令和5年度地域コミュニティ醸成支援事業活動レポート

ちよだコミュニティラボ

あったらいいな から始まる 千代田の新しい活動＆まちの未来

ちよだコミュニティラボでは、千代田区の活動に関わる267名の方とつながっています。その一人ひとりに「千代田にこんなことがあったらいいな」という思いがあります。その思いから、ある方は町会や既存の活動の中で新しい活動を始め、ある方は自分で新しい活動を立ち上げ、ある方はどう実現するか模索しています。共通しているのは、

「新しいことは、誰か一人の言葉や行動から始まり、
その思いに共感した人とつながることで、動き始める」

ということです。

この冊子では令和5年度のラボのイベントで紹介した活動やアイデアを中心に、今の千代田区にある様々な「あったらいいな」を紹介しています。

あなたが共感する「あったらいいな」は何ですか？
また、あたたが思っている「あったらいいな」は？

この冊子をヒントに、共感する活動に参加したり、自分の町でも取り組み始めたり、自分の思いを言葉にして伝えたりしてみませんか？

ちよだコミュニティラボのイベントレポート、
千代田区のイベントや区内活動団体の紹介などは
ちよだコミュニティラボの Webサイトで →

ちよだコミュニティラボ
chiyolab.jp

区内開催イベントの情報発信、活動の立ち上げや
新しい取組みの相談なども受付けています。ご連絡ください。

ちよだコミュニティラボ事務局（株式会社 エンパブリック内）
メール：chiyolab@empublic.jp

あったら いいな から始まる 地域活動、新しい取組みの紹介

千代田には、人が出会い、つながる機会を広げる活動がたくさんあります。ここでは、今年度のイベントで紹介いただいた活動を あったら いいな の思いから紹介しています。

まちに住む人もお店や事務所を始めた人も楽しめる場を、一緒につくれたらいいな！

神田錦町ご縁日

４町会の住民と地元企業、神田で活動しているNPOや高校・大学を中心に、０歳～80歳代まで1000人集まる縁日を開催しています。
大切にしているのはご縁。綱引きなどのスポーツや地域でのお祝い、エンタメや屋台村など、毎年地域のみんなで楽しいプログラムをつくっています。

新しく住み始めた人にも、少しずつ町のことに関わってもらえたらいいな

佐久間町こども縁日

親子連れを始め500名の参加で賑わう佐久間町こども縁日は、町の交流を生み出す大切なイベントです。佐久間町二丁目、三丁目、四丁目で共催する大規模イベントの運営には町の人の力が不可欠です。近年は、まちなかBBQやもちつきなどに新しく参加してくれた人にも声をかけ、少しずつ町会との接点を広げていく中で、こども縁日の運営をお手伝いいただける人も増えています。

子どもに町の風物詩を体験してもらいたいな

番町連合 ししまい・もちつき大会

都会で獅子舞や餅つきを体験できる機会は減っているでしょう。子どもたちに昔ながらのお正月の風物詩や体験を楽しんでもらいたくて、番町地区の町会が連携し、ししまい・もちつき大会を開催しています。　これをきっかけに町での日常の交流も広がってほしいと思います。

マンション時代も回覧板の良さを残せたらいいな

神田五軒町々会 ＷＥＢ回覧板

町の情報共有に欠かせなかった回覧板はマンションが増えたことで難しくなりました。そこでホームページで外部向けだけでなく、会員向けページも設け、回覧板も設置。行事の参加申込、レポートなども掲載しています。マンションの方にも情報が届けやすくなり、IT化で事務作業も省力化できました。行事の写真共有も手軽にできるので喜ばれています。

コロナ禍でも子どもたちに思いっきり体を動かしてもらえたらな

神田プロレス &こどもフェスタ

コロナ禍に子どもたちに思いっきり体を動かす場を提供したい、地域を盛り上げたいと、神田公園地区連合町会の青年部で企画し、開催しました。ドッチビーやプロレス体験・観戦など、子どもはもちろん大人も笑顔になれるイベントになりました。

人口が急増しても町のつながりを守りたいな

東松下町々会 コミュニティ活動でのSNS活用

再開発事業で人口が４倍に増えることがわかり町会でコミュニティ委員会を発足しました。
そこで力を入れたのが活動紹介ツールの充実です。町会ニュース、ホームページに加えて、 2023年からは、まちの写真コンテストのオンライン開催をきっかけに始まった公式LINEやインスタグラムも活用。YouTubeチャンネルでの動画配信も始めました。

自分の住む町を守る活動に参加できたらいいな

消防団の活動

千代田の消防団は江戸時代の火消しのいろは組から続く活動で、丸の内・麹町・神田の消防団があり、さらに地区毎の分団もあります。18歳以上の健康な方ならどなたでも参加できます。若い世代や女性の団員も多くいますよ。防災訓練、お祭などイベントの警戒、消防操法大会など年間を通して活動しています。団員の仲間意識は強く、地域の人ともつながれます。ご関心ある方は最寄りの消防署にお問い合わせください。

身近な場所で
健康習慣が
ついたらいいな

2023千代田区民体育大会にて

千代田区
ラジオ体操会連盟

千代田区ラジオ体操会連盟では、区内約40か所で夏期ラジオ体操会、春・秋は「歩く会」などを通して、体の健康促進を図っています。また、毎朝ラジオ体操を実施している会場では、声を掛け合ってイベントに参加し、仲間づくりや心と体のリフレッシュにもつながっています。

多世代で楽しめる
スポーツを
地域のみなさんと
できたらいいな

ウォーキングサッカー
上智大学学生団体シャクル

高齢者や運動が苦手でもサッカーを楽しめるようにと開発されたウォーキングサッカーは走らない、ボールを腰より上にあげない等のルールがあるので子どもから高齢者まで一緒に楽しめます。
バスケットコートの広さがあればできるので、地域の行事でも行っていただけたら。ご連絡いただいたら、ご一緒します！

シニア世代の健康を
守る体操活動を広げ
ることができたら

シルバートレーニング
スタジオ/ちよフル体操

シルバートレーニングスタジオは、地域の高齢者が集って体操をする活動です。体操の後にお茶をするなどのつながりもできています。
また、九段病院の先生が開発したご当地体操「ちよフル体操」も、自主グループやサロン活動で、
ぜひ行ってもらいたいです。

闘病中の人にも自分のペースで
参加でき、話しづらいことを
話せる場があったらいいな

銭湯でゆる～くエクササイズ
がんサロン～Cancerおしゃべりcafe

がん経験者とそのご家族を対象に、周りに話しづらいことを話せ、お風呂で身体もゆっくり休めることができるよう神田稲荷湯で開催しています。闘病中にも運動は大事と知り、エクササイズも取り入れています。がん経験ある方に、こんな活動もあると知っていただけたら。

千代田オリジナル
ダンスで、みんな
がつながれたら！

ちよダン
一般社団法人エスコートダンス協会

手と手を取り合い踊るエスコートダンスは、相手を想いやる気持ちを育みます。千代田オリジナルのダンス「ちよダン」もつくり、広げています。大人になって手を取り合うことに最初は恥ずかしがっている人も、やってみると楽しい！と大好評です。地域の交流活動でも取り入れていただけたら！
防災などいざという時のための関係づくりにつながると思います。

子どもも大人も
町中で思いっきり
水鉄砲で遊べたら！

ちよだスプラッシュ
Fujimi Action

富士見小学校在校生・卒業生のママ友有志が集まり、災害時を共に乗り越えられる人のつながりを目指して、子どもも大人も楽しめる活動をしています。
24年夏に水鉄砲を使ってバトルゲームをする大会を開催するために神田猿楽町町会、colorful　Laboのみなさんと共に準備中です。
多くの地域と連携して展開できたらと考えていますので、ぜひご連絡ください！

同じ千代田で活動
する人同士、協力
して活動を広げ、
仲間を増やせる場
があったらいいな

一緒に楽しむ合同体験会

一般社団法人エスコートダンス協会
区立障害者福祉センターえみふる
上智大学学生団体シャクル
大妻女子大学食育ボランティアグループぴーち

分野も日常活動も異なる４つの団体が、ちよラボで出会い、「活動をどう広げるか」という共通の悩みを持っていることに気付き、合同体験会を開催することに。３回開催で150名以上の人が参加しました。
単独開催では参加しない人に出会えたことに加え、お互いの活動も体験することで、それぞれの活動の良さを理解し、その後のコラボにもつながりました。

年に一度の大交流会「ちよだコミュニティラボライブ！」では、これまで紹介した活動に加え、
今年度は次のような あったらいいな の思いから動き出している活動の紹介がありました。

子どもたちが
在住外国人と出会い、
異文化に触れる楽しさを
知る場があるといいな

ＮＰＯ法人ナタデココ

読み聞かせを通して
シニア世代と子どもた
ちが交流できる場が広
がるといいな

NPO法人
りぷりんとネットワーク

言葉の壁を超えて、外国人に
日本をもっと好きになっても
らい、日頃の交流を深め、災
害時も助け合えたらいいな

ちよだ日本語カフェSwan

保育園で
こどもに関わる居場所
づくりを地域の方と
一緒にできたら

Belinda Nursery School

不登校の中高生や
保護者も参加しや
すい場があると
いいな

colorful　Labo

赤とんぼ、千代田区歌の
作曲家 山田耕筰の歌
を千代田のみなさん
と歌えたら

エンジョーイ歌ンターレ
CHIYODA

NPO法人
シニア大楽

人生100年時代、
シニア講師やユーモア
の笑いで、人生を
謳歌しよう！

ITを活かし、
神田の魅力を
多くの人に知って
もらえたら！

一般社団法人
KUJICOM
(合同会社KICS)

神田囃子を地域
の活動でもっと
活かしてもらえ
るといいな

鼓鍛冶
(鍛冶町二丁目
町会お囃子部)

写真の撮影を通
して学生と町が
出会える機会を
つくれたら

二松学舎大学
神保町古書店街
写真プロジェクト

迷える高校生が
地域課題に自分事として
取り組む授業を地域の方と
できたらいいな

正則学園高等学校

防犯・美化
×
ランニング
でつながろう

パトラン東京

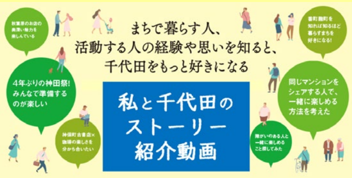
120周年の公園と
千代田のみなさんが
もっと連携できたら

日比谷公園

性別による不平等が
なく生き方を選び、
活躍できる地域に
なってほしい

千代田区
男女共同参画センター
MIW（みゅう）

千代田で活動する人の思いをYouTubeで発信しています



私と千代田のストーリー

千代田で活動する人は、どんなきっかけで始め、どんな思いで活動を続けているのか、お話を聴いています。

Urbanist Talk

千代田で活動する人４～５名で集い、千代田の可能性、活動の面白さを話している番組です。

新任町会長の方の あったら いいな を教えていただきました

ちよラボでは令和４年・５年に新しく就任された町会長の方の中から４名の方にご協力いただき、「新町会長が語る、町会のこれから」というイベントを令和５年10月に開催しました。
変わりゆく地域の中で、町会のこれからについてお話しいただきました。

三番町に関わる人が心地よく感じる空間になったらいいな

三番町町会
上村友子会長

戸建てや商店がほぼすべて集合住宅になり、新しい住民の方が増えています。三番町に関わった人が心地よく感じる空間になったらいいなと思っています。町会活動を知ってもらうためにイベントを企画し、掲示板やＳＮＳで伝えています。町会用の携帯電話を導入し、問い合わせ先を会長個人から町会電話・メールに切り替えたところ、御礼の連絡や問い合わせなどが増えました。

学生や地域グループなど多様な人の力を借りて、町に出会いを広げたい

富士見二丁目町会
鏑木雅裕会長

大規模マンションの住民の方と町会の接点を広げるためイベントや情報発信を通して新しい人への働きかけに力を入れています。町会との接点を多様な人に持ってほしいと考え、ミニ四駆などの親子イベント、ママグループと連携したフリーマーケット、学生と連携した高齢者の方向けのLINE教室など、新しい試みを色々な人の力を借りて行っています。

誰もがつながりを感じ、安心して楽しく暮らしていけたら

神田橋町会
天野久美子会長

区営住宅一棟の小規模な町会ですが、一人暮らしの高齢者の方が増えてきている中で、つながりを守る役割も町会にはあります。
多くの行事はできませんが、敬老会や新年会のように集える機会をつくり、楽しんでもらえたらと思っています。
また防災訓練をつながる機会としても重視し、何度も声がけすることで、多くの人に参加してもらえるようにしています。

住む人も企業の人も同じ町の人としてつながっていけたらいいな

神田松住町会
細野哲雄会長

昔から住む人も減り、今では住んでいる人は20世帯くらいの小さい町会ですが、企業の人なども含めて、コミュニティ活性化につながるように祭りへの参加や納涼サンマパーティなど行事を行っています。町会ニュースを作成し、行事前の周知、実施後の報告を町会員だけでなく企業会員やマンションにも配布し続けています。

参加者の声

新しい時代になり、企業や学生などを取り込みながら工夫をしていかなければならないこと、情報発信していくこと、近隣町会との協働など、これから大切だと思います。

町会のホームページや町会メールなどでチョットした問い合せができるとよい。

少し前に区内に住み始め、町会に未加入ですが、各会長さんの熱意や努力を強く感じました。

情報発信がいかに大事かと感じた。段階を踏んでのお知らせ、掲示板の活用、デジタルの導入など色々と工夫ができると思った。

あったらいいな から、地域でのアクション、始めました！

「あったらいいな」と思ったことから千代田での活動を立ち上げたお二人に、お話を伺いました。

忙しく慌ただしい毎日だからこそ、丁寧な暮らしに思いを巡らせる場があったらいいな

黛茜さん
「ちよだで丁寧な暮らしを話そう」主宰

Q．「あったらいいな」と思ったことは？

忙しく慌ただしい現代、そして変化の激しい時代だからこそ、足元の暮らしに思いを巡らせることで、心の豊かさを手離さずに生きていくヒントが見つかるのではないか。そんな思いから「丁寧な暮らし」をキーワードにテーマを決めて話し合う場を立ち上げました。

Q．活動を立ち上げようと思ったきっかけは？

PTA活動をしていた頃、子育て世代が非常に忙しいこと、同時に千代田には豊富な経験を持つ人が多いことを知りました。区の「ちよだの女性が未来をつくる！フューチャーセッション」に参加し、地域について話す場って面白いと感じました。そこでちよラボのアーバニスト・ミーティングで、日頃感じていたことを話したら、いいね！と言ってもらえ、仲間もでき、まず１回やってみることになりました。

Q．動き始めてみて、いかがでしたか？

自分なりに「丁寧な暮らし」について考えていたのですが、準備の中で仲間と話すことで「何をしたいか」明確になりましたし、何より一度、開催してみて「あ、これだ！」と、この場の意味も見えてきました。会の終わりに「丁寧な暮らしを考える時間こそが丁寧な暮らしだと思った」という声をお聞きし、何をしたらいいかがわかったし、続けたい！と自然に思えました。

Q．これまでの活動は？

最初の会に続いて第２回「豊かな五感が導く丁寧な暮らし」、第３回「違いを『想像する』優しさのある暮らし」と３回開催し、令和６年に第４回を行います。テーマは、参加した人の声から思いついているのです。

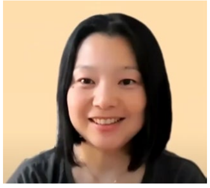
Q．協力者や仲間は大切ですよね

一緒に活動している方はパソコン作業が得意で、たくさん助けて頂いています。 ＰＴＡ活動の時の仲間が来てくれたり、会場も参加者の方から紹介してもらったり。繋がったみなさんと一緒につくっているなと感じます。

Q．活動で大切にしていることは？

日々の暮らしの中で時間が取れなかったり、参加者集めに苦労したりすると、地域活動も大変だなと思うことがあります。しかし、場を開くと楽しくって、「あ、私はこれがしたくってしているんだ！」と改めて思うのです。
「自分がしたいから、している」というのは、当たり前なのですが、大切にしたいなと思っています。

子どもたちが自分のことを素直に話せる場が千代田にもあったらいいな



星田美沙さん
「たいわ室千代田支部」

Q．「あったらいいな」と思ったことは？

コロナ禍で、子どもたちが引きこもりの生活でストレスを感じているのを何とかしたいと思ったのが最初です。親も忙しくてゆっくり話を聞ける時間が取れるとは限らないので、誰でもいいので、子どもと向き合ってくれる人がいると子どもの気持ちが楽になると思います。

Q．活動を立ち上げようと思ったきっかけは？

他地域で、コーチングを学んだ人たちが「親でも先生でもない大人と子供がオンラインで30分間自由に話す」という活動を行っているのを知り、千代田でも必要だ！と思い、千代田支部を立ち上げようと思いました。

Q．動き始めてみて、いかがでした？

最初、子ども活動だからと教育委員会や児童館に説明に行きましたが、個人が急に来ても難しいと言われました。
動く中で「ボランティア団体にしたらいい」「社協の支援策を使える」などのアドバイスをもらい、実現できました！

Q．動いたからこそ、ですね！

今思うと最初の頃は、したいことが明確になっていませんでした。人に話す中で自分でも言語化し、整理できました。そして、周りの方と共有する中で多様な経験や得意を持つ方とたくさん出会い、その方たちに活躍していただけるように動いたらいいんだとわかってきました。

23年夏には夏休みの自由研究イベントを兼ねた「たいわ室」の体験会も開催しました。出会えたみなさんの力を借りて、将来的には子どもの居場所をつくりたいと思っています。

これからの千代田に あったらいいな と思うことを 共創 しよう！

今、千代田で暮らし、働いている人が、これからの千代田に
「あったらいいな」と思うことは？
ちよラボのアンケートでご提案いただいた８つのテーマを、
ラボライブ！2024で区民のみなさんと話し合いました！

当日のテーマ、イベント・レポートは、
WEBサイトページで！

育児と仕事の両方を
充実するにはどうしたら
いいか。男性も本音で
話せる場があったらいいな

地域活動では
時間や場所のことが
いつも難しさに。
バーチャル空間で
集まれる場が
あったらいいな

有名な街だけど
「これぞ！千代田」と
言えるものって何？
それを私たちが協力して
作れたらいいな！

仕事中心で生きてきた
ビジネスパーソンが
地域との関わり方を
話せる場があったら

忙しい毎日の中でも
暮らしのことを考える
きっかけとなり、お互い
を知ることもできる
問いって？

食や服飾、SDGsなど
地域活動の活性化にも
学生の学びにもなる
大学と地域の連携を
増やせたら

子ども食堂したい！
千代田で田んぼを！
そんな一人ひとりの
思いを話せ、つながる場
があったらいいな

千代田区立障害者福祉センター えみふる のボッチャの取り組み

えみふるは、障がいの有無に関わらず、また世代を超えて楽しめる場づくりに取組んでいます。その中で注目したのが「ボッチャ」です。すぐに始められ、高齢者も子どもも一緒に楽しめる交流ツールとして地域活動でも活用していただけたらと思っています。

ボッチャをみんなで
楽しめるスポーツと
して広げたいな

これらを70名で対話し、“未来の千代田”が見えてきた！

（次頁へ）

東京大学大学院 中島直人教授(都市工学専攻)
にお訊きしました

あったらいいな はこれからの地域づくりの鍵？

街に関わろうと思うのは、何か課題が起きた時か、何か面白いこと、自分の関心あることがあった時だと思います。最初は自分にとって意味や価値あるものから始まりますが、人と関わる中で自分だけでないみんなの価値を、色々な人と作っていくことを楽しめる人が増えるといいなと思います。

都市に住んで都市の生活を楽しみながら、まちづくりにつながる活動をしていく人たちは「アーバニスト」と呼ばれていて、都市政策やまちづくりの大切なパートナーという考え方が世界的にも広がっています。
その時に大切なのは「共有するビジョン」です。「こうなったらいいな」というビジョンを言葉にし、話し合い、共有することから、地域づくりは始まると考えています。

ちよだコミュニティラボライブ！2024
から生まれた千代田の未来イメージ

わたしの あったらいいな から始まる未来を、これからも共創していきましょう！
あなたの あったらいいな も教えてください。

ちよだコミュニティラボ
2024年3月31日発行

お問い合わせ
ちよだコミュニティラボ事務局（株式会社エンパブリック内）
chiyolab@empublic.jp　03-6303-3195

千代田区地域コミュニティ醸成支援事業
千代田区コミュニティ総務課
03-5211-3656