンデイこまちカフェ

長野市の文化財である貸スペースに、こまちカフェスタッフがケーキや焼き菓子・ドリンク、店内で販売している雑貨を携え出張。居場所作りを目指しているインターンの皆さんと「ワンデイこまちカフェ」を運営しました。

場所は変われど、その日お迎えしたお客様に心地よい空間をお届けできるよう工夫をし、お客様に「参加」の機会を提供していくことが、こまちカフェの大きな特徴の一つ。それを再現できるよう、ほぼ初対面のインターンの皆さんと想定外のトラブルを何とか乗り越え、心地良

い空間を作ろうと試みました。「参加」の機会としては、横浜市戸塚区でお届けしている出産祝いに同封するメッセージカードをお客様に書いていただき、場や団体の活動への参加だけではなく、社会との関わりをイメージする時間もとっていただくことができました。

焼き菓子の説明をする
インターン参加者



お客様に書いていただいた
メッセージカード

参加したスタッフ

こまちカフェスタッフから2名（荒井裕子・海野永）

参加の仕掛け

お子さん用おもちゃ/出産祝いに同封するメッセージカード/見守りボランティア

当日提供した
デザートプレート



手作り雑貨haco+

【参加者の感想】

普段住人の居ない古民家をお借り出来ることになりました（月に1度の活動日のみ）。その持ち主の方にも、私たちの活動内容や主旨をご理解頂き今後いろいろとご協力頂けそうです。

知人に声をかけたら、多くの人が何かできる事やります！と言ってきて、早速cafeのグループLINEを作りました。

人に話したりすることで、情報が入ったり、像が少しずつクリアになってきたり、という感じです。まだまだです。

本事業の成果

- 居場所づくりを目指す人との志縁・仲間づくり
- 参加者同士で異なる視点から得られる学び
- 地域内での人や団体、既存施設との協働



自分の地域で「出張こまちカフェ」をやりたいという方・地域の方へ

こまちぶらすの目指すビジョンや雰囲気を理解した上で、参加希望団体の選定、声かけによるマッチングをしました。居場所支援の講座プログラム運営やオープンソースを活用してもらうため、こまちぶらすと地域をつなぐ架け橋になれるよう動いてきました。

（特定非営利活動法人長野県NPOセンター
市民協働サポートセンターコーディネーター田中一樹）

2 調査研究報告

「豊かな参加・関わりが生まれている居場所の仕掛けや仕組みの可視化 / 分析」

早稲田大学石田光規教授とともに「団体への参加」をテーマに全国の居場所づくりを行っている団体へアンケート調査を行いました。こまちぶらすはこれまでも石田教授と居場所に関する調査研究に取り組んできました。本事業における調査では過去の調査を前提としています。

- 実施
早稲田大学文学学術院石田光規教授・認定NPO法人こまちぶらす
- 実施時期
2022年7月～12月

過去の調査研究

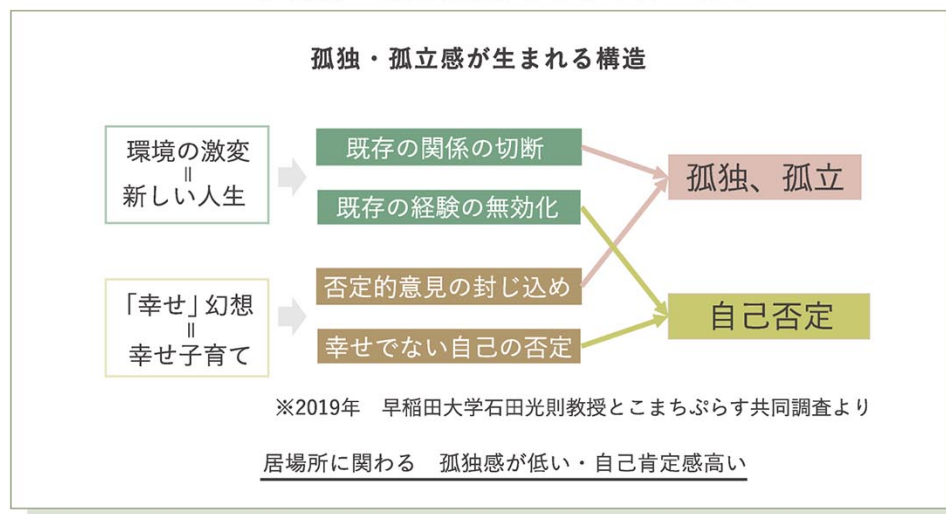
● 「子育てにおける孤立と居場所」についての調査研究

実施：早稲田大学石田光規教授・認定NPO法人こまちぶらす
実施期間：2018年10月

論文「子育て期にある母親の居場所としてのNPOの可能性」



[過去の調査研究からわかったこと]



本調査の目的

● これまで見てきたこと

- ・ 団体に参加している人の孤独感が低い
- ・ 団体に参加している人の自己肯定感が高い

● 問い

全国の「子育て×カフェ型居場所×参加の余白がある場」において、どんな人が関わっているのか。何故関わりつづけているのか。豊かな関わりを生むためにどんな工夫があるのか。

● 調査前の仮説

- ① 良質なクチコミ：情報+雰囲気
- ② 誰かからの後押し
- ③ 参加の余白がある

● 今回の調査で見たいこと

- ・ どのような人が積極的に団体に参加しているのか
- ・ 活動に満足している人はどのような人なのか
- ・ 団体の代表とそのほかのメンバーの考え方や満足や参加

profile



石田 光規
(いしだ みつなり)

早稲田大学文学学術院教授。現代社会の人間関係、孤立をテーマに実証的に研究をしている。社会の個人化が進むとともに、人々の人間関係はどのような様相を帯びるのか、孤立問題といかに向き合うべきか、につ

いての研究・著作多数。主著：『孤立の社会学——無縁社会の処方箋』（勁草書房,2011年）、『「友だち」から自由になる』（光文社新書,2022）他多数

調査概要

調査対象の抽出

地域作り、子育て支援を行っている団体の抽出（13団体）
抽出された団体にメンバー用と代表用の調査を依頼

調査概要

調査時期：2022年8～9月
メンバー票：183 代表票：13

回答者の属性

居住年数

0～3年	4～6年	7～10年	11～15年	16年以上	n
24.6	20.7	15.1	17.3	22.3	179

末子の年齢

0～2歳	3～6歳	7～12歳	13～18歳	19歳以上	n
25	25.6	21.6	19.9	8	176

世帯収入

300万円未満	300～500万円	500～1000万円	1000万円以上	n
18.1	15.4	34.1	9.9	166

働き方

自営業・自営兼手伝い	正規雇用	非正規雇用	産休・育休	無職	その他	n
18.1	15.4	34.1	9.9	18.7	3.8	182

単純な事実

活動の頻度

週1回以上	月2～3回 ていど	月1回 ていど	2・3ヶ月 に1回	半年に 1回	年1回以下	n
31.1	19.8	23.2	10.2	7.9	7.9	177

活動に関わった理由（とても当てはまるのみ）

地域・社会貢献 能力を生かす	他にやる ことない	何か やること 見つける	新しい 知識・ 技能習得	新しい 仲間	新しい 居場所	親しい 人の誘い
22.5	22	5.7	13.6	7.9	29.8	28.8
						36.2

活動に関わるさいに重視（とても重視のみ）

内容・理念 への 共感	知識・技能 の習得 機会	能力発揮	スタッフ の人柄	活動の 雰囲気	通い やすい	お金かか らない	気軽に 休める	知っている 人が いる	家族の 理解	家族と 一緒に 参加
50.3	13.6	19.7	66.9	68.9	58.7	26.3	22.3	22.8	30	45

◎ 活動の頻度...

- ✓ 週1回以上が多い
- ✓ 月1回未満は25%くらい

◎ 関わった理由...

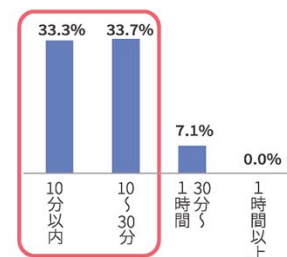
- ✓ 親しい人の誘いが大事
- ✓ 社会貢献、能力の発揮と新しい仲間・居場所という柱

◎ 重視したこと...

- ✓ 雰囲気、人柄、通いやすさなどの組織の要因の重要性
- ✓ 団体そのものの理念の重要性

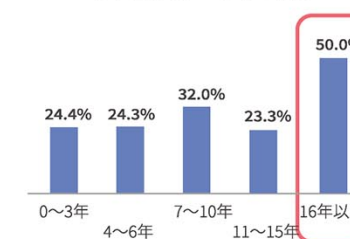
結果1：週1以上参加する人

週1回参加 × 場所までの所要時間



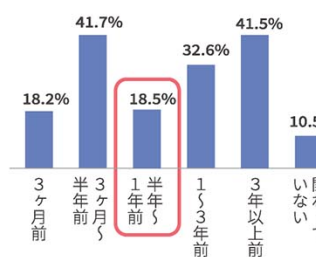
- ✓ 家から近い場所の人が積極的に関わりやすい
- ✓ 30分がひとつの目安

週1回参加 × 居住年数



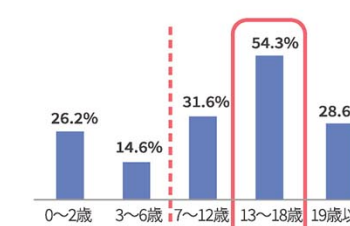
- ✓ 長く住んでいる人が関わる

週1参加 × 活動に関わった時間



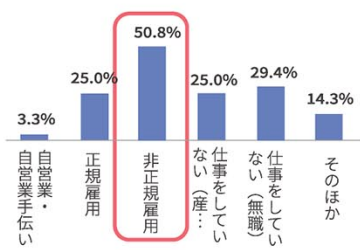
- ✓ 活動に加わってある程度経つと積極的に関わる層が増える
- ✓ 半年を超えたときの停滞期の出現？

週1参加 × 子どもの年齢



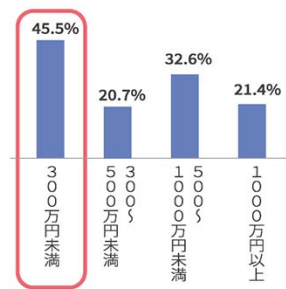
- ✓ あるていどの年齢のほうが関わりがち
- ✓ 末子13～18歳に積極参加層が多い
- ✓ 居住年数と子どもの年齢との相関は強い

週1回参加 × 働き方



- ✓ 非正規雇用の人が積極的に関わりやすい
- ✓ 仕事をしていない人で積極的に関わる人は決して多くない

週1回参加 × 世帯年収



- ✓ 300万円未満の人が積極的に関わる傾向
- ✓ いわゆる高収入の人が積極的なわけではない

結果2：参加の理由、参加と変化

参加頻度別、活動に関わろうと思った理由

理由	週1回程度		n	理由	週1回程度		n
	当てる	やめる			当てる	やめる	
地域・社会貢献	週1回程度	30.2%	53	新しい仲間	週1回程度	26.9%	52
	月2~3回程度	23.5%	34		月2~3回程度	42.9%	35
	月1回程度	17.1%	41		月1回程度	25.0%	40
	月1回より少ない	20.0%	45		月1回より少ない	26.1%	46
	合計	23.1%	173		合計	29.5%	173
生かす能力	週1回程度	24.5%	53	新しい居場所	週1回程度	26.4%	53
	月2~3回程度	17.6%	34		月2~3回程度	44.1%	34
	月1回程度	17.5%	40		月1回程度	30.8%	39
	月1回より少ない	26.7%	45		月1回より少ない	15.2%	46
	合計	22.1%	172		合計	27.9%	172
何かやることを見つける	週1回程度	19.2%	52	他にやること	週1回程度	9.6%	52
	月2~3回程度	11.8%	34		月2~3回程度	5.9%	34
	月1回程度	15.0%	40		月1回程度	2.5%	40
	月1回より少ない	4.3%	46		月1回より少ない	4.3%	46
	合計	12.8%	172		合計	5.8%	172
新しい知識・技能習得	週1回程度	7.7%	52	親しい人の誘い	週1回程度	38.5%	52
	月2~3回程度	8.8%	34		月2~3回程度	34.3%	35
	月1回程度	7.5%	40		月1回程度	32.5%	40
	月1回より少ない	4.3%	46		月1回より少ない	37.8%	45
	合計	7.0%	172		合計	36.0%	172

- ◎ 頻度の高い人
 - ✓ 社会貢献や能力の獲得、発揮を指向する
 - ✓ やることを見つけようとする積極的理由
- ◎ ほどほどの人
 - ✓ 新しい仲間、居場所などを求めた参加
 - ✓ 他にやることがないなど消極的理由
- まんべんなく影響していること
 - ✓ 親しい人の誘いはどの参加頻度の人にも重要
 - ✓ 月1未満の人はとくに重視（一番重視の人が多い）

追加分析（数値略）

子どもの年齢別の活動に参加した理由

- ✓ 未子0~2歳の人
 - 「新しい仲間」「新しい居場所」「他にやることがない」と答えた人が多い
- ✓ 子どもが未就学の人
 - 「新しい仲間」「新しい居場所」を求めた参加が多い
- ✓ 子どもが7歳以上（就学）の人
 - 「新しい仲間」「新しい居場所」を求める人は極端に少なくなる
- ✓ 子どもが小学生（7~12歳）の人
 - 「地域・社会貢献」「能力を活かす」「新しい知識・技能習得」を求める人が多い

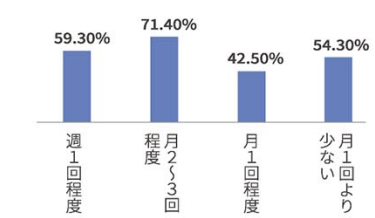
ライフステージによって活動に求めるものが変わる

活動に関わったことによる自身の変化（多重選択）

	自信が持てる	仲間が増えた	家族関係よくなった	視野が広がった	挑戦の気持ち増えた	成長を実感	心身の健康よくなった	物事への機会増えた	新たな能力に気づいた	n
週1回程度	32.7%	81.8%	18.2%	76.4%	40.0%	50.9%	38.2%	54.5%	23.6%	55
月2~3回程度	14.3%	82.9%	8.6%	68.6%	25.7%	17.1%	22.9%	45.7%	22.9%	35
月1回程度	9.8%	63.4%	2.4%	61.0%	24.4%	19.5%	4.9%	31.7%	9.8%	41
月1回より少ない	8.7%	54.3%	4.3%	58.7%	15.2%	13.0%	10.9%	23.9%	6.5%	46

- ✓ 頻度の高い人は非常にポジティブなとらえ方をしている
- ✓ 意義を強く感じるのは月2~3回参加の人くらいまで

参加頻度 × 活動への満足（とても満足）



- ✓ 頻繁に参加する人の満足が必ずしも高いわけではない
- ✓ 月2~3回程度が最も高評価

結果3：代表者の意見と満足

代表が重視することとスタッフの満足

- ◎ 拡大の難しさ
 - ✓ 代表が利用者、事業規模の拡大を重視しない団体ほどメンバーの満足は高い
 - ✓ スタッフの増加を重視しない団体ほどメンバーの満足は高い
- ◎ 内部の気遣いと利用者の満足
 - ✓ スタッフの参加、満足、仲の良さなどが大事
 - ✓ やっていることの価値の重視

代表の評価とスタッフの満足

- ✓ 代表の「順調」という評価とスタッフの満足は必ずしも一致しない
- ✓ 運営について「どちらでもない」と回答した団体の満足度が最も高い

調査結果まとめ

分析1：属性との関わり

- ✓ あるていど近くに住み（30分以内）、その場所に長く居住し、子どもが未就学ではない人の参加が多い
- ✓ 参加の多い人は活動期間の長い人が多いものの、半年から1年の間に活動の谷間が訪れる
- ✓ 非正規で仕事をしている人の活動が多い、所得階層は関連しない

分析2：活動の理由

- ✓ 頻度の高い人は社会貢献や能力の発揮、やることを見つけるなど積極的理由による関わり方が多い
- ✓ 月2回程度の方は居場所や仲間を求めた参加、他にやることがないなど消極的理由の人が多い
- ✓ 子どもが未就学のときには仲間や居場所を求めた参加、子どもが就学すると社会貢献や能力発揮を求めた参加が増える

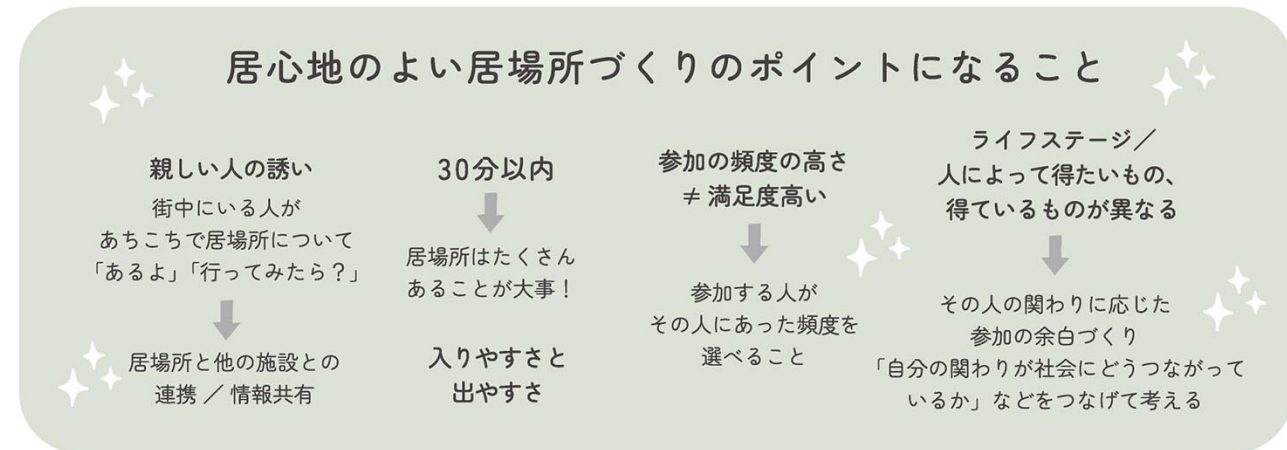
分析3：活動の意義と満足

- ✓ 頻繁に参加している人は活動に高い意義を見出している
- ✓ 活動に意義を見出す人は2週間に1回くらいは参加している
- ✓ 頻繁に参加する人が必ずしも満足しているわけではない
- ✓ 2週間に1回くらいの参加の人が最も満足が高い

分析4：代表者の評価とスタッフ

- ✓ 代表者が利用者の増加、事業の拡大、スタッフの増加を重視しない団体ほどメンバーの満足が高い
- ✓ 代表者がスタッフの参加、能力発揮、仲の良さを気にかける団体ほどメンバーの満足が高い
- ✓ 代表者の「順調さ」の評価とメンバーの満足は必ずしも一致しない

[本調査研究を終えて...]



3 検討会

官民で居場所の立ち上げ支援をする仕組み検討会

本事業では、講座やインターンシップだけでなく、事業の3本目の柱として、官民で居場所の立ち上げを支援する仕組み検討会に取り組みました。社会にとって、今何が必要なのかが見えてきます。

検討会実施の背景と目的

- 背景** 居場所は社会的孤立を防ぎ、人間性を回復するサードプレイスとして、また、市民参加の場として昨今注目されているが、一市民がそれらの居場所を立ち上げ継続するには大きなハードルがある。
- 目的** そこで本検討会では、市民が、自分の身近なところで居場所を立ち上げやすい環境を官民連携で整えていくために、どんな施策や内容が効果的かを検討し、提言を行う。

実施スケジュール

全ての回をオンライン上で開催しました。

第1回 2022年7月14日

第2回 2022年9月13日



中間発表 2022年11月12日(9P参照)

フォーラム 2023年2月2日(18P参照)

参加メンバー

立ち上げを市民の自助努力だけではなく、社会全体でえられるような仕組みを、官民両方の立場から検討するために以下のメンバーで実施しました。

- 非営利株式会社eumo最幸顧問 新田信行 様
- 横浜市都市整備局地域まちづくり課 萩原慶一様、村田晋也様
- 株式会社イミカ代表取締役 原田博一 様 (本事業の伴走者)
- 認定NPO法人こまちぶらす

検討会メンバーの選定理由

非営利株式会社eumo最幸顧問
新田 信行 様

第一勧業銀行(現みずほ銀行)入行後、みずほ銀行常務執行役員、第一勧業信用組合理事長等を歴任。著書に『よみがえる金融』(ダイヤモンド社)などがあり、様々な既存支援に金融の観点から提言・助言を行っている。「金融」を格差を増やすためではなく、人と人をつなげ直すために活用した活動を行い、全国の地域と人・人と人をつないでいる。本検討会には、民間(特に金融)の視点から参加。

株式会社イミカ代表取締役
原田博一 様

鳥取県で住民主体の共助活動の立ち上げ支援、価値創造における挑戦者と伴走者の行動様式に関する研究などを行う。本検討会には「共助・挑戦・伴走」の視点から参加。

横浜市都市整備局地域まちづくり課
担当課長 萩原慶一 様、担当係長 村田晋也 様

ヨコハマ市民まち普請事業を担当。ヨコハマ市民まち普請事業とは、横浜市の助成事業の一つで、横浜市民が自分の地域の問題を解決したい・地域の魅力をもっと高めたい、という思いを実現するための施設整備に対して支援・助成を行うもの。防犯、防災、多世代交流、環境保全等、分野を問わずに応募できるのが特徴。また、市の職員の伴走、まちづくりコーディネーター(専門家)の派遣等があるほか、市民が主体となって地域での活動の輪を広げながら一年がかりで取り組むコンテストとなっている。本検討会には、行政が助成する整備の一つの形としての「居場所づくり」についての視点での参加。

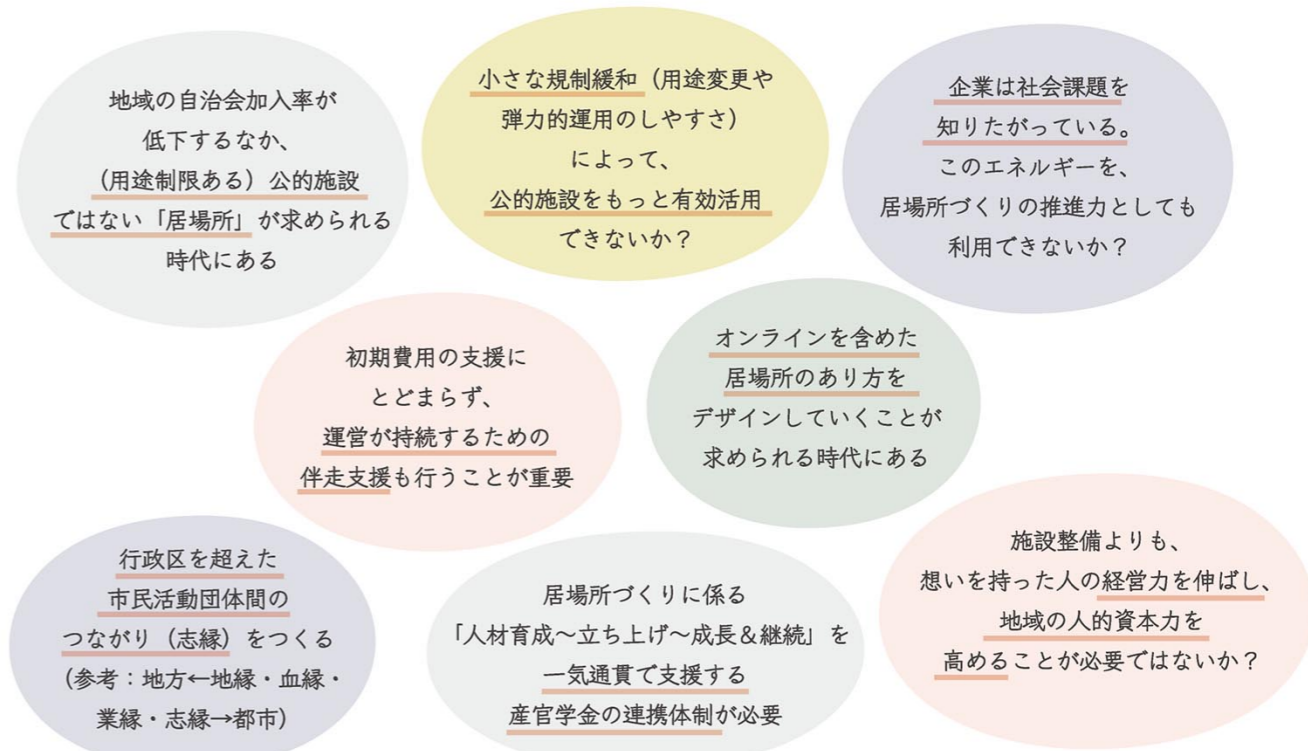


検討会で話されたこと

各セクターの限界と可能性



市民が身近なところで居場所を立ち上げやすい環境とは？



最終フォーラム
 関わりが生まれるカフェ／居場所が
 増えていくために必要な事とは？
 社会的孤立を防ぐ『地域コミュニティ構築人材』の育成と展開

事業報告会

開催日 2023年2月2日10:00-12:00@オンライン

- 内容
- 1 居場所の立ち上げに取り組む実践者による報告
 全国7団体及び長野県における研修・インターン
 - 2 早稲田大学文学学術院 石田光規教授との共同研究報告
 全国の居場所への関わりが生まれる仕掛けについての調査結果
 - 3 パネルディスカッション
 居場所を支える制度や事業を「官民で支える」ためには？

ゲスト 進行・事務局 認定NPO法人こまちぶらす
 モデレーター 株式会社イミカ代表取締役原田博一様

実践報告

- ・北海道：藤岡様ご夫妻
- ・山形：cocotomo 大泉様・水戸部様
- ・横浜：京急つながりmama 池田様・水野様
- ・出張こまちカフェ@長野の報告：
 特定非営利活動法人 長野県NPOセンター
 市民協働サポートセンターコーディネーター
 田中一樹様

調査報告

- ・石田光規教授（早稲田大学文学学術院）

パネルディスカッション

- ・非営利株式会社eumo最幸顧問新田信行様
- ・横浜市都市整備局地域まちづくり課
 萩原慶一様、村田晋也様
- ・株式会社イミカ代表取締役原田博一様

一般参加

全国23都道府県より80名が参加
 中間支援団体／自治体／個人／民間企業・商店
 会等／居場所を運営している団体・個人 など

[参加者の感想]

こまちぶらすさんが、遠方の方々の伴走支援をして日本中に居場所を広げていることがよく分かりました。まとめにあった、狭いつながりと広いつながりの両方ともが必要ということをもまさに体现されているんですね。

3つの受講団体さんの行動する勇氣に本当に感動しました。石田教授の研究結果も大変興味深く、私が属している居場所のことを具体的に考察してみる機会にもなりました。

石田先生の研究報告は興味深かったです。活動に対する満足度は参加頻度と比例するとも限らず、また、ライフステージによっても異なるため、幅広い関わりしろを持つことが重要なのだと考えさせられました。

これまでの検討会で話されたことから、市民が居場所を立ち上げやすくなる環境とは...

居場所づくりをしようとしている人と応援団がつながれる環境



● 「居場所づくり 勝手に応援団」の仕組みイメージ

事業者が運営する地域にある「官民学金」それぞれの分野からキーマンが集まり、居場所立ち上げ～立ち上げ後の各フェーズに伴走する。（例：年2～3回集まりネットワーク紹介、支援補助の仕組みのアドバイス等）

● 現状の課題

地縁や血縁、職縁などはあっても、志縁との出会いがなかなか得られず、「場」「資金」「人・仲間」を得たり可能性を広げていくとっかかりが見つからない。

● 必要な理由

フェーズによって必要なネットワーク、情報は異なるため、そのフェーズに応じて相談できる人が地域内外にすることが、居場所の発展や継続に大きく寄与する。

● 成り立つための必要な要素

事業者と応援団の間の交通整理をするファシリテーターがいること。

● 効果

立ち上げ前から想いや文脈を理解している応援団がいることで豊かに居場所は継続できる。

● 大事なキーワード

「狭いつながりと広いつながり」
 「治安（心理的安全性）が担保されたつながり」
 「助けて！だけではなく、応援して！と言えるつながり」
 「成功の物語よりも、文脈（プロセス）を大切にすることが、居場所の発展や継続に大きく寄与する。」

提言

私たちこまちぷらすは、これまでの官民が連携した検討会で「心地よい関わりのある居場所をまちに増やすには」という問いを軸に議論を重ねてきました。その結果、現在私たちが考える問いへの解を提言としてまとめました。

問い

関わりが生まれるカフェ / 居場所が増えていくために必要なこととは？



問いに対する
私たちの
提言

応援団がいること

居場所づくりの挑戦者の、
挑戦のフェーズを理解した
地域アドバイザーボードが必要。

豊かな土壌があること

応援団が生まれるための土壌として、
5つのつながりを
日常的に作っていくことの重要性。

応援団
(居場所づくりの伴走支援者)

地域アドバイザーボード
(産官学金などによる)

共感市民 ファシリテーター



すべての土壌・基礎となる
5つの「つながり」

治安（心理的安全性）
が担保された
つながり

狭いつながり
(地域に密着したつながり)
と、広いつながり
(行政区を超えた
オンラインを含むつながり)

助けて！
だけではなく、
応援して！と言い
合えるつながり

成功の物語よりも、
文脈の積み重ね
(プロセス)を
大事にするつながり

一人ひとりが
気持ちよくいられる
間合いがとれるつながり

事業者（居場所づくりの挑戦者）を
支えるためのポイント

事業のフェーズ

本当にやりたいことがわからない
どう動き始めたらよいかわからない
どう形にすればよいかわからない
どうやりくりすればよいかわからない
どう広げればよいかわからない

伴走の方向性

想いの言語化・仲間集め
活動の起点づくり
契約・許可・申請
管理・運営・経営
知識化・伝道・養成

一人ひとりの「やりたい」の
解像度を上げることで、
自分たち（もしくは支援・応援したい人たちが）
「今、どこにいるのか？」と現在地を確認すると、
次の一歩が見えてきます。

心地よい居場所づくり のためのオープンデータ

居場所を立ち上げる際には、ハード面の整備に加えて、オープンに向けて準備や手配することが山ほどあります。例えば、お客様の受け付けや発注など、内部でうまく連携して作業するためにたくさんの書類や帳票類が必要です。

そこでこまちぶらすでは、居場所をより「立ち上げやすく」したいと思い、過去積み上げてきたそれらのデータを一部公開しています。

このデータをもとに自分たちの居場所にあった形でアレンジして活用いただき、それによって生まれた時間をスタッフ同士の話し合いや相互理解等の組織づくりやソフト部分に使っていただけたら幸いです。

*QRコード先のページよりダウンロードが可能です。お住まいの地域における居場所の開設・運営をするにあたってご活用ください。



尚、どのエリアの方にご活用いただいているかの把握・マッピング及び今後の取組みの参考とさせて頂きたく、アンケートのご協力をお願いします。回答後にダウンロードに必要なパスワードが表示されますのでそのパスワードをダウンロードファイルを解凍するときにご利用ください（パスワードは定期的に変更いたします）。

オープンデータ内容

- | | |
|----------------------|---|
| 飲食 | <ul style="list-style-type: none"> ・予約表 ・貸し切り希望ヒアリングシート ・レシビと盛り付け表 ・冷蔵庫冷凍庫温度管理表 ・その他 |
| 小箱
ショップ | <ul style="list-style-type: none"> ・新規契約&更新伝票 ・棚レンタル料更新及び販売商品代精算受取確認表 ・商品売上精算の振込依頼書 ・その他 |
| レンタル
スペース | <ul style="list-style-type: none"> ・レンタルスペース利用申込書 ・利用規約 ・情報共有シート ・レンタルスペース利用後のチェックシート ・その他 |

～ご寄付のお願い～

子育てが「まちの力」で支えられる、そんな社会を
私たちと一緒に作りませんか？

子育てが孤立する背景には、「既存の関係の切断」「既存の経験の無効化」や「否定的意見の封じ込め」があります。孤立感をなくしていくためには、子育て中の親・保護者が「対話する機会と活躍する場」を得て自身や他者とのつながりを回復し、社会の中で子育てに関わる人口を増やしていくことが欠かせません。

こまちぶらすはこの2つが「まちで子育て」をしていくための『てこ』として位置づけ、カフェ型の居場所づくりやウェルカムベビープロジェクトなど街中のたくさんの人が子育てに関わる機会をつくってきました。これからも、そのノウハウや実践を日本や世界中の人と共有し、どこに住んでも子育てで孤立することのないよう「まちのみんなで子育てをしている」社会をつくっていきます。

この社会を実現していくためには、みなさんのご寄付が必要です。一緒に「まちで子育て」をする社会をつくっていく仲間になりませんか？

ご寄付・ご参加の
詳細はこちらまで



講座 & インターン & 伴走支援を終えた3組の感想

全体を通して、想いを言語化する大切さ、人に委ねることの素直さを学びました。行動に落とし込むまでアドバイスいただき、無事歩き出すことができました。貴重な機会をありがとうございました。

藤岡さん夫妻

心地よい居場所はそのに関わる全ての人で作られていることを学びました。親身になっていただき、ぼんやりした夢が具体的にになりました。ありがとうございました。

京急つながりmama

山形に居場所を作る基盤作りの支援はもちろん、他団体とのつながり、第三者目線で問題の整理をしていただき勉強になりました。今後の活動に活かしたいと思いません。

cocotomo

編集後記

本書の編集は、NPO法人森ノオトが担当いたしました。神奈川県横浜市青葉区でローカルウェブメディア「森ノオト」の運営を軸に活動しています。子育て世代の書き手、スタッフが中心となり、等身大で温度感のある、足元の暮らしのこと、地域や社会の未来につながる情報を発信しています。

今回、本書の制作を進める中で大事にしていたのは、「目に見える居場所そのものだけではない、地中に広がる豊かな根（つながり）」を、どう表現するかということでした。冊子制作を通し、こまちぶ

らすさんの根っこにあたる、社会を諦めていないそのあたたかで優しい情熱と、関係する方々への丁寧な関わり方を横で感じ、制作に携われたことを嬉しく思います。本書が心地よい関わりのある居場所づくりのタネとなること、豊かな根を張るヒントとなっていくこと、社会そのものが豊かな大きな森になっていくことを願っています。



NPO法人森ノオト <https://morinooto.jp/>