

メンバー、ボランティア、学生  
みんな仲間!

令和2年4月号



# 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」  
令和2年4月1日(第180号)



ハンドベル  
ぶっつけ本番で「若者たち」

## けやきと仲間のミニミニスプリングフェスティバル

3月15日のスプリングフェスティバルが中止となりました。その日に向けて月に2回、榎隆彰さんの指導のもと、ウクレレ演奏の練習に励んできました。そこで、3月11日のウクレレの練習日の形を少し変えました。積み上げてきた練習の成果のお披露目、そして、フェスティバルのポスターに応募して入選した方たちの受賞祝いも兼ねて、ミニミニスプリングフェスティバルを行いました。

・ケヤキやめないで良かった。結束力抜群だ(Aさん)



ポスターを作成し  
入選した3人



齋藤美乃さん、毅さんによる親子コラボ  
スピッツ「ロビンソン」。いつの間にか合  
唱になっていました。



アクリルタワシ  
売りたいかった!



ギター演奏「第三の男」に聴き惚  
れました。



## 私にとっての「ピアサポート」

### 千葉県精神障害者ピアサポート専門委員養成研修を受講した大江さんにインタビューしました。

研修が終わって一か月近くたった今、「あつという間の出来事だった。今は寂しいという感情でいっぱい」という思いがします。まず、1月22日から3日間の座学がありました。ピアサポーターの方たちの助言に、気が付けば身を乗り出すように集中して聞き入っている自分がいました。そのなかで、ピアサポーターは、自分ではそのつもりではないのに、言動が「上から目線」と思われてしまう傾向があるようだ学びました。「けやきと仲間」のピアサポーターとして活動する時も「傾聴」「自分の思いを押し付けない」ことを学んできたので、改めてその大切さを胸に刻んで、18日間の実習に臨みました。

実習先は木村病院であり、デイケア中心でした。8時半から15時半まで・・・はじめはあつという間に一日が過ぎましたが、次第に一日がながく感じて、「研修に行っているだけで良いんだ」と自分に言い聞かせたりしました。今思えば、きつくて苦しかったです。プログラムの合い間の過ごし方、接し方が難しかったです。しかし、終盤に入ると不思議なもので「あれもしたい」「こういうこともやってみたい」という気持ちが強くなったのです。最終日には、利用者さんたちが声をかけてくれて、名残惜しいのは自分だけではなかったことを知り、なぜか涙が出てきました。2月28日、29日の後期の座学が中止になり、そこで吐き出したかったので残念でもあり、逆にホッとしたりしています。毎日の日誌提出はきつかったです。初めは、「汚くて読めません」と言われてやり直したことも。一日を振り返りながら日誌を書くことにより、ずいぶん学ぶことが出来ました。例えば、自分の力量を過信して、「なんでも知っているんだぞ」と知ったかぶりする性格だったことに気がきました。「これじゃいけない」と、真摯に自分と向き合えたことが、今後の自信につながればと思います。

デイケアでのプログラム前の朝活の20分間のウォーキングが一番楽しかったです。素の自分でいられました。そう、ピアサポーターではなく、ピアであることが居心地が良かった・・・この経験に感謝します。

## 池田三友紀さん



スタッフだった三友紀さんの命日である2月28日の午後、三友紀さんのお父様の池田慎治さんがいらして下さいました。三友紀さんが亡くなられて10年・・・お父様が愛おしそうにお持ちになった三友紀さんの写真を囲んで偲びました。井上さんは、「畑での三友紀さんとの語らいが、どん底にいた自分を救ってくださった」、松尾さんは「西千葉の日高屋で三友紀さんとラーメンを食べている時に、三友紀さんが話したいことがあると言っていたのに、それが最後の会話になってしまいました。どんな話だったのか気になっています」、大江

さんは三友紀さんが忘年会の時にカラオケで歌っていた曲を聞かせてくれて、皆さんで聞き入りました。歌はBUMP OF CHICKENの「車輪の唄」というテンポの速い曲です。ストーリー性のある歌詞が続き、最後はもの悲しい歌詞で終わるので、大江さんは「こういう歌詞が好きなのかな」と思ったそうです。澁谷さんは皆さんの話を聞いて今年も「三友紀さんに会って見たかった」とポツリと。お父様とは何回かお会いするうちにすっかり顔なじみになったとのこと。



三友紀さんへの思いが皆さんひとりひとりの心に温かく生きていくことが実感できて新鮮でもありました。三友紀さんの妹さんは3人のお子さんのお母さんになって韓国で暮らしていて、伯母様の守安さんもお元気とのことで、お父様とお会いになる機会も多いそうです。



川 柳

侮らずコロナ情報共有化

換気して宵の明星見つけたよ

窓も開け換気しながら卓球だ

咳ばらい遠慮がちでも睨まれた

寂しいよ面会謝絶妻と母

カラオケがリハビリなんだ潰れるな

スギ花粉涙も出るは熱も出る

大歓喜親の手術の成功に

五分間白内障の手術です

親離れできない子らしさがみつ

ミニミニのスプリングフェス最高だ