

# NPO 法人 共に歩む市民の会

## 会 報

2006年3月31日発行

共に歩む市民の会広報委員会

通巻 第16号

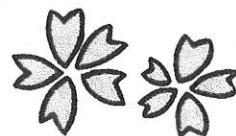
☎241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰2-1-16

☎045-953-6727



### ほっとぽっと 一周年を迎えて



ほっとぽっと前の公園の桜が満開です。昨年よりちょっと開花が早いでしょうか。会員の皆様の応援で一周年を迎えることが出来ました。感謝申し上げます。

昨年の2月、開所式をどう迎えようかと、ほっとぽっとが出来た経過を皆さんに知って欲しくて、パワーポイントや説明文づくり、そして予行演習など、昨日のことのようにまた遠い過去のことのように思い出されます。

横浜市で生活支援拠点第一号として、手本とするところはなく「たまり場」での活動を基に利用者や地域、関係者、職員が共に手探りで頑張ってきた一年だったように思います。

「ほっとぽっと」のこの一年の振り返って思うことは、当事者の人たちに支えられ、元気付けられてきたように思います。

その一つは、昨年の7月から窓口受付対応をメンバーで始めました。「ほっとぽっと」の利用者の反響は「いらっしゃいませ」「こんにちは」という元気な声かけが「ここに来てよかったです」「受け容れられている」と言う安心感を得ている。また「今日は、誰が窓口にいるのか楽しみ」「窓口でおしゃべりができる」など評判が良いようです。

また、生活サポート活動（仲間同士の支えあい）は、「旭ぴあくらぶ」（当事者の会）を中心にながら、仲間の支援によって生活の幅を広げる活動ですが、支え手として関わってきたメンバーが、実は関わることによってむしろ「支

えられていたんだ」という感想を述べています。このような体験の積み重ねと、自らの体験を伝え合うことによって、ピア活動が、お互いのエネルギーを生み出す活動となると期待しています。

最近「海辺のレッスン—92歳の彼女がくれたもの」（ジョージ・アンダーソン著、2005年、ソフトバンクパブリッシング株式会社）を読みました。この本は、子育ても終わり、夫とも別居し、過ごしてきた人生への無力感と老いていく不安に襲われる51歳の女性が、偶然92歳にもなって、陽気で知性にあふれ、人生を楽しむ女性に出会い、自信を取り戻していくノンフィクションです。92歳の彼女はいいます「年を取ったからと言って遊ぶのはやめてはいけない。遊ぶのをやめるから年を取ってしまうのよ。いずれにしても、遊びの反対は従うこと」常に好奇心に満ち溢れる、生き生きと行動する女性はジョージ・エリクソン。精神分析学者のエリク・エリクソンの妻。夫と共に仕事をし、独立心に富、常に前向きなこの92歳の女性の生き方や言葉から、久し振りに強い刺激とこれから生きていくことへの元気さをもらった本です。

ほっとぽっとの活動も2年目を迎え、障害者自立支援法など課題の多い年になりそうですが。常に遊び心を忘れず、会員の皆様と一緒に楽しみながら、「夢」を語り合えることを願っております。時には、別館で泊り込みながら。今年度もよろしくお願ひ致します。

共に歩む市民の会理事 高野 静子

# ほっとぽっと祭りを終えて

昨年11月26日土曜日に記念すべき第1回ほっとぽっと祭りが、ほっとぽっと本館・別館、本館前の鶴ヶ峰公園にて行われました。参加団体は旭区内の作業所・精神科病院・デイケア・グループホーム・市民団体・区役所・ほっとぽっと内のグループ、というセミナー等でおなじみのメンバーと多くのボランティア、ゲストとして、百屋さん、土と愛子どもの家の子どもたち、ヒメジモモヤマさんが招かれました。これだけ多くの人たちの参加が最初から想定できたのは、日頃のつながりあってのことだと思います。

準備は9月から始まり、ほっとぽっとスタッフ、関係スタッフ、当事者で実行委員会を5回ほど開いてきました。何もかもが初めてであるにもかかわらず、最初に出された企画案のほとんどを実際にを行うことが出来ました。

当日は、雨は降らないというみんなの思い込みのおかげか天気に恵まれました。土と愛子どもの家の、子どもたちによる素晴らしい太鼓の演奏で、食べ物やゲーム、野菜や雑貨などのお店もいっせいにスタートしました。太鼓の音にひかれて来了一般のお客さんもいました。関係団体のお客さんに加え一般のお客さんでにぎわい、お店の売れ行きは好調だったので昼すぎには売り切れというところも多かったです。ヒメジさんによるフェイスペインティングも子どもたちに好評でした。当日配布したパンフレットに掲載してある当事者自作のクロスワードパズルの答え合わせも行われました。

## (追記)

PRや備品提供、企画準備協力などの各場面で、地域自治会関係、旭区役所その他様々な皆さんに多大なご支援をいただきました。あらためて心より感謝申し上げます。これからも皆様とともに色々なことを行っていきたいと思います。

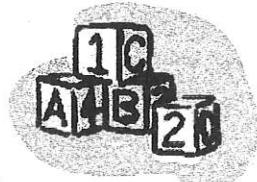
拠点長 川田 剛

本館内では、1階で各施設の紹介コーナーを設け、壁一面に各施設で作った紹介・PRの大きな紙が貼り出されました。2階は百屋さんの入れたてコーヒーとボランティアさんによる手作りケーキが食べられる休憩コーナーで、一息つく人たちでぎわっていました。

別館では、各施設や個人作品（写真・絵画・手工芸等）の展示スペースとフリーカメラマンの大西暢夫さんによる「ひとりひとりの人」という精神科病棟の中にいる人を撮った写真集の展示会を開催しました。大変好評で別館の玄関が靴でいっぱいになるほどだったこともありました。こちらのほうは1日ではもったいない！ということで翌週に5日間の展示期間を設け、200人以上の方に見ていただくことができました。アンケートには「身近に感じた」「作品が素晴らしい」といった熱心な反響が寄せられています。また大西さんを囲んでの座談会も期間中に開催し、20名ほどの方が参加しています。

第1回から盛りだくさんのほっとぽっと祭りでしたが、旭区の結束力の強さをあらためて実感できたのではないかでしょうか。今後は地域の方々も一緒に祭りに参加していただけたらいいと思います。

神奈川病院デイケア 高田あずさ



# 「家族のたまり場」を訪れて

～楽しかったつどい～

「家族のたまり場」は昨年9月にオープン。同じ立場の誰かとお茶でも飲みながらお喋りしたい、たまには家族だってのんびりしたい、という希望に「ほっとぽっと」が応えて下さり、ご家族のための集いが開かれています。

2月21日、私も仲間に入れていただきました。当日は10名余りが、スタッフの高野靜子さんの司会で自己紹介をしながら順番に語り合いました。

「病の娘のために、家事だけでなく、年金手続き等の心配を一人で背負いこんでいる。なのに食欲もさかんで夜も高いびきで寝込んでいる夫が時に憎らしい！」

「持病もある自分は疲れやすく夫も年々に弱ってくる。病の娘が将来を色々と心配するけど、開き直ってケセラセラの状態よ。」

「旦那さんの事で色々出ているけども、元気でいるだけで充分でありませんか。病の息子と暮らしていると、一人では心細い事、困ってしまう事が多い。」

「娘がお茶を入れて、私をねぎらってくれる。」

「作業所の陶芸活動が好きで、息子は良い物を仕上げるのでとてもたのしみ。」

「一人暮らしの息子の調子が高くなり、不安定な時には離れていると親は心配でたまらない。そういう時、ほっとぽっとや作業所等のスタッフの方達にも見守られ有難い。」

等々嬉しい感想もありました。障害年金の申請手続き、服薬等の問題も出されました。シーンと一同、聞き入っているかと思うと、共感する笑いがどつと湧き上がったりして、一時間半は、あっという間でした。

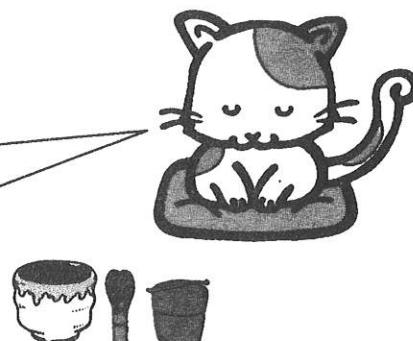
休憩後は、太田さんのご指導によるパステル画。梅の木を自分流に思いおもいの線で描くのです。耳かき綿棒等の先端にブルー、ピンク、赤色等、粉状の画材をふくませ、集中して取り組んでいくので、水を打った様な静けさ。コットンにピンク色をつけて、バックを仕上げると完成です。作品を見せ合うと、炬燵のある和室は、一瞬花開いた梅園という感じになりました。

「今日はとても得した気分。ストレスはとれるしパステル画もでき、嬉しいわ！来月のたまり場がたのしみです。有難うございました。」とHさんは、にっこりして帰られました。皆様も気軽にご参加下さい！

(N.Matsumoto 記)

\* 家族のたまり場 \*

毎月第3火曜日  
13:30~15:30  
ほっとぽっと別館にて



## 《共に歩む市民の会》 研修に参加して

昨年11月6日「やどかりの里」の増田さんを招いて、障害者自立支援法をテーマに、市民の会主催の研修会が行われました。当日は休日にもかかわらず30名近い参加者が集まり、自立支援法について学びを深め合いました。

増田さんは、この法律の成立の背景には、かなり逆のぼった時期からその下地があったことを指摘され、諸々問題がありながら急いで法律が成立してしまったことに問題を投げかけていました。

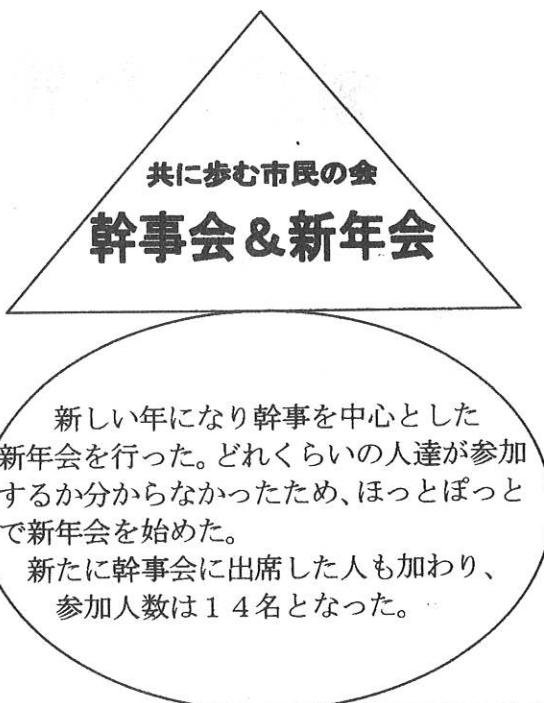
財政のこと、各障害団体の足並みの乱れ、自立についてのとらえ方など詳細に増田さんが把握しているのは、実際にその法律に対して、様々な形（傍聴や署名活動など）で、能動的に関わっているからだと感じました。

後半は、3グループに分かれてディスカッションを行いました。その中で、何が不安なのか、問題なのかもっと調査や勉強をしていこうと提案が挙げられました。

それを見て市民の会では、第一回目の支援法勉強会を3月に開き、大勢の方が参加されました。まだまだ不明な点が多い法律であるとの当事者の方々の声を聞き、支援法の実務に携わる側として、分かりやすい周知の方法や、今後の当事者・家族の負担感や生活のしづらさに耳を傾ける必要性を実感しました。

自分たちに関する身近な事柄や考えていかなければいけない課題がある時に、どのような姿勢で関わるべきか、増田さんから教わったような気がします。

旭福祉保健センター 森 輝幸



新しい年になり幹事を中心とした新年会を行った。どれくらいの人達が参加するか分からなかつたため、ほつとぽつとで新年会を始めた。

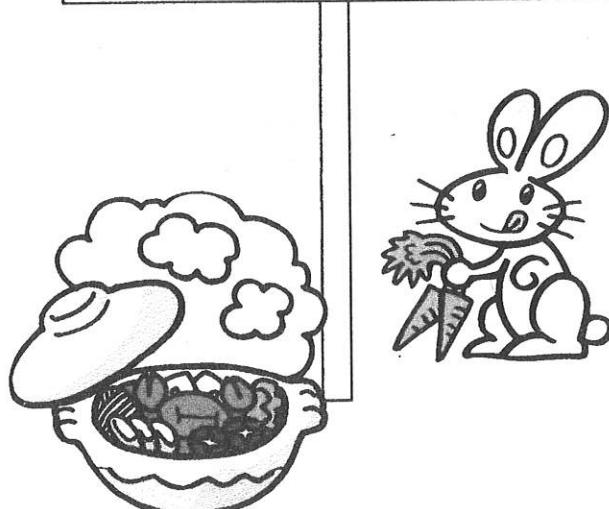
新たに幹事会に出席した人も加わり、参加人数は14名となった。

本当は鍋物を2種類用意する予定であったが、急きよおでんに変更した。サラダ、乾き物などは幹事会が始まる前に買出しに行つた。おでんは瀧本さんと高野さんに手伝ってもらい作りはじめた。

嬉しかったのは、みんなにおでんが美味しいと言われたことと、綺麗に無くなつたこと。

また新たに幹事会に参加してくれる人達が増えるといい。

足立 文夫



# 第7回旭区精神保健福祉セミナーを終えて

平成17年度も旭区精神保健福祉セミナーを行う事になった。

当日まで実行委員会を6回、世話人会を3回行ってきた。

1回目の実行委員会では、前回のセミナーのアンケート結果をふまえ、今回のセミナーをどういった形にするか話し合った。役割分担については実行委員長・副実行委員長・セミナー世話人担当はすぐ決まったが、体験発表・分科会・キャッチフレーズは決まらなかった。

キャッチフレーズについてはその後、各団体から持ち寄りいろいろな意見が出た。今回は自立支援法の事もありキッヤチフレーズは“私にとっての自立 一人一人が主役です”に決まった。

2回目の実行委員会では、自立支援法に詳しい人を呼ぼうという話になり、「やどかりの里」の増田さんを呼ぶ事になった。

1月に旭区から10名で、「やどかりの里」にセミナーの打ち合わせを行った。「やどかりの里」に行った報告をふまえ世話人会でも話し合い、「自立支援法については受け止められる人と受け止められない人がいるのではないか」「自立支援法は安心できない法律だから自分達でどう変えていくのか、自分達の意識をどう変えていかなければいけないのか」という意見が出た。

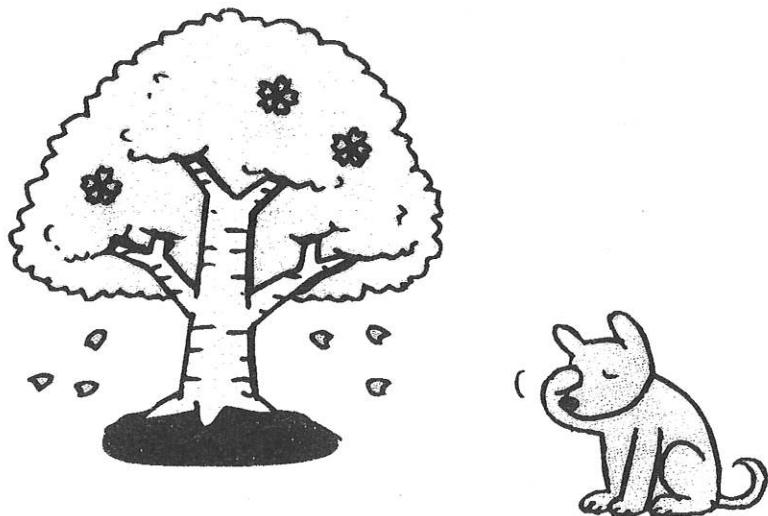
4回目の実行委員会では、各団体から自立支援法についての質問を集め、法律を知っておこうということになった。

実行委員長として今回関わらせてもらい、心配していたのは当日何名の人が参加してくれるかということだった。250名程の人が来てくれてうれしかった。

増田さんは自立支援法について詳しく説明してくれた。難しいと思う人もいたようだが、質問のコーナーでたくさんの疑問に答えたので、理解も深まったと思う。

体験発表にも熱が入っていて有意義な一日になった。また何らかの形で旭区精神保健福祉セミナーに関わっていきたい。

FUMIO・ADACHI



# ～事務局ニュース～

〈事務局・川田〉

## ◆ 職員の異動について ◆

ほっとぽつと非常勤職員 高橋成忠さん 退職 3月20日付

堀口和実さん 入職 3月21日付 週3日勤務

高橋さんはNPO法人立ち上げ作業に引き続き非常勤職員として勤務され、よちよち歩きのほっとぽつの経理・労務関係を中心に基礎作りに大変なご苦労をしていただきました。これからも続けて理事として、また地域住民として色々な場面で朗らかな高橋節が聞かれることと楽しみにしています。今後ともどうぞよろしくお願ひします！

堀口さんは「語らい電話」のボランティアとしてこれまでにも会の活動に積極的に参加して下さっていました。高橋さんと同様にとてもきさくで話し好きですから気楽に話しかけてみてください。‘ニューほっとぽつと職員五人衆’をよろしくお願ひします。

## ◆ 障害者自立支援法勉強会 ◆

4月15日（土）午後2時～  
ほっとぽつと別館にて

3月の第1回に続いて全体のシステム、障害認定、自己負担、作業所やグループホームの今後等について情報やおもいを出し合います。  
どうぞ気楽にご参加ください。

## ◆ 総会の日程が決まりました！ ◆

6月10日（土）午後  
旭区役所新館大会議室にて

ぜひ、今から手帳にマークしておいてくださいね。（会員の皆さんにはくわしい内容をあらためてお知らせします）

## ◆ 会員の方へ 会費納入のおねがい ◆

17年度の会費をまだ納めていない方は下記へお振込くださいようお願い致します

郵便振替口座番号 00280-6-132476

加入者名 特定非営利活動法人 共に歩む市民の会

## \* \* \* \* \* 編集後記 \* \* \* \* \*

- ♥ 障害者自立支援法がいよいよ4月からスタート。報告・連絡・相談（ホウレンソウ）をしながら、お互い安心できる暮らしを創っていきたいと痛感いたします。 松元
- ♠ 障害者自立支援法でどこもてんやわんやのことと思いません。忙しさに負けて、またもギリギリの発行ですが、ぜひご一読ください。 森
- ♦ 今年も野境道路の桜並木が見事です。花々を愛でるゆとりを持っていたいですね。 松迫
- ♣ 暖かくなつて装いも軽やかに♪気分も軽やかに♪という感じで過ごした～い！ 高木