



健幸であるということ

代表 大森正子

「健康」と「幸福」の二つの意味をこめて「健幸」という言葉が流行っています。“ケンコウ”響きも良く誰でもそうありたいと思う願いだからでしょう。今や行政の計画づくりには、なくてはならない言葉のようです。ただ「あなたは健康ですか？」と問われたら、何を根拠に答えられますか？ 健康診断の結果？ 通院しているかどうか？ 同年代の他の人と比べて？ 「あなたは幸福ですか？」はそれ以上に難しいですね。誰かが、えいっと「心持よ！」と言ってくれたら、まさにそれしかないと思えてしまいます。

今回、特集で紹介している「市民の健康を守る会」、名前からは何をしたいのかわかりません。目的も「市民が住み慣れた地域で、健康で生き活きと暮らせる“まちづくり”の推進」です。しかし3つの活動方針から、タバコ問題に焦点を定め市民の健康を守ろうとする活動であることがわかります。受動喫煙は、望まない人がタバコの煙（臭いも）からでる有害物質を吸わされることです。特に成長期の子どもがタバコの煙に暴露すると細胞が傷つき変質して、将来がん化する危険があると指摘されています。現在の子どもの肺だけは、ピンク色のまま成人させ、「健幸」な老後を迎えさせたいですね。

共に生きる

さらなる多文化共生の地域づくりをめざして



第9回先生 徳野正己さん

はじめに、清瀬国際交流会について、簡単に紹介させていただきます。清瀬国際交流会の前身は、今から25年前の1991年に、結成された清瀬市国際交流委員会でした。1991年に初めて、結核研究所の外国の研修生を招き、国際親善パーティーが行われました。その後、1996年に現在の清瀬国際交流会（KIC）と改名し、年会費制度を取り入れて、新たに活動を開始しました。このように、交流会は、結核研究所が毎年受け入れておられるアジア・アフリカ・中南米等の研修生の方々との交流からはじまりました。

時代の流れとともに、交流会の事業内容も少しずつ変わってきました。現在では、地域在住の外国籍の方たちが安心して暮らせるように、日本語教室などの支援活動

を行うほか、「国際交流事業」、「清瀬でも英語しゃべらん会」、「コーラス」、「多文化共生」などの事業を行っています。現在、100名の会員が活動中です。学生からシニアまで、男女を問わず様々な経験をもった人々です。交流する外国人も、国、年齢、職業など多様です。入会のきっかけは、いま活動のボランティアもいろいろです。まずは、各事業・行事にご参加ください。みなさまの活動へのご参加、お待ちしております。

♥ KIC ♡ KIC ♣ KIC ♠ KIC ♥ KIC ♡ KIC ♣ KIC ♠ KIC

第9回先生 佐竹治男さん

このたびは、「私も先生！」プロジェクトに参加させていただき、ありがとうございました。当日は「清瀬国際交流会の紹介」が主なテーマでしたが、その中で、私は「多文化共生」について、お話しさせていただきました。

多文化共生というと、単に外国人の問題と受け止められがちですが、本来は「お互いの違いを尊重しながら、協力して地域を作り上げる」という、広く一般に通じる考え方を扱っています。そのために、地域のコミュニティ作りに取り組んでいる皆様には、ぜひ学んでいただきたい分野でもあります。

お互いに尊重しあうためには、「言葉や文化の違いがあっても、彼らも、私たちと同じように悩み、苦しみ、友達を必要としている人たちなんだ」ということを、理解する必要があります。そのために、私のドタバタ海外体験を、紹介させていただきました。

「外国人は、もっと日本語を勉強してから日本に来てほしい」という意見もあると思います。私自身も「外国人に日本の素晴らしさを認めさせてやるぞ」みたいに思っていました。しかし、異文化生活の痛みが分かってくると、その方が本当に必要としているのは、「正しい意見」ではなく、「寄り添ってくれる友達」なんだと、分かるようになってきました。さらに、外国人の皆さんも、言葉が分かるようになってくると、積極的に地域の活動にかかわりたいと、思うようになります。彼らも同じ清瀬市民として、一緒に活動することを望んでいるのです。このような多文化共生の考え方に、少しでも関心を持っていただけましたら幸いです。

清瀬国際交流会（KIC）

COFUN E は、Community FUREAI Net の短縮形で『こふね』と呼びます。『私も先生！』プロジェクトで報告された資料は、COFUN E のホームページに全て掲載しておりますので、ご覧になってください。

特集 「市民の健康を守る会」



市民の健康を守る会



事務所：COFUNE 気付 市民の健康を守る会
〒204-0021 清瀬市元町 1-8-20, エスタ清瀬 403
代表 mail: cofune_kiyose@yahoo.co.jp

本会の目的は、市民が住み慣れた地域で、健康で生き活きと暮らせる「まちづくり」の推進です。



1. 子どもをタバコの害から守ろう！
 2. タバコの煙のないまちにしよう！
 3. 自分と家族のために禁煙しよう！
- 地域を愛し、健康で生き活きと暮らせるまちを一緒につくりませんか。

Facebook: 市民の健康を守る会 in 清瀬

2015年12月、「市民の健康を守る会」が発足しました。左は会員の名刺にもなりうる広報用カードです。裏に本会の目的が書いてあります。タバコ問題、特に「受動喫煙防止」に焦点を定めて、市民および行政に働きかける活動をしていきます。

<これまでの活動>

- 2016.2 ・会員募集を目的に公開会議開催（清瀬けやきホール）清瀬市のタバコ環境について報告。
- 2016.3 ・運営委員会にて、2016年度活動計画案作成
・「市民の健康を守る会 in 清瀬」でfacebook作成
- 2016.4 ・会員会議にて、2016年度活動計画案審議・了承
①公開の出前講座の開催、②様々な広報手段の開発
③まちづくり委員会に提案（学校周辺の禁煙化）
- 2016.5 ・名刺サイズ広報紙作成・配布
・清瀬市内禁煙のお店一覧作成（以降、適宜更新）
・清瀬市ごみ減量推進課と協働で「ストップ！歩行喫煙」のプレート作成
・清瀬市健康推進課と出前講座内容を検討
- 2016.6 ・「あなたの肺は大丈夫？」のポスター・チラシ作製

プレート貼り付けにご協力を！



「ストップ！歩行喫煙」のプレートは、タバコポイ捨ての抑止力にはなるでしょう。しかし私達は、あくまでもタバコによる市民の健康被害を問題にしています。次は「ストップ！受動喫煙」「ストップ！たばこ」を公にも言える清瀬市にしたいと考えています。

清瀬市産業推進課が、市民農園のフェンスに貼ってくれました。

COFUNE の組織と活動

COFUNE を事務局として以下3つの会があります。

- ・COFUNE（私も先生、月刊情報誌、サロン等）会員 22名
 - ・チームりかすて（ふまねっと運動の推進）会員 10名
 - ・市民の健康を守る会（受動喫煙防止活動）会員 10名
- 「市民の健康を守る会」のみ会費制 1,000円/年
(2016.7.15 現在)

清瀬市健康推進課 出前講座

「市民の健康を守る会」企画

「あなたの肺は大丈夫？」

あなたとあなたの家族のために、知っておきたいこと

講師：清瀬市健康推進課 保健師

- ♥ 健康に関する話（生活習慣病予防）
- ♥ 肺チェッカーによる肺年齢の測定

8月27日(土) 10:00~12:00

男女共同参画センター、アミュービル4F

(先着 40名、無料、直接会場へ)

(特別企画) 呼吸器専門医による相談

ご自身あるいはご家族の「呼吸器」に心配ごとのある方、受付時にお申し込み下さい。当日、肺チェッカー検査結果により、心配なことがある方も、ご相談いただけます。

医師：社会医療法人財団大和会 東大和病院 和田雅子先生

企画・世話人：市民の健康を守る会

問合せ：〒204-0021 清瀬市元町 1-8-20 エスタ清瀬 403

Tel：090-6009-4474 (大森)

Mail：cofune_kiyose@yahoo.co.jp

Facebook：市民の健康を守る会 in 清瀬

事務局：コミュニティふれあいネット（COFUNE）大森正子
〒204-0021 清瀬市元町 1-8-20 エスタ清瀬 403
Tel: 090-6009-4474 Mail: cofune_kiyose@yahoo.co.jp

URL: <http://cofune.net>

会員募集

COFUNE活動に賛同していただける方、連絡を！

