

平成 30 年 3 月 29 日発行

ご来場ありがとうございました

E-JAN 発会 20 周年事業（平成 30 年 2 月 4 日）

## コノ地ニ生キル幸セヲ

## 鈴木重子コンサート&こころのトーク



### お礼とご報告

代表理事 大場義貴

E-JAN は平成 29 年 12 月で発会から 20 年が経過したことを記念して、平成 30 年 2 月 4 日に、浜松市福祉交流センターホールにて、浜松やらまいか大使である鈴木重子さんをお招きして、コンサートとトークイベントを行いました。

当会は、発会してから社会に向けて精神疾患についての正しい理解の普及や、精神障害がありながらも、活き活きと暮らしていける地域の実現のため、精神保健医療、福祉の専門職や当事者や家族、ボランティアなどとともに、交流会や勉強会、講演会などを行ってきました。

特にここ 10 年ほどは、絵画や写真、創作活動の発表の場としての「あ〜と de い〜ら」や、精神疾患の体験を語る、体験発表会「じゃんだらにい」を浜松市内の関係者と共に企画運営しています。精神疾患の体験や回復の過程での葛藤や出会い、様々な苦労や絶望とどう向き合い、どう生きていくのかという生々しい語りがあり、毎回、参加者は心が震える体験をします。

今回 20 周年の事業を考え始めた時、鈴木重子さんが浜松北高校から東大へ進学し、弁護士を目指す過程で、人生において深い葛藤や悩み、追い込まれる体験等を抱えながら生き、その結果、歌手となる決断をしたこと。「じゃんだらにい」のきっかけになった、北海道浦河の「べてるの家」をモデルにしたミュージカル『ルリの恋と昆布の森は千年続く』で精神科医役を演じたということを知り、この方となら、誰もが生きることに向き合い、地域で自分らしく暮らすということを、一緒に考え、発信できるのではないかと、お願いをすることになりました。

当日は約 450 名の方にご来場いただきました。第一部のコンサートでは、鈴木重子さんが、E-JAN のためにチョイスしてくれた、こころにしみる歌の数々が会場いっぱいに響きわたる時間を、第二部では、鈴木重子さんが丁寧かつやさしく咀嚼して下さり、鈴木重子さん & 体験発表の方の世界観が会場にしみ渡るような時間をご来場の皆さまと共有できました。



今回の鈴木重子さんとの出会いは、私たちに与りましても、とても貴重で深い意味のある体験であったと思います。うつ病や統合失調等の精神疾患やひきこもる若者、自ら命を絶ってしまいたいぐらいの絶望を抱える人、その苦しみを自分や周囲に向けるしかない人、そして支えようとする人、一人ひとりのいのちや想いが「つながる」ことで、「安心や安全な居場所や関係」ができることを教えてくれました。

当日配布したアンケートは 114 枚の回収数があり、多くのみなさんの感想、貴重なご意見をいただくことができました。

この度の 20 周年事業は、E-JAN の存在や活動を、より多くの皆さまに知っていただくきっかけにしたいという思いもありました。その意味で、来場された皆さまが、仕事においても、日常生活においても精神保健福祉と深いかかわりを持ったことがない方々がほとんどであったというアンケート結果は、当事者やその周辺の関係者だけの関心領域と捉えられがちだった E-JAN の存在意義を、この記念事業を通じて無理解や偏見の垣根を飛び越えて訴えることができたという、素晴らしい成果をもたらしました。



参加者年齢層も幅広く、下は親御さんに連れられた 10 代前のお子さんから、上は 80 歳以上の方まで、世代を超えて感動を共有することができました。まもなく社会に出て行こうとする、あるいはすでに社会の荒波にもまれている子どもたちを持つ多くの皆さまに E-JAN を知ってもらえたことは、今後の活動を続けて行く上で非常に大きな推進力となることでしょう。

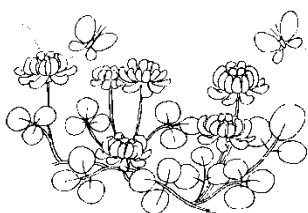
E-JAN は今後も、精神障がいやひきこもる若者の苦しみを共有し、一人ひとりにとっての「コノ地ニ・生キル・幸セヲ」が叶えられるよう活動を続けて行くことで、20 周年事業のお礼とさせていただきます。

## みなさまからお寄せいただいた感想をご紹介します

(浜松 NPO ネットワークセンター 井ノ上代表理事様から)

今日はありがとうございました。たったひとつの、でしたっけ？何故か最初から涙がポロポロ出て。重子さんの歌声すごいです。

最後の方のお話に出てきたこと、E-JAN の存在意義はとても大きいと確信しました。E-JAN や視覚障害者支援に関わるウイズもそうですが、覚悟して立ち上げた活動を通して、まさに「人生を生きていく上の安心」を得ることができるからです。ああ、もし私、目が見えなくなってもウイズがある、って。今日もし、心が風邪ひいたら E-JAN があるって。人が人を助けるってこと、助けられた人だけではなく、その場面を見た人も助けることになるんだと思うのです。



というのは、もし自分が大変なことになったときには、必ず誰かが助けてくれるに違いないと思えることで、生きていくための何よりの「安心という支え」を得ることができるからです。

今日は素敵な歌声で私のインナーチャイルドが癒されました。そしてもう一つ生きていくための安心という支えをいただきました。ありがとうございました。

第1部…テレビで見たことはありましたが、歌、人柄、とてもよかったです。  
第2部…体験話、勉強になりました。

第1部…選曲がよく、どれも心に沁みわたりました。  
第2部…「安心感のある場所にはパワーがある」という重子さんの言葉が印象的でした。



重子さまの高音がさらに透き通った声になり、聞き入ってしまいました。

初めてギターのパフォーマンスを聴きました。かっこよかったです。

重子さんの歌声に心が癒されました。  
横山さんが自分のことを話されるのはすごく勇気のいることだったと思います。この場に来ることができて本当によかったです。

重子さんの優しさや人柄が表れたライブでした。アメイジンググレイス、息ができなくなるくらい心や体の中に沁み込みました。  
横山さんの話、大変な時を過ごされ、気づきを得て、前に向かって行く姿、応援しています。

こころに響き涙ができました。  
すばらしいひとときをありがとうございました。



## たけのこくらぶ報告

「たけのこくらぶ」は、E-JAN 会員の有志で  
つくるボランティアグループです。  
あなたも一緒に活動してみませんか？

### ☆ お楽しみサロン(食育講座と調理) 11月26日(日) 10:00~13:00 クラブハウス

平成 29 年 11 月 26 日日曜日は、今年度第 4 回 E-JAN お楽しみサロンでした。

#### 「食のお話と麴を使った調理実習」

講師は、健康管理士一般指導員で調理師の  
大木望諤先生

30 分の講義の後、みんなで調理

##### ★本日のメニュー

塩麴の肉じゃが

かぼちゃの醤油麴煮

鶏の照り焼き

ごはん



他にも、先生手作りの金山寺味噌とりんごとさつまいもを煮たデザートもあり、  
癒されました。

麴だけでこんなに甘みがあって美味しいなんて、知りませんでした。

ためになるお話しで、参加者みなさんととても満足。

先生の講義のお話にあった、味噌汁。

我が家は食にあまり気を使わないのですが、味噌汁はだいたい毎朝作るの  
で、具たくさんにして、これから作っていこうと思いました。(高橋)



### ☆ 施設見学 12月5日(火) 9:30~13:30



#### ①「アグリファーム しっぽの里」(株)グリーンマッシュ(浜北区豊保)

就労継続支援 A 型の事業所で、精神、知的、発達障害の約 20 名の方  
が、野菜の栽培、出荷をしていました。グループに分かれリーダーの  
指示のもと、農家さんに負けない野菜を作っていました。

一人ひとりが作業の内容を毎日ノートに記録しているそうです。

仕事は未経験でも協調性のある人を募集中とのことでした。

#### ②「ひだまりのみち さんぽみち」(東区中郡町)

「ひだまりのみち」は生活訓練と就労移行訓練、継続支援 B 型の施設  
ですが、就労だけを目指すのではなく、自分の弱点を知ったり、対処の  
仕方を学んだり、人とかかわりを大切にする「ゆるい」場所でありたい  
とのことでした。

ほっこりした雰囲気の中で、皆さんと一緒においしいランチをいただき  
ました。

#### ③「スマイルベリー」(浜北区寺島)

就労継続支援 A 型の事業が多く、ニラ栽培、部品加工、ポリ缶の洗浄、シール貼りなど様々な作業を行っ  
ていて、事業は安定しているとのことでした。

夏季にはブルーベリー観光農園とカフェの営業も行っているそうです。

皆さん黙々と作業をされていました。時間がなく、お話を聞けなかったことが残念でした。

それぞれ個性のある 3 箇所を見学させていただき、いい勉強になりました。(平野)



①「グループホーム ぐるぐる」(E-JAN の西側)

現在 5 人の 30 歳代女性の方たちが利用している。お試し、ショートステイもある。利用料は月 2 万 5 千円(市から 1 万円補助)。皆でルールを決め暮らしている。

面倒見の良い世話人さんのもと、昼は勤めに出て、和気あいあいと安心して暮らしている様子がうかがえました。

②「認定 NPO 法人 クリエイティブサポートレッツ」

障害福祉サービス事業所 アルス・ノヴァ(西区入野町)

アルス・ノヴァは生活介護・自立訓練(生活訓練)・就労継続支援 B 型・日中一時支援、放課後デイサービス等の事業をしている。就労メニューとしての「のヴァアテレビ」(YouTube 公開中)や、すべての人に

開かれた私設公民館「のヴァア公民館」の運営、だれでも参加できる「かたりのヴァア」の開催などを行っている。

皆さんがアート(美術・音楽)に取り組んでいるところを見学し、クリエイティブサポートレッツ久保田代表から、アルス・ノヴァの状況や取り組みについてうかがいました。

本人の良いところを育てよう、問題行動も本人の表現としてとらえよう、街の人との交わりを求めて始めた「たけし文化センター」。最終的に出来上がったものではなく、その過程とそこに展開されている行為やそれによってつくられる関係性を大切にしているとお話に、自身大いに反省し、感服いたしました。久保田代表と語る「ミドのヴァア」が毎月第 2 火曜日・午前にのヴァア公民館であることを知り、時間をみつけて参加しようと思いました。(石川)

☆ 交流会(新年会) 1月14日(日) 13:00~15:00 クラブハウス



1月14日(日)にE-JAN 新年交流会が行われました。クラブハウスにはたけのこくらぶの部員や、お楽しみサロンや交流会にお見えになる方などいつもの顔ぶれがそろいました。

参加者には昨年 3 月にて仕事を退職された方や理事を降りられた方など、それぞれ環境が変わられ新たな立場で新年を迎えられた方もおられ、かく言う私も昨年の 5 月に仕事内容が変わった中で E-JAN の活動に携わるようになりました。

仕事が忙しく、疲れているときもあるのですが、E-JAN の交流会やサロン活動に参加させていただきボランティアさんたちとお会いすると気持ちがホッと和んだり、暖かな気持ちで気持ち新たに仕事に挑めるので、頑張っという集まりには参加しています。

新年交流会も、皆さんとお菓子をつまみながら折り紙に悪戦苦闘したり、皆さんとおしゃべりしたりして、今年も 1 年気持ち新たに仕事もたけのこくらぶも頑張るぞと思って帰宅いたしました。

ボランティアの立場で、少しでもご病気で困られている方のお役に立てればと思います。本年もいろいろと勉強させて下さい。よろしくお願いいたします。(池谷)

☆ お楽しみサロン(フラワーアレンジメント) 2月18日(日) 13:00~15:00 クラブハウス

僕は精神疾患もちで、ちよくちよく居場所を広げる形で、家にいる時間を減らしている。たまたまモニタリングを「ぷらたなす」で行っていたり、昔からの知り合いの人にあたりで E-JAN のサロンや茶話会に興味があった。

何回か参加しているうちに今回のフラワーアレンジメントをやった。以前通っていたデイケアでやったこともあって、ちゃちゃっとやった。褒められることは少ないので楽しかった。これからも参加できたらいいなと思っています。(ムラキング)





4月	10日(火)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
	11日(水)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	同上
	22日(日)	交流会(茶話会)	13:30～15:00	クラブハウス
5月	11日(金)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
	13日(日) ※雨天20日	お楽しみサロン(バーベキュー)	10:00～14:00	「グループホームぐるぐる」さん 前庭
6月	9日(土)	通常総会	10:30～11:30	ひだまりのみち (東区中郡町)
	11日(月)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
7月	1日(日)	お楽しみサロン(歌声タイム)	13:00～15:00	クラブハウス
	11日(水)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	イオン浜松市野店 マックスバリュ浜松助信店
8月	11日(土)	イエローレシートキャンペーンの日	終日	同上

☆ 3月のイエローレシートキャンペーンは、イオングループの東北応援キャンペーンのため実施されませんでした。その分4月に2回実施されます。

☆ 毎年6月に開催していた、当事者体験発表会「じゃんだらにい」は、11月に開催の予定です。

☆ 行事の詳細については事務局までお問い合わせください。



## 事務局から



### ご寄付をくださったみなさまへ

ご寄付くださったみなさまの尊いお気持ちに感謝して、お名前を通常総会資料に掲載させていただきたいと思っております。匿名を希望される方は、恐れ入りますが4月13日(金)までに事務局へご連絡ください。該当の方は「寄付金受領証明書」の寄付金欄に記載のある方と品物でご寄付をくださった方です。

#### ～編集後記～

- ・ 三寒四温を繰り返して、確実に花の蕾も膨らみ、春の訪れが進んでいたようです。いつも春の温かな日差しのようなE-JAN通信をお楽しみいただきありがとうございます！！(山)
- ・ ようやく暖かさを感じ、過ごしやすい季節になりましたね。…しかし、春は花粉症の季節！目の痒さが一番つらいものがありますが、マスクマンになって、この季節を切り抜いていきたいと思っております。今年度もよろしくお祈りします！(大畑)
- ・ 季節の中では春が一番好きです(花粉症がなければ！)。花も咲き、のどかな陽気に、近くの公園のスズメも元気そうに見えます。私も、今年度を元気にスタートしたいと思います。(杉浦)
- ・ 編集委員1年目が終わろうとしています。2年目も頑張ります。ご意見をお寄せくださいね。(大谷)