



まち歩きガイドブック

地域を、歩いてみよう。



気仙沼市 担い手育成支援事業

はじめに

地域に「ないもの」に目を向けるのではなく、地域に「あるもの」を見つめなおす、まち歩き。地元の若者、市外から来た若者、地元の住民さんが一緒になって地域を歩き、普段は「あたりまえ」になっている地域の魅力を再確認し、掘り起こします。

気仙沼市では、熊本県水俣市の事例を参考にまち歩きを実施してきました。そして、気仙沼オリジナルのまち歩きのノウハウをこの本にまとめました。「もっと地域を知りたい」「地域の人とつながりたい」そんな想いを抱いている方は、この本を参考にしながら、ぜひ自分の地域を歩いてみましょう。

主催：気仙沼市

協力：まち歩きの流れ

2ヶ月前～

① 準備する

まち歩き実施に向けての準備をします。

P3

② 地域を歩く

まち歩き本番！地域を案内してくれる案内人と一緒に、班に分かれてゆっくり地域を歩き、「あるもの探し」をします。

P4

③ まとめる

地域を歩いて発見したものを、絵や図を使って、様々な方法でまとめます。

P5

茶会④ 発表する

発表会を開き、まち歩きの成果を地域の方に発表します。

P7

⑤ みんなで話す

発表会のあと、まとめたものを囲み、みんなで話し合います。

P7

⑥ 地域の方と共有する

まち歩きを通して見つけた地域資源を、より広く地域の方に共有します。

P8

当日のタイムライン(例)

参加者の状況・都合などを踏まえて設計しましょう。

1日目	歩く	2日目	まとめ・発表
8:30	集合・オリエンテーション	8:30	集合・準備!!
9:00	案内人と合流・出発	9:00	まとめ作業・発表準備
12:00	案内人と一緒に昼食	13:00	発表会準備
14:00	振り返り・まとめ作業!!	14:00	発表会
15:30	発見したものを全体に共有	15:00	参加者みんなで話し合い
16:00	解散	15:30	閉会

CONTENTS

はじめに	1
目次	
まち歩きの流れ	3
当日のタイムライン	9
まち歩きの手順	10
色々なまち歩き	11
参加者の声	12
おわりに	13
メモ	

準備するものは以下の通りです。完了したら✓を入れましょう。

- ☒ **実施日程の決定**：地域の行事なども踏まえ、参加者が参加しやすい日程を決めます。
 - ☒ 地域を歩く日 ☒ まとめ作業を行う日 ☒ 発表会を開く日
- ☒ **歩く地域の決定**：行政区単位を目安にまち歩きを行う地域を決めます。
- ☒ **場所の決定**：普段地域の方が集まる場所を活用して、作業を行う場所を決めます。
- ☒ **案内人依頼**：歩く当日、一緒に歩いて地域を案内してくれる方に声がけします。
 - *例えば、おもしろい漁師さん、元気なお母さんなど、3人程度を目安にお願いしましょう。
- ☒ **案内人と打ち合わせ**：案内人が確定したあとに、以下のことを相談します。
 - ☒ **歩くルートの決定**：班ごとに異なるルートを設定します。
 - *案内人の生活範囲や小さい頃の思い出の場所を、ルートに設定します。
 - ☒ **当日の流れを共有**
 - *可能であれば、案内人がお気に入りの場所で一緒に昼食をとりましょう。
- ☒ **参加者募集**：10名程度の参加を目安に、以下の人に声をかけます。
 - ☒ 地元出身の若者 ☒ 市外の若者（移住者、大学生など）
 - *地域の外からの視点での問いや驚きは、地域に「あるもの」を再認識する助けになります。
- ☒ **班分け**：1班に案内人1～2人、参加者3～4人を目安に班分けをします。
- ☒ **地域の方への周知**：地域住民にまち歩きの発表会の実施日を知らせます。
- ☒ **直前準備**：当日の運営に関わる準備をします。
 - ☒ 参加者に当日の連絡（集合時間、持ち物、歩きやすい服装・靴など）
 - ☒ 備品準備：以下の備品リストに記載してあるものを用意します。

	物 品	個 数	使い方・ポイント	参加者の持ち物
歩くとき	しおり	参加人数分	タイムスケジュール、班のメンバーなど記載	筆記用具
	歩く地域の地図	各班1～2枚	発見したものをメモする	メモ帳
	バイNDER	各班1～2枚	地図を挟む	飲み物
	カメラ	各班1台	発見したものを記録する	昼食
まとめるとき	救急セット	各班1セット	持ち運び、ケガをした際の応急処置をする	
	付箋	各班1～2束	見つけたものを記入し振返りをする	
	カラー水性ペン	各班1箱	文字、絵を描いてまとめる	
	絵の具セット	1セット	絵地図を書く際に使う	
	模造紙	2～3枚	貼り合わせて地域の絵地図を描く	
	ガムテープ	1～2個	模造紙を貼り合わせる	
	パソコン	各班1台	地域資源カードに使う写真を取り込む	
	プリンタ	1台	地域資源カードを印刷する	
	A4用紙	各班30枚程度	地域資源カードの印刷に使う	
	画用紙	各班5枚程度	地域資源シートの作成に使う	

まち歩き本番！些細なことにも目を向け、ゆっくり歩きましょう。



- ① 参加者は、しおりをもとにまち歩きの流れを確認します。
- ② 班ごとに作戦会議をし、以下のことを確認します。
 - ・一緒に歩く班のメンバー
 - ・歩くルート
 - ・役割分担（カメラ係・地図係を1名ずつ決める）



- ① 案内人と合流し、参加者と互いに自己紹介を行います。
- ② 班ごとに出発します。

POINT



歩くときの役割

- ・カメラ係：小さな気づきも写真に撮り、記録します。
- ・地図係：歩いたルート、発見したものと場所を地図に記録します。（P13のメモ欄を参照。）
- ・メモは各自がしっかりとります。

歩くときのポイント

- ・「ここには何も無い」と思わないことです！ ゆっくり歩き、地域に何があるかを探しましょう。
- ・どんな小さなことにも驚き、疑問を案内人に投げかけましょう。
- ・物だけではなく、地域の暮らしや住んでいる人にも目を向け、積極的に話を聞きましょう。



例えばこんなところに注目！

- ・花／食べ物／古い建物／子どもの頃の遊び／昔はどんな風景だったか など
- ・地域の人のライフストーリー（P14のメモ欄を参照。）

歩きながら書いたメモを参考に地域を歩いて発見したもの、聞いた話をまとめます。

1 情報を整理する

班ごとに、発見したものをキーワードで付箋に書き出して整理します。

2 まとめる

以下の方法でまとめます。

地域資源カード

見つけた地域資源 1 つ 1 つの詳しい説明や、参加者の感想をまとめたものです。

地域資源シート

見つけた地域資源を行事や食生活などのテーマでまとめたものです。

絵地図

地域資源がある場所や地域全体の特徴を地図上にまとめたものです。

地域資源カード (例)

班ごとに作成します。まずはパソコンで、地域資源の写真をフォーマットに挿入します。その後 A4 用紙で印刷し、地域資源の説明や感想を手書きで記入します。
※フォーマットは裏表紙記載の web サイトからダウンロードできます。

見つけた地域資源のタイトルや、班の名前、実施日を記入します。

からくわ資源カード〜 小幡1区〜

タイトル 大明神様 (おざり様) 班名 大明神班 2013 年 8 月 22 日 No. 6



写真やイラストを入れます。

地域資源についての説明を記入します。なるべく案内人が喋った言葉や方言などをそのまま記入します。

説明 (聞いた言葉をそのまま) 白根周辺の おざり様。その集落の各家々のうざり様が集まっている。今は数軒分しかないが、昔は、10軒以上のうざり様が並んでいた。(今は、みんな各家にもう一つずつある。) 白根の庄屋には、各家で神棚もつた。おざり様とうざり様もつてきて並べてある。これは「おざり」(橋)と「うざり」(おざり)と「おざり」と言う。

発見した地域資源についての感想や気づきを記入します。

地域資源シート (例)

班ごとに作成します。テーマでまとめることが出来るような地域資源を選び、画用紙に写真や絵を入れてまとめます。



イラストを描きます。

文字は大きく書きます。

まち歩きで撮影した写真を貼り付けます。

絵地図 (例)

全員で作成します。模造紙を 2 枚貼り合わせて地域の地図を描き、地域資源を見つけた場所が分かるように絵を描いてまとめます。



タイトルは歩いた地域を大きく記入します。

地域資源があった場所を、イラストで描きます。

案内人の名前を記載します。

川や海は色を変えて描きます。

地図を見ながら小道も記入し、家も全て描きます。

スペースが余った時は、地域資源の詳しい説明や、地域全体の特徴などを記入します。

文字は大きく書きます。

HOW TO WALK 発表する

地域の住民のみなさんに会場に来ていただきます。
班ごとに、絵地図などのまとめたものを使って、
まち歩きを通して発見した「地域にあるもの」を発表します。

発表会
の流れ
STEP

- ・発表準備 発表時間は1班10分を目安に、誰が何を発表するか担当を決めるなど、各班で発表準備を行います。
- ・会場設営 絵地図は黒板や壁などに貼り、全ての班が発表で使えるようにします。
- ・発表会本番
 - ① 絵地図を使い、歩いたルートや途中で見つけたものを、地域資源カードや地域資源シートで詳しく説明します。
 - ② 発表が終わるごとに、住民さんからの質問や意見タイムを設けます。



HOW TO WALK みんなで話す

発表会のあとは、絵地図などのまとめたものを見ながら、
地域の住民のみなさんと一緒に話し合います。
まち歩きで得られなかった情報や、補足、修正があれば、まとめたものに付け足します。



例えば
こんな情報
が出ます！

- ・地域資源のより詳細な情報
- ・昔の地域の様子
- ・家の屋号
- ・書ききれなかった建物
- ・土地の特徴

HOW TO WALK 地域の方と共有する

まち歩きを通して発見した地域資源を、より広く地域の方に知ってもらうために共有します。

共有
までの
ステップ
STEP

- ① まとめたものを確認する
まとめたもの（地域資源カード、地域資源シート、絵地図）の内容に誤りがないか、案内人と再確認します。
- ② 地域資源ブックを作成する
確認が終わったら、それらをA3サイズの冊子「地域資源ブック」としてまとめます。
- ③ 地域の方と共有する
地域資源ブックを全戸に配布します。または、集会所や公民館に置きます。

地域資源ブックの作り方

地域資源ブックは基本的にパソコンを使って作ります。絵地図や地域資源シートは写真に撮りデータ化して取り込み、地域資源カードは文字起こしをしてデータでまとめます。下記の①～⑥を作り、A3サイズの用紙にカラー印刷をし、ホチキス止めをして完成です。

① 表紙



絵地図の写真を使います。この時、実施地域が分かるように撮影します。

② 概要



地域資源ブックの目次、まち歩き概要（実施日、歩いた地域、当日の流れなど）を記載します。

③ 班メンバーの紹介



メンバーの顔が分かる写真を入れ、班ごとに案内人と参加者を記載します。

④ 絵地図



絵地図全体の写真を挿入します。

⑤ 地域資源リスト



地域資源カードの内容を、説明と感想の部分に分けて文字起こしし、写真を挿入してまとめます。

⑥ 地域資源シート



地域資源シートの写真を挿入します。

色々なまち歩き

これまで紹介したまち歩き以外にも様々なまち歩きの方法があります。

!!「戦争」をテーマにまち歩き

戦後 70 年の節目に、気仙沼市立唐桑中学校の生徒が住民さんから話を聞いたり、ヒントをもったりしながら戦争の遺構を探し、探検型のまち歩きを実施しました。



タイムライン

- 7:30 スタッフ集合、事前打ち合わせ
- 8:30 参加者集合
オリエンテーション
- 8:45 まち歩き開始
自由散策し、戦争の遺構を探した。
- 10:20 集合&案内人と合流
地域にある防空壕へ行き、案内人から話を伺った。
- 12:15 昼休憩
- 12:45 別の地区へ移動
- 13:00 まち歩き開始
午前中同様、戦争の遺構を探した。
- 14:00 防空壕を所有している民家に集合
戦争や防空壕について話を伺った。
- 16:00 解散

!!「地域を知る」ためのまち歩き

地域活性化プランを考える実践塾「ぬま大学 イントロダクション～地域と自分を知ろう～」の講義の中で、まち歩きを行いました。
地域を知る第一歩として、本吉町前浜地区を歩きました。

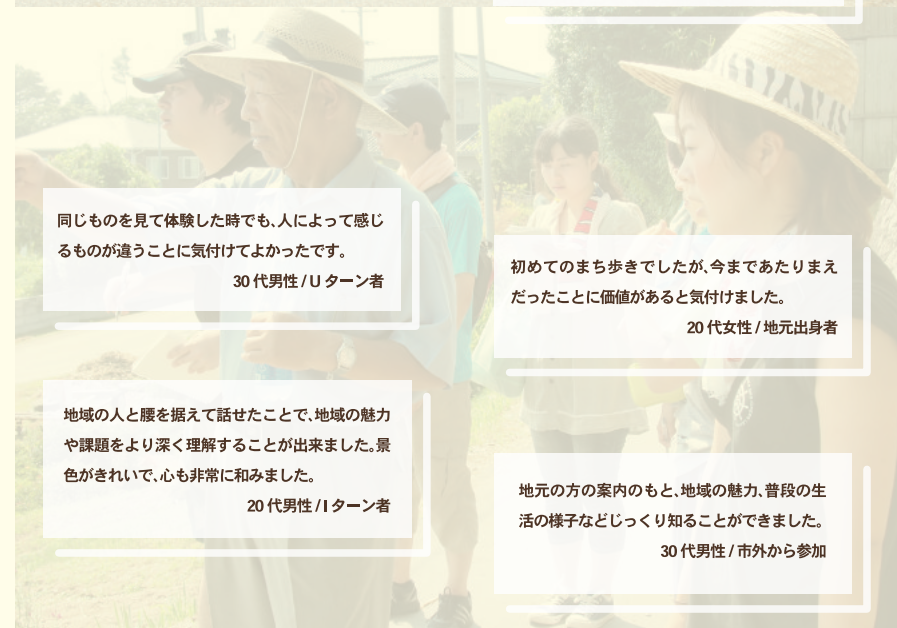
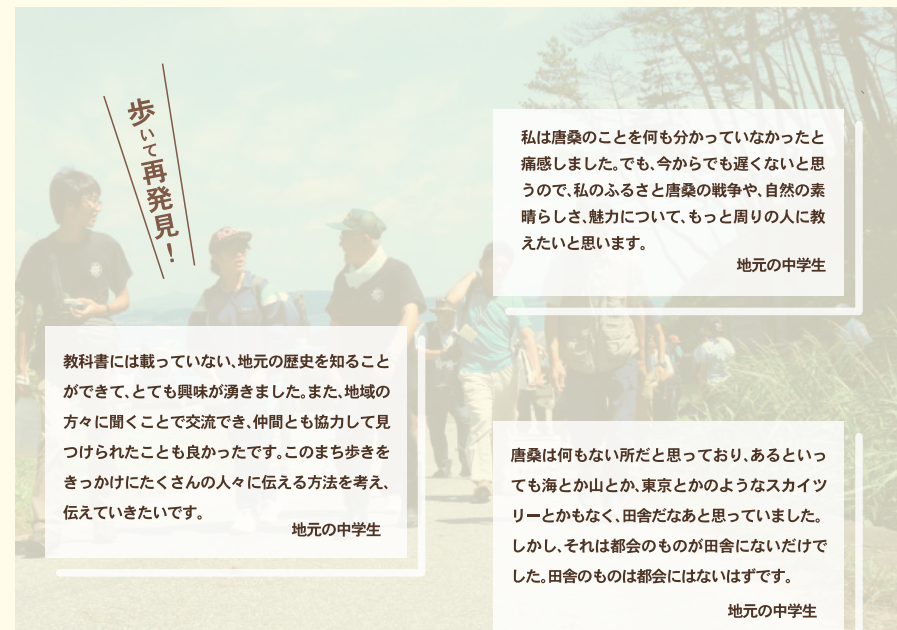


タイムライン

- 7:30 スタッフ集合、事前打ち合わせ
- 8:30 参加者集合
オリエンテーション
- 9:00 案内人集合
まち歩き開始
「漁業」「コミュニティ」
「子ども・教育」をテーマに案内人から話を伺った。
- 11:30 昼休憩
- 12:40 まとめ作業開始
各班で、歩いて発見した、「地域の魅力」「地域の課題」「その他の気づき」を付箋に書き出し模造紙にまとめた。
- 13:40 発表
- 14:00 解散

参加者の声

まち歩きに参加した、参加者の声をあつめました。



おわりに

地域を元気にする秘訣は、“あるもの”と“あるもの”の組み合わせ

元気な地域とは、外にあるものを持ってきて頼るのではなく、自分たちで地域資源を活かして、新しいものを生み出している地域のことです。その新しいものを生み出すヒントが、“あるもの”と“あるもの”の組み合わせです。地域にあるものや余っているものを磨き、組み合わせる事で、新しいものを生み出し、地域を元気にするために活かしていく。その繰り返しが、元気な地域を生み出します。

「知ること」が、一番大切な一歩

“あるもの”と“あるもの”の組み合わせ、その一番大切な第一歩が、「地域を知ること」です。「知る」ということは、簡単なようで実はとても難しいことです。身の周りをちょっと見渡すだけで、知っているつもりになっていること、わかっているつもりになっていることが、とても多いことに気がつきます。それは地域も同じです。まち歩きを通して、地域に眠る“あるもの”を見つけ、地域を元気にするヒントを探してみてください。





歩いている途中で見つけたものを書き込みます。

--



地域の人から聞いたライフストーリーを書き込みます。

家族の様子	時間軸 幼・小・中・高・…	自身の思い



気仙沼市 担い手育成支援事業

担い手育成支援事業では、
気仙沼に住む 10 ～ 30 代の若者を対象に、
「気仙沼の地域や人を知りたい」
「同世代とまちについて話してみたい」
「気仙沼で何か自分でやってみたい」
という気持ちを応援し、形にするプログラムを行っています。



／ まち歩きの方法ご案内します ／

お気軽にお問い合わせください。

気仙沼市 震災復興・企画部 地域づくり推進課

住所：〒988-8501 宮城県気仙沼市八日町一丁目 1 番 1 号

Tel：(0226)22-6600

E-mail：info@numa-ninaite.com

<http://numa-ninaite.com/>

Web 上に、地域資源カードのフォーマットや、
過去のまち歩きのまとめを掲載しています。

気仙沼 担い手

検索 🔍