



溝の口減災ガールズ (川崎市)

## 「減災」をキーワードに広がる新しいつながり方

### ■災害時に役に立つのは日頃やっていること

マンションの防災訓練でピンクのエプロンをした女性たちの一団が動き回っています。炊き出しや、備蓄食品を使っただけの調理実演、減災クイズなどで参加者の注目を集めます。

彼女たちは高津区在住・在勤の減災チーム「溝の口減災ガールズ」のメンバー（15名：2019年11月現在）です。依頼があれば川崎市内各区が行って

いる防災訓練や学校・施設にも駆けつけ、「防災・減災」を切り口に幅広い世代に参加してもらえるワークショップスタイルで交流の輪を広げています。

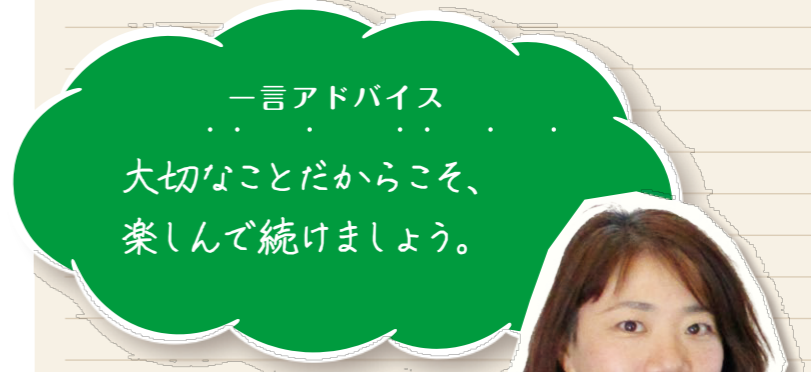
### ■強みを活かして、弱みを補完

代表の山本 詩野さんは、1,000戸を超える大規模マンションの住人で、夫の山本 美賢さんは自治会長。マンションのある久本町にはほかに500戸を超えるマンションが複数あり、それだけで久本町の世帯数の4割を占

めています。

これだけ多くの方が連携するきっかけとなったのが東日本大震災です。震災後に築年数と居住者の世代が異なる3つのマンションがそれぞれの課題を話し合う機会をもったことで、シニアの方の修繕に関する知見や子育て世代の情報を伝える力など、お互いの「強み」を共有し、「弱み」を補完し合うことができます。

こうした交流から顔の見える



一言アドバイス  
大切なことだからこそ、  
楽しんで続けましょう。



溝の口減災ガールズ  
代表 山本 詩野さん

### 成功のコツ

- ・地域のあらゆる人が関われる共通のテーマと場を作ったこと
- ・参加しやすくするため、訓練ではなく楽しく学ぶフェスとしたこと
- ・強制せず、できる範囲で活動してもらうこと

## がり方

関係が築かれたことで、ママ友同士による芋煮会が始まり、全世代共通のテーマである「防災・減災」を掲げた「減災ガールズ」誕生へとつながっていきました。

### ■防災は楽しんでいい

山本 詩野さんが「訓練ではなく、フェスと呼ぶようにしています。楽しく学ぶことが重要だと考えています」と話すように楽しく学ぶ工夫がされています。例えば防災食をワンプレートにして提供する

「減災ガールズバー」を実施したり、炊き出しレシピブックを作成したり、簡易トイレの比較研究も行っています。

また、人づてに企業とのつながりも生まれており、企業から依頼を受けて災害時に使えるポリ袋をプロデュースしたり、新築のマンションの防災計画を任されるまでになりました。

「強制ではなくやれる人がやれることをやれば良い」と活動した結果、マンション周辺の住民の方も活動に加わるようになりました。防災は全国

各地の共通テーマ。各地で当地「減災ガールズ」ができることを目指し、今日も活動しています。







NPO法人スーリールファム（横浜市）

## やりたいことをやることで女性の笑顔が



### ■やりたいことで地域社会を元気に

フランス語で「スーリール」は「笑顔」、「ファム」は「女性」。子育てや仕事が一段落した女性たちが集まり、2017年に発足しました。趣味や起業など、ジャンルにとらわれず「やりたいことをやることで地域社会を元

にする」をテーマに、イベントや講座などを実施しています。

### ■活動が多彩だからこそ集まる仲間

団体としては、これといったテーマを決めておらず、その時やりたいと思ったことを形にしています。例えばたまたまメンバーの知り合いに地域に貢献したいとの想いを持つピアノの先生がいて、団体としてその先生の無料コンサートを実施したこともあり

ました。年2回春と秋に開催する大人の文化祭「フェス」には、約200名の方が参加するまでになりました。完成度の高さにとられず「自分が楽しめること」を優先しており、そのおかげで「私にもできるかも」とイベント出展者がどんどん集まって来るのだそうです。

ただし広報にはこだわっており、チラシはプロのデザイナーに発注し、YouTubeやFacebook、TwitterなどのWEBメディアも



一言アドバイス  
完成度は高くなくても大丈夫。



NPO法人スーリールファム  
理事長 藤原 寿子さん（写真中央）

### 成功のコツ

- ・活動をスムーズに進めるために法人としてスタート
- ・経理の得意な人を仲間に入れる
- ・高いレベルを求めないことで、参加者のハードルを下げる
- ・コミュニティの輪を広げるため広報にはお金をかけてでもこだわる

## 生まれる会

使えるものは全て使って積極的に広報します。

### ■スタートから法人化

コミュニティカフェを起業するためのセミナーでたまたま出会った3名が中心となって立ち上げ、2020年3月現在、正会員11名、賛助会員6名で活動しています。

メンバーそれぞれが様々な事情を抱えており、常に動けるのは3名のみですが、賛助会員やイベント出展者が支え合い、補

い合っています。

任意団体を経て法人化するケースが多い中、設立当初から法人として活動しているのが特徴です。法人格の取得は手続き面で難易度が高いといわれていますが、取得できれば団体としての信用度も上がり、助成金の申請や会議室を借りる際など何かとスムーズとのこと。手続きに詳しいメンバーがいたわけはありませんが、ここで頑張ることが後に続く人たちの役に立つと考え、NPO法人としてスタートすることを選びました。

運営する上で特に大変なのは

お金の管理。この部分は会社で管理部門を担当したことがある人を予め探しておくなど意識しておいた方がいいそうです。

### ■自分で自分を楽しませる

「誰かに楽しませてもらうのではなく、自分のご機嫌は自分でとる時代」と話す理事長の藤原 寿子さん。楽しむこと自体が活動の目的になっているそうです。自分のいたい場所を自分で作るべく、今日も活動を続けています。

