



朝活かみいち、三周年記念誌

■ 目次	ページ
1. はじめに	1
2. 朝活の概要	1
3. 開催記録	2
4. 三周年記念行事	3
5. ここ一年間の朝活のかずかず	5
6. おわりに	8

end=8

三周年記念撮影→



1. はじめに

朝活かみいち、2014年11月にスタートして、2017年11月で三周年を迎えることができ、創立時からの参加者は250人、延べ1200人にも達しました。また、この一年間、本番29回、番外2回を実施し、いろんなテーマで知的交流を楽しみました。

そこで、一周年・二周年の時と同じように三周年記念して、ここに記念誌を作りましたので、皆様方と共にこの一年間を振り返り、思い出に浸りたく存じます。面白く楽しく見ていただければ幸いです。

なお、こうして朝活が盛り上がるのも皆様方のおかげであり、ここに厚く御礼申し上げます。

2. 朝活の概要

初参加の方々、これから参加しようという方々向けにこの章を設けました。朝活の意義については、4章にある永吉さんの話題提供をご覧ください。

2.1 経緯

朝活かみいち、永吉さんが2009年10月に始められた朝活ネットワーク富山から遅れること5年の2014年11月にTさんの「上市で」の声をきっかけに始まりました。最初の頃は、参加者が少なかったこともありましたが、今では15-20名、時には30名も集まるようになりました。

2.2 様相

交通の便のいい喫茶店を借り切って、月二回、第一と第三の木曜、朝7時から8時まで、進行役による話題提供と皆さんの交流を行っています。

2.3 特徴

(1) 参加者

出勤前の朝の一時間をミニ勉強会やミニ交流会として、世話人の方が開催情報をFBで公開し、参加者を広く募集いたしております。毎回参加する朝活ファン、テーマに関心を持った方、好奇心旺盛な方、面白好きな方、など、多様で多彩な方々が集まります。上市町内はもちろんのこと富山市、滑川市、立山町、遠くは高岡や氷見の方々もはせ参じております。

(2) 進行役について

著名な方に依頼するのではなく、朝活に参加していただいている皆さん方や趣旨に賛同し地域でがんばっておられる身近な方をお願いをしております。特に後者の方々にも、朝活とのかかわりを持っていただくようお願いもしております。

(3) アフタートーク

朝活では定時の枠に終わることなく、その後も進行役の話題を中心にしてよもやま話をも含めて知的交流が続きます。

(4) 場所性

朝活の会場としては、ある程度ゆっくりできて駐車場があり便利な所としております。上市では上記要件にぴったりの会場がM's cloudさんのお店です。またお店のマスターが朝活に理解をいただいておりますので朝活はいやがうえにも毎回盛り上がってます。



会場のお店の正面

(5) 朝活の仲間、グループ

朝活ネットワーク富山と兄弟の仲間は県内では以下の4団体です。

- 朝活@富山： 09年10月、8年継続
- 朝活@富山呉西： 10年01月、8年弱
- 朝活スキルアップ Club：13年03月、4年半
- 朝活かみいち： 14年11月、3年

3. 開催記録

3.1 朝活かみいちの参加者（仲間）

朝活かみいちに結集している仲間について記します。この一年間の参加者は、延べで489人、町内延べで251人、初参加は47人です。特に今回は朝活かみいちの評判を聞きつけて東京からは3人がやってこられました。ありがたいことです。

3.2 進行役の個性(属性)

各回の朝活ではどんな方々が進行役をしておられるのか、進行役の属性を少し記します。

- (1)性別 男性16人、女性13人、計29人
- (2)職業 朝活では個人の職業についてあまり触れませんが、個性が職業と直結の場合も多いので、あ

えてここにまとめます。なお、数字は人数

- 農業2、畜産1、製造業2、コンピュータ1、デザイン2、食4、芸能1、医療1、介護3、行政3、女性企業家1、シルバー2

3.3 テマの特徴

各回の朝活では、進行役がきまってから進行役が自身でテマをお決めになられます。おおざっぱに言いますと、テマは

- ・ご自身の職業柄の反映したもの
- ・個人的な趣味や主張のもの

に分かれます。

次にテマのジャンルを以下にまとめてみます。今年は、福祉関係の話題が一番多かったです。アルファベットは仕分け記号、数字は開催数です。

表 話題の分野別分類題数 全29題

ar:地域:1	li:生活(衣食住):3	n:自然・農:2
r:レクリエ・観光:1	w:福祉:7	s:スポーツ・体:2
ed:教育・人:3	a:芸術・デザイン:4	c:コミュニケーション:3
en:技術・スキル:1	m:マネジメント・ビジネス:1	pa:個人:1

3.4 開催各回のテーマ、参加人数

実施日、参加人数、進行役氏名、テマを記します。各回の様子は、朝活かみいちのFBをごらんください。朝活かみいちで検索いただければ一番でできます。

実施日	参加者 (町内参加、初参加)	進行役	題目
第55回	11月17日 18(10)	Oon氏	ダンスライフ～踊りから生まれた気持ち・つながり ←二周年記念
番外4回	11月25日 10(7)	朝活二周年記念の交流会	18h30～20h30、Mズクワドにて
第56回	12月01日 16(6,1)	Tak氏	朝活クルーザー高野の大いなる野望 pa
第57回	12月15日 16(8,1)	Ina氏	私を変えた「整理収納」との出会い li
第58回	01月05日 18(9,1)	Tog氏	もののみ方、感じ方、考え方 ed
第59回	02月02日 21(16,2)	Yam氏	日本の誇り～歴史からひも解く日本の古き良き精神～ ed
第60回	02月16日 16(9,0)	Yas氏	たまご屋が思う良いたまごと、たまごから見えてくる農業と地域 n
第61回	02月23日 21(18,9)	Mas氏	私と公民館 ar
第62回	03月02日 16(7,0)	And氏	ブドウ農家の生活 n
第63回	03月16日 18(10,0)	Ito氏	日常生活に役立つ！かもしれないデザインの視点 a
第64回	03月31日 12(6,0)	Kyu氏	朝活音楽～音楽療法・ニ体験版 a,w
第65回	04月06日 14(8,2)	Wan氏	ローフードとは li
第66回	04月20日 21(10,4)	Mor氏	その人らしさを求めて～知的障害者の支援に携わって思うこと w
番外5回	04月16日 10(7,0)	桜の鑑賞と夕夜の宴(記事)	大岩公園とM's cloudにて
第67回	05月04日 27(8,6)	9時45分～12時	、話題提供は午前中、ランチは12時～13時、 エクサシヨ(花の家見学)は13時以降16時頃まで

			Ait 氏	認知機能を手軽にあげる方法	w
			Mat 氏	「接遇」は私の宝箱～「接遇」と出会って乗り越えられたこと～	m
第 68 回	05 月 18 日	21(11,4)	Nis 氏	【涙から笑顔へ】～うつ病が教えてくれた倖せのシステム～	w
第 69 回	06 月 01 日	17(8,2)	Hor 氏	ジャニヲタ!	a
第 70 回	06 月 15 日	15(9,1)	Yas 氏	ステキなご朱印旅のススメ	r
第 71 回	06 月 29 日	17(9,0)	MasK 氏	地域共生社会実現のための上市町の福祉計画とは	w
第 72 回	07 月 06 日	15(7,0)	Mat 氏	てんかん持ちコピーライターの歩む道 ～動画配信と目指せちゃんねるマスターwith ダニ	a,c
第 73 回	07 月 20 日	16(11,2)	Aok 氏	第三回フォトゲインング 上市まちのわ 2017 ～今年のフォトゲインング 攻略法	s
第 74 回	08 月 03 日	17(10,1)	Hor 氏	血管・血液、腸と私	s
第 75 回	08 月 17 日	16(5,1)	Taj 氏	幸せに生きる 50 の方法	ed,pa
第 76 回	08 月 31 日	14(9,0)	Iha 氏	ドローンと未来	en
第 77 回	09 月 07 日	17(7,0)	Kan 氏	病院で働く介護福祉士とは	w
第 78 回	09 月 21 日	14(8,0)	Sug 氏	let's お墓まいり	li
第 79 回	09 月 28 日	11(5,0)	Take 氏	聴覚障害者の生活と手話を学びましょう	w,c
第 80 回	10 月 12 日	17(7,2)	Tan 氏	種井家の人々 ～家族から学び受け継いだこと	c,pa
第 81 回	10 月 26 日	15(8,1)	Not 氏	今日から使える♪西洋占星術コミュニケーション ～星座の特質を知り、思いを認め合える人間関係を	c
第 82 回	11 月 09 日	12(4,1)	Takb 氏	うつにもいろいろあるんです、冬季うつとは	w
第 83 回	11 月 23 日	29(11,6)	永吉氏	富山で朝活 700 回 ～はじめる力、続ける力	c ←三周年記念

4. 三周年記念行事

4.1 永吉さんを進行役に迎えるの記念朝活

17 年 11 月 23 日木曜、朝活の草分け的なカサマの永吉さんをお招きして、「富山で朝活 700 回 ～はじめる力、続ける力～」と題し、お話していただきました。

話の内容を編者流にまとめますと;

(1)朝活富山は2017年7月8日に700回記念を迎え、これまで、参加者2千人以上、延べ参加者1.4万人であり、歴史を刻んでおります。

(2)朝活の特徴は学びと交流であり、いってみれば
・自分磨き、・仲間づくり・知的向上、とのこと。

(3)メリットは; ・気分が爽快で明るくなる、話題が広がる、・頭の働きが良くなる、・人脈が広がる、・仕事の効率が上がる、・スキルが向上する、とのこと。

(3)続ける力は;

・人を集めるよりも人に伝えること、・一人でも参加する方がおられれば開催しまた来てくださること、そんな姿勢が大事とのこと。

(4)なお、記念行事の記録は記念誌とは別に作りましたので、ご参照ください。Url は;

<http://buna.html.xdomain.jp/asakatsu/171123.pdf>



永吉さん進行役の朝活風景

4.2 三周年記念行事へのコメント

参加の皆さんからは長文の感想文が FB 上で公開されました。ここに掲載します。各人、ちょっと長いのですが、朝活がなぜ富山で生まれ、なぜ続いているのか、そこに永吉さんの人間性並びに応援する

皆さんの心意気もり込まれているので、ほぼ原文のまま掲載いたします。

(1) Ina さん

久しぶりに「朝活かみいち」に参加しました。朝活かみいちの3周年記念となる今回。講師は朝活ネットワーク富山を主催されている永吉隼人さん。

「はじめる力、続ける力」をテーマに700回もの朝活を開催し続けてきた中での北ノソトや朝活を始めた頃からの歴史について、お話をお聞きしました。

いつも感じていることですが、朝活@富山は講師の方が素晴らしく、興味のあるテーマであるからはもちろんのこと、とても飾らず自然体で、細やかな気遣いをされる永吉さんだからこそ、永吉さんに会いたくて朝活に参加したくなるんですよね〜

そんな永吉さんファン30人の質問責めに、いつものように爽やかに丁寧に答える永吉さんにオーラを感じました。

「私の夢は、朝活を100歳まで続けること!!」そして、私のお葬式には全国から多くの方が来てくれて、私を偲んでいろんな話をしてくれたら嬉しいです。その様子を娘たちが見て、お父さんは人の役に立つ活動をしていたんだと思ってくれたらいいと思っています。」

人と人との交流を大切にされている永吉さんだからこそその言葉でした。永吉さんのあくなき向上心に、感動し元気をいただきました

今回は朝活かみいち主催のTさんにお会い出来ず残念でしたが、記念すべき回に参加出来て良かったです。ありがとうございました。

(2) Awa さん

5月以来久しぶりの朝活かみいちに参加してきました！ 進行役は・朝活@富山主宰・永吉隼人さん。朝活に対する思い。継続の秘訣。夢など・様々な思いを感じました。

僕が一番印象的だったのが。

「知らない人達に朝活という活動を知ってもらえたら」「行動→10人集めるよりは、10人に声をかける』たとえ一人でもそのヒトが朝活に関心もってもらえたら・・・それがきっかけで流れてきた出逢いを上手いかす。やはり・テクニック+流れ。そのバランスかなと感じた。

参加してくれる人達があつての朝活。これからもみんなでサポートしていきたいですね！ 愛のチカラを一つにして・・・

ありがとうございました！ \ (^-^)/

(3) Mur さん

今回は、翻活かみいち3周年記念で朝活@富山主催水曜の永吉さんがお話をされました。

朝活@雷山を主催した経緯や運営理念、続ける秘訣・コツ、夢など永吉さんの経験や実績に裏打ちされた思いをたくさん聞きました。

永吉さんは「1人でも参加してくれること」、「今日来てくれた人がもう一回来てくれること」が、継続するためのコツと言われていました。

わたしも永吉さんに背中を押してもらってゆるシエア餅食会@富山を主催しはじめたので、これらの言葉は、とても身にしみました。

参加した方が笑顔になり、「また、参加したい」と思ってもらえて、もう一度、参加してくれる。そういう会を継続するために、わたしができることは何かを考えて粛々と続けます。

今日の午後は第22回ゆるシエアお茶会@富山を開催します。今回も参加者の皆様に感謝しつつ、優雅なひと時を楽しんでいきます。

永吉さん、ご一緒していただいた皆様、ありがとうございました！！

4.3 三周年記念、ショートメッセージ

朝活かみいちの三周年に向けて送られてきたショートメッセージをご紹介します。

(1) Kur さん

三周年おめでとうございます。続いていることが一番の力ですね。人のつながりも続いていきますから、それが安心になっていきます。そこには誰かと必ず会えるのがいいですね。

(2) Kob さん

本日は朝活かみいち参加者の皆様ありがとうございました。また、スタッフ並びに永吉さんお疲れ様でした。大変有意義な時間を過ごせたと思います！

今後ともよろしく願いいたします。

(3) Nag さん

これからも、朝活仲間として、朝活かみいちが続いて行って欲しいです！

(4) Nar さん

朝活3周年おめでとうございます。聞き手が話し手に、話し手が聞き手に、役割がくるくる入れ替わる朝活の良さの特徴を、ぜひ大切にしたい。

朝活かみいち3周年の祝辞です。

(5) Tak さん、Yam さん、Takb さん

三周年おめでとうございます。

5. ここ一年間の朝活のかずかず

ここ一年の朝活を写真で振り返ります。すべて網羅できなかったことお断り申し上げます。

Tak 氏、トヤママラソンのTシャツで朝活クルージング



Ina 氏、整理や収納について熱く語る



Tog 氏、講義風



Yam 氏、熱く語る、情熱がほとばしり



Yas 氏、安心安全の卵について



Mas 氏、公民館を語る



And 氏 ブドウ農園を語る



Ito 氏、作品を前にしてデザインを語る



Kyu.

音楽療法として皆さんで楽器になるものを持参して音を鳴らして音楽を楽しんだ。



Wan 氏、さわやかな食の話で盛り上がる。



桜鑑賞と宴
大岩の夜桜、
夜の宴



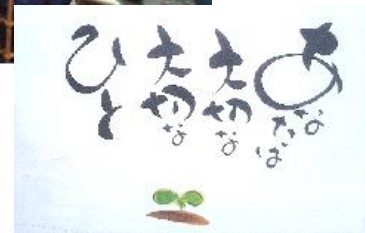
Mor 氏、
介護について、東京から駆けつけた方と語り合い



Nis 氏、
人生を語る、
絵文字で
人を元気に



Ait 氏、Mat 氏



Ait 氏、
認知症予防には



Hor 氏、ジャニーズの大ファン。ジャニヲタ！の様相



Mat 氏、
接遇は私の宝



エクササイズ、花の家に(アミおおかみこどもの雨と雪の舞台)



Yas 氏 ご朱印の魅力を説く説くと



MasK 氏、
福祉の基本
を語る



Mat 氏、コピーライターとして語る



Aok 氏、
フォトログ
の魅力
を語る



Hor 氏、
体は腸からとのこと、
血液などの健康の話



Taj 氏、幸せの 50
の条件。なるほど、
ウーン



Iha 氏、
ドローンを室内や野外で飛ばせて



Kan 氏、
仕事服に身を包んで
介護について説明



Sug 氏、
御墓参りの意味を
語る。折り紙では
ハスの花を作る



Take 氏、
手話の由来から
実践まで



Tan 氏、
自らの家
族につて
苦勞話を
交えて



Not 氏、
星占いの説明と
スマホでの実践



Takb 氏、うつにもいろいろあります



6. おわりに

早いもので、三周年。ここまできると朝活は習慣化してきています。第一と第三の木曜には体が自然と反応し、ってところですよ。これもまた、継続のなせる業なのでしょう。

それはともかく、いまや朝活文化を上市からも支えているといっても過言ではなくなっています。これからも朝活仲間とともに朝活を楽しんでいきたいと存じます。皆様、次年度もよろしく願いいたします。

なお、今回の記念会にはTさんが不在でしたので、11月のパーティーは春ごろに延期し、Tさんを交えて3.5周年パーティーで盛り上がればと思っております。

末筆ながら、これまでの進行役の皆さん、参加の皆さん、ありがとうございました。またM's cloudの薄田さん、ご協力に感謝申し上げます。

追記：掲載写真は朝活FBから抜粋し、また皆様からご提供をいただいたものです。ここに感謝申し上げます。