

すぎなみ151便り



おこまりさん



2011年

わたしは こまっぺ おこまりさん
あなたも こまっぺ 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

7・8月
合併号



目 次

1. 【6月・7月の主な出来事】
 2. 【6月・7月の主な出来事より】
 3. 【6月・7月のメンバー・ミーティング】
 4. 【6月・7月の昼食】
 5. 【さんぽみち】～河田隆利エッセイ～
 6. 【ヨッチン文学】
 7. 【今月の「駄洒落クイズ」】
 8. 【トリビアの湖】
 9. 【ミツエの気持ち】
- | |
|----|
| 広告 |
|----|
10. 【我ら西永福妄想族】～151文芸部作品～
 11. 【今月の4コマ漫画】
 12. 【銀坊の窓】
 13. 【至高～慶應の遺伝子～】
 14. 【はじめまして、杉並精神保健福祉交流会です！】
 15. 【「すぎなみ151」スタイル】
 16. 【8月の予定】

1. 【6月・7月の主な出来事】

2011年

6月10日（金）杉並交流会@荻窪体育館

6月15日（水）屋外活動「プラネタリウム」or 映画「ブラックスワン」@渋谷

7月13日（水）屋外活動「東京湾ランチクルーズ」@浜松町

2. 【6月・7月の主な出来事より】



ブラックスワンを観て



母と娘の二人暮らしで、母は元バレリーナ。

母は娘にバレエ以外のことはさせず育てていて娘はそれに従っているが、後で母の束縛から逃れたいと思うようになる。そして、見事主役の座を射止めるのでした。主役の座を奪われたバレリーナが入院している病院に見舞いに行くと大変なことに・・・。

そして、プロデューサーの家に招待されるが、何もなしに帰る。

その後、仲間のバレリーナから飲み誘われ飲みに行くことに。

そこでドラッグを勧められるが断ると、飲み物に溶かして飲まされる。

すると、そのバレリーナと自宅の部屋で目くるめく官能の世界へ。

娘は母に反抗的になり、母は心配して娘の出演する舞台を断る電話をプロデューサー



に入れるが、娘は止める母を振り切って劇場に、見事第一幕、第二幕を踊り切り、2回目の楽屋に戻り、その楽屋で恐ろしい妄想に襲われる。

そして、クライマックスへ。

芋虫が蛹になり蝶になるように、ブラックスワンを受け入れながら体さえも傷付けながら、ラストシーンを飾り、純粋なまま本当の白鳥になって、ブラックスワンとは、心の闇のことを指していると思った。

ナタリー・ポートマンの演技が光った映画でした。

坂本光明

「渋谷プラネタリウムの観賞」

齊藤 宏

2011年6月10日、我々151のメンバーは、朝10:00に集合し、いつもと同じ様に渋谷へ向かった。

渡辺さん、橋本さんの両職員と共に電車に乗って終点で改札を出てキヨスクでもう一度集合した。昼食は殆んどの人がスターバックスで注文したサンドウィッチだった。セットで頼んだら700円と云う値段になった。こう云うレクリエーションでは3000円くらい持ってないと皆と一緒に行動できないと思った。

食事が済んだのが午後12:30だった。それから階段を昇って外に出た。国道246号線に出た。所謂首都高3号線だ!! 少し坂を登って、エレベーターに乗り、橋を渡って少し歩いた処に目的のプラネタリウムが見えた。Tさんの足の悪さが気になったが、7階まで行って降りたら上映時間に一寸の差で間に合わなかったのと、もう満席だったのだ。仕様が無いので皆で話しあった結果、映画(ブラックスワン)を観る人と、プラネタリウムを観る人の二手に分かれる事になった。

プラネタリウムを観る渡辺さんと、映画を観る橋本さんのグループに分かれた。それから私と渡辺さんと河田さんと遠峰さんと小沢さんとTさんと近くのジョナ

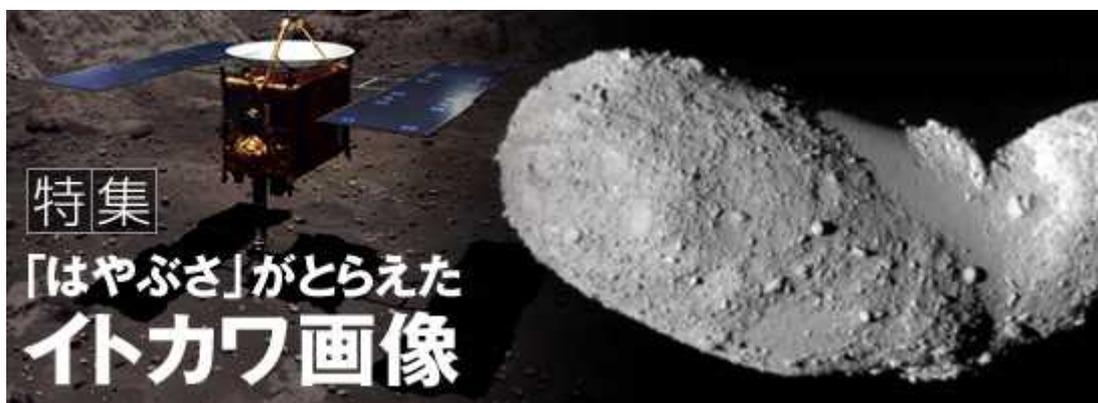
サン入り、お茶を飲みながら、6 月の中旬になると蒸し暑いし、汗はかくはで・・・などと思いをながら窓から外を見ると丁度良い風景が見えた。とても新しい若葉が初々しく美しい風景だった。今は梅雨だけど一年のなかで私は一番気持ちが良いと思う。

時間になったので、エレベーターで 7 階まで昇ってプラネタリウムの中に入った。約 45 分の上映で、地球を回ってる衛星が、楕円形のイトカワと云う星の石を採取する「はやぶさ」と云う名の観測の様子の記録と地球でははやぶさをコントロールする日本宇宙開発事業団の通信があった。

「はやぶさ」は九州の種子島から打ち上げられて、一時はうまく軌道の通りに飛んでいたらしいのだが、うまく衛星の羽根が開かなかったり、方向を変えようとしてもエンジンが思うように火がつかなくなったりして、約 5 年通信が途絶える事があったり、まったく連絡がとれないようになった。



<http://www.isas.jaxa.jp/j/enterp/missions/hayabusa/index.shtml> より転載



<http://www.isas.ac.jp/j/special/2008/hayabusa/index.shtml> より転載

天上のスクリーンはとても綺麗な画像で、サウンドも良く、あっという間に 45 分間が終わってしまった。

結局ニュースでも流れたように、知らない合間に「はやぶさ」は衛星イトカワ

の石を採って地球に帰って来たのだが、奇跡が起こったストーリーに私は感動したのである。普段感動する事はあまりない。だが自分は「よく石を採って来たなあ」と思った。NASAのスペースシャトル打ち上げも、今夏で完了する事となり、30年間の任務が終了した。

これからは宇宙の時代で、地上デジタル放送、液晶や3DのTV、iPOD、iPAD、スマートフォン等、私も機械やマシンにもっと強くなりたい。プラネタリウムの帰りは八チ公バスで渋谷まで皆で一緒に帰った。とても楽しかったプラネタリウムの上映観賞であった。

「優しく 眩しい 母なる海」

～東京ヴァンテアンクルーズに乗って～

ヨッチン

東京湾クрузに参加した！ 晴天の中に竹芝棧橋まで行って、出港した。3,500円とは思えないほどの豪華なレストランに招待された。

初めは食べるのが必死で、しばらく、風景を見る余裕がなかった。見た事がないような魚の料理が出てきた。



東京ヴァンテアンクルーズ号

<http://www.vantean.co.jp/cruise/>より転載

アイスクリーム、コーヒーも付いていた。パンも食べ放題でお腹がいっぱいになった。一区切りついたところで甲板に出た。7月の太陽が照り返していた。波がキラキラと優しく輝き、眩しい母なる海があそこにあった。

政治の事、経済の事、原発の事を悩んでいる自分を穏やかに受け止めてくれた！ さすが母なる海だった！ 非日常を味わった。小旅行みたいだった。

「東京ヴァンテアンクルーズに乗って」

谷口光枝

初めて船の中で食事が出て来て嬉しかったです。

時間が足りなかったなので、早く来た方が良かったと特に思いました。

食事でパンとバターが出ました。嬉しくて堪りませんでした。魚が食べたかったので又良かったです。

外を見ながら動く船、もうワクワクです。

飛行機が飛びあがったり着陸したり、スカイツリーを見たり面白いクルーズでした。帰る前に海を見ていました。



シーザーサラダ

ズッカ（かぼちゃ）
の冷製スープまとう鯛のソーテ
プロヴァンス風マンゴの
アイスクリーム

（船内のランチメニューです。この他に珈琲か紅茶も振るまわれました。尚パンはお変わり自由でした（笑））

帰る前に又海をみていました。そしたら水上ジェットが海の上を滑っていたので手を振ったり、私も乗ってみたいと思いました。クラゲが見えたりまた、船内で結婚式を挙げた人の名前が沢山あり、その人たちの名前が沢山載っていました。その中で私と同じ谷口さんと言う名前も載っていました。それで結構同じ名前があるんだと感じました。

船を下りるときにウェディングドレスを着た人がいたので、手を振り「おめでとう」と思わず叫んでしまいました。また、誕生日の人が船内で食事中にケーキでお持て成しされたりしたので、他の客達も自然に拍手が起こりましたので、

クルーズのスタッフの心遣いに感心しました。帰る時にいつも思うのですが、道がわからないのでスタッフやメンバーに迷惑をかけてしまい申し訳なく思っています。『ごめんなさい』、弱い人には、よく強く言ったりするのです、相手の立場に立って思うことが出来ません。もっと、優しく出来るように成りたいと思っています。

3. 【6月・7月のメンバー・ミーティング】

6月7日(火)

(1) 6月の行事について

〔お知らせ〕

幹事より：

渋谷プラネタリウムに行きます。

詳しくは、ポスターを参照してください。

(2) 杉並精神保健福祉交流会準備会について

〔お知らせ〕

6月16日(木) 18:00~20:00

準備会があります。17:30~「すぎなみ151」にて。

(3) 旅行について

〔お知らせ〕

メンバーより：

旅行の候補地は「大阪・京都」、「岡山・倉敷」になっていましたが、「大阪・京都」を2泊3日で実施するのは難しいという意見があり、最終候補地を「大阪」、「京都」、「岡山」にすることになりました。決選投票は6月21日に行います。

(4) 傘について

〔連絡〕

気になった方より：

持ち主がわからない置き傘が傘立てにあり、また増えてきています。

傘には名前も書いてないので、持ち帰りをお願いすることも難しい状況です。

傘立てに置き傘が多く残っていると、雨の日に傘を傘立てに入れることができなくて困ります。

いろいろ検討した結果、ゴムバンド付きの名札を用意してくれることになったので、傘を持ってきたら、名札を傘に付け、帰るときに名札を返却することになりました。

(5) 河北総合病院看護専門学校からの実習生の受け入れについて

〔連絡〕

職員より：

6月13日、14日に実習生3名を受け入れます。

(6) 下駄箱・履物の臭いについて

〔お願い〕

気になった人より：

下駄箱の悪臭が問題になっています。

たまには上履きを洗ってください。

6月14日(火)

(1) 6月の行事・プラネタリウム桜ヶ丘町

〔お知らせ〕

幹事より：

6月の行事はプラネタリウムに行くことになりました。

11:00 集合 11:30 出発

11:45～12:45 食事

プラネタリウム上映は13:00～です。

(2) 杉並精神保健福祉交流会について

〔お知らせ〕

職員より：

次回の「杉並精神保健福祉交流会」は6月16日18:00～20:00「すぎなみ151」で行われます。

今回のテーマは「困っていること」です。

皆さんの困っていることや、質問など意見を聞かせてください。

(3) 旅行について

〔お知らせ〕

メンバーより：

旅行は「大阪」「京都」「岡山」の候補の中から、6月21日に決定します。

(4) 杉並交流会の反省会について

〔報告・連絡〕

杉並交流会お疲れ様でした。

ハイパーピンポンをやり、「すぎなみ 1 5 1」のチーム「ちょこっとポヨヨズ」は 1 勝 4 敗でした。

杉並交流会の反省会が 7 月 8 日（金）16：00 から一時間程度オブリガードおこなわれます。

6 月 21 日（火）

(1) 旅行について

〔お知らせ〕

メンバーより：

今年度の旅行は「岡山・倉敷」に決定しました。

日程は 9 月頃に予定されています。

幹事を決めましょう。

乗り物は、新幹線か飛行機のどちらか幹事さんを中心に決めていきます。

幹事さんが観光ルートの詳細を考えて提案します。

(2) 7 月の行事について

〔提案〕

メンバーより：

7 月の行事を決めましょう。候補を上げてください。

カラオケ、新宿御苑、映画、納涼船（東京湾クルーズ）、釣り堀、水族館、中華街、
仙川スーパー銭湯、寄席、クーザー、お台場（大江戸温泉）

東京湾クルーズに決定しました。（予約制になります。）

幹事は河田さんです。

(3) ラーメンについて

〔お知らせ〕

職員より：

先週の木曜日に杉並精神保健福祉交流会の中で食事の問題が出ました。

夕食の面倒臭さとか、料理を作ると栄養が偏ったりする。

上の階の囲碁サロンの職員さんが杉並精神保健福祉交流会にも参加してくださったのですが、この方がラーメンの販売も手がけていて、杉並精神保健福祉交流会で上がっていた食事の問題が上がっていたので、後日、自分のところで販売しているラーメンについて紹介をしてくれました。

通常ラーメンは 1 食 1000kcal ほどあるが、このラーメンは 1 食 300kcal と低カロリーにできているそうです。煮込みラーメンがあるのですが、一鍋で好きな野菜を入れて煮込んで簡単に野菜も摂取することができるものです。煮込みラーメンの他、冷やしラーメンや蕎麦など、いろいろな種類があります。

試しに何種類か「すぎなみ 1 5 1」業務用価格でまとめ買いをして、皆さんに小売できるようにしようと思います。

6 月 28 日 (火)

(1) 7 月の行事について

〔お知らせ〕

幹事より：

7 月の行事はランチクルーズに決まりました。

乗船費と食事代込で一人 3,500 円です。

今回食事も込なので、参加費は一人 500 円にしたいと思います。

10：00 集合 10：30 出発 12：00 出航になります。

(2) 旅行について

〔お知らせ〕

幹事より：

今年度の旅行は「岡山・倉敷」に決まりましたが、「岡山・倉敷」だけだと見るところも少ないので、これに瀬戸内を盛り込みたいと思います。

日程は 9 月 12, 13, 14, 15, 16 日の頃になると思います。

旅行会社 2 社に見積もりをお願いしています。

とりあえず参加者 20 名の想定で見積もり依頼をしています。

宿自体には、カラオケが無いようですが、近郊に数件あるのでカラオケは各自で行ってもらうことになります。

食事は、バイキングではないです。

「岡山」の名産は「黍団子」になります。

(3) 会報「おこまりさん」の発行について

〔提案〕

気になっている人より：

最近、会報「おこまりさん」は合併号が多いですね。

職員 3 人が色々やっているようですが、職員の業務が忙しくて発行が遅れているとのこと。

できるだけ定期刊行できるように、「おこまりさん」の編集作業をメンバーでもできる範囲で手伝ったらどうかと考えています。

「メンバー編集委員」を作しましょう。

・原稿の取りまとめのできる方

・パソコンで打ち込む方

など、是非協力してください。

(4) ラーメンについて

〔お知らせ・お願い〕

職員より：

前回ご案内したラーメン等が届きました。

今日早速、昼食に「ざるそば」を食べました。

「ラーメン会計係」を作って皆さんで、在庫と売上代金の管理をしてください。

7月5日

(1) 7月の行事について

〔お知らせ〕

幹事より：

7月の行事はランチクルーズに決まりました。

乗船費と食事代込で一人 3,500 円です。

今回食事も込なので、参加費は一人 500 円にしたいと思います。

10：00 集合 10：30 出発 12：00 出航になります。

(2) 旅行の件

〔報告〕

幹事より：

現在、こちらで検討した旅行内容を元に、旅行会社 2 社に見積依頼をしています。1 社からは既に見積が出てきており、残り 1 社から見積がきたら内容を検討します。

(3) おこまりさん原稿の件

〔連絡〕

職員より：

おこまりさん原稿の締め切りは、7月20日になります。

(4) 熱中症予防について

〔連絡〕

職員より：

帽子を被ったり、ご高齢の方は特にこまめに水分を取るなど、熱中症対策をお願い致します。室内でも熱中症にかかることがあるので、室温には充分注意してください。

(5) 松原教会のバザーについて

〔お知らせ・相談〕

職員より：

今年の松原教会のバザーは10月30日（日）です。

「すぎなみ151」は例年通り「えび丸くん」を出店することでよいでしょうか。

〔結果〕

例年通り「えび丸くん」を出店することになりました。

(6) 昼食のルールについて

〔お願い〕

気になっている人から：

昼食の予約をする人は原則12:30までに来ることになっています。

もし、昼食の予約をした人が、何らかの事情で12:30までに来ることができない場合は、連絡を入れてもらうことになっていますが、昼食の予約をしたのに連絡もなく遅く来る人が居て困ります。

12:30に来れなくなってしまった場合には、是非一報を入れてください。

連絡が無い場合は、処分するか他の人に食べてもらいます。その場合、本人が昼食代300円を払ってもらうことになります。

(7) 虫除けスプレーについて

〔お願い〕

気になっている人より：

公園清掃に行くときに使う虫除けスプレーがなくなっていました。

購入してください。

(8) 杉並精神保健福祉交流会 第3回

〔お知らせ〕

職員より：

次回の杉並精神保健福祉交流会は8月19日（金）に予定しています。

中部センターの取り組み（ホステル機能がなくなった後の、アウトリーチ支援事業と短期宿泊事業）について、中部センターから講師に来ていただく予定になっています。

7月12日

(1) 明日の行事について

〔お知らせ〕

幹事より：

7月の行事はランチクルーズに決まりました。明日行きます。

乗船費と食事代込で一人3,500円です。

今回食事も込なので、参加費は一人500円です。

10:00 集合 10:30 出発 12:00 出航になります。

(2) 買い置きの麺類について

〔説明〕

ラーメン管理者より：

前回の杉並精神保健福祉交流会で挙がった「困っていること」の中で、食事について一人ぐらいしだとバランスの良い食事を摂ることが難しいとか、食事にお金がかかるので困るなどの問題が上がっていました。

杉並精神保健福祉交流会に、上の階の囲碁サロンを運営している方も参加されていたのですが、その方が簡単に作れる低カロリーのラーメンを紹介してくれました。

それで、「すぎなみ151」でまとめて購入し、希望者が1食ずつでも買えるようにしてあります。

先日、「すぎなみ151」の昼食作りをしたときに、仕入れてある中から、冷やしラーメンを使いましたが、メンバーの中から冷やし中華なら、スーパーで売っている物の方が安いのに、「すぎなみ151」でまとめ買いしてある冷やしラーメンだと一食150円なので、他の食材を買うのが大変だという指摘がありました。

もともと、昼食作りで使うために買ってあるものではないので、必ずこれを使わなければいけないというものでもありません。誤解がないように上手に使ってください。

(3) 作業実績表について

〔お願い〕

気になっている人より：

作業実績表ですが、ファイルされている個人毎の実績表の順番を取り外して順番を変えてしまうと、自分の実績表を探すのが大変になるので、ファイルしたままで順番を入れ替えないようにして欲しいです。

(4) 旅行について

〔報告〕

幹事より：

まだ、最終的な旅程の提案と見積が確定していないので、旅行のしおりを作るのはこれが確定してからになります。確定し次第しおりを作成します。部屋割りは出来ています。

(5) 8月の行事について

〔検討〕

気になっている人より：

8月の行事を決めましょう。候補を挙げてください。

品川水族館、映画、後樂園遊園地、井の頭文化園（リス園）、うつくしの湯、カラオケ、ボーリング、横浜中華街（食べ歩き）、釣り、浅草寺

が挙がりました。追加があれば次回までにホワイトボードに書いておいてください。

次回決めましょう。

7月20日

(1) 旅行としおりについて

〔報告〕

幹事より：

本日、見積を依頼している2社の内、1社の担当者が旅程と見積の提案をもって来ることになっています。

今月末までに最終決定をする予定です。

(2) 8月の行事について

〔検討〕

気になっている人より：

8月の行事の候補が挙がっています。

品川水族館、映画、後樂園遊園地、井の頭文化園（リス園）、うつくしの湯、カラオケ、ボーリング、横浜中華街（食べ歩き）、釣り、浅草寺

この中から決めましょう。

「美しの湯」に決定しました。

幹事は、S.T.さんになりました。

(3) 調理をする方へのお願い

〔お願い〕

気になっている人より：

タバコを吸う人で、昼食づくりの合間にタバコを吸った人は、調理に戻る前に必ず手を洗ってください。

(4) トイレの使い方について

〔お願い〕

気になっている人より：

相変わらず、男性でトイレで小便をするときまき散らす人がいて、汚れたままになっていることがあります。便器からそれてしまうことはあるでしょうけど、その後始末をしないのであれば、小便でも腰掛けてするようにしてください。

基本は汚した人が自分で掃除をすることです。

(5) レンジの掃除について

〔連絡〕

気になっている人より：

昼食作りをした後のガスコンロの清掃を、以前は昼食後のミーティングで担当を決めてやっていましたが、やってくださる方が居ないことが多かったことから、最近ではいつも数人の決まった人が昼食作りをした直後にやっていましたが、不満もでてきているので、以前の通り、昼食後のミーティングで布巾洗いの担当を決める時に担当者を決めてやるようにしますので、数人の決まった人に負担がかからないよう、みんなで分担してやるように協力をおねがいします。

(6) 布巾の洗い方、及び順番について

〔お願い〕

気になっている人より：

布巾の洗い方と、洗う手順を把握していない方がいます。わからない人はやったことがある人に教えてもらってください。

布巾洗いをやったことがない人も、積極的に参加して欲しいです。

(7) マーブリングについて

〔提案〕

職員より：

先日、施設間研修で柳窪にある「ふれあい広場」という地域活動支援センター 型の事業所に行ってきました。そこでマーブリングという染色を創作活動としてやっていて、自分も体験したのですが、皆さんの中でやってみたい人がいれば一緒にやってみようと思うのですがどうでしょう。

〔結果〕

数人興味のある方がいるようなので、今度マーブリングの材料を調達して試してみます。

(8) 会報「おこまりさん」について

〔連絡〕

編集委員より：

会報「おこまりさん」7・8月号の原稿締切は本日です。記事の担当になっているので入稿していないひとは提出してください。

7月20日

(1) 8月の行事について

〔お知らせ〕

幹事より：

8月の行事は高井戸にある「美しの湯」に行きます。

8月18日(木)10:00に「すぎなみ151」集合、10:30出発です。

「美しの湯」でタオルを借りる人は自己負担でお願いします。フェイス・タオルは50円、バス・タオルは100円です。

(2) 9月の旅行について

〔報告〕

幹事より：

9月の旅行は、9月14日～16日の2泊3日に倉敷・瀬戸内に行くことに決まりました。

現在、2日目の旅程について再検討しています。当初「直島」をコースに入れるように検討していましたが、いろいろ調べたり実際に行った人に聞いたところ、「すぎなみ151」には向かないことがわかりました。もう少し時間をください。

(3) 台所付近について

〔お願い〕

気になっている人より：

布巾が汚れたらこまめに洗うようにしてください。

シンクの排水溝に被せる使い捨てのネットは、昼食後の後片付けをする時に取り替えるようにして下さい。水が流れなくて困ります。

昼食後の後片付けで布巾洗いをしてくださる方がいつもほしい同じです。普段やらない人も是非協力して参加して下さい。

(4) ガスコンロの清掃について

〔お願い〕

気になっている人より：

昼食作りの後のガスコンロの清掃をやる人がいつも同じ人ばかりです。普段やらない人も是非協力して参加して下さい。

(5) トイレの使用について

〔お願い〕

気になっている人より：

前からずっと同じことをお願いしていますが、相変わらず男性でトイレで小便をするときまき散らす人がいて、汚れたままになっていることがあります。便器からそれてしまうことはあるでしょうけど、その後始末をしないのであれば、小便でも腰掛けてするようにしてください。

基本は汚した人が自分で掃除をすることです。

それと、掃除用にトイレに置いてあるトイレクイックルがなくなったら、補充してください。

(6) 杉並精神保健福祉交流会について

〔お知らせ〕

職員より：

第3回杉並精神保健福祉交流会は8月19日（金）18:00～20:00「すぎなみ151」で行われます。

今回は、講師をお招きして中部総合精神保健福祉センターの「アウトリーチ支援事業・短期宿泊事業」について教えてもらうことになっています。

(7) 松原教会バザーについて

〔お知らせ〕

職員より：

今年の松原教会バザーは10月30日（日）です。例年通り「えび丸くん」を出店します。

(8) 来所表の書き忘れと各自のカップの片付けについて

〔注意〕

気になっている人より：

帰るときに来所表の退出時間を書き忘れている人がいるので忘れずに退出時間を書きましよう。

それと、帰るときに自分のカップを洗い忘れてテーブルに置きっぱなしになっていることがあります。忘れずに洗って帰りましよう。

以上

4. 【6月・7月の昼食】

「すぎなみ151」では、希望者で昼食を作って食べています。

6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	その他
2011年6月1日	11	ご飯	ホイコーロー	卵の花	豆腐とナメコの味噌汁	
2011年6月3日	15	ご飯	豚肉となすのバジル炒め	マカロニサラダ	オニオンスープ	バナナ
2011年6月7日	10	そば	ひよろりんそば	夏野菜の肉じゃが		
2011年6月8日	9	ご飯	チンジャオロース	にんじんとパセリの洋風きんぴら	かき玉汁	
2011年6月9日	12	ご飯	カレー	豚肉のチーズロール		
2011年6月13日	15	ご飯	ゴーヤチャンプル	シーザーズサラダ	オニオンスープ	
2011年6月14日	13	ご飯	ひき肉と春雨の炒め物	かまぼことブロッコリーのゴマしょうゆ	レタスとキュウリと玉葱のスープ	
2011年6月15日		食事作りなし	参加人数不足			
2011年6月16日	10	パスタ	ソーセージとキャベツのマスタードマヨパスタ	キュウリとワカメの酢の物	もやしとニラスープ	
2011年6月17日		食事作りなし	参加人数不足			
2011年6月20日	14	ご飯	蒸し鶏の香味ソース	豆腐の中国風サラダ	レモンスープ	
2011年6月21日		食事作りなし	参加人数不足			
2011年6月22日	9	そうめん		小松菜の煮浸し		
2011年6月23日	8	ご飯	シーフードカレー	りんごとくるみのサラダ		
2011年6月24日		パスタ	トマトの冷やしパスタ	ハウレン草とひき肉のピリ辛炒め	オニオンスープ	
2011年6月27日	10	そうめん		きのこと青菜のゴマ酢和え		
2011年6月28日	11	そば	ざるそば	じゃが芋のカレー炒め	キュウリとワカメとたこの酢の物	
2011年6月29日	10	ご飯	味付け肉		沖縄風味噌汁	
2011年6月30日	15	ご飯	鳥肉と野菜のカレー	セリとこんにゃくの和え物		

7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	その他
2011年7月1日	12	そうめん	搔き揚げ	ホウレン草のお浸し		
2011年7月4日	13	そうめん	麻婆豆腐	ホウレン草のお浸し		
2011年7月5日	9	ご飯	カレー	コールスロー		
2011年7月6日	10	ご飯	豚肉と椎茸のオイスターソース煮	もやしのナムル チャプチェ風サラダ	コーンスープ	
2011年7月7日	0	食事作りなし	参加人数不足			
2011年7月11日	11	中華麺	冷やし中華かぼす味	マカロニサラダ		
2011年7月12日	0	食事作りなし	参加人数不足			
2011年7月13日	12	ランチクルーズ				
2011年7月14日	8	ご飯	カレー	小松菜とごぼうの黒ゴマ風味炒め		
2011年7月15日	11	そば	ひよろりんそば	ナスのクミン炒め		
2011年7月19日	10	中華麺	ジャージャー麺	オニオンサラダ	ガスパチョ	
2011年7月20日	9	ご飯	カレー	ほうれん草のおひたし		
2011年7月21日	9	ご飯	ゴーヤチャンプルー	ナスのマリネ	オニオンスープ	
2011年7月22日	14	ご飯	鶏もも肉のクリームシチュー	コールスローサラダ		
2011年7月25日	14	ご飯	チンジャオロース	ポテトサラダ	もやしとベーコンのスープ	
2011年7月26日	13	ご飯	肉団子の野菜あんかけ	キュウリとトマトのザーサイ和え	わかめスープ	
2011年7月27日	11	ご飯	ナスとツナのオイスターソース炒め	クラゲとキュウリの酢の物	なめこと豆腐の味噌汁	
2011年7月29日	11	ご飯	牛焼肉	ナムル	アサリのスープ	

5. 【さんぼみち】～河田隆利エッセイ～

ゴールド・コースト・ブルーズ ～夜明けのゴールド・コースト空港にて～

秋の寒い夜の中、私は完全に妄想の世界にいた。

オーストラリアの警察に追われ、17万ドルの賞金をかけられ逃走していたのだ。各地でカワダの名前が連呼され、警官が町中を検問していた。

その発端がホテルのエレベーターをジャズの「I Think Of You」をスキヤットでスウィングさせながら天空の空から動かし、回り周って海岸線へと世界の町をくまなく回り、交通網を止めて、銀行に振り込みが出来ない人たちが大騒ぎになり、オーストラリアの警察から賞金を掛けられたと言う訳だ。ホテル中にカワダはどこだと追い込まれながら、取り敢えず身の周りのものを旅行バッグに詰め込んで、急いでチェックアウトしたのだが、その際入れ歯を忘れる大失態を起こしてしまった。



オーストラリア政府観光局より転載

ビル内のジャズクラブのメンバーから、“Kawada is nice groove” と云われ調子に乗ったらしい。ホテルを大急ぎでチェックアウトして空港にむかっても、そこには「I Think Of You」で17万ドルの賞金を賭けられた私が佇んでいた。

これはあくまでも私の妄想であった。しかし友人に連絡し空港に来た時には、

日本から私を探しにきた女性がいた。これは私の友人もはっきり見ていたのだ。

彼女は私と結婚するために追っかけてきたらしいが、名前も顔も知らない人だった。

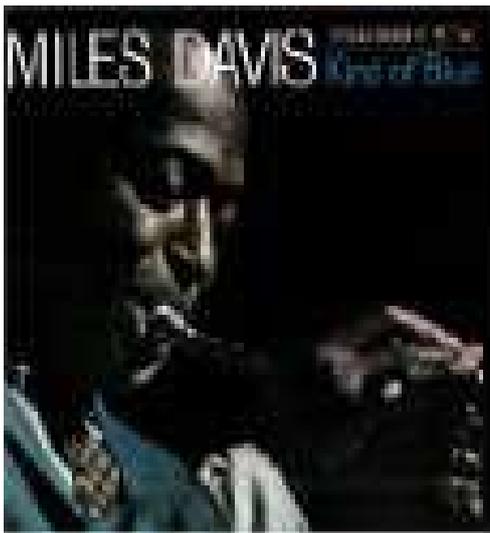
彼女はヴァンディズムのインストラクターらしいが、私も夢の中でヴァンディズムを知っていて、実際に海と陸の間の深い場所に行くと開けた土地が出てきて、ヴァンディズマ・ヴァンディズマ・ヴァンディズマ・ヴァンディズムと体をくねらせて踊り、そこから出る汗が彼らの香水になっていくと云う仕組みなのだ。そのヴァンディズムの女性が何故ゴールド・コーストまで来たのか今でも解らない。その夜ヴァンディズムの儀式があり、そこで私がヴァンディムのパスポートを取得して座っていた所にC O M A（昏倒）に落ち、空港警備隊がきたのだった。私のパスポートと空港職員の話では、空港の外でヴァンディズムの儀式を行っていたと云う。

無意識の中で私はジェリー藤尾の面構えのジャズ・トランペッターとなっていた。

『おめえよ、そんな事言ってるけどよー、ロン・カー（ロン・カーターbass）みたいに音を外すんじゃねえっツーの。大体さーおめっちのようなりフやってたらさー、みんなもううんざりよー。3ビートから6ビートに移るのはいいいよ、そりゃ認めるよ、それって基本なんだからさー、その後の4ビートに移る時にもたもたするのだけはさー、俺っちもさー折角グループしてたのによー、もう台無しよ。』

『大体マイルスの「Kind Of Blue=様々な哀愁」でやってたコルトレーンは認めるよ、でもさー、「My Favorite Things = 私の大切な物」のコルトレーンなんてさ、色んなアルバムの寄せ集めでさー、リスナーを馬鹿にしてるようでさ、まっインパルス*1の遣る事はいいかげんなんだわ。でもさーコルトレーンもさ自分に溺れててマッコイ（マッコイ・タイナー（p））やエルビン・ジョーンズ(ds)にやっと助

けられて聴けるってもんさ。エヴァンスもよー、スコット・ラ・ファロとポール・モチアンとの4枚のレコード以外はさー、もう夏バテしたようなものでよー、そりゃ中にもギターのジム・ホールとやった「Undercurrent=逆流」なんか渋いよ、渋いけどさーもう生気がなくなってるのよ。もうリッチー・バイラーク(p)の時代になったなーって感じでさー。そう云えばこの前久しぶりにさー、オリバー・ネルソン(Ts)の「The Blues And Abstract Trush=ブルーズの真実」つってやつ聴いたんだけどさーやっぱり良いんだよな。



Miles Davis 「Kind Of Blue」
のジャケット



ゴールド・コーストの夕陽

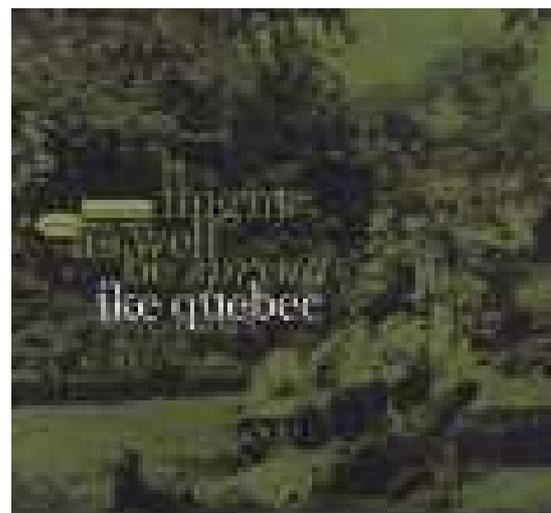
http://www.amazon.co.jp/s/ref=nb_sb_ss_sc_2_11?_mk_ja_JP=%83J%83%5E%83J%83i&url=search-alias%3Dpopular&field-keywords=miles+davis&sprefix=miles+davis と
オーストラリア政府観光局から転載

おめっちもよー、ああ云うブルーズやらなきゃアフターアワーズでのセッションに誰も相手にしてくれねえよ。

大体さーおめっちなんかセッションなんて10年早いつーの。俺っちなんかさー自慢じゃねえけどよーキース・ジャレット(p)のケルン・コンサートなんて頭の中に叩きこんでるからさー、単音楽器のトランペットなんかでパラパラパーって吹けるってもんでよー、尤もキースの演奏中のよー、「おーっ」とか「うーっ」とかは出来ねえけどよー(笑) 兎に角おめっちなんかさー「ハコ」*2に入らして貰えないんだからさー、「トラ」*3で修行しなきゃいけねえつーの。コルトレーン(ジョン・コルトレーン ts)・とかキース・ジャレットとかロン・カーターとかビル・

エヴァンス(p)なんかさー、マイルスんここで修行したからさー、ブルーズと歌ものとの入り方なんかもう知りつくしてんのよ。だから良いんだよ。だからさーロン・カー(ロン・カーター)の「Someday My Prince Will Come=いつか王子さまが」の入り方なんてさー、マイルスのコピーもいいとこよー。でもさージャズ界では、マスターとかプロフェッサーとか言われちまってるから、誰も批判しないのよー。それが我々の世界だつーの。バド・パウエル(p)の「Cleopatra's Dream=クレオパトラの夢」なんかさー、クロード・ウィリアムソン(p)のが有名なんだけどよー、T S U T A Y Aに置いてるのはさー「Eric Reed(p)」のしか置いてないのが現状なんよ。エリック・リードも良いよ。でもさー、クロード・ウィリアムソンの「Cleopatra's Dream」を聴けば、この人もっと有名になっても良かったのになって思う訳よ。つまりT S U T A Y Aの連中は誰も解ってないってつーの。クロード・ウィリアムソンもよーマイルスの「Someday My Prince Will Come」のアルバムの1曲に参加してるけどよー、それはあくまでもジョン・コルトレーンのトラなんよ。マックス・ローチとかバド・シャンクとかやってたあのクロード・ウィリアムソンもよー「Cleopatra's Dream」ではサム・ジョーンズのベースとロイ・ヘインズのドラムで結構良いグループしてるけどさー、そもそも名前が知られてないから、ジャズ界ではあまり良い思いしてないのよー』

『それにしてもマイルスってさー、良いアルバム・タイトルつけるよなー。「MilesmileS=マイルスの笑顔」とかさー「Milestone = マイルスの音若しくは一里塚」とかさー、うまいよなー。



Ike Qebeck の「It Might As Well Be Spring」のジャケット

http://www.amazon.co.jp/s/ref=nb_sb_ss_i_1_10?mk_ja_JP=%83J%83%5E%83J%83i&url=search-alias%3Dpopular&field-keywords=ike+quebec&sprefix=ike+quebec から転載

それよかさー、おめっちもさー自分のリフのスタイル持たなきゃ駄目だつーの。そうじゃないとサム・テラー (Ts) みたいになっちまうよ。サム・テラーなんかよ、昔は立派なバッパーだったんだけどよー、「夕日に赤い帆」なんてイージーリスリングな曲が日本で受けたもんだからさー、もう有頂天になっちまってさー、モダン・ジャズを捨てちまった野郎よ。あぁなっちゃお終いだなー。それに比べてテナーのハंक・モブレイなんか「Soul Station=魂の分かれ目」しか売れてないし、アイク・ケベック (Ts) なんかも「It Might As Well Be Spring=春の如し」での氣息音のまじった朗々たる響きがよく目立った特徴でさー、南部風のブルーズやセクシーなバラードやアップテンポのアグレッションといった場合でも、徹底していたから、そのアルバム1枚で永遠に名前残してド・パウエルとかディジー・ガレスビー (Tp) とかマイルス・ディヴィス (Tp) とか、ウイントン・ケリー (p) とか、アート・ブレーキー & ジャズメッセンジャーとか聴いて勉強するこったなあ・・・

大体4ヴァース・チェンジとか8ヴァース・チェンジとか12ヴァース・チェンジってのがあからさー、カウント間違えるようじゃもう言う事無しってことよー』

っと云いきったところで目が覚めた。聞けばツイード・ホスピタルに運ばれてから2日が過ぎていたと言う。

Tweed Hospital



http://www.ncahs.nsw.gov.au/services/results_detailed.php?serviceid=17 から転載

それから Dr.Daisy にシャワーを浴びされて、ようやく事の重大さを思い知らされた。結局 10 日間入院し、総計 7999.2 豪ドル（約 850,000 円）を請求されて今は何とか交渉して、月 100 豪ドルを払っているが、2 週間ばかりの旅と馬鹿にしてたのと、英語が話せる自負が油断をさせたのかも知れない。

でも病院のドクターとかナースの方々にお世話になった。病院の食事はホテルのディナー並のメニューで、食欲も回復しようやく日本に来たって訳だ。それにしても妄想に取り付かれた人の気持ちが良く判った事も、良い経験かも知れない。

*1 = インパルス (Impals)

ジャズのレコード会社。主にジョン・コルトレーンがメインの専属ミュージシャンで、「バラッズ」で大儲けした会社。

*2 = ハコ

グループを確定して演っているトリオやクアルテット

*3 = トラ

エキストラの意味で、どのコンボにも属していないミュージシャン。この場合は誰かが都合がつかず、メンバーが演奏出来ないので、エキストラで演奏する人。主にスタジオミュージシャンに多い

6. 【ヨッチン文学】

松本元復興相の発言を憂える^{うれ}

ヨッチン

老子 上篇 第二十二章

「（前略）（中略）『ねじ曲げられるものが、完全に残る』という古人の言葉は、決して、でたらめではない。本当に人は最後まで完全であることができるのである。」

老子 下篇 第六十六章

「（前略）人民の上にあると望むなら、そのことばを^{ひく}下くしなければならない。人民の先頭に立つと望むならば、一身を^{しん}かれらのあとに、おかななければならない。（後略）」

初めてTVニュースで、松本氏の発言をきいて、ビックリした！
松本氏のような政治家が、少数派である事を願いたいが、意外と政治家の本音なのかもしれない！それにしても残念なニュースだ！

“老子”の中から“謙虚^{けんきょ}”さが書かれている、二章を抜粋した。
ぜひ、松本氏にも読んでもらいたい！！



松本元復興相の辞任会見

<http://www.asahi.com/politics/update/0704/TKY201107040354.html?ref=rech>

より転載

7. 【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！

ヌードダンサーが読むスッポンの事が書いてある本は？

答えは来月号に掲載されます。

3・4・5・6月普通合併号の出題と答：

出題：昔の日本の宗教家で食事を誘^{さそ}う人と言えば？

答：空海（食うかい？）

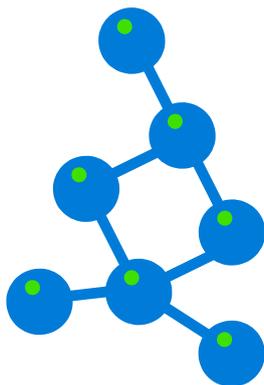
8. 【トリビアの湖】

数学

微分・・・微^{かす}かに分かる

積分・・・分^つかった積もり

小澤 定輝



9. 【ミツエの気持ち】

ミツエの気持ち

谷口光枝

今日この頃気分が良いので、幸せな気持ちです。

精神科の先生から痩せないと体に悪いですよと、言われ続けていました。

体重が 65kg から増えもしないし、減りもしませんでした。毎朝 30 分ほど歩くようになって、食事も減らして 2 か月が経ち、やっと 62kg になりました。

「生きる」この意味を考えています。笑えるようになりたいです。何故他人のように笑えることができないのかと、自分に問うこの頃です。

夢で毎日人のために尽くす人の事を見ます。夜祈っているせいかも知れませんが、もう自分で料理も出来るようになりました。人任せで引っ込み思案な私でしたが、一人で買い物や料理が出来る様にしたいです。友達にも優しくなりたいと思っております。時間が掛かると思いますが頑張りたいです。



<http://d.hatena.ne.jp/keyword/%A5%C8%A5%C8%A5%ED> より転載

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しています。

「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・クリエイション担当者まで

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 広告

初日は満員御礼！拍手喝采のなか「人生、ここにあり！」東京ロードショーがスタート!!

台風が過ぎ、夏の暑さが戻り始めた7月23日(土)、銀座シネスイッチでの公開が始まりました。1回目(11:10～)の入場時には長い行列ができ、上映開始には満席状態に……。観客の年代は中高年が中心ながら若い女性も目立ち、笑いや涙が広がるなど敏感に反応していました。



1回目にはバリアフリー版(日本語吹替え・副音声つき)が上映されて、視覚障害のある方やバリアフリー版体験希望者など30名ほどがFM受信機を活用して鑑賞しました。



上映終了後、CMナレーションを数多く手がけるもバリアフリー版制作には初体験で参加したミュージシャンBIKKE(TOKYO NO.1 SOUL SETボーカル)さんがゲストに登場。映画バリアフリーの襟川クロさんを司会進行役に、作品の魅力とバリアフリーの意味を語り合いました。『この映画の原題でもある「やればできるさ」っていう言葉は、普段誰かに言われても、そんなにインパクトのある言葉じゃないけど、この映画を観た後だと、「うんうん。そうだ！何だってやればできるよね！」っていう気持ちにさせられますね』という襟川さんの言葉に共感したBIKKEさんは、『副音声というものを知り

すごく勉強になった。物語にも、こんな世界があったことに驚いたが、素晴らしい生き方だと感心した』と語りました。

2回目入場時は、1回目の満員のお客様との入替えということもあり、劇場前は長蛇の列ができ、銀座の週末を訪れた人々も注目！上映開始の時点で「お立ち見」状態に!!



計4回の上映で1,000名近くが鑑賞し、好調なスタート！(同じ映画館で9日より公開中のヒット作「海洋天堂」～ジェット・リー主演、自閉症の息子を育てる父親の感動の物語～その初日成績を大きく上回っています)来場者のうち、当日券75%・前売券25%と、観客層が広がっています。

盛況裡で始まった上映成績を映画館も重視し、上映期間の延長も検討する方向へ。現段階では8月末ごろまでは確実に上映されます。1～2週目の興行成績を見ながら、更なる延長も検討されますので、ぜひ多くの方が早めに来場されるようお願いいたします。そして、口コミでの輪を広げましょう！

◆上映時間＝11:10/13:40/16:15/18:50 ★毎週、火曜と日曜にはバスタのプレゼントも！(数量限定/8月9日まで)

●バリアフリー版上映＝7月31日(日)16:15～/8月9日(火)18:50～ <<詳細は作品 HP 参照>>

劇場売店では、漫画家の中村ユキさんの新著『マンガでわかる！統合失調症』や、同じテーマの劇映画『ふるさとをください』(きょうされん30周年記念作品：和歌山の施設「麦の郷」がモデル)DVD、「麦の郷」が作るお菓子などが販売され関心を集めています。



新聞各紙が絶賛！“見逃せない映画！”との評判広がる!!

公開の前日には、朝日・毎日・読売・日経・産経・東京の各紙が映画批評の記事を掲載。『生きる実感獲得へ奮闘』(読売)、『個性派集団の「市場参入」を痛快に温かく描く喜劇』(日経)、『映画の中のきれいごとだ、と斜に構えることを許さないリアリティーがある』(朝日)など、揃って高い評価と深い共感を示しました。



優れた評価と実績を受けて、公開劇場の拡大も――

東京の上映期間の延長が実現しつつあると共に、埼玉・横浜など首都圏の映画館上映も浮上しています。大阪は8月20日(土)、名古屋が9月10日(土)に、上映スタートが決定！これに続き、札幌・仙台が10月15日から、京都・神戸・福岡・札幌・山形・盛岡・八戸・福島も秋公開へ……！

<<詳細は作品 HP 参照>>

【「上映支援の会」中橋 2011/07/24】

広告 広告

10. 【我ら西永福妄想族】～ 1 5 1 文芸部作品～

「夏の日」

大熊 哲

あの夏の日

海は黙り

海鳥は鳴き

波風は叫び

夏の日差しは砂を焼く

きみは笑ってるまぶしいくらい懐かしいよ

蒼い思い出が

何かに落ちてゆく別れる悲しみと

出会いの楽しさを繰り返し

君は大人へなってゆく

16号線を南下して あの海へ

いつか ふたり

終わっても

忘れない

この瞬間のふたりを 永遠に

また あの夏がやって来るよ

まだ君は美しい南海の夜明けのすがすがしさのように

11. 【今月の4コマ漫画】

作：尾駒 利一朗



12. 【銀坊の窓】

【銀海の全国行脚】生かされて、活かす 100 歳・魂!!

活動概要

最寄り駅から県庁まで 2 枚の幟旗をつけた竹馬で訪問し、マニフェストを自殺対策担当部署方に手渡し、実践を以ってのイベントを全国の各県庁に呼びかける。(最終的には全国行脚)

コース

- ・ 先ずは杉並区を起点に中部地方一巡を目的に、私の実家の石川県能美市福岡町を目指す。東海地方周りに始まり実家を経て、帰途は北陸地方に入り、後は甲信越地方周りの逆を周り、越信甲を巡り、帰京。

場合によっては逆周りで甲信越地方から北陸へ入り、能美市の実家地方で寸時を心身のリフレッシュ・タイムを持ち、福井、岐阜から東海を巡って帰京。

- ・ 道中は各県の県庁を訪問し自殺対策担当部署へ【魂の語りべ・自殺未遂フワード】の立場から日本 DMD クラブ【自殺防止・うつ病予防対策推進】の根幹と為るマニフェスト「具体的な詳細」(書簡)を手渡す。
- ・ 中部地方一巡後は関西地方、中国地方、四国地方、九州・沖縄地方、北海道地方、最後に未曾有の東北・関東大震災大津波の復旧復興の様子観察後、熟慮の上、被災地とコンタクトの後に伺う予定です。

幟旗（高さ 1 メートル×30 センチ）

1 枚目：上段横書きに【全国行脚】、その下に縦書で、「日本 DMD クラブ」「クラブハウス建設」「竹馬キャンペーン隊」「日本 DMD 保養所」。裏面はやはり【全国行脚】の下に縦書で、「魂の語りべ」中央に「自殺防止・うつ病予防対策推進」「自殺未遂フォワード体得者」

2 枚目：上段横書きに【全国行脚】、その下に縦書で、「病に為らぬ様、予備知識の詳細を!!」「『転ばぬ先の杖』に学習!!」「自殺未遂フォワード体得者の生の声に傾聴!!」「『百聞は一見に如かず』を自覚!!」。裏面はやはり【全国行脚】の下に縦書で、「日本 DMD クラブ」「クラブハウス建設」「竹馬キャンペーン隊」「日本 DMD クラブ保養所」。

行動予定

- ・道中のアクセスに関しては各県県庁所在地の最寄り駅まで電車、下車後は県庁まで竹馬デモンストレーション。
- ・宿泊は協力者によるお寺さん他をお願いの予定。
- ・各県庁訪問時には自殺対策担当部署へ、事前にマスコミへの連絡事項を依頼します。

2011 年 4 月 30 日 魂の語りべ・自殺未遂フォワード：吉田銀一郎（銀海）

13. 【至高～慶應の遺伝子～】

30 年を超えるインテリとの戦い

著者：内野・コロール・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
(育英高専校生の腹違いの弟 / 日本人)

自分に人徳や箔が無い人は、人の人徳や箔の話を持ち出して、あたかも自分に人徳や箔があるかのように話をしたりする。人徳や箔とは、人のことではなく、自分自身で得るもののことである。

僕は、親の愛情を受けずに育ってきた。だから、小6の時、ヤクザになってやろうと本気で芽生えました。だから、実際、小学校の卒業アルバムの将来の夢に社長、欲しい物にお金と書きました。しかし、中学校に上がったら、愚連隊に入ろうと心に決めていましたが、無かったので、僕は取り残されて、一匹狼にされてしまいました。別の中学校に上がった友人は、実際、愚連隊に入りました。

闇討ち、気違い、人殺し、死して護国の鬼となる。

僕は、酒とタバコ、車とバイクをやっている人の人格がよく分からない。酔っ払いに長話、嫉妬(妬み)に気違い、人に高言ばかり言う親に教師 etc・・・なぜ、大人は、子供として育ってきたのに、子供の育て方が分からなくなるのだろう・・・

僕は、いつもそう思っています。

因みに、僕の数学の偏差値は、60 ありました。

14. 【はじめまして、杉並精神保健福祉交流会です！】

杉並区には、多くの精神疾患を持った方が生活し、彼らの生活を手助けするための様々な公的機関や民間の事業所が存在しています。

しかし、意外とお互いの活動内容や抱えている課題など知らないことが多く、当事者の生活の実情も、直接関わっている方以外は想像でしかありませんでした。

そこで、当事者をはじめ、杉並区の地域精神保健福祉に関わる活動を行っている皆様、地域の皆様など、問題意識を持つ方が集まる有志の会を発足しました。その名も「杉並精神保健福祉交流会」です。

会の目的は、

- 顔の見える関係づくり
- 交流と親睦
- 情報交換および情報共有
- 現状の把握と問題の整理

大切にしていることは、立場や職種に関わらず気軽に参加でき自由に意見が言えること、継続的・定期的を開催すること、そして、まずはお互いを知ることだと考えています。

ということで、この会は課題を解決することを目的にはしていません。

交流会の場で話し合ったこと、新しいつながりの中で見つけた課題などをそれぞれの生活や職場に持ち帰っていただき、今後の活動に生かしていただけたらと思っています。

「第 1 回 杉並精神保健福祉交流会」

2011 年 1 月 14 日（金）17：30～19：30 @「すぎなみ 1 5 1」

まずは私たち主催者側、「通所系事業所」のことについて皆さんに知っていただくという企画になり、『教えて、最近の作業所のこと！』というテーマで開催しました。

杉並区内の通所系事業所から 3 名の職員に来ていただき、それぞれの活動内容や課題について話していただきました。

私たちの不安をよそに集まった参加者は総勢 47 名！！

「すぎなみ 1 5 1」の 60 m²ほどのスペースに 47 名も入り、アットホームな雰囲気を超えて圧迫されるほどの距離感でした。

しかし、それだけの方が関心を持って参加してくれたことは本当に嬉しいことです。

同じ通所事業所同士でも新たな発見があり、参加者からも活発な意見が出てとても有意義な時間を過ごせました。

「第 2 回 杉並精神保健福祉交流会」

2011 年 6 月 16 日（木）18：00～20：00 @「すぎなみ 1 5 1」

皆さんにご協力いただいたアンケートをもとに、『教えて、困っていること！』というテーマで開催しました。

居場所、お金、住まい、食事、就労、連携、医療、出会いなど、それぞれの視点で多くの課題が出され、意見交換をしながらそれらを共有しました。

特に「お金」「住まい」「食事」の話題では、当事者の生活の実情を知ることができ、制度運営上の弊害を再認識することとなりました。

参加者は約 40 名。ますますこの会の継続の必要性を感じるこのごろです。

後日談・・・

第二回目の翌週、「すぎなみ 1 5 1」の入るビルの 3 階にある囲碁サロンを運営する伊藤さんという方が来訪し、こんな提案をいただきました。

「先日の交流会に参加して、皆さんが食事のカロリーや偏りなどで困っていることを知り、お役に立てるかもしれないと思ったので、もし良かったらこれを試してみてください。」

それは乾麺の中華麺（日本そばもあります）でした。

聞くところによると、その方は以前、業務用の中華麺などの通信販売をしていて、今も個人的に注文をいただいているとのことでした。

伊藤さんのオススメポイントは以下の点です。

業務用なので大量に仕入れれば一食あたり 150 円ほどで購入できる。

ラーメン・冷やし中華・ざるそばなど味は 17 種類もあり、ラーメンは野菜や麺をスープと一緒に煮込むだけなのでお鍋ひとつで簡単にできる。

通常ラーメンは 1 食あたり 1000 キロカロリー近くあるが、このラーメン

は1食(麺・スープ含む)あたり300キロカロリー前後でとてもヘルシー。
酸化防止剤・保存料などは無添加である。
保存期間が長く、約10ヶ月常温での保存ができる。

ということで、さっそくメンバーミーティングで皆さんに相談したところ「食べてみたい」「家を買って帰りたい」「昼食作りでやってみよう」という声があったので、「すぎなみ151」でまとめて購入し、ラーメン会計の管理を皆さんにお願いすることになりました。

その後、昼食作りが億劫なときにざるそばと簡単な副菜を作って食べたり、夕食として「すぎなみ151」でラーメンを食べて帰ったり、自宅に買って帰ったりと、色々な場面で少しずつ利用しています。

杉並精神保健福祉交流会で皆さんの「困っていること」が共有でき、それがきっかけでこのようなご提案をいただいたことを嬉しく思います。

この場をお借りしてお礼申し上げますとともに、皆さんにもご紹介させていただきます。

『七味 久留米ラーメン』

株式会社 七味フーズ

ホームページ：<http://www.nanamifoods.co.jp/>

ご注文・お問い合わせは伊藤さんまで直接お願いいたします。
伊藤さん連絡先：090-2439-1755

尚、杉並精神保健福祉交流会の過去の活動、次回のテーマについては、杉並区の障害のある方の生活支援サイト「の～まらいふ杉並」のイベント情報に随時掲載させていただきますので御覧下さい。

皆様の参加をお待ちしています。

15. 【「すぎなみ 1 5 1」スタイル】

東京都の精神障害者共同作業所通所訓練事業という補助金事業は2006年度末に終了し、杉並区ではこれに代わる事業制度として2007年度から杉並区精神障害者共同作業所通所訓練事業という助成金制度を開始し今日に至りますが、この事業制度がいよいよ今年度（2011年度）末をもって終了いたします。

何故終了するのかといえば、杉並区が策定した第2期障害福祉計画（平成21年度～平成23年度）にそういう計画数を立ててしまったからです。

では何故そのような計画を立ててしまったのかといえば、杉並区がそう決めてしまったからです。

では何故そう決めなければならなかったのかといえば、杉並区に聞くしかありませんが、計画が立てられたときに質問をしたときには、明確な説明はなされなかったと記憶しています。

平成23年度末という期限だけをとってみると、偶然かもしれませんが障害者自立支援法の経過措置の期限と同じです。しかし、障害者自立支援法の経過措置の対象はあくまで旧法内事業です。精神障害者共同作業所は法定外事業といって自治体の事業ですから、経過措置の対象にはならないのです。ですから、公に「障害者自立支援法の経過措置期間が終了するので、その期限までに障害者自立支援法の事業体系のいずれかを導入しなさい」という説明を正常な自治体ができるわけがありません。もし、そのような説明をする自治体があるとすれば、法律を理解する能力のない自治体ということになってしまいます。もしそのような自治体が本当にあるとすれば、法律を遵守しない恐ろしい自治体ということになります。そんな自治体の住民であることが恐ろしくなってきますよね。

もっとも、自治体が法律の趣旨や目的を理解せず、都合に合わせて拡大解釈・縮小解釈するような現象もしばしばみられ、混乱の原因ともなっていますが。

そんなわけで、杉並区が平成 23 年度末で精神障害者共同作業所の事業を終了することにした理由としては、「そうしたかったから」という説明しか成り立たないということになります。自治体事業はその自治体の実施を決めるので、「やらない」と決めることもできることから、その説明はある意味合理的な説明だといえるかもしれませんが。

そうはいても、利用する側の必要性や、地域における社会側の必要性があったから、これまで長年にわたり共同作業所が創られ今日まで存続していたことを考えると、そうした活動の分析や評価もせずに、また関係者との十分な協議をすることなく共同作業所の事業制度の廃止を決めるというのは、いささか乱暴に過ぎるように思うのは私だけでしょうか。

1981 年に東京都精神障害者共同作業所通所訓練事業という補助金制度が出来てから 30 年目のこの年度を最後に、杉並区では事業制度としての「共同作業所」がなくなるということで、精神障害者福祉の分野では大きな出来事として位置づけることができるのではないのでしょうか。

東京都の精神障害者共同作業所は、この 30 年間で事業所数も 211 事業所（平成 23 年度多摩研修資料より）になり、一つの事業制度であるにもかかわらず、多種多様な活動が許容されてきたことで、民間の団体がそれぞれの地域の事情や理想と創意工夫により様々な活動を展開することができ、その結果が今日に残されてきたのだと観ることができます。

全国的に東京都の精神障害者共同作業所がどのような位置づけになるか私にはわかりませんが、精神障害者共同作業所や類似の活動が、障害者自立支援法の中で詳細に分析・評価されることなく、単に障害者自立支援法の事業制度の枠に押し込まれる形で存続しなければならなくなったことは非常に残念に思います。

現在、障害者制度改革推進会議の総合福祉部会で、障害者自立支援法に代わる総合福祉法の立案に向けて検討作業が行われていますが、その中でどのような整理がされていくか注目していきたいものです。

さて、障害者自立支援法の施行以来、杉並区に 15 事業所あった共同作業所は、障害者自立支援法の現行の個別給付事業の導入の過程で法人内の事業所が統合したこともあり、現在、旧共同作業所と共同作業所を合わせて 11 事業所となりました。

3 年前の 2008 年頃から、杉並区内の共同作業所は現行の個別給付事業のひとつである「就労継続支援 B 型」事業を導入する事業所が出はじめ、現在では全 11 事業所の内、9 事業所が 2011 年度中あるいは 2012 年度には「就労継続支援 B 型」事業所となります。これら 9 事業所の内、8 事業所は既に「就労継続支援 B 型」を導入済みで、1 事業所は現在導入手続きを始めています。そして、2 事業所が共同作業所として残っています。

その個別給付事業を導入しないまま共同作業所として残っている 2 事業所というのが、私たちの法人「一般社団法人クレオソーレ」が運営する「すぎなみ 1 5 1」(所在地：永福 4-19-4)と「koen the TA0」(所在地：高円寺北 3-6-2)です。

杉並区が共同作業所の事業制度を廃止した後、この 2 つの事業所をどのような位置づけで運営し、どのような事業制度を杉並区に求めてゆくべきか、障害者自立支援法の施行以降今日まで揺らぎながらも検討を重ねてきました。

そして、いよいよ決断の時がやってきたというわけです。今年 9 月の予算議会までには、現在の共同作業所の事業制度に代わる事業制度をどうするのか、大枠だけでも杉並区と決めなければなりません。

こうした状況の中、一般社団法人クレオソーレの理事は、最終的な方向性を決める検討をおこない、「すぎなみ 1 5 1」と「koen the TA0」について、現行の個別給付事業は導入しない方針を決定しました。(2011年7月26日理事決議)

この方針の決定に至った検討内容の要点は次の通りです。

(1) 相談や支援や社会参加の機会と場を必要とする人が、すぐにつながる場所をより多く確保しておくことは地域社会において必要だと考えています。

ここでいう「必要な人」とは精神科医療を受診している人にとどまらず、全ての地域住民を指しています。

特定の人だけの事業所ではなく、開かれた事業所を目指してゆくことがこれからの精神保健福祉の分野では必要となるという認識をもっているからです。

現行の個別給付事業においては、その利用対象者となるために、認定調査を受け、行政から利用認定を受ける必要がありますが、行政からの利用認定を受けることなく、もっと気軽に住民の誰でもが必要な相談を受けることができ、必要に応じて生活の連続性を阻害しない複合的な支援につながるることができる場所をより多く確保しておく必要があると考えています。

特に、杉並区においては、通所系事業所 11 事業所のうち 9 事業所が利用認定の手続きを経なければ利用できない個別給付事業者となった社会環境の中で、私たちは違う役割を担っていかなければならないと考えています。

(2) これまでの共同作業所の機能に加え、地域におけるセンター機能をもった事業所として、杉並区はもとより、近隣の区市町村をはじめその他東京都内に住む当事者(区内・外のグループ・ホームに入居している人を含みます。)ならびに区外の病院に入院中の当事者(杉並区には入院病床のある精神病院はありませんので、入院中の方は全て区外の病院に入院しています。)の社会生活上の困難性を軽減することに貢献したいと考えています。

これを実現するために、杉並区はもとより、近隣の区市町村をはじめ、その他東京都内の他の事業所、グループ・ホーム、保健センター、総合精神保健福祉センター、福祉事業所、医療機関等その他関係機関と連携するセンター機能の必要性を感じています。

(3) 杉並区において、精神障害の分野でセンター機能として位置づけられているのは、旧地域生活支援センターで現在「杉並区障害者自立生活支援センター」(杉並区の要綱により設置されている事業)である「オブリガード」が荻窪に1箇所しかありません。

杉並区の人口528,358人という規模から考えると、センター機能をもった事業所が最低でも5箇所は必要であると考えていますが(杉並区には5つの保健センターがあり、その保健センターの管轄区域毎くらはセンター機能をもった事業所が必要であろうという考えです。)センター機能を有する事業所を2箇所でも増やすことができれば、社会環境を改善することに多少でも貢献できると考えられます。

また、地理的に「すぎなみ151」は杉並区の南部に、「koen the TA0」は中東部に位置していることから、杉並区内にバランス良くセンター機能を配置することができるという効果が期待できます。

現在、杉並区の「相談支援事業所」(委託を含む)は、第2期障害福祉計画(平成21年度から平成23年度)で計画した7事業所が公認されていますが、その地理的分布は中央線沿線に集中しており、精神疾患による社会的障害の分野では、荻窪の「オブリガード」と阿佐ヶ谷の「リリース」(リリースさんは新設で私たちもまだ内容をよく知りませんが、野崎クリニックが運営していることから、この分野を得意としていると勝手に認識しています。)のみです。障害者自立支援法が3障害(精神・知的・身体)の区分けをなくしたとはいえ、それぞれに固有の専門性が必要であることは、障害者自立支援協議会でも認めているところです。(現在検討作業が行われている総合福祉法においては、精神・知的・身体という既存の区分けをなくす方向のようです。)

そうした意味でも、専門分野毎に地理的にバランスのとれた配置をすることは、住民の利便性の上でも当然必要なことであると考えています。

(4)福祉事業を実施する者として、事業所につながりたい人を、収入源として位置付けざるを得ないような運営費収入の算出制度(1日何人利用したら運営費収入は幾らになるという制度で、現行の個別給付事業や現在の杉並区精神障害者共同作業所通所訓練事業で導入されている計算方式で、俗に「人払い制」とか「日額制」と呼ばれているものです。)に対して批判をしてきた立場を改めて確認しました。

利用者人数を多く確保することができれば、個別給付事業を導入することにより、事業収入として得ることができる給付金の余剰を活用し、事業所独自に必要な事業を実施することができるし、個別給付事業は、補助金・助成金と違い給付金収入から費用を引いた余剰金を自己財源として翌年度以降に繰り越すことがで

きるから、そちらの方が事業運営上よいではないかという説明がしばしば聞かれます。

しかし、事業所毎に事情や経営方針は異なるので、すべての事業所が給付金の余剰で地域相談・生活支援に関わる付加的な自主事業を実施するか否かは、あくまで各事業所の自主性に任され強制力はないので、地域に設置する福祉事業所の機能として必ず期待できるものではありません。また、運営費に余剰が生まれるかどうかは、運営者の事業運営方法によりますので、必ず余剰が生まれる保証はないということと、余剰金を増やそうとすれば、健全な事業運営ができなくなるということにつながる危険性を含みもっていると考えられます。

また、社会的にセンター機能を持っているという明確な位置づけがされているか否かということは、利用する側からすれば大きな違いがあります。

自主事業でセンター機能のある事業を実施していても、社会的に明確な位置づけがされていなければ、住民は認知することができませんし、自主事業はいつ止めてしまうか保証の限りではありません。

そうした意味で、社会的に明確な機能の位置づけが公的にされる制度を作ることが重要だと考えています。

そうした意味でも、あえて現行の個別給付事業を選択するのではなく、「すぎなみ151」と「koen the TA0」については、それ以外の事業の創設と位置づけをお願いしているところです。

また、給付金収入は事業者の裁量で自由に使うことができるが、補助金・助成金の事業となれば、行政は多くの制約を付けることになるのだから、自由度の高い個別給付事業の方が良いでしょうという説明もしばしば聞かれます。

しかし、税金でまかなわれている事業である限りは、行政による制約や管理があって当然だと考える方が、一納税者の視点としても健全な考え方なのではないでしょうか。

もっとも、上述4つの要点について、杉並区がその必要性を受け入れてくださるとは限りません。場合によっては、現在の活動を大きく縮小しなければいけないような事業になってしまう結果も想定されます。

こうした危険は承知の上で、自分たちに残された社会的な役割を、当事者の活動、関係事業所および関係機関との関わりの中で再確認しつつ、今回の検討結果に至った次第です。

これまでの共同作業所の活動を通じて、まだまだ足りていないことが沢山あると痛感しています。もちろん、一つの事業所で全てのことができるわけではありません。ですが、これまでのままで良いとも思えません。せつかくの制度の変わり目にありますので、これまでの活動に加えて必要な機能を創設し、その役割を担っていけることを期待しています。

このようなことで、今後も様々な困難に直面することがあるかとは思いますが、必要な社会的役割を担うべく、これからも活動してまいりますので、なお一層の皆様のご理解とご支援をお願いいたします。

丹菊 敏貴

16. 【8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。

2011年8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 休
7 休	8	9	10	11	12	13 休
14 休	15	16	17	18 レクリエーション 湯治 @美しの湯	19 杉並精神保健福祉 交流会 @すぎなみ151 18:00~20:00	20 休
21 休	22	23	24	25	26	27 休
28 休	29	30	31 ソフト・バレーボ ール練習 @永福体育館 15:00~17:00			

～ 編集者のつぶやき～

自分の中で信念が折れそうになる時
コミック「20世紀少年」を読むと
何とか持ちこたえられそうな気持ちになるんで
すよね。

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: okomaris@creosore.or.jp