

3/2 (日) 13:30~16:00 (開場 13:00) NHK 学園
無料：申込み制 (先着 150名) 締切 2/28

臨床心理学、精神分析的な心理療法を専門とする
岸教授による講演会

どうぞお気軽にご参加ください。



茨城大学大学院
教育学研究科教授
臨床心理士
岸 良範 氏

～参加お申し込み方法～

- TEL: 0120-4514-24 「講演会の申し込み」とお伝えください。
(受付時間: 9:30 ~ 18:00)
- FAX: 042-572-3332
- メール: koko@n-gaku.jp

※頂いた個人情報は本学園が適正に管理し、今回の講演会以外では使用しません。

■ 「ハーブに親しむ」まちかど教室

共催：NPO 法人くにたち富士見台人間環境キーステーション (略称 K F)
NPO 法人みつばち百花+花と緑のまちづくり協議会

2012 年春、谷保の畑に誕生した「蜜源ガーデン」。新年度は、市民サポーターも参加
できる「ハーブガーデン」をつくり、「ハーブに親しむ」講座で一緒に学んでいきます。

第一回 2014 年 4 月 20 日 (土) 13 時半「ミツバチとハーブの素敵な関係」(仮)

講師：朝田くに子氏 (NPO 法人みつばち百花) @ K F まちかどホール

牧野ふみよ氏 (NPO 法人グリーンワークス)

内容：ミツバチとその蜜源植物ハーブについて

第二回 2014 年 5 月 10 日 (土) 13 時半「畑にハーブを植えてみる・ハーブの育て方」

講師：NPO 法人グリーンワークス @ くにたち蜜源ガーデン

内容：実際にラベンダーの苗などを植えながら。

第三回 2014 年 5 月 31 日 (土) 「蜜源ハニーウォーク」

講師：佐々木正己氏 (玉川大学名誉教授 みつばち百花顧問)

内容：地域を歩いて、さまざまな蜜源植物について知る

フィールドワーク

@ 国立市内南部ほか 多摩川近辺など 定員 20 名

第四回 2014 年 6 月上旬 「ハーブを使って楽しもう」

講師：NPO 法人グリーンワークス

内容：ハーブを使って クッキングやポプリをつくらう

@ K F まちかどホール

参加費：各回 500 円 定員 30 名



【申込み・お問い合わせ】 K F まちかど教室
TEL/FAX 042-573-1141
machi.info@gmail.com

ふじみなヒト×コト

UR 団地が新施策。
魅力溢れる団地ライフの
アイデアはかにか？



富士見台のシンボルともいえる「UR 国立富士見台団地」。第一、第二、
第三団地を合わせて約 2,000 世帯を有するが、ここ数年、空き室も目
立つようになってきた。国立市誕生とともに生まれた団地も築 50 年。
住民の高齢化が進む中、UR では活性化への取り組みを始めている。
第三団地でスタートした「DIY 住宅」がそのひとつだ。「借りる人が
部屋を自由に改造できる」という、昨今の DIY ブームにも対応した注
目物件。現在、モデルルームを公開中。見学会と併せて DIY 講習会も
開催され、既に物件の入居募集が始まっている。

また、子育てママに嬉しい「そのママ割」という新しい賃貸プランも
設定。居住期間は 3 年に限定されるが、その間最大 20,600 円の割引
が受けられる。

さらに新年度からは無印良品とのコラボ企画「MUJI×UR 団地リノベ
ーションプロジェクト」もスタートする。「こわしすぎず、つくりすぎ
ない」をコンセプトに既に高島平団地で首都圏での 1 号プランが完成
している。果たして、今後、国立エリアの企業や団体とのコラボレ
ーションはあるだろうか。

その昔、競争率 300 倍ともいわれ、市民の憧れだった富士見台団地。
再び活気を生むためにも、各戸がただバラバラに暮らすのではなく、
世代を超えて住民たちが触れ合えるような新しいコミュニティの拠点
づくりが生まれることを期待したい。そうした場が多様な住民のニ
ーズに応えることもできるのではないだろうか。

【見学の問い合わせ】

UR 国立現地案内所 富士見台団地 12 号棟 1 階
TEL042-574-1793 10:00~17:00 水曜定休



プラムジャム通信 vol.3

- Cover Story 地元の野菜を食べよう！
- 暮らしのまちかど相談フェア
- 数のくにたち
- イベント情報 / ふじみなヒト×コト

発行：くにたち地域コラボ

Cover Story

地元の野菜を食べよう！



くにたち野菜の全てがわかるポータルサイト

「くにたちあぐりッポ」



くにたちの農業について知りたければ、まずは
「くにたちあぐりッポ」のページにアクセス。
<http://kunitachi-agri.jp/>

美しい街並の学園都市といった印象が強い国立だが、南部に広がる
“農の風景”も魅力のひとつだ。畑はもちろん、多摩川水域の豊かな
水の恵みを受けて、昔から稲作も盛んに行われている。ここ 20 年
で農家の数は半分以上に減少したが、それでも約 80 戸が農業を営
んでいる。

そんな地元の農家を応援しようと、「NPO 法人 地域自給くにたち」
が国立市から業務受託し、運営している Web サイトが「くにたち
あぐりッポ」だ。サイトのオープンは 2012 年 11 月。キャッチコピー
の“くにたち野菜の全てがわかるポータルサイト”どおり、くにた
ち産の野菜と生産者の情報がていねいに紹介されている。

「一人でも多くの市民の方に、くにたち野菜を知ってもらい、食
べてほしい」そう語るのは、編集長の佐藤広樹さん。毎月の特集記
事では、旬の野菜や果物を取り上げ、生産者の声とともに紹介する。
ときには、「のらぼう菜」や「菊芋」といった、スーパーでは馴染
みの薄い野菜の名も。そんな貴重な野菜が地元で作られているとな
れば、俄然、興味も湧いてくる。



取材風景。「丁寧に教えていた
だけなので勉強になります」。

そして、これらの特集記事やブログ記事を書くのは、ボランティ
アで集まった 10 名の市民ライターと市民カメラマンだ。もちろ
ん、農業に関してはほとんどが素人。だが、市民感覚の新鮮な驚
きと感動が、農家と市民をつなぐ、良いパイプとなっている。

以前は音楽活動を中心としていた佐藤さん。仲間の影響もあつ
て「自分も地域で活動してみたい」と思っていたところ、地域自
給くにたちに出会い、「くにたちあぐりッポ」の立ち上げに関わ
ることに。

「初めはレタスとキャベツの区別もつかなくて」と笑う佐藤さ
ん。取材をとおして、多くの農家と知り会い、少しずつ野菜や農
業に関する知識を蓄えていった。今では畑を歩くと、農家の人た
ちから声を掛けられる。すっかりコミュニティの一員だ。

「こんな素人の自分に対しても、『取材させてください！』と
お願いすると、農家さんも照れながらも、いろいろと親切に教え
てくれるんです。それが、たまらなく嬉しくて」

遠かった農の世界が、ぐんと近くなる瞬間。興味のあまり、つ
いつい取材は脱線してしまいがちだと笑うが、「そうした会話の
中にその人が真剣に考えていることや、熱意が見えてくる」と佐
藤さんは言う。

Coworking Space
PLUM JAM



オープンから 1 年が過ぎ
少しずつ会員も増えてきました。
打合せや会議、教室、仕事場などなど。
いろんな人の知が触れ合うことで
ますます楽しい拠点に。
どうぞ気軽にお越しください。

つどう。
つながる。
つくりだす。

Welcome to
join us!!

2013 年度の新規会員
(10 月～1 月入会)

【正会員】
個人 1 名

【利用会員】
ノニッコクラブ
NPO 法人 つくしの家
E to S
国立文庫プロジェクト
くにたち市民協働型農園の会
まちかどデッサン会
(他個人 7 名)
※登録順

年会費：正会員 2,500 円
利用会員 500 円



【利用料金】

1 時間 100 円 (利用登録 500 円 別途)

【利用時間】

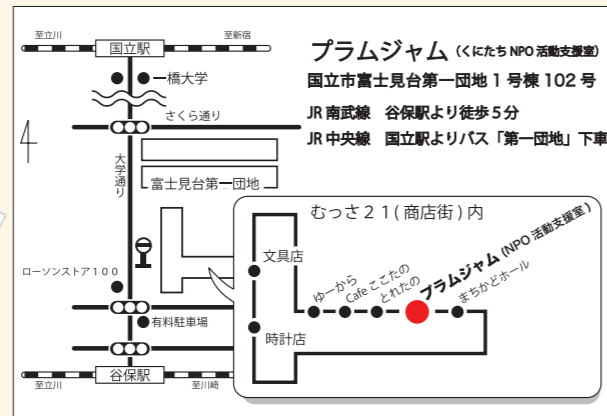
13:00 ~ 17:00 (月・火・木・金)

【貸切利用】

9:00 ~ 12:00 (月・火・木・金)

18:00 ~ 20:00 (月・火・木・金)

お得な回数券もあります



国立市
くにたち地域コラボ
共催

暮らしのまちかど相談フェア

3/15(土) 10~12じ
3/16(日) 10~15じ

KF まちかどホール、フラムシャムにて

お問い合わせ：042-573-1023
くにたち地域コラボ

地域で活躍する NPO や市民が
あなたの暮らしの相談・質問に答えます。
手打ちうどんづくりやハンドエステなどの健康体験
地元野菜の加工品販売も。
毎日楽しく、豊かに暮らすためのきっかけに
ぜひご参加ください！

その2
3/16
(日) 10時~15時

相談ブース 無料
KF まちかどホールにて

- ・“ありのまま”の子育て/育児の悩みなんでも相談：駄菓子やくにちゃん
- ・農体験の相談：くにたちはたけんぼ
- ・パソコン、スマホ、タブレットのお困りごと：国立せいさく所
- ・思ったより簡単！ボランティア活動：国立市ボランティアセンター
- ・赤ちゃんから高齢者の在宅生活支援：NPO 法人 ACT くにたちすてつき
- ・顔見知りを作ってコミュニティづくりを：くにたちかげん百話隊
- ・くにたち蜜源ガーデン：NPO 法人みつばち百花&NPO 法人 KF
- ・家庭ゴミを減らすには：国立市ゴミ減量課

体験コーナー フラムシャムにて

- 10時~11時半「手打ちうどんを作ろう！」参加費 500 円（小学生と保護者 当日先着 5 組）
- 13時~14時 「編み物カフェ」談話室
- 14時~15時 「生ごみが消える！？/バクテリア de キューロのすごいところ」モニター同時募集

その他、10 円玉の実験コーナーも！

その1
3/15
(土) 10時~12時
KF まちかどホールにて

講演会「空き家を地域のお茶の間に」

講師 「岡さんのいえ TOMO」主宰 小池良実 氏
日時 3月15日(土) 午前10時~12時
場所 KF まちかどホール
定員 50名(参加無料・申込不要)



岡さんの家 TOMO



小池良実さん

全国的な課題である空き家の増加。近所の空き家を見て、「もったいないな」「何かに使えないかな」と思ったことはありませんか？ 地域コミュニティの拠点として空き家を活用する、世田谷区の事例をご紹介します。

いろんな出会いがありますよ！

その他、手作りランチ
地元産野菜のピクルスシャム
紅白うどん、木のスプーン
などの販売もあり☺

7ノコイン健康体験

500円
KF まちかどホールにて

- ・癒しのハンドエステ：ママエステアシスト協会
- ・官足法(かんそくほう)足もみで健康に：カンキノテ

Cover Story ~地元の野菜を食べよう！~

(1面から)

知れば知るほど、愛着が湧いてくる。

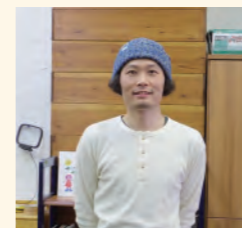
農家の人たちからも好評だ。サイトで紹介すると、「また、取り上げてよ！」と声を掛けてくれたり、紙版の「あぐりッポ新聞」を作業場の壁に貼っていたり。

「普通、農家さんは外部の人間を自分の畑や田んぼに立ち入らせたくないものだと思うんです。丹念に育てている作物の生きる場所ですから。それなのに、畑に入らせてもらって、一緒に収穫を手伝わせてもらったことも」

消費者と生産者の垣根を超えて人と人がつながる楽しさを佐藤さんはいま実感している。取材をするたびに思い入れが増し、愛着が湧いてくる。だからこそ、「僕らの住むまちのすぐそばで育てられている野菜をもっと多くの方に知ってほしいし、食べてほしい」と繰り返す。

サイトでは、直売所マップ、くにたち野菜を使った料理のレシピやくにたち野菜を取り扱う市内の飲食店の紹介コーナーもある。加工品の開発も徐々に始めている。

現在、月のアクセス数は約6,000。「まだまだ認知度は低い」というが、Web 媒体ということもあって、市外の団体や企業からの問い合わせも受けた。「いろんな場所で同じような取り組みが始まると未来が楽しくなりますね」



編集長の佐藤広樹さん
「好きな場所の居心地がどんどん良くなっていく感じ」



「くにたちあぐりッポ」
<http://kunitachi-agri.jp/>
Facebook ページ
<https://www.facebook.com/kunitachi.agrippo>



一緒に農作業を手伝います。

オープンから1年4ヶ月。今年はWeb だけに限らず、紙媒体などを使ったPR もしていく予定だ。加工品では、くにたち産の酒米を使った日本酒プロジェクトもひそかに進行中だ。地元で作られた採れたての野菜を買って、食べる。「絶対、その方が美味しいし、楽しいですよ」と満面の笑みの佐藤さん。当たり前の豊かな生活がそこにはある。(zoh)

数のくにたち



ごみ処理の年間費用は 13 億円！？

普段、自分がどれくらいの量の「ごみ」を出しているか考えたことはあるだろうか。国立市内の昨年度のごみの総量は **22,625 トン**。市民1人当たり1日 **830 グラム**、年間で約 **300 キログラム**を排出している。毎日差してたくさんのごみを出していないつもりでも年間でみると、いかに大量のごみを出していることがわかる。市の1年間のごみ処理にかかった費用は、一般会計の約5%にあたる約 **13 億円**。「ワタシはそんなにごみを出していないよ！」という方もいるかもしれないが、ごみ減量には1人ひとりの心がけが不可欠。「生ごみはしっかり水を切る」「食べ残しはしない」「調理くずを出さない工夫(エコクッキング)」など、まずは家庭でできることから。他にも「きれいな紙は資源ごみに」、買い物の際には「余計な包装を断る」等々。そろそろ気温も上がる季節、今年は「生ごみのたい肥化」に挑戦してみるのはいかがだろう。(花*伸)



国立市の年間のごみ総量
22,625 t



1人あたり 830g / 1日

1年間で...
約 300kg