1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2019 年 4 月 25 日発行　SSKU　増刊通巻第 6417 号

NPO 法人わくわくかん
編集　〒115-0044
東京都北区赤羽南 2-6-6
TEL:03-3598-3337

シャケ Zo くん

SSKU わくわくかん リボン便り

http://www.wakuwakukan.net/

2019 年 5 月号 No.218

？？なぜリボン？？

生まれ変わった
再生したという意味の
（Reborn）。
新しく生まれ変わる
「便り」にしたくて、名付けました。

７団体で東京アンブレラ基金を設立

「今夜、行き場のない人」を路頭に迷わせない

世代、国籍、SOGI（註）…あらゆる分断を越えて、誰も路頭に迷わせない東京をつくるため、緊急一時宿泊時の宿泊費拠出と横断的な調査をおこなう「東京アンブレラ基金」が 7 団体で立ち上げがすすめられています。

これは、一般社団法人つくろい東京ファンドの代表理事を務める稲葉剛代表理事らが「雨露をしのげる場所」という意味で、「東京アンブレラ基金」をよびかえたものです。

今日も、誰かの緊急事態。でも、東京には「傘」がない。

親の理解が得られずに家を出てきた LGBT の若者、行政からの住宅支援を打ち切られた原発事故避難者、遠い国から難民として日本に逃れてきた外国人、人身取引の加害者から逃げてきた女性たち、家庭や学校に居場所がない中高生、さまざまな背景を持つ人たちが、今夜も雨露をしのげる場所を求めて東京にいます。

近年、さまざまな分野で対人援助を行なっている都内の団体が、住まいを喪失した相談者（対象は、路上生活者、十代の若者、LGBT、難民などそれぞれ）への緊急支援としてネットカフェやビジネスホテルなどの宿泊代等を自腹で支給するケースが増えているという話が多い。

そこで、つくろい東京ファンドとして「東京アンブレラ基金」という基金を設立し、各団体が実施する緊急支援に対して、1 人あたり 1 泊 3000 円（4 泊まで）の助成をおこなうという仕組みを作ることになったという。「アンブレラ」という言葉には、「雨露をしのぐことのできる場所」という意味を込められています。

住まいを喪失した相談者に１泊３千円助成

社会的には、さまざまな分野で活動をする団体が連携をすることで、「世代や国籍、SOGI といった様々な分断を越えて、誰も路頭に迷わせない東京をつくる」というメッセージを打ち出していきたいという。

現時点で、「東京アンブレラ基金」の協働団体は、以下の 7 団体で、写真の皆さんです。5 月 12 日（日）にはキックオフ集会が 14 時から入谷の SOOO dramatic！で開かれます（事前予約制、資料代千円）。

このネットワークへの参加団体は・NPO 法人 TENOHASI（路上生活者支援）・一般社団法人 Colabo（若者支援）・認定 NPO 法人難民支援協会（難民支援）・LGBT のハウジングファーストを考える会・東京（LGBT の生活困窮者支援）・NPO 法人豊島子ども WAKUWAKU ネットワーク（子ども支援）・避難の協同センター（原発避難者支援）・NPO 法人 人身取引被害者サポートセンター ライトハウス（人身取引被害者支援）などです。

希望者は https://camp-fire.jp/projects/view/127236

（註）ＳＯＧＩとは？　性的指向（好きになる性）、性自認（心の性）、アルファベットの頭文字を取った、人の属性を表す略称です。異性愛の人なども含めすべての人が持っている属性のことです。

＜わくわくかん 5 月予定表＞

✧ 5 月 11 日（土）はたらっくす 16:00～　（自立訓練室）
✧ 5 月 25 日（土）共同連全国大会プレイベント 14:00～　愛知学院大学名城公園キャンパス
✧ 5 月 27 日（月）現場協議会 16:30～　（スカイブリッジ）
✧ 5 月 29 日（水）理事会 15:00～　定期総会 18:00～　赤羽会館

1998 年 10 月 9 日　第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2019 年 4 月 25 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 6417 号

わくわく配食サービス

就労継続支援 A 型事業
北区赤羽南 2-6-6
TEL：03-3598-0089
FAX：03-3598-0089

かつおのガーリックステーキ

【材料】

かつお---------- ---------- ----1 さく
にんにく----------適量
オリーブオイル ---------- 大 1
しょうゆ ---------- 大 2
粒マスタード ---------- 大 1
小口ねぎ ----------適量

【作り方】

① にんにくを薄切りにし、しょうゆ、酒、粒マスタードを混ぜておく
② フライパンにオリーブオイルをひき、にんにくが色づいてカリッとするまで
③ 弱火で炒め、別の容器にとり出しておく。
④ かつをを片面ずつ、約一分、焼き色を付ける程度に焼く。
⑤ （かつをのたたきを使う場合は軽く焼きましょう）
⑥ とり出したかつおを２センチ幅くらいに切り、お皿に盛り付ける。

ゴールデンウィークの休業日

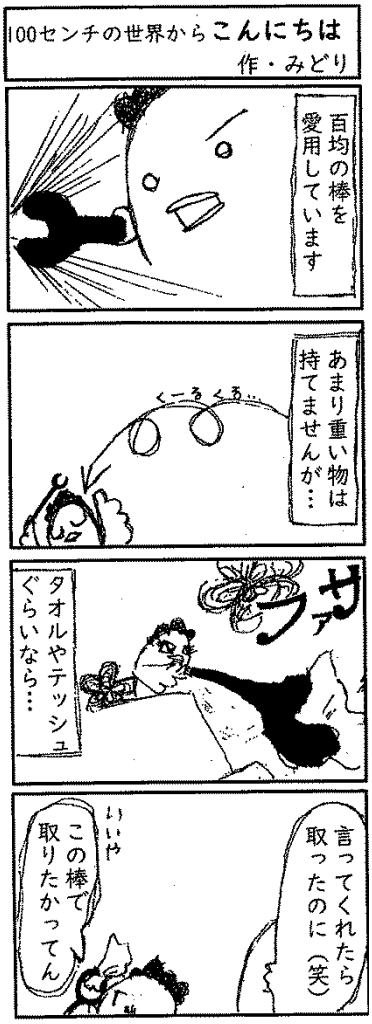
昼食 夕食	2019 年５月３日（金）から 2019 年５月４日（土）まで

かつおステーキ

かつおの旬がやってきました。ある地方では端午の節句にカツオを食べる習慣があるのだとか。「勝男」と書くとますます縁起がよさそうですね。今時期のかつおは脂ののりが少なくさっぱりとした味わいです。

かつおには良質のたんぱく質が含まれているにも関わらずカロリーが低く、脳を活性化させることで有名なＤＨＡやＥＰＡが多く含まれています。
またビタミンＢ群が豊富で、美肌にも効果があるそうです。

今回は簡単に作れて豪華な出来上がりのかつおのガーリックステーキをご紹介します。



「本当にあった話」を好評連載中のカータンさんが体調不良でお休みです。機関紙交換している滋賀県の共生シンフォニー・まちかどプロジェクトのみどりさんの漫画「１００センチの世界からこんにちは」の４コマをご好意で載せさせていただきます。（機関紙「ひと・まち・つながり」2019vol.27 より）

昨年度に引き続き今年も給食を継続
生活介護を利用する身体障がいの方に提供
給食事業を受けることで黒字に

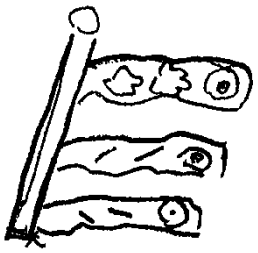
配食サービスとして、昨年度に引き続き障害者福祉センターの一階で行われている生活介護を利用する身体障がいの方に、給食を提供することになりました。

昨年は、手探りの状況で障害者福祉センターの給食提供と赤羽でのお弁当の宅配事業とスタッフ体制も違う中で開始しました。いろいろな環境の違いなどで働く当事者の方にどういう影響があるのか心配な一年でした。

でも、終わってみると前年度より出勤率も良く皆さん自分の役割を積極的に果たしてくださることが多く一年間終わることができました。

今年も、給食事業を受けることで昨年同様に忙しく慌ただしい職場になりがちで給食事業を受けることが当事者スタッフからどういう思いになるのかと勝手に心配したりしていました。一方で、出来れば給食は継続していくことが運営にとって必要なことと考えていました。

年度末に、正式に給食の委託が決定したことを発表しましたが抵抗は少なく受け入れられたと感じています。



給食事業を受けることで、配食サービス全体は、黒字になる予定ですが本来の赤羽のお弁当宅配をいかに伸ばしていくかが長い目でみて運営の安定につながるため、今年度こそ新たな営業活動ができるように体制を整えていきたいと思っています。

年度始めの慌ただしいさが過ぎて改めて考えているところです。

1998 年 10 月 9 日　第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2019 年 4 月 25 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 6417 号

自立訓練（生活訓練）事業 ボランティア響会

通称 響（ひびき）

〒114-0032　北区中十条 1-2-18
北区障害者福祉センター4F
TEL 03-5963-6888

外出 ～上野～大哺乳類展

3 月 22 日（金）、外出で上野に行きました。メインは、国立博物館の大哺乳類展２。その前に台東区の区役所の地下食堂でお昼をいただきました。トイレで出会ったおばちゃんが、あちこちの区役所の食堂巡りをしているそうで、台東区役所の食堂は評判が良いと言っていました。事実、その通りで、安い価格で栄養バランスのとれた食事でした。

その後、歩いて博物館に移動。1 時間の自由行動となり、各々、展示を観覧し始めました。動物たちの骨格標本がまず、ズラリ。剥製の立派な動物たちも、これまた、ズラリ。剥製に触れるコーナーがあり、ゴマアザラシの毛皮がもふもふしていて肌触り心地よかったです。

博物館の出口で少し休憩してから、さくら通りへ向かい散策。屋台が少し出ていて、ハシビロコウの饅頭が売られていました。外国の方々の旅行者（観光客）もかなりいました。上野駅で解散。親子連れが多く、すごく混んでいて、とても疲れました。でも、楽しい一日でした。（F．K、N．M）

ミニ外出～十条駅周辺

3 月 6 日水曜日、散歩のプログラムがありました。午後の時間を使って、障害者センターの近所を歩くのですが、今回は十条駅にある就労移行のスワンベーカリーというパン屋さんと、商店街のカフェを借りて行われている訪問介護の展示会を目指しました。

いつも通る十条駅へ向かう大通りではなく、一本裏側の道を進み、踏切を渡るとすぐにスワンベーカリー。ここは中に入り、パンを物色。しばし買い物タイムとなりました。

次に十条駅前を通り商店街へ。目的のカフェは見つかりましたが、コーヒー等高いので店の前で案内を眺めておわりました。

後は商店街を散策し、帰路につきました。コースは前にも通っていて、慣れたものでしたが、裏道を使ったので、ちょっと新鮮な散歩でした。（Y．H）

＜平成＞でやり残したこと

5 月 1 日より平成が改元され、新しい元号になります。平成は 30 年強の長きに渡り、色々なことが世界で起こりました。残り短い平成の期間、やり残した事はありませんか？やっておきたい事はありませんか？一言お願いいたします。

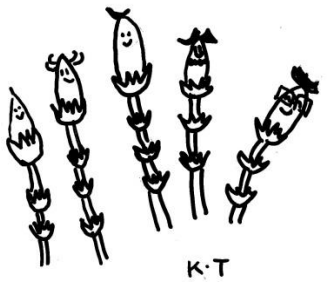
- 就労したかった。（S．M）
- 一人映画。ポップコーン、炭酸を飲みながら、優雅な時間を過ごしたい。（H）
- 色々な価値観が変わったので、少しは生きやすくなった気がします。（K．T）
- 未だにガラケーを使っているので、スマホに変えたいと思います。（Y．H）
- 平成よりももっと元気でいたい（K．Y）
- 盛大にお洒落して、イースターに臨むこと。（N．M）
- 娘に会う事。（K．F）
- 友達と一緒にゲームしたい！（M．T）
- 昨年、入院して教職資格をとりきれなかったので、この春は大学の英文科に入りたい。（S.H）
- 親と一緒に旅行に行きたい。（T．T）

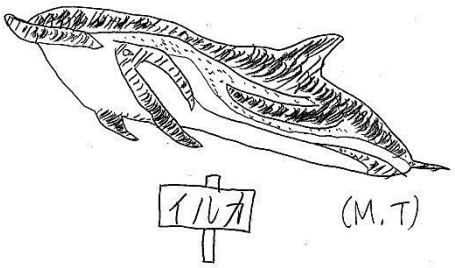
スポーツ~3 つ巴の 1 勝 1 敗

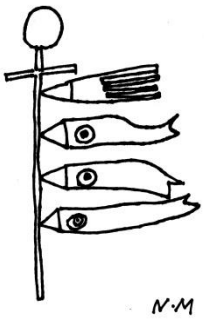
3 月 8 日（金）にスポーツセンターへ行き、バドミントンとボッチャをしました。　バドミントンでは、2 人ずつ 3 つのペアに分かれて 15 点先取の試合をしました。全チーム 1 勝 1 敗の三つ巴の結果になりました。

その後人生で初めてのボッチャをスタッフ達によるアレンジルールでプレイしました。実際にやってみた感想は、スポーツにしてはそれほど体力を消耗しないものであり、力の加減がいかに上手にできるかが勝負の分かれ目になると思いました。ボッチャはパラリンピックでもプレイされている、健常者も障害者も遊べる楽しいスポーツです。（M．T）

春の作品展







1998年10月9日 第三種郵便物認可 （毎月3回8の日発行）
2019年4月25日発行 SSKU 増刊通巻第 6417号

就労移行支援事業

リボーンプロジェクト

〒114-0032 東京都北区中十条1－2－18
北区障害者福祉センター4F Tel：03-5963-6888

JST研修～対人マナーの基本～
「会話をさえぎり、用件を伝える」

3月のリボーンプロジェクトの研修では、JSTを行ないました。JSTとは、Job related Skills Trainingの略です、職場における基本的な対人マナー等について、ロールプレイや、意見交換を行ないながら、学んでいきます。

今回のテーマは「会話をさえぎり、用件を伝える」でした。上手く相手の会話をさえぎって、自分の用件を伝えられるように、というものです。参加した皆さんも、実際にそういった場面を経験したことがあるとのことでした。

例えば、「クッション言葉を言わずにイラッとさせてしまった」「話を終わるのを待っていたが、後から、遮ってでもいいから言って欲しかったと言われた」などのことでした。

ロールプレイは、2人で話している上司と部下の役と、その2人の話を遮ってでも報告しないといけない別の部下の役。計3名でのロールプレイです。話を遮るのは抵抗があるかもしれませんが、そんな状況でも、うまく用件を伝えられるか…。皆の前で演じるので、緊張するものだと思いますが、自ら役に立候補される方もいらっしゃいました。

後から皆さんに感想を聞かせていただくと、どちらかというと苦手であるという方が、思っていたより、多くいらっしゃるのが印象的でした。まさに苦手意識がある方にもってこいのプログラムですので、今後も是非行っていきたいと考えております。

体力づくり～石神井川沿いを花見～

会社に出勤するというのは、意外と体力を使います。リボーンに通うようになって体力が向上したという方は多いのですが、就労に向けてはもっと体力をつけてほしい…そして春と言えば桜！ということで、3月最後の週に石神井川沿いへ散策に行ってきました。

はりきって出発したものの、川に近づいている気配がしない…。なんと、道を間違えてしまっていました。皆で改めて地図を見直し、気を取り直して紅葉橋を目指します。無事石神井川にたどりつき、ほっとしました。そして金剛寺を横目に見つつ、川沿いの遊歩道をしばらく歩きます。桜はまだ2～3分咲きといったところでしたが、公園に真っ赤な椿が咲いていたり、川には鴨が泳いでいたりと、普段なら見過ごしてしまいそうな風景を味わいながら歩きました。

しばらく歩き観音橋を渡ると、そこには大きくて立派な観音像が！スタッフを含め、初めて見たという方が多く、皆でその大きさに驚きました。最後は中央公園へ。やはりこちらも桜は満開ではなかったものの、子供たちが元気に走り回っていました。また、昔よくここで遊んだという訓練生の方の思い出話をたくさん聞かせていただきました。まだ少し肌寒い中歩き続けましたが、皆さん疲れた様子もなく、和やかな雰囲気で散策を楽しんでいらっしゃいました。歩くことで、いつもなら見落としてしまう素敵な風景にたくさん出会えた時間でした。

＜感想＞

・自分としてはよく歩いたと思います。桜以外の花や水鳥や散歩中の犬を見られて、いやされました。桜は満開までもう一歩という感じでした。

・地元の公園などをまわりましたが、普段、素通りしてしまう所を少しゆっくり見てまわれて良かったです。

・桜がきれいに咲いててよかったです。後、住宅街に大仏があってビックリした。

1998年10月9日　第三種郵便物認可　（毎月3回8の日発行）
2019年4月25日発行　SSKU　増刊通巻第6417号

北区主催

高次脳機能障害とその回復

環境調整とプラス評価の大切さ

ズームイン

2019年3月27日に、北区主催で高次脳機能障害についての講演会が開催されました。近年、わくわくかんでもこの障害をお持ちの方からの相談が増えています。まだ、高次脳機能障害という名前が聞いたことがあるが、良く分からいという方も多いと思います。そこで、この講演会についての概要をお伝えしたいと思います。

まず、普段あまり聞き慣れない高次脳機能とは、認知過程（知覚・記憶・学習・思考・判断）と行為と感情（情動）を含めた精神機能の総称をいいます。それが、病気や事故によって脳が損傷されたために、認知機能に障害が起きた状態を、高次脳機能障害といいます。

高次脳機能障害になると、集中することが苦手になったり、考えがまとまらなかったりします。また、無気力になり、時には感情の抑制が効かなくなったりします。

しばしば、認知症と比べられることがありますが、認知症は症状が進行しますが、高次脳機能障害は回復が見込まれる障害であります。

回復を促す要因には、本人の要因と環境の要因が重要です。本人の要因には、①意欲と病識、②社会性、③リハビリテーションなどがあり、環境の要因には、①人、②周辺環境、③制度の利用があげられます。

ここで、回復とはどのような状態かというと、『望ましい行動がとれるようになること。』です。例えば、記憶力が下がってしまい、約束が守れなくなった時、約束が守れるようになることが回復です。そのために、メモを頻繁にとる習慣をつけることで記憶力を補います。これを代償方法といいます。また、リハビリによって、記憶力そのものの改善を図る事も行います。

また、環境調整も大変重要です。支援者は支持的な声かけや障害の理解、失敗しにくい状況の整備、各種制度の有効的な活用をするなどして、必要な環境整備を行います。脳の営みは環境との相互作用ともいわれています。そして、良い環境は、脳の可塑性を促します。

ここで、支持的な声かけとは、表現を工夫することです。『遅刻しないでね。』⇒『5分前に来てね。』、『がんばれ。』⇒『がんばっているね。』などのように、具体的で相手を認めるようにします。逆説的にいいますと、『ネガティブな言葉は、ネガティブな感情とつながり、ネガティブな時間を作ってしまう。』ともいわれています。

また、これまで当たり前にできていたことが、できなくなってしまい、失敗を繰り返すことで、すっかり自信を無くしてしまう方がとても多いです。したがって、自己効力感の再建が課題です。アメリカの精神科医、サリバンは次のようにいっています。『存在する意味、生きる価値は人間関係を通してしか、私たちは、実感できない。』と。

ですから、支援者は常に、『よい行動には、ほめる、笑顔などの「プラス評価」を伝えるようにしましょう。』これを、代替報酬といいます。

最後に薬物療法の実際ですが、易怒性、イライラには漢方薬・選択的抗ドパミン作用薬・第二世代抗精神病薬・感情調整薬、などが用いられます。不安傾向が強い時には、漢方薬・ベンゾジアゼピン系薬剤が用いられます。うつ傾向や意欲低下がみられる時には、抗うつ剤・ドパミン系賦活薬剤が用いられます。注意障害・遂行機能障害がみられる場合は、ドパミン受容体（D2）刺激剤・ノルアドレナリン再取り込み阻害薬が用いられます。

このように、高次脳機能障害は当事者の方の努力だけでなく、周りにいる私たちの関わりが回復に向けて大変重要な要因となります。ご家族・医療・福祉・行政などが、ネットワークを組んで回復に向けての支援がポイントになります。（H.Y）

現場からの報告(21)

福祉の仕事フェアが縁で

わくわくかん、ひびきに来て８ヶ月になります。小さい時から人と接するのが好きで、ボランティアなどを経験し、大学で福祉を学び、社会福祉士、精神保健福祉士の資格を取りました。精神疾患は誰でもなりうる、身近な病気だというのが印象に残り、生活の生きづらさを感じている人がたくさんいることを知りました。私もそんな人たちに寄り添いたいなと思ったのが精神の分野に興味を持ったきっかけです。

昨年、子育てが落ち着いた４月頃に働きたい、私も社会に出たいと考えるようになり、北とぴあで開催される福祉の仕事フェアに行き、わくわくかんを紹介されました。

ひびきのみなさんはとても暖かくてとても居心地がいい場所です。メンバーさんの言動一つ一つに気づかされることもたくさんあります。私もそんなみなさんと様々なプログラムを通して一緒に成長していければいいなと思います。

（S.F）

1998年10月9日第三種郵便物認可　　（毎月3回8の日発行）
2019年4月25日発行　　SSKU　　増刊通巻第6417号

連休

やまぼうしやあうんがはじける企画

里山生活体験や韓国原州の旅

かつてない大型連休をみなさんはどう過ごされますか? 共同連関東の仲間、認定 NPO 法人やまぼうしでは、５月３・４・５日の３日を「連休を山梨県上野原で過ごしませんか?」と山梨県上野原のゆずりはら（棡原）＆さいはら（西原）地区での、その名も「里山生活体験プロジェクト」が行われます。また同じ日程で、山谷の労働統合型の社会的事業所として知られる企業組合あうんは、韓国の「社会的事業所」ツアーを江華道・原州と京畿道の城南・水原をめぐる企画が進行中です。いずれも英気をやしなう機会になりそうです。

やまぼうしでは、連休の新しい過ごし方として、宿泊施設の山梨県立ゆずりはら青少年自然の里の里山で過ごそうと、気の合う仲間とまたグループホームや事業所の仲間・職員や家族・お友達もどうぞと呼びかけています。

宿泊代は８４０円。食事代は朝４５０円、昼６５０円、夜９００円だそうですよ。参加希望謝だけでなく同時に、サポーターとして協力いただけるメンバーも同時募集しています。

企業組合あうんを中心とした韓国「社会的事業所」をめぐるツアーは、韓国で広がる社会的連帯経済に触れる旅で、日ごろ休めない 30～40 代の女たちを中心に組まれています。あうんの事業と一緒に進めるフードバンクと地域医療相談に携わる全員が韓国初訪問でアンニョンハセヨの練習にも忙しい毎日。原州を案内していただくのは、金起燮さん。あうんに来られたこともあって飛び切り企画が送られてきました。そのため行くにあたって３回の学習会ももたれました。

金浦空港から原州の「無為堂記念館」に直行し、金栄注先生の「原州の協同運動の歴史について」の講義や金善起事務局長の「葛の村社会的協同組合」についてを聴き、原州の伝統市場を見学します。夜は土曜営農組合の歓迎夕食会が楽しみです。

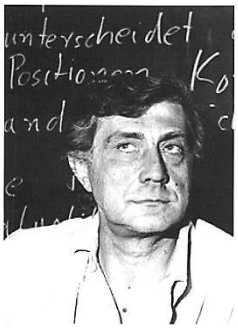
翌日は、「原州協同社会経済ネットワーク」を訪問、李承鉉事務局長から現状と課題の話を聞き、聴覚障碍者が作った協同組合「手話プラス社会的協同組合」を見学します。そのあと外国人労働者の運動がある城南市や医療生協や社会的協同組合を見学の予定。頭もおなかもいっぱいになる旅になりそう。

5月25日愛知学院大学で辛口の講演会
「当たり前」をひっくり返して「共に」生きる
第36回共同連全国大会 in 愛知プレイベント

第 36 回共同連全国大会 in 愛知プレイベントと題して、5 月 25 日（土） 午後 2 時から 愛知学院大学名城公園キャンパスキャッスルホールで、テーマ「当たり前」をひっくり返して「共に」生きるーと題して開かれます。講師は、昨年、現代書館から『「当たり前」をひっくり返す―バザーリア・ニィリエ・フレイレが奏でた「革命」―の骨太の怪著を出した兵庫県立大学の竹端寛さんが講演します。

そのあとバザーリアの「自由こそが治療だ」をテーマに５人のシンポジストから意見交換。蔭山正子さん（大阪大学）、堀合悠一郎さん（シャロームの家（就労継続Ｂ型）ピアスタッフ）、桐原尚之さん（全国「精神病」者集団運営委員）、それに竹端寛さんが加わって、コーディネーターは堀利和（共同連代表）です。

そのあと、報告として９月に開催される「第 36 回共同連全国大会 in 愛知の構想」と題して、斎藤縣三 共同連事務局長の話が行われます。



バザーリア

「自由こそが治療だ」をテーマに

〈解説〉講演・シンポジウム等については、2018 年に出版された 2 冊の本の著者達からそれぞれ問題提起を受けます。竹端寛からは『「当たり前」をひっくり返す』（現代書館）、陰山正子、堀合悠一郎からは『当事者が語る 精神障がいとリカバリー』（明石書店）です。『「当たり前」をひっくり返す』の中で、著者は、「フレイレの『被抑圧者の教育学』が出版されたのが 1968 年。ニィリエの『ノーマライゼーションの原理』が最初に発表されたのが 1969 年。バザーリアはちょうどその頃、ゴリツィアの精神病院で病院の開放化を進め、精神医療改革だけでなく、イタリア学生運動でのリーダー的な存在であった」として 3 人の思想と実践を論じています。精神病院、収容施設、銀行型教育を先ずカッコに入れてひっくり返します。それはそれまで「当たり前」と思っていた「私」も問われます。同時に、「仕方がない」という現状主義も問われることになります。

『当事者が語る 精神障がいとリカバリー』の中では、編著者たちは、「就労、リカバリーといった明るい話題だけが良しとされ、負の側面は無いことにしよう。家庭内暴力、そのような問題は、自身の家族だけで起きている問題ではなく、他の家庭でも起きている。それは、家庭の問題ではなく、支援のシステムや社会の在り方の問題であるからだ。」、家庭内暴力の社会化、精神疾患を発症してからいわば家庭内暴力、なぜ暴力を振るうのか、それを今振り返りながら自らの SOS の意味を語ります。「苦しいことがわかってもらえないことが苦しいのだ」と語ります。家族、地域、病院、などの既存の環境から、すなわち新たな社会的環境へ、就労を通したピアとの関わりの中でリカバリーを獲得していく可能性を語ります。

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　　（毎月 3 回 8 の日発行）
2019 年 4 月 25 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 6417 号

投稿

歌が与える力
レトロでお洒落なカフェで

歌とパフォーマンスで魅せるＫさんのライブ

私には音楽の才能がありません。歌うことも好きだし、聴くことも好きですが、昔から音楽というものが不得意でした。だから憧れます。歌うことがうまい人に。また、歌で人に何かを伝える人に。

私はリボーンを 1 月に去りましたが、それでも 2 月の寒い日、リボーンにいる間にお世話になった K さんが武蔵小山で開催したコンサート『リハビリナイト』に行ってきました。午後 7 時にコンサートが始まり、みんなの視線が集まる中で堂々と立ち歌い始めた K さん。主観ですが個性的な衣装に身を包み、レトロでお洒落なカフェで歌う姿はやはり素敵でした。歌声も可愛いし、歌もうまいです。途中 MC をしたり、ゲストの方とやり取りがあったりと人前で臆することなく話したり、歌を歌う姿は仕事で疲れている私に元気と勇気を与えてくれました。

K さんが歌う歌は現在の音楽の影響ではなく昔の曲に影響を受けているようですが、正直私はその世代の音楽に疎く分かりません。ですがそんなこと関係なく K さんが歌う歌は人に元気と勇気を与えてくれます。K さんが歌った歌の中で私のお気に入りは「各駅列車で行こう」と「Mr.Black Cat」でした。聞いていてリズムが心地よく自然に身体が反応し、かつ覚えやすいです。気が付いたらスマホで動画を撮影していました。特に「Mr.Black Cat」は K さんがキーボードを弾きながら歌い、楽器と歌が苦手な私にとっては、とても眩しい光景でした。更にそこにギターが加わり、とても爽快な曲調でした。私はその後何度その曲の自分で撮影した動画を見たかはわかりません。

私は 22 歳の時にアメリカに行きました。初めての海外旅行で、見るものすべてが真新しくピカピカし、デジカメがない世の中だったのでインスタントカメラ 4 つを持って写真を沢山撮りました。今ではあちこちの国に行ってしまっているのでそんなに感動しない風景だったかもしれませんが、当時はアメリカの住宅街に感動し、映画の中で見る緑の芝生にスプリンクラーが回り、家は白い窓枠、エントランスにはアメリカの国旗など、おしゃれな雰囲気にノックダウンしていました。K さんが歌う歌も同じです。アメリカの風景がこんなにも素敵で感動を与えるのと同様に、K さんが歌うのを聞くと、職場に悩む私に感動を与え、嫌な気分を忘れさせてくれました。

歌は人に感動を与える。それが、同じリボーンの訓練生という身近な人間が作詞・作曲をし、目の前で歌っている。とても貴重な出会いだったと思います。またリボーンにいた時とは違った K さんの顔を見ることができ憧れました。私には到底真似できない才能ですが、これからも K さんの作る曲を聴いて、時にはライブに参加し、また心に癒しという栄養を補っていきたい、そう思いました。

（リボーン卒業生　Ａ．Ｓ）

随想「ツッパリ」

私の発病にはツッパリとの関係が深く絡んでいて、中学・高校時代はとにかくツッパリが怖くて仕様がなかった。今では世の中にツッパリはいないし、「やんちゃ」という人々もそんなに怖くは感じない。

この間、時々行く地元のスナックへ行って、そこいら辺の事をママさんと談笑した。「いや、俺はさぁ、ツッパリが怖かったんだぁ」と言ったらママさんが「実は向こうの方が怖かったりして」と言ったのだ。「へ？？」と思った。そこのスナックには地元の人々が沢山集うから、自然と色んな情報が集まるのだ。たまさかに向こうがこちらを恐がっていたのなら、私は今も堂々と毎日この街でいられる訳だ。

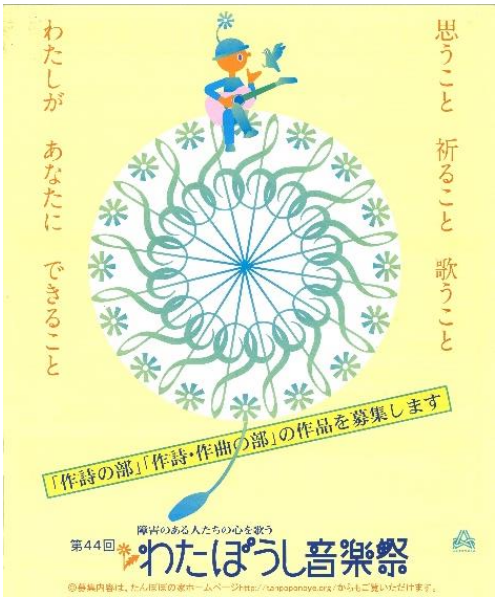
だが、中学の時に最後は「じっちゃん（私のあだ名）、可哀想だな」と、ツッパリの方からこちらに歩み寄ってくれて仲良くなって別れたから、最初から何も問題はないと言えば、両者に何もわだかまりはない。この世界の人間関係は、ちゃんと収まる所に収まる様に出来ている様だ。

（トライ・ザ・ブルースカイ代表　宮澤秀一）

1998 年 10 月 9 日 第三種郵便物認可 （毎月 3 回 8 の日発行）
2019 年 4 月 25 日発行 SSKU 増刊通巻第 6417 号

わたぼうし音楽祭の作詩に

ひびきのメンバー4名が挑戦！



奈良県で開かれる第４４回、障害のある人たちの心を歌う「わたぼうし音楽会」。その第 44 回目の奈良市で開かれる作品募集案内が響に届きました。

奈良県・・あまりに遠い街でのイベントに最初はピンときませんでしたが、響メンバーさんに「作詞に興味のある方は事務局まで」とお知らせしました。

> わたしが　あなたに　できること
> それは　あなたを　知ること
> 話すこと　愛すこと
> わたしと　いつも　一緒に
> いてくれて　ありがとう
>
> 祈り合うことの　大切さ
> 信じあうことの　大切さ
> さあ　わたしたちも　前に
> 進もう　恥ずかしがらずに
> 「ありがとう」と　言おう

すると、な、なんと、４名の方からご応募がありました！

「思うこと　祈ること　歌うこと　わたしがあなたにできること」のテーマに沿って、優しくて暖かかくて切なくて、素晴らしい作品ばかりです。つい、応募せずにこのままわくわくかんで利用できないかしらと思ってしまうほどでした。大切にクリアファイルに閉じ、郵便局から発送したときはなんとも言えない期待感（笑）でいっぱいになりました。

ＳさんＮさんＦさんＴさん、どなたかが選出されるといいのですが！結果は５月です(^_-)-☆

そして発表は８月４日（日）14：00　奈良県文化会館国際ホールです。最優秀賞には付き添い含めて２名が招待されることになっています。行けたらよいですね。

応募した作品の一部を左欄に紹介します。

就労支援センター北わくわくかん

登録者（2019年３月末）827 名
就職者　２名（事務補助、調理場補助）

先月　ご協力いただいた皆様

東京都労働局・東京都精神保健福祉民間団体協議会・北区障害福祉課・北区健康推進部・北区社会福祉協議会・北区障害者福祉センター・ハローワーク王子・池袋・飯田橋・東京障害者職業センター・東京しごと財団・東京都立精神保健福祉センター・東京都立王子特別支援学校・北区社会福祉協議会・北区教育委員会・北区精神障害者支援施設連絡会・津久井やまゆり園事件を映画化する政策集団・部落解放同盟神奈川県連合会横浜市協議会・東京ワーカーズコレクティブ協同組合・生活クラブ生活協同組合東京・企業組合あうん・ワーカーズコレクティブ協会・シャロームの家・NPO 法人太陽と緑の会・オレンジコープ等、お世話になりました。

グループホームわくわくかん

定員 6 名だったグループホームが男性ホーム休止により、4 月から 4 名定員になりました。休止の理由は空部屋が続いてしまったためです。男性ホームの間取りは 2LDK の二人暮らしタイプのお部屋です。近年、一人暮らしタイプの GH が増えているため応募がほぼありませんでした。時機を見て、わくわくかんでも一人暮らしタイプのお部屋を増設したいと思います。

▼編集後記▼

統一地方選挙で目立ったのは無投票当選者の多さである。前半戦の立候補者数は過去最少で競争率の１．３４倍は過去最少。定数に占める無投票当選者は２６．９％と前回から５％も増えた。後半戦では、定員全体の２３％にあたる９８８人が無投票当選、議員定数割れで欠員が生じた町村は８つ。人口減少が進む町村長選は１２１のうち５５町村と半数近くが無投票当選。町村議選では９３町村で、実に議員全体の２３％を占めた。

思えば人口急減社会への処方箋として「すべての町は救えない」と増田寛也が２０１４年、中央公論で論じ衝撃を与えた予測はすでに現実化しつつある。多くの町村は人口減少がこれから加速する。政府は人口１万人未満の市町村のうち、約８割で２０４０年までに３割を超す人口が減ると推計している。水道事業や小学校の運営など、基礎的な役割を担えるかが危ぶまれているのだ。戦後の「平和憲法」の柱は戦争放棄・基本的人権・地方自治であった。日本の民主化は地方分権から始まるとした見取図は国権が強すぎ、地域に市民の自治が育たなかった帰結として滅ぼうとしている。

発行所　郵便番号 157-0073　東京都世田谷区砧 6-26-21　特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会　定価 100 円（会費に含む）