

現代版の「つながりが つくる、ちよつと楽しい 地域コミュニティ

私は宮城県の仙台市役所に勤務して19年

【写真1】

コーヒー焙煎の様子



目の公務員です。これまで様々な部署を経験しましたが、あるとき運命的な出会いがありました。それは、産業振興の部署に所属していたときのことです。支援していた事業者や起業家の方々から「一緒に地域の社会課題を解決しないか？」と誘われ、NPO法人スロコミの設立に理事として参画することになりました。今から約4年前のことです。

現在、スロコミはまちづくりや高齢者福祉の分野を中心に活動しています。活動を継続するにつれ、私自身多くの気づきと変化を得ました。今回はそのお話をさせていただきます。

「スロコミ」って何？

スロコミ。少しユニークな響きですよね？これは「Slow Communications（スローコミュニケーション）」の略です。英語でゆっくりという意味の「スロー」と、対話や交流を表す「コミュニケーション」からなる

私たちが生み出した造語です。

この名前には「ゆっくりと時間をかけて出会いや対話を重ねることで、少しずつ人のつながりを育てていきたい」という思いが込められています。

私たちは「ちよつと楽しい地域コミュニティをつくるため、ゆっくりと」現代版の「つながりを育てていく」をミッションに掲げ、この想いを形にした様々なイベントを定期的に開催したり、地域の方々が交流する場づくりなどを行っています。

7つのルール

スロコミには、活動に参加する皆さんに共有している「7つのルール」があります【図表】。これらは、私たちが目指すコミュニティをより理解し、実践してもらいたいことをルール化したものです。いずれも欠かすことのできない大切なものですが、私は特に「ニックネームで呼ぼう」がお気に入り。実際にイベントなどの参加者間ではニック



仙台市職員／
NPO 法人スロコミ理事
今松 亮二

【いままつ・りょうじ】1980年岩手県盛岡市生まれ。2007年仙台市入庁。2021年NPO法人スロコミの設立時から理事として運営に関わる。主に事務局と会計を担当。スロコミHP：<https://www.slow-communications.jp/>

ネームで呼び合っていて、よく顔を合わせて仲良く雑談する間柄でも職業や本名をよく知らないといったケースもしばしばあります（ちなみに、私のニックネームは「松太郎」です）。

本名さえ知らないとはなんて希薄な関係性なんだと思う方もいるかもしれませんが、フルネームを出さない心理的な安心感をつくることで、ざつぱらんな会話が生まれ、また、肩書きを外すことでフラットな関係を築くことができます。コミュニケーションの入口では相手の職業、時には本名さえ知る必要はないのです。

ルール化することで、私たちの思いがより分かりやすく、かつ素早く伝わり、想いに賛同する方が次回はその同志と一緒に活動に参加する。活動を継続することで、参加者間の共感の輪が広がっているなど実感しています。

コーヒー焙煎部



【図表】スロコミメンバーの「7つのルール」

1. 地元に根ざして、ゆっくりと育てよう
2. 他人以上、友達未満でOK
3. ニックネームで呼ぼう
4. どんな人にも、フィルターを通さないで接しよう
5. 親切の押し売りはNG
6. 困っている時には、ちょっと気にかけよう
7. 面白いことを実行して、楽しい地域社会をつくろう

現場では、屋外でのコーヒー焙煎という非日常体験を共有することで会話がはずみ、参加者間のコミュニケーションが生まれまします。一方、袋詰め作業を担う高齢者の方々には、この役割が「出番」となり、生きがいを感じてもらっています。焙煎の参加者は多種多様。親子、三世代で参加する人々、たまたま通りかかって興味をもって加わる人もいます。これまでにつくった袋詰めめのは1500個近くとなり、その数の分だけ地域に会話とつながりが生まれています。スロコミは、この他にもイベント等を行っています。楽しいまちづくりのアイデアを出し合う夕食会、角打ちを模した飲みなが



【写真2】

焙煎道具と
コーヒー焙煎の袋詰め

スロコミが行っているイベントの一つに「コーヒー焙煎部」というものがあります。名前の通り、コーヒーの焙煎を楽しむ活動なのですが、その目的は焙煎を通じたコミュニティづくりと高齢者の出番づくりにあります。

活動の流れをご紹介します。

① 参加者が、屋外でコーヒーの生豆を焙煎

【写真1】

② 高齢者施設を利用している認知症の方々が、豆を挽いて袋詰め（写真1）の建物内部が高齢者施設になっています）

③ 後日、その袋詰めされたコーヒーが、参加者に届けられる

袋には、参加者の他に作業に関わったおじいちゃんおばあちゃんの名前（もちろんニックネーム）が書かれています【写真2】。

参加者間のコミュニケーションが生まれまします。一方、袋詰め作業を担う高齢者の方々には、この役割が「出番」となり、生きがいを感じてもらっています。焙煎の参加者は多種多様。親子、三世代で参加する人々、たまたま通りかかって興味をもって加わる人もいます。これまでにつくった袋詰めめのは1500個近くとなり、その数の分だけ地域に会話とつながりが生まれています。

スロコミは、この他にもイベント等を行っています。楽しいまちづくりのアイデアを出し合う夕食会、角打ちを模した飲みなが

ら語り合う大人の交流の場、地域交流スペースの運営など…。テーマ別に参加の間口があることで、多様なコミュニティが生まれています（各イベントの詳細は、スロコミのホームページをご覧ください。URLはプロフィールに記載）。

私の変化

スロコミ設立後の4年間で、スロコミの活動を通じて地域に少しずつ変化が現れてきたことを感じています。そして、私自身にも変化がありました。

まず、仕事関連以外の新しい人間関係が生まれたことです。価値観に新しい視点が加わり、視野が広がっていくのを感じています。

さらに、スロコミでの活動は、私にとって特別な「居場所」となりました。ここではより自然体の自分でいられ、心地よさを感じられる瞬間がたくさんあります。活動に参加するたびにエネルギーをもらい、次の活動が楽しみと思えるようになりました。少し大ききさかもしれませんが、ここでのつながりは、私の人生の活力となっています。

新たに居場所を得たことにより、以前より肩の力を抜いていられるようになったと感じています。仕事などで気が落ち込むようなことがあっても、「まあいいか」と軽やかに受け流せる場面が増えました。心を安定させてくれる人々やコミュニティが

あるおかげで、前向きな気持ちを保てるようになったのです。

また、会計担当としての活動を通じて得られた簿記や税などの知識は、仕事以外のスキルを磨ききっかけとなり、資格を取得するという新たな挑戦にもつながりました。

これまでほぼ仕事と家の往復だけだった生活は一変し、充実感とメリハリのある日々が送れるようになりました。スロコミの活動とともに、自分が今度どのように変化していくかワクワクしています。

やさしい地域づくりを目指して

「ファストな時代」に、「スローなつながり」を。これがスロコミの目指す未来です。

SNSで簡単につくられてしまうコミュニティも悪くはないですが、地域で顔の見えるつながりがあることには、また違った価値があると思います。

忙しい時代だからこそ、ゆっくりと時間をかけて出会いや対話の数を重ねることで、少しずつ人のつながりを育てたい。このつながりが、これからの社会を支える第一歩になると私たちは信じています。

スロコミの活動を通じて、地域の皆さんが一步踏み出し、お互いを少し気にかけて、声を掛け合うことでコミュニティが生まれ、それが広がって、やさしい世の中になっていく…そんな未来を夢見ながら、これからも活動を続けていきたいと思っています。