

# よつばの手紙

2025.3  
No. 32

## 女性の総合相談

DV、夫婦や親子の問題、生き方、人間関係に関する相談など

- 東京ウィメンズプラザ  
TEL 03-5467-2455 (一般相談)  
TEL 03-5467-1721 (DV専用)  
毎日9時-21時(年末年始は休み)
- 東京都女性相談支援センター多摩支所  
TEL 042-522-4232 月~金曜日9時-16時  
(土日祝・年末年始は休み)
- 青梅市役所  
TEL 0428-22-1111  
月~金曜日  
8時30分-17時(土日祝・年末年始は休み)

## 女性のためのカウンセリング「はればれ」

毎月 第1・第3金曜日(祝・年末年始は休み)  
①9:30 ②10:30 ③13:10 ④14:10  
各50分  
※青梅市市民安全課(TEL 0428-22-1111内線  
2325または直通電話0428-22-2816)で事前予  
約をお願いします。

## 男性のための悩み相談

- 東京ウィメンズプラザ  
TEL 03-3400-5313  
月・水・木曜日 17時-20時  
土曜日 14時-17時(祝・年末年始は休み)  
※男性相談専門の相談員が対応します  
※面談相談も可 上記電話にて予約をしてください

## Tokyo LGBT 相談

- 東京都性自認及び性的指向に関する専門電話相談  
TEL 050-3647-1448  
火・金曜日 18時-22時(祝・年末年始は休み)  
※性自認及び性的指向に関する様々な悩みや不安に  
ついて、ご本人又はご家族等からの相談を受け付け  
ています

## DVに関するLINE相談

- ささえるライン@東京  
毎日14時~20時  
(年末年始・7月第3日曜日は休み)

【利用方法↓】



## 生理用品の配布をしています

経済的な理由などで生理用品を十分に入手できない女性を支援するため、生理用品を配布しています。

### 配布場所

- 市民安全課(青梅市役所本庁舎3階)
- 地域福祉課(青梅市役所本庁舎1階)
- こども家庭センター  
(青梅市健康センター内)

### 配布方法

- ▶午前8時30分から午後5時まで
- ▶配布窓口に設置したカード、またはスマートフォンで  
カードのイラストを画面表示し、職員に提示してください
- ▶お問い合わせは青梅市 市民安全課(内線2325)まで



## 編集後記

記事を書いていくなかで、テーマである異世代・多世代の交流について改めて考える機会をいただいたように思います。取材に協力していただいたCOPAIN様、編集委員の方々に改めて感謝申し上げます。(星野)

取材を通し「おへんなし」という青梅弁を知りました。見返りを求めない親切が多世代を繋いでいく。おへんなしの心が誰もが行きやすい世界を作っていく鍵になるのではないかと思いました。(吉野)

青梅市内に他とつながる場所が多くあれば、その人にとつての「居場所」をより身近に感じてもらえるようになると、今回の取材を通して感じました。(土肥)

しあわせSUNひろばの取り組みは、誰もが自分の夢に向かってチャレンジできる場所なので、世代を問わず多くの人が関わることで、青梅の活性化につながると感じました。(三川)

人々の生きづらさや社会の課題に向き合う時、全ての世代に共通して感じたのは人との関わり大切さです。ITで便利になっても、世代のギャップがあっても、ひとつくめて対面することの価値を実感しました。(網野)

よつばの手紙は、「青梅市ジェンダー平等推進計画」にもとづき、ジェンダー平等参画の実現を目指し、編集委員と青梅市職員が協働で編集・発行しています。  
ぜひ、皆さんの意見・ご感想をお寄せください。

表紙はS&Dたまぐーセンター内にある交流の場です。  
(2024.11.8 たまぐーあそびばコーディネーター撮影)

青梅市ジェンダー平等情報紙 よつばの手紙 第32号

発行 | 2025(令和7)年3月 青梅市市民安全課

電話 | 0428-22-1111(内線2325)

編集 | 青梅市ジェンダー平等情報紙編集委員会

星野マヤ 吉野康子 土肥茉莉奈 三川みどり 網野絵美



よつばの手紙  
バックナンバーは  
こちら

無断転載を禁じます



## 多世代交流の場

### 特集「S & Dたまぐーの今」

行ってきました!

- ・こども未来コミュニティカフェ ちょこっと
- ・青梅の手づくりパン屋 COPAIN
- ・レンタルスペース しあわせSUNひろば SUNキッチン

市内企業レポート シネマネコ さんかく図書室 隣人のうたはうるさくて、ときどきやさしい



# コミュニティカフェ・ちょこっと ～ 多世代交流の居場所 ～



2024(令和6)年11月28日取材

青梅市新町にある特定非営利活動法人青梅こども未来の拠点にて、昨年2024年6月に始まった「コミュニティカフェ・ちょこっと」。

法人のビジョンである、「一人ひとりが安心して、心豊かに生きることができる社会」を目指す、0歳から100歳までの「居場所」です。うたい文句の通り、本やボードゲームや木のおもちゃなどがあり、Wi-Fiも完備。多世代の「居場所」となるように工夫しています。それらすべて利用でき、ちょっとした打

ち合わせや、おしゃべりをしながらコーヒーも飲みます。(コーヒーなどは有料で100円から150円)。昼時には、軽食も持込可能です。

また乳幼児親子向けの「みらくる広場」を併設し、乳幼児親子へ開放しています。遊びに来ていた乳児と母親、ちょこっとを利用する大人との間で話に花が咲き、笑顔があふれたりする場面は、まさに多世代交流の真髄といえるのではないのでしょうか。

## ▼コミュニティカフェ・ちょこっとの様子



写真提供：特定非営利活動法人青梅こども未来

ちょこっとでは、大人向けの「ちょこっとサロン」という「目玉企画があります。10時30分から13時までの開館時間内に、ちょこっと手作業・ちょこっと脳トレ・ちょこっとストレッチなどをする時間を30分間設けています。

「ちょこっとサロン」は、申込不要で好きな時に誰でも参加できます。(参加費100円から500円)。

2024年度は月1回の開催ですが、来年度以降はより多くの開催を目指しています。

コミュニティカフェ・ちょこっと 開催日時：毎月第4木曜日10:00～13:00

※予約不要・入館無料・年末年始は休館

◆乳幼児親子向けの「みらくる広場」も同時開催しています

NPO 法人青梅こども未来 ☎0428-78-0762

mirai.ibasho@kodomomirai-ome.com

青梅市新町5丁目32-15 シムラビル1階 コミュニティテラスみらい館 プラス



こども未来スタッフの  
皆さん



## 地元青梅から消えた映画館を復活させ笑顔届けたい

2024(令和6)年11月29日取材



## CINEMA NEKO

エンタメで人が集う空間創りをしている、株式会社チャスの菊池康弘代表に話をうかがいました。

シネマネコ  
CINEMA NEKO (西分町3丁目)

設立 2021年6月

従業員 10人

ホームページ

<https://cinema-neko.com/>



▲菊池康弘代表

写真提供：シネマネコ

経営してきました。飲食店でお客さまが「また青梅で映画が見たい」と話すのを聞きました。

これがきっかけで、どうかできないのか、映画館を復活させたい、エンターテインメントの力で地元を盛り上げたい、と思い映画館を創りました。

## 🎬 地域とのつながり

商店街のアートフェスティバルでの無料上映会や市内の小学校の社会科見学、卒業遠足の上映会など、地域と連携したイベントにも力を入れています。

今後は、青梅映画祭なども計画しているので、映画と文化の発信拠点として、地元青梅を盛り上げていきたいです。さらに、地域のコミュニティの場所として発展していけるようにしたいと思い、2025年からは、地域子どもたちの居場所づくりとして、子ども食堂の事業を実施する予定で準備しています。

## 🎬 木造建築の映画館

2021年6月、映画・エンターテインメントの文化的背景を持つ青梅市で、映画館事業を設立しました。

国の有形文化財である旧都立繊維試験場をリノベーションし(写真下)、東京で唯一の木造建築の映画館シネマネコをオープン。地域資源をリデザインし、青梅の文化的価値の再発見および地域活性を目指します。



## 🎬 映画館を復活させたきっかけ

青梅には50年前まで、3つの映画館がありました。(現在は全て閉館)。私は役者として活動し、地元青梅市に戻って飲食店を始め、現在まで3店舗を



★青梅中央図書館、青梅沢井図書館に所蔵しています。  
青梅中央図書館 ☎0428-22-6543、  
青梅沢井図書館 ☎0428-74-9026

# S&D たまぐーセンターの今



2019年に青梅市文化交流センターとして開設されたS&D たまぐーセンター。現在の様子をあそびばコーディネーターの須崎八州治さんにお話を伺いました。  
S&D たまぐーセンターは、市民の文化活動や地域交流の場所で、生活文化の向上と生涯学習の振興に貢献することを目的とした施設です。

取材日 2024(令和6)年11月8日  
取材場所 S&D たまぐーセンターカフェコーナー



## ■今では子どもたちも

S&D たまぐーセンター開設当初は、高齢者の集まりが多い印象でした。徐々に若者や学生、子どもたちが集まるようになりました。

多目的ホールでは、文化団体の発表や市民の企画した催しが行われ、多くの市民が集まる場となっています。研修室や文化活動室・防音設備のあるバンドルームはダンスや楽器の練習をする場として、アートルームや和室はさまざまな文化活動の場となっています。

また学校が終わった後に立ち寄り場所として、テラスや交流スペースでは、学生や子どもが勉強やおしゃべりする様子も見られます。

青梅大祭、青梅だるま市など、多くの人でにぎわうイベントの時には待ち合わせ場所として使われ、今では子どもから高齢者まで多くの世代の憩いの場、集いの場となっています。

## ■おへんなし※で多世代間交流

父親が子供会や少年野球の活動に熱心だったので、一人っ子でしたが友だちや年輩後輩がいる環境で育ちました。

その中では自分勝手や思い通りにいかないこと、チームの大切さをまなびました。

S&D たまぐーセンター内では、子どもの活動に大人が関わりを持つという姿がよく見られます。たとえば、バンドルームでロックの練習をしている小学生が、高校生や大人の経験者にギターやドラムを教えてもらうなどの交流がみられます。その仲介をするのも私の仕事です。

多世代が交流するのに必要なのはおへんなしの存在かもしれません。



「乳幼児連れでも利用できるカフェスペース」

写真撮影：  
たまぐーあそびばコーディネーター



「地元の子どもたちとの談笑タイム」

写真撮影：  
たまぐーあそびばコーディネーター

## ■あそびばコーディネーターとは？

S&D たまぐーセンターのコンセプトが、多世代の市民が集う「あそびば」です。「あそびば」は、人と人が一緒に歌い、演じ、踊り、身体を動かし、描き、つくり、感じ、考える表現と鑑賞と体験の「場」です。あそびばコーディネーターは、行政と利用者である市民の橋渡しをする役割も担っています。市民がやりたいことの手助けや、イベントの企画プロデュースをしています。

## ■やりがいは何ですか？

人を集める呼びかけの大変さと、市民が懸命に表現していることを、より多くの人に伝える難しさを感じています。S&D たまぐーセンターに来ると、新しい人やいろいろな表現を秘めている人に出会えることがとても楽しいです。やりがいは、人と人をつなげて新しいエネルギーのあるものをつくることかな。

## ■これからやっていきたいこと

たとえば、あそびばコーディネーターを各市民センターに配置し、それぞれの地域の文化を知る・伝える「あそびば」をたくさんつくることです。青梅をより住みやすい、よい文化の香るまちにしていきたいです。



須崎八州治さん

「やっちゃん!」と呼ばれ、子どもから高齢者まで多くの世代に慕われている須崎さん。まさに、おへんなしな人でした。

※おへんなし…青梅弁で、頼まれなくてもやってあげる人。見返りを期待しない思いやりを持つ人。

写真提供：たまぐーあそびばコーディネーター

行ってきました  
2

# 人と人、人と企業をつなぎたい！ / コパン COPAIN



店主 ふじしまりえこ  
藤島理恵子さん

## 東青梅駅南口の近くにあるベーカリー、コパン

2023年春にオープンしたCOPAINは、小麦粉、塩、酵母、水などのパン作りに必要な最低限の材料のみで作られているハード系のパンが多く売られています。最近のおすすめのパンは、ベーグルとナッツとホワイトチョコがゴロゴロたっぷりのナッツショコラです。

COPAINに来店する60~70パーセントのお客さんが高齢者です。店主の藤島理恵さんは、高齢のお客さんにできるだけ声かけをします。天気や体調などの話をしているうちに、「実はね…」とお客さんからいろいろな話を聞くこともあります。



ナッツショコラ

農家の若い人たちとも交流があり、店頭に出すパンの具材として野菜の仕入れなども行っています。若い農家の人たちを応援したいという気持ちからです。忙しく、簡単に食事を済ませてしまう人が多い。自分のためや家族のため、大切な人のために手をかけた食事をしてもらいたい。そんなお手伝いが出来ればと思っています。COPAINのビジョン「人と人、人と企業をつなぎたい!」を目指して様々な業種の人とコラボし、地場産業の野菜を使ったパンを提供していきたいと思っています。これからのCOPAINの幅広い交流に期待します。

2024(令和6)年11月14日取材写真撮影:編集委員



営業時間 【定休日:月・火】  
水木金 午前8時~17時  
土日祝 午前10時~16時  
住所 青梅市勝沼1-31-3森田ビル101  
電話 0428-78-4760



行ってきました  
3

誰もがチャレンジできる場所!

# しあわせSUNひろば

しあわせSUNひろばには、人と地域を照らす太陽みたいな場所という思いがあり、「美容室ひまわり」「たいよう整骨院」「キッチン付きレンタルスペース」の3つの店舗があります。



2024(令和6)年11月22日取材



▲キッチン付きレンタルスペース

写真提供:矢口陽子さん

## キッチン付きレンタルスペース

- 【利用内容】 イベント、個展、ワークショップ、ヨガ教室、ネイルサロン、飲食店、雑貨販売、食事会、講座、講習会、研修など
  - 【店内の広さ】 11坪
  - 【利用可能人数】 約11人
  - 【備品】 ダイニングテーブル椅子3、ベンチシート、テーブル2、椅子4、カウンター椅子3ガスコンロ2水道3か所、冷蔵庫3、冷凍庫2、ショーケース冷蔵庫1、オーブンレンジ2
  - 【料金】 1日(12時間)(お客様用駐車場1台含む)3,500円~レンタル利用者の駐車場代※別途500円
  - 【貸し出し物品】 会議テーブル、施術ベッド※別途1日1,000円
  - 【住所】 青梅市西分町2-63-11青梅駅から徒歩6分 住江町交差点近く
- ★日替わり営業店舗  
「エンジェルキッチン chihaya」「ななさんの店」「そよぎ」「ジャンナマート」ほか。  
詳しい情報はInstagramでご確認ください。

## 代表 矢口陽子さんにお話を伺いました

2022年に、築50年の空き店舗のある建物を購入し、「歴史あるこの場所を守り、地域を活性化してみんなの笑顔がみたい」という思いからオープンしました。

2024年7月からは、一部の店舗を「誰もがチャレンジできる場所」にするため、「キッチン付きレンタルスペース」にリニューアルしました。資格をとったり技術を学んだりしても、お店を持たず一歩を踏み出せない人たちに利用していただき、ここをスタート地点にしてもらいたい、という理由からです。

現在は日替わりで数店舗が営業中です。

皆さん初めてで「ドキドキする」と言いながらもうれしそうにチャレンジしています。



▲矢口陽子さん  
写真撮影:編集委員

Instagram



LINE



お問い合わせ ☎070-8484-6977  
Instagram : ome 333 sun  
LINE ID : @ 579 slfbx