

HINTO

ゆるやかな「つながり」がつくる
これからの豊かな地域のカたち。

04

take
free

2024



「豊かかってなんだろう？」

「美味しいものが食べられること」
「成長すること」
「毎日笑って生きられること」…
豊かさを測るものさしは人によって違い
様々な答えが返ってきます。

HINTOでは
東播磨のワクワク生きる“人”を通して
東播磨暮らしを豊かにするヒントをお届けします。

HINTO vol.4では
これからの新しい存在
「CC（コミュニティコーディネーター）」に
ついて紹介しています。



関係性を耕す

ヒント

HINTO 関係性を耕すヒント

発行元 東播磨生活創造センター「かこむ」

〒675-8566

兵庫県加古川市加古川町寺家町天神木97-1 加古川総合庁舎内

TEL: 079-421-1136

FAX: 079-421-1148

MAIL: kitene@kacom.ws

HP: <https://www.kacom.ws/>

運営 NPO法人シミズシーズ

制作 NPO法人シミズシーズ

ディレクション 大福幸帆 小笹雄一郎

編集・執筆 大戸英美代 小笹雄一郎 喜多薫 大福幸帆 津久井あゆみ

デザイン 菅靖香 <ドロロデザイン室>

イラストレーター たかみあんな (Anna Takami)

かこむ
HP ▶



かこむ
Instagram ▶





私たちが目指す地域像

「やってみよう！」が たくさんあふれてるまち

暮らしの中で見つけた
「これって必要ちゃう？」と
思ったことを、気軽に話し合えて、
同じ関心を持った人同士がつながり
「ほな、やってみよ！」となる。

みんながやっているから
「この地域やったら自分にもできるかも？」と思える。

私たちが目指すのは
活動が活動を生み出す循環が巡っている
そんな東播磨地域です。

その循環を生み出す起点になる存在を
「コミュニティコーディネーター（略してCC）」と
呼んでいます。

この冊子では、そんな「CC」について
紹介していきます。

地域の関係性を
耕す存在

「コミュニティは「土」に似ています。カチカチの土では、限られた植物（活動）しか育ちません。山の土のようにフカフカした土だと、さまざまな植物（活動）が育ち、相互に影響しあいながら豊かな生態系が広がっていきます。地域の誰もが「やってみよか！」と思える地域を目指すためには、何が必要になるのでしょうか？

耕す起点となる CC

寄り添い

励まし、つなげる

フカフカナ土をつくるためには、大きく二つの要素「互いを思いやる、やわらかい関係性（関係性の質）」と「多様で、ゆるやかなつながり（関係性の数）」が必要です。

互いを思いやる関係性があると、互いの信頼感が高まります。すると一緒に考える機会が増え「じゃあやってみよか！」と取り組む機会や仲間も増えていきます。さらに、知り合いや仲間が増えることで、違う考え方や価値観に触れる機会が増え、相手を想像できる幅や視野が広がっていきます。また、違う要素が組み合わさって化学反応が起き、新しいアイデアが生まれることも増えていきます。「左図参照」

このサイクルは、あくまでも世界の一端を捉えているに過ぎませんが、この循環を促進させる役割が

「あの人に近いことに取り組んで！」と行動に移すために必要な人や情報をつなげてくれたり。その人が自分からアクションして「ええやん！やってみたら？」と応援してくれたら、

地域には、「子育て、福祉、教育、環境、貧困、経済」など、自分たちでよりよくしていこうと様々なテーマに向き合い、想いを持って活動している人がたくさんいます。

身近にCCのような存在がいてくれたら、自然と活動が増えていくのではないのでしょうか。

結果的に

社会課題を解決する CC



※1
阪神淡路大震災における
救助の主体と救助数

※1：国土交通省 2020、第2節 地球環境・自然災害に関する予測、2 巨大地震のリスク、<https://www.mlit.go.jp/common/001370203.pdf>：P.126

※2：兵庫県庁企画部防災計画課、兵庫県南海トラフ巨大地震・津波被害想定、<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk37/documents/souteikekka.pdf>：P.3

※3：平成26年版 防災白書、第2章 「公助の限界」と自助・共助による「ソフトパワー」の重要性、1 大規模広域災害時の自助・共助の例、https://www.bousai.go.jp/kaigirep/hakusho/h26/honbun/0b_2s_01_00.html

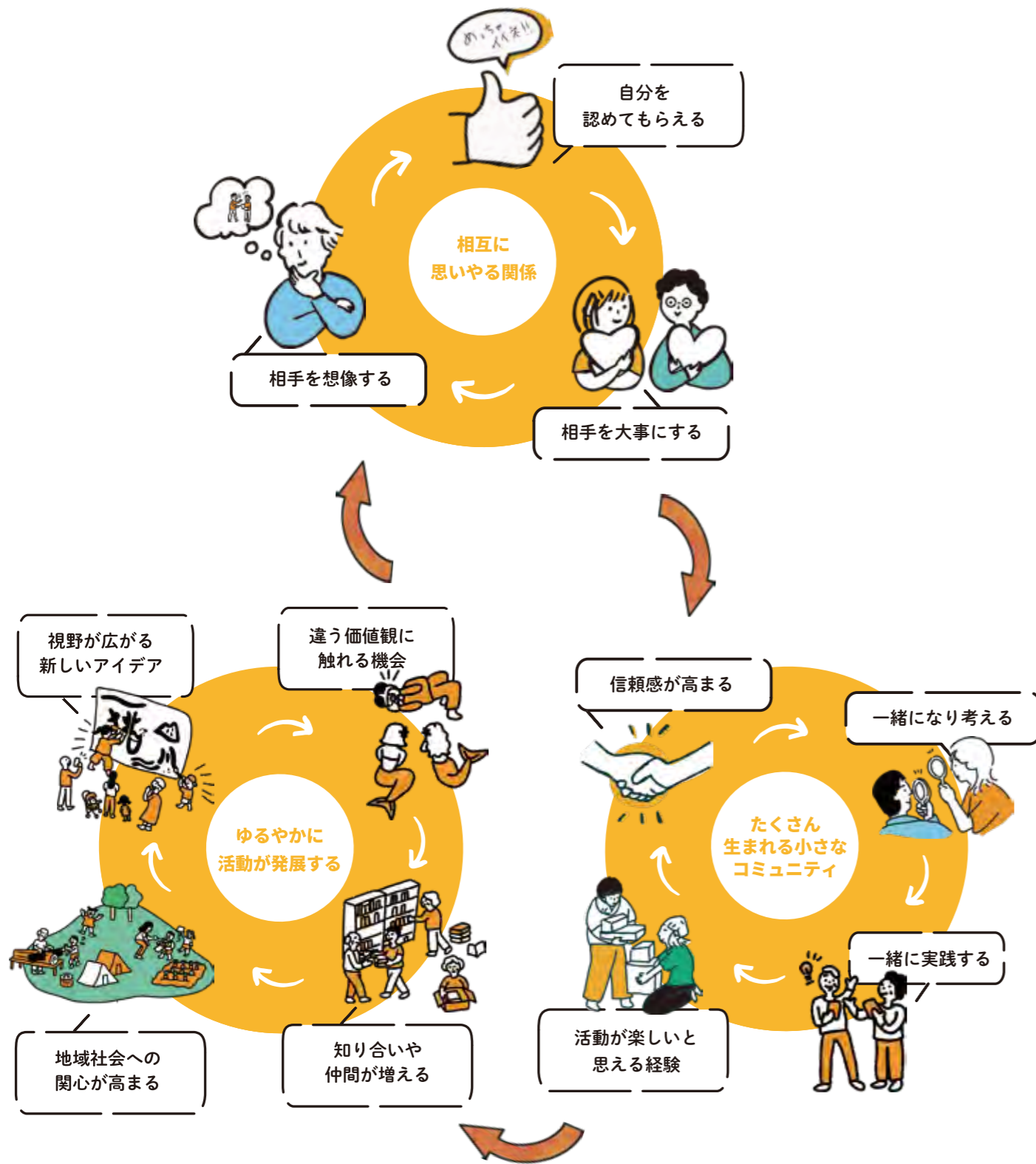
CCは様々な社会課題を結果として解決してくれる存在でもあり、ます。ここではその一つとして、「災害時に機能するCCの役割」について紹介します。

地震によって倒壊した建物の下敷きになった人を助け出したのは約八割が「近所の人」だったそうです（グラフ参照※1）。

私たちが住む東播磨地域では30年以内における南海トラフの発生確率が70〜80%とされており（※2）、

東播磨地域において、建物総数の約16%が全壊か半壊すると予測されています（※3）。

現在、近所や地域の付き合いが少なくなる傾向にあり、「いざというとき」助けられる確率が低くなります。ゆるやかなつながりをつくるCCは災害時に貢献してくれるとも言えるのではないのでしょうか。



NEXT PAGE

CCの「在り方・関わり方」は十人十色。次のページからは、私たちが地域で見つけた様々な「CCっぽい人」を紹介していきます。

- P5 東播磨地域のCCがいることで起こった変化を聞いてみた！
- P9 「かこむ」が大切にしている6つのCCの習慣
- P13 CC診断！ Yes / Noチャート～あなたのCCタイプは？～

東播磨地域のCCが

いることで

起こった変化を

聞いてみた！



CCはコミュニティコーディネーターの略

誰かとのつながりや関係性の変化が起こると、自分の想像を超えた未来がやってくるかも。私たちが思う「CCっぽい人たち」がいることで起こった変化について、話を聞いてみました！



あきもと まな
秋元 茉樹 さん
社会人 / カコリバースSNS広報ボランティア

カコリバース

ひだ よしたか
肥田 吉誉 さん
カコリバース代表
※カコリバース：2021年発足した加古川市任意団体。
加古川河川敷でイベントを主催。
こども食堂の運営にも携わっている。

心がけていること

- ☑ 参加者の交流の機会を作る
- ☑ 一人で決めず、みんなで決める
- ☑ それぞれの得意や好きが活かせる環境をつくる
- ☑ 意見が異なる場合は徹底的に話し合う

経験談は「できそう」のハードルを下げる

秋元さんは、イベントのボランティアやその他の活動を通じて地元に対しての意識も変化した。今では「加古川楽しいから遊びに来てー」と自信を持って言える。同級生や友人、同僚ではない「名前のない関係性」の知り合いも増えた。多様な人から様々な話を聞くことで、自然と自分が「やれそう、やってみたい」と思えることの幅も広がっていったという。肥田さんは「僕から見てもどんどん自信がついて、キラキラが増していった」と話す。

「今は、自分が嫌な気持ちになることを我慢したり、頑張ったりしなくても、自然とやりたいことができている気がする」と秋元さん。出会いが広がったことで、自信を持って、自分が心地よい生き方を選んでいる姿があった。



心地よいつながりが、自然と自分を新しい世界へ連れて行ってくれる

加古川はただの生まれた場所だった

秋元さんは、21歳のとき「緑のふるさと協力隊」に参加し、生まれ育った加古川を初めて離れ高知県大川村で一年間活動をした。村民は村の魅力を語ってくれたが、加古川のことを聞かれても何も答えられない自分に気づいた。任期を終え、加古川のことをもっと知るためにボランティア活動を探していたとき、カコリバースに出会った。

安心感があるからチャレンジできる

カコリバースの活動は主にオンラインでの運営ミーティングと、対面での交流会。秋元さんにはSNS広報を主に担当している。やったことがないことだったが、メンバーに教えてもらいながらチャレンジした。秋元さんは「何をやっても受け入れてもらえる、否定されない安心感があります」と朗らかな笑顔を見せる。二年間関わってきたが、まだ当日の運営に参加したことはないそう。「カコリバースに所属しているというより、私のつながりの中にカコリバースというジャンルが増えた感じ。集まってきた人がゆるやかな線でつながっていくところが居心地がいいんです」と秋元さん。

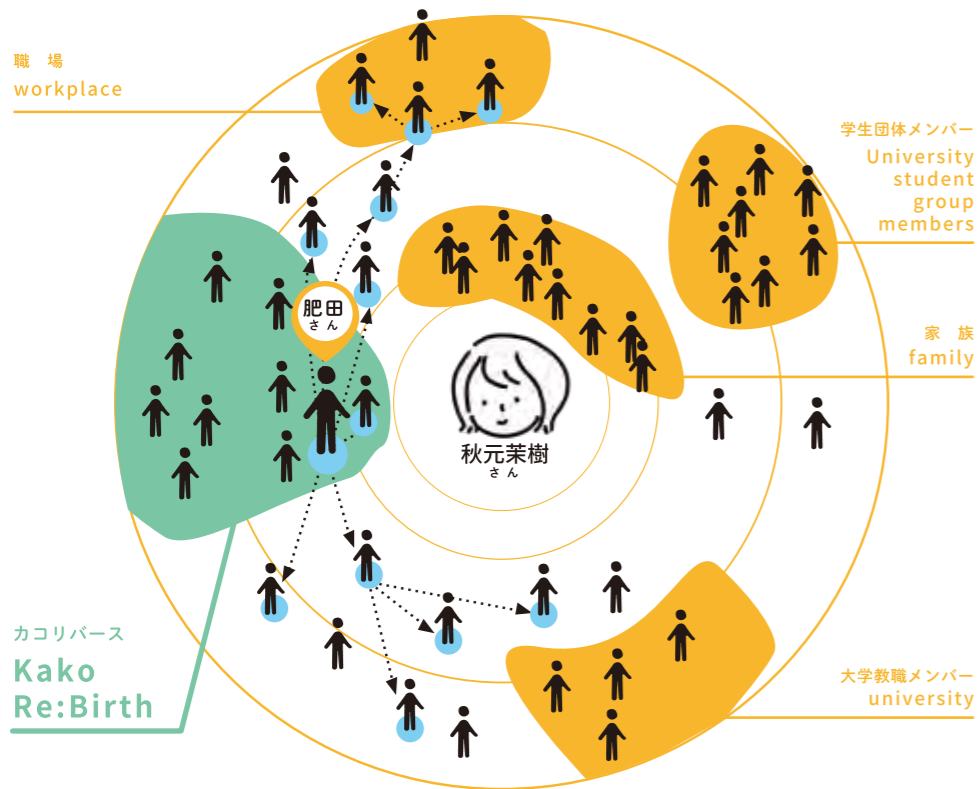
居心地が良い場になるよう肥田さんが心がけていることがある。「人それぞれの違いを活かし、一人ひとりの得意や好きを最大限発揮できるようにすることだ。そんな場に共感し、カコリバースの運営には約30名が参加している。「運営では、一人で決めないことも意識している。できる限りメンバーに相談し、いろいろな意見を聞いて、アイデアを汲みとるようにしている。結果として一人では考え付かない良いものになっていると思う」と肥田さん。

コンボイモデル

CONVOY MODEL

秋元さんの自分と周りの人との関係を見える化。肥田さんとの出会いをきっかけに広がったつながりを書いてもらいました！

コンボイモデルについてもっと詳しく知りたい方は、HINTO vol.3を見てね！



つながれば、自分の「やりたい」も、人の「やりたい」も叶えられる

- 心がけていること
- ☑ とにかく自分がやりたいことを伝える
 - ☑ 楽しそうな雰囲気づくり
 - ☑ 参加したい！とってもらえる様につくっていく。お願いしすぎない
 - ☑ 無理に巻き込まない



こばやし みゆき
小林 三有紀さん
駄菓子屋Habibiのおばちゃん



ごとう せりな
後藤 瀬里奈さん
piccoli (音楽グループ・声楽×ソプラノ)



まえだ ゆうこ
前田 裕子さん
bambini代表・5 mamemama

息子が同級生

家が近所

三人はお互いの家が徒歩10分程度の距離に住んでいる。出会ったきっかけは、小林さんが息子の小学校の入学式で自分が始める予定だった駄菓子屋のチラシを配ったことだった。

小林さんは都会に住んでいたとき、制限の多い環境に疑問を感じ、のびのびと子育てができる環境を求めて志方町に移住してきた。夫が外国人ということもあり、それぞれの個性や価値観にふれ、受け入れる経験ができる場をつくりたい、と自宅を開放して駄菓子屋を始めた。

チラシを受け取った後藤さんはすぐにSNSでつながった。後藤さんは小さな子どもと一緒にコンサートに行くことができなかった経験から、2019年には洋裁ができる近所の前田さんに声をかけ、子ども向けのコンサートや小さなマルシェを開催した。「土地はあるけど自由に使える場所がなかった」と後藤さん。自然の中で音楽も楽しめる場所を探していた矢先だった。

「Habibiさんは子どももたくさん集まって、いい場所になりそう」と前田さん。地区の民生委員も務める中で「年配の人たちはふれあいを待っている。子どもと関わる場所を探していた」という。

4月に出会った三人はそれぞれできることを活かして、10月にイベントの開催を予定している。取材中も「こんないい場所だから人に来てもらって、もっと志方を盛り上げたい」と楽しそうに話していた。



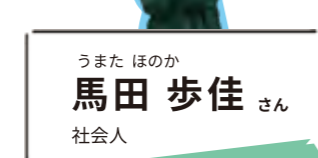
「きつと何かやりたい人はいると思って、とにかく声をかけまくってしまいました」と小林さん。駄菓子屋をオープンしていませんが、常に声をかけやすいように家の窓をあける工夫をしている。

家も心も開いていたら、やりたい人が集まる環境が自然と生まれる、そんな過程を見せてもらった。

自分という存在を実感できる



きたむら りょう
北村 亮さん
大学4年 JAC所属



うまた ほのか
馬田 歩佳さん
社会人

高校の同級生
元JAC仲間

- 心がけていること
- ☑ つなげた場に入った後、どんな状態になるかを想像してからつなげる
 - ☑ 既にいる人と気が合いそうな人を見極めてつなげる

※JACとは：加古川市の学生ボランティア団体。大学生が中心となり小学生と一緒にキャンプを行っている。

北村さんは隣の大学へ進学し、一人暮らしを始めたと同時に始まったコロナ禍で孤独感に襲われる日々を経験した。「オンライン授業になり、教授の顔も知らない状態が続きました。地元から離れられる人がいない状況の中、次第に勉学への意欲も削がれ、三年生で留年、地元へ帰ることを決めた。久しぶりに連絡をとった馬田さんから、JAC(※)への誘いがあった。「何かつながりがほしい」と思っていたので誘ってくれてありがたい」と、すぐに参加を決めた。

参加してすぐ、馬田さんは北村君の変化に気付いた。「暗くなっているし、切れ悪いなあと(笑) JACは

「コロナ禍でつながりゼロの状態だったのが、JACに誘ってくれたことで一気につながりが増え、メンバーとの信頼関係も芽生えた。ボランティア活動を通して積極的な自分を取り戻せたJACは大切な居場所です」。頼ったり頼られたりすることで自分に自信を持てるようになった。

助けて欲しいと声をあげれば、助けてくれる人がいる



しもかわ みほこ
下川 美穂子さん
2023年度少年団役員



たけなか よしひろ
竹中 義弘さん
町内会副会長



やまだ えみ
山田 絵美さん
2024年度少年団会長

下校時の見守りボランティア(以下立ち当番)は、少年団役員で当番をまわしている。時には欠勤してまで当番に立つ役員もいるほど、共働き家庭が多い現代において負担が大きい仕組みとなっていた。

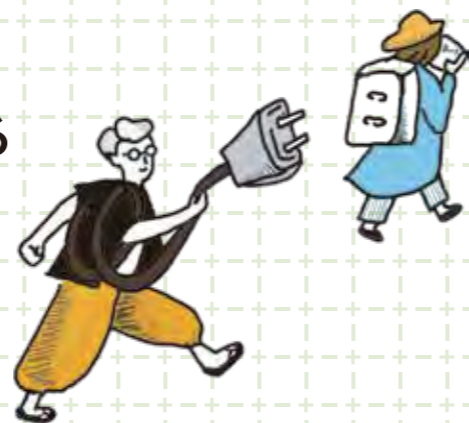
下川さんは「同じ思いをしてほしくない」と役員任期終了までにこの仕組みを変えようと行動。役員以外の方に立ち当番をしようということに賛成か反対かを役員に問うアンケートを実施した。結果、ほぼ全員が賛同、町内会へ打診した。その時に話しを聞いてくれたのが竹中さんだ。同じように現状を変えたい想いがあった山田さんも学校に相談していたが、難しいとの返事だった。

「そんな時、会議で竹中さんが町内のメンバーで立ち当番をするよ!と書いてくれました」。竹中さんは「できることがあれば手伝う」という気持ちで、立ち当番を快く引き受けてくれそうな人に声をかけてくれた。少年団・町内会の双方の働きがあって、立ち当番の負担が半分減った。

下川さんも竹中さんも、町内には「我が子や孫の帰りを見守るついでに立つよ」と言ってくれる人もいます。自分たちの町は自分たちで良くしていく、「これからも竹中さんに相談します!」と山田さんは笑顔で話した。

03 つなぐことで可能性を広げる

つながるからこそ広がる！
何かとつながることは、想像している以上に一人では生み出せない価値を生み出します。「かこむ」だけで解決できないことは、違う何か（ヒト・コト・情報）につなげます。



04 合言葉は「めっちゃええやん」

とにかくやってみたら何かあるかも！
否定せずに話を聞き、やりたいこと・やってみたいことをどうしたら出来るかを一緒に考え、できそうな一歩目を見つけて後押ししたり「かこむ」で実践したりしています。



05 「楽しさ」プラスワン

まずは自分の楽しみからでいいよね！
無理に「誰か」に貢献しようとせず、自分が「楽しい」と思うことからやってみることができる場づくりをしています。



06 ごちゃませな空間づくり

予期せぬ出会い・つながりは何かを生み出す！
分野・国籍・世代を超えて誰かと出会い・つながることのできる場をつくるだけでなく、日常的にもあえて個の空間をつくらぬよう、オープンなスペースをつくっています。



「かこむ」が大切にしている 6つのCCC的習慣

「かこむ」では、冒頭で描いた地域像（P2-3）を目指して施設運営をしてきました。その結果、年間約 190,000 人の方が来場し、施設利用率も約 70%に。たくさんの人が訪れるようになり、さまざまな活動が生まれ、つながる施設として運営することができています。そんな私たちが、事務員としてだけでなく CC として、日々どんなことを大切にしているのかをまとめました。

CCはコミュニティコーディネーターの略

01 雑談からはじまる関係性づくり

雑談からはじまることっておもしろい！
窓口では+aの声かけを心がけ、ちょっとしたことでも「話していいんだ」「話したい!」と思ってくれるような関係性をつくっています。



02 助けてコミュニケーション

助けてくれる人は意外と身近に！
やりたいことや困っていることを伝えてみると、誰かがのっかってくれるかも。自分たちだけで何とかしようと思わず、周りに助けを求めます。

Help!!



「かこむ」が大切にしている

6つのCC的習慣の具体的な取り組み

CCは
コミュニティコーディネーターの略

01

雑談からはじまる関係性づくり

誰にでもとにかく挨拶をし、貸室利用者への鍵・ファイルの受け渡し時には雑談を意識しています。ファイルには利用者さんが自由に書ける一言欄を作成し、雑談のきっかけをつくっています。



「扇風機を掃除しました」というメッセージから、雑談が始まり、運営に関する声を集めることができています！



02

助けてコミュニケーション

イベント時は、スタッフだけで運営をするのではなく、関わりたい範囲で関わられるよう利用者さんを巻き込んでいきます。備品が壊れたら、「直しておくね」「良かったら使って下さい」と声をかけてくれることも…！

イベント時、音響に詳しいスタッフがおらず、一緒にやってくれないかとお声がけしたら引き受けてくれることに！



03

つなぐことで可能性を広げる

登録制度「kaco-LAB.」では、東播磨地域で活動する個人・団体・企業を支援しています（登録数は約300）。登録時、活動内容を詳しくヒアリングするだけでなく、「連絡先を教えてください」と必ず聞いて記録し、よりつながりを広げています。



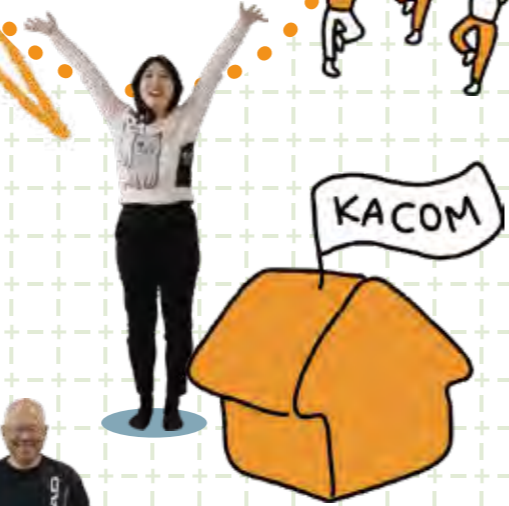
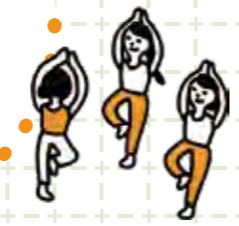
SNS発信が苦手な方にkaco-LAB.のSNSに詳しい団体を紹介し、発信の幅を広げることができました！



フリースペースとイベントスペースとの仕切りをつくらないことで、新たな出会い・発見につながっています！



花のボランティアさん、やってみたかった花のしおり作りに新しく挑戦することができました！



「かこむ」のレイアウト変更をイベント化しSNSで発信すると、体を動かすのが好き！という方が参加してくれました！

05

「楽しさ」プラスワン

最初に関わるきっかけをつくるために、取り組みをイベント化して発信しています。



04

合言葉は「めっちゃええやん」

ボランティア・インターンの活動では、対話できる場づくりを意識して、一人ひとりのやりたいことを出来る範囲で実施しています。窓口での相談対応でも、出来そうなことやどうしたら出来るかを一緒に考えて後押ししています。

06

ごちゃまぜな空間づくり

「かこむ」のフリースペースでは、勉強・打ち合わせ・作業など使い方は様々。オープンにしているからこそ、利用者さん同士で挨拶が飛び交う場面も見られます。

豊かなくらしを模索し、 創造する拠点「かこむ」



兵庫県立東播磨生活創造センター「かこむ」は、2008年4月に兵庫県の「生活創造センター」構想の一環として、兵庫県加古川総合庁舎1・2階部分に創設され、2009年度からシミンズシリーズが指定管理者となりました。2022年度からの5期目は「新しい自分と出会う施設」をコンセプトに、学習支援の提供・情報発信・活動支援・協働という4つの機能をもつ拠点として運営

しています。
一人ひとりが「自分の大切な場所」と感じてもらえるよう、「かわりしろ」や「自分でやる楽しみ」を用意することで、つながりが広がり、関係性の質が高まるような運営を心がけてきました。
今までもこれからも、「かこむ」は東播磨のみなさんとともに、豊かなくらしを模索し創造する拠点を目指します。

相談

「かこむ」ではみなさんとお話する機会を大切にしています。まずはあなたのやってみてほしい！を聞かせてください。些細なことでもスタッフが伺います。



活動の支援

活動のお悩みを共有したり、コラボ活動を行ったり、みなさんの活動をさらに盛り上げられるよう、つながりづくりをしています。



活動場所の提供

日々の活動や発表の場を利用できる無料・有料の様々な施設があります。



活動機会の提供

「かこむ」でなにかやってみてほしい！という方に。施設に携わるボランティア活動もあります。



大戸 英美代
おおとこみよ



「楽しい活動を広めたい」「問題を解決したい」という思いがあっても一人で叶えるのは大変！取材を通して人と人がつながることで物事がぐっと前進していると感じました。CC文化、一緒に流行らせましょう！

P08 北村さん・馬田さん
P08 下川さん・山田さん・竹中さん
P13 CC診断！Yes/Noチャート

編集後記

小笹 雄一郎
おささゆういちろう



CCの在り方は百人百色。取材を通して、CCの可能性を感じた一方、「CCとは何か」の輪郭を探る作業は難航を極めました。この冊子を通して、「皆さんらしい」CC在り方を考えるきっかけになれば幸いです。

P01-04 導入

喜多 薫
きたかおる



私はCCをつながりやの人だと思いました。その贈り物には応答するなどの温かみを感じます。振り返るとこれまでにつないでもらった人との関係は代え難いものです。つながりや贈るCCがまちに広がってほしいと切に願います。

P03 導入

大福 幸帆
だいふくさちほ



私たちが思うCCっぽい方は、ごく普通のこととして行動しているなど感じていました。今回は、その行動の価値・存在意義にスポットを当てています。「あれ、自分ちょっといいことしてるやん！」って思ってもらえたら万々歳です。皆さんと一緒にレッツCC！

津久井 あゆみ
つくいあゆみ



HINTOを読んで「なにをあたりまえなことをいっているんだ」と感じてくださった方は、すでにCCです！（笑）改めてほんのちょっとした気持ちの余裕を持って出会う人々との関わりを大切にしたいな、と思いました。

CC 診断！ Yes / Noチャート ～あなたのCCタイプは？～

様々なCCを紹介しましたが、「こんな感じだったら私もCCっぽいことしてるかも！？」と思った人、もいるのではないのでしょうか？このページでは、あなたがどんなタイプのCCなのかを気軽に診断できますので、楽しんでやってみてください！

CCはコミュニティコーディネーターの略



他にも、「私はこのタイプ！」というのがあれば、ぜひ教えてね！