



静岡県西遠女子学園 インターアクト部

「目指すはレジリエントコミュニティ」



高校生ボランティア・アワード2026

私たちは普段から安心して安全に暮らせて、災害などの有事の際に手を取り合い助け合える地域社会「レジリエントコミュニティ」を目指しています。そのため地域の抱える課題を知り、地域と一緒に解決する活動に取り組んでいます。

私たちが取り組むSDG s



理想のコミュニティ

環境問題解決

防災

子育て支援

紹介資料



環境問題への取り組み（2021～）

- ・ **Local Action Hamamatsu（LAH）と協働**
Local Action Hamamatsu（LAH）は地元浜松で環境に配慮した持続可能な社会の実現に向けて様々な取り組みを行っている一般社団法人で、私たちの目指す理想のコミュニティ実現と目的が近くお互いの思いに共感し連携して活動を始めた。
- ・ **有機野菜農家支援のための勉強会**
LAHの代表理事と有機農家支援と持続可能な地域づくりというテーマで勉強会を開催。
- ・ **「森の朝市」でのボランティア**
LAHに協力し「森の朝市」というファーマーズマーケットの運営を手伝い、生産者と消費者の両方が協力して環境に配慮した生活をしていくことを目指す取り組みを支援。
- ・ **農業と廃棄物削減・環境保護について取り組む企業と連携**
地元の環境問題を考える団体Local Action Hamamatsuの「森の朝市」やイベントのお手伝いをしているうちに自分たちで何か具体的に活動ができないかどうか考えるようになった。そこで地元企業で環境問題解決につながるような事業を行っている㈱ゴールドクラブに見学・取材を申し込み協力関係を築いた。
- ・ **規格外野菜や果物の粉末化技術を広める活動**
㈱ゴールドクラブは、静岡県西部で廃棄物処理業を展開しているMSKグループの中にある会社で廃棄物処理のノウハウをいかし、野菜や果物をパウダーにする技術を研究・開発している。規格外野菜・果物を廃棄することなくパウダー化することでフードロス削減だけでなく様々な可能性がある。これを広める活動を次々に提案。
- ・ **フードロス削減パウダーを使った商品開発**
栄養価はそのまま、保存可能期間は2年以上というこのパウダーを広めようと身近に食べてもらえるスイーツの開発を試み、学園祭で販売し始めた。
- ・ **地元イベントでのフードロス削減商品の出店販売**
地元協働センターでのおまつりやイベントの運営を手伝いつつ、スコーンの販売をさせてもらった。販売の際「環境問題に貢献できる」と呼びかけると快く購入してもらえ、少し高めの値段設定でも、皆さんが環境問題に貢献するために動いてくれたことや私たちの活動に興味を持ってくれて喜びを感じた。
- ・ **地元小学生向けのエコクッキング（料理教室）開催**
地球温暖化防止の啓発と食品ロス削減を多くの人に知ってもらうために、地元の小学生向けのエコクッキング（料理教室）を開催。楽しく社会貢献の輪を広げようと、様々な規格外野菜を使ってお菓子作りをしたり、食べ比べをするなどして、参加者の皆さんに小さな意識変革を訴えた。

～ 環境大臣表彰の栄誉に ～

これまでの取り組みが評価され、令和6年度には静岡県地球温暖化防止活動知事褒賞、そして昨年は、「**令和7年度気候変動アクション環境大臣表彰**」をいただいた。



環境省公式HPより
https://www.env.go.jp/earth/ondanka/min_action_award/winners_r07.html

防災への取り組み（2024～）

- ・ **環境問題から防災へ**
環境問題への取り組みで出会ったフードロス削減パウダーの技術とそのメリットを防災に活用できないかと模索。特に「災害時もWell-being 避難生活の食事を豊かに」というテーマで活動を開始
【パウダーの防災上のメリット】
 - ・ 長期保存が可能
 - ・ 野菜や果物など災害時入手困難な栄養素の摂取が可能
 - ・ 粉末なのでどんな料理にも簡単に活用可能
 - ・ 簡単に味変ができ、食事のマネリ化を避けられる
 - ・ 粉末なので離乳食・嚥下食など幅広く提供可能フードロス削減パウダーを防災に活かすために防災についての学習を開始。
- ・ **フードロス削減パウダーの防災備蓄食品への活用を提案**
非常食の定番「カンパン」で有名な浜松の菓子メーカーの三立製菓を訪問。防災用食品への応用方法や新しいお菓子の食べ方を提案した。やり取りを通して出来たつながりを今後の防災備蓄商品の提案や新しい商品開発につなげようと検討。
- ・ **防災について、特に災害時の食についての勉強会を開催**
地元防災関連会社の一つ「東海消防技研」の方から直接お話を聞き、もし災害が起きた場合の最新の対処方法などについて学習。ローリングストックや在宅避難、災害時の非常食について考え、いま自分たちに何ができるのかを考えた。レジリエントコミュニティ実現に有効な勉強会となった。
- ・ **浜松市防災学習センター「浜防～家」訪問・勉強会**
地元浜松の防災についての取り組みを知るために、浜松市防災学習センター「浜防～家」を訪問し、地域の防災事情や行政の防災計画、取り組みについて学ぶ機会をもった。ここで「在宅避難」の必要性とその備え方について実感し、その後の防災を考える際のキーワードに掲げた。
- ・ **避難所運営ゲーム（HUG）の講習に参加**
避難所運営ゲームとは避難場所で行く様々な事が起こるのを模擬体験するゲームです。学校などを避難所に見立て、紙面上で避難場所の配置を決め、避難所で起きる出来事への対処方法をグループで話し合い模擬運営していくゲーム。もし地震がきたらを想定し正しい判断とは何かを考え学んだ。
- ・ **小学生向け「防災料理教室」の開催**
 - ・ アイラップを使った湯煎調理の紹介
 - ・ 防災時に役立つ料理の紹介・実践
 - ・ 防災食品と規格外野菜のパウダーを活用した料理の提案
 - ・ 停電時、冷蔵庫の食材をどうするかをレクチャー地域の小学生を募集し、在宅避難の可能性を想定して身の回りにあるものを災害時にはどう使うことができるか一緒に考えた。アイラップを使った防災料理を提案し一緒に作ってみた。災害時でも家庭にありそうな食材とフードロス削減パウダーを使い、小学生に防災と環境保護の意識を高めてもらった。災害時の停電の時、冷蔵庫の食材を無駄にしない方法について一緒に考える教室も開催。
- ・ **BOUSAIキャラバンへ出店＆出展＆出演**
㈱SALA様が企画した大規模な防災イベント「BOUSAIキャラバンin子ども未来館ココニコ（豊橋）」にブースを出店。防災食品の提案と環境問題啓発の両面からフードロス削減パウダーを使用したスコーンを販売。災害やその備えについて気軽に学んでもらえるように「防災クイズ」を用意して楽しんでもらいながら、フードロス削減と防災がなぜつながるのかを説明した。スコーンはイベント終了1時間前には完売し、たくさんの方に私たちの取り組みについて知ってもらい、フードロス削減と防災の両方を考えていただくきっかけになった。



今年は地元浜松での開催で出店・出展・出演が決まっている。

～ 7/19（日）BOUSAIキャラバンinサーラプラザ浜松 ～

子育て支援への取り組み（2025～）

- ・ **環境問題・防災をもっと地域の人たちへ**
環境問題や防災に関心を持ってもらうために、地域とどうつながれるかをあらためて考え直した。校内イベント、地元イベント、企業・団体の方との共同開催イベントを開催してきたが、強く関心を示してくれた多くが親子、特に母親と子供だった。お母さんが子どもと良好な関係で様々なことを体験させ、教えていく。私たちの目指すレジリエントコミュニティの実現にはここがポイントと気づいた。子育て支援ボランティアを始めるきっかけとなった。
- ・ **カンガルーのおうちのボランティア**

「カンガルーのおうち」は0歳～2歳の就園前のお子さんと保護者のための子育て支援ひろばです。月～土まで、開催時間内に自由に参加できます。利用料は無料です。ひろばスタッフが常駐し、遊び場の提供、育児相談、子育て情報の提供、親子の交流ができます。妊婦さん講座もあります。保育士の子育て相談や、月に1回、臨床心理士相談では、発達のことや育児のこと、成長過程で気になることを相談できます。子育てを一人でするのはなく、皆さんで、つながり、助け合い、支えあい、一緒に子育てをしていきましょう。
～社会福祉法人瑞陵カンガルーのおうち公式より～

夏休みなどの長期休暇を使って部員が交代でカンガルーのおうちのお手伝いを開始。そこで新たな気づきがあった。

あたらしい気づき

小さな子どもを抱えるお母さんに少しでもリラックスした時間をつくってもらうために、お母さんに代わって子供の世話をするつもりでお手伝いに行きました。でも本当の支援はお母さんに代わるのではなくお母さんと一緒に子どもと接することでした。

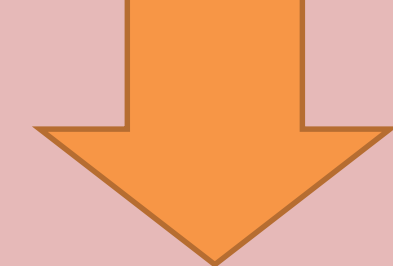


子どもを抱えるお母さんの声

- ・ 子育ては不安
 - ・ 誰かにその不安を聞いてほしい
 - ・ 子どもの成長に共感してほしい
- お母さんたちは、自分の育て方や接し方があっているのか、子どものちょっとした異変に戸惑ったり不安に思ったりしている。またちょっとした成長を聞いてもらい共感してほしいと思っている。

就園前の子どものお母さんに接して多様なサポートの仕方に気づいた。

- ・ **子育て支援ボランティアでの気づきを新たな活動へ**
子育て支援はお母さんたちの代わりに子どもの世話をしたり預かることだけではないことを学び、このカンガルーのおうちのボランティアは継続していく。そして、私たちが私達らしく主体的にできる子育て支援の方法を模索し、新しい活動を始める。



With Friends

今いちばん熱い取り組み

私たちインターアクト部の今後

With Friends



With Friendsは放課後の子どもの居場所

これまでインターアクト部が行ってきたワークショップのノウハウを活かし、部活動がなくなった小学生たちのコミュニティ空間「With Friends」をつくる。場所によって学童保育は小3までのため小4～小6を対象に募集し、定期的に親子で参加できるイベントを開催し、環境問題や防災など私たちの考えや取り組みを伝える場にしていく。

- ・ **ワークショップ**
カードゲームやボードゲーム、工作、楽器体験、スポーツ体験などの小さなワークショップを実施
- ・ **中高生による学習支援**
簡単な英語のゲームなどを行ったり、中高生の私たちと一緒に宿題をしったりする場所を提供
- ・ **イベント開催**
これまで行ってきたエコクッキングや防災料理教室などのイベントを開催し、私たちが日々取り組んでいる活動を広く地域に訴える場としてイベントを開催

ますます地域との関わりを深くて「レジリエントコミュニティ」の実現へつなげる



子育て支援

防災

環境問題
解決