

2014. 4. 10 発行

〔発行〕 NPO法人 **こころの応援団**

発行人 千代田すみ子

〒379-1403

群馬県利根郡みなかみ町猿ヶ京温泉1514-1

TEL 0278-66-0999

FAX 0278-66-1000

E-mail off@npo-kokoro.com

URL <http://www.npo-kokoro.com>



支えあいましょうプロジェクトは平成26年度もみなさんと一緒に継続しています

「支えあいましょうプロジェクト」は被災地支援だけでなく、こころの応援団事業すべてに共通する方針です。すべての事業に誰でもご参加いただけます。必要なことは優しい気持ちと支え合う心です…

ENJOY事業 参加者募集

エンジョイ わたらせ溪谷鉄道

わっしー号に乗って美術館と草木ダムの新緑を楽しもう!

平成26年5月24日 (土)

- 集 合 沼田福祉センター 8:00
- 参加費 ￥2,500 (当事者の方 ￥2,000)
わたらせ溪谷鉄道運賃・送迎バス代
昼食代・保険料
- 定 員 20名
- 申込み 4月30日までに
こころの応援団事務局まで
- 内 容 わたらせ溪谷鉄道に乗りし、星野富弘美術館を鑑賞した後、サンレイク草木にて昼食・新緑散歩
- 持ち物 帽子・常備薬・移動中の飲み物
- 服 装 動きやすい服装と靴
神戸駅よりの送迎は国民宿舎サンレイク草木様のご協力を賜ります。

雨天決行ですが、天候によっては予定変更となる場合もございます。

連絡先 NPO法人こころの応援団
0278-66-0999

エンジョイ事業とは…

心に病を抱える方々と一緒にお茶飲み会などのサロン開催をはじめ、年数回は一緒に外出し様々な経験を積み重ねお互いを理解し合う活動です。

4月中旬の写真



心の病があってもなくてもご一緒しませんか…
必要なのは支え合う心です。

NPO法人 こころの応援団は、心に病を抱える方々と一緒に行動し、理解の輪を広げる活動を行なっているボランティアグループです。

東日本大震災復興支援活動報告

こころの応援団は東日本大震災の支援活動においても、人と人の絆をつなぎ、寄り添うことを大切にしています。

平成26年は再びボーイング社より気仙沼支援のために助成していただきました。被災者の心のケアと女性の就労支援のために活用させていただきます。

気仙沼市での復興支援活動

3月11日で東日本大震災から3年が経ちました。この日を気仙沼で迎えた私たちも2時46分のサイレンに合わせ他の人々と共に黙とうし、この3年間で静かに振り返っていました。大津波に襲われ避難所に肩寄せ合っていた被災者に会い、一緒に片付け作業等の手伝いをし、仮設住宅に入ってから被災者仮設住宅で毎月サロンを開催し、一緒に楽しんだり、話を聴くことで心のケアにつなげてきました。辛い体験の中、被災地は耐え、がんばってきたのです。



そんな中、当法人はこの春より、毎月のサロンの開催だけでなく被災地の女性の就労支援につながるような被災地ガイドの養成をスタートします。

←1月は群馬の偉人のひとり塩原多助を題材とした寸劇を気仙沼の方々と共に演じ、仮設住宅の皆さんに楽しんでもらいました。

2月は大雪に見舞われ群馬も被災地となり、気仙沼より心配の連絡が入りました。なんだかうれしくなりました。



←塩原多助と言えば馬の「あお」手作り寸劇には笑いがいっぱい!

↑3月はお茶飲みも忘れ、エコクラフトを使ってブローチを一緒に作りました。

南相馬市の方々に寄り添って聴く

南相馬市は、公営住宅が建設され始め、この春より順次入居できそうです。右の写真がその公営住宅です。一戸建て住宅で家族構成によって1階建て2階建てと用意されていました。この近くには、これから続々とこのような公営住宅が建設され、仮設住宅からの引越しが予想されます。また、一方では、補償金の前倒し支払い制度を利用して独自に土地を探し、住宅を建設する方もいらっしゃいます。



昨年假設住宅の皆さんと造りスタートさせたグランドゴルフ。今年の春からも地主さんのご協力で、昨年度に引き続き楽しめるようになりました。仮設の人々はそのグランドゴルフを寒い冬も大いに楽しんだようです。先が見えない中、なんとか希望を持って前進したいと願う皆さんの姿に心打たれると同時にこれほどまでに喜んでくださり、うれしい限りです。昨年は出来上がったグランドゴルフ場で群馬との交流大会を開催しましたが、今年は群馬に行つて交流大会をしたいと計画中です。もちろん当法人も協力します。

私たちはいつも被災者のそばにはいませんが、心は近くにいます。そして、これからも寄り添っていきたいです。



こころの応援団その他の主な事業

ENJOY事業

勉強会ステップ

ピアサポート事業

広報事業

毎月開催するサロン事業で、時には外出したりもします。

心の病気に関心のある方どなたでもいつからでも参加可能な勉強会です。

「With You」と名づけ片品村の障害者とともに活動しています。

だんだん通信やホームページを作成しています。

どの事業も支え合う心を大切に考えて下さる方ならどなたでも参加可能です。是非ご参加ください。その他、相談事業も行っています。5月25日には平成26年度総会を開催します。

こころの応援団 ENJOY事業・・・報告

このエンジョイ事業は、心に病を抱える方と一般の方たちをつなげる活動で、一緒に行動することにより理解の輪が広がることを願っています。また、この事業に、たくさんの方々のご協力くださり、心より感謝申し上げます。

2014. 1. 11 SAT

ENJOY New Year



様々な体を使ったゲームに参加者は夢中になっていました。ゲームの勝利者には商品券が授与されました。

福の神とじゃんけんしてのみかんゲーム

大きな上毛カルタはあちこちに隠してあったりして・・・それはもう真剣でした！



2013. 2. 8 SAT

ENJOY Snowshoe



今年は大雪の為、中止となりました。
..... 残念.....

お天気が良ければこんだったのに...

本当に大雪でした。写真はみなかみ町雪山の中は車です。



2014. 3. 8 SAT

ENJOY Talking



お茶を飲みながらお話した後、希望者はエコクラフトテープを使って、花のブローチを作りました。同じ材料なのに、個性豊かなブローチが出来上がりました。

このクラフトは沼田市にある「ぬまたん家」のアイデアでした。ありがとうございました。



一緒に作ると楽しいね!

エンジョイ事業は誰もが自らできることを一緒に楽しみ、支え合うことを大切にしています。それは、お互いを干渉し過ぎず、先回りをしないことです。時には傷ついたり、辛かったり、ダウンしたりするでしょう。ですが、待っている人がいることも忘れないでほしいです。当法人のモットーのひとつは「やさしすぎないやさしさ」です。あなたのことを理解してくれる人はあなたそばにいるはずですよ。

こころの応援団 ENJOY事業・・・^{4月~6月}予定

詳細は こころの応援団事務局へ お問い合わせください。

2014年4月20日(日) ENJOY 春の花ウォーキング (お弁当を作って春の花咲く中、一緒に散歩してみませんか)

2014年5月25日(土) ENJOY わたらせ溪谷鉄道 (トロッコ電車に乗って美術館と草木ダムと一緒に楽しみましょう)

2014年6月28日(土) ENJOY クラフト (色々な作品作ってみませんか)

エンジョイ事業は参加者のアイデアも実現していく楽しい集まりです。参加はご自分で行動出来ればどなたでもOK。まだ参加されていない方も、是非参加してみてください。

こころのステップ 4月~6月予定

こころの応援団の勉強会は心の病に興味のある方どなたでも参加できる集まりです。
毎月第3水曜日午前10時より沼田市福祉センター

今年度の勉強会は名称と開催日時が変更しました。

こころの病に関することを参加者で共有し、楽しみながら話しあっていく勉強会にしたいと思っています。



4月16日 ボランティアとして相手に寄り添う姿勢

5月21日 うつつぽいこととうつ病との違い

6月18日 あおぞら作業所施設長を担って 講師 上石由樹さん

情報コーナー

- ・ 利根沼田障害者相談支援センター（障害者就労・生活支援センターコスモス）
沼田市役所東原庁舎内（沼田保健福祉センターとなりの建物で、元合同庁舎）
平日午前8時30分～午後5時15分 無料 連絡先 0278-25-3781
- ・ ころの応援団もご相談を受けています。NPO ころの応援団事務局 0278-66-0999
すぐには解決できないかも…だけど、話すだけでも心は軽くなるかもしれません。
(但し、活動などで電話にでられない時もあります。何度か連絡してみてください。)

いざという時の連絡先

ころの健康センター 027-263-1156
群馬いのちの電話 027-221-0783
(毎月10日のみフリーダイヤル 0120-738-556)
その他、市町村役場内福祉課や利根沼田保健福祉事務所
東京自殺防止センター 03-5286-9090 (20:00～翌朝6:00)



復興地から…

明るいニュースがたくさんあります

- ・ 土地買って、家建てることにしたのよ
- ・ グランドゴルフ、冬も楽しめたよ
- ・ 公営住宅が建ち始めたね
- ・ 子供や孫たちと一緒に住めるかもしれない
- ・ 保育園に通ってくる園児が増え、増築しているところだす



それでもなお、不安や怒りの声も聞こえます

- ・ 防潮堤の高さで住民たちの話し合いが長引いている
- ・ 陸に上がった船が撤去されて観光客が益々減った気がする
- ・ もう大丈夫と忘れられてしまうような気がする
- ・ 公営住宅は建ち始めたけれど、いつになったら入れるのか…
- ・ 中間保管施設がそのまま最終処分場になりそうだよ…

群馬県当事者研究会「ピアリンク」に注目

3月、群馬県庁にて開催された心のふれあい研修会で「ピアリンク」の方々を知り合いました。「ピア」とは「仲間」を意味し、当事者同士で支え合う活動をしているそうです。当事者の集まりは他にもありますが、このピアリンクは当事者が運営もしています。そして、北海道浦河町の「べてるの家」と同じく当事者研究を行い、公開もしているそうです。この当事者研究を通じて仲間がつながる場をつくっているそうです。

辛い思いをして、自信を失っているかもしれない彼らが生き生きして見えました。ピアの存在が彼らを支えていったのかもしれない。これからも注目していきたいと思っています。

ころの応援団



編集後記

今年の2月は記録的な大雪となり、雪害というある意味被災地になった所も多くあったと思います。鉄道・道路すべてがストップし、家から出られないような状況の中、皆さんも雪かきに追われ疲れ切ったことでしょう。しかし、振り返れば、家族や近所と協力し、この難局を乗り切った充実感もあったと思います。この経験は、万が一、大きな災害が起こった時、必ず役立つはず。ある意味、大雪が降った地域のすべての人が参加した防災訓練だったような気がします。

4月に入り、雪は消え、何事もなかったように、桜が咲き始めました。そして、新年度がスタートです。

千代田すみ子

ご寄附ありがとうございました

桐生市 中山様他 桐生市 斉藤様
桐生市 えいこ様 みなかみ町 チッチ様
みなかみ町 福田様 渋川市 長谷川様

その他匿名の方々よりご寄付をいただきました。

皆さまからのご寄付は当法人の事業や被災地支援で大切にさせていただきます。



あなたを理解してくれる人はあなたのそばにはいるはず

NPO法人 ころの応援団 の活動のためにご支援をお願いします。

年会費 活動会員 1,000円
賛助会員 10,000円
寄付会員 任意

※ ご送金の振込先は下記のいずれかをお願いします。

【銀行口座】群馬銀行 沼田支店 普通口座 1496933 【郵便振替口座】 00140-5-671545

【口座名義人】特定非営利活動法人 ころの応援団

