

# 地域おこし協力隊 活動報告

2年目 相澤純也

初開催！



## きょうだいの会 in 上伊那

「きょうだい」とは、障がいや病気のある方の  
兄弟姉妹のことを指します。  
「きょうだい同士で話がしてみたい方」是非ご参加下さい！  
「この日には参加出来ないけど興味がある方」も  
お気軽にご連絡下さい。

日程：2023年2月5日（日）14～16時  
（受付13:45～）  
開催場所：箕輪町文化センター  
1階和室1・2

対象：高校生～40代のきょうだい  
参加費：無料

トーク内容：①自己紹介、アイスブレイク  
②きょうだいを知ったのはいつ頃？  
きょうだいで良かった、嫌だなと感じたこと

\*会の話はここだけの話にしてください。（守秘義務）

・申し込み方法  
メールもしくはインスタにてご連絡下さい。  
Mail: aizawa.junya24@gmail.com (相澤)  
Insta: <https://www.instagram.com/nanshin.kyodai/>  
#南信州きょうだいの会



共催：南信州きょうだいの会 こたつむり  
箕輪町地域おこし協力隊 相澤

# 目次

- 1)協力隊としての目標
- 2)R4年度の活動概要
- 3)次年度の抱負
- 4)卒隊後のビジョン

# 目次

- 1)協力隊としての目標
- 2)R4年度の活動概要
- 3)次年度の抱負
- 4)卒隊後のビジョン

# 1) 協力隊としての目標

## 【ミッション】

### 「町内施設利活用推進」

箕輪町の施設を活用したイベント開催やサポート、  
空き家を活用した地域活性化等の取り組み、  
その他写真を用いた記録及び情報発信を任務として活動

## 【個人としてやりたいこと】

- ・ 自分らしく生きられる人を増やす。  
⇒ 繋がりを作り、本音を言える場を作る。

	不登校率	精神疾患
全国平均	1.8%	20~25%

# 目次

- 1)協力隊としての目標
- 2)R4年度の活動概要**
- 3)次年度の抱負
- 4)卒隊後のビジョン

## 2) R4年度の活動概要

# 空き家の利活用 × シェアハウス？

検証：空き家DIYワークショップに参加する人はいるか？  
シェアハウスを作れないか？

募集方法：Facebook、インスタグラム

4月14-15日 ⇒珪藻土の壁塗り  
8月25日 ⇒壁の塗装  
10月11-13日 ⇒フローリング張り

砂壁の和室



DIY



珪藻土の壁へ





## 2) R4年度の活動概要

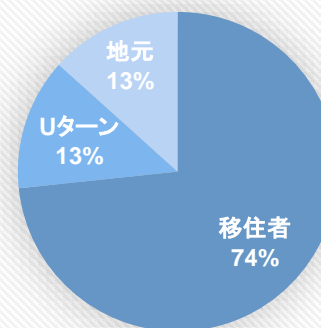
# 空き家の利活用 × シェアハウス？

参加者：6回で20人参加

参加理由：DIYを楽しみたい、繋がり作り

その後、知り合いが購入or賃貸した空き家の  
DIYの相談や手伝いを4軒で実施中。

参加者割合



荷物の多かった和室



DIY



フローリングへ



## 2) R4年度の活動概要

# 空き家活用 × 若者の居場所

UT (Under the Tree) プロジェクト・・・  
こどものみらい舎の小島亜矢子さんが中心になり、  
木ノ下駅前空き家を活用して若者の居場所作りをする🔨

### ○協力隊活動

この場所がどういう想いで、  
どう出来上がっていったかを知ってほしい。



- ・カメラマンの経験を生かして撮影・記録のサポート
- ・UTプロジェクトの流れがわかる動画の作成

その他に・・・

- ・UTプロジェクトの運営手伝い、DIYサポート
- ・看板作り





## 2) R4年度の活動概要

# 空き家活用 × 若者の居場所

作業: 11月2日・7日 解体作業2回

参加者: 箕輪進修高生6名、他校生2名 + 大人10名程 (計20名程)

解体前



解体中



## 2) R4年度の活動概要

# 空き家活用 × 若者の居場所

作業: 11月17日地域の大人の話を聞く+どんな場所になったら良いかを考える

参加者: 伊那北高生40名+大人10名程(計50名程)

地域を知る



アイデア検討





## 2) R4年度の活動概要

# 空き家活用 × 若者の居場所

2月4日・11日お披露目会前最終準備、掃除  
参加者: 40人以上



2月12日お披露目会  
来場者: 250人





## 2) R4年度の活動概要

# みのわみーみーミーティング

開催理由: 若者に話を聞くと「会社と家の往復になっていて友達がない。」

と聞くので、繋がりを作ろうと協力隊の太田さんと企画。

目的: 20-30代の繋がり作り&若者の考えやニーズを知る

活動場所: ながた自然公園、Longhills Eco Guesthouse and Cafe等

開催: 令和4年度 計4回36名参加

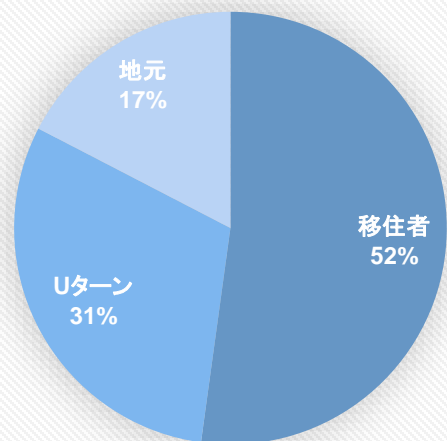
⇒新しい集まりが生まれ、成功!? 本音で話す場所作りには・・・?

・開催日  
5月13日  
7月9日  
9月10日  
11月3日

第9回みのわみーみーミーティング



参加者割合



アウトドア部



ピクニック同好会



バドミントン部



## 2) R4年度の活動概要

# 若者プロジェクト (みのわ祭り×みのわクエスト)

若者プロジェクトとは・・・

町主催による若者によるまちづくりや交流の場を広げる活動を応援する目的として、  
様々なイベントや活動を行う企画。

参加理由: 若者との繋がり作り。一緒に何か企画したい。

目的: コロナ禍でイベントが減った子供達の地元の思い出作りの為にみのわクエストを企画

⇒ 箕輪愛 ⇒ 箕輪に将来戻ってくる??

活動: カメラモンスターに変身し、子供達に課題を出し、クリアしたらスランプを押す。スタンプラリーを開催

参加者: 120組300人以上



**参加ルール・方法**

- 2人以上でチームを組んで参加しよう。
- みのわ祭り当日は、会場内のミノワクエスト受付で「冒険の盾」をもらおう。
- 年齢問わず、だれでも冒険に参加できるよ。
- 宝箱の抽選に応募できるのは、高校生以下。
- クリアした本人のみが応募できるよ。

**イベントクエスト**

所要時間	6つクリア	128分
7つクリア	96分	59分
8つクリア	72分	38分

**イベントクエスト**

<b>イントロ</b> つたもんスターがあらわれた イントロクエストにクリアしてモンスター をたおそう	<b>冒険の盾</b> みんなのモンスターがあらわれた けいけんをかんじてモンスターをたおそ う
<b>ジュエチャー</b> あらはるいごきまするモンスターが あらわれた ジュエチャーゲームにクリアしてモンス ターをたおそう	<b>シルエット</b> かげのモンスターがあらわれた シルエットクイズにクリアしてモンス ターをたおそう
<b>パトラス</b> みんなのモンスターがあらわれた パトラスゲームでクリアしてモンスター をたおそう	<b>しんしん</b> カメラモンスターがあらわれた しんしんをとって帰ってきなよ

**MINOWA QUEST**  
先着 50組  
参加費 無料

2022 7/30 Sat  
14:00~17:00  
受付終了 16:30  
受付場所  
みのわ祭り会場内  
地域交流広場

みのわ祭りを舞台に、ミノワクエスト開催!  
イベントクエストをクリアしてスタンプをあつめよう!  
スタンプの数で応募できる宝箱が変わるよ!

みんなの宝箱をあつめよう!  
みんなの宝箱をあつめよう!  
みんなの宝箱をあつめよう!

主 催: 箕輪町若者プロジェクト・みのわ祭り実行委員会  
問合せ: 箕輪町役場 企画課 0265-79-3152

抽選にはずれても、豪華景品があるかも!!  
※景品の抽選も、後述に代わらせていただきます。



## 2) R4年度の活動概要

# 観光地ではないところで 観光ではない旅

検証: 観光を目的としない旅に人は参加するか? を検証するために協力隊の太田さんと企画

目的: 関係人口増加 & シビックプライドの醸成

活動: 箕乃窯での陶芸体験、Longhills Eco Guesthouse and Cafeでの交流

参加人数: 3名(長野へ既に移住済の方)

参加者感想: 竹の伐採など、今までしたことがない体験が出来て良かった。  
DIY体験や炭焼きがしたい。  
農家のノウハウを知りたい。



モニター価格  
先着5名様

ほどほどの田舎 箕輪町

### 観光地ではないところで 観光ではない旅



12.10(土) 11(日)

新たな出会い  
いつもと違う環境で過ごす  
自分のことを少し考える時間

- ・募集人数: 5人
- ・集合: 12月10日12時 ひとこ間二階
- ・宿泊場所: longhills eco guesthouse and cafe
- ・費用: 7,000円 (一泊二食、陶芸体験付き)  
\*ワクチン証明書or陰性証明書必須



お話を聞きながら  
箸置き作り!

焚き火回んで  
夕食

竹林を活かした  
燻の再生

こだわりパン  
屋さんとお話

企画: 箕輪町地域おこし協力隊 太田・相澤  
問い合わせ先: AIZAWA.JUNYA24@GMAIL.COM

ご予約は右記QRコードより→→→





## 2) R4年度の活動概要

# 地域行事の手伝い

参加目的: 地域に深く入り、地域を理解する。

活動: それぞれの行事の手伝い(計15回)

地域の文化、風景は地域の人達が守っていることを体感出来た。  
都会では自治体が行っている雪かきなども地域の人で助け合い。

⇒ 共生として自治会が必要。

若い人の加入者を増やすには？

赤そば売店	4回
アヤマ畑整備	4回
花桃街道整備	2回
へブンリーブルー整備	1回
もみじ湖ガイド	4回



## 2) R4年度の活動概要

# 南信州きょうだいの会 こたつむり



『きょうだい・きょうだい児』ってご存じでしょうか？



病気や障がいのある人の兄弟姉妹のことを指します。

	不登校	精神疾患
全国平均	1.8%	20~25%
きょうだい	約9倍 13%	約2倍 41%

\* 全国障害者とともに歩む兄弟姉妹の会 2020年アンケート調査結果

○きょうだいの悩み  
我慢(寂しさ)  
親からの期待  
学校でのいじめ  
相談出来ない  
結婚の悩み  
自己肯定感の低さ

私は知的障害の兄がいる環境で、子供時代に生きづらさの悩み有。  
オンラインのきょうだいの会に参加すると、同じように生きづらさを感じていた人が多数。

箕輪町にも同じように悩んでいる人がいるのでは？と思い、企画。

初開催！

## きょうだいの会 in 上伊那

「きょうだい」とは、障がいや病気のある方の兄弟姉妹のことを指します。  
「きょうだい同士で話してみたい方」是非ご参加下さい！  
「この日には参加出来ないけど興味がある方」も  
お気軽にご連絡下さい。


日程：2023年2月5日（日）14～16時  
（受付13:45～）  
開催場所：箕輪町文化センター  
1階和室1・2

対象：高校生～40代のきょうだい  
参加費：無料

トーク内容：①自己紹介、アイスブレイク  
②きょうだいを知ったのはいつ頃？  
きょうだいで良かった、嫌だなと感じたこと

\*会の話はここだけの話にしてください。（守秘義務）

・申し込み方法  
メールもしくはインスタにてご連絡下さい。  
Mail: aizawa.junya24@gmail.com (相澤)  
Insta: <https://www.instagram.com/nanshin.kyodai/>  
#南信州きょうだいの会



共催：南信州きょうだいの会 こたつむり  
箕輪町地域おこし協力隊 相澤



## 2) R4年度の活動概要

# 南信州きょうだいの会 こたつむり



### ○告知方法

- ・チラシ600枚を飯島町～辰野町の福祉施設や学校、店舗等に配布。
- ・みのわ新聞、信濃毎日新聞に掲載
- ・Facebook、インスタ

### ・開催結果

2月5日: 10～50代 8名(サポーター2名)  
3月18日: 10～50代 5名(サポーター1名)

	不登校	精神疾患
全国平均	1.8%	20～25%
こたつむり きょうだい	40%	40%

### ◎参加された方の感想

- 話ができる機会に巡り合えて良かった。また開催してほしい。
- 自分の消化しきれない気持ちに気づけた。
- 辛くなってしまう話もあったが、色々な話が聞けて安心した。
- 世代を超えて話ができるタイミングができて良かった。

\* 福祉課にも情報共有済

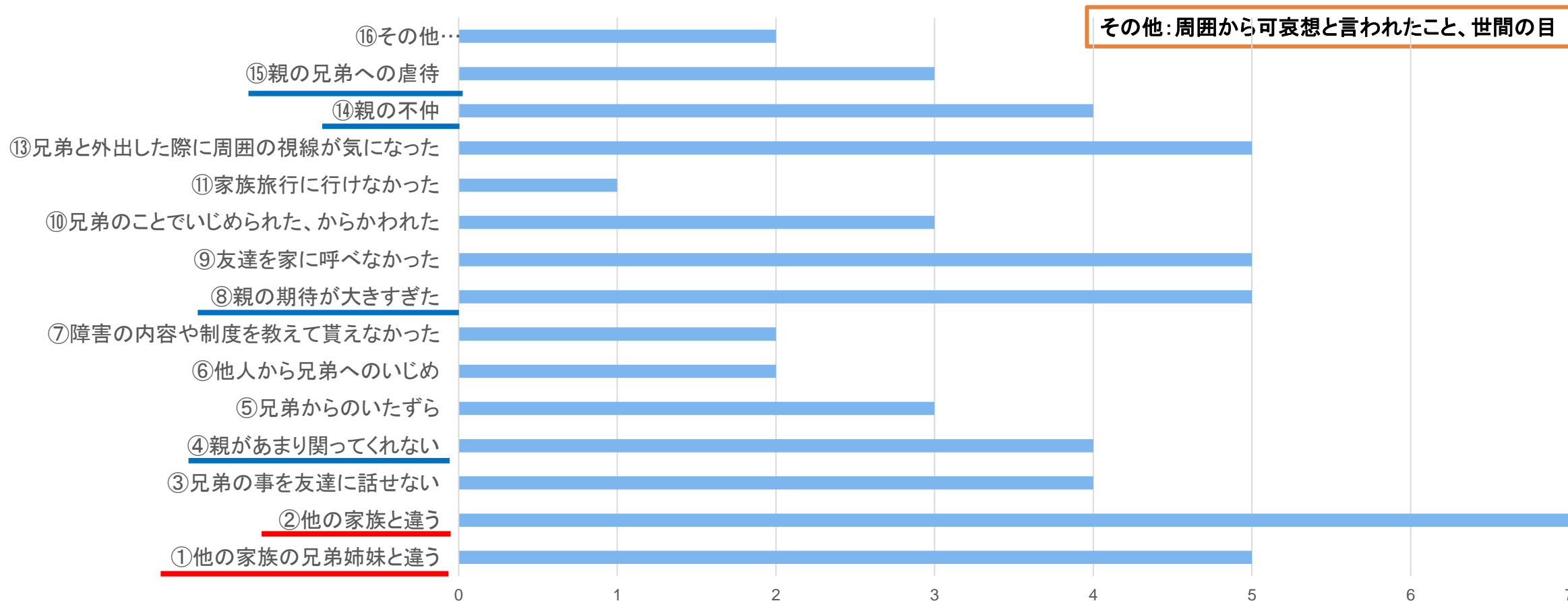


## 2) R4年度の活動概要

# 南信州きょうだいの会 こたつむり アンケート集計結果



### 障がいの兄弟がいて辛かったこと



兄弟の障害だけではなく、両親の不仲、両親の期待が大きいことを辛いと感じている人が多い。

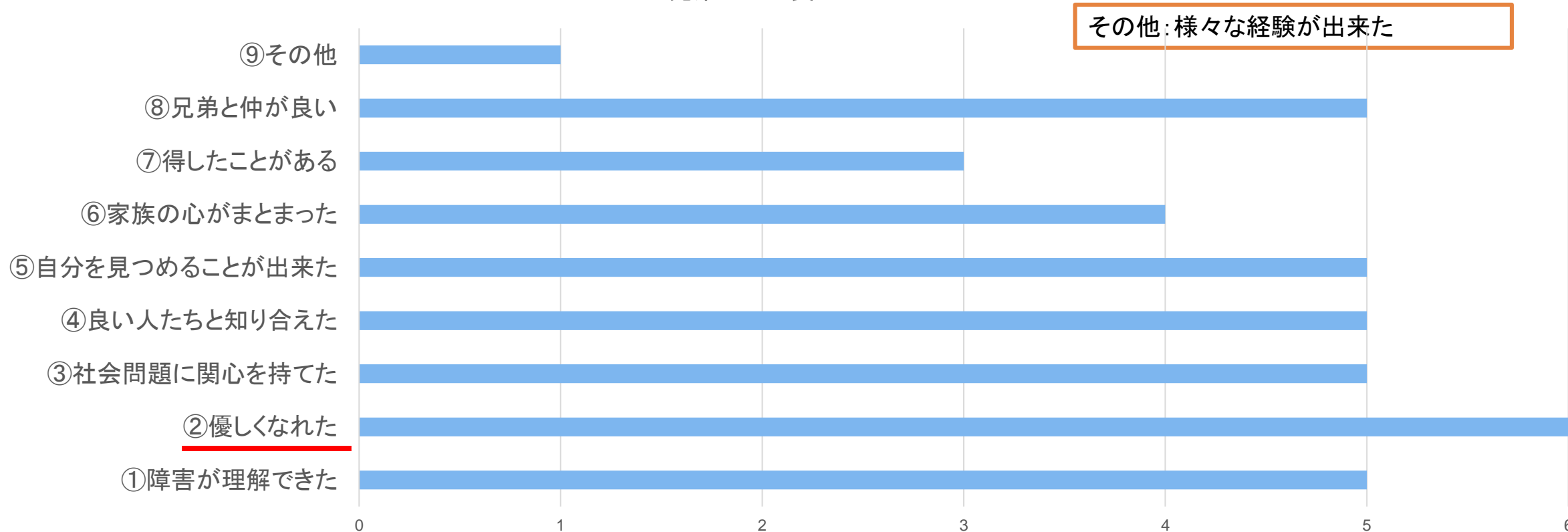


## 2) R4年度の活動概要

# 南信州きょうだいの会 こたつむり アンケート集計結果



兄弟がいて良かったこと



きょうだいの話、親御さんの話を聞く中で、きょうだいの心の問題は親子関係の影響が大きい。障がい児の親御さんへの子育てサポート、きょうだいへの支援の必要性を感じた。

# 目次

- 1)協力隊としての目標
- 2)R4年度の活動概要
- 3)次年度の抱負**
- 4)卒隊後のビジョン

### 3) 次年度の抱負

空き家の利活用 民泊の実施

空き家活用の相談にのる & 空き家の仲介

きょうだいの会 月1開催を目標

きょうだいへの理解を高める為のワークショップ開催及び周知活動

繋がりの場作り  
みんなのわで心理学を学習する

# 目次

- 1)協力隊としての目標
- 2)R4年度の活動概要
- 3)次年度以降の抱負
- 4)卒隊後のビジョン**

## 4) 卒隊後のビジョン

- ①南信州きょうだいの会 こたつむりでのサポートの経験を生かして、きょうだいや障害のある家族向けのカウンセラー、支援活動
- ②地域との関係が深まり、空き家を紹介されるようになったので、空き家の仲介業
- ③福祉分野や自分の興味のある所への就職も検討