

## ・まごころキッチン「ベビーカステラをつくろう」

6月3日（土）、初の調理プログラムを実施しました！作った料理はベビーカステラです。関西出身の利用者さんが、たこ焼き器で作れるベビーカステラを教えてくださいました！まごころキッチンが始まると、いつもワイワイした雰囲気のマごころドーナッツが、さらににぎやかになりました。

ベビーカステラを作るのに欠かせないのはようじ！みんなで「こうしたら？」とか「焼けたんじゃない？」など声を掛け合いながら、あまりきれいではないけれど、おいしいベビーカステラを作ることができました。

また、特筆すべき点は、後片付けが早いことです。みんながテキパキしていて声を掛け合い終わらせました。

7月はサツマイモご飯の予定です。楽しくておいしいまごころキッチン。今度はあなたも一緒に楽しみませんか？  
(スタッフ 佐藤芳子)



食べて  
おいしい！

## ・UVレジン アクセサリー作り

メンバーの一人が、ある日、かつて自分で作ったUVレジンアクセサリーの作品を持ってきてくれ、レジンを守るUVライトや、装飾に使うパーツやグッズもまごころドーナッツに寄付してくれました。キラキラした幻想的な世界に魅かれて「アクセサリー作りをプログラムでやってみよう！」ということになりました。

プログラム当日は、経験者のメンバーに見守られながら、初心者のスタッフと初めて参加したメンバーたちも楽しく製作できました。以下は、参加したメンバーたちの感想です。

○初めてレジンという物を知りました。何回も熱を加えて、形や色を整えるのはおもしろかったです。色とビーズの組み合わせが上手にできなかったの、少し失敗をしてしまいました。私にとって、工作は難しかったです。

○作るのは初めてで不安でした。でも、ちゃんと固まったり、きれいに透けてきたりして綺麗ななあと思いました。教えてもらったと一緒に作ったりできてそれも楽しかったです。綺麗なUVレジンの作品ができて嬉しいです。また作りたいです。

作って  
楽しい！



## ・Conatus Laboratory「おしえてメンバー先生！」

6月14日(水)Conatus Laboratory(通称コナラボ)の特別編として『おしえてメンバー先生！』というプログラムを実施しました。

“Conatus”（コナトゥス）については、「存在者に内在してそのものを動かす原動力、傾向。」（ブリタニカ国際大百科事典 小項目事典より抜粋）と、難解な解説が冒頭に挙げられていますが、「意志や衝動など、存在を保とうとする努力」（同事典より抜粋）との解釈もあり、「根源的で、自身の存在に関わるような深い意味を持つ努力」と私なりに解釈しました。このプログラムでは「深い学びを通して、自らの存在維持に還元していく一端を担うこと」が目的となるでしょうか…。

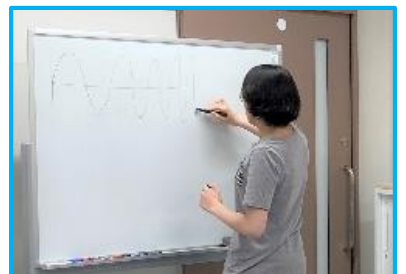
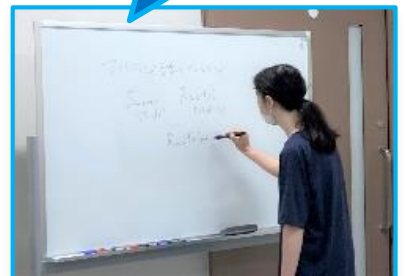
随分と堅苦しくなりましたが、メンバーの中には、ある分野の知識に特化していたり、或いは複数の分野にまたがり幅広く知識を持っていて、思わず「おしえてメンバー先生！」と声をかけたくくなるような逸材がいます。

その知識を披露してもらうことは、聴く側には新たな発見や刺激となり、発表する側には、それまで無意識だったかもしれない「自身の存在を保つ努力」としての「好奇心」や「探求心」の再確認の場となり得ると、思えました。

今回のメンバー先生の講義内容は、言語に詳しいメンバーの推し言語「フィンランド語」を中心とした講義と、理科系の分野に詳しいメンバーの「天体、光線、原子・電子・分子等」の科学講座の二本立てで行われました。柔軟に参加者の質問に対応して行ってくれた講義は、「あっぱれ！」で、メンバーの持つ魅力が十分に発揮されていました。

スタッフも含めた聴講者は、専門的な内容全てを咀嚼できないまでも、メンバーへのリスペクトが深められ、有意義な時間を過ごせました。今後も「メンバー先生」を随時募集していきたいと思っています！  
(スタッフ 荒井りつ子)

聞いて  
びっくり！



# ・新プログラムが続々と生まれています！

多くの人たちにまごころドーナッツを利用してもらいたいと考え、日々メンバーたちや中野区と一緒にいろんな作戦を練りトライしています。6月はふたつ新企画をスタートさせました！

## ★出張まごころドーナッツ in 鷺宮

中野坂上から離れたエリアの人と出合いやすくするために、まごころドーナッツがその日だけ他の地域に出現するという、出張居場所企画です。フリースペースの一番の特徴は「場所よりも人」です。単発実施で設備に制限があっても、まごころドーナッツのスタッフと、そして利用しているメンバーのみんなと、まずは一度で出合ってほしい。そんな思いから生まれた企画で、初回となる6月は鷺宮区民活動センターの和室にて実施しました。実施するエリアやサイクルについてはまだ定まってはいませんが、可能な範囲で出張居場所を開いていきたいと思っています。



↑ 出張まごころドーナッツ in 鷺宮

## ★ジェネレーションタイム (10代/20代/30代)

まごころドーナッツは10代から30代という幅広い年齢層を対象としたフリースペースです。来たことのない人の中には「自分と近い年代の人がいるのか気になる」とか「同世代の人と交流したい」といった気持ちの人がいるかもしれません。そんな人が未登録でも参加できるオープンプログラムとして生まれたのがジェネレーションタイムです。ご予約も不要です。10代/20代/30代の各年代のために一定のスペースを開放し、自由に過ごせるプログラムとなっています。プログラム中、他の年代の方は別スペースにてフリータイム利用ができます。

まだお会いできていない人を意識することはとても難しく、中野区若者相談や他機関の職員の方々からのご意見やまごころドーナッツのメンバーたちの言葉に耳を傾けながら、これらの試みが生まれました。すぐに結果の出るものではないと思いますし、試行錯誤を続けていくことが大切と考えています。出合いが増えていきますように。

(スタッフ 田中亮太)

# ・定例 ボランティアプログラム

4月から始まった「稔ヶ丘高校 校内居場所カフェ ボランティア」は、毎月の定例プログラムとなりました。

いつもは「誰？この人たち？」と、ちょっと横目で見ながら通り過ぎていく生徒さんも多い中、6月の校内居場所カフェは大盛況で、いつもは利用者のほとんどいない午後の時間帯も、昼休みから引き続き利用してくれた生徒さんたちもいました。そのうちまごころドーナッツにも稔ヶ丘高校の生徒さんの誰かが来てくれたらいいなと思っています。



↑ 放課後子ども教室ボランティアの様子

同じく東中野区民活動センターにて隔月開催されている「放課後子ども教室 とちまるランド」の「お花とあそぼ！！」へのボランティア参加も4月に続き6月も実施し、今後定例化していきそうな流れです。

「お花とあそぼ！！」は、まごころドーナッツの観葉植物でもお世話になっている仙石さんによるフラワーアレンジメント教室で、小学校低学年を中心とした参加者が、6月はアジサイをメインにガラスの器に剣山を使ってダイナミックな活け花を製作していました。

まごころドーナッツのメンバーは、受付やアレンジメントの補助、準備や後片付けなどを、手分けして見事にこなしており、メンバーの誠実な態度が、ボランティアのオファーを多方面からいただいている裏付けとなっていると感じさせてくれました。

(スタッフ 荒井りつ子)

## 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。→

