

リード芦屋新聞

CBで地域に夢を

大賞に瀬名香織さん

10月30日、リードあしやで「第14回あしや市民活動フェスタ 未来をつくる芦屋たぶん100人会議」が開催された。サブタイトルにある「あなた『やりたいこと』コミュニティビジネス（CB）プレゼンテーション大会」の名前の通り、7グループが夢コースと実現コースに分かれ、自分の夢やプランを語った。グランプリには子ども居場所づくりについて提案した瀬名香織さんが選ばれた。



発行元 芦屋市立あしや市民活動センター リードあしや

7グループの発表は、先進性や将来性、事業性などを基準に、参加者らが審査して投票した。

グランプリに輝いた瀬名香織さん（パレット）のプランは、子どもが不登校になった自身の経験がきっかけ。「学校に行かない選択をした際、受け皿がなかった。自宅だけで過ごすのが適切とは思えない」として、不登校の子どもが生きる力を育む体験ができる「居場所」の創設を提案した。「みなさんの力を借りながら、実現を目指した

い」と述べた。準グランプリには、あしや健康ウォーキングコミュニティの岸田典子さんが選ばれた。



コメントをを務めた大阪地域職業訓練センターの梅山晃佑さんは「自らが動いている中で見つけた課題が発端となり、気持ちが高まった発表が多かった」と講評した。

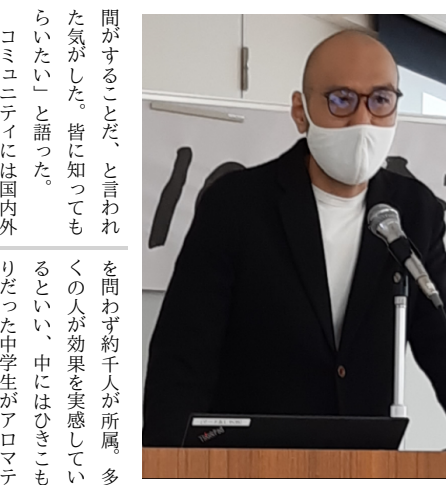
あしや健康ウォーキングコミュニティの岸田典子さんは「歩活（ほかつ）インストラクター制度で芦屋を元気に！」と題して、プレゼンテーションをした。岸田さんは、ヨガでセルフケアの大切さを知り、セ

セルフケアの大切さ強調 歩活で生涯現役

ルケアで健康になる体操などの「健康美メソッド」を考案した。生涯現役を目指す、セルフケア指導歴40年で延べ10万人を指導するなど、DFWALKウォーキング認定講師として活動している。

アロマで人を元気に 「健康づくりのお手伝いしたい」

夢コースのかずみてつやさんは「健康になるお手伝いがしたい」と題してプレゼンテーションした。かずみさんは、妻と一緒にLiving with JOYというアロマテラピーに関するコミュニティ



を運営している。コミュニティをつくった理由について、かずみさんは「自分は心が広くなく、アロマテラピーの効果も自分たちが感じられればいいと思っていた。けれどある日、自分だけが独占するのは駄目な人

間がすることだ、と言われた気がした。皆に知ってもらいたい」と語った。コミュニティには国内外を問わず約千人が所属多くの人が効果を実感しているといい、中にはひきこもりだった中学生がアロマテラピーの力で自分から外に出て、親と買い物に行けるようになったケースもあったという。（竹中己太郎）

岸田さんは「正しい歩き方」を身につける必要性を強調。現状を知る▽目標を設定する▽仲間ができる▽地域で見守る▽楽しく継続する▽ことを重要視している。

実際、60代で坐骨神経痛を発症した女性がセルフケアに参加し、80代でモデルになったり、セルフケアに参加したことで85歳になってもゴルフを続けている人がいるそうだ。

「あしや健康ウォーキング」の活動は、芦屋川周辺などにて定期的に実施している。岸田さんは「歩く」とは、いつでもどこでもできる。歩くことで認知症予防につながり、介護されない人生、生涯現役を目指すことができる。ぜひ、多くの方が仲間に加わってくださると嬉しい」と熱く語った。（榎尾彩香）

ほかの発表は次の通り。喜渡智之さん 多文化共生を目指した街づくり▽上野義治さん II あしやプロボノセンター創設構想▽田淵舞さん ほか2人 II 未来の芽を咲かせよう@ASHIYA▽森智子さん ほか1人 II 私の居場所マイハビネス