

# まちぴあ

身近なつながりに出会おう

No.52  
2025.1

冬号



TAKE FREE

無料

特集 ふらっと立ち寄りたいお寺

## 明るい未来を照らす、 地域の居場所づくり。

ほっとねっと うつのみやジュニアジャズオーケストラ

まちぴあ登録団体紹介 ゆったりプラナヨガ／とちぎ発達支援研究会

まちづくりリレーコラム まちづくりのサイクル





ふらっと立ち寄りたのお寺

# 明るい未来を照らす、地域の居場所づくり。

実は、コンビニの数より多いとされる日本のお寺。古くは戸籍の管理を務め、寺子屋として学校の役割を担うなど、身近な存在として地域に親しまれていました。いまでは、「お墓参りのときくらいにしか行かない」という人も少なくないのでは。そんな中、誰でも気軽に立ち寄ることができる開かれた居場所として、地域から親しまれているお寺があります。

キャンドルの灯りが揺れる静まり返った本堂に、坐る自身の呼吸音だけが研ぎ澄まされていく。

毎月、第2土曜日の朝晩に開催される「座禅のつどい」には、自分と向き合い心を静かに見つめ直そうと多くのひとが集まります。ここ正光寺は、現住職の西村さんが10年ほど前から「地域の人びとにとつて身近で頼れる場所」でありたいと、開かれた寺運営をしています。来訪者の相談に乗り、子どもたちと一緒にあそび、写経の手ほどきをし、外部講師にも活動の場を提供し、ヨガ、水墨画、ディンプルアート、将棋教室といった多彩なワークショップまで開催しています。これら継続的な取り組みは、SNSなど口コミで広まり、着実に地域社会



天台宗 **正光寺** 〒321-0132 宇都宮市雀の宮4-5-18

<https://suzumeshokoji.com>

TEL. 028-653-1165 Instagram: @suzume.shokoji

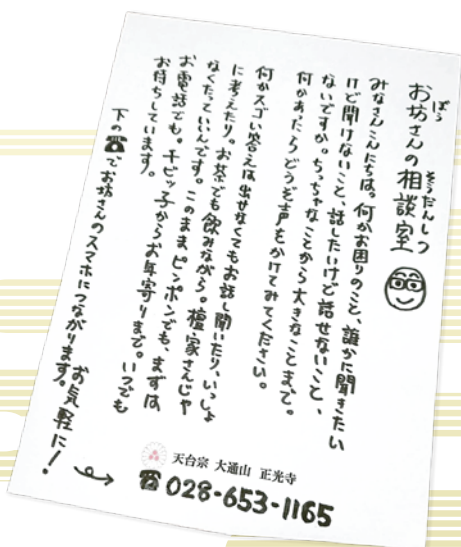


- 座禅のつどい — 第2土曜日 6:00～と 19:00～ (参加無料)
- 写経のつどい — 第4土曜日 15:00～ (おひとり500円)
- あそびば — 第2・4土曜日 15:00～ 17:00 (参加無料)

※そのほかワークショップやイベントの日程は、ホームページやSNSなどご参照ください

Profile **Jiyu Nishimura**  
住職 **西村 慈祐** さん (49歳)

岡山県生まれ。幼少期から父親の仕事の関係で横浜、名古屋、アメリカなど移転。青山学院大学中退後、東京都内で音楽の道を目指しながら幅広い職業を経験。30歳で結婚を機に仏門に入るべく、大正大学編入から比叡山延暦寺での得度、四度加行を経て雀宮に移住。2019年に正光寺住職を拝命。JR雀宮駅前で開催される地域活性化イベント「ムラスズメ」代表。近隣小学校での読み聞かせや、今年度からの保護司としての活動など、地域に根差したボランティア活動にも尽力している



葬儀やお墓、永代供養などに関する相談だけでなく、日々の暮らしのいろいろな不安や悩みにもじっくりと耳を傾けてくれます





「えこう」の利用者に記念品としてプレゼントされるオリジナルエコバッグ。功德を他の人のために回して向けることを意味する仏教用語の「回向」がデザインされています

フードバンクや子ども食堂など慈善団体や、全国の被災地に向けての寄付総額は、2021年9月の開始からすでに150万円以上にのぼります

## お供え物「えこう」は、新しいエコシステム

法事のお供え物として、保存食などをセットにして提案している「えこう」は、利用後に慈善団体や被災地などに寄付される仕組みで、フードロスを減らして、地域を支える全国初の試みです。法事向けの（大）5,000円と（中）3,000円、一般の寄付利用向けの（小）2,000円の3種類があります。



へと浸透しているようです。  
「タニケン」こと谷本賢一郎さんのライブや、ウエダコウジ氏による怪談、正光寺夏まつり、「きょうとるらい」とあつぐと除夜の鐘」などイベントも毎年企画され、非日常を体験できるだけでなく、参加者同士の親睦や、多世代交流といったつながりを生んでいるようです。  
「どんな時代にも不安や悩みは尽きないもの。誰かに話せば心も軽くなりますから、いつでもふらつと来てほしい」と西村住職は、明るい未来へ願いを込めます。

## 各種ワークショップや恒例イベントも大人気！

お寺の本堂や講堂を使って開催されるワークショップや恒例イベントには、誰でも気軽に参加することができます。ここでしか体験できないユニークな内容もあって、新たなつながりを生み出しています。ディンプルアートで使用されているモチーフは、正光寺のご本尊様がモデルなんだとか。



プロの話し手によるソングブックするよな怪談に背筋もひんやり



「子ども天文教室」にて、望遠鏡の中に土星の輪っかを発見！一生ものの思い出になりそう



## 安心して暮らせる世の中を次の世代へとつなぐ

「座禅のつどい」や「写経のつどい」は、地域の居場所となっているだけでなく、暮らしの中の「不安」を「安心」に変えてくれる場所。「あそびば」は、地域で育つ子どもたちこそ未来そのものとの思いから、よりよい世の中を次世代へとつなぐための多世代交流の場にもなっています。



「フックブックロー」けっさくくん役でおなじみの谷本賢一郎さんライブは、毎年たくさんの親子連れで境内がにぎわう

「今この瞬間」に集中する参加者たち、写経には心を落ち着かせ、雑念を払い効果をあり、自分自身とじっくり向き合う時間を与えてくれます。





まちづくり活動仲間が目指すもの

# ほっとねっと

No. 52

## ジャズの街を次世代につなぐ

2001年から始まり、すっかり「ジャズのまち」として定着した宇都宮。ジャズをはじめとした音楽文化をもっと身近に、みんなが楽しめる街にしていこうと、演奏活動に熱中している小中学生が中心のジャズバンドを取材しました。

### 「子ども達が主役のジャズバンド」

うつのみやジュニアジャズオーケストラ(以下UJJO)は、2006年9月に発足した、宇都宮市内で一番若い年齢層のビッグジャズバンドです。ジャズを中心とする音楽のまちづくりを進めている「うつのみやジャズのまちづくり委員会」の主唱によって結成されました。



各自の技術を高めつつ、一つのジャズ音楽を作り出します

ジャズ演奏に関心のある小学3年生〜高校3年生で構成され、宇都宮市を中心に県内各地から約30名のメンバーが集まります。現在は、宇都宮市立西原小学校の体育館を主な会場に、毎週土曜日に練習会を行っています。

子どもたちは、学校の勉強と部活動を両立しながらジャズを楽しんでいます。そんな子どもたちを、保護者会などの大人が支え、市内外における年間10回程度の演奏活動を行っています。

### 「一体感を伝える」

子どもたちを指導しているのは、いまも現役で演奏しているベテランプレイヤーの皆さん。練習の際には上手く行かない子どもを励まし、一人ひとりに寄り添った指導をしています。現役で演奏している大人だからこそ、本物の演奏する楽しさと熱意が子どもたちにも伝わり、素晴らしい演奏になっていくのでしょうか。



市内イベントでの実演。ジャズが会場を盛り上げます

ビッグバンドは、個々の音を一つに合わせ、全体の音楽が作られていきます。団体スポーツと同じように、一人が上手く行かないとそれが全体に影響してしまうそうです。そんな中で大切なのは、連帯感と同時に「自分がやってやる」という強い気持ちで、一人ひとりの思いを演奏に乗せることで、プレイヤーも観客も一体となった演奏ができることを子どもたちに伝えていきます。

### 「ジャズのまちの未来をつくる」

団体設立から18年目を迎えたUJJOからは、実際にプロで活躍するプレイヤーも輩出するなど、確かな成果をあげています。昨今は、手軽に、いつでも音楽を聴くことができますようにになりました。音楽に対して受け身でも、無数の



ジャズでつながった皆さん。演奏後の笑顔がさわやか!

曲を聴くことができます。そんな社会であるからこそ、自分で音楽を奏でられることは、自分の心を表現でき、演奏を聴いてくれた人と感動を共有できるツールであると思います。「子ども時代にジャズに触れ、大人になっても楽しめるように」という思いのもと、ジャズを愛する大人たちと子どもたちが一体となったUJJOの活動は、世代を超えた人同士のつながりを生み、ジャズの街うつのみやの未来をつくっているのです。

### うつのみやジュニアジャズオーケストラ

URL: <https://utsunomiyajuniorjazz.wixsite.com>

E-mail: [ujjo.sns@gmail.com](mailto:ujjo.sns@gmail.com)

### 取材後記

今回は練習会場を見学し、真剣かつ熱心にジャズと向き合う幅広い世代のみなさんに感動しました。UJJOでは、毎年3月に定期コンサートを開催しています。子どもたちの演奏する姿を、実際に見て聴いてください。(小倉)

ちよつと気になる

# コレクション

餃子マンホール  
ラバーコースター

ちよつとした  
贈り物にもぴったり

宇都宮の餃子をより身近に感じてもらうと、数々の餃子グッズを開発している宇都宮餃子会。

餃子店の集まる餃子通りの中央あたりに設置された



餃子通りのマンホールを探して、実物と見比べてみてください

餃子柄のご当地マンホールを、そのままのデザインでコース

ターにできたら面白いよねという何気ないひと言から商品化されたのが、「餃子マンホールラバーコースター」です。

ひとつだけ焼き色がついているところや、「うつのみや」の文字なども含め、マンホールのデザインをそのまま忠実に再現。「市民の方にはもちろん、観光客の方など県外のみなさんにも楽しんで使っていたきたい」と担当者が話すように、家



価格：550円(税込)  
販売：来らせ本店・パセオ店  
宇都宮餃子会公式通販サイト  
<https://ugyozakai.thebase.in>

## うつのみや発の

最高の食事を  
子どもたちへ

生活の中で欠かせない食事。安全で健康に良いものを選びたいですね。  
そんな中、農業や添加物など取り込むことで食物アレ

# MACHI DUKURI TOPICS



「まちづくりって何？」  
そんなアナタにディープな地元ネタから、今が旬のレア情報まで、まちびあから“まちパワー”を発信します!!

## 話題人

ルギーなどになるお子さんが急増しています。各地でそういった状況を変えようと子どもたちの健康を考えた「オーガニック給食」が広がっています。

安田さんは栃木県でも広がっていきたく、とちぎ夢給食プロジェクトを立ち上げました。農家訪問日記をSNSに掲載するほか、親子で種を植えるところからはじめる味噌づくり、イベントでの啓発活動などを行っています。

「身体に入れる食べ物かどのようにつな

さまざま人と街をつなぐ化学反応の触媒としても期待が高まります。



安田 理恵子さん

とちぎ夢給食プロジェクト代表  
趣味：カフェ巡り  
好きな食べ物：茹で落花生  
Instagram：@yume.kyushoku



大豆種まき体験からはじまる味噌づくり



## とっておきの

# 関心空間

まるで理科室のようなカフェ

個性的なショップが点在していることで知られるもみじ通りに2024年8月にオープンした「理科室蒸留所」は、清澄白河(東京都江東区)にある理化学をコ

ンセプトにした人気カフェの2号店。一歩足を踏み入れると、ピーカーやフラスコなど実験器具が所せましと並んでいます。これらは購入することが可能で、イ

ンテリアや調理アイテムとして暮らしのアクセントに取り入れてもよし、こだわりの水出しコーヒーや蒸留器で抽出したジンジャーソーダなどを楽しんでみましょう。どこか懐かしくもまったく新しい空間です。

## 理科室蒸留所 UTSUNOMIYA

営業：11:30~17:30  
定休：不定休(HPをご確認ください)  
〒320-0861 栃木県宇都宮市西3-4-8  
katoreaso101 TEL.028-612-8759  
URL: <https://distillery.rikashitsu.jp/>



比重の実験をしながら自分好みの味にできるコーヒーキットも





## 子どもとの関わりを学問から学ぶ

子どもにフィットした教育が重視される今、子どもたちの発達や成長を理解することがこれまで以上に大切になってきているのではないのでしょうか。

子どもにフィットしたよる講義と、参加者でのディスカッションで構成される学習会は、身近ながらも内容が深く、実践的な学びにあふれています。主な参加者は、保育士、教師、放課後児童クラブ支援員、公認心理士、社会福祉士といった子どもに関わる機会が多い人たち。そのため、当事者同士だけではなかなか得

られない、専門的で多様な視点を得ることができません。今年度は「不登校の現状と支援」をテーマにした学習や、実際に起きた事例をもとに対応策や支援策を話し合う事例研究なども行いました。「学んだことが子育てや仕事に直結する研究会です」と代表の福士さん。知識や経験の有無に関わらず興味があればだれでも参加できるそうです。学問や理論に立ち返っ



誰かのちょっとした一言が誰かの大きな学びになることも

て、子どもとの関わり方のヒントを探してみませんか。

【団体名】 **とちぎ発達支援研究会**

【活動日時】 月一回程度、学習会を開催

【活動場所】 宇都宮市まちづくりセンターまちぴあ  
宇都宮市立文化会館 他

【連絡先】 tochigihattatukenkyukai@gmail.com



自分のペースで無理なくストレッチ

## 気の流れを整えて健康な身体づくり

2007年に設立された体操、健康に関する講話やアドバイスをもらっている「ゆったりプラナヨガ」さん。

「無理なく楽しく」をモットーに、ほぐしや呼吸を中心にした「ゆるヨガ」で、個々の体質や年齢、体調に合わせたプログラムを提供しているのが特徴です。肩こりや腰痛の防止、改善を目的と

した体操、健康に関する講話やアドバイスをもらえます。団体名の「プラナ」は、宇宙の気・エネルギーを意味するそう、呼吸やポーズを通じて生命エネルギーをコントロールし、心身のバランスを整えることが健康につながるということです。コンニャク温湿布など身体の



遠藤先生と一緒にパチリ

ツボはもちろん、笑いのツボも押します。季節のイベントとして、お花見で桜のエネルギーをもらったり、お月見をしながらヨガのポーズをしたり、年末には忘年会を開催するなど、会員同士の親睦も深めます。

「他人と合わせるのではなく、自分のペースで無理なく行うことを推奨しているのが、老若男女どなたでも気軽にご参加ください」と笑顔で話す遠藤先生。週末の夜。お仕事帰りに、一週間の疲れた心身をリセットしてみませんか？

【団体名】 **ゆったりプラナヨガ**

【問い合わせ】 TEL. 028-661-2778

【活動場所】 宇都宮まちづくりセンター

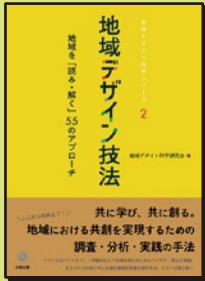
【活動日時】 毎週金曜日 19:30 ~ 21:00 (月4回程度)



おぐら  
小倉 克洋  
プロフィール

NPO法人宇都宮まちづくり市民工房理事、こくら工房代表。宇都宮市まちづくりセンターのセンター長を務める傍ら、小学校等でバルーンアート創作活動を行っている。趣味はレトロゲーム、お経、Vtuber箱推し

書籍紹介  
まちづくりを考える  
この一冊！



地域科学デザイン研究会 編  
「地域デザイン技法  
地域を「読み解く」55のアプローチ」  
北樹出版  
2022年4月発行

このコーナーでは市民のみならず、市民活動関係者、行政関係者などからのご意見、ご感想をお待ちしています。紙面上での意見交換へと発展することを期待します。ご意見・ご感想はまちびあ広報部へ。



小倉 克洋氏

まちづくりのサイクル

今回の寄稿で最終回となります。過去4回にわたって記事を掲載していただき、一活動者の目線でまちづくりやボランティアについて、自分なりの考えを述べてきました。なにぶん不慣れであることから、つたない文章だったと思いますが、読者の皆さまに何かしらの学びや気づきがあれば幸いです。

さて、最終回は、あらためて「まちづくり」という言葉について考えてみようと思います。都市計画をはじめとしたハード的な取り組みは「街づくり」と呼ばれることがあり、一方、身近な地域活動などソフト面の取組

みは「町づくり」と表現されることがあります。近年は、ハード・ソフトどちらの取組みも、同じくらい大切であることから、ひらがな表記の「まちづくり」が使われる場合が多く、また一般的になったと感じます。

こうした表現の変化は、何でもないことのようにですが、人口減少や活動の担い手不足といった社会課題を解決するためには、ハード・ソフト双方の領域が相互関係をもって取り組まれることの重要性を伝えると思います。

宇都宮市では、2023年から今日にかけて、まちづくりのダイナミックな「街づくり」が起こった年となりました。ご存じの通り、LRTの開業です。この地域資源を活かし、今後さらに育てていくのは、「町づくり」を担う私たち市民です。駅周辺のスペースを活用したイベント開催だけでなく、外出や通勤の手段としてLRTを実際に使ってみるなどして、普段の生活スタイルを見直すことも重要ではないでしょ

うか。そうやって、多くの市民がつけられた施設を活用することにより、地域資源としての価値は高まり、沿線及び周辺地域の発展にもつながっていきます。「まちづくり」は、市民一人ひとりの日々の営みと直結している、「まちをつくり育てる」サイクルなのです。

自分の身近なところに目を移すと「まちびあ」にも同様のことが言えます。ハードである建物をソフトである活動団体の皆さんに活用していただいているからこそ、拠点施設としての価値があります。市民による主体的で、多様な活動が施設で行われるで、私たちの暮らしの質を高めてくれます。それに応じようと、私たちも市民の皆さんがより良い活動ができるように、施設運営の創意工夫に努めます。

まちづくりのサイクルには終わりがなく、これからもずっと続いていくものです。まちびああの施設や提供するサービスが、市民主体のまちづくりに少しでも貢献できていたらうれしく思います。

まちびあ  
から  
PICK UP!

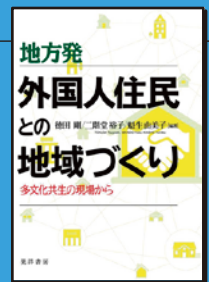
地域社会の貴重な担い手  
外国人住民に目を向けた地域づくり

少子高齢化や過疎化とともに、人口減少にも歯止めがかからない我が国。その一方で、増加傾向にある在日外国人は、単に労働力としてだけでなく、あらゆる場面で貴重な存在となりつつあります。本書では、多文化共生の施策によって、異なる文化背景を持つ人々が互いに理解しあう工夫や取り組みについて具体的に学ぶことができます。

序章では統計データを用いた現状分析や将来の見通しなど全体像が示され、各章では、全国各地の事

例をもとに、外国人住民や支援者側それぞれの視点から「地域づくり」の要点などが示されています。岡山県美作市における、行政主導による積極的な外国人労働者の受入れで、地域住民との間に「顔の見える関係」を構築したケースなどその一例。

大都市というより地方部において、同じような地域性を持つ他地域で、実際どのような取り組みが行われているか知りたい。そういった現場で活躍する自治体関係者などにおすすめの一冊です。



『地方発  
外国人住民との地域づくり  
多文化共生の現場から』  
徳田剛／二階堂裕子／魁生由美子 著  
株式会社見洋書房 2019年2月発行

# まちぴあからのお知らせ

## 助成金情報

### 令和7年度 宇都宮市市民活動助成金説明会

宇都宮市市民活動助成事業をご存じですか。宇都宮市内で活動するボランティア団体やNPO法人の皆さんを対象とする助成事業で、令和6年度までの約20年間で200団体以上の団体が活用しました。この説明会は、事業の概要をご紹介すると共に、実際に交付を受けた団体へのインタビューも行います。ぜひご参加ください。

**日時** 1月21日(火) **会場** 宇都宮市まちづくりセンター まちぴあ 研修室 AB  
18:30~20:00

**定員** 10名 **お問合せ** まちづくりセンターまちぴあ

## 更新情報

### まちぴあ登録団体の皆様へ『団体登録更新のお知らせ』

令和7年1月より新年度(令和7年4月~令和8年3月)の団体登録更新を受け付けます。更新がない場合、研修室利用などに不都合が生じますので、更新手続きはお早めをお願いします。

**送付方法** 団体登録書は、封書、FAX、来館にて受け付けています。  
※減免申請書については、直接まちぴあ窓口までご提出ください

**期日** 令和7年3月15日まで

## 最新情報にアクセス!

<http://www.u-machipia.org>

まちぴあ

検索

情報誌「まちぴあ」のバックナンバーがご覧いただけます。

## 市民活動助成基金

### ご協力ありがとうございます

- 株式会社 ベル電気設備センター
- 株式会社 石井機械建設
- 晋豊建設 株式会社
- 日昌測量設計 株式会社
- 柴田建設 株式会社
- ミユキ建設 株式会社
- 中央電機通信 株式会社
- 宇都宮ヤマイチ 株式会社
- パスキン工業 株式会社
- 株式会社 菊地組
- 三水プラント 株式会社
- 株式会社 ネットコア
- 有限会社 山崎企画設計
- 藤井建設 株式会社
- 東洋測量設計 株式会社
- 株式会社 永伸工業
- 株式会社 創建設計
- 匿名希望

(敬称略)

## 市民活動助成基金とは

宇都宮市では、ボランティア活動やNPO活動を活発にし、全市的に広げていくため、これらの活動を市民、企業、行政のみんなで支える仕組みとして「市民活動助成基金」を設置しています。

この基金は、市民の皆さんによる「市民活動を応援する気持ち」である寄附金を積み立てるとともに、宇都宮市が寄附金と同額を支出して、積み立てています。

宇都宮市役所 みんなでまちづくり課  
まちづくりグループ TEL.028-632-2886  
URL: <http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/>

※トップページ▶(分野別で探す) 市民協働・コミュニティ  
▶ボランティア・NPO

## まちぴあ新規登録団体 (2024年10月31日現在 登録団体数 203団体)

### 東苑会

書道を学習し各人の実力を磨き、親睦を図るとともに、地域の子どもたちや外国人住民に、書道の楽しみを知ってもらう機会をつくる

### 宇都宮リーダーズクラブ (ULC)

宇都宮市内の子ども会への協力、地域への奉仕、会員の自己の向上及び親睦を深めることを目的に活動する

### シルバー大専中央校マジッククラブOB41会

マジック技術の習得に努め、会員の親睦を図りつつ日頃の成果を各種福祉施設、地域イベントなどの地域活動に寄与する

### 3B体操なでしこ

運動が苦手な方や運動不足の方が、用具を使い楽しくできる健康体操を通して、フレイル予防や健康づくりに貢献する

### 全国ギャンブル依存症家族の会 栃木

ギャンブル依存症者の家族の支援及び、依存症者に関する勉強会、啓発活動、情報提供などの活動を行う

### うつのみやジュニアジャズオーケストラ

うつのみやジュニアジャズオーケストラに関する事業を通じて、地域のジャズをはじめとした音楽文化振興及び青少年育成に寄与

### パッション

健康維持・改善等を目的としたフィットネスの実践、指導の活動を通じて、地域の健康づくりに貢献する

# 宇都宮市まちづくりセンター まちぴあ

(指定管理者：認定NPO法人 宇都宮まちづくり市民工房)

〒321-0954 栃木県宇都宮市元今泉5丁目9-7

TEL.028-661-2778 / 028-661-2779  
FAX.028-689-2731

E-mail: [info@u-machipia.org](mailto:info@u-machipia.org) URL: <http://www.u-machipia.org>

開館時間 午前9時から午後9時30分まで(日祝は午後5時まで)

休館日 年末年始(12月29日~翌年1月3日)  
臨時休館(施設点検等)

JR宇都宮駅東口から徒歩15分 駐車場28台

まちぴあ情報誌の音訳版もございます。ご希望の方はまちぴあまでご連絡ください。

