

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45号

〒241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

☎045-953-6727



2016年 1月1日 発行

「手紙」は心仕事

滝田 和枝

「女性だけの絵手紙をやりませんか？」

高野静子さんから お声かけいただいたのは10年まえのこと。
月1回 別館に集う LADYS ROOM (レディースルーム) の始まりです。

「絵手紙」には お手本がありません。

お手本は 空き地で手折ってきた野の花であり 季節の野菜たちです。
それをじっと見つめ 好きなように自分の言葉で ていねいに描く。
このていねいさが大切です。
ていねいというのは 心を込めること 上手下手ではないのです。

やわらかい墨の色は 心の色とも思えますし かなの多い手紙は ふっくらとしていて
字と字の間に その人が見えます。

「墨の匂いが いいですね」と匂いに気づかせてくれた人
その墨をすりながら淡々と来し方を語る人
そんな話しに 静かに耳を傾けながら ひたすら自分の1枚を描く人
心温もるやさしさに満ちたひとときです。

「『道』と『路』の違いは何？」
「う〜ん『径』もあるよね・・・」
添える文章に悩んで こんな会話も飛び交い
それぞれの人柄を感じます。
手紙の相手に語りかける言葉は言の葉 (ことのは)
それは自分への語りであり 応援歌でもあると思います。

10年+1年目の春 365日が
その人の味を作っていきます。
だれかに1枚 ポストインしてみませんか？



ほっとぽっと新人職員あいさつ



新人職員と言うと、将来、多くの期待を抱いているような若い方を想像される方々もいらっしゃるでしょう。しかし、残念ながら、今年 50 歳を超えている新人職員です。

趣味は、低山めぐりです。健康のためにランニングをしていましたが、動悸・息切れが激しくなり、低い山をただ歩くのならばなんとかなるだろうと思い山に入ったら、蜂やら蛇やらがまとわりつくし「何が楽しいのやら・・・」と思っていました。ただ、山道のもつ山々個々の顔の違いがとても印象的でした。そのおかげで今でもこの趣味が続いています。一人で行くことは、たとえ低山でもお勧めはできませんが、自分で行動の責任を取る事が可能であれば、わずらわしさもなく勝手気ままに楽しみ、自分の思うような山登りができます。たとえ、同じ山に登っても「また、来たよ～」と言えることで「自分らしさ」を思い出させてくれるものです。

長い人生では、山あり谷ありです。自分の時間を大切に、「自分らしさ」を取り戻すお手伝いが、ほんのわずかでもできればと思っています。

郡山 隆行

お知らせ 第 17 回 旭区精神保健福祉セミナー

精神障がいがあってもよりよく生きる～自分ができること 周囲ができて～

開催日時 : 2016 年 2 月 27 日 12:30 開場 13:00 開演

会場 : 旭公会堂(旭区役所4階)

参加費無料 : 予約不要(定員 450 名)

主催 : 旭区役所 高齢・障害支援課 / 共に歩む市民の会(ほっとぽっと)

第 1 部 当事者体験発表

第 2 部 14:00～ 講演『とてもひとりじゃ生きられねえ ～孤立をつくらない健康な社会とは～』

講師: 日本福祉大学 福祉経営学部 青木聖久教授

観念的な話しの上では、障がいを持つ私と、いわゆる健康な人とを分けて考える必然性は無いのだと思う。「素材」が違うだけの事だ。その「素材」を生かすか? 殺すか? その課題は、それぞれの「素材」を持つ人間全員の人生において対等なのだ。

ただし、この思想は、『生き方の多様性を認める社会』でないと、通用しないだろう。

精神障がい者であってもよりよく生きる。

だから、精神障がい者の自立(自律)に対する考え方をひっくり返してやりたい。

多数派の価値基準に翻弄されてたまるか!

実行委員長 和田公一 (共に歩む市民の会 会員)

バスハイク報告

メンバー 武市 美奈子

はい、こんにちは。8月26日にバスハイクに行きました。私はバスハイクは2回目ですが、今回は世話人をやりました。頭がパニックになりましたが、楽しかったです。

行った場所は山梨県のぶどう狩りです。行きは歌を歌ったり、ゲームをして楽しく行きました。朝はあいにくの雨でしたので、これからの天気のことです不安いっぱいに出発しました。でもだんだんと先に行くと雨がやんでいきました。現地に着いた時は曇りでしたが、雨がやんでいたので良かったです。

巨峰とピオーネが甘くておいしかったです。一房が大きくなってボリュームいっぱいでした。私はぶどうが好きなので、四房食べてしまったのでお弁当は持って帰りました。いっぱい食べたのでお腹がパンパンで苦しかったです。お土産のぶどうを買いました。

帰りはみんな、バスの中ではぶどうをいっぱい食べたせいなのか、疲れたのか寝ていました。行き帰りの道のりがすいていたので予定通りに動けたので良かったです。

今回、本当に楽しかったです。また、来年も食べれる所がいいなあと思います。

文化班ギャラリー

こころのカタチ展～ふだん言えないあんなコトやこんなコト～を終えて

文化班 向山淳子

寒いと思ったら急にあたたかくなる。不安定な気候に体調をくずされていませんか？文化班ギャラリーがおわり、ほっとしている私です。今の私のこころのカタチはいびつなポコポコです。色々なことがいっぱい処理できないことがありますからです。

今回は正直しんどいギャラリーでした。マンパワー不足の中でムリムリ突っ走りモードでの企画、運営。バタバタでした。10周年とのコラボ企画のため、いつもと同じともいかず・・・

ギャラリー開催中は平川病院の方の作品も飾らしてもらい、ギター演奏に詩の朗読。ステキな時間になりました。文化班に新しいメンバーも加わり、たくさんの方に来場していただき、4日間のギャラリーは無事成功。

来場して下さった皆様、ありがとうございました。作品を出してくれたみんな、ありがとう。この場をかりてお礼を言わせてください。これからもほっとたつはな亭ギャラリーを文化班みんなで力をあわせてつくりあげていきますので皆さん見守ってください。

これから寒さがきびしくなります。お身体にご自愛くださいませ。

ご案内：10周年イベントのトークセッションにもご参加いただいた、墨彩画家であり、市民の会の会員でもあります鮎澤のり子さん（墨画 Group82 所属第一美術会員）の個展が来年春に開催されます。皆さんぜひ足をお運びください。

～鮎澤のり子個展～

日時：2016年4月10（日）～16日（土）11：00～18：00

初日 13：00～ 最終日～16：00

場所：東京交通会館 B1 ギャラリー玻璃（JR 有楽町駅京橋口正面//東京メトロ有楽町駅 D8 出口）



10周年記念イベントを終えて

～イベント担当スタッフの声～

10周年記念企画が終了しました。ご来場頂いたり応援して下さいました全ての方に感謝申し上げます。文化企画として考えていた時間も含まれますと、2年近くかかりました。実際には、春頃から実行委員会を立ち上げ動き出しましたが、10年の感謝というだけでなく、これからを見据えてくという意味も確認されました。従って、より多くの方に知ってもらうため、チラシも大量印刷し広報にも力を入れました。同時に、イベント当日に配布できるよう、新しい顔である市民の会のパンフレットを作るチームも結成されていました。(同封のものです。力作ですので、じっくり見てくださいね！)

さて、「出来たらいいな」を形にする作業は、現実は大変です。全てが手探りなのですから。担当を決め実行に移していく中、話し合いを重ねる毎にまとまりを感じ、いいチームになったなあつくづく感じ入る場面が多々ありました。企画の内容やテーマは勿論、チラシやチケット・プログラム、当日飾った花までも手作りだったこと、当日は、利用者の方のお手伝い、理事やほっとぽっとスタッフも総出でパワー100倍、まさにタイトルの「共に歩み創る」一日だったのではないかと思います。この先も、経験が活かされますように。関わってくださった皆様に深く感謝いたします。

宮地 博美



～参加者の声～

10周年、おめでとうございます。

「ほっとぽっと」は東京大学の市民後見人養成講座を受講した際に、実習先をネットで検索して知りました。

当時、私は大和市民活動センターを管理運営している「拠点やまと」の会長をしていました。市民/拠点がキーワードとなりお願いに行きました。拠点長の川田さんとお話して、親しみを覚えたのを記憶しています。

利用者の方とランチを作ったり、絵手紙を描いたり、おしゃべりをしたり、一軒家ならではの「ほっとぽっと」の暖かさは想像していた以上のものでした。

最近では賛助会員としてしか関わっていなかったのですが、やっと参加できた10周年イベントで思いもかけず興奮しました。

以前、神奈川県主催の企業×NPOのパートナーシップミーティングで障害のある方の作品を企業で使って欲しい作業所のコーディネートをしたことがあります。福祉ではなくビジネスではクライアントの注文に応じることが要求されますが、障害の特性として無理な人がほとんどです。その時はコーディネーターではなくインターフェースとしてのデザイナーの存在が必須と痛感しました。

しかし、今回の映画では治療としての絵画から、表現としての絵画。統合から爆発へ。本木健さんに癒しではなく表現者としての苦悩を感じました。アウトサイダー・アート、エイブル・アートと括ってはいけぬ芸術の本質を見ることができました。

改めて問題提起していただき、ありがとうございました。

会員 関根 孝子

～実行委員の声～

9月26日 午前9時、関係者全員がサンハートホールに集合、それぞれの持ち場を確認し準備に入る。椅子を並べ、映画上映のための暗幕を広げたり、受付の机をセットしたり、ミニコンサートのための台を用意したりと慌ただしい時が過ぎ、準備の合間をみて、大急ぎでお弁当を頂く。開場は12時15分、心配していたお天気にも恵まれ、友人たちも声を掛け合っ



て来てくれました。開演まじかになって、私たちにとって嬉しい誤算が生じました。当日券を求めて並ぶ方々が次々と増えてきたのです。予備にと取ってあったチケットも最初の20枚があつという間になくなり、会場係に連絡、あと何人?と伝えること数回、会場では大急ぎで人数分の椅子を並べて、対応していただきましたが、ついに、差し上げるチケットもなくなり、そのまま会場に入って頂きました。会計さんは後でさぞかし困ったことと思います。会場係のご苦労も目に見えるようでした。

共に歩む市民の会法人化・旭区地域生活支援拠点ほっとぽっと開所10周年企画の実行委員の一人として参加させていただき、感謝の気持ちでいっぱいです。何回もの準備のための会合も含めて、貴重な体験をさせていただき、有難うございました。

会員 前野 幸子

『市民の会』研修会の開催について

理事 高野 静子

「法人化10周年記念行事等」が、多くのボランティアの人たちの協力によって、無事終える事が出来ました。本当にありがとうございました。

市民の会は「ほっとぽっと」を運営してきて10年。家族、当事者、の方々の思いを中心に、利用者、ボランティア、関係者、スタッフ等と一緒にほっとぽっとをどんな場にするか、話し合いながら作ってきたつもりでした。しかし、10年を経て、ほっとぽっとが「誰のため」の場であり「誰のため」の支援であるかが問われるような、様々な声が聞こえてきています。そういう基本的なことを問い合うような研修をしてこなかったのではないかと、反省させられております。

そこで、今年度の研修は、研修実行委員会をつくり

- ① 「ほっとぽっと」の利用者さん（当事者、家族、関係者、市民等）の声をたくさん集めそれらの声を基とした研修会の開催
- ② 旭区精神保健福祉あり方検討会で実施している、当事者のニード調査（当事者が明るく楽しく、よりよく過ごすためのアンケート調査）の報告を中心とした研修会の開催を予定しています。

時期等につきましては、なるべく早めにと考えております。ぜひ、多くの会員の方のご意見・参加・協力をお願い致します。

2016年1月～4月 市民の会・ほっとぽっと スケジュール

★やみなべ会（市民の会会員のつどい）

1月27日（水）18時～ 場所：ほっとぽっと本館2階

会費：500円（予定）当日支払い *要予約制 1月22日（金）18時締切（ほっとぽっとまで）

毎年恒例となりました新年会を開催します！！今年は皆さんとお鍋を囲みながら、やみなべ会のこれからのことも一緒に考え、話をしたいと思っています。忙しいとは思いますが、ぜひお越しください！同時に買い出しや下ごしらえなど当日のお手伝いをして下さる方を募集しています！事前の準備として、鍋・ガスコンロの貸出し可！という方や、差し入れがあるよ～っていう人も大歓迎です。よろしくお願いします(*´▽`*)

★3月やみなべ会 場所・内容は未定です。改めて通知します。

ほっとたつはな亭のお知らせ

★『ほっとたつはな亭 コンサート』2016年2月5日（金） 14:00 別館サロン

出演：ソプラノ、テノール、ピアノの「アンサンブルAK」

一般¥1,000、市民の会会員 ¥800 障害者手帳をお持ちの方：¥500（予約優先・定員25名）

★読みたいものを持ち寄ろう！『もちより朗読会』2016年3月下旬 14:00～16:00 別館サロン

読みたい人は、おひとりさま 10分×8人まで 読みたい人もききたい人も100円

《理事会報告》（第50回）H27年10月20日（火）18:30～21:40 理事9人、監査役1人出席

①上半期決算・事業報告と上半期予算と事業計画について②H28年度方針について③苦情申し立てについて④年末年始の対応について など

苦情申し立てについての話し合いでは、職員やほっとぽっとの在り方などに関する大きな問題が問われており、これを一歩として、理事・職員・ピアスタッフなどで話し合う必要があること、この話し合いを通じて、お互いの信頼関係を築いていく必要性が話し合われました。

（第51回）H27年12月18日（金）18:30～

★会費納入のお願い：27年度の会費未納の方は、納入下さいますようお願い致します。



編集後記

❖99歳の姑のターミナル、独居の姉の遠距離介護、娘の出産。そしてほっとぽっとのこと。11月12月は嵐のよう。来年はどんな年？（高野）

❖15年ぶりに引っ越しをし、美味しいお店の開拓に精を出したこの一年でした。今年もよい年になりますように。（早間）

❖市民の会のパンフレットが出来ました。いかがですか…！市民の会のファンが一人でも増えるといいな（*´▽`*）（清水）