

あなたのまちに

ほっとスペースを

つくろう!



1. まちのほっとスペースの始まりは？

1. まちのほっとスペースの始まりは？

2. まちのほっとスペース構想とは

3. さあ！ほっとスペースをつくってみよう！

4. 団体活動報告



たすけあいワーカーズの

定年制の動きがきっかけになる

- * まだまだ現役で働きたい！
- * 地域で役に立つことがしたい！
- * 自分達が活かされる居場所が欲しい

ACT会員からの提案で始まった

「まだまだ現役この指とまれ！」

準備会が発足し、2年間話し合う

- * ゆるやかに参加できる
- * 経験や技術を活かすことができる
- * 人と人がつながることができる

同時期、生活クラブ生協・東京が描く「ボランティアネットワーク」構想が提案される。

ACTのまちのほっとスペース構想と同じ描きをもつ生活クラブ東京の2者が協議を始めて2011年度に相互が協働して推進する方針を立てる

ACTと生活クラブが考える
「まちのほっとスペース構想」として始動！！

2. まちのほっとスペース構想とは

東京だからこそ、小さなつながりをつくらう

「誰もが安心して、地域で暮らし続けられる」ために、

ワーカーズ・まちの縁がわが運営する3つの機能をもった拠点を、東京の各自治体、そして地域につくる構想です。

そのためには「各地域の生活クラブ運動グループ地域協議会」の協力を受けて拡げていきます。

「まちのほっとスペース」

< 3つの機能 >

- (1) 子どもから高齢者まで誰でも行ける「居場所」が常設している
- (2) 気軽に話しができ情報交換や「身近な相談」ができる
- (3) 暮らしで困った時、ちょっとした支援の「ほっとサービス」が提供できる

★運営主体はワーカーズ・まちの縁がわが担う。

サポーターとして多くの市民の参加を募る。

(団体の理念)

- * 人と人がつながり、困った時にはたすけあい安心して暮らせる地域をつくるためにまちをコーディネートする機能（拠点をつくることを目指します）
- * 私たちは、会員の相互のたすけあいの精神に基づき、ワーカーズコレクティブとして、共同で事業運営を行います
- * 地域の人々の開かれた居場所である「ほっとスペース」を運営します

「ほっとスペース」とは

1. 常設の場所で週4～5日はオープンすることがポイント

- * 天候しだい・体調しだいなど、気軽にふらっと立ち寄れる
- * 「居心地が良い」「ほっとする」「気がねなくおしゃべりができる」などの声を聞いている
- * 会食やプログラムに参加する人だけでなく、何気なく立ち寄って本を読んだり過ごす人もいる
- * 懐かしい人との出会い、知らない人との新たな出会いなど、人と人が繋がるきっかけになる

2. 団体の理念に賛同した人は誰でも参加できる

- * 難病や障がいを抱えていても自分のできる仕事や体力に応じて働き、生きがいをもって社会参加している

3. まちの見守り拠点として地域と連携する

- * 地域ケア会議などに参加し、自治会や商店街など連携

4. ほっとスペースを存続するための戦略

- * 賛同者を増やすための、広報活動（ホームページなど）
- * 若い世代の人材発掘
- * 他団体等の連携ネットワーク

ほっとサービスとは

- * 利用する会員と支援するサポーター会員を配置
- * 利用者もサポーターも『ほっとサービス会員』となる
・・・年会費 1,000 円

1. サービスの内容

- * ちょっとした手助け（ゴミだし・郵便だしなど）
- * 見守り・話し相手など
- * 庭の掃除・草取り・植木の水遣りなど
- * 買い物や書類の代行など
- * 犬の散歩など
- * 不安症を抱えている人の生活自立のお手伝い
- * 介護保険サービスではできない、病院の付き添いや見守り
- * 久しぶりにデパートに買い物外出の付添い

2. 利用料金

- * 基本の時間：30分 料金：500円
15分ごとに250円が加算される

3. サポーターの謝礼

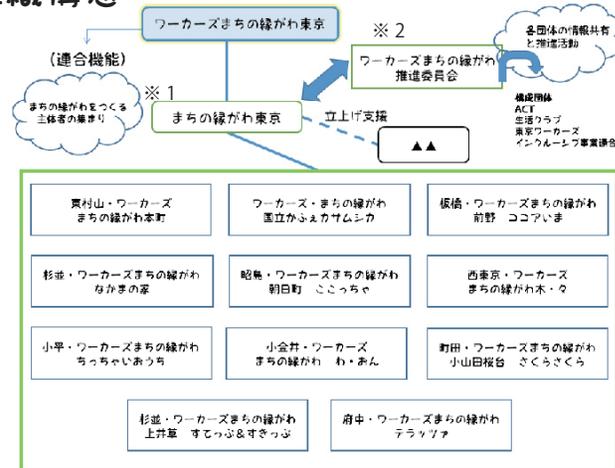
- * 基本時間：30分＝250円、1時間＝500円
利用料金の半額は、団体の運営資金になる

4. 利用会員とサポーターをつなぐ

コーディネーター

- * 電話だけでなく、訪問することもある
- * コーディネーターは相談パートナーにもなる

組織構想



※1 まちの縁がわ東京 ※2 ワークスまちの縁がわ推進委員会

- * 定期的に会議が開催される
- * ワークス・まちの縁がわの全団体が参加する
- * 各団体の現状報告と情報交換をしている
- * “まちのほっとスペース”の立上げの支援をお手伝いする
- * 今後、縁がわワークスの連合組織として適切な法人格の取得をめざす

<構成団体>

- * アビリティクラブたすけあい (AC T)
 - * 生活クラブ生協・東京
 - * 東京ワークスコレクティブ 協同組合
 - * インクルーシブ事業連合
- 各構成団体が、まちのほっとスペースを地域で立ち上げるための情報共有と推進の活動を展開する

1. 本町

〒 189-0014 東村山市本町 4-1-8
Tel: 042-306-3177



運営主体
東村山・ワーカーズ・まちの縁がわ本町

設立 2011年12月24日

通常営業日 毎週月曜～金曜
10:00～16:00

不定期営業 土曜・日曜

(縁がわプログラムや会場貸出)

ワーカーズメンバー 9人

サポーター 22人

<2021年度活動実績>

実働日数 204/年

来訪延べ人数 2,088人/年
1日平均/10.2人

ほっとサービス件数 154件

相談件数 2件

年間総事業高 1,674,398円

<特徴>

市役所近くの道路に面していますが、目立つように手づくりのぼり旗を上げています。世話好き、人好しのメンバーが揃っています！

<ひとことアピール>

家庭献立ランチ 600円を日替わりシェフで提供。お馴染み高齢者さんから、近くの市役所の若い女性たちが口コミで食べに来てくれます。縁がわプログラムは、定期的な趣味活動が企画されています。月1回は子育てママ自主企画「親子カフェ」があり、親子の広場になっています。2021年7月から生活困窮者の食事支援がスタート、毎週「子どもべんとう」を10食無料提供しています。また月1回の「子ども食堂」30食のこどもカレー弁当も配食しています。



地域包括ケアシステムの1つ「助け合い地域づくり」の普及啓発活動をする第1層協議体の運営メンバーです。
団体名：東村山ささえ合い活動推進会議

古本・衣類・食器など
店舗前に陳列、回収ボックスも設置
毎月の売上が縁がわを支えています



フラワーアレンジメント教室
ハケ岳まで花材を
仕入れに行ってきました

東村山市の地域活動団体が
交流する行事でのパネル展示



お母さんと一緒に子ども食堂の
カレーづくりのお手伝い。
では味見をします、美味しい
good !

毎月第3日曜日「ホット・ほっと」障がい児・家族の居場所を貸し出しています

2. まちのほっとスペース かふえカサムシカ

〒186-0004 国立市中3-5-60 カサムシカ 2F
Tel:080-5878-2364



運営主体	まちの緑がわ国立
設立	2012年1月17日
営業日	月曜日～土曜日 (祭日を除く)
ワーカーズメンバー	11人
サポーター	65人
< 2021年度活動実績 >	
実働日数	288/年
来訪延べ人数	4,110人/年 1日平均/14人
ほっとサービス件数	291件
相談件数	29件
年間総事業高	3,827,108円

<特徴>

住宅街のど真ん中にある山吹色の建物の2階。
カサムシカ（音楽の家）は防音構造なので音楽を通じた交流が盛んです。

<ひとことアピール>

10周年を迎えてコロナ禍の中、メインのイベントであったサロンコンサートや歌声倶楽部、にぎわい夕餉など大勢の集まりは出来ませんがサークル活動や教室などは以前と同じように賑わっています。

週2回の子ども食堂開催はテイクアウトですが地域に根付き、欠かせない存在になりました。今後は「市内の北か南にサテライトを！」が課題です。

**エコロ子ども食堂は
毎週火曜日の夕食
お重箱にメニューを添えて**



カサムシカ子ども食堂



カサムシカ子ども食堂は毎週土曜日の昼食です。
子どもは地域の宝物。
子ども食堂を通して地域との繋がりが大きく広がりました。

現在の子ども食堂は
テイクアウトのみで
実施しています



ニットサークル

サークル・教室
他に 絵手紙・折り紙・
軽体操・官足法
手縫い教室・ピアノ教室・
ヴォイストレーニング教室
などが活動しています。



ノルディックウォーキング



人気の百歳体操サークル

3. ココアいま

〒174-0063 板橋区前野町 2-48-4
Tel: 03-3969-8886

運営主体

板橋・ワーカーズまちの縁がわ前野

設立 2012年3月24日

営業日 月～金（祝祭日を除く）
年末年始及び夏季休暇が有り
10:00～16:00

ワーカーズメンバー 6人

サポーター 28人

< 2021年度活動実績 >

実働日数 246/年

来訪延べ人数 587人/年
1日平均/2.4人

ほっとサービス件数 9件

相談件数 3件

年間総事業高 677,129円



「みんなでチクチク」の
作品、干支の置物です。
ねずみ・うし・とら、と
毎年作っています

<特徴>

子育て支援「あやこ舎あやとり」の隣で居場所を行っています。子どもの遊ぶ声などを身近に感じることができます。プログラムなどは土曜日に保育ルームを借りて実施しています。

<ひとことアピール>

ランチはカレー、ピラフ、うどんなどを提供しています。どのメニューにも手作りの野菜ピクルスが必ず付いています。このピクルスを目当てに来店する方もいます。月に1回土曜日に食事とおしゃべりの会「おしゃべりココア」を開催しています。



月に1回行っている食事会（おしゃべりココア）です。この日は手作りこんにやくとちらし寿司

ランチメニューに必ず付いてくる
野菜ピクルス。
煮豆や根昆布などおふくろの味



縁がわ前野のメンバーが
勢ぞろいです。
メンバーどうしも
たすけあって運営しています。



5. まちのほっとスペース成田西 なかまの家

〒166-0016 杉並区成田西 4-8-15
Tel: 03-5930-6140



運営主体	杉並・ワーカーズまちの縁がわかまの家
設立	2013年10月21日
営業日	月・水・金
	10:00～16:00
	(ランチ 11:30～14:00)
ワーカーズメンバー	21人
サポーター	22人
< 2021年度活動実績 >	
実働日数	120/年
来訪延べ人数	1,408人/年
	1日平均/11.7人
ほっとサービス件数	1件
相談件数	15件
年間総事業高	1,640,096円

<特徴>

安心・楽しい・おいしい 地域の居場所

「食と憩いのほっとスペース」

<ひとことアピール>

なかまの家の小さな畑では、地域の小学生が季節ごとの種をまき、自分たちで収穫した新鮮な野菜をいただく「キッチンなかまの家」を開催しています。誰もが気軽に立ち寄り、集う方々の見守り、気づきを大切にしたいスペースを目指し地域に開かれた居場所になっています。



子ども食堂



いっしょに農作業



総会後の懇親会



6. ここっちゃん

〒 196-0025 昭島市朝日町 4-22-19

Tel: 042-519-2134



運営主体

昭島・ワーカーズまちの縁がわ朝日町
 設立 2014年5月29日
 営業日 月・水・金 (週3回)
 通常 10:00 ~ 16:00
 2022年8月現在 10:00 ~ 12:00

ワーカーズメンバー 14人

サポーター 28人

< 2021年度活動実績 >

実働日数 92日

来訪延べ人数 420人 / 年
 1日平均 / 4.6人

ほっとサービス件数 88件

相談件数 3件

年間総事業高 390,815円

<特徴>

絵手紙教室、季節のイベントがあります。月に3回ほど食事会があります。(現在コロナ禍にあって、イベントは絵手紙教室だけです。)

<ひとことアピール>

おしゃべりするもよし。イベントに参加するもよし。

お買い物、散歩中の休憩場に、どうぞお立ち寄りください。

店内では、本、雑貨、食器、衣類などミニバザーを開催しています。

毎月、かわら版を発行し、ご近所、包括、社協に配布しています。



絵手紙教室の作品



生活クラブマルシェに参加

7. 木・々

〒 202-0015 西東京市保谷町 6-25-1

Tel: 042-425-6800



運営主体

西東京・ワーカーズまちの縁がわ「木・々」

設立 2015年5月21日

営業日 日曜日～木曜日（金、土休み）

ランチ：11時～14時

コミュニティ事業 14時～17時

ワーカーズメンバー 8人

サポーター 10人

< 2021年度活動実績 >

実働日数 204/年

来訪延べ人数 1,211人/年

1日平均/5.9人

ほっとサービス件数 0件

相談件数 70件

年間総事業高 1,362,060円



夕食弁当



<特徴>

カフェ&ランチと子どもからお年寄りまで

みんなの居場所事業の実施

<ひとことアピール>

健康マージャンや絵手紙、俳句などのコミュニティ事業と市内3か所で実施している相談事業としてのケアラズカフェ、そして地域の子どものための子ども食堂、無料弁当配布、宿題ルームなどの活動を実施。地域の誰もが気軽に立ち寄れる居場所です。



絵手紙教室

俳句教室



ケアラズカフェ



宿題ルーム



8. ちっちゃいおうち

〒187-0043 小平市学園東町2-4-16-101
Tel: 090-4383-9108



運営主体	小平・ワーカーズまちの縁がわちっちゃいおうち
設立	2016年4月21日
営業日	おうちサロン 第2・4火曜日 11:45～13:30 タッピングタッチカフェ 第1金曜日 13:30～15:00 手仕事サロン 第3月曜日 13:30～15:30 わらべうた遊びの会 第3金曜日 10:00～11:30
	アロマクラフト 年4回
ワーカーズメンバー	15人
サポーター	11人
<2021年度活動実績>	
実働日数	47日
来訪延べ人数	334人/年 1日平均/7.1人
ほっとサービス件数	0件
相談件数	0件
年間総事業高	629,047円

<特徴>

自分たちの居場所、地域の居場所

<ひとことアピール>

小平市社会福祉協議会のこだまちサロンをおうちサロンと称して運営しています。また、4月から始まった小平ACTあったかこだいらの子ども食堂の一部調理場、生活クラブまちの活動、ココリナ教室、らいふえいどや個人など誰でも使える居心地いい場所になっています。

鶏肉ハンバーグ
ひじきの煮物
パスタサラダ
甘夏ゼリー



ちらしずし
豆腐ひき肉あんかけ
おふのすまし汁
こうじ甘夏寒天



手仕事サロン ほおずき

たけのこ飯
天ぷら
青菜の和え物
かきたま汁
水ようかん



わらべうた遊び
折り紙教室

13. さくらさくら

〒194-0204 町田市小山田桜台 1-20 5号
Tel:042-860-1009

運営主体

町田・ワーカーズまちの縁がわ小山田桜台
 設立 2020年7月21日
 営業日 火曜日～日曜日
 10:00～16:00
 ワーカーズメンバー 34人
 サポーター 10人
 <2021年度活動実績>
 実働日数 262/年
 来訪延べ人数 6,550人/年
 1日平均/25人
 ほっとサービス件数 115件
 相談件数 24件
 年間総事業高 4,050,000円



さくらさくら

<特徴>

団地の商店街の一角に位置。手作り総菜やお弁当も人気。それに加えレンタルボックスやフリマも人気。子ども食堂部門や、焼き菓子、蒸しパンなどの事業もあり幅広い活動を行っている。

<ひとことアピール>

団地の高齢化率は50%に近く単身のお年寄りも多く、総菜や、お弁当、蒸しパン、焼き菓子などとても楽しみにされている。BOX(18コ)へ出展されている作品の質が高く安価！子どもたちや若い親御さんも増え多世代が集う楽しい居場所になりつつある。

大人気のおそうざい



地域に密着して活動しています



子どもの配食支援も行なっています



14. すてっぷ&すきっぷ

〒167-0021 杉並区井草5-7-5

Tel: 03-5303-4246

運営主体

杉並・ワークスマチの縁がわ上井草

設立 2021年3月13日

営業日 月～金(祝日は休み)

9:30～16:30

ワークスマンメンバー 14人

サポーター 15人

<2021年度活動実績>

実働日数 244/年

来訪延べ人数 1,674人/年

1日平均/6.86人

ほっとサービス件数 498件

相談件数 2件

年間総事業高 1,900,882円



親子ひろば遊具

<特徴>

「居場所」活動と共に、見事なチームワークによる「ほっとサービス」が好評です。

<ひとことアピール>

10年活動してきた団体の後を引き継ぎ、地域の諸団体や諸機関と連携して活動しています。西武新宿線上井草駅に近い緑豊かな環境にあり、誰もが安心できる、ホッと寛げる文字通りの“ほっとスペース”、地域の拠点になることをめざします。

地元の「上井草結いの会」(16の地域の様々な機関や団体で構成)に所属し、～みんなが笑顔で暮らせるまちをつくる～をめざして、地域の皆様と共に活動しています。



街かビサロン



親子ひろば



ある日の会食

絵灯籠を
つくっています



15. テラツツア

〒183-0034 府中市住吉町 5-17-7 和幸ビル 101
Tel: 042-306-5151



運営主体
府中・ワーカーズまちの縁がわテラツツア
設立 2021年3月21日
営業日 火曜日から土曜日 11時～17時
(日・月・祝日はカフェ休業)
ワーカーズメンバー 5人
サポーター 19人
< 2021年度活動実績 >
実働日数 203/年
来訪延べ人数 1,212人/年
1日平均/6.86人
ほっとサービス件数 4件
相談件数 6件
年間総事業高 1,719,857円

<特徴>

「スマホやパソコンの使い方」や「洋服の直し」などのほっとサービスを行なっています。生活クラブ運動グループと連携して、フードパントリーや子ども食堂の開催と、各団体の情報の受発信をする拠点となっています。

<ひとことアピール>

子どもからおとなまで、誰も孤立しない温かいまち、密度のある地域づくりを目指して活動しています。カフェでは、生活クラブの食材を使ったオリジナルスープが特徴のランチセットやスイーツを提供しています。Wifiの整備や、キッズスペースを設けて、さまざまな世代の人に利用してもらえる居場所です。



地域マップを作成し、店内に掲示しています
地域にある市民活動や居場所の活動の情報を発信しています



キッズスペース
靴を脱いで、ゆっくりできる
キッズスペース
おむつ替えもできます



地域交流サロン
ヨーロッパの伝統的な
織り方法「ダーニング」に挑戦!

小物販売
ワーカーズメンバーと
サポーター会員による
四季折々の手作り小物を販売



レンタルボックス
地域の方々が、
丁寧に作り上げた個性豊かな
手作りの品の展示販売

4. 楽多舎



楽多舎は2022年9月末で
営業を終了しました。
たくさんのご来訪
ありがとうございました。

<楽多舎のこれまでとこれから>

楽多舎は2022年9月末で10年間の活動を終えました。

その間、一人暮らしの高齢者、小さな子ども連れの家族、退職後人との交流が少なくなった方達が訪れ、ランチを取られプログラムに参加するなど楽多舎を契機に新たな交流が生まれました。

しかし残念ながらメンバーの高齢化と次世代の加入が伸びないなど、運営的課題を解消できず、事業継続を断念するに至りました。

今後、楽多舎から生まれた地域のつながりが途絶えないよう、小さくても気楽におしゃべりができ、さまざまに交流する場が地域に増やせればと考えています。

車いす、ベビーカーも
楽々。
たくさんの方がここから
楽多舎に訪れました



行事食！
秋のお弁当限定30食

2017年8月
5周年記念のお祭り
準備に忙しい調理場



メンバーの妹さんは、
津軽に伝わる
昔話の語り部です



メンバー



自慢の桜がありました



9. カフェいっぷく

活動休止中です

お問合せ:

03-5302-0393 (ACT)



<特徴>

カフェいっぷくは空き家を活用し、地元の人達に憩う居場所を提供することを目的として、平成27年11月にオープンしました。

<ひとことアピール>

一般の民家をそのまま利用しているため、台所や居間がカフェスペースです。レコードを聴きながら、コーヒー、カレーライスと一緒に味わうだけですが、楽しい雰囲気はあると思います。認知症の家族と暮らす方、ご年配の方など、誰でもお立ち寄りください。お待ちしております。



まつり寿司!



大人気のバザー



外カフェ

11. みいの家



みいの家は2023年3月末で
営業を終了しました。
たくさんのご来訪
ありがとうございました。



お庭が素敵です



<特徴>

自宅の一部を開放して、ねこもいて、ほっとできるちいきの居場所♪

<ひとことアピール>

「ねこの縁がわ みいの家」は、
楽しいことを仲間と一緒にできる縁がわ
悲しいときに寄り添ってもらえる縁がわ
おいしいものを持ち寄れる縁がわ
知恵を出し合える縁がわ
たすけあえる縁がわ
みんながちょっと元気になれる縁がわ
ねこに会える縁がわ
縁がわは、暖かくてワクワクするところ
こんな居場所です。



笑いヨガ



お茶「二人静」



健康マージャン



ねこ 🐾



ポシヤギ講座の作品

12. すずのなる木



すずのなる木は2023年1月末で
営業を終了しました。
たくさんのご来訪
ありがとうございました。

運営主体

八王子・ワークスマチの縁がわすずのなる木

設立 2020年3月28日

営業日 月・水・土
10:00～15:00

ワークスマンバー 8人

サポーター 2人

<2021年度活動実績>

実働日数 94/年

来訪延べ人数 880人/年

1日平均/9.36人

ほっとサービス件数 1件

相談件数 22件

年間総事業高 735,601円



長野から届いた
自然農法のお野菜



端午の節句、菖蒲も生けて
いただきました。



眠っていたお雑様を
御披露目

おうちごはん色々



発行：特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあいノ
インクルーシブ事業連合
初版：2017年9月16日
第2刷：2018年8月
第2版：2023年1月

