

● CNCNP はあなたが参加し楽しく議論し活動する場です ●

シリーズ「土木ということば」

第 12 回 「インフラ」ということば

国立国語研究所「外来語」委員会が 2003 年（平成 15 年）から 2006 年（平成 18 年）の 4 回に分けて公表した『「外来語」言い換え提案—分かりにくい外来語を分かりやすくするための言葉遣いの工夫—』掲載の外来語 176 語のうち略語の方がよく使われるとして「インフラ infrastructure」だけが略して掲載された。「インフラ」はすでに独立して用いられることばとなっている。ここでは、言い換え語を「社会基盤」、意味説明を「交通、通信、電力、水道、公共施設など、社会や産業の基盤として整備される施設」としており、現在「土木」にもっとも密接なことばである。

外来語「インフラストラクチャー」は、初出として、フランスの証券取引新聞（1857 年 3 月 8 日）に、サンクトペテルブルクからワルシャワまでの鉄道路線敷設の記事で infrastructure と superstructure が対になって用いられているのがインターネットで確認できる。当初は文字通り、下部構造と上部構造の意味であり、英国の新聞 The sun（1889 年 11 月 10 日）にも “In all railway construction engineers are obliged to consider the infrastructure and the superstructure.（あらゆる鉄道建設において、技術者は下部構造と上部構造を考慮する義務がある。）” と、ここも鉄道分野で対になって使われている。

その後、1951 年の北大西洋条約機構 NATO の北大西洋理事会コミュニケで、欧州防衛のための恒久的な基地や施設を示すことばとして使われ、次第に広く基盤を意味するようになって、日本では「インフラ」として普及したのである。（土木学会土木広報センター次長 小松 淳）

Vol.60 コンテンツ

巻頭言	「市民と土木をつなぐ」広報の取組み	塚田 幸広	2
コラム	建設系 NPO への追い風	福林 良典	3
土木と市民社会をつなぐ	第 4 回 制度設計をも変える市民の科学	三井 元子	4
土木と市民社会をつなぐ	【番外編】土木と市民社会をつなぐ活動に参加しませんか？	田中 努	6
部門活動紹介	CNCNP の使命—ひろげる・つなぐ	中村 裕司	8
会員からの投稿	「福島だより」	臼田 總一郎	9
サポーターからの投稿	「体幹」を鍛え、『体感』を甦らそう	宮下 裕美	11
事務局通信			13

「市民と土木をつなぐ」広報の取組み

シビル NPO 連携プラットフォーム 理事
 (公社) 土木学会 専務理事 塚田 幸広



CNCP の「市民と土木をつなぐ」を実践するためには、「土木の広報」が重要である。土木学会では、4 年前に「土木広報センター」を設立し、土木学会各支部、国土交通省、関係業界等と連携し「土木の広報」につながる様々な企画を展開してきた。ここでは、最近の取組みである「土木広報大賞」と「ドボクのラジオ」を紹介したい。

(1) 土木広報大賞

土木広報大賞は、土木広報に取り組んでいる各団体、個人のモチベーションを高めるとともに、好事例を広く紹介・共有することをねらいとして昨年初めて実施した。直近2年間の実施した取組みを募集したところ、99 件の応募があった。選考の結果、最優秀賞1件、優秀賞2件、準優秀賞5件、審査員賞8件の計16件が選ばれた。

最優秀賞には、土木学会関西支部のフォーラム・シビル・コスモス(FCC)による「土木カフェ」が選定された。「土木カフェ」は、土木のおもしろさや楽しさを伝えるために、土木の魅力をダム、マンホール、鉄塔などの土木構造物を対象として楽しむドボクマニアを講師に迎え、さらに一般の人が往来する商店街などで開催するなど、そのユニークさが評価された。この「土木カフェ」は、関西以外の他の支部でも開催されている。優秀賞には、「CON! CON! 富士山の体積をはかる『アイデア』大募集！」(一般社団法人静岡県建設コンサルタンツ協会)と「ワクワク土木土木(ドキドキ)デミーとマツの驚き土木体験イベント」(噂の土木応援チーム デミーとマツ)が選ばれた。今年も第2回土木広報大賞を実施する。

(2) ドボクのラジオ

土木広報は、テレビ・新聞等のマスコミとの連携、インターネット・Facebook の活用、さらには、現場見学イベントの開催など様々な手段を通じて展開してきたが、意外にも、ラジオは初めての試みである。

ラジオ番組「ドボクのラジオ」は、2019年5月1日より、中央エフエム(東京都中央区の地域コミュニティFMラジオ局)において開始する。この番組では、土木関係者や土木好きの方をゲストとして、中央区のインフラに関連する旬な話題や土木に対する熱き思いを語っていただくことを中心に構成し、リスナーの皆さんに少しでも土木に興味を持ってもらい、土木を身近に感じてもらうキッカケとなるような番組を目指したい。また、ラジオ番組を通じて、市民の生の声を期待したい。



建設系 NPO への追い風

シビル NPO 連携プラットフォーム 法人正会員
NPO 法人道普請人 理事 福林 良典



筆者が感じる建設系 NPO への追い風について、2018 年度の活動を振り返りつつ紹介してみたい。

私たちは「自分たちの道は自分たちで直す」という意識を広め世界の貧困削減に貢献しようと、アジア、太平洋州、アフリカで住民らと道路の整備を行っている。整備対象とする道路は幹線道路から枝分かれした、小規模で利用者も少ないが、地元の人々にとっては生活を支える道である。通行性が改善することに加え、自分たちで生活環境をよくした経験が自信となり、積極的な行動を起こせるようになる。現在、世界は「持続可能な開発目標 (SDGs)」の達成に向け、産官学が各々の専門や得意分野で取り組んでいる。誰も取り残さない、という取り組みが主流化されている。

2018 年には新規に 2 か国で活動を行った。マダガスカルでは、小学校建設プロジェクトの一環で、通学路を小学校の教員や生徒の保護者らが集まり直すことになった。限られた整備距離ではあったが、人々は子供たちの教育のためにと積極的に参加した。ODA 事業で学校建設の設計と施工監理を行う、日本の建築設計事務所との連携であった。

西アフリカのセネガルに囲まれたガンビアという国では、若者への現金収入や技能習得の機会を与えつつ道路整備を行った。日本政府の補正予算を受け ILO (国際労働機関) が計画した事業を、日本の NPO である弊団体が受託し実施した。ケニア事務所で 10 年以上活動してきたケニア人スタッフが、現地に駐在しガンビア人の若者を相手に道普請を行った。

10 年間日本人が駐在し活動したケニア事務所は、ケニア人スタッフに任せることにした。日本人はウガンダに駐在し、新たな事業を起こした。ルワンダでは別の日本人駐在員により事業を行っており、その様子は NHK ワールドの番組で紹介された。ミャンマーでは大学生が一年間休学して現地に駐在し、3000 万円規模の事業の業務調整を担当してもらっている。メールや電話、現地での指導とももちろん手はかかるが、一年後の成長ぶりが彼自身と日本の将来に期待を持たせる。

SDGs、多分野での活動、他機関との連携、国際化、現地化、人材育成、若者、といったキーワードが含まれる。建設系のノウハウに基づく活動が、上記のような活動展開を可能にしてきた、と感じている。

なぜかこの人と話をすると何事もうまくいきそうな気がする、という人がいる。そういう報告や発信ができるような、団体でありたいと思う。初心を忘れず (ぶれずに)、今後も成長していけるよう努力していく。



第4回 制度設計をも変える市民の科学

シビルNPO 連携プラットフォーム 理事

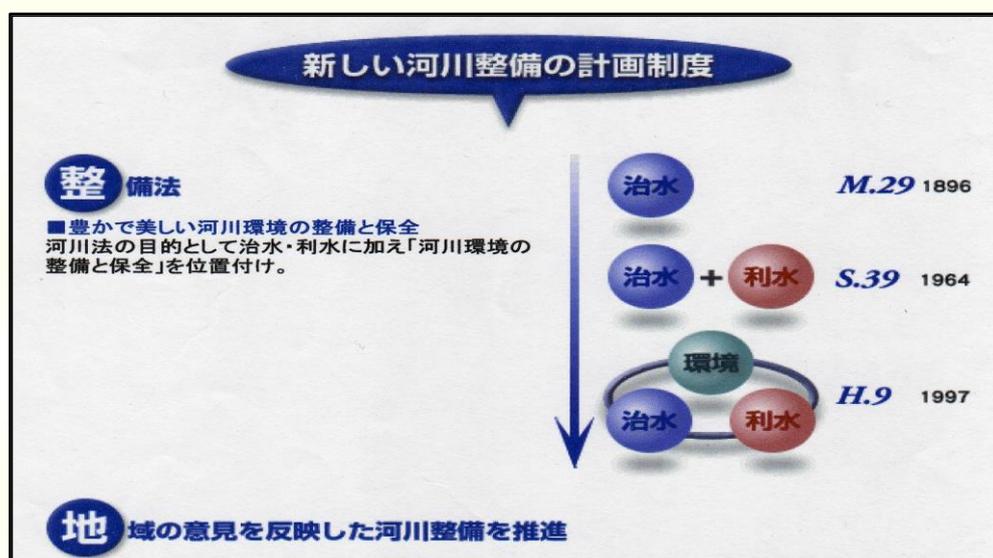
(特非) あらかわ学会 副理事長兼事務局長 三井 元子



1. 「地域の意見を反映した河川整備推進」のはじまり

1997年(平成9年)に河川法改正があり、日本の河川行政は大きく変わった。河川を治める理由に「治水・利水」に加え、「環境」が入ったのである。同時に、「地域の意見を反映した河川整備を推進」との一文が加わり、市民参画が位置づけられた。

実は、これに先駆けて荒川下流河川事務所では、おおむね50年先を想定して荒川下流全体のゾーニングを考える「荒川将来像計画」全体構想書(案)と沿川2市7区の「荒川将来像計画地区計画書」(案)9冊を作っていた。そしてこの案を沿川2市7区の本庁舎のみならず、すべての出張所で開示して意見募集を行った。完成した将来像計画には、171件集まった意見と、これに対する回答または見解が



載せられていた。まだ、パブリックコメントも始まっていない時代なのである。沿川の市民団体は横に連携し、「市民版荒川将来像計画」を作成して公表したり、官民共催のシンポジウムを開いたりして協力した。さらに、「荒川市民会議」が2市7区それぞれに設置され、国交省荒川下流河川事務所・自治体土木部・公募した市民・利用団体等が一堂に会して、どんな荒川にしたいのかを話し合い、整備していった。沿川各市区の市民団体は、積極的に参加して、横の連絡を取り合い、計画が絵に描いた餅にならないよう努力した。(市民会議は2015年まで続き、現在は開催されていない)このような活動が評価され、地域の意見を反映した河川整備の推進という法改正につながったのである。

さらに荒川では、多様な人々が集う荒川における合意形成手法として任意団体「あらかわ学会」の創設が考えだされ、1996年10月、これに賛同する人々によって設立総会が開催された(2003年にNPO法人化)。私は、定款作りから関わり現在まで副理事長兼事務局長を務めている。官も民も大人も子どもも同じ目線で荒川(上下流)について平等に議論が出来る場が出来たのである。年次大会では、荒川に関する調査・研究・体験活動・提言などが発表され、今年で22回目を数えた。

さらに荒川では、多様な人々が集う荒川における合意形成手法として任意団体「あらかわ学会」の創設が考えだされ、1996年10月、これに賛同する人々によって設立総会が開催された(2003年にNPO法人化)。私は、定款作りから関わり現在まで副理事長兼事務局長を務めている。官も民も大人も子どもも同じ目線で荒川(上下流)について平等に議論が出来る場が出来たのである。年次大会では、荒川に関する調査・研究・体験活動・提言などが発表され、今年で22回目を数えた。

2. 河川協力団体制度の成立

(1) 設立の経緯

全国の河川では、様々な市民団体が活発な活動を行っていた。これに呼応するように、2013年（平成25年）6月、水防法及び河川法の一部が改正され『河川協力団体制度』が創設された。

設立の経緯を見てみると、2013年（H25年）4月の社会資本整備審議会の「安全を持続的に確保するための今後の河川管理のあり方について」という答申において、以下のような審議がなされたことがわかる。2000年（H12年12月）河川審議会答申「河川における市民団体等との連携方策のあり方について」で指摘されていた課題が、現在もほとんど解決されておらず「市民団体等について、その持続的な活動を促進するために必要な河川の管理上の位置づけがなされていない」為、具体的な取り組みとして「河川環境等、河川の管理における役割を期待されている地域の市民団体等について、地域の資源として河川を利活用するニーズの拡大も踏まえて担い手としての位置付けを明確にする制度整備を行うべきである」との答申が提出され、河川協力団体制度が創設された。

(2) 河川協力団体制度

河川協力団体制度

河川の維持、河川環境の保全などの河川の管理につながる活動を自発的に行っている民間団体等を『河川協力団体』として法律上位置付け、河川管理者と河川協力団体が充実したコミュニケーションを図り、互いの信頼関係を構築することで、河川管理のパートナーとしての活動を促進し、地域の実情に応じた河川管理の充実を図ることを目的として制度化されました。

河川協力団体の活動

1. 河川管理者に協力して、河川工事または河川の維持をおこなう
2. 河川の管理に関する情報又は資料の収集及び提供
3. 河川の管理に関する調査研究
4. 河川の管理に関する知識の普及及び啓発

※河川協力団体は、河川管理者が特に必要があると認めるときは、河川法99条により、河川の管理に属する事項の委託を受けることができます。

※国土交通省HPより <http://www.mlit.go.jp/river/kankyo/rcg/seika.html>

運用に関しては、全国の地方整備局又は河川事務所の姿勢によってかなり異なり、まだまだ設立の趣旨が反映されているとは言えないことが多い。しかし、その川に長く関わり、様々な川及び人々の関わりの歴史を知っている市民団体こそ、その市民科学を活かして、河川管理のパートナーとして活躍していきたい。そこで、河川協力団体全国協議会を作って連携し問題の解決に向かっていっているところである。

<参考資料> CNCP 通信 Vol 55 「荒川下流における市民の活動」



「土木と市民社会をつなぐ」シリーズ【番外編】

土木と市民社会をつなぐ活動に参加しませんか？

シビルNPO 連携プラットフォーム常務理事/土木学会連携部門長
土木学会/教育企画・人材育成委員会/シビルNPO 推進小委員会 委員長
メトロ設計(株) 技術顧問

田中 努



CNCP と土木学会は「土木と市民社会をつなぐフォーラム」の設立準備を進めています。土木学会には「土木広報センター」という部署があって、学会の外に向けて、様々な広報・広聴活動をしています。CNCP のメンバーには知らない方が多いと思いますが、下記を覗いてみてください。

土木広報センターHP：<http://committees.jsce.or.jp/cprcenter/>

土木学会 Facebook：<https://www.facebook.com/JSCE.jp/>

さて、この土木広報センターが行っている下記の2つの「土木と市民社会をつなぐ活動」において、CNCP に協力要請がありました。CNCP に集うシビルNPO 等の経験豊富なベテランエンジニアに期待が寄せられています。

■土木コレクション

「土木コレクション」というのは、土木の歴史資料・図面・写真など、普段目にする事ができない様々なコレクションを、展示公開するものです。2008年に始まり、東京都との共催で、「土木の日（11/18）」前後の4～5日間に、新宿駅西口広場イベントコーナーで開催し、この3年間は毎日8千～9千人の参加を得ています。昨年の詳細は、下記より見てみてください。

https://www.facebook.com/pg/JSCE.jp/photos/?tab=album&album_id=1992431414177165



昨年のテーマは2020東京オリンピック応援プログラムで、展示した「1964年東京オリンピック」のコレクションに関心が高かったそうです。そのため、今年も続きとして「東海道新幹線／東京モノレール／首都高速道路／東京の地下鉄 日比谷線・浅草線」を計画しており、そのパネルの説明をお願いされています。

■オープンキャンパス土木学会

「オープンキャンパス土木学会」というのは、2017年に始まったばかりですが、土木学会の長い歴史の中で初めての試みとして、学会関係者やその家族、土木分野への進学・就職希望者など、多数の方々を四谷の学会本部へお招きし、様々な体験型プログラムや映画観賞会等を通じ、『土木』への理解を深めていただく場を提供するものです。さらに、地域の方々や学会未入会の方々にも来場いただき、地域・社会に開かれた学会として有する知見や資源を社会へ還元・貢献していくことをめざしているそうです。硬いですが、つまり「土木と市民社会をつなごう」という活動です（笑）。

昨年は7/7（土）に開催し、「土木ふれあいフェスタ（体験型プログラム）」として、歩測体験／液状化実験／「ポケドボ」カードゲーム／実験で学ぶ土砂災害／橋梁模型実験／アーチ橋模型／トンネル実験をしたり、「どぼくシアタープログラム」として、8本の上映がありました。詳しくは、下記より見てみてください。

https://www.facebook.com/pg/JSCE.jp/photos/?tab=album&album_id=1840627236024251



来年は東京オリンピックですので、今年の7/6（土）に開催予定の「オープンキャンパス土木学会2019」でも、「1964年東京オリンピック」のパネル展示を計画しているそうです。そのパネルの説明もお願いされています。

■皆様のご協力をお願いします。

土木学会も、CNCPの活動のメインテーマである「土木と市民社会をつなぐ」活動を進めています。CNCPが他の中間支援組織と大きく異なる強みは、会員4万人の土木学会との強い連携です。CNCPと土木学会が連携・協働する具体的な活動を増やしたいと考えています。

詳細情報は次号でお知らせしますが、ご協力いただけそうな方は、問い合わせを含め、事務局までご一報をお願いします。

以上

CNCP の使命—ひろげる・つなぐ

シビル NPO 連携プラットフォーム 常務理事

(企画・サービス部門担当) 中村 裕司



企画・サービス部門は、これから CNCP がどんな活動を実施していくべきかを構想し、その構想を実施部門に提案していく役目を背負っていると考えています。そのためには、CNCP がどんな使命を帯び、どんな目的を掲げ、何をゴールにしているかをまずは知らなければなりません。

CNCP は、中間支援団体だと言われています。この「中間」とは何と何の中間なのでしょう？新任理事であるがゆえに、私も自信を持ってお答えすることはできません。皆様と共に、考えていければよいなと思っています。

CNCP を中間支援のプラットフォームと捉える時、片側の対象は CNCP にご参加頂いているたくさんの NPO 団体ではないかと思っています。その NPO 団体をもう片方の何かとつなぐ役割をする、それが中間支援組織である CNCP の務めなのだと思います。

では、何と NPO をつなぐことが役割なのでしょう。あるいは、つなぐべき NPO 団体の対極にある何かとは何でしょうか？それを「社会」あるいは「普通の市民」だと捉えてみたいと思います。

ところが、「社会」も「普通の市民」もどちらも概念が広すぎて掴みどころがありません。そこで、これを“それぞれの NPO 団体が根を張っている地域の社会と住民”という風に置き換えてみてはどうかと思っています。



市民と共に橋を点検する

すなわち CNCP は、参加頂いている NPO 団体と、その NPO 団体が根を張っている地域並びに地域住民とをつなぐ役割を果たすべきではないでしょうか？そのように眺めなおしてみると、CNCP の現在の活動の中でこの使命と目的に合致するものもあれば、そうでない活動があることも浮かんでくるのではないのでしょうか。

一例ですが、CNCP が持つ情報力を駆使し、どこかの地域に根を張る NPO 団体に対する地域や地域住民のニーズを見出すことはかなり現実的です。このニーズを、そこに根を張る NPO 団体に繋ぎ、NPO が対応できる具体的な活動提案をして頂く。当該 NPO だけでは需要に答えることができない場合には、必要な専門性を持った人あるいは望まれる専門的な知識を、CNCP のプラットフォームの中から見つけ出して提供をしていく。これが“ひろげる・つなぐ”を使命とする CNCP のあるべき姿ではないかと思っています。

企画・サービス部門では、現在ある地域のまちづくり推進協議会を支援する試みを検討しております。地域と CNCP が「包括支援協定」的な合意を結び、需要に応じて対応可能な範囲で地域のニーズに応じていく、といった活動を構想しています。

一つの地域で成功事例を生み出し、その事例を今後の CNCP 活動の展開に活かすことができればよいかと希望しています。

「福島だより」

シビルNPO 連携プラットフォーム 個人正会員
(株式会社小野工業所)

臼田 総一郎



私が勤務している株式会社小野工業所は福島市の西側で吾妻山連邦の麓に位置し、周辺には高湯温泉、土湯温泉、飯坂温泉などの温泉も多く、また、昨年度の日本酒品評会では金賞受賞銘柄数が6年連続で日本一となり、おいしいお酒には事欠かない環境です。私にとっては2度目の福島で、1度目は1977年から1980年にかけて東北新幹線の工事に伊達郡伊達町(現：伊達市)で携わっていました。その頃、歴史に疎い私は伊達と言えば「伊達政宗」で仙台ではないのか?伊達町との関係は?などを疑問には思っていました。日々の仕事に追われ、そのまま過ぎて今日まで来てしまいました。2度目の勤めにあって昔の疑問を思い出し、よくご存じの方もいらっしゃると思いますが、私なりに少し調べてみましたので、紹介させていただきます。



会社付近から見た吾妻山連邦

10世紀の初頭に全国の各郡において人口や経済力を平均化するため、分割や再編が行われました。その中で、福島盆地域ではそれまでの信夫郡が分割され伊達郡が作られました。当時の読みは「いたち」「いたて」「いだて」などと呼ばれていたようです。また、慶長18年(1613)に支倉常長がローマ教皇に渡した伊達政宗の書簡には「Idate Masamune」とあったそうです。

文治5年(1189)の夏、源頼朝が率いる大軍が奥州平泉の藤原泰衡を討つために伊達郡まで侵攻し、伊達郡国見町の厚樫山(国見山)山麓で決戦となりました。この合戦で泰衡配下の信夫庄司佐藤氏を倒したのが関東武士の中村入道念西で、中村氏は頼朝から恩賞として伊達郡を拝領し、姓を「伊達」に改め、この地に住むようになりました。初代の伊達朝宗は高子岡城(伊達市保原町)を構え、鎌倉の鶴岡八幡宮を勧請し亀岡八幡宮を山上に祭りました。その後、伊達氏は居城を梁川、桑折、米沢などに移し、17代の政宗のときに、豊臣秀吉によって伊達郡を含む旧領を召し上げられ、天正19年(1591)に岩出山城へ、慶長8年(1603)に仙台城へと移り、現代に至っています。伊達家には「政宗」と名乗る人物が二人いました。一人は「独眼竜」として広く知られている17代政宗で、もう一人は伊達家中興の祖といわれる9代政宗です。文武の才に恵まれた9代政宗にあやかって17代政宗が名付けられたそうです。



6年連続金賞日本一のお酒

伊達市内や周辺には「高子岡城跡」「梁川八幡神社」「梁川城跡」「霊山神社」など多くの伊達家関係の名所、旧跡があります。休日の散策場所には事欠かない状況です。

次にかつて新幹線工事に携わっていたころの伊達郡伊達町が伊達市になった経緯についても調べてみました。平成の大合併のときに伊達郡の伊達町、梁川町、保原町、霊山町、月舘町、桑折町、国見町、川俣町、飯野町の9町による郡全体での合併が検討、協議されましたが、川俣町と飯野町は福島市との合併検討のために抜け、その後、桑折町と国見町が抜け、残った5町での合併となりました。また合併後の新市名については北

海道に伊達市があることと自治省において既存の市との同名は避けるようにとの通知があったことから、「伊達市」を除くことで公募され、1位となった「だて市」のほか、「桃花市」「あぶくま市」「新伊達市」「伊達みらい市」などが上位の候補でした。新市名としては公募で1位となった「だて市」が選定されましたが「既存市から異議がなければ問題ない」との自治省の見解から、詳細な経緯は不明ですが、最終的には公募で除いていた、漢字表記の「伊達市」に決定

され、今日に至っています。福島はこれからが一番いい季節です。梅、桜、梨、桃、林檎などの花が咲き乱れ、おいしいお酒を酌み交わしながらの花見は最高です。皆様、是非お出かけください。

(出典：伊達市ホームページ他)



高子城跡 山上の亀岡八幡宮



高子岡城跡



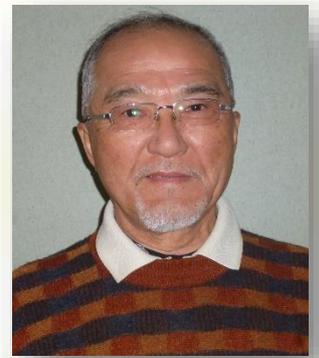
梁川八幡神社



「体幹」を鍛え、『体感』を甦らそう

シビルNPO 連携プラットフォーム サポーター
(NPO 法人 社会基盤ライフサイクルマネジメント研究会 事務局長)

宮下 裕美



平成 25 年の春、定年延長もあとわずかという時に同じ市内に住む娘からある「ちいき新聞」なるものを手渡された。以前にも投函されていたが“気”にも止めていなかった。新聞内容は、市内の店舗の広告宣伝（割引クーポン券付き）・販売支援サービス・地域情報の口コミなどなど。しかしわざわざ今回持参してくれたのには訳があった。定年後、親父が家に引きこもり(町内との付き合いは現役中全くなし)状態を懸念してのことである。

一面の見出しに写った記事には、6 人のおじさん（おじいさん？）方が颯爽としたレース用の自転車に跨り、安全ヘルメットを被り、こう呼びかけていた。「仲間を募集中です。この 6 人だけではキャッチボールしかできません。少なくともあと 3 人の参加・入団が必要です。」と。何の話かと思いきや、続けて読むと「我々自転車を乗り回し、色々な所へ行っています。しかしこれからは、地元の方々とより楽しく過ごすには、「団体でしかできないソフトボール同好会」を作ろうとのことで今回市民の皆様に呼びかけました。経験の有無は二の次。衰え始めた体を無理なく動かそうとの集まりです！！参加希望者は連絡をお願い。とのお誘い。



ソフトボールチーム柏オールドボーイズのメンバー



ソフトボールチーム柏ゴールドスターのメンバー

早速のお誘いに応募し、指定場所での初練習に行くと以前の 6 人に、新人 10 人を加え 16 人のチーム。毎週木曜日の朝 9 時から昼まで。雨以外は毎回参加して現在まで。今では、

新入団員を断るのが大変だそうです。そこで知り合った方からの誘いで現在、古希リーグ県代表チームで頑張る運動マンです。

体を動かすことの重要性から、このソフトボールに加え 40 数年前から始めた「ゴルフ」も少々たしなみ、また社会貢献の立場から「市のシルバー人材センター」に登録し、週 3 日一日 3 時間の労働協力をしています。

ソフトボールの練習・試合後の特に「右肩の痛み」。日ごろの運動不足の“つけ”が回り、スポーツはしたいがあとの痛みを考えると…。と悩んでいると、前出の娘が曰く、「幼稚園の先生からトレーナーに変身した方がいるジムへ行ってみない?」。この日は 3 年前の「父の日」。プレゼント代わりに 30 分のトレーニングサービス。それに知人が開設している鍼灸医院での、針とお灸。併用で痛み解除したが、針先のちょっとした痛みでトラウマになり今は継続していない。

西洋医学のトレーニングは、若い時には頑張った(頑張れた)筋肉や腱が、年を重ねて衰えるのは当たり前。如何に今を持続させつつ、また運良ければ向上させれるか。が、永遠の課題だとトレーナーさん。10 日に 1 回程度で全身の「体幹(インナーマッスル)」を鍛え、今ではハードなソフトの練習後でも翌日には「まったく右肩の痛みは解消」。体調の感覚(体感)は戻り、いかにして継続していくかが今後の課題である。

古希リーグが 4 月 2 日から開幕します。



体幹トレーニング中の筆者



体幹トレーニング前後の姿勢



「建設産業界での外国人活用研究会」準備会

「外国人活用に関する懇談会」の開催案内

日時：4月23日（火）13：30～16：45

場所：名小路ビル本館2階コム・ブレイ前大会議室

話題提供「外国人活用の状況」「外国人労働者活用の課題」

「外国人労働者活用の事例」

ワークショップ「外国人活用の可能性と課題」

申し込みは、企画サービス部門調査研修員会龍井俊憲までメールで

t_tatsui@issinc.co.jp

事務局通信

1. 4月の会議予定

4月2日(火) 13:00～15:00：連絡調整会議

4月2日(火) 13:00～15:00：シンクタンクチーム会議

4月2日(火) 15:30～17:30：SNS勉強会 at ちよだ PFS

4月3日(水) 10:00～12:00：土木と市民社会をつなぐ事業研究会

4月8日(月) 13:00～15:00：運営会議 at ちよだ PFS

4月16日(火) 14:00～17:00：企画サービス部門会議

4月18日(木) 13:00～15:00：市民参画WG3

4月18日(木) 15:00～17:00：協働推進部門リーダー会議

4月23日(火) 13:30～16:45：外国人活用準備会意見交換・懇談会

2. 4月1日現在の会員数

法人正会員 16、個人正会員 32、法人賛助会員 33 合計 81

サポーター125

事務局

お問い合わせは
こちらまで

特定非営利活動法人

シビルNPO連携プラットフォーム

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町三丁目 13 番地7
名古屋ビル本館 2 階 コム・ブレイン内

事務局長 内藤 堅一：info@npo-cnep.org

ホームページ URL：<http://npo-cnep.org/>