

すぎなみ151便り

おこまりさん

2010年

わたしは こまって おこまりさん
あなたも こまって おこまりさん
おこまりさん は おたがいさん
わかりあえれば ありがとうさん

1月号



1987. sakamoto
11月4日 Koumiyou.

おことわり

これまで「おとなりさん」という誌名で「すぎなみ 1 5 1」の会報を発行し皆様にご愛読いただいておりますが、2010年1月下旬に、〒143-0016 東京都大田区大森北 1-12-7-202 に所在する株式会社ハーツ&マインズが「月刊 おとなりさん」という同名の大田区地域情報誌を27年に渡り発行していることが分かりました。

(URL: <http://www.otonarisan.com/>)

念のため、同社に「おとなりさん」を会報の誌名として継続使用したい旨お伝えし承諾をお願いしたところ、承諾をいただかず誌名変更の要請がありました。

そのため、これまで「おとなりさん」として発行していた「すぎなみ 1 5 1 便り」の誌名を変更せざるを得ないこととなりました。

皆さんには新しい誌名を考えていただき、沢山の候補が挙がっておりますが、とりあえず今月号は「おこまりさん」とすることにいたしました。

今後とも引き続きご愛読いただけますようお願い申し上げます。

2010年1月27日

編集責任者：丹菊敏貴

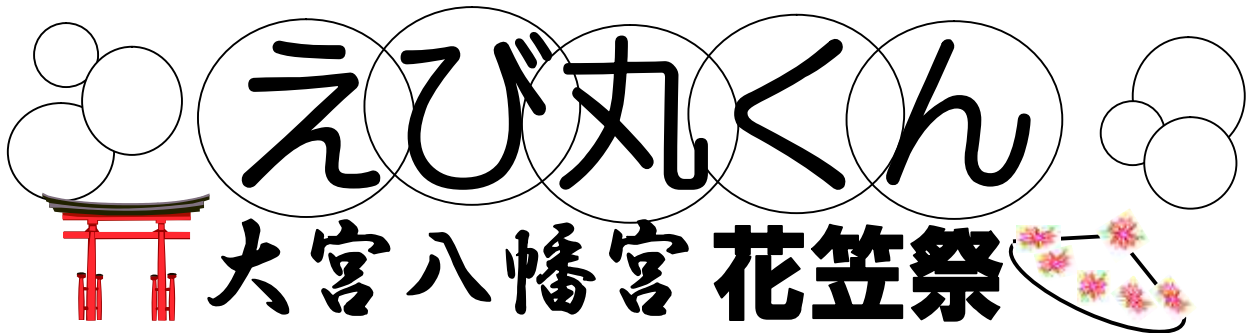
目 次

1. 【12月の主な出来事】
2. 【12月の主な出来事より】
- | |
|----|
| 広告 |
|----|
3. 【12月のメンバー・ミーティング】
4. 【さんぽみち】
5. 【今月の「駄洒落クイズ」】
6. 【エロジ「心の詩」】
7. 【一美の密室】
8. 【今月の4コマ漫画】
9. 【我ら西永福妄想族】
10. 【ヨッチン文学】
11. 【ホーム・ページ開設のお知らせ】
12. 【銀坊の窓】
13. 【「すぎなみ 1 5 1」スタイル】
14. 【2月の予定】

1. 【12月の主な出来事】

- 12月12日(土)「えび丸くん」出店 @大宮八幡宮 花笠祭
12月16日(水)エアコンのクリーニング @すぎなみ151
12月16日(水)ソフト・バレーボール合同練習 @中部センター
12月21日(月)「すぎなみ151支援員懇談会」 @fermata
12月22日(火)床のワックスがけ @すぎなみ151
12月24日(木)クリスマス会 @すぎなみ151
12月26日(土)杉並家族会主催「合同望年会」 @オブリガード

2. 【12月の主な出来事より】



12月12日(土)、今年も、毎年恒例の「えび丸くん」を大宮八幡宮で行われるサミット主催の花笠祭に出店いたしました。

日本では、年に2回しか食べることができないという「えび丸くん」。すっかり花笠祭の名物になりました。

今年の「えび丸くん」は、約148食が売れました。180食は売れるだろうと予測していましたが、思ったほど売れなかったのは残念でした。

11名が「えび丸くん」出店に参加しました。

今回の総売上高は 44,600 円。粗利は 30,877 円。参加 1 単位当たり 500 円として参加者への報酬総額は 30,250 円（総単位数は 60.5 単位）でした。

かつては「たこ焼き」だったものを、具材をタコから乾燥エビと冷凍ムキエビに改良して、「えび丸くん」と命名して出店していますが、お客さんの中には「え～たこ焼きじゃないの？ たこ焼きが食べたいのよ～」という人も毎回 1 人はいらっしやいます。まあ、たこ焼きはどこでも食べられますからね。

2010 年の「えび丸くん」出店の時には、もっと事前に宣伝をする予定です。今年も 2 回予定している「えび丸くん」を食べに来てください。」



クリスマス・パーティー



12 月 24 日、街はクリスマスモードで賑わう中、「すぎなみ 1 5 1」でもクリスマスパーティーが行われましたが、それまでの道のりは決して平坦なものではありませんでした。

始め 4 人いた幹事さんのうち、途中で 3 人が出席できないという事になり、残った 1 人は大慌て。

急遽日程を変更しようとしたのですが、予定を組んでいたメンバーからは「急にそれは困る！」と言われ、さらに窮地に立たされ寝ても覚めてもクリスマスパーティーのことで頭がいっぱいに……。

しかし、経験豊富なメンバーの助言を受けながら、ピザやケーキの予約など少しずつ準備を進めていきました。

パーティー前日に、近くの食品スーパーで冷凍のポテトやチキンなどを買い出しに行って、「これで準備は万端！」と当日を楽しみにしていました。

…が、当日。

メンバー「さあ準備しようか！」「あれ？冷凍食品ってこれだけ…？」

幹事さん「そうだよ」

メンバー「これじゃあ全然足りないよ～！」

幹事さん「じゃあ買いに行かないと」

ということで急遽追加の買出しに行き、準備再開。

お昼頃に準備が整い無事にパーティーが始まりました。

パーティーといっても始まって30分くらいが勝負です。用意したご馳走もあっという間に胃袋に収まってしまい1時間もしないうちにまったくムードに。

色々大変だったけど、美味しく楽しいクリスマスパーティーになりました。

めでたしめでたし。チャンチャン。と言いたいところですが…

翌日 12月25日。

クリスマスパーティーの領収書を整理していたスタッフが目を疑いました。

「あれっ、昨日食べてないモノがいっぱい…どうということ？もしかして…」

ドキドキしながら冷蔵庫を探してみると、なんとメンバー専用の冷蔵庫に入りきらないほどの冷凍食品が…

実際は、入りきらなかった食材がいつも使っている冷蔵庫に収められていて、24日に食べたモノは買ってきたモノのほんの一部だったのです。

誰も気付かず、幹事さんもすっかり忘れていたのでした（苦笑）

じゃあ今日もクリスマスパーティーをしよう！ということになり、今年はクリスマスイブ・クリスマスともにみんなで楽しくご馳走をいただきました

色んな逆境の中、最後まで責任を持って頑張ってくれた幹事さん、本当に本当にお疲れ様でした！！

広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告

ヒューマン・クリエイション

しばらくお休みをしていました「クリエイション」を「ヒューマン・クリエイション」と名称を変更して再開いたします。

「ヒューマン・クリエイション」は精神科ユーザー当事者の為の自助グループです。「すぎなみ 1 5 1」のメンバーでなくても参加できます。

「すぎなみ 1 5 1」の一部を使わせてもらい実施しています。

開催日：毎月第3水曜日

(変更することもありますので、必ず事前にお問合せ下さい。)

時間： 14:00～16:00

場所： すぎなみ 1 5 1 和室

対象者： 精神科ユーザー

参加費： 無料

問い合わせ先： 03-3325-9275 (「すぎなみ 1 5 1」内)

担当： 森重

この自助グループは、当事者のみで運営している当事者のグループです。自分の気持ちや体験を参加者で分かち合います。

やっぱり同じ苦しみを経験した者同士でしか分かり合えないことってあるんですね。「ああ、こういう苦しい体験をしたのは自分だけじゃないんだ」ってこの「ヒューマン・クリエイション」で分かった人が、その後気持ちが軽くなったんだそうです。

あなたも「ヒューマン・クリエイション」に参加してみませんか！

広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告 広告

3. 【12月のメンバー・ミーティング】

12月1日(火)

1)「12月の行事クリスマス会について」

〔相談〕

幹事より：

クリスマス会は12月24日に決めていましたが、幹事2名が24日に参加できなくなってしまったので、12月22日に変更したいと思うのですがどうでしょうか。

〔意見〕

・幹事さんが参加できなくなってしまうと困るから仕方ないのではないのでしょうか。

・でも、幹事さんが自分で12月24日に決めたのだし、外来の日程をずらすとかできないのでしょうか。

・幹事さんが12月24日に決めて、参加者を募っているので、既に申し込んでいる人は日程が変わると困るのではないのでしょうか。

・幹事さんが出られなくても、段取りだけとっておいてもらえれば、当日は他の人で協力してできるから、予定通り12月24日に実施したほうがよいのではないのでしょうか。

・でも、せっかく幹事をやってくれているのに、その幹事さんが参加できないのでは気の毒な気がするけど。

〔結論〕

日程は変更せず、12月22日に実施することになりました。

当日幹事さんは参加できませんが、その他の人で協力してクリスマス会を実施しましょう。

幹事さん、残念！

2)「ソフト・バレーボール大会の反省について」

〔反省会〕

有志より：

皆様、11月19日(木)のソフト・バレーボール大会お疲れ様でした。

反省点とか感想とかあればお願いします。

・当初勢いで2チーム作ってしまい、結局1チームしか組むことができなかったので、来年チーム編成をするときは、人数に余裕を持ってやりましょう。当日急に参加できなくなる人も出てくるので、余裕がないと難しいです。

・競技部門に出場しましたが、競技部門への出場は初めてだったので、ルールをきちんと把握できておらず、ネットの高さが交流部門より高いとか、スタッフは参加できないとか、女子を最低1名入れないといけないとか、調整が難しい点が出てきました。最終的には、当日唯一参加できた女子1名が全試合プレイしてくれたので何とかかなりでしたが。

- ・今年は今4試合負けてしまった。来年は勝てるようにしたい。
- ・全試合負けてしまったけど、「すぎなみ151」として競技部門に出るのは初めてのことであったから健闘したと思います。来年がんばりましょう。

3)「大掃除について」

〔相談〕

気になっている人より：

少しずつ年末の大掃除をしていきましょう。日程を決めていったほうがよいと思うのですが。

〔結論〕

台所の換気扇（レンジ・フード）と、多目的室の換気扇は、昼食後の片付けのとき役割分担をして少しずつ掃除することになりました。

床のワックスがけは12月22日午前中からやることになりました。

エアコンのクリーニングは、業者が12月16日の中部バレーで人がいなくなる時にやります。

4)「大宮八幡の花笠祭への「えび丸くん」出店について」

〔お知らせ〕

職員より：

12月12日（土）は、毎年恒例、大宮八幡宮でおこなわれるサミット主催「花笠祭」に「えび丸くん」を出店します。参加希望者はシフト表に参加できる時間帯と名前を記入しておいてください。

5)「中部バレーについて」

〔お知らせ〕

キャプテンより：

12月16日（水）13:00から16:00、中部センターで合同ソフト・バレーボール練習があります。

6)「合同望年会について」

〔お知らせ〕

職員より：

今年の杉並家族会主催の合同望年会はオブリガードで12月26日（土）におこなわれます。

7)「年末・年始の予定について」

職員より：

12月28日（月）今年最終日です。

12月29日（火）から1月5日（火）まで冬休みです。

1月6日（水）年明け仕事始めです。

8) 「写真について」

〔お知らせ〕

職員より：

はとバス・ツアーとソフト・バレーボール大会の写真ができています。写真を申し込む人は今日の 17:00 までに申込用紙に書いておいてください。

9) 「作業着について」

〔お願い〕

気になっている人より：

作業着を使ったら、ちゃんとハンガーにかけて、作業着をかける場所に戻してください。脱ぎっぱなしになっていてよくないです。

10) 「靴べらについて」

〔お願い〕

気になっている人より：

玄関の靴べらを使った後、玄関左側にあるフックに戻して置いてください。違うところに置く人がいますが、すぐに見当たらずに不便しますので。

11) 「東京善意銀行からのお誘いについて」

〔案内〕

職員より：

東京都社会福祉協議会が運営している東京善意銀行が、劇、美術展、スポーツ観戦等のチケットを寄付してくれることがあり、案内が E-mail や FAX で届きます。

これらの案内は、マガジンラックに「東京善意銀行」と書いたファイルにその都度綴じてありますので、興味のあるものがあれば申し込んでください。

12) 「AED の設置について」

〔中間報告〕

職員より：

以前メンバー・ミーティングで AED の設置要望が出され、あるメーカーに見積もり依頼を出していましたが、返事が来ません。最近、公共機関等に設置されている同メーカーの AED の約 50% が作動しないという報道があり、自主改修対応をしていることが分かりました。

他のメーカーや様々な導入方法について再検討をすることにしますので、お時間を下さい。

13) 「トイレでの喫煙について」

〔お願い〕

気になっている人より：

最近トイレで煙草を吸う人がいるようです。吸殻がトイレに落ちていることもあります。トイレで煙草を吸うことはやめてください。

14) 「玄関のサンダルの使用について」

〔お願い〕

気になっている人より：

以前皆で決めましたが、玄関のサンダルは、玄関からトイレに行くときだけに使用することになっているので、ビル前清掃、ビル清掃、買物等には使わないようにしてください。

15) 「2010年度の旅行について」

〔お知らせ〕

ポスターを書く有志の人より：

今挙がっている旅行の候補地のアピール用ポスターを年内に書いておきますので、年明けの初めのころに旅行の行き先を決めてゆきましょう。

12月8日(火)

1) 「クリスマス会について」

〔お知らせとお願い〕

幹事より：

クリスマス会は予定通り12月24日におこなうことになりました。

当初4人だった幹事が2人になってしまったので、皆さん協力をお願いいたします。

2) 「大宮八幡の花笠祭への「えび丸くん」出店について」

〔お知らせ〕

職員より：

12月12日(土)は、毎年恒例、大宮八幡宮でおこなわれるサミット主催「花笠祭」に「えび丸くん」を出店します。参加希望者はシフト表に参加できる時間帯と名前を記入しておいてください。

当日下ごしらえから参加して下さる方は、8:30に「すぎなみ151」に集まってください。屋台の営業は11:00～15:00の予定です。

3) 「年末・年始の予定について」

〔お知らせ〕

職員より：

12月16日(水) 中部バレー

12月16日(水) エアコンのクリーニング(業者が来てやります。)

12月22日(火) 大掃除(床のワックスがけ)

12月24日(木) クリスマス会

12月26日(土) 杉並家族会主催の合同望年会

12月28日(月) 今年最終日です。

12月29日(火) から1月5日(火) まで冬休みです。

1月6日(水) 年明け仕事始めです。

4) 「東京都障害者スポーツ大会のソフト・バレーボール大会について」

〔お知らせ〕

職員より：

2010年1月20日に、東京都障害者スポーツ大会があり、参加チームの募集案内が来ています。
申込み締切りは12月21日です。

参加するかどうか検討しておいてください。

来週のメンバー・ミーティングで決めることにしましょう。

5) 「2010年度の旅行について」

〔お知らせ〕

有志より：

2010年度の旅行の候補地として、大阪、鳥取、広島、鹿児島が追加になって、アピール・ポスターを作って貼っておきました。年明けに候補地を絞ってゆきましょう。

6) 「1月の行事について」

〔呼びかけ〕

気になっている人より：

1月の行事を決めてゆきましょう。候補を挙げてください。

狭山スキー場、警視庁見学、初詣、井の頭公園(動物園)、カラオケ、映画、寄席(初笑い)

その他候補を思いついた人はホワイト・ボードに書き足してください。

来週以降決めていきましょう。

7) 「有償活動について」

〔問題提起〕

気になっている人より：

ビル前清掃ですが、落ち葉時期はビル前の歩道の落ち葉を掃くのに時間がかかるので、15分では清掃しきれない場合もあります。ビル前清掃の報酬は通常は時間かっても15分が基準時間で200円しかつきません。でも、落ち葉時期は15分では難しいこともあるので、基準時間を30分にするとか、2人で15分でやるとか調整が必要だと思います。

でも、事後申告だと色々とメンバー間でもめることがあるようなので、清掃を始める前に職員と現場を確認するとか、清掃をやる人によって掛かる時間が違うので、清掃を実際にやる人が職員と時間調整や人員調整をするようにしたほうがよいと思いますがどうでしょうか。

〔確認〕

そのようにすることになりました。

12月15日(火)

1) 「1月の行事について」

〔お知らせ〕

有志より：

1月の行事を決めましょう。先週、次の候補が挙がりました。

狭山スキー場、警視庁見学、初詣、井の頭公園(動物園)、カラオケ、映画、寄席(初笑い)

〔結果〕

カラオケ(初歌)に決定しました。

〔ぼやき〕

またカラオケかよ～。オレはカラオケ嫌いなんだよな～。

2) 「年末・年始の予定について」

〔お知らせ〕

職員より：

12月16日(水)10時～ エアコンのクリーニング(業者が来てやります。)

12月16日(水)13:00～ 中部バレー(昼食作りなし)

12月22日(火)大掃除(床のワックスがけ)(昼食作りなし)

12月24日(木)クリスマス会

12月26日(土)杉並家族会主催の合同望年会 場所：オブリガード 現地集合・現地解散
受付11:30～ 開宴12:00 会費500円

12月28日(月)今年最終日です。

12月29日(火)から1月5日(火)まで冬休みです。

1月6日(水)年明け仕事始めです。

3) 「クリスマス会について」

〔お知らせ〕

幹事より：

10:00 頃集まってもらって準備に協力お願いします。

12:00 から会を始められればいいと思います。

ポスターはこれから書いておきます。

12月22日(火)

1) 「クリスマス会について」

〔お知らせ〕

幹事より：

10:00 頃集まってください。準備を始めます。協力お願いします。

12:00 から会を始めたいと思います。

23名参加の予定です。1人だけ会費が未徴収です。

2) 「トイレ清掃について」

〔疑問〕

職員より：

トイレ清掃ですが、私は少し腹を立てています。

随分長い間トイレ清掃用の洗剤が空のままなんですよね。洗剤を使わずに清掃しているのでしょうかね。ちゃんと清掃ができていいのかやや疑問です。清掃に必要な消耗品等は買い置きもあるので補充してください。

3) 「年末・年始の予定について」

〔お知らせ〕

職員より：

12月24日(木)クリスマス会

12月26日(土)杉並家族会主催の合同望年会

場所：オブリガード 現地集合・現地解散

受付 11:30～ 開宴 12:00 会費 500円

今年も「すぎなみ 1 5 1」は豚の角煮を作って持ち寄ります。

12月25日(金)に角煮の仕込をしますのでお手伝いをお願いします。

12月28日(月)今年最終日です。

12月29日(火)から1月5日(火)まで冬休みです。

1月6日(水)年明け仕事始めです。

4) 「1月の行事について」

〔お知らせ〕

幹事より：

1月の行事はカラオケに決定しました。

1月19日(火)に行います。

場所は永福町の「カスタンネット」という場所で行います。

幹事が私1名ですが、他に誰か一緒に幹事をお願いします。

〔結果〕

Oさんが一緒に幹事をやってくれることになりました。

5) 「中部センターでのソフト・バレーボール合同練習について」

〔お知らせ〕

キャプテンより：

行事の翌日、1月20日(水)に中部バレーがあります。参加よろしくをお願いします。

以上

4. 【さんぼみち】 ~河田隆利エッセイ~



内藤新宿につむじ風が吹いた

昨年暮れ野暮用があって新宿の西口の雑踏の中にいた。

時間は丁度12時。近場のOLやサラリーマンが近くのビルから一斉に楽しい昼食をとる為に出てきて、店の前のメニューサンプルを眺めながら通り過ぎていく。

待ち合わせは2時だから、久しぶりにこの辺りを流してご飯でも食べてみようと思い、あちこちと見て回ったが、心に訴えてくるメニューがあまり見当たらない。やはり高島屋あたりか、それとも中村屋の牡蠣フライにでもしようかと踵を返した矢先、『ターキッシュ料理・ウスキュダル』という看板が目に入った。

【ドネル・ケバブ・ランチ・・・1200円】とある。トルコ料理もたまにはいいなあと、ビルのエレベーターに乗り込んだ。席に案内され、先ほどのドネル・ケバブ・ランチのラム肉をオーダーして水を一杯飲んだところで、『はてっ?』と思った。厨房の中にもドネル(註*1)らしき物が1本も見当たらないのだ。

『また店選びを失敗したか』と舌打ちして、今日はもう運命に己をまかせようと覚悟を決め、『1200円』に幾ばくかの金を積めば、白目米(註*2)に松島の牡蠣フライが食べられたのになあ』と悔やんでしまったが・・・これが不幸の始まりだった。

でてきたサラダは、胡瓜の細切り・キャベツの千切り・トマトの千切り・レタスの千切り・・・全部千切りなのだ。ほとんど屑野菜に、如何にも安物のピュア・オリーブオイルと穀物ビネガーにレモンを加えたドレッシングで、またそのレモンがポッカの製品だとすぐわかる。

ポッカに恨みは無いのだが、レストランなんだからレモン位本物だせよ、と思うと無性に怒りが込み上げてきた。

本来、ターキッシュサラダと云えば山羊のチーズをふんだんに盛りつけた【羊飼いのサラダ】(註*3)と云う代表的な物があるし、タヴク・サラダ(註*4)イスパナク・タラマ(註*5)等の美味しいサラダがあるが、トルコの一般家庭でもこんな物作る奴いないだろうと云う代物だった。おまけにカボチャのスープにはダマができていないではないか。漉してないのだ。

メインのドネル・ケバブと云えば、大皿にご飯を少し盛りつけ、晒しオニオンに胡麻油を垂らしたものを皿の隅に置き、おまけにドネル・ケバブはラム肉ならぬ牛肉の細切りだったのだ。もちろん客に供する時は薄く切って食べやすくして出すのだが、まるで【青椒牛肉絲】に使う肉のように細切りだったのだ。

よくまあ、こんなに細く切れるもんだ。『関西のハッシュド・ビーフ（註*6）でもこんなに細くは切らないぞ』と別な意味で感心したものの今更しようがない。

味が良ければ勘弁しようとして一口頬ばった。『んがっ！』これがまた堪らないのだ。完全に日本人向けの味付けになっている。つまり適度のスパイスに、BBQソースを想像して貰えばよい。

世界3大料理の面影もないこのトルコ料理を思う時、ダーウィンで食べた日本料理に落胆したのを一瞬思いだしたが、今時大衆にすり寄り、独自文化のフィロソフィーを押し殺し、こうした味付けが受けると思ってる料理人が未だに多い事に落胆せざるを負えない。

渋谷の【アンカラ】や【イスタンブール】等の有名店に行かねば、やはり本物のトルコ料理にはありつけないなあと、苦虫を潰しながら後悔するのだった。

大半の料理を残し店を出ていくボクは、貴重な食の愉しさを返せっ！と心で訴え、師走の雑踏に踏み入れた瞬間、つむじ風が吹いた。つまらない事をまた思い出してしまったものだ。

「内藤新宿につむじ風が吹いた」なんて、笹沢佐保の股旅小説の題名みたいになっちゃったなあ。

註*1・・・ドネル = Doner

トルコ料理を世に知らしめた肉料理
ドネル・ケバブに使う回転式のグリル器。

スパイス、ヨーグルト等で漬けた肉塊
をこれに刺し、回転させながら炙り焼き
にする道具。



註*2・・・白目米 = しらめまい

茨城県のとある小さな農村で、綿々と受け継がれている米のダイヤモンド。新宿・中村屋が自社だけで消費する為に現在は栽培しているだけで流通はしていない。因みにミルキー・クィーンはこの白目米のDNAを受け継いでいるが純種ではない。食べた時の甘さが抜群の白米である

註*3・・・羊飼いのサラダ = チョバンサラタス

羊飼いが山に行く時、サラダの材料を携え、山中で調理したのでこの名前がついたのだそうだ。

**註*4・・・タヴク・サラダ = Tavuk Salata**

スパイスで味付けしたチキンのピリ辛サラダ。タラモ・サラダと共にギリシャやキプロス辺りの地中海沿岸では代表的なレシピである。

註*5・・・イスパナク・タラマ = Ispanak Tarama

ほうれん草とヨーグルトを和えたソース。このソースをサラダのドレッシングにしたり、肉やピタパンに浸けて食べると美味。

註*6・・・ハッシュド・ビーフ = Hashed Beef with rice

つまりハヤシライス。私は関西の老舗の洋食屋でいつも感心したのはこのハヤシライスだ。

京都・先斗町【開陽亭】や大阪・心斎橋筋【ニシモト】でもそうであるように、牛肉はハッシュ(hash = 細切り) していて、誠実にレシピを受け継いでるので嬉しかった思い出がある。今や東京のほとんどの店は肉を薄切りにして出す店がほとんどで、伝統的なレシピで作られるハッシュド・ビーフはもはや食べられない状況になっている。 関西の洋食屋さんに拍手！！

5. 【今月の「駄洒落クイズ」】

言葉の魔術師『謎の男 Mr.Y』が出題する、今月の駄洒落クイズはこれだ！

高級じゃない人がやるスポーツは？

答えは来月号に掲載されます。

12月号の出題と答：

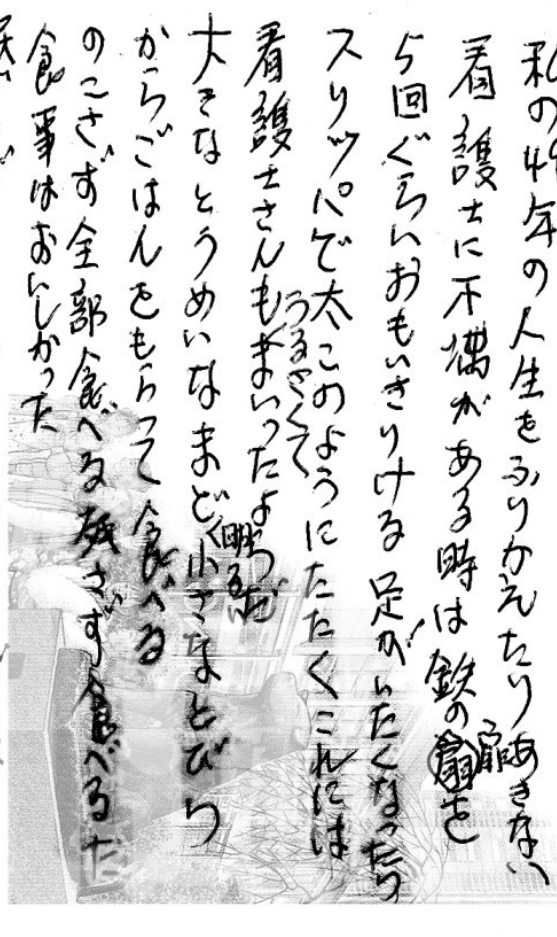
出題：日本の観光都市の頭といえは どこでしょう？

答：神戸（頭/こうべ）

6. 【エロジ「心の詩」】

保護室（一番おちつく所）

マットもふとんがありトイレは
うんこして紙をいっぱい使うと流し
てもらおう時あられ出るちり紙は
いつも少ししかおいてもらえずはんかち
ておしりをふいたりした
うんこは看護士さんをよんで流して
もらおうがなかなか呼んでもダメで
くさかった。保護室の繁しめは窓から
見えるカラスの行動を見てたり
子供たちの元気な泣き声や
私の49年の人生をふりかえたりあきない
看護士に不満がある時は飲の（酔）せ
て回ぐらいいもいきりける足がたくなる
スリッパで太このようにたたくには
看護士さんもまの（目）を
大きなとうめいなまど（窓）を
からうんこはんをもらって食べべる
のこさず全部食べべる残さず食べべる
食事はおもしろかった
眠さ（い）がきいてうまく（寝）て（あ）い（ま）め（た）ら（な）い



7.【一美の密室】

さて、今月号も「一美の密室」で、あなたと私、この密室で楽しみましょうね。
うふふふっ。



今日は「ミョウガ」さんのお話。

学名は *Zingiber mioga* (ジンギベル・ミョウガ) といいます。
ショウガさんの近い親戚です。

普通、よく食べられている部分は花蕾で、地面のすぐそばでよく見られ、「花ミョウガ」といわれているものです。夏の季語でもありますね。

これに対して「ミョウガタケ」という「花ミョウガ」の親がいます。

これは、早春に保温をして、光の当たらない場所でモヤシのように育て、収穫をしたものです。やせっぽちに育った親なんですね。宮城県、京都などが産地として有名です。

斑入りのミョウガさんもいますよ。

今日はこのへんで。ではまた来月この一美の密室でお会いしましょう。



8. 【今月の4コマ漫画】

作：尾駒 利一朗



9. 【我ら西永福妄想族】～ 1 5 1 文芸部作品～

「風」

森重寿一

風が流れていた

時代の文化や文明がいくら変わっても

風はそのまま我々を吹き抜けていく

顔を上げて青空を見れば

白い雲が風に流されていた

今からなにか君にできるものがみつかるはず

あの海に たぶんたくさん大切にされたものがある

一人ひとりの命は愛している人の中に

風はすべて知りつつ知らないふりしているのだろうか

気づくと

マリーナの外回りのフェンスを風が鳴らしていた

10. 【ヨッチン文学】

新春特別企画！！

“ヨッチン文学” たるんだ世相を斬る！！

『平和実現にむけて』3回シリーズ

第一弾 “人生いかに生きるべきか？” ～平和実現にむけて～

ヨッチン

果てしなく続く戦争。留まる事を知らない自然破壊。不況、温暖化、など、
など・・・。

技術競争だけでは幸せになれないと、みんな気付いてきた。

そもそも、人間が最初に作ったもの、使ったものは“石器”だと思ふ。

ライオンやトラには爪と牙がある。人間は、素手では勝てない！

人間は武器を使う。もともと中立だった“石”を人間のエゴで“石器”にした！

それが、刃物や弓矢に進化していった。それから、さらに進んで、戦車や戦闘機、ミサイル、核兵器に拡大していったのだと思ふ！

科学技術でものを作るのではなく、今一度大自然にものを還元すべきだと思ふ！
その中で、神様が人間に許したものであり武器は“刃物”だと思ふ！

刃物があれば、他の動物にも勝ち、刃物は、調理、建築、工業、手術などと必需品である。では、具体的にはどうすればいいか？ なぜ、戦争が終わらないのか？

それは、人間の持つエゴイズムを、**平和**という言葉で消そうとするからだ！

エゴイズムは消えない！ どうするか？ それは、エゴイズムを“回転”させるのだ。

回転させるのを、わかりやすく言えば“**同じ事を繰り返す**”ということだ！

狩猟民族の欧米の疲れはてたイデオロギーより、農耕民族のアジアの思想の方が斬新ざんしんのような気がする！ “農耕”のように“**同じ事を繰り返す**！”

真の平和実現と、人間の人生の意義が、そこにひそ潜んでいると思う！

11. 【ホーム・ページの開設のお知らせ】

ホーム・ページを開設しましたので、URL をご案内いたします。

まだ内容は充実していませんが、少しずつ改良していきたいと思います。

「おとなりさん」のバック・ナンバーもホーム・ページから御覧いただけます。

まだ、Google 等の検索には掛かってきません。なんでだろう？

一般社団法人クレオソーレ:

<http://www.creosore.or.jp/>

すぎなみ 1 5 1:

http://www.creosore.or.jp/suginami151/suginami151_top.html

12. 【銀坊の窓】

銀坊の起稿・気炎万丈

日本 DMD クラブ

ピア・サポート隊・吉田銀一郎

御冊子すぎなみ 1 5 1 便り「おとなりさん」に出逢うに際して、一言申し上げます。

先ず題名の「銀坊」とは私の幼少時のニックネームです。又日本 DMD クラブの「DMD」はドント・マインド・ドロップ・アウトの頭文字です。つまり当事者活動の仲間です。皆様よろしくお願い致します。他に現在当事者に依る全国組織の NPO 法人の 2 団体と任意の 1 団体 & 区内では当事者の立場で杉並家族会会員です。

以上を踏まえて、活動の中で体験当事者の立場から、提言・提唱は多岐に亘っています。^{さて} 扨、今般の寄稿に関しては、度々の投稿先である「杉並家族会」に依る機関紙「らいず」への掲載は馴染まないという器^{うつわ}の小さい事例が起因しています。私の家族会入会のビジョンは、『障害者を語るだけの家族会員内の愚痴の場では、真の又信とする患者の心身救済は程遠いと断言する』が思想です。この言葉に対して、東京家族会の会長から、後日の手紙に今後とも世直しの同志として、^{したた}と認めて届けられました。

この様な中、度重なる投稿文返却の実態を観察された良識ある方々の善意に依り、御冊子「おとなりさん」にデビューする運びに為りました。歡喜と共に感謝致します。

以下に、その本文を記述いたします。

平成 21 年「杉並区政を話し合う会」に参画して ！！自殺対策推進に関して提言！！

『自殺対策推進の経緯から』12年前より2006年迄の9年間、連続毎年自殺者が3万余名の悲報です。

この事態を踏まえて、自殺対策の有志（NPO、参議院有志、他）が集い、立法のため、全国的に署名運動を実践した。

「厚・労・省」大臣へ提出後の国会審議は、2006年（H18年）10月、満場一致で「自殺対策基本法」が成立し施行と為った。内閣府には自殺対策推進室が設置され、高市内閣府特命大臣（当時）の下で、「自殺総合対策の在り方検討会」が開催された。これにより2007年（H19年）5月に、内閣府より「自殺総合対策大綱（素案）」が定まる。以降は、内閣府や東京都、杉並区等々主催で、全国的にシンポジウムや種々イベントが開催された。大きくは、毎年開催の東京ビックサイトの国際会議場での「WHO世界自殺予防デー」今年で第5回目等がある。

しかし残念ながら！『自殺対策基本法』施行後の今日も、「旧態依然」として毎年自殺者は3万余名の高止まりである。これは最早、個人や家族だけの問題でなく、社会的問題で国家の損失は真に甚大だ。

以上の事項を踏まえて、今日に到る内閣府、東京都、杉並区等々の主催による種々なる「シンポジウム&イベント」内容の考察から「改善&改革」の必要性が提言できる。

概要としては、第一項に、病の予備知識としての「転ばぬ先の杖」がある。第二項に、自殺未遂サバイバー（克服者）の生の声を傾聴する「百聞は一見に如かず」の2つが必須です。

この二項を具現化するには：

第一項の「転ばぬ先の杖」に関しては：

悶々として「うつ病疾患」に為る前のこの時期が「早期発見・早期治療」に最善の時です。

家族や本人が、うつ病の「疾患と診療の内容」と実態の詳細が「一目瞭然」と理解出来る様に明記した「ポスター、キャッチコピー、リーフレット」を全世帯に配布の徹底です。

第二項の「百聞は一見に如かず」に関しては：

自殺未遂サバイバー（克服者 or 超克）の参画に依る体験談や語り部を以てのシンポジウムと各種イベント開催の実行です。

以上の二項は実践に依り自殺者は軽減すると確信している。

(注) - この二項に関しては、既に提言として内閣府と出先機関の国立精神神経センター & 参議院有志に提唱している。

(注) - 「有識者と称される従来^{ないがし}の健常者」だけのシンポジウムやイベントの開催では、「生の声を蔑ろ」にした単なる「机上の論」に他ならない。

昨年は12月だけでも、自殺対策緊急研修会が都庁、日本財団、参議院会館と3回ありました。

皆様！ 与えられた人生です。命は大切に！！

杉並区長 山田 宏 様

FAXにて： 平成21年10月22日

吉田 銀一郎

13. 【「すぎなみ151」スタイル】

前々号では、「社会参加の形態」について考察して、体の不具合によって雇用されることが困難な状況にあり、仕事をするという「社会参加の形態」をとることができない当事者が参加できる多様な「社会参加の形態」を社会に準備する必要性と、更にそうした「社会参加の形態」を実現するための制度構造のイメージを提案することで、現行の障害者自立支援法の構造を批判してみました。

年末の前号は、脳味噌を一休みさせていただきました。

年も明けて早1か月が過ぎようとしています。新年早々、1月号は1月に発行できないことは疑いの余地がなくなりました。何せ今日は1月30日なのですから。

今日は、とある穏やかに晴れた週末(「とある」って1月30日なんですけどね)、少し重たい頭を片手で支えつつ、この原稿に向かっていきます。

因みに、これは久しぶりの二日酔いに間違いありません。なにせ久しぶりに二晩連続で飲んだのですから。しかも、気がつけば二日とも同じ人と飲んでいました。それも、二日ともほぼ朝まで飲んでいました。

「飲み会なんて」とお思いの方もいらっしゃるかもしれませんが、こういう場で、馬鹿話をしたり、アイデアが生まれたり、情報が得られたり、自分の考え方や理解の間違いに気付いたりする機会になるので、私はとても面白いと思っています。

色々な話をしていたのですが、一晩目は杉並区における「地域活動支援センター」を、二晩目は「退院促進事業」を主な酒の肴にして「ああじゃないか」「こう

じゃないか」「それはちがうだろう」「ばかじゃないのか」「何を考えているのか」
等と侃々諤々、^{かんかんがくがく}喧々囂々^{けんけんごうごう}やっておりました。

今回は、色々な話をした中で「退院促進事業」の話題から派生して考えをめぐらせた様々なことを、この場をお借りして皆さんにも聞いていただき、是非一緒に考えていただければと思います。

家に帰ってからずっと自問したことは、私に向かって投げかけられた「あなたにとって退院促進事業って一体何なんだ？」という問いです。私は正直その場で即答する言葉を持ち合わせていませんでした。「退院促進事業ってどういう制度なんだ？」ということと「あなたにとって退院促進事業って一体何なんだ？」という二つの問いは、全く似て非なるものだからです。酔いがさめた昼過ぎ後もずっと頭から離れず、幻聴のごとく耳元でその声が繰り返し鳴っていました。「あなたにとって退院促進事業って一体何なんだ？」と。

退院促進事業というと、近年流行語のように良く耳にすることが多くなった事業の名称です。東京都の事業としても行われていますし、区市町村単独の事業として行っているところもあります。いずれにしても事業制度は「社会的入院をしている人たちを地域から迎えに行く。」「同時に精神病院の病床数を減らす。」「また自分の街に戻って暮らせるようにする。」等、色々な要素があるのでしょうか。

私に退院促進事業をやりたい・やらなければという強い意志がある場合、自分は一体何をすべきなのか？ そんなことから考えを巡らせ始めました。

退院促進事業と聞いたときに私がその事業に抱くイメージは、退院促進コーディネーターが病院を訪問して、病院に入院している必要が無い人を地域で暮らせるようにお手伝いをする。病院外の世界を知ってもらう。住む場所を確保する。地域で暮らすようになって困ったことがあればお手伝いする。そんなイメージを持っています。

では、その対象となる人はどのように選ばれるのでしょうか。退院促進事業に乗せる対象者を病院がリスト・アップするとか、退院の希望者を募るとかして、その対象となった人が退院促進コーディネーターと契約して、退院に向けて動いてゆくような感じなのでしょうか？

こうした退院促進事業という制度の下で行われることが、本当に自分が必要だと感じている退院支援なのだろうか？

そもそも、どうして病院に入院している必要が無い人達が入院したままになってしまっているのだろうか？ 地域生活をする上で本当は何が足りていないのだろうか？

どうして、それらの人たちは地域社会から排除されなければならなかったのだろうか？ 排除されたのは、誰にどのような事情があったからなのだろうか？

昨晚、酒を飲みながら退院促進事業の話をしていた時に、「すぎなみ151」でやる必要があると思うなら、退院促進事業にこだわらずに、独自で退院支援をすればいいじゃないか、という話がありました。職員1人がその活動に掛かりっきりになって、毎日病院に通い病院関係者や入院している人たちとの関係性を作ることから初めて、元居た社会で暮らせるようにする。

「それをやりたいと思っている職員がいるのだから、確かにやればいい。」と思いましたが、その場ではそう言ったのですが、その時「すぎなみ 1 5 1」とかかわりのあった人で、私を含めて地域で支えきれずに社会的入院を阻止することができず、今でも社会的入院（少なくとも私はその方は社会的入院を余儀なくさせられた方だと認識しています。）を放置したままになっているという気がかりの一つを思い出して話題に乗せたのでした。

それで、「すぎなみ 1 5 1」で独自に退院支援の活動をするなら、全く知らない人の事をやる前に、社会的入院状態になっている身近な存在であるその人を地域に連れ戻すことからやらなきゃ、という話になりました。

私は、家に帰って来てその事をずっと考えていました。自分の身近にいた人の社会的入院すら阻止することができず、今でも放置している。なぜそうになっているのか？ なぜ自分はそれを放置しているのか？ 退院させることは恐らくできても、退院させてからの生活を色々な関係者と協力して支える体制を作れるのだろうか？ それが出来なかったから今の結果があるのではないのか？

そう自問しているうちに、社会的入院を作り出す原因は、実は病院にあるのではなく、本当は地域にあるのではないのか？ と考えるようになりました。

現に自分の目の前で起こったことは、地域でその人が暮らせるように手助けすることを諦めてしまったことが、その人に長期入院を余儀なくさせ、かつその人の自由を奪う結果をもたらしたことは否定のしようがありません。そして、その結果は「仕方ない」という他人事のような一言で片付けられてしまい、それで、その人の自由はいとも簡単に奪われてしまったわけです。他人の自由を奪うことは重大なる犯罪なのではなかったか・・・？

私はその時何ができたのか？ 私一人の力だけでも、その人を地域で支えることができたのか？ 他の地域の関係者の協力はなぜ得られなかったのだろうか？

杉並区には精神科入院病床を持つ病院が一つもありません。しかし、逆に元々杉並に住んでいた人達で、そこに住めなくなった人達が杉並区以外の病院に入院しているのです。

こうした杉並区の環境下において、退院促進事業をやるということは、本当はどういうことなのだろうか？ 私にとって「退院促進事業とは一体何なのか」。元の問題に立ち返って考えてみました。

退院促進事業という事業はさておき、退院支援をするという事、あるいは、社会的入院者を出さないということは、誰でも地域で暮らし続けることを支える社会資源や、理解あるお隣さんやご近所さんや、支える活動そのものを継続維持できる仕組みを作って、地域での受け皿をきちんと作ることが何よりも最初にやるべきことなのではないかという結論に行き着きました。

逆に言えば、その地域にそれが無いので社会的入院をさせてしまう結果になってしまっているのではないかという現状の問題にも繋がっていくような気がしてきました。

たとえ退院促進事業で退院促進コーディネーターが病院から地域に人を引っ張り戻してきても、たとえ「すぎなみ 1 5 1」の職員がその人を病院から連れ帰ってきたとしても、帰って来た地域にその人を受け入れられる社会的環境が準備できていなければ、結局地域には住んでいることができなくなってしまう、ということなのだろうと思います。

そんなことを考えるにつけ、やれ「「すぎなみ 1 5 1」の運営を支える事業制度は「給付事業の就労継続支援 B 型かな？」とか、「地域活動支援センターかな？」とか、「事業収入は給付事業の方が有利だな」とか、「給付事業を導入するなら事業制度に合う活動内容にするために、もっと仕事をしている場所っぽくしないとイケないのかな？」とか、「もっと工賃が沢山払えるような活動内容にしないとイケないかな？」などと打算的で浮ついた事を頭の片隅で考えていた自分が本当に嫌になってきました。

では、自分達の活動の中で根源的に重要なものは何なのか？

「すぎなみ 1 5 1」は「社会参加の機会と場所の一形態」だと私は位置付けています。そのことを前々回の「おとなりさん」で確認してきました。

「すぎなみ 1 5 1」は地域に暮らす人で社会参加をする機会と場所がない人にとって必要な活動です。

しかし、その大前提は、地域に安心して暮らせる環境があることではないかと思えます。

「すぎなみ 1 5 1」はそうした環境を作る、あるいは支えるほんの一部は担っているけれども、まだまだ出来ていないことが沢山あるに違いない、そう思っています。

だから、今でも 1 名の社会的入院を余儀なくされている知り合いを放置したままになっている。

例えば、約 527,000 人の杉並区の人口に対して 1 人の社会的入院をしている人がいるとして、この数字は行政にとっては 527,000 分の 1 の問題にしか映らないかもしれません。そんなに低い確率で発生する出来事はどのような社会でも起こりうると放置されてしまうかもしれません。

しかし、社会的入院の問題は、その人本人にとっては、自分1人のたった1つしかない人生の問題であり、自分は何も悪くないのに社会的にその人生を変えられてしまうという、とてつもなく大きな問題であることを忘れずにいなければならないと改めて自戒させられます。

違う言い方をすれば、杉並区に527,000人もいて、その人達がたった1人の地域生活すら維持する手助けができていないという現実があるということです。

こう考えると、就労支援だ、工賃倍増計画だ、などということよりも、もっと基本的に整備しなければならないことが山ほどあるに違いありません。

「あなたにとって退院促進事業って一体何なんだ？」

私にとって退院促進事業とは・・・

「地域で困っている人を意地でも支えてゆく覚悟と、その覚悟を実行に移すこと、そして、その行動を支える仕組みづくりを進めること」そういう答になってしまいます。

帰ってきたら安心して生活が出来る環境を私達自身が作りもせず、「ここ杉並へ一緒に帰りましょう」とは、とても責任を持って言えそうにありません。

杉並区に15か所あった共同作業所は現在5か所を残して、就労継続支援B型の事業体系を導入しています。

杉並区の共同作業所は、全ての事業所が障害者自立支援法の給付事業を導入しようと思えば、「技術的」にはそれが出来ない事業所は1つもないと私は考えています。

しかし、杉並区の地域全体の社会資源である私達の活動が、全て就労支援型の事業体系になってしまったら……。恐らく社会的入院を余儀なくされる人たちは減少するどころか増えてしまうかもしれません。

そうならないためにも、「すぎなみ151」は自分の役割をちゃんと担っていかなければならないのではないのか。そのように思います。

否応無しに給付事業を導入させられた事業所を裏切らないためにも、「すぎなみ151」の地域における役割をいつも確認しながら活動をしていかなければならないと強く感じています。

これまで、このコラムで障害者自立支援法の下で「すぎなみ151」が選択すべき事業体系の検討をしてきたわけですが、今回の考察においても、「すぎなみ151」が導入しうる制度は明らかに障害者自立支援法の給付事業には無いことを改めて確信しました。

ではどうするのか？

創ってゆくしかない。皆さんに理解と協力を求めながら、創ってゆくしかありません。

次回は、現在の「すぎなみ151」の活動に加えて、どのような活動が地域全体で必要なのか。その活動を支えるためには何が必要かについて、考えていきたいと思います。

つづく

14. 【2月の予定】

空白の欄は、平常通りの活動が予定されています。

活動予定・日程は変更されることがありますので、ご了承ください。

2010年2月

日	月	火	水	木	金	土
休	1	2	3 ソフト・バレー ボール @中部センター 13:00～16:00	4	5	6 休
7 休	8	9	10	11 休 建国記念の日 	12	13 休
14 休	15	16	17	18 行事 サントリー ビール工場見学	19	20 休
21 休	22	23	24	25	26	27 休
28 休						

～ 編集者のつぶやき～

居酒屋から出るとき、「Nさん厚着なんですね」
って言ったら、「えっ？川崎だよ」って答が返っ
てきた。

創刊：2008年4月

編集・発行者：すぎなみ 1 5 1

〒168-0064

東京都杉並区永福 4-19-4 安藤ビル 2-C

Tel.: 03-3327-9225 FAX: 03-6666-8560

E-mail: okomarisan@creosore.or.jp