

平成 24 年 10 月号

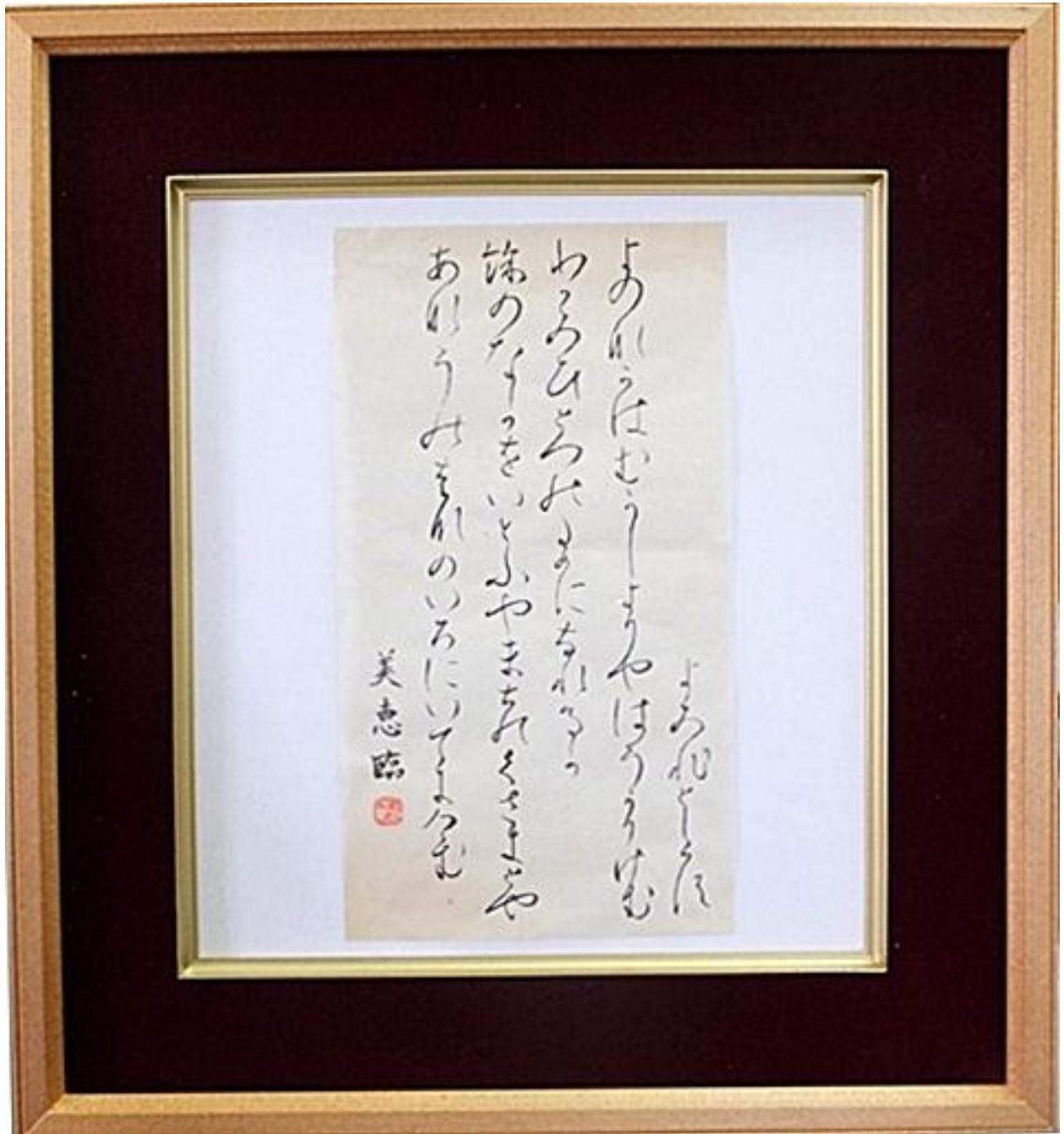
メンバー、ボランティア、学生  
みんな仲間!

# けやきと仲間 めーる



こころの病と闘っている人々と千葉大学生や周囲地域との協働の会 地域活動支援センター「けやきと仲間」

平成 24 年 10 月 1 日(第 90 号)



千葉市障害者作品展に出展する J.M さんの作品です。

## バス旅行記(9月13日)



東金市松之郷のぶどう園でのバーベキュー、楽しみで子どものようにはしゃぐ自分がいました。気持ちまでゆったりできそうなほどの大きなバス「たいよう号」が好きでした。ところが、たいよう号が故障したとのことで、急きょ、手配して頂いた「スクールバス」、総勢19人が、補助席も使った旅行でした。誰かの話し声が全部聞こえてきて、それはそれで温かいものが伝わってきました。

今年の暑すぎる異常気象で、ぶどう狩りの時期は終わってしまっていて、「ぶどうもぎはできません」という札が下がっていました。

それでも、緑に囲まれた、ぶどう棚の下でのバーベキューは格別でした。手際よく焼いてくれる人、食べるのが専門の人、「まだ、ナマだよ」と言われている人・・・ もちろんぶどうも、ワインも、ぶどうジュースも、ぶどうアイスも美味でした。

何人かの、いずれヘルパーとして働かせていただく予定のグループホーム(知的障害者対象)の利用者さんとスタッフの方も合流してくれました。早速、スタッフさんの手伝いをするメンバーもいたりして和やかな雰囲気が増しました。

満腹になったところで、ときがね湖に散策する人、ベンチで昼寝の人、就労してなかなか会う機会のない人とずっと話している人、車で2分ほどの所にあるグループホームを訪ねる人(スタッフの方の車で送迎してもらった)など思い思いに過ごしました。

完熟のお土産用のぶどうを片手に、嬉しくなるバスに乗り込みました。2時半に出て3時過ぎには西千葉に。近くても足りないと言う人もいましたが、私は、残暑に負けないで済んだこの小旅行に満足でした。最後に実行委員の中村さんに感謝致します。ありがとうございました。



(記・葡萄が大好き人間)

## 新しいプログラム「ヨガ教室」が始まりました



9月から、新しいプログラム「ヨガ教室」が始まりました。講師は新しくボランティアとして参加された京乃ともみさんです。

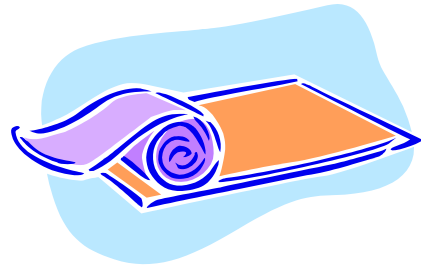
9月7日(金)に第一回が行われました。暑かったこともあり、参加者は皆汗びっしょりになりましたが、「新陳代謝が良くなった」と好評でした。





今後も月に一回のペースで行われますが、10月は5日（金）を予定しています。

なお、参加の際バスタオルをお忘れなく。



## 「美香の教室」のご案内

『美香の教室』はフットセラピーを体感して頂くプログラムです。

私の行うフットセラピーは、西洋の反射療法(リフレクソロジー)と東洋の経絡・ツボ療法と運動生理学をミックスした画期的な操法です。

自律神経やホルモンの調整をはかるなど気血の流れを円滑にし、内臓の働きや、身体各部の異常を整え、不眠、疲労、頭痛、腰痛、その他代謝不全による色々な症状に有効とされています。

少し長くなりましたが、理論よりまずはけやきへ体感しに来てご自分で確かめて下さい。皆様にお会い出来るのを楽しみにお待ちしております。施術希望の方は食後1時間を避けフェイスタオルを2本お持ち下さい。

なお、時間の関係上、施術は1回5名までとさせていただきます（無料です）。次回は10月16日（火）です。どうぞよろしくお願ひします♪

M.M

川  
柳

スマホ買い喜んだのははじめだけ

スタートを真から思う還暦に

ボク死んでいつまでするの墓参り

何かこう行動せずにいられない

父は言うとにかく無理はするなよと

四十路の子抱いて寝たこと忘れない

乗り切った親孝行の飛行旅

## 詩

### 暁

街灯が  
ひとつふたつ消えていく

朝の光の中に  
もはや  
語ることをやめたらしい  
同じ街でも  
違う星のたたずまい

これから先  
何が降りかかろうとも  
太陽は昇る  
命は燃えるように輝く

希望は  
いつだって尽きることなく  
大地に目覚める

### メロディー

響きあえば  
天使のようなメロディー

銀色のフルートふたり  
見つめあえば  
同じ思い抱いている

同じ男の子がすきなんだ

天使になりたいふたり  
放課後の教室で  
いつまでも奏でるメロディー

(作：Y.H)

