

すぎなみ151便り



おとないさん



2009年

あなたは わたしの おとなりさん
わたしは あなたの おとなりさん
あなたの となりは
暮らしやすいなあ

12月号



目 次

1. 【11月の主な出来事】
2. 【11月の主な出来事より】
3. 【11月のメンバー・ミーティング】
4. 【さんぽみち】
5. 【シリーズ 幻聴】
6. 【今月の「駄洒落クイズ」】
7. 【エロジ「心の詩」】
8. 【一美の密室】
9. 【今月の4コマ漫画】
10. 【我ら西永福妄想族】
11. 【ヨッチン文学】
12. 【ホーム・ページ開設のお知らせ】
13. 【「すぎなみ151」スタイル】
14. 【1月の予定】

1. 【11月の主な出来事】

11月4日（水）ソフト・バレーボール合同練習 @中部センター体育館

11月12日（木）ソフト・バレーボール合同練習 @宮坂体育館

11月19日（木）スポーツ交流祭 @千駄ヶ谷東京体育館
（ソフト・バレーボール大会）

2. 【11月の主な出来事より】

Mr.Y ソフト・バレーボール大会で 出血大サービス

「都精作連」（東京都精神障害者共同作業所連絡会）が「とうきょう会議」（精神障害者地域生活支援とうきょう会議）に合流して初めての「東京都精神障害者スポーツ交流祭バレーボール大会」が2009年11月19日（木）に千駄ヶ谷の東京体育館で開催された。

これまで「都精作連」の加盟団体がソフト・バレーボール大会の参加対象となっていたが、今回から「とうきょう会議」の加盟団体が参加対象になった。「都精作連」は共同作業所という事業種別の団体が加盟する連絡会であったが、「とうきょう会議」は制度による事業種別に関わらず、精神障害者の当事者やその支援関係者が会員となれる包括的な団体であるところが大きな相違点といえよう。すなわち、個人でも、グループ・ホームでも、地域生活支援センターでも、授産施設でも、障害者自立支援法の給付事業でも、地域活動支援センターでも、そして共同作業所でも任意に加盟できるということだ。

こうした流れになった大きなきっかけは、恐らく障害者自立支援法の施行にあるだろう。これまで共同作業所であった事業所が障害者自立支援法の事業制度を導入するようになることで、共同作業所でなくなってしまうため、関係者はもっと包括的な団体の必要性を感じたのかもしれない。

今回のソフト・バレーボール大会の参加チーム数は58チーム（1団体で複数チームの参加もある）だったようだが、昨年よりも参加チーム数が減少したそうだ。

「とうきょう会議」は参加できる団体の幅が広がったわけだから、「都精作連」よりも加盟団体数も多くなり、ソフト・バレーボール大会の参加チーム数も増加するように思われるが、関係者の話によれば、障害者自立支援法の事業制度を導入した事業所がこれまでに増して忙しくなり、バレーボール大会への参加を見合わせたところも多いとか。障害者自立支援法の事業制度導入による弊害は、意外なところでも出てきていることがわかった。要するに、職員の事務処理負担がこれまでよりも大きくなってきている現れと考えてもあながち間違いではないだろう。

その他の今年のソフト・バレーボール大会での大きな変化と言えば、寅さんの口上が聞けなかった事と、「すぎなみ151」のチーム「喜瀬ビーチバレー部」が競技部門に参加したことだ。特に、「すぎなみ151」のチームが競技部門に参加したことと、これまで「ちょこっとボヨヨンズ」というチーム名だったのが「喜瀬ビーチバレー部」に変更されたことについて、取材してみたいと思います。

今、試合を終えたばかりの「喜瀬ビーチバレー部」のMr.Yにお話を聞いてみましょう。

記者： お疲れ様でした。いかがでしたか今年のソフト・バレーボール大会は。

Mr.Y： は～っ、疲れた。いやー負けました。競技部門で最下位でした。

記者： そういえば、今年は競技部門に参加されたんですね。

「すぎなみ151」が競技部門に参加するなんて、一体何が起こったのかと噂でしたが。

Mr.Y： 競技部門の話だけじゃないんですよ。実は、今年は2チーム出すことになっていたんです。「ちょこっとボヨヨンズ」を交流部門に、「喜瀬ビーチバレー部」を競技部門に。

記者： 2チーム出場する予定だったんですか。それはまたすごいですね。でも、「ちょこっとボヨヨンズ」は出場しなくて、競技部門の「喜瀬ビーチバレー部」だけが出場しましたよね。

Mr.Y： そこはあんまり触れて欲しくないんだよな～。

記者： ということは、そこに何か問題と言いますか、大変なご苦労があったわけですね。

Mr.Y： フッフッフッフ、「ご苦労～」っていうことは無いんだけど、確かあれは「すぎなみ151」で沖縄旅行に行って東京に戻ってきた辺り、7月頃だったですかね。その頃は、ソフト・バレーボールの参加者も多かったんですよ。なんとなく勢いもあって元気な雰囲気だったんですよ。「すぎなみ151」内では色々いさかいもありましたけど・・・。

きっと、のんびり楽しんでソフト・バレーボールができれば良いという人達と、勝ちたいという野心が出てきた人達がいて、勝ちたいという野心が出てきた人達が足を引っ張られたくないと思ったのかもしれないけど、人も多いので2チーム作って試合にしようということに決まっちゃった。行け行けゴーゴーって感じで。

のんびり楽しんでソフト・バレーボールやりたい人たちも勝ちたいって気持ちはあったみたいだけどね。

だけど、嫌な予感はしてたんだよね。

記者： あっ、もしかして競技部門に出場した「喜瀬ビーチバレー部」っていうチーム名は、沖縄旅行の名残ですか。

Mr.Y： あ〜、分かっちゃいましたか。分かりやすいですよ。

記者： でも実際には競技部門しか出場しなかった。

Mr.Y： そうなんですよ。大会に近づくにつれて、練習に参加する人が少なくなってきた、あれっ？だいじょうぶなのかな〜、2チーム作れるのかな〜、とだんだん不安になってきて、心配で眠れないし、気持ちは落ち着かなくなってきたし、誰も何も心配していないみたいだし。

もう一度、参加表を作り直して、大会の参加者を募ったら、どう見ても2チーム作れるほど人数がそろわないことが分かったんです。

嫌な予感が的中したって言うか・・・。

記者： どうしてそんなことになっちゃったんですか。だって、もともと勝ちに行きたい人達が2チームにしたかったわけでしょ。

Mr.Y： な〜んでなんだろう。死んだ人もいるし、体調が悪くなってしまったとか、病院の日と重なってしまったとか、膝が痛くなったとか、色々なことがあって参加できる人が少なくなったんだと思います。

当日参加できなくなるなんて当たり前を起こるんですよ。体調の変動があるのは当たり前の世界ですから。だから、余裕を持っておかないとだめなんですよ、チーム編成するときは。普段わりと動ける元気な人たちにはあんまりこういう微妙なことは分かってもらえないんですよ。

記者： で、人数が揃わなくなって、交流部門ではなくて競技部門に出ることにしたんですね。思い切った決断でしたね。「すぎなみ151」だと交流部門っていうイメージですけど。ああ、これは失礼な事を申し上げました。でも、やっぱり交流部門って感じですよ、151は。

競技部門はネットも高いし、6人制だし、メンバーから女性を必ず1人は入れないといけませんし、参加チームも強豪揃いですし、総当たり戦で4試合消化しなければいけないし。大変だったでしょ。

Mr.Y： だから、触れないでって言ってるのに～。ホント大変だったんですから。今年の大会は競技部門に計5チーム参加することになって、競技部門が成立したんですよ。去年は3チームしか参加しなかったんで、競技部門自体が成立しなかった。でも今年は競技部門が成立した。その1チームが「すぎなみ151」のチーム。それで今更無責任に「競技部門に出られなくなりました」とは言えないでしょ。交流部門は沢山チームが出るから、どちらにチームを出すかという選択をしなければいけなくなれば、迷惑をかける度合いが低い方に参加しなきゃ、という判断もあって、とりあえずミーティングで競技部門に参加することを選択したんです。

記者： でもよかったですよ、とりあえず試合に参加できて。

今回試合を観戦していて気がついたんですが、出場していた1名の女性が4試合ともずっと出場してましたけど・・・。

Mr.Y： また痛い所ついてくるね～。この人が参加できたから当日何とか競技部門の試合に出れたようなもんなんですよ。感謝！感謝！って感じでした。

彼女だって大会近くまで出場してくれるかどうか分からなかったんですから。それで、「すぎなみ151」のメンバーでなくても、他の事業所から助^{すけ}人^とで女性を参加させてもいいって運営委員の方から言われたので、直前まで杉並区内の事業所に声を掛けまくって協力をお願いしたんですけど、やっぱりだめでした。うちの監督の人相が悪くて、あの風貌で頼みに行ったのがいけなかったのかな〜。皆びびっちゃったのかも。原因はどうあれ、あ〜もうこれはだめだ〜って感じでした。24時間この事ばかり考えるようになって、わ〜ってって感じですよ。スタッフなんかは「あ〜、もうこれは誰か女装するしかないな〜。」とか他人事みたいに御気楽なこと言って笑ってるだけで何もしないし。

記者： はははは、女装ですか？ それは見たかったですね。

Mr.Y： 笑い事じゃないですよ。こっちはもう、こう「クワーツ」となっちゃって。

記者： でも、結果としてはその女性選手が参加できて4試合ともできたわけですよ。よかったですよ。

Mr.Y： もう、ギリギリですよ。だ〜れも分かってないんだから。家でも殺され、学校でも殺され、社会でも殺され、そんな環境で生きてきて病気になって、病気になったことで救われたようなところもあるんです。

みんな危機感が無いって言うか、みんな無責任って言うか。鳩山とか無責任の代表みたいって言うか・・・。

まあ本当に直前になって、キャプテンが彼女と話したときに参加する確認がとりあえず取れて、本人も1試合目はこのスポーツ・ウェア着て、2試合目はこのスポーツ・ウェア着て、3試合目はこのスポーツ・ウェア

ア着て、4 試合目はこのスポーツ・ウェア着てって、張り切っていたようです。今回は試合が立て込んでいたから、お色直しする余裕無かったと思うけど。でも 4 試合ともよく頑張ってくれました。

記者： ところで Mr.Y、さっきから顎を手で押さえたままですし、なんだか服は血だらけですし、指の間からは血が流れ出てますけど、どうしたんですか。

Mr.Y： えっ！ 血？ 血……。ドウワ～！ 血だ～！ なんじゃこりゃ！

記者： 「なんじゃこりゃ」じゃないですよ。気付いてなかったんですか。早く病院に行かないと……。

Mr.Y： 記者さんだって今頃気付くなんて遅っ！ 早く言ってよ！

まあ、そんなこんなあって、あ～これはただ参加するだけじゃダメだ、ただ負けるだけじゃダメだと思って、今日は飛びまくりました。回転レシブ、ヘッド・スライディング……。とりゃー！ あちょー！ どいや～！ ブリブリッ！ っとね。

大会までの精神的な疲労と、4 試合の筋肉疲労と、加齢と……。足も^っ攣りそうになるし……。あ～疲れた。疲れきった。

最後ので、顎をぶつけたらしいんだけど、痛くなかったから……。

あ～、パッキリいっちゃってる。じゃあ、これから病院行くから、すいませんけどインタビューはこの辺で。 来年もよろしくね～。

Mr.Y はそう言い残して体育館の床に、くねくねと血の^{わだち}轍を残しながら、千駄ヶ谷の東京体育館を後にしました。

3. 【11月のメンバー・ミーティング】

11月2日（月）

1) 「11月4日のソフト・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：

11月4日のソフト・バレーボールの合同練習は、中部センターで10:00～12:00です。

朝は「すぎなみ151」は開きませんので、10:00に現地集合です。「すぎなみ151」は13:00に開きます。

14:00から同じく中部センターで「野口体操」の企画があります。是非ご参加下さい。

2) 「クリスマス会について」

〔お知らせ〕

幹事より：

12月24日（木）のクリスマス会の幹事に、MさんとAさんが加わり4人になりました。

3) 「テーブルの清掃について」

〔お願い〕

気になっている人より：

テーブルはバイキンだらけだ。インフルエンザだ。もっと清潔にしたほうがいい。

〔意見〕

- ・テーブルは毎日誰かが拭いていますが、それではだめですか。
- ・前にやってみたのに、洗剤を使って汚れを落とす必要があるという意味ですか。
- ・洗剤でやるとテーブルが痛むんですね。毎日誰かが拭いていますから、そんなに汚れがひどいとは思わないのですが。

・「バイキン」だ「インフルエンザ」だということでしたが、テーブルの除菌をしてほしいということでしょうか。

・この問題を提起したMさんは、家でもテーブルの除菌をしていますか。（Mさんの答：していません。）であれば、あまり意味はないのでは。毎日誰かが拭いていますし、気になるのであればご自分でもテーブルを拭いてくださるとよいと思います。

〔結論〕

これまでどおり、テーブルは毎日何回か誰かが拭いているので、特別に何かする必要はないということになりました。

4)「洗剤について」

〔お願い〕

気になっている人より：

台所の食器用洗剤を使い終わった後、蓋をしない人がいます。使い終わったら必ず蓋をしてください。

5)「公園清掃について」

〔お知らせ〕

職員より：

区から委託業務を受けている公園清掃ですが、落ち葉シーズンになりましたので、来週（11月9日（月）の週）から月、水、金の3回になります。

6)「合同望年会について」

〔お知らせ〕

職員より：

毎年恒例の杉並家族会主催の合同望年会は12月26日（土）オブリガードで行われることになりました。詳細はまたご案内いたします。

7)「年末年始について」

〔お知らせ〕

職員より：

年末は12月28日が最終日、仕事納めです。12月29日から1月5日まで「すぎなみ151」はお休みです。年明けは1月6日（水）が仕事始めです。

8)「ソフト・バレーボールの選手について」

〔問題提起〕

キャプテンより：

11月19日に東京体育館で行われるソフト・バレーボール大会ですが、「すぎなみ151」は競技部門に参加するのですが、女子が1名必ず出場しなければいけません。今のところSさんしかいませんが、まだ出場してもらえるか確認がとれていません。

11月10日（火）

1)「トイレ清掃について」

〔指摘〕

気になっている人より：

どうも、トイレクイックルを流している人がいるようです。箱には流しても大丈夫だを書いて

ありますが、このビルの場合は下水管が細くて詰まる原因になるので、流さずにゴミ箱に捨てて下さい。

床に張る吸水シートはレジ袋などに入れてから「すぎなみ151」内のゴミ箱に捨てて下さい。

2) 「大宮八幡宮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：

今年の花笠祭は12月12日（土）に決まりました。「えび丸くん」を出店します。

詳細はまた後日ご連絡します。

3) 「合同望年会について」

〔お知らせ〕

職員より：

今年の合同望年会は12月26日（土）です。12:00 開宴の予定です。場所は荻窪のオブリガード（保健所の5階）です。

「すぎなみ151」は例年通り豚の角煮を作って持ち寄る予定です。

参加費は1人500円です。

4) 「大掃除について」

〔お願い〕

職員より：

大掃除の日程をそろそろ決めてゆきましょう。

5) 「公園清掃後のゴミ搬入の手伝いについて」

〔相談〕

職員より：

公園清掃の後、ゴミを車で南公園事務所に搬入して捨てていますが、同乗してゴミ捨てを手伝ってくれる人がいます。

これまで、公園清掃が終わってゴミを捨てに一緒に行く部分に報酬はつけていなかったのですが、今後はどうしたものでしょう。

〔意見〕

・落ち葉時期は捨てる量も多いし、落ち葉の入った袋を南公園事務所のコンテナに入れるのも結構大変です。行って捨てて帰ってくると30分くらいは拘束されます。仕事は仕事ですから正當に報酬がでるようにすべきです。

・なんでもお金の話にするのは嫌だな。別に職員から手伝って欲しいと頼まれているわけではないし、一緒に乗って捨てに行くときは、自分がそうしたいから同行して手伝っているだけなので、報酬なんかつける必要はないと思うんだけどな。

- ・俺は報酬をつけたほうがいいと思う。
- ・報酬をつけるようにすると、いつも同じ人が行くようになると不公平になるから、同行希望者の中から一番同行していない人が行くように管理しなければならないでしょ。
- ・ゴミが多い時期は 11 月から 12 月の間くらいでしょ。一年中同行が必要というわけではないし、職員は別にゴミ捨ての手伝いを頼んでいないんだから、別に報酬をつけなくてもいいんじゃないの。
- ・トイレ清掃だって前は報酬はついていなかった。報酬がつく活動が増えるようになって、なんだか報酬がつかない活動に自主的に取り組む姿勢がなくなっているんじゃないかな。だから、今回の話も止めた方がいい。
- ・それは関係ないでしょ。ゴミ捨てに行くことに報酬がつくようになったって、報酬がつかない活動がおろそかになるっていうことは考えられない。
- ・だけど、実際普段の生活を見ていたって、報酬がつかない自主的な活動に参加する人は限られているでしょ。なんだか納得できないんだよな。
- ・私個人は報酬がついてもつかなくてもどちらでもいいんですが、時間が拘束されて仕事をするのだから、報酬をもらえるようにすることは、後ろめたいことなんで何にも無いとおもんですよ。だから、報酬はちゃんとつけたほうがいいと思いますけど。
- ・報酬はいいよ。報酬なんてつかなくたって、手伝うときは手伝うし、好意でやっていることなんだから、お金の話にするのはいやだな。
- ・ところで、なんで我々が報酬がつくつかないか考えなければいけないのですか。職員が決めてくれればそれでいいじゃないですか。
- ・いや、なんでも職員に決めてもらうって言うのはまずいよ。自分達でやらなきゃ。
- ・だって結論でないでしょ。皆さんどうします。今出た意見を汲んでもらって、最終的には職員に決めてもらうってことで。

〔結論〕

最終的には職員が決めることになりました。

6) 「エプロンとエプロン掛けについて」

〔相談〕

職員より：

エプロンを掛けられるようにしてありますが、エプロンが多すぎて耐え切れずに壊れてしまいました。今は木製のコート掛けしかありませんが、これもエプロンが沢山掛かっています。

エプロン掛けをまた購入するにしても、エプロンの数が減らないのなら、それに耐えられる構造のエプロン掛けを検討しなければいけませんし大掛かりになります。エプロンの数が減るのであればエプロン掛けも今ある木製のコート掛け 1 つで足ります。

どうしましょうか。

〔意見〕

・あまり使われていないエプロンもあるみたいですし、一度整理してある期間が過ぎたら処分するというのではどうですか。

・1人で複数枚持っている人がいます。やはり1人1枚にしたほうが良いと思います。

・とりあえず、今大量のエプロンがかける場所が無くなっていますから、とりあえず全部エプロンをエプロン掛からはずして、今ここにいる人は、自分のエプロンをエプロン掛に掛けてみる。その他のエプロンは箱に入れておいて、今日いない人が自分のエプロンを探していたら、箱の中から探すように教えてあげるようにすればよいのではないのでしょうか。

・一度全部捨ててしまってもう一度自分のエプロンを持ってくる。そして自分のエプロンは置いておかないで自分で管理する。

・あー、それがいい。一度全部捨てちまおう。すっきりするよ。捨てちゃおう。

・全部捨てちゃって、「すぎなみ151」でエプロンをそろえてもらうっていうのはどうかな。共用で使えばいいじゃない。

・それいいね。名前書かなくちゃ。

・名前書いてしまったら共用のエプロンにならないじゃない。また掛けるエプロンの数が増えちゃうよ。

〔参考情報〕

職員より：

・現在「すぎなみ151」の登録メンバーは60名近くいます。皆さんもそうですが、メンバーになるとエプロンを持ってきてもらっています。1年に1回来るか来ないかという方もいますが、そういう方のエプロンもあります。

・整理するのは良いのですが、捨ててしまうのは少し乱暴な気がします。久しぶりに来てみたら自分のエプロンが捨てられていた、その人はどんな思いをするでしょう。

・登録人数は60名近くいても、昼食作りに参加する人数は1日十数人から多くても20人です。これまではエプロンを個人で用意してもらっていましたが、共用のエプロンを20～30着用意して誰でも使えるようにすれば、数が増えることはなくなるでしょう。但し、誰が使ったか分からないエプロンを使うのは嫌だとか、自分のエプロンでないと嫌だとかいう方もいるかもしれません。

〔結論〕

・今、木製のコート掛に掛かっているエプロンも全部はずす。

・このミーティングの後、今日いる人は自分のエプロンを取って、木製のコート掛に掛ける。

・残りのエプロンは箱に入れて保管する。

・今日いない人が明日以降エプロンを探していたら、保管場所を教えてあげる。

7)「AED設置の要望について」

〔要望〕

万が一の時に心配な人より：

最近駅や公共機関などでも良く見かけるようになったAED（Automated External Defibrillator＝自動体外式除細動機）を「すぎなみ151」にも設置してもらったほうがいいと思うのですが、皆さんどうでしょう。意見を聞かせて下さい。これから高齢化もしていくと思いますし。

私なんかは、最近貧血で倒れることが多いし、救急隊が来るまでの間にAEDで対処できれば助かる確率も高くなると思うのですが。

〔補足説明〕

職員より：

AEDは簡単に言えば心臓に電気を流して心臓の働きを正常化させる機械で、今公共機関などに設置されているものは、音声案内が流れてそれに従って操作すれば使えるようになっているようです。

〔意見〕

- ・それは設置された方がいいと思います。
- ・使い方分かるかしら。講習とかやってもらえるのかしら。

〔結論〕

大多数がAEDの設置を希望したことから、AED設置の方向で検討することになった。予算等の問題もあるので、直ぐに設置できないかもしれないが、設置に向けて情報収集を行うことになった。区役所や保健所にもAED設置に対する補助や無料配布が無いか聞いてみることにする。

8)「買い物袋について」

〔報告〕

担当者より：

以前から課題になっていた買い物袋を買い換えました。本当はペットボトル等のリサイクル資源を入れる袋を買ったつもりなのですが、新しく買った袋の方が買い物袋に適しているので、今使っている買い物袋をリサイクル資源入れに使って、新しい袋を買い物に使うことにしたいと思います。

〔確認〕

その提案で了解されました。

9)「クリスマス会について」

〔中間報告〕

幹事より：

12月24日に予定されているクリスマス会ではケーキは買いません。その代わり別なものを買いたいと思います。

それと、できるだけ職員の手を煩わせないように準備しますのでよろしくお願いします。

10)「ソフト・バレーボールの練習について」

〔お知らせ〕

キャプテンより：

11月12日（木）は宮坂体育館で「風の谷プロジェクト」さんのお誘いでソフト・バレーボールの合同練習に行きます。14:00～16:00です。できるだけ参加してください。

この日、昼食作りはありません。

それと、女子を1名選手に入れなければなりません。今のところ「すぎなみ151」の女子は誰も参加できないので、「あおば」から誰か女子で参加してもらえないか交渉中です。

11)「行事等の実施について」

〔お願い〕

職員より：

最近気になることがあります。行事等皆さんの中から幹事さんが出て実施している活動について、できるだけ幹事さんが決めたり進めたりする内容を尊重して、皆さんで協力して実施して下さい。もし問題点や疑問や意見があれば、メンバー・ミーティングで出して調整していただくのが良いと思います。

12)「ペットボトルを捨てに行くことについて」

〔提案〕

気になっている人より：

前からお願いしていますが、空いたペットボトルは、気が付いた人がサミットのペットボトル回収機に捨てに行っていますが、いつも同じ人が言っているようです。ペットボトル入りの飲み物を飲む人は多いのですから、廃棄ペットボトル入れのバッグに溜まったら、気が付いた人は捨てに行ってください。

捨て方がわからない人は、知っている人と一緒に行ってもらって覚えるようにしたらどうでしょう。いつも同じ人が捨てに行くのはよくないと思いますよ。

11月25日（水）

1)「12月の行事クリスマス会について」

〔お知らせ〕

幹事より：

12月の行事は、12月24日（木）に「すぎなみ151」でクリスマス会です。

ケーキも買います。簡単な料理も出します。よろしく。ポスターも書きます。

2) 「年末・年始の予定について」

〔お知らせ〕

職員より：

年末・年始の予定は次の通りです。

2009年12月29日（火）～2010年1月5日（火）冬休み

年明けは2010年1月6日（水）から「すぎなみ151」はスタートします。

その他12月の主な予定をお伝えしておきます。

12月12日（土）大宮八幡で花笠祭「えび丸くん」出店

12月16日（水）中部センターでソフト・バレーボール合同練習 13:00～16:00

12月24日（木）クリスマス会

12月26日（土）オブリガードで杉並家族会主催の合同望年会

3) 「おとなりさん原稿募集について」

〔お願い〕

編集者より：

「おとなりさん」の原稿を募集しています。とりあえず10月の行事「はとバス・ツアー」の記事を募集していますので、「はとバス・ツアー」に参加された方は記事をお願いします。

あと、松原教会バザーの「えび丸くん」の記事も募集しています。

4) 「ソフト・バレーボール大会の感想と反省について」

〔意見募集〕

皆様ソフト・バレーボール大会お疲れ様でした。感想と反省があればお願いします。

Fさん：会場に着いたらもう試合が終わってた。弁当はおいしかった。

Tさん：参加できなかったけど、家で151の勝利を望んでた。

Kさん：ちらしの弁当が食べたかった。わたしは三食分食べるから予約したかった。

Nさん：参加できなかった。家の中で応援してた。

Kさん：お弁当をゆっくり食べたかった。

Sさん：楽しかった。

Sさん：腰が痛かったので家にいた。

Hさん：大会の後のパブのビールが美味かった。

Mさん：腰が痛かったので、家で横になっていた。

Yさん：心身ともに力尽きた。詳しくは原稿で！ 151は2チームは無理だった！

Mさん：一試合目で力尽きた。

5) 「2010年の旅行について」

〔報告〕

ポスター担当者より：

今貼ってある旅行の候補地のポスターに、大阪、広島、鳥取、鹿児島候補地が挙がったので、このポスターを私が書いて貼っておきます。

以上

4. 【さんぽみち】～河田隆利エッセイ～



氷雨月のスケッチ♪

今日は朝からシュレッド・チーズのような冷たく細い雨が降っていたので、予定していた秩父宮(註*1)での慶應 VS 帝京大の対抗戦ラグビーの観戦を取りやめ、家でTV観戦する事となった。観戦後、暗闇坂や神南の悪ガキ仲間たちと、麻布の竜土軒(註*2)か青山のルコント(註*3)あたりで飯でも食べようかと予定していたのだが、生憎の天候に体調が悪くなるからと断ってしまった。そういう事なので、中継を見ながら出汁炊き(註*4)でも食べようかと冷蔵庫の中をチェックしてみた。



雨の中の大一番
慶應大 VS 帝京大戦

豚肉はしゃぶしゃぶ用の薄切り肉がある。豆腐は【風に吹かれて豆腐屋ジョニー】(註*5)の豆腐を味わって見たくて買い置きしたばかりだ。葱も白菜も揃っているし^{うどん}餛飩もあるのもちゃんと見えた。春菊はきらしているが水菜があるから我慢しよう。んで、白菜からまず切り始める事にした。

切ったところで余った白菜をラップに包もうとしたのだが、フィルムが真っ直ぐ出ていない。フィルムを丸ごと取り出しフィルムの切れ目を剥がそうと思った

のだが、これがイライラするくらい切れ目が探せないのだ。生憎、昨晚【木屋】(註*6)の爪切りで爪を揃えたばかりなのでフィルムを上手くなぞって行けないのだ。イライラを募らせながら慶應が帝京に迫っていたので「行け～行け～」と、画面に向かい怒鳴っていたら、慶應のフォワードがノックオン(註*7)したと同時にこちらでもフィルムを丸ごとノック・オンしちまった。スクラム(註*8)から残り 1 分で、帝京大がトライを決めゴールキックも決まり大逆転。これで慶應の自力優勝はなくなり、早稲田が明治に負ければ創立 110 周年での慶應が優勝と決まり、早稲田が明治に勝てば早稲田の 2 年ぶり 21 度目の優勝となるので、俄然早稲田と明治の対戦が面白くなった。約 70 分の間、ラック(註*9)ならぬラップと格闘した私はもうお手上げ。新しいラップを使う事にした。

外は冷たい雨がまだ降り続き、雨の向こうにぼんやりと街が浮かんでいる。窓から見た 12 月の風景は、イーゼルの上で彩りを待っているスケッチ画のように色の無い世界に見える。ただ、裏庭に寄せ集めた枯葉の山が皿に盛りつけたベビーリーフのサラダのようで、今もなお雨のドレッシングが染み込んでいる。

出汁炊きは旨かったがよくよく考えてみるとこうした冬の日には、ルコントの鴨腿肉のコンフィとソーセージのカスレ(註*10)の旨さが懐かしくなってきた、今更ながら今日の氷雨が忌々^{いまいま}しく思ってきた。今度、散歩日和に外苑でも歩いて、誰か誘って久しぶりに帰りにでも寄ってみたいものだ。



註*1・・・「秩父宮」

秩父宮ラグビー場。神宮外苑にあるラグビーの聖地。

註*2・・・「竜土軒」

旧竜土町（現在は元麻布）にある洋食屋。二・二六事件の将校が決行前夜に集まったレストランとして有名。

註*3・・・「ルコント」

ムッシュ・アンドレ・ルコント氏が霞町近くに始めたケーキ屋。現在はフランス料理店として青山タワービルにある。

註*4・・・「出汁炊き」

我が家の水炊き。水ではなく出汁を使っている。

註*5・・・「風に吹かれて豆腐屋ジョニー」

豆腐のブランド名。茨城の豆腐屋のオリジナルで、この店は他に「男前豆腐」等、数多くブランドを立ち上げている。

註*6・・・「木屋」

日本橋にある老舗の刃物専門店。

註*7・・・「ノック・オン(knock on)」

ラグビーのルールでトスしたボールを正面向いて落とすとペナルティになる。尚、後ろ向きで落としてもノック・オンにならない。

註*8・・・「スクラム(scrum)」

ラグビーのルールで前に落とすとペナルティになってスクラムからゲームが再開される。

註*9・・・「ラック(ruck)」

ラグビーのルールで、地上にあるボール状態の事を言う。

註*10・・・「カスレ」

フランスの南西部のラングドック地方やピレネー地方の名物料理。白インゲンと鴨やヒツジ、ソーセージなどの肉類をグツグツと煮込んだもの。日本では代官山・パッションが初めてメニューにした料理。



前半、明大のタックルを受けながら
突進する早大・中浜（中央）

細川卓氏撮影

事後報告： 国立競技場での早稲田対明治は、早大が明大に 16－14 と逆転勝ちして 6 勝 1 分けとし、2 年ぶり 21 度目の優勝を果たした。

5. 【シリーズ 幻聴】

2009 年 1 月号からはじめた連載の続きです。

幻聴にさいなまれている方から、実況中継的に E-mail をいただきました。

「幻聴ってどういうものだろう？」「幻聴にさいなまれるとどのように苦しいの
だろう？」「幻聴の苦しみをどのように理解したらよいのだろう？」 「その脳内
で発生する音声の様子とは？」

その答えは、この E-mail の中にみつけれられるかもしれません。

ご本人がおとなりさんへの掲載を承諾してくださったので、何回かに分けて掲
載してみたいと思います。

幻聴の内容は人により様々のようですが、この方の幻聴による苦悩を是非共有
してみてください。

みなさんの隣にも、このように苦しんでいる方がいるかもしれません。



2009 年 10 月 24 日 12:07 げんちょう ' 09 . 10 . 24

幻聴に関して病気と作為が半々だと答えましたが、作為のほうが大部分だと分かりました。

病気ではないとは決して言いませんが、

作為が私の人生に罫を仕掛けたと教えてくれる人（声）がありました。つらつら考えるに

現在脅かされていることは罠に陥った時のことです。

今は思考のことでこれは引っ掛け（自分では思っていないのに自分で思ったように感じてしまうこと）がわかるようになりました。

次々引っ掛けが浮かんできてよけて通れるようになりました。徐々にですが。

今はそれだけで気分的には楽です。

罠を仕掛けられてそれに気づかずドツボにはまり込んで生きていたことが分かりました。

そういう人がかなり多いのではないかと思います。気づかない人が。

引っ掛け、内容変換、イメージ変換（自分で思っていないイメージが突然浮かぶ）などが妄想の引き金になったり、次の引っ掛けに利用され罠の奥深くに引きずり込まれて、ひどい人は抜け出られなくなるのです。

私の場合は罠だと気づいたのでこれ以上落ちないように思います。恋には落ちるかもしれませんが（笑）。

でも、引っ掛け、イメージ変換はまだまだ襲ってきます。

内容変換（話している人の話の内容が自分の悪口に聞こえる）もあります。

病気とひとくくりに捉えてしまうのは早計です。

信じられないと思うかもしれません。大多数の人が気づかないのですから。

気づいても声をあげられない人もいます。

やると聞こえても悪く捉えず、取ると聞こえても悪く捉えず、いろいろな声の幻聴に対する心構えが必要です。

悪く捉えずということが肝心です。これが重要です。

妄想は妄想を呼び妄想のとりこになってしまいます。

そうなれば作為者の思う壺。

ひどい状態の時には神も仏もいないのではないかと思いますでしたが、今では救う神ありと思えるようになりました。

いろいろ幻聴？は聞こえますけれど、引っ掛けにとらわれず、前向きに、を心がけるのが必要だと思います。

作為者はいろいろな罠を仕掛けていますからくれぐれもご注意！！

続く・・・

ps.わからない箇所がありましたらお知らせください。説明をいたしますから。

2009 年 10 月 26 日 0:36 幻聴

幻聴が起きて、やる、ある、とるなどいろいろ聞こえてきましたがいまだ何をやられたのか、何があるのか、何をとられたのか、そんなものありません。

今に分かるといいますますが、何かが分かるのでしょけど関連付けはしません。

許さないとも言っていますが、私が何をしたのか？私には私がなにをやったか直接言わず。

私が法に触れることをやったら警察に通報すればいいのですけどそれもなし。

いずれ分かるとも言っていますが関連付けて考えなければただその状態が起きただけで、私が心を痛める必要は無いと思います。

音の強弱で騒音を感じたりして神経を使ってきましたが今はぜんぜん心配していません。

私が騒音を撒き散らしているのならば苦情を言えばいいのですけど今のところぜんぜん苦情はありません。

私は今まで神経を使いすぎていたのでしょう。過剰に。

私は今日ハッピー経を立ち上げました。

ハッピー経のお経を唱えると心が楽しくなり、暗かった気持ち、表情が自分なり明るくなったように感じます。

不安も感じませんし、何を今まで恐れていたのかさえ思い出せません。

恐怖も感じません。

幻聴は誰かが起こしているのだとすべての人が信じられませんでした、ハッピー経を信じたら猜疑心がなくなりました。

すべての人が信じられないといつもびくびく、このひとではないかと気にしていたのですが杞憂だと分かりました。

今は平安を取り戻しました。

長かったです。病気だと信じられるまで。半信半疑がここまでひどくさせていたのでしょう。

仮に病気で無く幻聴を起こさせる人がいたとしても、私が悪いことをしたのなら警察に訴えれば済むこと。

脅す必要は無いと思います。

ハッピー経を信じたら性格が明るくなった気がします。

2009 年 10 月 31 日 1:32 とうとうお菓子い

日刊ほぼイトイ新聞に「言いまつがい」というコーナーがあるのですが、「聞きまつがい」というコーナーがあってもいいと思うのですが。

私の体験は面白いですよ。

アドレナリンが出てハッピー。という芝居をやったら幻聴がいろいろと悪さを仕掛けてきて面白いですよ。

ビールは楽し、この世はハッピー人生ばら色。

ビール一本で！

今は静かですけど・・・

印鑑を傷つけてしまいました。

もう引き出すことはできません。

誰が出すのでしょうか？

どうなるのですかね～

宙に浮いてしまうのでしょうかね！国庫に入るのか

自分だけだといっています。絶対やるといっています。

逃がさないからといっています。

自分だけしか考えないといっていますが、親兄弟がどう考えているのか私には分かりません。

考えると妄想です？ 想像かな？

どうやって親兄弟の考えが分かるのでしょうか？

私が良かれと思う行動が不自然だと後から気づくのです。衝動的によいと思ってやるのですけど。

幻聴は500万円私が持ってるといいます。たぶんあるのでしょうか。聞こえた子供の声は600万といっていますけど。どれぐらいあるのかねー。

それが宙に浮いてしまったのですよ。

携帯を壊すことも印鑑を壊すのも同じことです？カードも壊してしまいました。

私はもう動けません。

いつまでインターネットがつながっているか？残っている預金が引き落としになっている分だけしか。

なくなる前に解約します。明日かもしれません。気分しだいです。

物事を考えると何もかもわからない、現在。

どうなるのか興味はあります。

印鑑を壊すのは三回目

151にも歩いていきます。

こんな私にも音成さんがいると安心します。

又151が変わったように感じました。



今回で「シリーズ 幻聴」の連載をひとまず終了いたします。

色々なものを奪われる危機感を感じたこの方は、メールの内容にも記述されている通り、奪われる手段が使えなくなれば奪われる心配は無くなるということから、銀行の登録印をご自分で壊し、キャッシュ・カードも壊してしまわれましたが、同じような理由で、この連載記事の元になったメールを発信していたパソコンも壊してしまわれました。

そんなわけで、メールを送れなくなってしまったという事情もあります。

この方は、「すぎなみ151」に顔を見せに来て下さいます。

これからも色々なお話をお聞きしてみたいと思います。

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！

日本の観光都市の頭^{あたま}といえば
どこでしょう？

答えは来月号に掲載されます。

11月号の出題と答：

出題：暑い時は、半袖 寒いときは、長袖 音楽を聞いたら？

答：ラブソデー（ラブソディー/ラブ袖〜）

7.【エロジ「心の詩」】

混浴風呂
秋田の乳頭温泉の黒湯温泉
八幡平の玉川温泉と後しよかけ温泉
八甲田山の酸ヶ湯温泉 北海道の
長万部にあるニヌラウム温泉
旅で入った混浴温泉はいっぱいある
みんなおあらかですぽんぽんいやら
ないけどかにならばかたがきりんか
関係ないみんなおあらか
私は宮城県のお身の東北人
湯治場が大好き みんな明るいい
あまらかな東北と北海道の女の人には
若々しい分お世話になった。
エッチはしていきせんとにかく明るく
大らかな女性恐怖症の私の性格も
変った 男も女も恥かしがらずに
湯に入れすぽんぽんで

8. 【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「シクラメン」さんのお話。

学名は *Cyclamen persicum* (サイクラメン) といいます。

シクラメン *Cyclamen* は、花が受粉し種ができると、花茎がくるくると巻く姿を表しているそうよ。だからサイクル *Cycle* を語源としているのね。学名にある *persicum* は「ペルシャの」っていう意味らしいわ。

日本名では「豚の饅頭 (ぶたのまんじゅう)」または「篝火花 (かがりびばな)」と言います。「豚の饅頭」は、野豚が食べていたという説と球根の形を表現したものだという説があるようで、「篝火花」は花の形を舟のかがり火に見立てて表現したものです。

シクラメンさんに会ったら、「あ～もう、日本の夏は大ッ嫌い！ あの湿気がたまらなく嫌だわ！」と言ってたわ。シクラメンさんって、毎年来る高温で多湿な夏は本当にお嫌いなのよね。枯れてしまう原因だから無理もないわね。

夏を如何に涼しく乾燥した環境で過ごさせてあげるかによって、シクラメンさんのご機嫌が違うから、育ち方も違ってくるわよ。

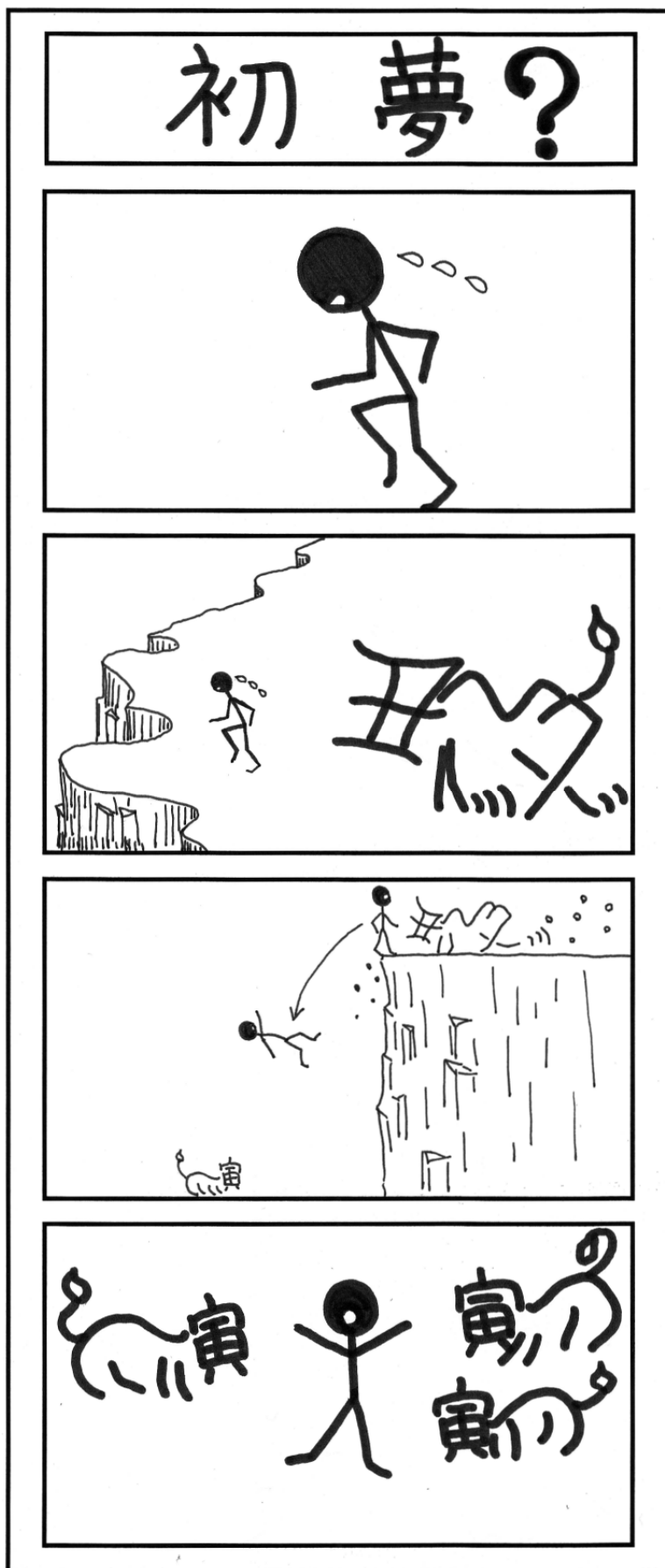
シクラメンさんは球根植物なんだけど、種で繁殖するのね。変わってるわよね。発芽から 10～15 か月かけて、あの可憐な花を見せてくれるはずよ。

受粉させて種を採ったら、大型のシクラメンは 9 月上旬に、ミニシクラメンは 3 月頃に播いて夏を涼しく過ごさせてあげれば、翌年 11 月頃から花がみられるでしょう。

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。

9. 【今月の 4 コマ漫画】

作：音成一郎



10. 【我ら西永福妄想族】～151 文芸部作品～

「あいつ」

森重寿一

わがままで

甘えっ子で

しつこくて

泣き虫で

勝手に

からみつくし

いい子ぶるし

ちやほやされるから扱いにくいし

短気だし・・・

でもあいつは

いいやつ

11.【ヨッチン文学】

『“おふくろ”の話』

ヨッチン

その1 ある晩、ご飯を食べようとして炊飯器^{すいはんき}をあけたら、なんと炊飯器の中に、ゴキブリが2匹！！ ゾロゾロと！！

オ レ： 「おふくろ！ 炊飯器の中に、ゴキブリが2匹入っていたぞ！！」

おふくろ： 「あら？ そう？」

オ レ： 「あら？ そう？ じゃねーよ！ 台所とか、リビング、不潔にしているから、ゴキブリが出るんじゃないか！！」

おふくろ： 「外からも、入ってくるんだ！！」

その2 ある日の夕方、おふくろと些細^{ささい}なことで、討論になった。

ちょっとオレが追い詰めると・・・

おふくろが「死にたい！ 死にたい！ あー死にたい！」

とわめいて、襖^{ふすま}をピシャリとしめて寝込んでしまった！

オレが「晚めし、どうなっているの？」と言っても、

おふくろ「・・・・・・・・！！」完全無視！

しばらくしたら電話が鳴った！

すると、ものすごい勢いで、おふくろが電話を取りに起きた。

するとおふくろは「あ～ら、○△×さん！ お久しぶり！ いーの、いーの、その事は。それより、あなた旅行どうなった？ あ～ら本当！ キャラ、キャラ、キャラ・・・！ アッハハ・・・・・・・・・・！！」

と、30分間ぐらい、楽しそうに、ケラケラはしゃいでた！

本当にまいる！

その3 相変わらず、リビングが汚れている。

食卓の上も、新聞、雑誌、書類、通帳、お札、など、などー。

山のように積^つもっている！

オレが「食卓の上ぐらい片付けてよ！」と言うと、

おふくろ： 「やるってば、やる！！」

オ　　レ： 「口ばっかじゃねーか！、いっつも！」

おふくろ： 「やるって言ってるじゃねえーか！！　なんていえ

ばいいんだ！！」

と言って、結局やらない！

親父にして然り。おふくろにして然り。

よくまあ、オレも生きてきたと、つくづく自分で自分の事に感心してしまふ、今日この頃だ！

12. 【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。

一般社団法人クレオソーレ：

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

すぎなみ151：

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

13. 【「すぎなみ151」スタイル】

5月号から、障害者自立支援法の事業体系と「すぎなみ151」について連載していました。

前号では、「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し、現行の障害者自立支援法の構造を批判してみました。

今月号は一連のテーマをお休みして、役に立たない考えばかりが巡っている頭も一休みさせたいと思います。

2009年も皆様には大変お世話になりありがとうございました。良い事も悪いことも含めて色々な出来事があった一年でした。

2010年はどんな一年になるでしょう。心配していても仕方ありません。何が起こるか楽しみにしていることにいたしましょう。

来る2010年が皆様にとってよりよい一年となりますよう、心よりお祈りしております。

つづく

14. 【1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1月

日	月	火	水	木	金	土
休					1 休 元日 	2 休
3 休	4 休	5 休	6 仕事始め	7	8	9 休
10 休	11 休 成人の日 	12	13	14	15	16 休
17 休	18	19 行事 カラオケ	20 ソフト・バレー ボール @中部センター	21	22	23 休
24 休	25	26	27	28	29	30 休
31 休	あけまして おめでとうございます。 本年も宜しくお願いいたします。					

～編集者のつぶやき～

これより冬眠に入ります・・・

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: otonarisan@creosore.or.jp