

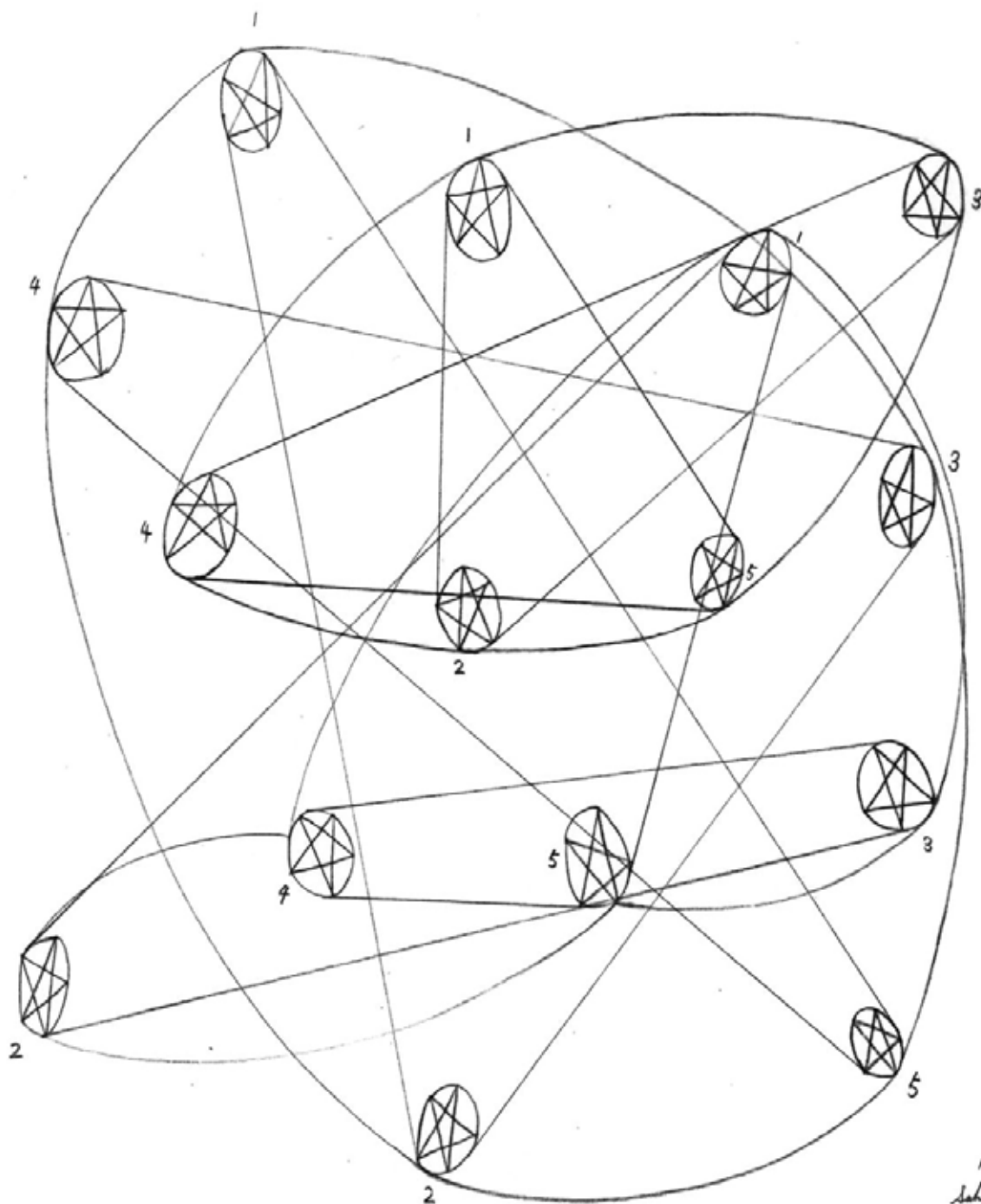
すぎなみ151便り

おこまりさん

2012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 ありがとさん

1・2・3・4・5月
超特大合併号



目 次

1. 【12・1・2・3・4月の主な出来事】
2. 【1・2・3・4月の主な出来事より】
3. 【12・1・2・3・4月のメンバー・ミーティング】
4. 【12・1・2・3・4月の昼食】

広告

5. 【さんぽみち】～河田隆利エッセイ～
6. 【今月の「駄洒落クイズ」】
7. 【ヨッチン文学】その1、その2
8. 【びじゅある・^{ポエム}詩】
9. 【トリビアの湖】
10. 【至高～慶應の遺伝子～】
11. 【我ら西永福妄想族】～151文芸部作品～
12. 【おおえん^か詩】
13. 【特別寄稿】
14. 【風の通り道】
15. 【銀海の窓】
16. 【TA0 のためのご寄付のお願い】
17. 【6月の予定】

1. 【12・1・2・3・4月の主な出来事】

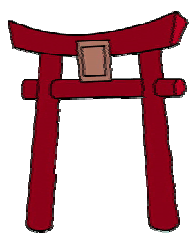
2011年

- 12月10日（土） 花笠祭り「えび丸くん」 @大宮八幡宮
12月16日（金） 杉並合同望年会 @荻窪タウンセブン
12月20日（火） 屋外活動「寄席」 @新宿末広亭
12月21日（水） ソフト・バレーボール練習 @中部センター体育館
12月22日（木） 第5回杉並精神保健福祉交流会 @koen the TA0

2012年

- 1月18日（水） 屋外活動「初詣」 @大宮八幡宮
2月15日（水） 屋外行事「はとバス」 @東京周辺
2月24日（金） 第6回杉並精神保健福祉交流会 @すぎなみ151
3月14日（水） 屋外活動「映画」 @新宿バルト9
3月15日（木） フットサル大会 @BumB 東京スポーツ文化館
4月18日（水） 屋外行事「カラオケ」 @歌広場吉祥寺店

2. 【1・2・3・4月の主な出来事より】



大宮八幡宮参拝



1月18日（水） 晴れ

11時に事務所を出発して、歩いて10分で着きました。

手を洗って、お参りをして総勢10名が、各々の願いことをしました。

おみくじを引く人、帰り際に売店に寄って暦とか、お守り、だるまみくじを買ったりしました。

大宮八幡宮は第10代後冷泉天皇ごれいぜんの天喜年中てんぎ（1053～57）に奥州に乱世起き、この

乱を鎮めようと劫命を受けた鎮守府^{ちんじゅふ}將軍、源頼義公の軍がこの大宮の地に差し掛かると大空に白雲が八条にたなびいてあたかも源氏の白旗がひるがえるような光景となりました。

源頼義はこれを、八幡大神の守護のしるしであると喜ばれ、乱を鎮めた暁には、必ずこの地に、神社を構えることを誓って武運を祈り奥州の乱を平らげて廣年 6 年（1063）京都の石清水八幡より御分霊を頂いて当宮を創建したそうです。

宮崎 五輪代

1月18日 水曜日

大宮八幡に初詣に行きました。

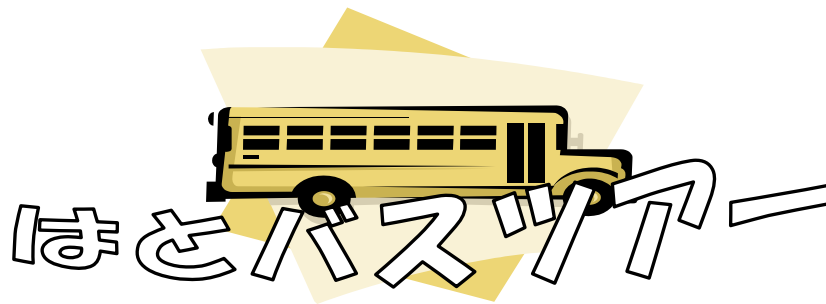
皆はおみくじ引いていたりして楽しくやっていました。

大野さんが大吉でしたので大喜びしました。私も良かったわねと思いました。

私は、キリスト教なので中に入ったり御参りはしませんでした。行き帰り一緒に笑ったりして過ごした覚えがあります。

食べる物もなくちょっとさみしかったです。

谷口 光枝



2月15日朝、すぎなみ151に集合して皆で出発しました。

東京駅に到着後、私はKさんとSさんの3人で東京駅地下街のレストランに行きオムライスとアイスコーヒーを食べてとてもおいしかったです。

はとバスの集合時間まではまだ1時間くらいあったので喫茶店で時間をつぶそうと思ったら、コーヒーが1杯600円もするのでタバコを吸って時間をつぶすことにしました。

14:50にバスが発車し、車中から東京散策をしました。

皇居の近くを通りながら、バスガイドさんが当時江戸城があった頃のことや皇

居のことを説明してくれました。

桜田門を眺めながら永田町に向かい、国会議事堂でバスを降りました。

金属探知機でボディチェックを受けた後、衆議院を見学しました。

大理石でできた天井の高い回廊はとても格調が高いものでしたが、テレビで見
ていたイメージより狭く感じました。

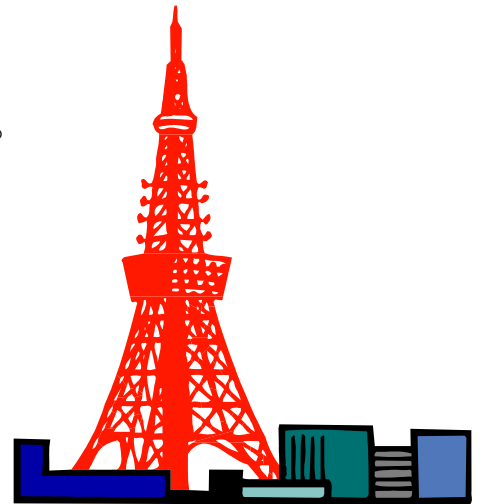
本会議場には席の札があり、実際にここで政治が行われているのだと実感が湧
きました。

その後、芝公園を通り東京タワーに登りました。

第一展望台は中高生がたくさんいて賑やかでした。

天気が良かったので眺めはとても良く、スカイツリ
ー・六本木ヒルズ・お台場のフジテレビ・レインボ
ーブリッジもよく見えました。

集合まで少し時間があつたので、マクドナルドに
寄ってからバスに戻ろうとしたら、はとバスに轢か
れそうになって一瞬ヒヤッとしました。帰りはSさんと途中まで一緒に帰りました。
楽しい一日でした。



齋藤 宏

はとバスツアーで国会議事堂に行きました。色々説明していましたがよく覚えて
いません。でも参加して良かったです。

天皇陛下の部屋に座る椅子があつたのがちょっとびっくりしました。



難しいことはわからないのですが、NHK
でいろんな問題には興味があります。

赤いじゅうたんがふわふわして歩きやすか
ったです。国会議事堂の庭には47都道府県
の県木がありました。

それから幹事のMさんが一人で大変だった

と思いました。私も幹事に馴れたら良いなと思います。

友達に聞いたら東京タワーにも行ったのでした。タワーの中でコーヒーを飲んだことを今思い出しました。記憶の悪い私のこと皆わかっていると思います。本当に情けないです。でも仕方ないです。

プラス思考でやるしかないですね。

谷口 光枝



フットサル大会に

初参戦!!

去る、平成 24 年 3 月 15 日金曜日、新木場の BumB 東京スポーツ文化館のフットサル場で、東京精神障害者フットサル 2012 が開催されました。

我がチームは、すぎなみ 151 から 4 名、TAO から 3 名参加し、チーム名は「フルスロットルズ」として出場しました。

初めての事とあって、1 試合目はボールをキープすることが出来ず 0 対 3 で負けてしまいました。2 試合目もなんとかエースの活躍で 1 点を取ったのですが、残念ながら 1 対 5 で負けました。

3 試合目は、2 試合で終わりだと聞かされていたので、我が 151 の主力選手が 1 人先に帰ってしまい、6 名でローテーションを組みながら同じ杉並区内のあおばと対戦したのですが、皆疲れているのかという感じで私もオウンゴールをしてしまい、0 対 7 と大量得点を取られて惨敗でした。

4 試合目は、あおばから助っ人 2 人が加わってくれて、皆も慣れて来たのかボールをキープ出来る様になってきて、あおばの人がノーマークの良いポジションにいたことに依ってパスも上手く通り、シュートが上手く決まって 1 対 0 無失点で最後に勝つことが出来ました。あおばの助っ人さんありがとうございました。

結果、1 勝 3 敗で終わることが出来ました。

M.S.2012

カラオケに行っていました！

4月18日（水）は待ちに待ったカラオケでした。

総勢18人で吉祥寺の歌広場に向かいました。以下、参加者からの感想です。

2曲歌うことが出来ました。

楽しくてストレス発散になりました。

また機会があったら行きたいです。 Y.M

M君の「涙そうそう」と「世界にひとつだけの花」は癒されました。あとMA君の曲の題名は忘れましたがスゲエ好きな曲なんだなあと思いました。

カラオケ大好きなので1年に2度は行事で行きたい。

Sさんの歌も渋か。よかよか。

森重寿一

みんな楽しくできたみたいで良かったです。

いつものように盛況でした。 M.S

トイレにグラスを持って入ったら某女性に「最悪！」と言われ

人に不快感を与えてはいけないと反省しました。以後気をつけようと思います。

米米 CLUB の「浪漫飛行」や DEEN の「瞳そらさないで」を歌いました。

「スナッチうまいじゃん！最高！！」という幻聴が聞こえました。

若者（バカ者？）らしい歌を歌いました。

スナッチ

3. 【12・1・2・3・4月のメンバー・ミーティング】

1月10日（火）

1) 1月の行事

〔連絡〕

幹事より：

1月の行事は「初詣」です。大宮八幡宮に行きます。

日時：1月18日（水）11：00～ すぎなみ151出発

参加者募集中です。

2) ソフト・バレーボール練習について

〔連絡〕

キャプテンより

1月18日（水）13：00～17：00 @中部センター体育館

3) 停電のお知らせについて

周辺地域の電気工事に伴い1月29日（日）に一時的に停電となりますので、1月27日（金）までに冷蔵庫の中を整理するようお願いします。

1月17日（火）

1) 2月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

2月の行事は「はとバスツアー」です。

一次締め切りは1月31日です。席に余裕があれば当日でもう受け付けます。

参加希望者は障害者手帳をご持参ください。国会議事堂に入るときは、火気などの持込に注意してください。

日時：2月15日（水） 10：00 すぎなみ151集合

10：20 すぎなみ151出発

東京駅到着後各自で食事をします。（11：30～12：30）その後一旦集合し、はとバス乗り場へ向かいます。乗車まで空き時間があるのでそれまでは自由行動です。バスには14：20に乗車します。

2) 杉並精神保健福祉交流会準備会について

〔連絡〕

職員より：

1月17日（火）18：00から交流会の準備会を行います。ご興味のある方はご参加ください。

3) 公園清掃について

〔連絡〕

職員より：

落ち葉時期が終わったので、公園清掃は、月・水・金曜日から、月曜日・金曜日に戻ります。

4) スポーツ交流際について

〔連絡〕

キャプテンより：

今年のスポーツ交流際は、東京体育館の工事の関係上、6月22日（金）に開催します。

それに伴い、3月23日（木）14：00～東京体育館会議室にてキャプテン会議があります。

今年度も昨年度同様T A Oとの合同チームとなります。

5) 「わたしの健康ノート」について

〔連絡〕

職員より：

杉並区地域自立支援協議会の地域移行促進部会で作成した「わたしの健康ノート」を試してい

ただける方を募集しています。

自身の体調管理や、医師や支援者とのコミュニケーションなどに役立てていただければと思います。前回の試行後、内容やサイズなどを一部改良しました。どなたか利用してみたい人はいらっしゃいますか？

〔結果〕

Oさん、Tさん、Mさんが使ってみるようになりました。

1月24日（火）

1) 実習生の受け入れについて

〔連絡〕

職員より：

1月26日（木）に慶應大学看護学部から実習生がきます。

2) 杉並精神保健福祉交流会準備会について

〔連絡〕

職員より：

第6回「杉並精神保健福祉交流会」を2月24日（金）に予定しています。

事前の準備会を1月30日（月）にすぎなみ151にて18:00より行います。

3) 職員を交えての茶話会について

〔提案〕

気になっている人より：

ミーティングとは別に、職員を交えてざっくばらんに話す機会を作りたいと考えています。

こちらから声をかけるので都合が合えば参加してください。

4) スポーツ交流際について

〔連絡〕

キャプテンより：

キャプテン会議：3月23日（金）14:00～ @千駄ヶ谷・東京体育館

スポーツ交流際：6月22日（金）9:00 集合 @千駄ヶ谷・東京体育館

TAOとの合同チームで交流部門に参加します。

チーム名は『ちょこっとポヨヨンズ』です。

キャプテンはAさん、副キャプテンは、坂本さんをお願いします。

5) 新しいスピーカーについて

〔連絡〕

職員より：

4Hz（θ派）と8Hz（α派）を出す脳波誘導システムスピーカーを今週末まで試験的に置かせていただきます。後々感想をお聞かせください。

1月31日（火）

1) 2月の行事（はとバス）について

〔連絡〕

幹事より：

当日は10:00 集合 10:15 出発です。トイレは事前に済ませて置いてください。

バスには荷台が無いので、なるべく膝の上に収まる程度の荷物をお願いします。

一般のお客さんの迷惑にならないようマナーを守ってください。

2) インフルエンザについて

〔連絡〕

職員より：

東京都からインフルエンザ予防についての通知が来ています。

インフルエンザが流行り始めているので「手洗い」「うがい」をして感染に気をつけてくださ

い。もし、高熱が出たりインフルエンザと医師から診断されたら感染拡大防止のためすぎなみ151の来所を控えてください。

3) 3月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

3月の行事は「映画」に決まりました。幹事を募集しています。

4) 合同職員会議について

〔連絡〕

職員より：

2月17(金)18:00～20:00にすぎなみ151にて合同職員会議があります。会議が始まる18:00までは居ても平気です。

2月7日(火)

1) 3月の行事について

〔連絡〕

気になっている人より：

3月の行事は「映画」に決まりましたが、幹事が決まっています。幹事をやっていただける方いませんか？

〔結果〕

幹事：Nさん 引き続き募集中です。

2) フットサル大会のご案内

〔連絡〕

職員より：

とうきょう会議の主催するスポーツ交流際の「フットサル大会」があります。

日時：3月15日(木) 10:00～15:15 @ボム新木場(京葉線)

参加者がいる場合はTAOとの合同チームになる予定です。

雨天の場合は3月19日(月)に延期です。

2月14日(火)

1) 3月の行事

〔連絡〕

幹事より：

幹事はNさんとTさんで担当します。皆さん協力してください。

2) 傘の名札について

〔連絡〕

職員より：

入り口のカサ立ての隣に名札が入ったタッパーを用意しました。必要な人は自分の傘に名札をつけてください。

3) 麦茶について

〔お願い〕

気になっている人より：

冷蔵庫の麦茶は手前のものから先に飲んでください。

2月21日(火)

1) 杉並精神保健福祉交流会について

〔連絡〕

職員より：

第5回杉並精神保健福祉交流会が開催されます。参加者募集中です。

日時：2月24日（金）18:00～20:00 @すぎなみ151

2) スポーツ交流際について

〔連絡〕

キャプテンより：

3月23日（金）にキャプテン会議があります。

AさんとSさんで行ってきます。内容は次回のミーティングでまたお知らせします。

2月28日（火）

1) 3月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

映画『ヒューゴの不思議な発見』

幹事：Tさん 副幹事：Kさん

11:00 すぎなみ151 集合

11:30 すぎなみ151 出発

12:30 昼食

14:00 現地集合（バルト9）

2) フットサル大会について

〔連絡〕

職員より：

日時：3月15日（木）9:00 すぎなみ151 集合・出発

現地受付10:00～

参加希望者は前日までに参加表に名前を記入してください。見学、応援のみの参加も募集しています。

3) 作業実績表について

〔お願い〕

気になっている人より：

作業日誌の記入誤りが目立っています。注意してください。

3月6日（火）

1) フットサル練習について

〔連絡〕

職員より：

3月13日（火）14:00～「阿佐ヶ谷フットサルプラス」にてフットサルの練習を行います。

13:00にすぎなみ151を出発します。参加者はスニーカーや着替えなど各自用意してください。

2) スポーツ交流際について

〔連絡〕

キャプテンより：

キャプテン会議に行ってきました。今年はEコートで試合をします。第1試合からあります。

選手宣誓をする場合はSさんをお願いします。

3) 24年度以降の活動について

〔お知らせ〕

職員より：

現在「一般社団法人クレオソーレ」では「すぎなみ151」と「koen the TA0」の2つの事業所

を運営していますが、24年度よりすぎなみ151は「地域活動支援センター」、koen the TA0は「就労継続支援B型」事業を新たに導入することになります。

新たな事業といっても皆さんの日々の活動は大きく変わりません。通所交通費は今までどおり杉並区から出ますし、昼食補助も少なくとも今年度は出ることでなっています。

ただ、通所交通費に限っては、区外から通所している人は対象にならない可能性があり、区の担当者と交渉しています。最悪区外からの通所者の交通費が杉並区から出ないとしても、本人の経済的負担にならないようにと考えています。

地域活動支援センターになることで、今までに比べて大幅に補助金が減額されることとなります。運営費となる補助金の大部分を人件費が占めるため、運営費が減ることで活動の内容ややり方を工夫する必要があると思います。

たとえば、行事や宿泊旅行を今までのように実施することは難しくなると思います。一方で、お金を沢山かけなくても楽しめるものもありますし、それぞれが参加費を負担するというやり方もあります。資金を作るアイデアを皆さんで考えるのも良いのではないのでしょうか。

厳しい運営状況ではありますが、日々の活動が楽しくなる工夫をしながら、地域活動センターをやってみて実際どうなのか、今年度は皆さんと考えていきたいと思っています。

3月13日(火)

1)20日のミーティングについて

〔連絡〕

気になっている人より：

来週20日は春分の日でミーティングができないので、21日(水)に変更しましょう。

2)ヒューマン・クリエーションについて

〔連絡〕

Mさんより：

3月22日(木)はヒューマン・クリエーションです。14:00～15:00までの予定です。

お気軽にご参加下さい。

3)4月の行事について

〔提案〕

気になっている人より：

そろそろ4月の行事を決めましょう。

〔希望〕

動物園・水族館・カラオケ・江戸東京博物館・ボーリング・七福神（人形町駅）・ビール工場
キューピーマヨネーズ工場・釣り堀・プロレス・ボクシング・コーラ工場

来週のミーティングで決定します。

3月21日(火)

1)買物袋とレジ袋について

〔お願い〕

気になっている人より：

魚介類や肉類は水分が出てくると袋に臭いが付き、衛生的にも良くないので買物袋に入れる前に薄いビニールに入れて下さい。レジ袋は大きいものと小さいものに分別して所定のバッグに入れて下さい。

2)洗剤の置き場について

〔お願い〕

気になっている人より：

布巾用の洗剤は使い終わったら必ず定位置に戻すようにして下さい。

3)空気の入れ替えについて

〔お願い〕

気になっている人より：

タバコを吸う人も多いので、たまには窓を開けて空気の入れ替えをして欲しいです。

まだ寒いので気温や天候などを見ながら気になったときにやりましょう。

4)人事異動について

〔お知らせ〕

職員より：

3月6日のミーティングでお話したとおり、24年度のすぎなみ151の予算はかなり厳しいだろうと思います。また、TA0が就労継続支援B型事業所になることに伴い、TA0の職員体制不足の問題もあります。

そこで、職員で話し合った結果、24年度より橋本さんはTA0に異動することになりました。

すぎなみ151での勤務は残りわずかとなりますが、同じ法人内のTA0にいますので、これからも引き続きよろしくお願いします。

5)障害福祉サービスの利用者向け説明会について

〔連絡〕

職員より：

4月1日より障害者自立支援法の一部が改正されます。

法改正に伴う新たなサービスの概要と手続きについての利用者向け説明会があります。

職員は第一回目の4月18日（水）に参加します。6回の機会がありますのでご興味がある方は是非ご参加下さい。すぎなみ151でも後日皆さんにご説明します。

6)4月の行事について

〔決定〕

4月の行事はカラオケに決まりました。幹事はAさん、Hさん、Sさんです。

3月27日(火)

1)4月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

4月の行事はカラオケです。

幹事がなかなか揃わないためまだ日程や場所が決まっていません。来週までに確認します。

2) スポーツ交流祭について

〔連絡〕

キャプテンより：

スポーツ交流祭に参加する人は必ず体育館で使える上履きを用意して下さい。外履きの裏を拭いたものでは体育館に入れません。気をつけて下さい。

昼食は各自で準備して下さい。

3) ソフト・バレーボール練習について

〔連絡〕

職員より：

4月の中部センター体育館でのソフト・バレーボール練習はありません。

4月3日（火）

1) 4月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

4月18日はカラオケです。吉祥寺の歌広場に行きます。

10:30 集合、11:00 出発です。吉祥寺に着いたら一旦解散し、昼食を食べます。

カラオケは13:00～15:00です。

2) トイレ掃除について

〔お願い〕

気になっている人より：

トイレ掃除に使うバケツを広げて置いておくと邪魔になるので、なるべく重ねて置くようにしてください。

3) ビル清掃について

〔お願い〕

気になっている人より：

ビル清掃の際は、マットレスや地下に続く階段も掃除してください。

4月10日（火）

1) 4階の小部屋について

〔お知らせ〕

職員より：

4階の屋上に出る手前左側の小部屋を借りました。

今作業着が入っている職員室の横の小部屋を相談室として使えるように、4階の部屋に作業着

や書類関係に移しました。

また、少しスペースが作れたので机とキャビネットを置きました。絵やクラフトや木工といった制作活動にも利用していただけます。

2) 掃除用具について

〔お知らせ〕

職員より：

今までトイレの中に置いていたバケツや雑巾、階段の脇にあったビル清掃用の掃除用具をトイレの前室にまとめました。使ったらまた今ある場所に戻してください。

3) 5月の行事

〔提案〕

気になっている人より：

そろそろ5月の行事を決めましょう。

○ビール工場 ○江戸東京博物館 ○防災館 ○NHK ○森永工場見学

次回まで引き続き募集しましょう。

4月17日（火）

1) トイレの前室の清掃について

〔お願い〕

職員より：

トイレの前室の床は木曜日のビル全体清掃の際に掃除してください。

2) きずなサロンについて

〔お知らせ〕

職員より：

杉並区社会福祉協議会等が推進する「きずなサロン」を、一般社団法人クレオソーレとして開催することにしました。月1回、第3土曜日にすぎなみ151の場所を使っています。

「きずなサロン」は地域住民に開かれた、誰でも参加できる場所です。

年齢や立場に関わらず、同じ地域に住む方々と自然なつながりができ、顔の見える関係になればと思います。

しばらくは皆さんに楽しんでいただけるような企画を取り入れていきますが、続けていながら一緒に時間の過ごし方を考えていきましょう。

きずなサロン (わ) 西永福

【第1回】 5月19日（土）11:00～15:00 @すぎなみ151

◆11:00～「(わ) 西永福」のご紹介と皆様との意見交換

◆12:00～「がらすびん」による演奏と歌＋茶話会

参加費：無料 申し込み：不要

TEL:03-3327-9225 担当：丹菊、渡辺

3) 消耗品の在庫確認について

〔お願い〕

職員より：

棚を整理して消耗品の在庫を見やすくしました。トイレ用品、台所用品などを購入する際は、在庫を確認して余分に買い過ぎないようにしてください。

4) トイレ清掃について

〔お願い〕

気になっている人より：

トイレ清掃の際には消耗品も確認して不足していたら補充してください。トイレ清掃の手順がわからない人はマニュアルを確認してください。

5) 5月の行事について

〔継続〕

5月の行事は「森永工場見学」に決まりました。幹事はMさんとTさんに決まりました。

4月24日（火）

1) スポーツ交流際について

〔連絡〕

キャプテンより：

24年度のスポーツ交流際は6月22日（金）です。コートはサブアリーナのEコートです。

2) 5月の行事について

〔連絡〕

幹事より：

5月の行事は「森永製菓工場見学」です。スケジュールは以下の通りです。

9:40 すぎなみ151集合

10:00 すぎなみ151出発

11:20 鶴見駅着

<昼 食>

12:30 集合 バス乗車

12:50 受付 見学（約1時間）

見学終了後 自由解散

以上

4. 【12・1・2・3月の昼食】

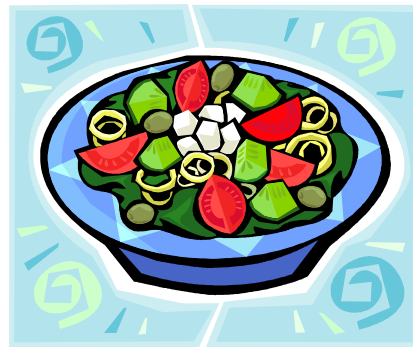
「すぎなみ151」では、希望者で話し合い、昼食を作って食べています。

12・1・2・3・4月はこんな献立の昼食を食べました。

年月日	昼食 参加人数	主食	主菜	副菜	汁物
2011年12月2日	10	すいとん	スープすいとん	かぼちゃサラダ	
2011年12月5日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月6日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月7日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月8日	9	ご飯	ハヤシライス	マカロニサラダ	
2011年12月9日	14	ご飯	白菜の蒸し煮	人参の三色ナムル	大根とワカメスープ
2011年12月10日	0	食事作りなし	大宮八幡宮花笠祭り		
2011年12月12日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月13日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月14日	12	ご飯	チーズ入りミルク粥	鶏肉と白菜のホット サラダ	
2011年12月15日	11	ご飯	クリームシチュー	コールスロー	
2011年12月16日	0	食事作りなし	合同望年会		
2011年12月19日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月20日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月21日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2011年12月22日	9	ご飯	白菜の重ね煮	かぼちゃの甘煮	なめこと豆腐の味噌汁
2011年12月26日	9	ご飯	ロール白菜	大学いも	
2011年12月27日	0	食事作りなし	大掃除		
2011年12月28日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年1月6日	11	ご飯	ビーフシチュー	温野菜のマリネ	
2012年1月10日	10	すいとん	すいとん	もやしのナムル	
2012年1月11日	11	ご飯	酢鳥	さつまいものオレンジ ジュース煮	ワカメと大根の中華スープ
2012年1月12日	9	ご飯	ポトフ	マカロニサラダ	
2012年1月13日	14	ご飯	キャベツとひき肉のピ リ辛炒め	トマトの甘酢おろし	里芋の味噌汁
2012年1月14日	12	ご飯	ハヤシライス	コールスロー	
2012年1月20日	6	チャーハン	チャーハン	ほうれん草のキッ シュ	残り野菜のスープ
2012年1月23日	9	ロールパン	クリームシチュー	きのこのトマト煮	
2012年1月25日	8	ご飯	しょうが焼き	ほうれん草のおひたし	豆腐の味噌汁
2012年1月26日	11	ご飯	ひき肉のバジル炒め	シンプルポテトサラ ダ	オニオンスープ
2012年1月27日	9	ご飯	ホイコーロー	もやしの和え物	あさりの味噌汁
2012年1月30日	13	ご飯	カレーライス	レタスとトマトのサ ラダ	

2012年2月2日	12	パスタ	ナポリタン	じゃが芋のカレー炒め	生姜玉子スープ
2012年2月3日	11	ご飯	和風ボリュームハンバーグ	玉ねぎとさくら海老の炒め煮	長ネギとワカメの味噌汁
2012年2月6日	11	ご飯	麻婆豆腐	コールスロー	オニオンスープ
2012年2月7日	12	ご飯	カレーライス	ポテトサラダ	
2012年2月9日	9	ご飯	クリームシチュー	マカロニサラダ	
2012年2月10日	14	ご飯	肉団子の甘酢あんかけ	かぼちゃのスイートポテト	あさりの味噌汁
2012年2月13日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年2月14日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年2月15日	0	食事作りなし	月例行事		
2012年2月16日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年2月17日	13	ご飯	ポッシュ丼	ナスのソテー香菜和え	ワカメスープ
2012年2月20日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年2月21日	10	ビーフン	シンガポールビーフン	キャベツとハムのオムレツ	けんちん汁
2012年2月22日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年2月23日	10	ご飯	白菜蒸し	梅干のナムル	なめこ汁
2012年2月24日	12	パスタ	ミートスパゲティ	きのこのホットサラダ	オニオンスープ
2012年2月27日	14	ご飯	三色丼	春雨の五目炒め	ワカメのスープ
2012年2月28日	9	ご飯	カレーライス	ブロッコリーときのこ炒め	
2012年2月29日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年3月1日	10	ご飯	麻婆豆腐	きのこのマリネ	そうめんの卵スープ
2012年3月2日	12	ご飯	ちらし寿司	菜の花のからし和え	ふきのとうの味噌汁
2012年3月5日	12	パン	クリームシチュー	コールスロー	
2012年3月6日	11	パスタ	ミートスパゲティ	シーザーサラダ	オニオンスープ
2012年3月7日	11	ご飯	しょうが焼き		けんちん汁
2012年3月8日	9	ご飯	チンジャオロース		ワカメともやしのスープ
2012年3月9日	17	ご飯	カキフライ	青菜ともやしのナムル	あさりの味噌汁
2012年3月12日	15	ご飯	麻婆豆腐	キャベツのレモンマヨサラダ	オニオンスープ
2012年3月13日	13	ご飯	水餃子	マカロニサラダ	
2012年3月14日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年3月15日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年3月16日	16	ご飯	肉じゃが	ほうれん草のごまあえ	豆腐となめこの味噌汁
2012年3月19日	11	パスタ	ミートスパゲティ	ポテトサラダ	かぼちゃのスープ
2012年3月20日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年3月21日	14	ご飯	鶏肉のソテーはちみつソース	マカロニサラダ	きくらげ入りレタススープ
2012年3月22日	10	ご飯	麻婆豆腐	炒めこんにゃくの南蛮漬	豆腐のねぎ風味スープ
2012年3月23日	11	ご飯	親子丼	白玉ぜんざい	大根の味噌汁
2012年3月26日	8	ご飯	ハヤシライス	もやしのナムル	
2012年3月27日	10	パスタ	きのこパスタ	シーザーサラダ	オニオンスープ
2012年3月28日	12	ご飯	回鍋肉	春雨のエスニックサラダ	きくらげと卵の中華スープ
2012年3月29日	10	ご飯	クリームシチュー	マカロニサラダ	
2012年3月30日	14	ご飯	カレーライス	カブのマヨネーズ炒め	

年月日	昼食 参加人数	主食	主菜	副菜	汁物
2012年4月2日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年4月3日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年4月4日	11	ご飯	クリームシチュー	ほうれん草のおひたし	
2012年4月5日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年4月6日	14	ご飯	コロッケ&メンチカツ	マカロニサラダ	あさりの味噌汁
2012年4月9日	10	パスタ	ミートスパゲティ	ほうれん草のおひたし	オニオンスープ
2012年4月10日	13	ご飯	夏野菜の肉じゃが	ポテトサラダ	カブのミルクスープ
2012年4月11日	13	ご飯	キャベツと挽肉のピリ辛炒め	ほうれん草のおひたし	かき玉汁
2012年4月12日	11	ご飯	蒸し鶏の香味ソース	マカロニサラダ	オニオンスープ
2012年4月13日	15	うどん	うどんの肉味噌がけ	ほうれん草のおひたし	若竹汁
2012年4月16日	10	ご飯	ハヤシライス	シーザーサラダ	かき玉スープ
2012年4月17日	10	ご飯	ゆで豚ときゅうりの辛味ソース	ほうれん草のおひたし	ジュリアンスープ
2012年4月18日	0	食事作りなし	行事:カラオケ		
2012年4月19日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年4月20日	15	ご飯	チンジャオロース	シーザーサラダ	オニオンスープ
2012年4月23日	9	ご飯	麻婆豆腐		けんちん汁
2012年4月24日	16	ご飯	豚肉のしょうが焼き	シーザーサラダ	具沢山スープ
2012年4月25日	0	食事作りなし	参加人数不足		
2012年4月26日	9	ご飯	コロッケ&メンチカツ	ポテトサラダ	オニオンスープ
2012年4月27日	9	中華麺	野菜ラーメン	バナナ	



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・クリエーション

しばらくお休みをしていました「クリエーション」を「ヒューマン・クリエーション」と名称を変更して再開しています。

「ヒューマン・クリエーション」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151」のメンバーでなくても参加できます。

「すぎなみ151」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木曜日

(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151 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151」内)

ヒューマン・クリエーション担当者まで

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・クリエーション」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・クリエーション」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

5. 【さんぽみち】～河田隆利エッセイ～

融（とおる）

～厳島神社喜多流・観月能の幽玄と夢幻への招待～



昨年10月に上演された厳島神社の月夜の薪能を、本年正月の2日にNHKで放送されるのを知り鑑賞した。

厳島神社は、満潮になると全体が海に囲まれて、能舞台が海の中に浮き上がっているように見える。折しも満月…月の光と照明が反射して、波紋が能舞台と演者をゆらゆら照らし出す。この世のものとも思われない光景だった。正に幽玄、夢幻の世界だ。

演目は仕舞「鶉の段」シテは栗屋明生、「松風」シテは香川靖嗣、「船弁慶」シテは出雲康雄。そして能は「融（とおる）」。シテは喜多流の名手、友枝昭世師…人間国宝だ。

「融」は、左大臣源融を題材としたもの。世阿弥元清の作。
物語はこうだ。東国の修行僧（ワキ・福王茂十郎）が京都六條河原の院で休んでいた所、汐汲みの翁（前シテ友枝昭世）が現れる。
翁は、修行僧に、宇多天皇の時代の左大臣・源融が東北の千賀の塩竈の景色を模

した庭を造ったことを伝え、塩竈の汐を汲むのだという。

友枝師は、能舞台の最先端まで歩み、海の汐を汲む所作を行う…普通の能舞台ではあり得ないシチュエーションだ。

汐汲みの翁（前シテ）は、実は左大臣融その人で、後半では融が亡霊として現れる（後シテ）。また、アイ方の狂言師・六世野村万蔵師が東国の修行僧に京都六條河原を東北の千賀の塩竈の景色を模した庭を造ったことを説明するのだが、この野村万蔵師も見事なアイ方を勤めていた。

左大臣・源の融の亡霊は月の光の中で、昔を思い出し、優美に優雅に謡い、舞う。

この世に未練が残る主人公を、旅の僧が回向し、慰める。その舞台として、厳島神社の能舞台は、格好の舞台だった。



♪鳥は月下の波に伏す 聞くともあかじ秋の夜の

鳥も鳴き 鐘も聞こえて 月もはや 影かたむきて明け方の 雲となり雨となる

この光陰に誘われて 月の都に入りたまふよそほひ

あら名残惜しの面影や 名残惜しの面影

名残を残しながら、融は消えていく…

後には、波が打ち寄せる能舞台があるだけ…ついさっきまで、謡い、舞っていたのが夢だったかのようだ。

友枝師の「清経」も優美で、ぜひこの舞台で「清経」を見てみたいと思った。厳島神社は平家ゆかりの神社だし、平家の公達の中には、波に吞まれ沈んで行った者も多かったのだから…彼らの回向、鎮魂の場所として、この舞台ほどふさわしい所はない。一口に能と云っても、その流派は24派にもなっていて、狂言の大蔵流と和泉流を合わせれば26派にものぼる。

その中でシテと呼ばれる主人公を演じられる流派は観世流・金剛流・宝生流・喜多流・金春流の五家であり、この五家と一緒に競演する事は無い。

そして、今回は喜多流の友枝昭世師がシテで、ワキが福王茂十郎師、アイが野村万蔵師、地謡が香川靖嗣師、合方の笛が一噌流の一噌幸弘師、小鼓が横山晴明師、大鼓が亀井忠雄師、太鼓が観世元伯師とそうそうたるメンバーだ。

「融」に先立って仕舞が演じられたが、先のシテ方に地謡は友枝真也師に大島輝久師と長島茂師も見事だった。

皆様も機会があったら、是非「幽玄と夢幻」の能を一度は鑑賞する事をお勧めしたい。

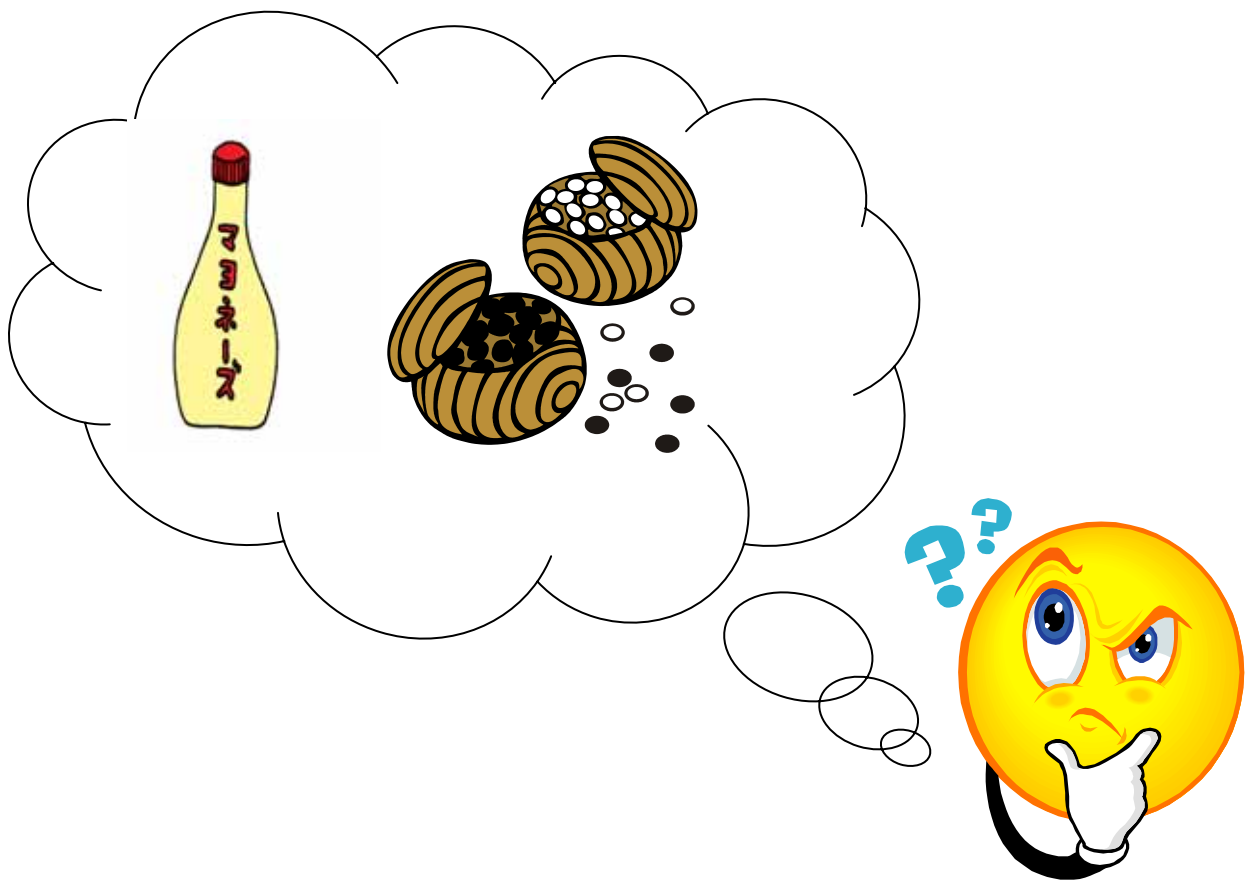
因みに、能のシテ方は友禪の衣装で、狂言は絹仕立ての衣装となっている。また、和服の事を呉服と云うのは、中国の三国志時代に遡り、魏・呉・蜀とに分かれていた時、呉の国が絹織物が産地だったのでそれが由来して呉服となった事も添えておこう。

6. 【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！

マヨネーズをなめながら、囲碁をする子供は
どんな子供か？

答えは来月号に掲載されます。



12月号の出題と答：

出題：“おふ”をレンタルしたがつているのはどんな女性か？

答：家政婦（貸せい！“ふ”）

答えがわかった方 Mr.Y までお寄せください！

【回答の送付先】

FAX:03-6666-8560 E-mail:okomarisn@creosore.or.jp

7. 【ヨッチン文学】 その1

“ 四丁目の夕日 ”

ヨッチン

帰りの電車の窓から 夕日が見えた
冬の夕日の なんといじらしい事よ！

ひかえめで ^{かれん}可憐で 大人で

キミは ^{なや}何を悩んでいるの？

キミは 何を夢見ているの？

キミは 何を欲しがっているの？

ほんの 数秒で 建物にかくれ
電車は駅につく

雑踏の中で 夕日が消えていく
ほんの わずかの出会いだった！

夕日は 愛のはじまりか？ 終わりか？
昔は どこからも 夕日が見えたっけ！

そう言えば ここは“ 四丁目 ”か？

そう“ 四丁目の夕日 ”だ！！

【ヨッチン文学】その2

バレンタインデーの思い出

ヨッチン

そんなに寒くないか？ 玄関から出てそう思う！

数分^{すうぶん}歩いて 大通りに着く

ビル風が 体の芯^{しん}まで冷やす

あわてて コンビニには行って 暖^{だん}をとる
前にも こんな事があったっけ！

寒ければ 寒いほど ぬくもりがうれしい

暗ければ 暗いほど 灯火^{ともしび}がうれしい

傷つけば 傷つくほど 優しさがうれしい

学生時代 おもしろくも なんともない

そんな中 後輩の女子から 質問ぜめの手紙をもらった！

オレに興味を もったらしい

うれしそうに からかうように 笑顔がカワイイ！

しばらくして バレンタインデーの日に チョコレートをもらった！

その後 進展^{しんてん}することもなく

中途半端^{ちゅうとはんぱ}で 終わったけど

ありがとう！Kちゃん！

そして ごめんなさい！Kちゃん！！

8. 【びじゅある・^{ポエム}詩】

私は、小さめの真四角の部屋
左の壁の真ん中に真四角の棒くん
部屋の中央に真丸く硬い玉くん
棒くんは床の中央にちょっと欠ける長さ
棒の玉に向かって部屋の中央に
棒くんが倒れると
玉くんが右の壁にぶつかって
ちょっと跳ね返り止まります

J. P&光

9. 【トリビアの湖】

えいご

ホスピタル・・・病院
カンパニー・・・会社

おざわ さだてる

10. 【至高～慶應の遺伝子～】

恥ずかしい!!プロフィール丸裸!!Part 2

著 者：内野・コロル・ヴィレリリア

(日系・ヒスパニック系イタリア人)

副著者：内野このむ(腹違いの弟／日本人)

★主な特徴

34 歳、A 型、射手座／審判・性交経験有、インポ、多汗症・冷え症、洗脳されない所、髪の毛伸ばし中、生活保護受給者

★昔集めていた物

ファミカセ(「タイトーシリーズ」)、キーホルダー、ちょうちん、チョコQ

★初めて買ったセルのカセットテープ：サザンオールスターズ

★初めて買ったCD

バスターズ(モーターヘッド)やアニメ映画「AKIRA」のサントラ

★好きな季節：夏以外(爽やかな日)

★好きなスポーツ：サッカー／特技：体育の模範演技

★好きな映画：「シングルス」／好きな飲み物：珈琲、紅茶

★今欲しい物：チャカ、金、原チャリ&RC211V

★生まれ変わったらやりたい職業：バイクショップ



★12 年間、ハード・コア界を支配し続けてきた米のバンド。来日公演経験有

11. 【我ら西永福妄想族】～151 文芸部作品～

プロレス論

森重寿一

俺はアントニオ猪木のファンだ。

批判や非難や中傷にもびくともしない精神力の強さを尊敬している。

アントニオ猪木は本当に八百長だが本気のガチンコも平気でやる。

数少ないが八百長でない試合もやる。

40 年間俺はアントニオ猪木を観てきた。

全盛期は力道山の次に強かった。

ジャイアント馬場も全盛期はやたら強かった。

鶴田や前田や天龍はやや格下だ。

長州力も強かったがやはりやや格下だ。

アントニオ猪木のリアルはナチュラルだ。

ナチュラルに動いている。とリングスの高坂が語る。

前田は正面からガンガン叩き潰すタイプだ。

猪木と前田の試合を当時テレビ観戦したが

あの時はまだ前田が全盛期ではなかった。

長州力は猪木に善戦したがあと一步で勝てなかった。

これらはすべてガチンコである。

今のプロレスは下火になりでも俺はプロレスが好きだ。

たとえ八百長でも。

とにかく力道山から受け継いだ完全実力主義であるのがアントニオ猪木である。

猪木も今の生き方を継続してほしい。

馬場は確かにすごかった。

でもコンピュータマッチで対決したら猪木が馬場の巨体をどんな技で仕留めるか観たかった。

馬場は亡くなった今本当に残念だ。 猪木がんばれ！

12. 【おおえん詩^か】

2012 年

4 月 27 日（金）今日は曇り空です。皆さんは今 1 番悩んでいる事はなんですか？
たぶん私と同じ事ではないかと思います。精神を病んでいて心の閉塞感に悩んでいるのだと思います。

1 分の時間があったというまに過ぎていく様に早い日々、それと反対に心の時間は短くむなしくてしかたがないと思います。

私は 15 才から患って今 56 才という年齢になりました。しかしいっこうに芽が出ません。そこで考えたあげくに精神革命という 1 つの考えが浮かんできました。

これは、人は生きていく時、自分がのし上がっていく、あるいはリーダー、あるいは社会で生きていく事、その時に生じるさまざまな問題に直面して、なやみ苦しむのではないかと思います。

自分なりに生きる事がなんとむずかしい事か。

この文はなやんで苦しんでいる人へのおおえん詩^かの文の始まりなのです。

天才にまさる人、それは凡才のあなたです。 なやめる子羊より
ピンチがチャンス
あなたは永遠に不滅です。

13. 【特別寄稿】

自分が救世主だとテレビで言い損ねた話

ペンネーム：救世主さん

みなさん、すぎなみ 151 に僕が投稿したのは前に幻聴で大変困っている人の話を読んで、私もそれに似た妄想で大変困っているのと大変似ていると思い投稿しました。

しかし、唯一違うのはテレビに出て騒ぎを起こした事です。

みなさん、2004 年の 9 月 23 日の「笑っていいとも」を見た方はいらっしゃいますか。その時一発芸をやる予定が突然「27 時間テレビを来年もナインティナインにやらしてください。岡村隆史をよろしくお願いします。」と僕が言ったのです。

実は違う事を言う予定だったんです。あまりにも生放送でテレビに出た時、頭が真っ白になり、違う事を言ってしまったのです。

その晩、木曜ニッポン放送のナインティナインのオールナイトニッポンで岡村さんが何か始から 30 分位僕の事をしゃべったらしいのです。最後に矢部さんが「よっぽどこの人は 27 時間テレビが好きやったんやな。」と言ったらしいのです。

それまでの言う前の経過をすべて書きます。

僕は 10 才のころから自分は救世主だと思いノストラダムスの本ばかり読んでいました。

中学の事、ノストラダムスの研究の本で出てくる救世主についての章がありました。そこには救世主はお羊座生まれで、音楽の才能があり火曜日生まれと書いてありました。全部僕の事と一致していました。

僕は K.T という者なんですけど、T の部分の名前がただしというんですけど、ただしい〜イエスと似ているのでなるほどなと思いました。

また、K なんなんですけどキというのが僕の始まりの名前でキリストの事かなと思いました。また、姓の最後「キ〇〇ダ」のダの部分でダビデ王のダだと思いおそろくそうだと信じていました。

まあ中高と当たり前のように過ごしていたのですが、日本大学に受かった時平成元年で日本大学 100 周年だったのです。何か運命的なものを感じました。

大学のころ救世主だとは名のらなかったんですけど大学で有名になろうと演説しました。しかし、それで精神病院に入り電気ショックを 1 年のうち 7 回受けました。

病院に 10 年間入っていたんですけど、最後ある人から「君は日本一有名な人に会える」と言われました。

それから 2001 年 3 月、ついに病院を出ました。それから SU ストリートという作業所に入りました。その頃に「ユダヤの救世主が日本に現われる」という本を読みました。

そこには日本は一時的に世界一困難な状態になるのが、日本に救世主が現れ世界中を支配するという本でした。

まあ僕の妄想だと思うんですけど、その時僕は本当に自分は救世主だと思いました。そこで「笑っていいとも」で救世主だと言うチャンスをうかがっていました。

そこで運命の 2004 年 9 月 23 日（木）なぜこの日を選んだかと言うと、天皇誕生日が 12 月 23 日、僕の誕生日が 3 月 23 日、皇太子殿下の誕生日が 2 月 23 日、日露戦争で日本が勝つきっかけになったのが“203 高地”、23 という数字に運命的なものを感じました。

その日「笑っていいとも」のアルタスタジオに一発芸のコーナーのオーディションに 100 名もの人が集まっていました。

僕は「歯楽器」という芸を持っていました。実際やったら 100 人の応募したオーディションの中の合格した 4 人に選ばれました。

運命の 12 時、楽屋で緊張しました。もうこわくて勇気が入りました。

どのようにして救世主と言おうと考えていました。

ついに 12:00 が来て僕の番が来て、しかしその時考えたのは、本当の事を言えば電気ショックをくらう、薬をふやされる、一生病院から出られなくなる、親戚が迷惑するといろいろ考え「岡村さんよろしく願いします」と言ってしまう

した。その時司会をしたさま～ずの大竹さんが「なんだこいつは」と言って、そこで自分の人生は終わりました。

救世主と言えなかったのが8年間ずっと後悔しています。

救世主となり電気ショックをくらった方がましだったと考えた時もありました。テレビに出たあと月に注射2本と一日に40錠の薬を飲まされました。

いずれは今精神病の岡村さんに会いたい。

あの時の事を少しでも岡村さんに伝えたい。

ラジオで僕のことをしゃべったと聞き、少しは心の支えになりました。しかし、僕の大きな希望は失われました。僕の人生は終わったのです。

しかし、わずかばかりの今の夢は石巻出身の僕はラジオであの石巻のための親兄弟をなくした人のためのラジオを一回でもいいから岡村さんとやりたいというのが夢です。

しょせん夢ですね。しかし小さな夢は捨てていません。いずれは僕がDJになる日があるということを信じています。

14. 【風の通り道】

俳句

四季を咏む



冬

礼者行く ふと街角の古仏
赤白の風船飛び交う 冬の街

春

梅が香を 放ちて今朝の日ざしかな
乙女等が ろろり抜けたる櫻花圓

夏

妖精の 夏一瞬の 出会いかな
夏深く 寡黙の人となりにつけり

秋

コスモスの 咲きて浄土の 人と蜂
秋の夜に アンドロメダを

追いにけり

宇永 蘭撰

15. 【銀海の窓】

日本DMDクラブ：マニフェスト（宣言・声明）

私たちは自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者の立場から、
!!自殺のない社会づくりネットワーク!!に貢献の為、以降の事項を行う。

- ① 魂の語り部・自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者ネットワーク設立
- ② 体得本出版（魂の語り部・生かされた命・活かす時）他。
- ③ 日本DMDクラブ集会所の設営。
- ④ 仲間たちのバックボーンと生る、日本DMDクラブハウスの建設（土地購入済・100坪）
- ⑤ 日本DMDクラブ仲間の応援歌&音頭。

【魂の語り部・自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者

ビジョン&ポリシーorモットー】

- ① 今に生かされて、生き、その恩に、今を活かそう。
- ② 疾患から人生が豹変した体験の下に、渾身の想いで【魂の語り部】活動をする。
- ③ 自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者主体のイベント（シンポジウム、講演会、フォーラム）の開催。
- ④ 【転ばぬ先の杖】を活かす為、疾患防止に基礎知識の詳細を、一目瞭然と明記した『ポスター、キャッチコピー、リーフレット』等を全国の公共施設他、全所帯に配布の徹底!!
- ⑤ 【百聞は一見に如かず】を活かす為、魂の語り部、自殺未遂フォワード（サバイバー）『体得者の生の声に傾聴』されたく、世間に明日は我が身と自覚を願う!!
- ⑥ たかがうつ、されどううつ病、我が魂は晩節に志、それは証!!
- ⑦ 自殺防止、うつ病予防対策推進!!

【自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者による全国行脚に際して】

☆ 全国、都、道、府、県庁：自殺対策推進担当部署各位殿 ☆

平素は自殺対策推進にご尽力くださり有り難う御座います。

自殺対策基本法の公布から六年目、翌年の政府、自殺対策基本法の指針である自殺総合対策大綱の閣議決定から五年目、今年は、大綱改正の重要な年です。

その実 三月一日には、国立オリンピック記念青少年総合センター国際会議場で『自殺対策推進の為、関連学会等の意見交換会』とシンポジウム『今後の自殺対策に向けて』と題して「主催」：国立精神・自殺予防総合センター、「共催」：厚・労・省、「後援」内閣府、日本自殺予防学会で開催されました。

そして今般 漸く【魂の語りべ・自殺未遂フォワード体得者】の立場として、シンポジストに招聘されました。しかし未だ安心は禁物だ、なぜなら『自殺対策基本法』公布後の今日も『旧態依然』として毎年の自殺者は、三万余名の高止まりである。これは個人や家族で解決可能な域ではない。最早、社会問題で我が国全体の社会福祉環境システムの欠落であり、国家の損失は甚大だ。

以上の事項を踏まえて、今日にいたる内閣府始め、種々ある『イベント&シンポジウム』等の内容考察から『改善改革』の必要性を提言できる。それは前述のマニフェスト【魂の語りべ・自殺未遂フォワード体得者：ビジョン&ポリシーorモットー】の④&⑤に謳っている。

従来のイベント（シンポジウム）には、『自死（自殺者）遺族』の参画は在るが、事 自殺に到る経緯の艱難辛苦を熟知している、【自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者】を参画させない無智があった。

以上の想いから三月一日の大綱改正に於ける、シンポジウムに参画を機に、広く世間に【自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者】の【生の声に傾聴】されたく『今を病む方々と後生の方々』の為に【全国行脚】を以ってアピールするものです。

今般は全国の「自殺対策推進担当部署各位へ」の全国行脚の実践です。それは『自殺未遂フォワード（サバイバー）体得者の訴える自殺防止と救済・軽減一助』のため御担当部署方へ、全国民にご賛同をお願いするものです。



杉並区役所にて田中区長と共に

吉田銀一郎（ペンネーム 銀海）【魂の語りべ・自殺未遂フワード】

日本DMDクラブ（失敗に学ぶ・逆もまた真なり）【自殺防止・うつ病予防対策推進】

TEL:03-6304-9940 FAX:03-6304-9919 Mobi:090-4221-0004

E-Mail:japan-dmd-club-g@kkf.biglobe.ne.jp

郵便振替口座：00120-0-664411（名称：日本DMDクラブ）

16. 【TA0 のためのご寄付のお願い】

(1) 事情の説明

杉並区では、区の土地建物の提供を受けることがなかった民立民営精神障害者共同作業所が開設されてゆく過程で、活動場所の確保をすることは大変な苦労があったと聞いております。

そうした中、活動場所を確保するためには、民間の賃借物件を借上げなければならなかったという事情がありました。また、当時精神障害者の通所事業所の活動のために貸してもらえる物件はそう多くはなかったといわれています。

「TA0」（現在の「koen the TA0」）は、杉並区で4か所目の精神障害者共同作業所として、高円寺南のルック商店街の中に1991年9月30日から活動場所として事業用物件を借りることができ、1992年4月1日より活動を続けてきましたが、賃貸人からの求めがあり2010年11月30日に退去し、現在「koen the TA0」のある高円寺北に移転いたしました。

旧物件の入居時に、1千5百万円の入居保証金が必要となりました。この1千5百万円は杉並区との貸付金契約により借入れを行い、賃貸人に預託しています。

賃借物件の明渡しをすると、杉並区はこの貸付金の返済を請求することができることになっています。

1千5百万円のうち、その20%に相当する3百万円は償却費として賃貸人が取得することになっていますので、明け渡した後賃貸人から返還される保証金は1千2百万円です。

1千2百万円は、旧物件の明渡し後3か月以内に賃貸人は返還する義務がありますが、督促手続にもかかわらず返還されないため民事訴訟手続に移行し、現在東京地方裁判所で係争中です。その為、訴訟費用がかかることになり、その訴訟費用は現在のところ2百7万9千円になることが見込まれています。

(2) お願い

前述の事情があり、精神障害者共同作業所「TAO」（特定非営利活動法人 TAO）が区から借り入れた貸付金の返済に関連し、多額の費用負担がかかることになってしまいました。この金額を特定非営利活動法人 TAO のみで捻出することは非常に困難な状況となっております。杉並区には、訴訟で返還される予定の1千2百万円を含む1千5百満額を返済しなければなりません。

誠に心苦しいお願いではありますが、少しでも負担の軽減ができますよう、この度皆様にご寄付のお願いを呼びかけることにいたしました。

■目標金額

- | | |
|----------------|-------------|
| ① 入居保証金の償却費用 | 3,000,000 円 |
| ② 保証金返還の為の訴訟費用 | 2,079,000 円 |

寄付金目標金額	5,079,000 円
---------	-------------

■5月1日現在

寄付金額	355,875 円
------	-----------

不足額	4,723,125 円
-----	-------------

ご協力を頂いた皆様には心より感謝致します。

今後とも少しでも多くのご支援をいただけますようお願い申し上げます。

ご寄付いただける方がおられましたら、下記連絡先までお申し出下さい。

【連絡先】

特定非営利活動法人 TAO

寄付金受付係 小平（寶田）未来子

〒166-0002 東京都杉並区高円寺北 3-6-2 1階

電話：03-6383-0445 ファックス：03-6383-0446

E-mail：tao@creosore.or.jp

17. 【6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。

2012年6月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休
3 休	4	5	6	7	8	9 休
10 休	11	12	13	14	15	16 11:00～15:00 きずなサロン ①わ 西永福
17 休	18	19	20 14:00～15:00 ヒューマン・ クリエーション	21	22 終日 スポーツ交流際 @東京体育館	23 休
24 休	25	26	27	28	29	30

～編集者のつぶやき～

もう少しで半期合併号だぁ！
・・・すみません。

今月は「すぎなみ151スタイル」はお休みです。
編集長は充電中です。
来月号は厚くなりそうな予感。。。(^_^;)

創刊：2008年4月
編集・発行者：すぎなみ151
〒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: okomarisn@creosore.or.jp