

平成 24 年 1 月号

メンバー、ボランティア、学生  
みんな仲間!

# けやきと仲間 めーる

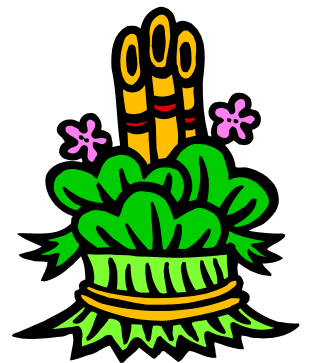
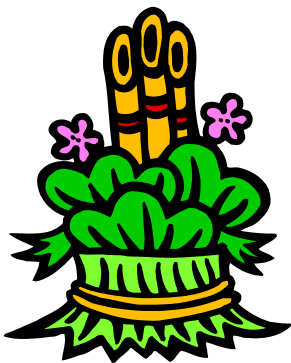


心の病と闘っているメンバーと大学生の協働の会 NPO 法人「けやきと仲間」

平成 24 年 1 月 1 日(第 81 号)



富士山頂からの御来光 (メンバーの知人撮影)



## ロシアのお正月

そろそろクリスマスの雰囲気になったし、お正月も近づいている。私の国であるロシアのお正月が懐かしくなっていて、心が楽しい思い出で一杯である。

お正月は 20 世紀になってからロシアで一番大事な行事になった。12 月 31 日の夜に、家族と友達が集まって、まず、古い年を見送る習慣がある。10 時ごろ、みんながテーブルの周りで乾杯しながら、今年印象に残ったことなどを思い出したり、今年あったいいことが来年にも移るようにお互いに願います。

お正月を正しく迎えるため、数多く縁起のいいことをやらなければならない。まず、家の掃除をしっかりと、特に割れた食器などを捨てないとだめである。家だけじゃなくて、心も綺麗にしなきゃ。ということで、お正月が来る前に借りたお金を返し、傷つけたことを許してあげて、喧嘩している友達がいたら、仲直りをしなければならない。お正月の夜に寝てはいけない。寝てしまうと、新しい年はつまらないまま過ぎてしまう。しかも、一番新しくておしゃれな洋服を着ると、その後 1 年間もずっと格好良く過ごすと言われている。テーブルの上に隙間がないほど美味しい料理とワインがないとお正月の感じがしない。

お正月のシンボルはお正月ツリーと Ded Moroz である。Ded Moroz はロシアのサンタクロースであるが、サンタクロースと違って 1 人ではなく、お孫さんの Snegurochka と一緒に子供たちの家にプレゼントを持っていく。



12 時の数分前に、ロシアの大統領が国民へスピーチをし、それがラジオやテレビなどで中継される。ちょうど 12 時になったら、クレムリンの鐘がなる。第一回がなったら、みんながシャンパンをグラスに入れて、乾杯しながら願いをします。そのあと、朝までダンスをしたり、面白いゲームをやったり、わいわいとお正月を迎える。1 月 10 日まで休日が続くので、ロシア国民はリラックスして、楽しく祝う。

D.E

## ソフトバレー4チーム合同練習に参加して(ポートアリーナにて)

12 月 2 日 (金) けやきと仲間がソフトバレーボールで合同練習に参加しました！

場所はポートアリーナ、合同練習は船橋北病院、総武病院、下総精神医療センター、そして、我らけやきと仲間の 4 チームで行いました。

ポートアリーナのような大きい施設でプレーする機会はまたとないチャンス (!?) ですし、他のチームが普段どんな練習をしているのかな〜とか考えながら、バレーコートのセッティング等をけやきと仲間のチームでまごつきながらもお手伝いしました。

メンバー 5 名、ボランティアさん 2 名、応援団 5 名で臨んだ練習試合。3 時間程に及んだ計 6 試合。結果の方は 3 勝 3 敗でした。

チーム全体としても、僕個人としても練習時間が長かったことと交代要員が少なかったこともあり疲れ気味でしたが、結果以上に内容でみんな生き生きしてプレーしていたようでした。《サーブで点を稼ごうと普段の練習からサーブに気持ちを注入している選手、試合の流れを読みつつチームの統率を取る選手、コートにいるだけで

活気づくムードメーカー(自分のこと！？笑)等々》。ボランティアさん、応援団の声援、そして、今回の合同練習の申し入れをして下さった下総精神医療センターをはじめ、総武病院、船橋北病院の皆さん、ありがとうございました。また、ご機会があれば宜しくお願い致します。

花の名さん

## 心の美術展

12月8日(木)に行われた、心の美術展(「障害者週間の集い」と同時開催)でけやきと仲間の松尾江美子さんの出展作品が絵画部門で奨励賞を頂き、表彰されました。



## クリスマス・リース作り

手芸部では、12月に2日間、クリスマス・リース作りを行いました。

当日は、女性、男性、多数の方が参加し、ワイワイガヤガヤとにぎやかにいろいろなリースを作成、各自で持ち帰って、楽しいクリスマスを迎える事にしました。



## 退院しました

11月25日9時過ぎ倒れて入院し、12月16日に退院して福寿荘に帰りました。

いつ、どのようにくるかと思っていたのが来たという思いでした。3週間、自分と向きあう時間を過ごさせて頂きました。沢山の人の支えられ回生した命を、今後どのように生かしてゆくか改めて模索することで皆様のご指導を賜りたいと存じます。施設を選んで入所したことを正解だったと思います。息子夫婦がしっかりサポートしてくれています。

今までのような動きは出来ないでしょうが、小さな力も集まれば大きい。3・11の地震津波のみならず、放射能を撒き散らす愚かなことを犯した現実を踏まえて、繋がり生きてゆきましょう。今後もよろしくお願い致します。

H.H

## スタッフ紹介

10月からスタッフとなりましたA.Rです。2005年大学在学中にカウンセリング資格を2つ(認定臨床心理療法士、認定臨床心理カウンセラー)、2007年大学卒業後に心理学の知識を証明する資格を1つ(認定心理士)取得し、電話カウンセラーや知的障害者グループホームの支援員、居宅ヘルパーなどの仕事をしてきました。

介護の仕事に携わる中で、利用者に対する身体的なケアについては様々な方法が確立しているものの、心のケ

アについては後回しにされているように感じてしまうことが多々ありました。心理カウンセラーとしてそのことを本当に大きな問題と考えていましたが、なかなか新たな一步を踏み出す勇気が出ませんでした。しかしその気持ちは消えることなく強まる一方であったため、今年の1月に心理系大学院挑戦を決め、6月に会社を退社、勉強を開始しました。10月になんとか大学院に合格し、アルバイトを探していたところ「けやきと仲間」に声をかけていただきました。

趣味は格闘技観戦・筋トレ、特技はメタリックヤーン手芸・柔道(初段)、また乙種第4類危険物取扱者、ホームヘルパー2級、障害者ホームヘルパー2級等の資格があります。

では、まだまだ未熟で皆さんに教えていただくことばかりで申し訳ありませんが、これからも頑張りますのでよろしくお願い致します。

## 地域と支えあいたい

「初めは、どう接して良いか戸惑いました。そのうちに普通でいいのだとわかってきましたが」と第三土曜市で一緒する方たちによく言われる。そして、土曜市の発起人の一人である海保さんは、地域力に関する講演の度に私たちとの関わりについて語り、「地域の仲間」としてのつながりの大切さを訴えてくれている。また、ゆりのき通りの三店舗には、メンバーの絵画や手芸品などをディスプレイとして利用してもらっている。

「自分たちからも地域に出て行こう」という意識が新しい出会いを得たと思われる。土曜市の出会いから個人的な付き合い、あるいは他の地域との関わりなどに広がっている。

土曜市で培われた、阿吽の呼吸的な「メンバーそれぞれの役割分担」が、きっと今後の社会復帰に向けても大いに役立つ。そんな思いで新年を迎えた。

平鹿 百合子

## 川柳

地域力みんなを築く西千景だ

元気なら挨拶だけで貰えるね

想い事言葉に出して言うべきか

受験後はイクステイメント英単語

うっとりその後ろ姿がため息に

酢豚です明日も同じ酢豚です

母過労元気を私と居たら

KARAを親で鼻血が出て出て止まらない