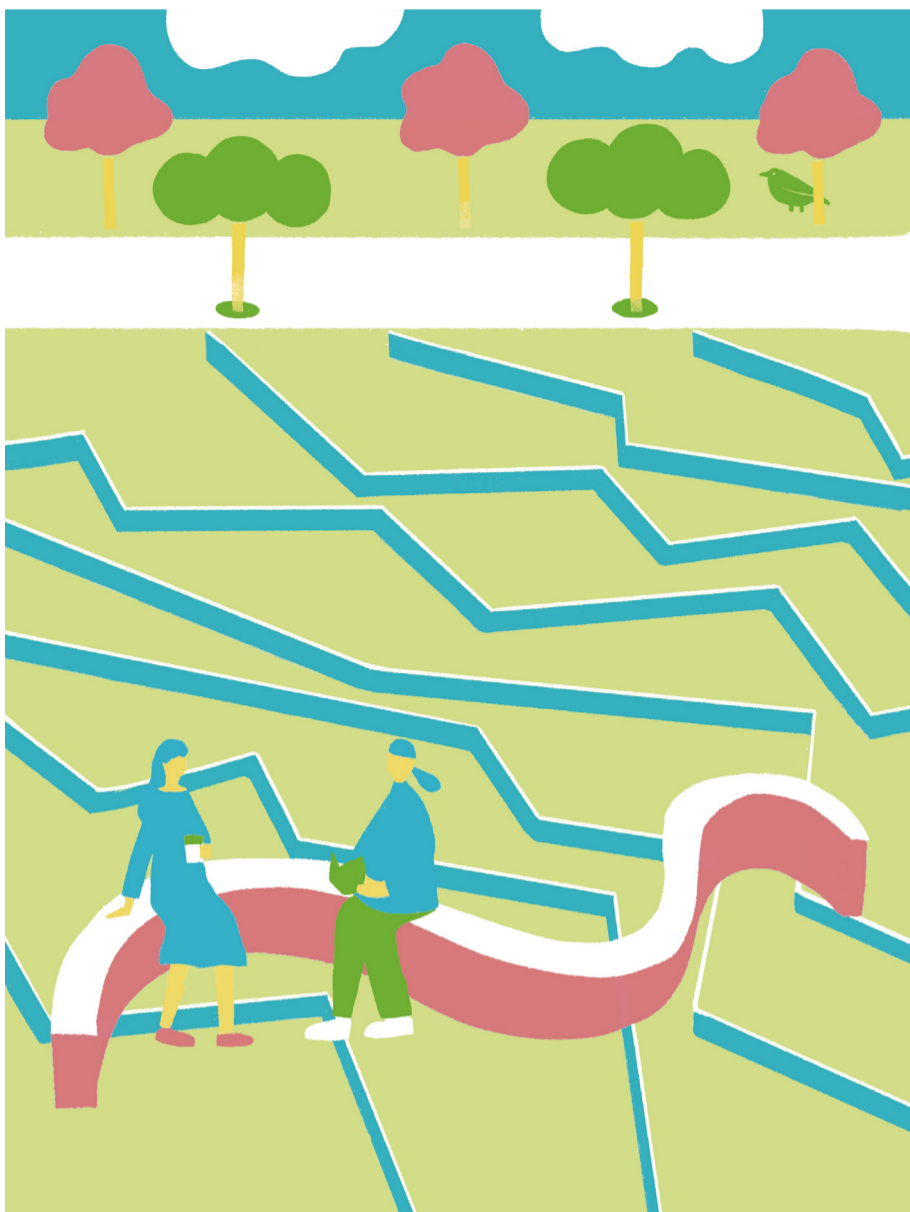


東ZINE



COVER



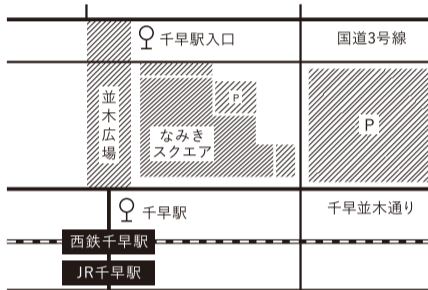
広々とした棚田状の芝生をはじめ、緑豊かな九州産業大学の庭園。学生だけでなく、地域にも開かれた憩いの場となっている。

なみきスクエア

なみきスクエアクラブの活動拠点、なみきスクエアは、東市民センター、千早音楽・演劇練習場、東図書館、証明サービスコーナーなどの機能を持つ複合施設です。

ACCESS

〒813-0044 福岡市東区千早4丁目21番45号
JR鹿兒島本線「千早駅」下車 西口より徒歩約1分
西鉄貝塚線「千早駅」下車 西口より徒歩約1分



東ZINE vol.11 2026年3月20日発行 発行：なみきスクエアCLUB TEL 090-7458-3470 HP <https://www.namiki-sq.jp>

松香台校区 九州産業大学「地域共創ゼミナール」

九州産業大学の教授・山下永子さんが指導に当たる「地域共創ゼミナール」。学生による地域づくりの入門編ともいえる授業であり、自分たちのまちをより良くしていくのは、住民一人ひとりの考える力だと気づかせてくれます。

聞き手：重村直美



九州産業大学
地域共創学部
地域づくり学科
教授



山下 永子さん

福岡県久留米市出身。熊本大学文学部地域科学科卒、熊本大学大学院社会文化科学研究科公共社会政策学専攻修士後期課程修了、(博士：公共政策学)、オーストラリア私立ボンド大学大学院 BBTグローバルリーダーシップMBAプログラム修了(MBA)。様々な企業で都市開発や地域づくりに携わった経験を活かし2015年4月に九州産業大学准教授、2020年4月教授に就任。

地域づくりに携わる若者を育てる

学生時代はバブルの真っ只中。変わりゆく福岡のエネルギーを間近に感じながら都市社会学を専門に学びました。1990年代の後半にマーケティングリサーチの仕事に就き、アイランドシティや香椎パークポートの地域開発の調査を行ったのが、東区を知る第一歩でした。現在、九州産業大学の地域共創学部地域づくり学科で、地域づくりに関する企画・マネジメント業務を担える人材の育成に携わっています。

「地域共創ゼミナール」の目的

「地域共創ゼミナール」は、2年次の学生が受講する授業。ガーデンズ千早との協働の一環として、学生たちが地域交流のためのイベントを提案しています。この授業ではまず、一人ひとりの学生が、ちはや公園の周辺を歩いてまちの課題を発見し、課題を書き込んだ地図を作成。この地図をベースに課題を解決するためのイベントを考え、



住民の方々にプレゼンテーションをします。千早に面白い交流が生まれるように、住民の皆さんから「いいヒントになったね」と共感していただけるように、学生たちは私にゲキを飛ばされながら、約3カ月をかけて試行錯誤を重ねています。

マーケティング思考という考え方

私の授業に欠かせない要素のひとつに、マーケティング思考があります。マーケティング思考とは、世の中に新しい商品や価値、仕組みを提案する際に、より効果的なアプローチ方法を戦略的に構築していく手法。市場は何を求めているのか、



自分の強みは何か、ターゲットをどこに絞るか……あらゆる角度から調査や分析を重ね、想像力をフル回転させてターゲットの共感を得るためのプランを練っていきます。自分だけの価値観にとらわれていては、マーケティングは成り立ちません。自分とは異なる価値観を持つ他者の声に耳を傾け、課題を解決するために考え続ける。想像力と根気が求められる学問です。

考えることを放棄しない

専門的に学んでいなくても、私たちは日頃から無意識のうちにマーケティングをしています。たとえば、就活や婚活。自分の個性や嗜好を強みにして、相手の共感を得るにはどうすればいいか、ものすごく考えて行動しますよね。マーケティング思考は現代を生き抜くための術でもあるんです。

今、分からないことはインターネットですぐ調べられるし、面倒な仕事はAIが解決してくれる時代です。でも、考えることを放棄しないでほしい。マーケティング思考に最適解はあっても、正解はありません。たとえ思い通りの結果が出ないとしても、あなたが考えたことそのものに価値があるんです。

自分たちが課題を見つけていくことが、自分たちのまちの成熟につながります。

「くまもん人気をマーケティングの視点で科学することもあります」と山下先生。研究に携った2ショット、カワイイ!



東区で暮らふ

海辺の町にある、築100年の元時計店を改装した喫茶店/書店。自家焙煎コーヒー豆を丁寧にハンドドリップした一杯と「ずっと大切にしたい一冊」をテーマにセレクトした本がお楽しみいただけます。



「いつだって、
コーヒーが救ってくれる」



いつだって、コーヒーが救ってくれる。
頑張るとき、眠たいとき、だれかと話すとき、あるいは、ただ飲みたいとき。
飲むまえのぐちゃぐちゃな自分を、あたたかくむかえてくれる。
それは、さながら親友のようだ。

日本では育てることがむずかしいコーヒー。
遠い異国で生まれ、言語や文化を超え、
長い船旅を経て運ばれてきたコーヒーの生豆が、
焙煎士それぞれの哲学により焼かれて、私たちのもとに届く。



楽しみかたは様々だ。

ひとりで飲んでもいいし、みんなと飲んでもいい。
香りや味の違いを感じるだけでは終わらずに、物語で捉えるのもいい。
静かにひとのこころを繋ぎたいときに、そっとそばに潜ませるのも素敵だと思う。
美味しくなって、美味しくなくなって、遠い未来で話のタネになることもある。

そのコーヒーは、間違いなく多様性が創り出したものだ。
ひとつも同じものではなく、私たちはそのあたたかさに救われている。

多様性から生まれた、コーヒーという親友とのよき思い出が、
みなさんにもたくさんできますように。



みんなでひとつの
ドラマをつくらう!

遊びと学びの
コミュニティスクール

こどもたちの生きる力を育て



ワークショップ「世界とツナガル」より



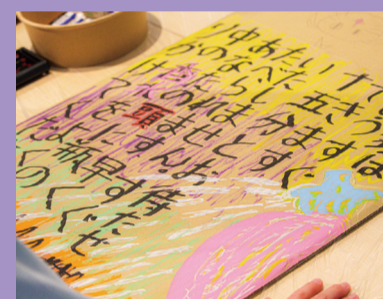
身体で表現する、舞台芸術の世界

なみきスクエアを拠点に活動する「遊びと学びのコミュニティスクール」では、小学生から中学生までのこどもたちが、舞台芸術に関連したさまざまな演劇的体験を取り入れたプログラムを中心に、年間を通して多様な活動に取り組んでいます。

今年の活動テーマは「ツナガル」。そこには、過去と現在、そして未来を結び思いが込められています。
今年、私たちがこうして平和な日々を生きていられるのは、一つひとつの命が繋がっている、受け継がれてきた奇跡の証です。
これからの時代を生きていくこともたが、より幸せに暮らしていけるように。
「人と人とのつながりの力」を次の世代へ伝えていきたいという願いを込めて、「自分」「仲間」「地域」、そして「世界」や「宇宙」とのつながりを感じる、さまざまなワークショップを重ねてきました。
3月29日(日)には、宮沢賢治の作品「注文の多い料理店」の物語世界を舞台にした演劇パフォーマンスを発表します。舞台で使う小道具や美術



本番に向けて、小道具や舞台セットを制作中。



セットは、こどもたちと保護者が協力して制作しました。こどもたちの想像力とチームワークが生まれた舞台です。みなさん、ぜひ観にきてください。

なみきスクエアCLUB

なみきスクエアCLUBは、自分の好きなことや得意なことをかけ合わせながら、
みんなのアイデアを形にしていく創造的な活動です。
「アートイベント」「遊びと学び」「ひろばづくり」の4つのテーマで活動しています。

いっしょによりみち およこカフェ

なみきスクエアでは、小さなお子さまと一緒に、
親子でゆっくり過ごせる「およこカフェ」を開催
しています。夏は冷たい、冬は温かいお飲み物
をご用意。親子で楽しめるあそびや、簡単なもの
づくり体験もあります。
育児のお話をしながら、ほっとひと息つけるカ
フェタイムを過ごしませんか。パパもママも、あ
かちゃんも。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

information

【時間】11:00~15:00 【参加費】無料
【会場】ひまわりひろば会議室1・ひまわりひろば多目的スペース
5/28(木)、7/5(日)、9/15(火)、11/2(月)、
2027/1/26(火)、3/6(土)
【対象】0~3才までのおこさまと保護者
【お問合せ】090-7458-3470 namikisquareclub@gmail.com



交流を育む「地域の畑づくり」

なみきコミュニティガーデン部

『コミュニティガーデン』とは、私たち地域住民が主となり、公園や空き地などの共有スペースで野菜と一緒に育て、管理しながら交流を育む「地域の畑づくり」のこと。地域みんなで野菜を育てて、調理して、一緒に食べる&時間や場を共にする。余った端材や食べ残しは、コンポストで肥料にして、また土に還す。なみきスクエアでも、なみきらしいコミュニティガーデンを考え、実践する場を作っていきたい。みんなで、ご近所付き合いのある食と農活動を始めませんか?



information

【日程】5/9(土)、7/5(日)、9/13(日)、10/11(日) 【参加費】無料
【会場】ひまわりひろば会議室1・ひまわりひろば多目的スペース、第2実習室 【対象】一般 ※おこさま連れの参加も大歓迎です。
【お問合せ】090-7458-3470 namikisquareclub@gmail.com
※日程は予定のため、変更になる場合もあります。日程・時間の詳細は、今後なみきスクエアのWEBサイトでお知らせします。ご確認ください。

<https://www.namiki-sq.jp>

東区で食べる

東区で食べるパッタイ

料理研究家の宮村ゆかりさんがおすすめするレシピと東区の食のこぼれ話をご紹介します。

料理家
宮村ゆかりさん



千早を拠点にスパイス料理やローフードの料理教室「ミヤムの恋する cooking」を主宰。栄養士として栄養指導、レシピ開発、ケータリングなど料理家として活動中。



Recipe Vol.11

「パッタイ」

- | | |
|--|---|
| <p>材料/2人分</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ビーフン…120g程 ○海老…6尾 ○玉ねぎ…1/4個(薄切り) ○絞豆腐…1/4丁(1cm角カット) ○卵…2個 ○あみえび…大さじ2 ○もやし…ひとつかみ ○ニラ…1/2束(4~5センチ幅カット) ○油…大さじ3 | <p>合わせダレ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○黒砂糖(又はキビ砂糖)…大さじ2 ○醤油…大さじ1 ○オイスターソース…大さじ1 ○りんご酢(又は穀物酢)…大さじ1.5~2 ○水…100ml <p>付け合わせ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○柑橘 ○砕いたピーナッツ ○粗挽き唐辛子 ○生のニラやレタス |
|--|---|

「パッタイとの出会い」

タイ料理の中で、私がとりわけ好きなのがパッタイだ。
エスニック料理が外食でも食べられるようになった子どもの頃、タイ料理レストランで食べた甘酸っぱいたれに絡んだ米麺。日本の焼きそばとも違う、あの独特の味わい。家でも食べたくて、料理本を見て何度も作ってはみるが、どうしてもあの味にはならなかった。
今年、遂に念願がなって、パッタイを学びにタイへ向かった。到着してすぐに屋台へ。鉄板の上で麺を返す音。立ち上る甘酸っぱい香り。一口食べると、甘辛さと酸味、豆腐やピーナッツの食感が重なり、「これこれ」と思わず頷いた。あの一皿で一気にはパッタイを感じた。
滞在中、食堂のシェフに教わることができた。米麺はよく水に浸して戻し、茹でずにそのまま炒める。そうすることで味が入り、べたつかず、歯切れのよい食感になるという。料理本ではわからないコツや食材の扱い方など教わって、現地の味は、やはり現地ですべての食材が揃う。実はパッタイは昔からタイで食べられている伝統的な料理というよりも、比較的新しい料理だ。中国系移民がもたらした炒め麺の文化にタイの味を重ね、国づくりの時代に広まったと言われている。
甘くて酸っぱくて、少し香ばしい。一皿のパッタイの向こうにはその国が歩んできた時間が溶け込んでいる。

作り方

- 下準備: ビーフンはたっぷりの水に1時間以上浸す。冷蔵庫で一晩浸しておいてもよい。
海老は殻をむき、背ワタを取り、さっと下茹でしておく。
- ①フライパンに油を熱し、玉ねぎを炒める。
 - ②ぶちが色づいてきたら、豆腐を加えて炒め、中央に卵を割り入れ、ほぐしながら炒め合わせる。
 - ③ビーフンを水から引きあげて、2に加えて炒め合わせる。(戻りが弱い時はさっとお湯で茹でる、又は炒めながら水を加えて柔らかさを調整する)
 - ④味を見ながら合わせダレを回しかけ、炒める。
 - ⑤あみえびを加えて全体を混ぜる。好んで酢、醤油で味を調える。
 - ⑥海老、にら、もやしを加えてさっといためて完成。
 - ⑦皿に盛り付け、付け合わせを添えて完成。

ワンポイント

ビーフンはセンレックという中細麺、砂糖をココナッツシュガー、醤油をタイの醤油シーユカオやシーズニングソース、酢の代わりにタマリンドを使うとより本格的になります。