



まごころドーナッツより

Vol.6
2023年1月発行

・本年もよろしくお願いいたします



昨年6月1日に開所日時を拡大した中野区若者フリースペースは、この度初めての年越しとなりました。年末はみんなで大掃除やリーフレット用の写真撮影を行うなど、メンバーたちがこれまで積み重ねてきた関係性を感じられる充実した時間を過ごすことができました。少しずつ、少しずつですが、私たちが目指している居場所らしくなってきたように思います。

新年挨拶の記事のつもりで書き始めたのですが、どうしても昨年得たものや経験させてもらったことに意識が向いてしまいます…初年度ならではのことなのでしょうか？

フリースペースの愛称である「まごころドーナッツ」という言葉もメンバーたちと共に考えたものです。最近では外部の方々もその名前と呼んでくださるようになりました。空間づくりも進み、植物の緑がたくさん入りました。シンボリックなリースも皆で作りました（左の写真）。また、「地域に開かれた若者居場所」として、地域社会のさまざまな人や団体とつながる活動もじわじわと進展し、たくさんの方がまごころドーナッツと出会い交流していただきました。「人とつながること・関わり合うことの大切さ」をメンバーたちと確かめてきたことが一番の成果のように思います。

さて、ここからは今年の話です。

「もっと多くの人に知ってもらいたい、もっと多くの若者に利用してもらいたい」とスタッフもメンバーも考えています。所属のない人、学生、社会人など、義務教育終了後から39歳までの年齢で中野区在住・在学・在勤の方であればどなたでも利用していただける場所がまごころドーナッツです。個別相談が必要であれば、同じ建物の中で行っている中野区の若者相談も利用できます。

新たな出会いのための試みとして、利用説明会を毎月実施することに加え、3月15日（水）には若者たちと活動報告会を開催することになりました。まごころドーナッツがどんなところか、リアルな姿を見てもらえる会にしたいと思っています。活動報告会に向けて、メンバーたちと意見交換しながら日々準備を進めています。

2023年のまごころドーナッツは爆進していきたいと思っております！
本年もよろしくお願いいたします。

（統括責任者 田中亮太）

・お絵描きCLUB 「年賀状」

12月9日（金）に行ったお絵描きclubでは、お正月を意識して「年賀状」を描きました。メールやSNSの普及により、年賀状離れが加速していると言われていた昨今。改めて、年賀状の発祥の由来や意味等をメンバー同士で確認し、2023年の干支である兎をモチーフにメンバーそれぞれの個性あふれる作品が出来上がりました。出来上がった作品は、模造紙で作成した大きな年賀状に貼って、みんなで眺めたり、意見交換をしたりと賑やかな時間となりました。参加メンバーたちのコメントを掲載いたします。

・みんなそれぞれ思い思いのうさぎの絵を描いていました。

その中で私は何枚か描いたうさぎの絵の中からどんな絵のうさぎが良いか考えて、実際に年賀状に描く絵を決めました。みんなからは良く色んなうさぎの絵を描けるねと驚かれました。

みんなが描く色々なうさぎの絵がどれも素敵で、見ていてほっこりする気持ちになりました。（メンバー黒音）

・当日、集まったのは数人でしたが、それぞれが思いの年賀状やうさぎの絵を描きました。イラストやキャラクターチックの物から、リアルなものまで、作品には個性が出るなと思いました。後日、当日はいなかったメンバーの作品も増えて賑やかになりました。

久しぶりに絵を描いたのですが、案外楽しかったです。

（メンバーR）



・はたらく大人と出会う会 ～弁護士～

通信各号にてご報告をしている「はたらく大人と出会う会」。今回はゲストである、あさやけ法律事務所代表弁護士の松岡太一郎氏に記事の執筆をお願いしました！

はたらく大人と出会う会に参加して

松岡太一郎

「強い人間なんていない。」

参加してくださった方がそうにご発言されたとき、「決して強くない社長と社員と自分の心」というタイトルで語るまでもなかったと思いました。参加された皆さんは、これまで、とてもとても悩んで、かつ、考えて生きて来られたんだなあ～ということが伝わってくるご発言ばかりされておられました。そういったお言葉は、その方の深いところから出てくる言葉なので「伝わってくる」のだと、今回、私は、皆さんから学びました。ありがとうございます。

皆さんのお言葉で、一番、私の心に残ったのは、「自分たちにとってまごころドーナッツとは何か？」という問いに対するご発言でした。

あたたかい場所、いやしの場所、おいしい場所・・・

まごころドーナッツは、皆さんにとって居場所の1つになっていました。そんな皆さんが私からはまぶしくみえました。

実は、今回、私が一番お伝えしたかったのは、

出会いこそ、人生の宝探しである

ということでした。半歩でも1歩でも、行動を起こすとその先に出会いが待っています。その出会いは、何年も経ってから振り返って初めて「宝」と思えてくる気がします。

皆さんにとって、「出会い」とは何でしょうか？



・～オープンプログラム～ 3時のおやつ

12月20日（火）に、「～オープンプログラム～3時のおやつ」を行いました。コロナ渦で中々食事を一緒に楽しむことも、まだためられるご時世ですが、メンバーが個々で持ってきたお気に入りのおやつを紹介し合い、個包装のおやつを交換し、アクリル板を挟んで食べました。黙食でのお菓子の交換・食事でしたが、それぞれ持ち寄ったお菓子の好きな理由や思い出等を伝え合う中で、「そのお菓子、自分も好きです」等の共感や、「初めて見る・食べるお菓子です」、「このお菓子、自分でも買いたくなりました」等の色々な発見や意見交換が出来ました。メンバー同士、日頃は中々食事を共にすることが出来ない中で、本プログラムを通して、日頃とは違った一面を知ることが出来、自然と笑みがこぼれたり共感したり、新たな発見があったりと和やかなプログラムとなりました。今年は、お菓子だけでなく、実際に食事をメンバー同士で作って食べる等のプログラムが出来ると良いですね。参加メンバーたちのコメントを掲載いたします。

（スタッフ石田正之）



普段おやつ（お菓子）を食べることはありませんが、お菓子は私にとって好きなものです。おやつを食べる機会や皆で何かを摂食する機会を久し振りに体験したので、面白い時間を過ごすことができました。それぞれが選択してきたお菓子は違って、それらのお菓子を集めると意外にも多量のおやつになりました。そして、食の力が偉大であることや食が生の対人関係に対して多大なる影響力を誇っていることを、改めて認識しました。

programの最中は美味しかった上に面白い時間でしたから、「3時のおやつ」が恒例の企画になるように尽力して参ります。

（メンバー[the close face] lol chaos）

中野区若者フリースペース まごころドーナッツ

【所在地】 〒164-0011 東京都中野区中央1-41-2

中野区子ども・若者支援センター（愛称：みらいステップなかの） 4階
東京メトロ丸ノ内線・都営地下鉄大江戸線「中野坂上」駅A1出口から徒歩2分

【電話】 03-5937-3664

【開所時間】 火曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）11:30～19:00
※毎月2回、不定期で閉所日があります。

プログラムスケジュールや最新情報は、HPにてお知らせしていきます。→

