

基本情報



【年齢】
46歳
【出身地】
東京都
【転出元】
東京都品川区
【前職】
首都圏私立大学
学生相談室カウンセラー他
【活動時期】
R4.7～
(1年目)

協力隊に応募したきっかけ

これまで臨床心理士として、主に個を支える活動に従事する中でいかに個人が精神的に孤立した状況の中で生活をしていて、それがメンタルヘルスに非常に大きく影響していることを痛感し、徐々に個を支えるコミュニティに興味を持ち始めました。またコロナ禍で自分自身の生き方、今何をすべきかを再考する機会もあり、『いつか』住みたいと思っていた場所：宮城県で、やってみたいと思っていたコミュニティづくりに関わることを『今』やろう！と考え始めました。そのタイミングで現在携わっている地域おこし協力隊のプロジェクトを見つけ、応募に至りました。

今後の抱負・任期後の目標

地域住民の方が繋がりを感じられる居場所作りとメンタルヘルスに関わる活動が何らかの形で繋がられないか、模索してみたいと考えております。コミュニケーションスキルとしてのアサーション講座や日常に役立つ心理学講座の企画・開催にも力を入れていき、任期後の自身の活動の柱となるようなプログラム構築にも取り組んでいきたいです。個人的には農にも関心があり、将来的に半農半X的な生き方にも挑戦できたらと思っております。

活動内容

【活動目標：地域共生社会を目指して～居場所・交流の場づくり】

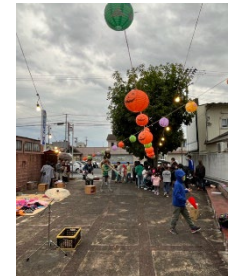
●居場所づくり：放課後学習スペースの運営

インターン期間中に実施した住民インタビューでの『事業所周辺に集会所など子供達が集まれる場所がない』という声に基づき、事業所内の一部スペースを放課後学習スペースとして子供たちに開放する取り組みを始めました。現在1ヶ月にのべ50人程度、主に小学生が自主的に宿題に取り組んだり、ゲームなどで遊ぶ場として利用しています。



●地域住民との協働：地域イベントの開催

子供の遊び場づくりなどで活躍されている住民の方と地域への想いで繋がり、イベントの共同企画・開催に至りました。子供達の仮装パレード、バンドライブ、住民参加のフリーライブ。大人も子どもも笑顔いっぱい盛り上がり、街のチカラと希望を参加者と共に感じたひとときでした。今後も地域の活力となるような交流の機会を住民の方と共に創っていきたいと思います。



●交流の場づくり：ヨガクラスの開催

地域の大人向け交流の場づくりの一つとして、また心身の健康サポートの一つとしてリラックスヨガのクラスを月に1回の頻度で始めました。『自分に還る時間』としてご利用いただいております。



連絡先

【メディア等の取材連絡先】一般社団法人 りぷらす
(メールアドレス) info@link-replus.com (電話番号) 0225-98-8957

【活動の様子を発信しているSNS・ブログなど】

ブログ：<https://replus.hatenablog.jp>

Facebook：<https://www.facebook.com/ri.link.plus/>

instagram：<https://www.instagram.com/ri.link.plus/>