

すぎなみ151便り  おとなりさん  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	2008年5月号 (No. 2.) 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./Fax: 03-3327-9225 E-mail: sgnm151@mx2.ttcn.ne.jp
---	---

目 次

1. 【4月の主な出来事】 2. 【4月の出来事からの特集】 3. 【「すぎなみ151」ってな～に？】 4. 【「すぎなみ151の シンボル・マーク】 5. 【今月の詩】 6. 【一美の密室】	7. 【プラブレーマ】 8. 【今月の4コマ漫画】 9. 【今月の「駄洒落クイズ」】 10. 【「すぎなみ151」スタイル】 11. 【我ら西永福妄想族】 12. 【20年経つんですけど・・・】 13. 【6月の予定】
--	--

1. 【4月の主な出来事】

- 4月9日 月例ソフト・バレーボール合同練習
- 4月22日 月例野外活動「深大寺そば&神代植物公園」
- 4月23日 「おとなりさん」創刊号発行

2. 【4月の出来事から特集】

深大寺散策

4月22日（火）、暑すぎるほどの陽気の中、深大寺そばを堪能するため総勢13名で調布市にある「神代植物公園」へ出かけました。

深大寺へは様々なアクセス方法があり、吉祥寺・つつじヶ丘・調布からそれぞれバスが出ていますが、幹事さんの意向で今回はつつじヶ丘から乗車。

「調布市立体育館前」でバスを降り、のんびりと歩きながら新緑の清々しさを皆で感じていましたが、いつまで経ってもフェンスが途切れることは無く、公園はすぐ隣なのに入口の気配が無い…。「ん…？オカシイ」と思い道ゆく人に尋ねると、なんとバス停からの方向がそもそも違っていたことを知り、来た道をUターン…。

弱音を吐きながら30分近く有酸素運動をし、昼食場所に到着したときには、お腹もすっかりペコペコでした。



深大寺には26店もお蕎麦屋さんがあります。その中で今回幹事さんが選んでくれたのは「深大寺門」のすぐ側にある『玉乃屋』さん。老舗感たっぷりの趣に感動したのも束の間、まずは食欲を満たすことが最優先！！

深大寺そばはとてもコシが強く、細麺と太麺がありますが、太麺の田舎そばはうどんの様に太い麺です。コシがありすぎて噛むのに一苦労した人も(^_^;)

時代劇に出てくるお茶屋さんのようなどこか懐かしい店内で、新緑の隙間から真っ青な空を眺めながらみんなで食べたお蕎麦はとても美味しかったです。

ゆっくりとお蕎麦を楽しんだ後は「神代植物公園」へ。

しかし、入場口へ向かう途中、岩につまずき転んで1名負傷。ギャラリーで見ていたみんなはドッと沸きましたが、当人は相当痛かったようで結局そこでリタイアし、家



路へ…

残りの一行で植物公園を散策中、大きな池があり亀や鯉などがいたのでしばらく見入っていたところ「あっ！見て見て、小さい魚もいるよ～!!」「ホントだ～かわいい～」



ボチャッ… 「ん？…(_ _;) アゝ～
＼(°ロ＼)(／ロ°)／」
デジカメ水没…。

← カメが笑っています。

とっさに池に手を突っ込み救出するも、すでにビチョビチョなカメラは救いようが無い状態…。

大ハプニングに笑い転げる人や、すぐにハンカチを差し伸べてくれる人のいる中、何とか気を取り直し奥へ奥へ。



シャクナゲや見事な藤の花に感動しながらバラ園のあるヨーロッパ風の庭園に辿り着いたのですが、バラの時季にはまだ早いようで少し寂しい景色でした。しかしその代わりに、普段は脇役のバラの葉が、実はとても綺麗だということに気付き、新たな楽しみ方を発見したのでした。

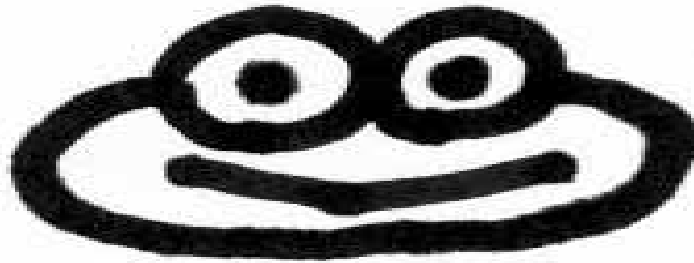
笑いあり、痛みあり、ハプニングありの一日でしたが、それでこそ 151。
今日も順調、順調。

3. 【「すぎなみ151」ってな～に？】

いろいろな方に、寄稿をお願いしておりますが、深い歴史のある「すぎなみ151」の記事を書くのは容易ではないようで、時がくるまで楽しみに待っていたと思います。

そこで、今回は、ここそこに散らばっている昔の資料を拾い集めて、「すぎなみ151」の成り立ちをまとめてみようと思います。

事実に反する記載もあるかもしれませんが、その際には、ご意見や情報をいただければ、掲載させていただきたいと思います。



一、1974年「杉並友の会」結成

むかーし、昔、杉並区に「杉並友の会」というものがあつたそう。

この「杉並友の会」は、1974年頃に、世に言うところの「精神障害者」達が、自分達が主体となる集まりを作ろうというので、結成されたのだそう。



家族会やら、保健師さんやら、福祉事務所の方やら、地域の皆さんやら、中部センターの職員さんなんかも協力して、当事者が集い、互助グループ、仲間作りを目指して活動しておったとさ。

はじめのうちは、月1回、日曜日に集まって、話し合いやレクリエーションをやっていたそうで、理解のある喫茶店や、メンバーさんの家など場所を変えながら集まっておったそうじゃ。



二、その頃の背景

杉並区で初めてできた精神障害者共同作業所が、「あおば作業所」であることは、みなさんもお存知のことじゃが、「あおば作業所」は、1982年8月にその前身となる母体ができ、1984年に杉並区から助成金を受けるようになったそうじゃ。このころは、まだ「杉並共同作業の会」と仮の名前で活動しておったそうな。



「杉並共同作業の会」は、1985年に東京都の交付金を受けるようになり、「あおば作業所」という現在の名称になったんじゃと。

なが〜い道のりじゃの〜。さぞ、いろんな苦労があつたんじゃろうな。

杉並区では第一号の精神障害者共同作業所となった「あおば作業所」の設立には、家族会だけではなく、精神障害者を支援する杉並区の職員や、近隣の世田谷区にある様々な機関に所属していた職員や、医師なども関与していたそうじゃから、「作業所を作らにゃいけん」という機運が高まっておったんじゃろうな。

情熱的なお方が大勢いて、盛り上がっておった様子が目に浮かぶの〜。

このあたりの話は、「あおば作業所」の20周年記念に出版された、「人のなかに 街のなかに」という本に記されておるから、ご興味のある方は、読んでみてはいかがかな。



三、だんだん活動が活発になってきた

そんな、背景もあったんじゃないだろうか、「杉並友の会」は、1986年頃から参加者が20名を超えてきて、「夜の懇談会」や「通信作りの会」（「友の会通信」）や「運営委員会」をも開くようになったそうなの。だんだんと、盛り上がってきたんじゃないかな。

仲間達から、次のような要望がいろいろ出てくるようになって、それを実現するため「憩いの家設立基金」を設けることとなったそうじゃ。

- ・「杉並友の会」の月1回の例会では物足りなくなってきた。
- ・月1回のレクリエーションでは十分な交流ができない。
- ・友の会の世話人会ができ、運営委員会ができ、月に何度も集まるようになってきた。
- ・活動のための会場探しに苦労するようになってきた。
- ・友の会の事務所がほしいという声が自然と沸きあがってきた。
- ・たまり場が欲しい→単なるたまり場でもいいのだろうか？という疑問もあるな。

- ・規則にしばられないでホッとできる場が欲しい。
- ・安心して病を語れる場が欲しい。
- ・単純作業ばかりやるのは嫌だ。イメージが暗い。
- ・作業所というと堅苦しくなってしまう。
- ・家でブラブラしているのはいやだ。かといって自分でホイホイ出かけて人と会う意欲もない。そんな人も気軽に参加できるような場で、何かしたければ何か好きなことができる場があったらいい。
- ・作業ばかりではなく創作活動もできるような場があったらいい。
- ・対行政への表向きの作業所・工房という意味ではなく、何かやれるという生き方として積極的な場として工房を考えたい。

当時の前の皆さんの思いは、20 年以上経った今でも、新鮮に感じて、心を動かされるの～。



四、だんだんと組織立ってきた

その後・・・「(仮称) 杉並友の会憩いの家・工房」は

1987年4月 設立準備会

1987年7月 準備会事務局結成

1987年8月 設立趣旨書作成

1987年8月 活動開始

(毎週火曜日、木曜日の午後、障害者福祉会館にて)

当時、「(仮称) 杉並友の会憩いの家・工房」設立への思いが書かれたメモがあるのじゃが、こんなことが書かれておるわい。

・『朝起きれない人には出かける場として、体力づくりをして仕事に備えようとする人には、メインの活動の場として、様々な悩みを自由に語れ、自分が表現できる場として・・・「憩いの家」を考えています。』

・『目的を社会参加、社会復帰に絞り、杉並友の会のあり方を変えてゆきたい』

・『友の会に参加する精神障害者自身の発案で「場」を設立したい』

その後・・・

1987年9月

「(仮称) 杉並友の会憩いの家・工房を支える会」設立



五、ついに定住の場所を確保

1987年12月10日

東京都杉並区永福 3-49-13 堤ビル 2階 (69.3 m²(約 21 坪))
賃貸借契約・賃借開始

こうした動きが下地になって、1988年4月1日に、杉並区では2つめの精神障害者共同作業所「すぎなみ151」の活動が開始されたのだとか。

っていうことは、「すぎなみ151」の前身は「杉並友の会」っていうことなんじゃろうか。聞いた話では、「すぎなみ151」の設立の後も、「杉並友の会」は平行して活動していたようにも聞くから、どのような状況だったのかは、当時関わってこられた方にしか分かんじやろうな。



六、現在の場所にお引越し

1995年8月30日

東京都杉並区永福 4-19-4 安藤ビル 2-C (95 m²(約 29 坪))
賃貸借契約

1996年1月8日

同上物件の賃貸借開始

1996年4月1日(推定)

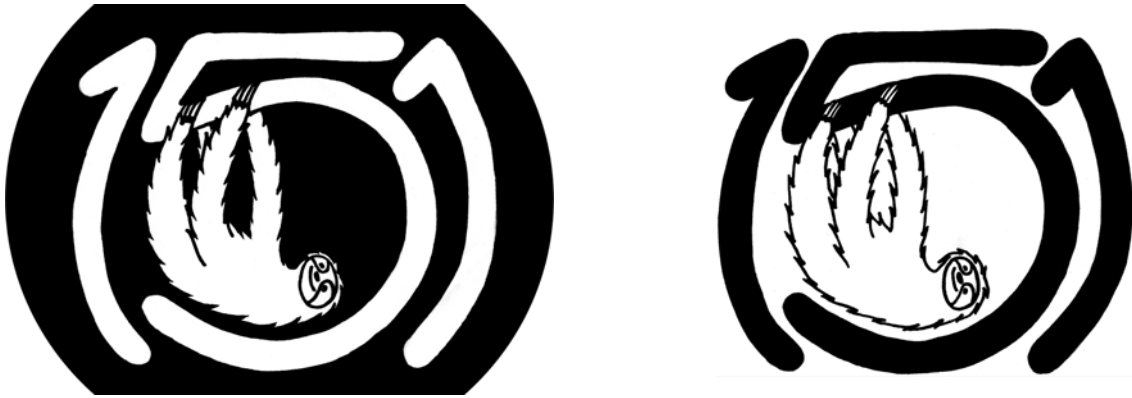
同上物件に移転

そして、「すぎなみ151」は、大家さんの安藤さんを初めとする、周囲の暖かい理解と支援に囲まれて、この場所「安藤ビル」で活動が続けることができておるわけです。

現在の「すぎなみ151」になるまでには、多くの方が関わってこられたんじゃないな～。

4. 【「すぎなみ 1 5 1」のシンボル・マーク】

「すぎなみ 1 5 1」のシンボル・マークを作ってみました。



「5」にぶら下がっている、わたしは「ナマケモノ」。

1 5 1 に包まれて、ゆったりマイペースで生きています。

わたしは、ナマケてるって、
ライオンやら、シマウマやら、チンパンジーやら、人類やら、
この世に生を受けた、生きとし生けるものから、
非難されることがあります。

それでも・・・

わたしなりに、一生懸命、生きているんですが、なにか？

5. 【今月の詩】

「わたしの父」
作：佐田 輝

わたしの父は

マイナス・ドライバーだった

6. 【一美の密室】

さて、今月号からコラム「一美の密室」を担当することになりました、一美です。よろしくね！

あなたと私、この密室で楽しみましょうね。うふふふっ♡。

毎月、植物にまつわる、いろいろなお話をしてゆくわね。お楽しみに。



今日は『幸福の木』のお話。

学名は『ドラセナ・フラグランス・マッサンゲアナ』っていうの。

よく『青年の木』と間違えられちゃうけど、そちらは『ドラセナ・フラグランス・ユッカ』っていうの。ちょっぴりちがうのよね。

こちらが『幸福の木』

『幸福の木』と『青年の木』では、『幸福の木』のほうが葉っぱの幅が広いのが特徴よ。

『幸福の木』の方が、耐陰性があるの。だから、室内では『幸福の木』のほうがいいと思うわ。『青年の木』は玄関先とかにお似合いかも。

「この木って、お花は咲くのかしら」ってよくきかれるけど、ちゃんと咲くわよ。でも、かなりの大株にならないと咲かないわね。

ポピュラーな植物よ。おためしあれ！



こちらが『青年の木』

7. 【「すぎなみ 1 5 1」生活のプラブレーマ】

注意！：この「おとなりさん」を読みながら、お食事をされている方がいらっしゃいましたら、この先は、食後 3 0 分以降にお読みください。
人間の営みで、大切な排泄のお話です。

「ある日の阿君と咩君の会話」

阿君：お薬の中には、副作用で便秘になるものがあるんだよ。

咩君：ウン、困るよね～。

阿君：だから、便秘を解消するために、下剤も処方されているんだ。

咩君：ウン、これが効いたり、効かなかったりするんだよね～。

阿君：下剤を飲んでいると、「うっ！」っと、突然差し込むことがある。

咩君：ウン、こういう時、キツイよね～。

阿君：だから、便所に駆け込む。

咩君：ウン、こきたくなるもんね～。

阿君：ズボンを下げるか下げないか、

この切羽詰った状態で「ぶひゃっ」と出てしまう。

咩君：ウン、小出しにできないんだよね～。

阿君：突然出るから、コントロールがきかないし、広がりやすい。

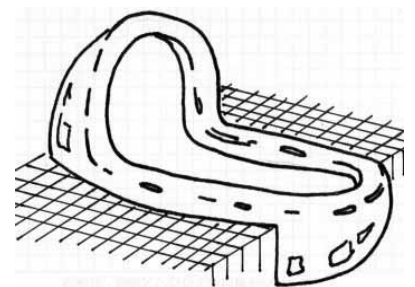
咩君：ウン、こればかりは、どうしようもない。

阿君：するって一と、特に和式の便所は、とっても汚れる。

咩君：ウン、困り果てるよね～。

阿君：で、汚いから、そのままトイレを後にする。

咩君：ウン・・・って、おいっ！



便器君：みなさん！

トイレは本来美しいものでありたいと願っています。

トイレ使えないと、現代の人間の営みは困難なものになります。
体調不良になる事情はよくわかります。

でも、トイレに悲惨な思いをさせた人は、

同じく悲惨な思いをするでしょうが、

トイレを本来の姿にしてあげてください。

それで、おあいこです。

8. 【今月の 4 コマ漫画】



9. 【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！

サディストの人が
ケガをしました！
どんなケガでしょう？

答えは来月号に掲載されます。

4 月号の答：ハンガリー（半がり）

10. 【「すぎなみ 1 5 1」スタイル】

わたし達の仲間には、世間から「精神障害者」って呼ばれている人たちが大勢いるんですけど、この「精神障害者」とか「精神病」とか「精神疾患」とかっていう表現・・・ まあ、「障害」でも「障がい」でもなんでもいいけど・・・

な～んか違うんだよな～。

「精神」が病気とか障害があるとか、「心」が病気とか。

「精神」や「心」が病んだりするのは、わたし達だけじゃない、違う問題なんだけどな～。

色々、お気遣いいただいて、表現に工夫をしてくださっているようだけど、やっぱり、何か違う。

どちらかって言うと、わたし達は、脳が疲労し過ぎて、色々な症状が出ちゃってるって感じなんだけどな・・・。

あ！ そうか！ 脳が疲労して、色々な症状が出ているんだから、

「**脳疲労性症候群**」って呼ぶことにしようか。

短くすると「**脳疲労症**」だね。

え～っと・・・英語だとね・・・

Cerebral Fatigue Syndrome

(セーリブラル・ファティグ・シンドローム)

なかなかいいね。しっくりくるよ。(自画自賛)

11. 【我ら西永福妄想族】 ～ 1 5 1 文芸部作品～

「私はライオンキング」

作：SM

今は 2 0 0 8 年だけれども
あと 2 年もすれば地球の世紀末がやってくる
早く地球を脱出せねば！

はやる心と焦りと疲労

まず、ヨーロッパに帰って指揮をとらねば
もう 1 回、フランス王朝をよみがえらせ、
サル君、クマ君、ヘビ君、
その他大勢のメンバーに指令を出す

そして 2 0 1 0 年宇宙の旅
宇宙船をおのおの作り
地球を出発
目的地は
各々、それぞれの星
いざ！

12. 【2 0 年経つんですけど・・・】

「すぎなみ 1 5 1」は開設から 2 0 年経つんですけど、何か？

何か、記念のイベントやりたいっていう声もあるようだけど、さて、
何のためにやる？ どんなイベントをやる？ 誰が準備する？

13. 【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。

2008年6月	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前	お休み						お休み
午後							
	8	9	10	11	12	13	14
午前	お休み						お休み
午後						杉並区 交流会 荻窪体育館	
	15	16	17	18	19	20	21
午前	お休み		レクリエー ション				お休み
午後			吉祥寺 カラオケ	合同ソフ ト・バレー ボール練習			
	22	23	24	25	26	27	28
午前	お休み						お休み
午後							
	29	30					
午前	お休み						お休み
午後							

来月号へつづく のかなあ・・・

2 号目にして、発行が遅れてしまった！

「おとなりさん」のバック・ナンバーをご希望の方は「すぎなみ 151」までご連絡ください。