

石巻に恋しちゃった♡  
を用いたひとづくり、まちづくり



# 石巻復興支援ネットワーク(やっぺす)とは





# 石巻に恋しちゃった♡(いしこい)とは

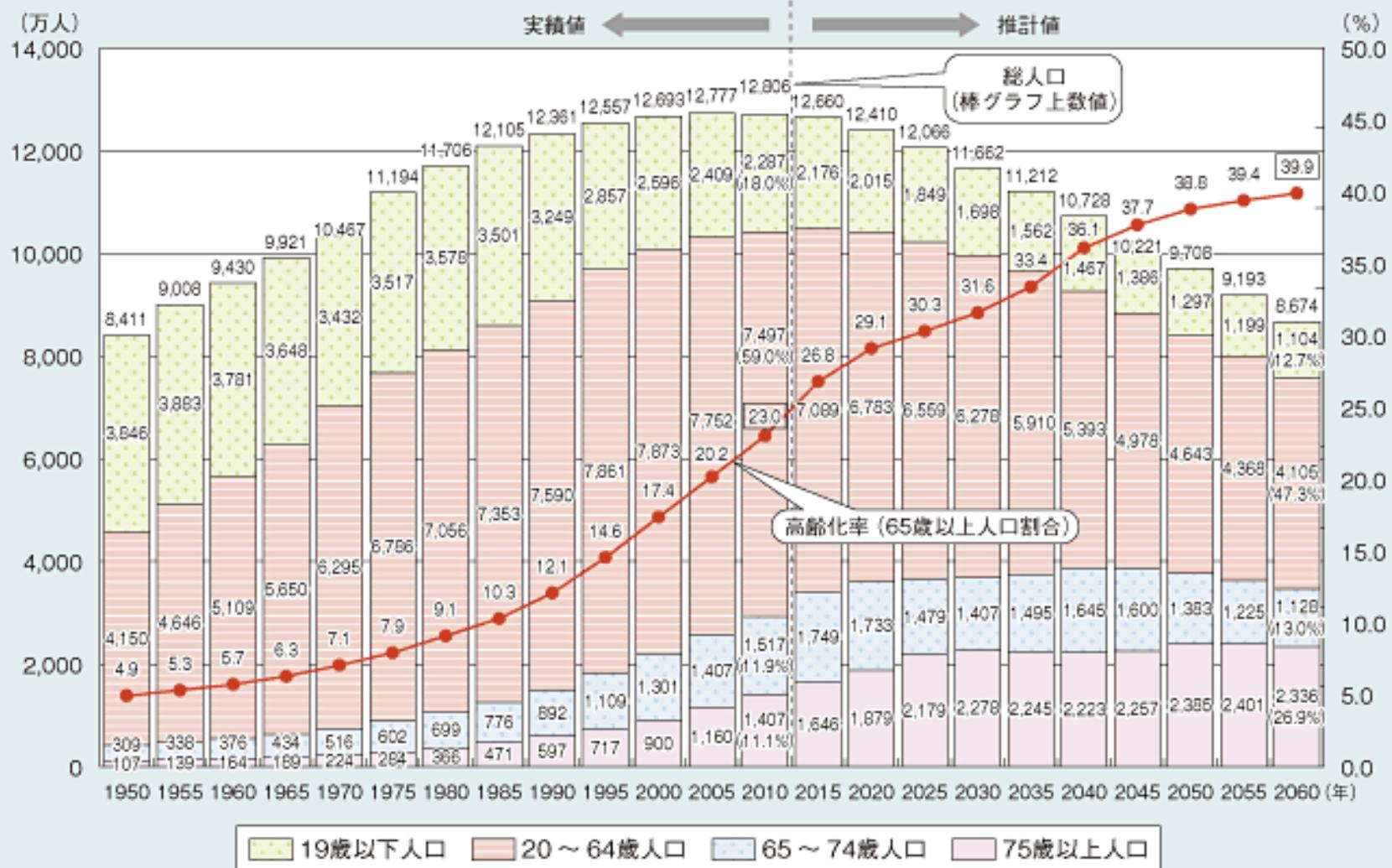




# 実施背景

図1-1-2-(1)

高齢化の推移と将来推計



資料：2010年までは総務省「国勢調査」、2015年以降は国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口（平成24年1月推計）」の出生中位・死亡中位仮定による推計結果

(注) 1950年～2010年の総数は年齢不詳を含む

# いしこいは、オンパク／みちくさ小道 手法を基にしています。



## オンパクとは

オンパクは、「温泉泊覧会」の略語であり、2001年、観光客の減少で活気を失いつつあった大分県別府市にて、自分達の地域を元気にすることを目的として、始まった取り組み。

地域に暮らす人々が、自らの趣味やスキルを活かしたイベントや、普段なかなか気付かない地域の魅力を伝える小規模のイベントを、短い期間に同時に開催することで、地域外から人を呼び込み、交流を促進する他、地域内の住民同士の交流も図り、助け合いやささえあいの基盤づくりも促している。

わずか10年で全国50を超える地域で開催され、多くの実績を残している。

参考: ジャパンオンパクホームページ <http://japan.onpaku.jp/>

## みちくさ小道とは

岡山県総社市の(特活)吉備野工房ちみちが、オンパク手法を元に実施している女性や若者による地域づくりの取り組み。内閣「女性のチャレンジ賞特別部門賞」等、数多く表彰されている。

現在、吉備野工房ちみちは、経済産業省の東日本大震災ソーシャルビジネスノウハウ移転・支援事業の実施主体として、宮城・福島県の5地域にみちくさ小道手法のノウハウ移転事業を実施している。

### ◆移転先◆

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| ①【宮城県石巻市】   | (特活)石巻復興支援ネットワーク |
| ②【宮城県亶理町】   | (一社)ふらっとーほく      |
| ③【宮城県気仙沼市】  | 唐桑町観光協会及びからくわ放送局 |
| ④【福島県田村市】   | 田村みちくさ街道実行委員会    |
| ⑤【福島県会津若松市】 | (株)明天            |

## オンパクの特徴

- 小・・・小規模なので「気軽にスタート」できる  
失敗しても良いので「ユニークな企画」
- 集・・・「多彩なプログラム」を集めるので魅力的  
新しい地域の資源や人材を「発掘できる」
- 短・・・短期間に行い、「チャレンジを促す」



まちフェス ~伊達ルネッサンス~ (13年1月12日)  
防災ヘリコプターにのって、おらほの3町みてみっぺ」「ハイ! 伊達コプター」



第1回 石巻に恋しちゃった♡実施  
2012年2月1日～2月17日

# 第1回いしこいは26の達人が プログラムを行いました。



氏名	プログラムタイトル
兼子 佳恵	子育て会議
石橋 ます子	足つぼde健康美人
阿部 有希	アロマとシンキングボールで本格ヨガ
辺見 清二	おくの細道石巻・石巻 芭蕉とたどる港町散歩
高橋 正祥	宮城のさかなくんになろう
春日 美千代	おから入りベーグルを作ろう！
説田 幸子	大好きな人のための♡バレンタインロールケーキ
ビ リジュン	ビさんの中国のお正月料理
武田 たき子	武田さんの松前風オリジナルキムチ
小野寺 光雄	古民家で味わう親方の粋
木下 智也	基本の和食 出汁の取り方と米の炊き方を学ぶ
菊地 繁志	最新蒲鉾工場見学と笹かまぼこ手焼き体験
柳橋 哲也	今日は、ぼくわたしがつくるよ石巻やきそば教室
佐藤 美枝	ナポリタンとふるしき
遠藤一恵/市川真理子	パソコンでできる小物づくり
魚谷 浩	流木で作る大切な人への贈り物
青沼 義郎	ペルーの打楽器 カホンを作ろう
阿部 江里子	大地からの贈り物 パワーストーンでプレスレットづくり
いしがき さわこ	銀粘土でアクセサリ
馬場 信子	絵手紙で出す季節の便り
高橋 頼雄	雄勝石アートと海鮮丼
林 京子	切らずに仕立ててサッと結ぼうさくら造り帯仕立て体験
内海 幸子	春の花を織るさをり織り体験
門脇 篤	ラップ☆ファクトリー
門脇 篤	みんなのデビューライブ☆石巻
松村豪太	昼から復興パー

\*ガイドブック順



<ビ リジュンさん>



<青沼 義郎さん>



<魚谷 浩さん>



<春日 美千代さん>



<阿部 有希さん>



<門脇 篤さん>



## ナポリタンとふろしき

ふろしきの奥の深さをしり、そのあとは、懐かしい味のナポリタンをいただきました。和ですね。



## 基本の和食 出汁の取り方と米の炊き方を学ぶ

みやぎのお米は、絶品です。イケメン達人から、和食の基本を学びました。

おくの細道・石巻 芭蕉とたどる港町散歩  
地元の方でも、石巻について知らないことがたくさんありました。冬空の下、空気が清々しかったです。

## ビさんの中国のお正月料理

本場中国の餃子、ハオツイ(おいしい)! みなさん、作りながら、必死でメモを取っていました。

プログラムの様子(抜粋)その1



## 流木で作る大切な人への贈り物

蛤浜では新しいプロジェクトが多数立ち上がっています。今後の蛤浜の取組が楽しみです。



## 今日は、ぼく私がつくるよ石巻やきそば教室

石巻が誇る食文化の伝承、とても貴重な機会だったと思います。



## 切らずに仕立ててサッと結ぼうさくら造り帯仕立て体験

皆さん、着物美人になっていました。日本の文化を改めて、体感しました。



## 古民家で味わう親方の粋

知る人が知る名店。味のある古民家で、おいしい食事と楽しいお話を聞きしました。

## アロマとシンキングボールで本格ヨガ

皆さんプログラムの後、背筋が真直ぐになっていました。たくさんの女性が参加されました。

# 第1回結果

	達人数	コーディネーター数	巻込みたい人の数	参加者	その他 メディア露出など
当初の目標	26	9	36	450	メディア:10 プチ起業:5
実績	26	9	50	497	メディア:40以上 プチ起業:3

## その他に

- 子育て会議の開催がきっかけで、現在、子育て支援者らによる協議会設立の準備が進みだしています。物事を進める、生み出すきっかけになりました。
- 想定以上に、企業／行政機関／市民等の方々が協力してくれました。

## 達人の変化・声

- 達人の春日さんが、ベーグルづくりで起業する後押しになりました。
- 達人の説田さんは、お菓子作り教室を月1回開催することになりました。
- その他にも、いしこいが背中を押す形で、活動や事業を広げる達人が複数いました。
- 達人同士がつながり、次は、コラボしようねという声がありました。
- テストマーケティングの機会として、とても良かったという声がありました。
- 26人の達人全員が、次回のいしこいに参加したいというアンケート結果が出ました。

## 参加者の変化・声

- 次回のいしこいに達人になりたいという方が、30名以上でてきました。
- 共通の趣味や関心を持つ方々が、つながりはじめました。
- お年寄りの方から、時間やお金はあるけど、出会う機会があまりないという声がありました。
- ずっと石巻に住んでいるけど、知らないことって多いという声がありました。
- 地域に面白い人や頑張っている人の存在を知り、複数のプログラムに参加する方がいました。

# メディア掲載

カテゴリー	掲載
新聞	石巻かほく 1月23日
	河北新報 1月24日
	読売新聞 1月30日
	石巻日日新聞 1月25日
	石巻日日新聞 1月31日
	石巻日日新聞 2月2日
	石巻かほく 2月10日
	石巻かほく 2月19日
	石巻かほく 2月22日
テレビ	TBC 2月2日 昼放送
	KHB 2月6日 夜特集放送
	TBC 2月7日 夜放送
	TBS 2月10日 早朝(全国放送)
	KHB 2月28日 夕方放送予定
	みやぎケーブルテレビ 3月9日~16日
ラジオ	ラジオ石巻 1月8日、1月14日
	date FM 1月31日 J-side station 生放送出演 date FM 1月31日 restart 石巻ラジオ紹介 2月6日 収録放送
雑誌	ソトコト2月5日発売号 掲載
	働く女性のワーキングスタイル発見マガジン Actaleia1月号掲載
オンライン	Yahoo Japan 震災関連サイトへのリンク
	助け合いジャパン 1月20日掲載
	東北復興新聞 1月23日リリースに掲載
	復興庁 企業連携メールマガジン 1月21日掲載
	巻.com
	助け合いジャパン 情報レンジャー
	石巻経済新聞① 2月12日 石巻経済新聞② 2月12日 YOU TUBE
ブログ	いしのまきNPOセンター ブログ
	仙台市民活動サポートセンター ブログ
	多賀城市市民活動サポートセンター ブログ
	みやぎ観光復興支援センターブログ
	達人 スマイルハート石橋さんのブログ
	達人 ハイブリッジ高橋さんのブログ
	達人 佐藤 美枝 さんのブログ
	他



<石巻日日新聞 2月2日版>



<石巻かほく 2月10日版>



<TBC Nスタみやぎ 2月7日>



<KHV スーパーJチャンネルみやぎ 2月6日>

# アンケート集計



(アンケート結果集計 有効回答数326)

## Q1: 石巻への郷土愛測定(5段階評価)

石巻・女川が好き	4.3
石巻・女川のことを知りたい	4.6
石巻・女川に貢献したい	4.2
石巻・女川に住みたい(住み続けたい)	3.9
石巻・女川で行われるイベントを手伝いたい	3.9

## Q2: 石巻に恋しちゃった♡を何で知りましたか。

知人	48%
ガイドブック	37%
マスコミ	6%
FB	5%
その他WEB	4%

## Q3: 石巻に恋しちゃった♡満足度

平均満足度(100点満点)	96点
次回の石恋への協力方法	
実行委員会へ参加	1名
達人として参加	34名
達人の紹介	2名
広報先として協力	26名

## Q4: 参加者男女比

男性	19%
女性	81%

## Q5: 年齢別参加比率

平均年齢	46.3歳		
	全体	男	女
70歳以上	9%	7%	10%
60歳以上-70歳未満	19%	7%	21%
50歳以上-60歳未満	12%	9%	13%
40歳以上-50歳未満	21%	21%	21%
30歳以上-40歳未満	25%	26%	24%
20歳以上-30歳未満	9%	21%	6%
10歳以上-20歳未満	4%	5%	3%
0歳以上-10歳未満	2%	5%	1%

## Q6: 地域別参加比率

石巻	78%
東松島	5%
女川	2%
仙台	4%
その他宮城県内	5%
他県	5%



第2回 石巻に恋しちゃった♡実施  
2013年7月12日～8月11日

主催：いしこい実行委員会  
46の達人  
参加者 約1500人



石巻に恋しちゃった♡

亀山英児

Eiji Kawejama

# 地元の粘土を使った 焼き物作り体験



7/16 (火) 7/17 (水)

10:00~12:00

達人: 亀山英児

定員: 各回8名

参加費: 2500円 (材料費、焼成費すべて含まれます)

準備物: エプロン (もしくは汚れても良い服装)、タオル

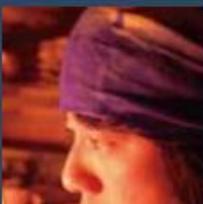
会場: 三輪田窯 (旧二俣小学校三輪田分教場)

石巻市三輪田字引渡前 1-1 (地図 P11 D1)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588

二俣小学校三輪田分教場は廃校になった今も当時の面影のままひっそりと佇んでおります。ちょっと昔の気分を味わいながら、地元の粘土で焼き物作りを体験してみませんか? 焼きあがったものは後日お渡しになります。



ねんどで  
あそびましょう!

ishikoi.com

青沼義郎

Yoshino Arumura

# ペルーの打楽器 カホンを作ろう



カホン  
サイコーです!

7/15 (月・祝)

10:30~14:30

達人: 青沼義郎

定員: 20名

参加費: 7000円 (お茶ペットボトル付き)

準備物: 2番の十字ドライバー、昼食は各自

会場: アイトピア生協文化会館

石巻市中央2-7-3 (地図 P13 D3)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588

前回大好評の、世界ブランド「ARCOのカホン」の青沼さんによるカホンづくりワークショップ。定員を増やして20名で開催。箱の形をした「ペルーの打楽器」カホンは、上に座って演奏します。夏休みの工作としてもバッチリ! 簡単な演奏講座と「やっべっ♡石巻」で有名なシンガーソングライター石田裕之さんのスペシャルセッションもあり! 申込みはどうぞお早目に〜。

# ダンボールクラフトで 工作をしよう!



大人気の  
ダンボール  
クラフトです!  
親子でもどうぞ



7/27 (土)

10:00~12:00

達人: 今野英樹

定員: 30名

参加費: 1000円

準備物: 特になし

会場: 桃生総合支所

石巻市桃生町中津山字江下10 (地図 P10 C1)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588

段ボールのキットで工作をしよう「ガントタイプのカタバリト」「段ボール昆虫」ここでしか手に入らない工作キットです! そして楽しめることまちがいなし! 夏休みの工作のヒントにもなるよ。そして、これ以外に新しい発見があるかもしれません! いや…絶対あります(笑)!

ishikoi.com

岩田昇太

Shota Iwata

# 新感覚 自然を感じる 「浜とヨガ」



のんびり  
地球時間で  
いこう!

7/21 (日)

8/4 (日)

雨天時は「caféはまぐり堂」  
内で

8:00~11:00

達人: 岩田昇太

定員: 各回10名

参加費: 3000円 (朝食付き)

準備物: タオル、飲み物、動きやすい服装

会場: 蛤浜・caféはまぐり堂

石巻市桃浦字蛤浜18 (地図 P11 D3)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588

地球とコミュニケーション  
海と山、そして地球を感じながらヨガしませんか?  
自然の中で新鮮な空気を体いっぱいに取り込んで、日々の疲れを解放しましょう!  
ヨガの後は、おしゃれな「caféはまぐり堂」で、野菜を中心とした朝食を頂き体の中からデトックス。心も体もリフレッシュ。そんな朝活って、素敵だと思いませんか?

今野英樹

Hideki Imano

石巻に恋しちゃった♡

馬場信子

Nobuko Baba



7/17 (水)

13:00~15:00

達人: 馬場信子

定員: 10名

参加費: 1000円 (お茶、お菓子付き)

準備物: 特になし

会場: コスモスの家

石巻市大街道東2-15-49 (地図 P12 C4)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588

# あなたの想いを 絵手紙に載せて

「上手いよ。下手かよ」  
自分の気持ちを絵と短い文で表  
現して、嬉しい人に送ってみま  
せんか?  
きっと何か伝わり、あなたに  
楽しい変化があると思いませんか?



絵手紙は  
もらっても出して  
もうれしいもの  
ですね♡



ふるさとの  
刀削麺も食べて  
もらいま〜す



7/21 (日)

10:00~13:00

達人: 畢麗君

定員: 10名

参加費: 2000円 (昼食、お茶付き)

準備物: エプロン・三角巾・おしぼり・はし

会場: みやぎ生協蛇田店

クッキングスタジオ

蛇田市新金沼430-1 (地図 P12 B1)

申込み: ネット予約 <http://ishikoi.com>

or 石恋事務局 0225-23-8588



# 大好評♡ビさんの 水餃子づくり

畢麗君

Bi Lijun

第一回石恋で大好評の畢(ビ)さんの水餃子!  
今回も皆さんの声にお応えして登場です。皮  
から作る水餃子をじっくり覚えて、サイドメ  
ニューはビさんのふるさとの刀削麺も登場し  
ます。!!みんなで美味しいお昼を頂きましょう。



門脇篤

Atsushi Kadonaki



みんなで  
面白いこと  
しよう!



8/11 (日)

# 石巻メガフェス ~石巻☆女神フェスティバル

11:00~18:00

達人: 門脇篤

会場: 中瀬地区自由の女神像前

石巻市中瀬地区 (地図 P13 E3)

※公共交通機関をご利用ください

「石恋」フィナーレの8月11日、市民参加による広い意味での音楽  
とアートフェスティバルを開催します。ジャンルはフリー。ライ  
ブパフォーマンスのほか、ワークショップやおもしろ舞台を出  
して下さる方、一緒に運営してくれるボランティアを大募集!  
7月13日(土)に説明会を開催するほか、個別に随時お問い合わせを  
受け付けております。詳しくはウェブをご覧ください。  
<http://megafes.com>



# いしこい イメージ図

- ◆今回作ったお菓子評判いいわね。商品化して、石巻の新しいお土産にならないかしら。(石巻みやげの開発)
- ◆ママたちの集える場所がないのね。週一回カフェでもやってみようかしら。(コミュニティカフェの起業)
- ◆面白そうな体験プログラムやモノがたくさんあるな。石巻についてみようか。(観光促進)
- ◆あの達人と話しているととても勉強になるわ。一緒に何かできないかしら。(コラボ)
- ◆参加者をもっと増やしたり、喜んでもらいたいな。石巻の面白い物もっと探そうっと！(地域資源の再発掘)
- ◆このガイドブックは、石巻人のカタログだね。相談取材とアップもこれ一冊あれば、ばっちりだ！(ガイドブックのメディア化)

想いを形にする機会、出番  
変わる力

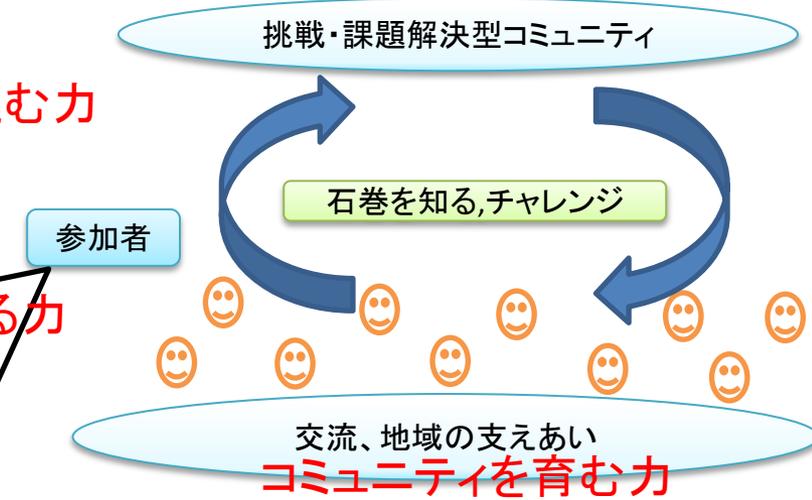


背中を押す、物事をすすめる、  
関係性を再構築する力

- ◆石巻に、こんな面白いモノがあったんだ！石巻って面白いね。(地域の魅力再発掘)
- ◆石巻にこんな人がいたんだ。カッコいいな、こんな人になりたい(地域の魅力再発掘)
- ◆小規模だから安心。次回、達人やってみようかしら。(挑戦の機会の提供)
- ◆新しい人と話すのって、楽しいわ。共通の知人や趣味があったり。偶然の再会もあったり。(交流)
- ◆うちのおばあちゃんが、外に出て元気でいられるので、とても貴重な機会だわ。(高齢者対策)

巻き込む力

広がる力





# オンパク・みちくさ手法の広がり@宮城

【山本・亘理・新地】



【気仙沼(唐桑)】



【気仙沼(本吉)】



【南三陸】



# 最後に、私たちの想いです。



震災後、避難所では、女性への配慮不足が目立ちました。障害者・外国人といったマイノリティの方々は、避難所に居場所がありませんでした。

震災直後から支援活動する中で見えてきたこと。一人一人に心の拠り所となる居場所が必要であること。機会があれば、人は変わること。そして、成長すること。一人一人が可能性に満ち溢れていることを知りました。

復興への道のり、さらにその先の石巻の未来を考えたとき、市民一人一人の力がとても大切になります。市民一人一人の支えあい、課題をみんなで乗り越えていく必要があります。

私たちは、みんなで乗り越えていく、その社会基盤をつくりたいと思います。





# 石巻復興支援ネットワーク(やっぺす)とは

団体名称	特定非営利活動法人 石巻復興支援ネットワーク
設立	2011年5月(2011年12月法人化)
代表理事	兼子 佳恵
スタッフ数	12名
ビジョン	一人一人が復興の担い手となり、誰もが笑顔で暮らすことのできる温もりと活気のある石巻
ミッション	石巻のよりよい復興へ向けて、主体的に活動する市民の育成とサポートを行う。
2011年度収入	65,299,438円 (12年度見込 1億1千万円)



\* 石巻市で子どもの環境教育や子育て中の親を支援する活動をしていた「環境と子どもを考える会」が母体。震災後「被災者をNPOとつないで支える合同プロジェクト(つなプロ)」の協力を得て、団体設立。2011年12月法人設立。周囲からは、『やっぺす』の愛称で親しまれている。

## 《活動概要》

- 1)復興の担い手育成事業(復興起業家ゼミナール/石巻に恋しちゃった♡ /やっぺす! 起業支援ファンド)
- 2)子育てママ応援事業(Eyes for Future/ママカフェ/Amanecer他手仕事/やっぺす! 人材育成スクール)
- 3)子ども・若者の育成支援事業(プレーパーク/子ども新聞他/石巻復興ワークキャンプ/)
- 4)仮設住宅を中心とするコミュニティ再生事業(集会場でのサロン活動/市民農園/広場作り)
- 5)外部団体のマッチング・現地コーディネート事業