

NPO法人 共に歩む市民の会 会 報

共に歩む市民の会広報委員会

通巻 第25号

〒 241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

☎ 045-953-6727

2009年3月31日 発行



花様年華展 VOL.III 地中海を描く 開催にあたって

鮎澤のり子

ひと雨降るごとに、春の息吹が感じられるこのごろです。

一昨年の区民祭ほっとぽつと墨彩画展におきましては、皆々様に大変お世話になりました。

長年、墨彩画や絵手紙を描いて、このいとおしい地球上の生命の生業にふれることを、喜びとしてまいりましたが、この度、来たる5月に、表参道にて三度目の花様年華展を催す運びとなりました。

平成18年のサンハートでの『第一回花様年華 路地裏が大好き展』ではたくさんの仲間の皆様と、たくさんのご来場者の皆様にめぐまれて、人の輪のすばらしさにあつく感動した思いはきのうのことのようです。

そとに向かって一歩ずつ歩むことの大切さを知った第一回展に続いて、一昨年の区民祭ほっとぽつと展。飾り付けや下準備に、何日も誠心誠意取りくんでくださった、多くのスタッフの方々との心温まる交流は、私の人生で、かけがえのないひとこまとなりました。

人は一人ではない。一人では生きられない。共に手を携えて信じ合って、共に生きていく生き物だ...。お手伝いしてくださった皆様、ご来場くださった皆様のおかげで当たり前のことが、当たり前のこととして、すとんと胸におちました。

昨今、人も動物も、野生の花も、生きとし生けるもの、すべて生きにくい試練の世の中です。柔らかい心をもったもの、もの言えぬものはなおさらです。地球上のかけがえのない生命は危機に瀕しているとも言えましょう。その大部分は人のエゴが導き出したものであります。そしてまぎれもなくわたしもその人の一員。

地球上の命はみな、等しく大切なものです。小さなわたしが社会とつながって、何かしたい。**地球上の命は等しく大切というメッセージを伝えていきたい。**

墨彩画や絵手紙をとおして人の輪が築けていけたら。そうすることで社会参加し、還元していくなら、天国の母もきっと喜んでくれるだろう。

5月の三度目の花様年華展はできるだけ多くの方に来場していただき、志を同じくするお仲間をふやして、共に歩みを続けたい。地球上の生き物のために共に手をとりあって歩んでいきたい。その輪をひろげていく小さやかな一步だと思っております。ご理解いただけますことを祈つて。

平成21年2月吉日

* 関連記事(8頁)参照ください

第10回 旭区精神保健福祉セミナー

私たちここにいる

～伝えたい！未来に向けた私たちの思い～

< 平成21年2月26日(木) 旭公会堂にて >



第10回 旭区精神保健福祉セミナーを振り返って

旭福祉保健センター サービス課
保坂 正勝

今回は10年の節目を迎える記念すべきセミナーということで、第1回セミナーより旭区の活動に多大な支援をいただき、相互に交流を深めてきた「やどかりの里」の皆さんをゲストにお招きしました。

ゲストの中から当事者を代表して、堀澄清氏には地域活動の先輩として講演していただき、長年心の病と付き合いながらようやく生きがいを見つけた人生から、多くの当事者や家族に未来への希望を与えたことだと思います。また、星野文男氏には旭区の当事者とともにシンポジウムに参加していただき、会場全体を交えてセミナーが歩んできた10年の歴史を一緒に振り返ることができました。

実行委員会で例年以上に活発な議論がなされた結果、キャッチフレーズについても一新され、「私たちここにいる～伝えたい！未来に向けた私たちの思い～」となりました。それを一番象徴するのが、毎年恒例の体験発表について「私のメッセージ」と題して形式を大幅に変えたことだと思います。当事者7名と家族2名が発表者として壇上に立ち、3分程度のスピーチから、作詞作曲した歌の弾き語り、詩の朗読、舞踊まで、形にとらわれずバラエティ豊かなスタイルで自己表現していただきました。

この企画によって、当事者だけでなく家族もセミナーで発表したことは新たな展開として評価できると同時に、短時間スピーチやスピーチ以外の形式で可能としたことがハードルを下げ、これまでの体験発表のスタイルでは難しかった方でも発表できたという意味で、旭区の発表者の裾野を広げる意義があったと思います。これを契機に次の新たな発表者が生まれ、多種多様な人生を送っている当事者や家族のメッセージを伝え続けることが、旭区らしいセミナーとして目指す方向性ではないかと感じております。

実行委員及び当日スタッフの方々に様々なご協力をいただいたお陰で、当日は353名の方にご来場いただき大成功を収めました。改めまして皆さんにお礼申し上げるとともに、第11回目以降のセミナーでも着実に歴史を積み上げていけるよう願っております。





精神保健福祉セミナーで発表して

相川 亜衣

初めてセミナーにて、初めてスピーチをやらせていただいて、自分の言いたいことを言わせていただいて、自分の意思を伝えて、思ったこと。色々な思いをして泣いたり、怒ったりすることが他の人にもあるのだなって。

また、他の方の発表の中で、友達と再会をなさったと聞いてうらやましく思いました。私は、そういう再会はないですね。美容業界は競争が激しい世界だから、外で会っても知らん顔されるから、決して楽しい再会はありません。だから、再会をしてしゃべったと聞いてそう思いました。



第10回 精神保健福祉セミナーに参加して

旭区精神障害者家族会 あけぼの会

会長 志澤 希久子

今回は微力ながら世話人として、企画段階から参加しました。当事者と支援者が積み重ねた10年間を、さらに大きく未来につなげることを願い旭区内の当事者、家族、関係者有志による実行委員会は、とても面白く、新鮮で充実していました。未来に向ける思いを「私のメッセージ」として、当事者の積極的な参加を呼びかけました。

当日は、豊かな感性と個性があふれる当事者7名と家族2名の発表がありました。一人一人が自らの苦しみ、悩みを幾つも抱えながら毎日歩んできた中から、生きることの意味、素晴らしさ、楽しさをも掴み取り、それを「自分の心のメッセージ」として発表したもので、多くの方が感動したと思います。家族会としても初めて詩の朗読とスピーチをいたしました。「岸壁の母」の踊りは表現豊かで、会場ではハンカチを目頭にあてていられる方が多くみられました。

やどかりの里の堀 澄清氏の講演は、長い療養生活、10回の入院生活、あまりにも重たい病気と向き合ってきた人生でしたが、やどかりの里の事業などの現在の活躍は、どれ程多くの人々に生きるための「心のエキス」を与えていられるかと感銘いたしました。

シンポジウム「精神保健福祉セミナーの10年」は、5名のシンポジストがそれぞれの10年を振り返りました。発表した当事者の皆さん、仲間や様々な方々の助けがあって今があることを忘れずに、自分のまわりの人達への思いやりや、感謝の心、寛容な心を持ち続けていることが素晴らしいと思いました。

夢、希望として地域のパイプラインを作っていくたい、地域・一般向・小学校、中学校で体験発表をしたい、長期入院している人、家に引きこもっている人に声をかけたいなど、パネリストが未来に向けた思いを語り、会場の当事者からも活発で前向きな発言があり、最後まで盛り上がりがありました。

「街の中で生活できていくこと、一緒に希望を持って、生きていくことができれば…心から祈ってやみません」と会場からの当事者の声が心に響きました。

精神保健福祉セミナーで、こころを合わせて話し合い、準備した出会いと体験を大切にして、皆様と共にこれからも日々歩みを重ねていきたいと思います。

『セミナー インタビュー』



第10回旭区精神保健福祉セミナーにおいて、当事者発表（踊り）を行った、岡村 茂さんとむくどりの家スタッフ金子さん（お地蔵さん役）にお話をうかがいました。

●自己紹介してください。

○59歳、のんびり屋の性格です。保土ヶ谷病院に30年近く入院して、そこからむくどりの家（地域活動支援センター）に通っています。病院では、色々な手伝いをしたり、むくどりでは、畑作業を主にしています。

●セミナー発表してみようと思ったきっかけは？

○前からやってみようと思っていたが、地域活動支援センターメンバーから勧められたのもきっかけです。

●岸壁の母の踊りは好評でしたが、どんな思いで踊っていたのですか？

○本当の話であることに惹かれて、他の患者が退院するあるいは自身も退院していくイメージで踊りました。また、満州から帰国した父が、着ていたオーバーを仕立て直して自分に着せてくれた。そんな暖かかい感謝の思い出も重なります。

●発表しての感想

○自己紹介は震えてしまうので病院の看護師にやってもらいました。みんなからは、よく観えたと言ってもらい、無事に終わって良かったです。お地蔵さん（金子さん）にしがみつくのは、踊りも含め自分のオリジナルです。

●今後の夢や希望について

○9年前から、むくどりに通っています。むくどりにいる時は病院のことは忘れます。グループホームに移った人がうらやましいと思った時があったり、退院ってどんなものだろうとは思うけど、兄弟の意見もあり疎遠になってしまるのが心配。周りの人が心配してくれることはありがたいのですが。

●金子さんから見て岡村さんはどんな人？

○誠実で、何でもできる方です。器用で優しい人ですが、心配性で考え込むタイプですね。畠は岡村さんでもっているようなもの。今回岡村さんと一緒にステージに立てて良かったです、花粉症でくしゃみを抑えるのが大変でしたが。

春の日差しの暖かいむくどりの家で、快くインタビューに応じていただきました。気さくで、兄弟思いの岡村さんの胸に秘めた思いと、希望とする生活がよく伝わってきました。

インタビュアー：旭福祉保健センター 森



会員紹介



今年で9年目を迎えた『共に歩む市民の会』ですが、現在約100名もの方々がこの会の活動に賛同し、会員となってくださっています。そんな会員の皆様の素顔をちょっとずつご紹介していきたいと思います♪

第8回目は、唯一旭区外で団体会員になってくださっている林間メンタルクリニックさんです。

No.12 林間メンタルクリニック（河野 正明 Dr）



ちょっと遠いのですが、相鉄線で大和まで行き、小田急線上り(新宿方面)に乗り換え、各駅停車で二つ目、急行だと一つ目、特急ロマンスカーや快速急行だと通り過ぎてしまう、寂れつつある南林間が最寄り駅になります。改札口(一つのみ)を出て右へ、東口への階段を下りきると、駅前のロータリーに出ます。正面のビル1階には鶴亀ランドがあり、そのビルと路地を隔てた右側にモスバーガーが小さく見えます。1階がモスバーガーのビルの2階が林間カウンセリングセンター(RCC)、3階が林間メンタルクリニック(RMC)です。

RCCとRMC合わせてスタッフは、事務8人、臨床心理士10人、看護師2人、医師は、院長の河野貴子、河野正明、小林要二の3人です。これだけでも心を大切にしようとしてるって、分かっていただけますか？

RMCの特徴は、病名で治療を決めるのではなく、もって生まれた気質、その人の育ってきた環境、身に着けてきた力、学校・会社・ご家族など今おかれている状況、ご本人・ご家族のご希望などを総合的に判断して、一人ひとりに合わせた治療を、一緒に考えていくところにあります。特に、精神療法については、RCCを併設し、より良い精神療法体験をしていただけるような体制をとっています。もちろん薬物療法もお選びいただけますが、個人精神療法(カウンセリング)、家族療法、集団精神療法など、いろいろな形の精神療法も用意しています。精神療法の内容も、精神分析から認知行動療法まで幅広く、病状とご希望に合わせてお選びいただくことが出来ます。

私たちの持っている力を、共に歩む市民の会の活動にも生かしていただけるよう、お手伝いしたいと願っています。どうぞ、よろしくお願ひいたします。



ボランティアさん



『共に歩む市民の会』のボランティアの日頃の思いをつづるリレートーク。

前回の語らい電話のMさんからバトンを手渡されたのは・・・

第9回は“紙芝居のおじさん としょくん”です。

2年前の定年退職時に紙芝居ボランティアをと決心し、退職後直ぐ練習を開始。“ほっとぽっと”近くの公園で練習の時、「がんばって！」と声を掛けて頂いた縁で、秋の「旭区民まつり」に“ほっとぽっとコーナー”で紙芝居をさせて頂き、多くの人に喜んで頂きました。そして、その縁で自主企画活動にも参加、当事者の皆さんや関係者の皆さんと共に活動をさせて頂き、お陰で“ほっとぽっと”について多少理解する事ができ、当事者の方々とも触れ合う事ができ、とても嬉しく良い経験をさせて頂いております。

そして、お蔭さまで紙芝居も経験を積み、子供～お年寄迄の幅広い年代層の皆様に楽しんで頂き、沢山の笑顔を頂き、その笑顔の倍以上の幸せを頂いております。

いやーボランティアって素晴らしいですね。そして「縁」とは有難いものですね。

紙芝居のおじさん としょくん

朗読会で読んで欲しい「お話」募集！！

「街の中の小さな文化館プロジェクト」チームでは、昨年、自主企画として「朗読会 私のことばに音をのせて」「親子で楽しむ整体講座＆紙しばい」の2回の公演をほっとぽっと別館でおこないました。お陰様で参加された方々からもご好評をいただきました。

今年度も引き続き楽しい企画を実施したいと思っております。その第一弾として、皆さんから読んで欲しいお話を募集して、自主企画チームの語り部たちが朗読する会を6月に開催します。好きな作家の本、自分の作品等々、皆さんに披露したい作品を募集します。皆さんの作品をどう表現するか？ ご期待下さい。作品のご応募をお待ちしております。

→くわしくは担当スタッフ（川田、堀口）までどうぞ。



マーク入り

Tシャツ販売中！ 残りわずか お早めにどうぞ

カラー5色あり：赤・紺・水色・緑・オリーブ / サイズ：L・LL

しっかりした生地です。 1500円

ほっとぽっとにて販売中。市民の会の収益となりますので、よろしくお願いします。



市民の会・ほっとぽっと スケジュール'09.4月~

『市民の会幹事会』

“みんなで話し合うシリーズ”

◇4月 22日(水) 「在宅手当について」

話題提供=旭区福祉保健センターサービス課 村木 雄一さん

…皆さんからの意見も寄せれば、村木さんが制度改革の力になるかも?! 是非ご参加ください。

どうぞ お気軽にご参加ください

“この人を知るシリーズ”

◇5月 27日(水) 「精神科 リーサルワーカーになるまで」

話題提供=保土ヶ谷病院 医療相談室 矢崎 志郎さん

◇7月 29日(水) 「イタリア・トリエステ市での精神保健福祉ボランティア体験について」

話題提供=ほっとぽっと職員（退院促進事業・自立支援員） 佐久間 陽子さん

『第5回 ふれあい月の市』

◇4月 25日(土) 11時～15時 ほっとぽっと別館(十庭) 雨天実施

手作り小物、衣類、野菜、パン、本、リサイクル品・・・掘り出し物いっぱい ☆喫茶コーナーあり

* 『共に歩む市民の会 定期総会』 6月 27日(土)

午後於 旭区役所新館・大会議室 (時間等の詳細は後日おしらせします)



★ 理事会報告

(第21回) 2月 19日(木) 19:00~

〈出席理事〉 9名 (委任状2含む) (欠席2)

〈審議事項〉 概要是下記のとおりです。

☆ 21年度事業計画・予算について→5年目を迎えたほっとぽっと及び市民の会の今後について5月に理事・職員でじっくり検討する場をもうけることになりました。

☆ 新規職員採用について→自立支援員(常勤)退職に伴い、1名採用を決定しました。

☆ 理事改選について→退任や役割交代の申し出を受け話し合いました。5月理事会で新理事案を決め、総会にはかることとしました。
～次回理事会は5月28日(木)夜に開催予定

◇◆◇◆【新規入会(12/15～3/15)】 ◇◆◇◆◇◆◇◆なし

◆ 会員の方へ 会費納入のお願い ◆

20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

鮎澤のり子さん個展 のご案内 (関連記事・1頁)

〈編集部より〉

鮎澤さんは昨年10月～11月にかけて ほっとぽつと別館での『あなたにときめき展』にご出展いただいた後、市民の会の仲間に入ってくださいました。文中にありますようにこの度、鮎澤さんの3度目の個展が開催されます。

風薫る5月の表参道へ、皆さんどうぞお誘い合わせのうえお出かけください。

地中海を描く

花様年華 Vol.Ⅲ
鮎澤のり子



花様年華展 Vol.Ⅲ

地中海を描く 鮎澤のり子

とき 2009年5月19日(火)→24日(日)

午前10時半 → 午後6時

(※最終日は午後4時まで)

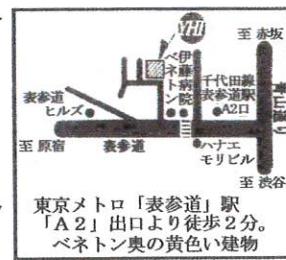
ところ 表参道 ヤマナシ・ヘムスロイド YH!ギャラリー

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前4-3-16

TEL 03-3470-3119 mail@yhi1971.com

ヴェニス、フィレンツエ、イスタンブル…
思いがけず出会った街角風景。
路地裏のすりへつた石畳。
三回目を迎える春の花様年華展は
船旅で出会った、地中海の古街です。
ときめいて描いた土の香りゆたかな野菜や、
森陰の木の実、風にそよぐ野の花と共に、
お待ちしております。

後援：財団法人 世界自然保護基金ジャパン
(WWFジャパン)
(NPO) 共に歩む市民の会



編集後記



- ✿ ご存知のとおり、振り込め詐欺は現在大流行。「電話でのお金の話なんかおかしい」と感じたら、周りの方たちや専門の窓口(消費生活センター等)に先ず相談を。また相手の言うなりにならず、勇気をもってきっぱり断る力もつけたいですね。ご用心！ご用心！・・・松元
- ✿ 派遣切りやワーキングプア、ホームレスの問題がクローズアップされています。一人一人の生活、生い立ちを偏見もたずに聞いていくことが必要だとつくづく感じます。・・・森
- ✿ セミナーで。壇上の人、会場から発言の人、お一人おひとりの言葉に歌に踊りに万感の思いがこもっていましたね。また、やどかりの方たちの「懐」の深さはさすが！でした。・・・川田
- ✿ このところ、不況だ、犯罪だと氣の滅入る話題ばかりでしたが、WBCの侍 JAPAN の快挙は日本を元気してくれました。間もなく新年度が始まります。明るい気持ちで4月を迎えたいですね。・・・松迫
- ✿ 12年ぶりに、治ったはずの(?)花粉症が今年、再発しました。気をつけていたつもりでも、どこかで油断していたんですねえ。これを機に摂生した生活を心がけたいと思います。・・・高木