

An aerial photograph showing a wide river, the Tsurumai River, flowing through a city. On the left bank, there is a large, historic stone building with a red-tiled roof, surrounded by a stone wall. To the right of the river, there are several modern high-rise apartment buildings and a large parking lot. The text "みんなのサードプレイス" is overlaid in large white characters, and "～灯守り倶楽部～" is overlaid in smaller white characters below it.

みんなのサードプレイス ～灯守り倶楽部～

Enjoy 武庫川！チーム

出てきたキーワード

- 仲間づくりがしたい、共有したい
- 憩いの場づくり
- 自己実現
- 体験したい
- おとなが楽しんでいる姿も子どもに見せたい
- 1/fゆらぎ、癒し

など・・・

私たちが目指すところ

この場所をみんなの「やりたい！」を実現できる場所
(=サードプレイス) にしたい！



2025年

まずは「自分たちがどうやったら^{enjoy}楽しめるか？」を全力で考える



それ以降

自分たちが楽しんでいる様子を見て、

「私も参加したい！」 「自分もやってみたい！」 と思う人を増やす！

みんなのサードプレイス コンセプト

武庫川で、様々なアクティビティを開催することで、武庫川を市民の新しい場所
「3rd place」としてもらい、武庫川の素晴らしさを体感してもらう！

宝塚市民の参加者や
チームの皆さんが
アクティビティを
通して、交流し、
新しい宝塚、武庫川
の発見をする！

交流

武庫川の雄大な
自然を感じて頂きながら
アクティビティを通して
癒しやリラックスな
感覚を体験して
頂ければと思います。

自然

宝塚の象徴であり、宝でもある「武庫川」を舞台として、
チームメンバー、参加者、市民の皆さんが、焚火や自分たちの心の灯をともし、
互いに憩い、交流できる場として、「みんなのサードプレイス」を創る事ができればと思います。

武庫川でできる
たくさんのアクティビティ！
まだ体験したことのない
焚火、ヨガ、川遊び、
シネマ・・・など
武庫川で体験しよう！

体験

参加者の皆さんが、
ワクワク！するような
体験と一緒に共有
できればと思います。

楽しさ

なぜ“焚き火（灯守り倶楽部）”なのか？

【焚き火の効果】

- 温もり、癒し ⇒ **心の安らぎ**
- 時間の共有、他愛もない会話 ⇒ **コミュニケーションの促進**
- 音や光のゆらぎによる魅了 ⇒ **一時の贅沢な時間の提供**
- 火遊び ⇒ **非日常的な体験**
- 周りに何もない静かな時間 ⇒ **忙しい日常からの解放**
- 暗闇に灯る明り ⇒ **目の前のことに集中できる**

など・・・

既存の実行委員会規約を活用

Let's むこき さん実行委員会（2023'同ワークショップにて立ち上げ）
規約抜粋

【目的】

本会は、宝塚市内中心部を流れる武庫川河川敷を市民が愛着を持って活用していくための有志による社会実験（焚き火やキャンプ）を通して、身近な場所での非日常的な自然体験を通して、連帯感を醸成し、環境への理解及び子ども達に生きる力を育み、あわせて地域の防災力やさまざまな世代の対話による新たなコミュニティへの参画・形成をめざす



目的の範囲内で活動を予定

An aerial photograph of a city featuring a river in the foreground. A long, narrow area along the riverbank, consisting of a dirt path and green grass, is outlined with a red line. Behind this area are several large, light-colored buildings with red-tiled roofs, a parking lot, and modern high-rise apartment buildings in the background. A white text box with Japanese text is overlaid on the left side of the image.

活動場所

(活動内容に応じて全部または一部使用予定)

河川敷で何か
やってみたい人



自己実現
コミュニティ形成



灯守り倶楽部 運営事務局



企画内容の確認・調整・サポート

確認

- 企画内容

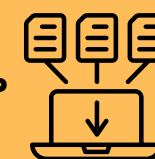
調整
サポート

- 必要な行政手続き
- 地元への広報
- 開催日時調整
- 参加者募集



実施企画の分析

- アンケート集計内容の分析
- Let's むこキャン開催に向けたアイデアやナレッジの蓄積・共有



① 企画提案・申込み

② 企画実施準備

③ 参加者アンケート

④ フィードバック

灯守り倶楽部
イベント開催

焚き火の場設営
+
企画実施



参加者は4~10人を想定
飛び入り参加OK

小さな成功体験

次回のLet's むこキャン開催 (11月予定)に向けたフォローアップ



3000

陣幕 (風防)・イルミネーション

駐輪場

5500

消火バケツ

難燃シート
(焚火台下)

活動広報
・許可書

活動イメージ

(活動内容に応じて柔軟に変更)

何をするのか（具体的な企画案）

4月

むこヨガ

武庫川の河原で、参加者がリラックスしてヨガを楽しんでもらう。
涼しい時間帯にヨガマット（持参か購入）を用意して実施。
開始前には、簡単な自己紹介やウォームアップを行い、参加者同士の交流を行う。
ヨガのセッションは、基本的なポーズから始め、自然の音をBGMにするなどして
自然と一体感を味わってもらおう。お茶などをを用意してリラックスしながら交流できるようにする。
場所：武庫川河川敷左岸予定 ホテル前の平らな場所
時間：朝と夕方の涼しい時間帯。1回10名程度～



担当リーダー（仮）：田中さん

5月

むこモルック

アウトドアクティビティでトレンドのモルック大会を武庫川で行う。
子供～大人まで楽しんでもらい交流を深めてもらう。
モルックセット（購入か持っている人に借りる）と得点板を用意し、ルール説明を行う。
チームにわかれて、ゲームを進行する。ピクニックのような食べ物や飲み物を用意し、
参加者がリラックスできるような環境を作って実施する。
場所：武庫川河川敷左岸予定 ホテル前の平たい場所
時間：午前と午後2回程度。1回10名程度～（チームでの参加も可能）



担当リーダー（仮）：竹内さん

6月

むこアウトドア
クッキング

参加者に自然の中で新鮮な空気を感じながらアウトドア料理を楽しんでもらう。
武庫川でもイベント時はアウトドア料理が楽しめることを知ってもらう。
焚火やグリルを使ってスモーク料理や串グリルなど、簡単な料理の材料を販売して、
自身で調理して頂く。アウトドア料理を通じて参加者同士の交流を深める。
場所：武庫川河川敷 左岸予定
時間：午後と夕方2回。1回10名程度～



担当リーダー（仮）：奥野さん、小幡さん

7月

むこフォーク
ダンス

武庫川の自然の中で、体を動かし、親睦を深めるために行う。
宝塚にちなんだ振り付けや曲を選び参加者みんなでフォークダンスを楽しむ。
初心者向けの簡単なステップも取り入れて参加しやすくする。講師やリーダーを選定して
参加者が楽しめるようにする。
場所：武庫川河川敷左岸 ホテル前の平らな場所
時間：午前の部、午後の部など2回。参加者：1回10名程度～



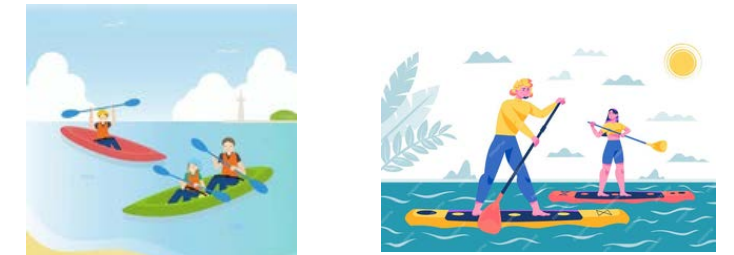
※月は、企画に合わせたイメージ月です。
開催月や内容はイメージですので、詳細は決定後皆さんで話し合い進めます。担当リーダーは発案者で、仮です。

何をするのか（具体的な企画案）

8月

むこ川遊び (カヌー、SUP)

武庫川の川での川遊びを体感してもらうために、カヌーやSUPで対岸に渡ってもらったり、一定の時間楽しんでもらったりする。
カヌーやSUPはレンタルか保持者に借りることを想定。
開催場所：武庫川（宝塚ホテル前と対岸付近）
開催時間：1人30分程度で回転式 参会者：1回3名程度～



担当リーダー（仮）：廣田さん

9月

むこ星空シネマ

焚火をしながら、ゆったりとした時間と星空の下で映画鑑賞を楽しんでもらう。
スクリーンやプロジェクターはレンタルか協力者に借りる想定。
事前説明や、事後の雑談などで交流を深めてもらう。
開催場所：武庫川 右岸か左岸どちらか
開催時間：17時頃～ 参加者：10～20名程度



担当リーダー（仮）：中尾さん

10月

むこコーヒー・ むこ野点（のだて）

焚火の火でアウトドアコーヒーを焙煎して、自然の中でコーヒーの香りを楽しむイベントです。自分だけの特別な一杯を作る素晴らしい機会です。
参加者が豆を選び、焙煎から抽出までの全工程を体験できます。自然の中でのコーヒー焙煎は、リフレッシュしたい時にぴったりのアクティビティです。
野点（のだて）のお茶会も同時開催予定です。
開催場所：武庫川左岸 ホテル前
開催時間：午後 各3回程度 1回5名程度～



担当リーダー（仮）：福岡さん

11月

むこキャン

昨年のまちづくりワークショップから発生した「ムコキャン」第2回が計画されています。
※以下は、前回の概要です。
「防災」「絆」「癒し」「居場所」をテーマに展開しています。
開催場所：武庫川左岸 ホテル前
開催時間：13時～様々なイベント 16時～焚火を囲んで雑談



展開例：むこ星空シネマ（案）



【所要時間】 2 時間程度

【参加人数】 10～20人程度

【準備物】

- ・ スクリーン
- ・ プロジェクタ（レンタル？）
- ・ スピーカー（レンタル？）
- ・ 発電機（レンタル？）
- ・ DVD
- ・ DVDプレイヤー
（パソコン）
- ・ 場合によっては椅子

【予算】 1～2 万円程度

イメージ

プログラム例（16時～19時の場合）

土日祝のいずれかの開催を想定

16:00～：簡単に自己紹介

16:05～：準備イメージ共有

16:10～：準備（焚き火台周り・椅子、机・陣幕・広報看板等）

16:30～：火起こし

16:40～：ルール、今日のプログラム説明

16:45～：改めてしっかり自己紹介（アイスブレイク）

17:00～：プログラムメイン企画

18:00～：雑談

18:30～：撤収準備

19:00～：撤収

※上記はメイン企画が1h程度想定のため、企画に応じて開催時間を調整する

要検討事項

- **ルール作り**
 - 勧誘・営業目的の活動はしない**
 - ほかの参加者の発言を否定しない**
 - 中止、延期判断基準 ほか**
- **広報**
 - 焚き火その他企画内容に対し、どの程度の事前広報や現地広報が必要か**
- **運営**
 - 必要な資機材などの整理**
- **各種許可申請**
- **備品の保管方法**
- **参加費の徴収方法、管理方法**

資金計画案

灯守り倶楽部

収入

- ・各回参加費集金
(参加費案 ¥1,000/1人＋各回開催に係る経費を割り勘)
- ・補助金申請 (可能なら)

支出

- ・薪
(約 ¥1,000 → どこか頼れるところあれば・・・)
- ・備品
(最初は私物 徐々に実行委員会所有物に更新予定)



参加費を収入として

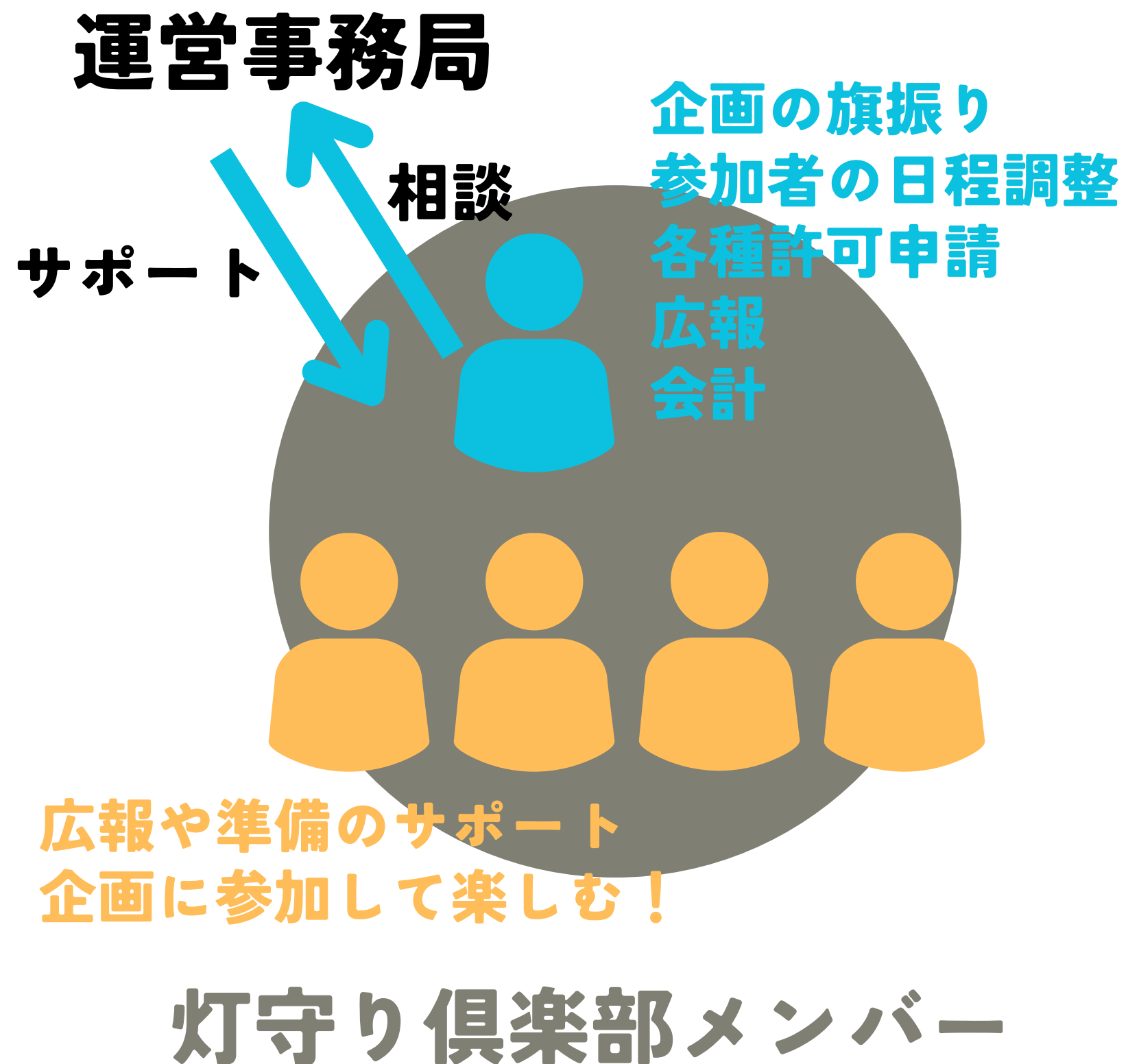


Let'sむこきゃん

支出

- イベント保険
(約 ¥10,000)
- 薪
(約 ¥10,000 → どこか頼れるところあれば・・・)
- マシュマロ、串
(約 ¥2,000)
- チラシ
(約 ¥10,000)
- 防災トイレ
(約 ¥5000 → どこか頼れるところあれば・・・)

役割分担



- ①企画を実施するメンバーが、企画の旗振り、参加者の日程調整、各種許可申請、広報、会計を事務局と相談しながら行う。
- ②わからないことや不安なことは事務局がサポートする。
- ③その他のメンバーは必要に応じて、広報や準備のサポート、企画に参加して楽しむ！

補足事項

- なぜ参加者を少なくするのか（3～20名程度）？

→活動のハードルを下げる（誰でも活動できるようにする）ため。
20名以内なら占有許可がいらないかも？

- なぜ各々の活動がバラバラなのか？みんなで一緒にやらないの？

→①それぞれのやりたいことを実現させるため。

我々はそれをサポート、応援するためのチーム。

→②リスク分散のため。

誰かの活動がダメになっても、誰かの活動はできる。

（ひとつのイベントにすると共倒れするリスクがある）

多様なプログラムがあると、自分の参加したいものが見つかる。

補足事項

- 焚き火は必ずないとダメなのか？

→焚き火は法律上クリアしないといけないハードルがある・・・
そのため、**最悪焚き火が無くても実現できるプログラム**にしている。

- 事務局運営は大変ではないのか？本当に実現できる？

→最初は大変だと思うが、軌道に乗れば負担が減っていくと思われる。
最初の方は市役所の方のお力も借りながら（行政手続きなど）、
実現させていきたい。

ご清聴ありがとうございました