



## 支えあいましょうプロジェクトは今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」はエンジョイ事業と被災地支援の両方で活動しています。誰でも安心して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…

## 南相馬市仮設住宅近くにコミュニケーションができるスポーツ、グランドゴルフ場を造ろう計画スタート

4月21日（日）南相馬市小池小草仮設住宅へこころの応援団とみなかみ町社会福祉協議会が募集したボランティアとモータースポーツのNPO MOSCOが募集したボランティアの総勢37名が群馬より参加し、仮設住宅の方々もお手伝いくださり、50名で予定地の畑の石出し作業をしてきました。



## ENJOY事業

心の病を抱えている人もそうでない人も一緒に行動することで理解しあえるENJOY事業に参加してみませんか…

## エンジョイ フォレスト in 新緑の榛名神社

平成25年5月19日（日）

集合 沼田市福祉センター 8:00

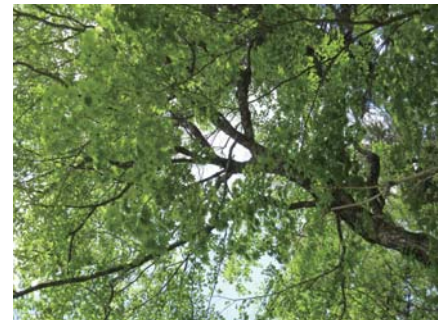
参加費 ¥1,500 （当事者の方は ¥1,000）  
送迎バス代・昼食代・保険代として

定員 20名

申込み 5月16日までにこころの応援団事務局までご連絡ください。

内容 送迎バスにて榛名神社の新緑を楽しみ、参拝。昼食後、榛名湖周辺散策。

雨天の場合は予定変更となる場合があることをご承知ください。



## 自殺対策事業

第3弾、第4弾がスタートします

## あなたのお話し聴きに行きましょうCar（カー）



こころ応援団では、昨年度に続き、今年度も6月7月、9月10月の2ヶ月間ずつ出張相談事業を開催します。些細な悩みでもご遠慮なさらずご連絡ください。

9:00~17:00 0278-66-0999

誰にも相談できなくて…  
愚痴を聴いてもらいたい  
誰にもわかってもらえない…  
誰かと話しがしたい  
知らない人の方が話しやすい



# 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。

こころの応援団の復興支援事業「支え合いましょうプロジェクト」は平成24年度、ボーイング社や財団法人JKAリングプロジェクト、共同募金会の協力を得て実施されました。平成25年度の助成金は決まっていますが、継続的に復興支援を行います。

3.11より2年が過ぎましたが、未だ被災地の復興は成し遂げられていません。地域によって復興の速度に差があり、「他の地域はどうなっているのか…」「自分の住む地域はこれから先どうなるのか…」終わりが見えない復興にいらだちと諦めが広がっているようです。一方、ボランティアの数は今年に入り激減し、被災者は「忘れられるのではないかと不安に思っています。こころの応援団はこの現状を知る者として、これからも被災者に寄り添うことを決めました。

## 気仙沼市での復興支援活動

仮設住宅入居より毎月継続しているサロン事業は、「こころの応援団サロン」から「ピーちゃん倶楽部」に成長し、仮設の皆さんが運営する方向に進みました。



共同募金会の助成金でコーヒーマーカーも←用意でき、ピーちゃん倶楽部スタートです。

寸劇「国定忠治」も地元の有志の方が協力して実演にいたりしました。→



## 南相馬市の方々に寄り添って聴く

南相馬の仮設の方々も徐々に復興に向けがんばっています。ですが、福島県は原発が原因の中心となっているため、なかなか前へ進めない状況です。

クリスマスぐらい子供に返ってもいいんじゃない!



気仙沼と一緒に出かけました。地元の人に案内され、陸に上がった船を見て、津波のすさまじさを実感したようです。

## 気仙沼と南相馬の仮設住宅住民同士の交流会を企画!



狭い仮設のお風呂でなく、時には温泉に行きたいね… 行ってきました。入浴写真はマル秘!



こころの応援団が支援している気仙沼と南相馬の仮設住宅の方々の交流会を気仙沼で開催しました。状況は違えど、辛い思いを経験した者同士でしょうか、すぐに打ち解けて、一緒に歌ったり、手を握りあったり、涙したり…お互いを思いやり、励まし合っている姿は感動的でした。

## 気仙沼で被災し復活した保育園キッズルームおひさま



子供たちは、3月の卒園式の練習をしてました。



待望の滑り台も設置されました。

## 南相馬市仮設住宅近くにグランドゴルフ場を造ろう!

「群馬県で覚えたグランドゴルフができればいいな」との声にこたえて、地元農家のご協力により、グランドゴルフ場計画がスタート。4月21日には群馬よりのボランティアと仮設の方々と一緒に交流会をした後、石出し作業を行いました。予期せぬ大雪に見舞われましたが、作業だけでなく、グランドゴルフ道具贈呈式、仮設住宅拝見などもあり、盛りだくさんの一日でした。ご参加下さった皆さんありがとうございました。

## 群馬へ避難されている福島の方へ「親子でスノーシュー」招待



福島県より群馬県に避難されている方が未だ1500人以上いらっしゃいます。参加者はその中のほんの一部の方でしたが、群馬の思い出の一つを作ってほしいと企画しました。みなかみの群馬サイクリススポーツセンターで、子どもたちは雪の中、テンション上がりがっぱなしでしたね!



畑の石出し作業も一緒にやれば楽しい作業でした。



仮設の自治会長さんも挨拶、もちろん作業も率先して手伝ってくれました。



グランドゴルフセット贈呈式その一部は参加したボランティアさんが寄付していただきました。

私たちは被災者のそばにはいません。ですが、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 (平成25年度)

- ENJOY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。
- 勉強会ステップ** …… 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。
- 自殺対策事業** …… 平成25年度群馬県自殺対策緊急強化事業が6月よりスタートです。
- ピアサポート事業** …… 「With You」と名づけ片品村の障害者とともに活動しています。



# 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、たくさんの方々が協力くださり、心より感謝申し上げます。

2012.12.9 SUN



榛名湖のイルミネーションはメルヘンチックでしたが、寒さが厳しくて、ゆっくりは見えていられなかったです。それもそのはず…帰ってくると沼田は大雪でした。

「心が洗われるようだね」「きれいね」  
「寒〜い」「頬が痛いくらい冷たい…」

## ENJOYイルミネーション



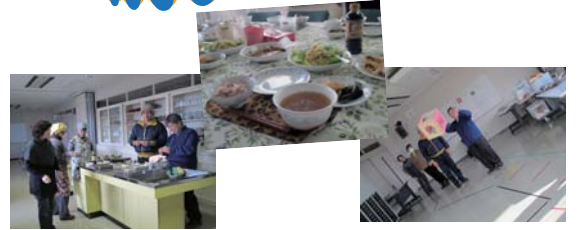
2013.1.26 SAT



まったりした新年会でした。料理を作って、みんなで食べて…その後は、部屋を双六盤に、人間双六で楽しみました。

←ストーブを囲んでおしゃべりタイム

## ENJOYNewYear



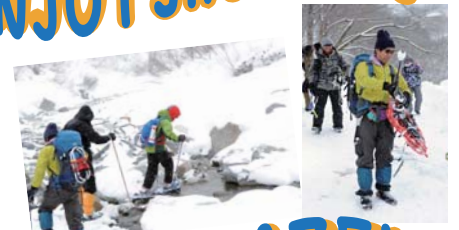
2013.2.9 SAT



今年も谷川岳山麓を散策。そして、谷川岳ドライブインで今年も心と体をあたためました。

今年のスノーシューも雪であの雄大な絶景は見れませんでした、楽しい一日でした。

## ENJOYSnowshoe



2013.4.13 SAT



沼田市の大雲寺にて初めて開催する座禅体験。精神修養…とはいかなくてもちよつといい気持でした。座禅にもルールがあって住職に教わりながら体験しました。

住職の法話も聴き入ってしまいました。

## ENJOYZAZEN



# こころの応援団 ENJOY事業・・・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。

- |               |               |                                   |
|---------------|---------------|-----------------------------------|
| 2013年5月19日(日) | ENJOY Forest  | (新緑の榛名神社の森と一緒に散策してみませんか)          |
| 2013年6月22日(土) | ENJOY Craft   | (簡単な小物を一緒に作ってみませんか)               |
| 2013年7月13日(土) | ENJOY Talking | (おしゃべりしながら今後のENJOY事業を一緒に考えてみましょう) |

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、是非参加してみてください。

# 勉強会 ステップ 平成25年度

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4水曜日午後7時より沼田市福祉センターにて開催しています。

今年度の勉強会ステップは、聴いたり話したりしながら一緒に学んでいけるようフリートークの日も設けました。

- |                                 |                                  |
|---------------------------------|----------------------------------|
| 5月22日 寄り添って聴く (ロールプレイ)          | 10月23日 DVって知ってますか?               |
| 6月26日 コーチングを使ってあなたも私も元気になろうNO.1 | 11月27日 大人の発達障害「職場での対応」           |
| 7月24日 コーチングを使ってあなたも私も元気になろうNO.2 | 12月25日 言いたい放題 (フリートーク)           |
| 8月28日 寄り添って聴く (ロールプレイ)          | 1月22日 大人の発達障害「職場での対応(実践編)」       |
| 9月25日 大人のぬり絵でトークしましょう (フリートーク)  | 2月26日 来年度の勉強会ステップを考えましょう(フリートーク) |



## 情報コーナー

- **利根沼田障害者相談支援センター**  
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
- **こころの応援団もご相談を受けています。** NPO こ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

- ・ だんだん高台移転が見えてきた気がする。
- ・ 震災前の仕事に復帰できたよ。
- ・ 仮設のみんなで、温泉行ってきたのよ。
- ・ 孫が、就職できたのよ。
- ・ 家を新築したのよ。遊びに来てね。



### それでもなお、不安や怒りの声も聞こえます

- ・ 福島に帰るのはうれしいけれど、不安は消えないのよ。
- ・ もう帰りたくても帰れない。
- ・ 土地のかさ上げのため、せっかく設備した店舗を立ち退かなくてはならないなんて… まだ設備投資の回収も済んでないのに
- ・ 防潮堤に賛成しないと次に進めないなんて… 納得できない。

## こころの応援団 会員の広場

先日、初めて被災地へ行きました。遠くで思っていたのと違って被災者の皆さんが思いのほか明るく元気で、元気づけにいったはずの私が逆に元気をもらって帰ってきました。これは、喜ぶべきことなのでしょう。ちょっと複雑でしたが、うれしかったです。震災直後はきっとこんな風ではなかったと思います。少しずつ少しずつ心が癒され、笑顔が戻ったのでしょうか。心は建造物よりずっと早く復興できるのですね。すごいです。心を回復させたのは他の誰かの心だったのでしょうか。私もその誰かになれたら…と思いました。

## 編集後記

さくらの便りとともに新年度がスタートしました。その後、度々雪が降り、季節は行ったり来たりしています。人の心も常に行ったり来たりしています。それが、自然なのかもしれませんね。そういえば、ちょっとだけほっとでき、自分も他人も許せる気がします。

現代の社会は、周囲の空気を読むことが必須条件のようになっていますが、本当にそれでいいのか？ 時として疑問に思うこともあります。一方では、「みんな違ってみんないい」という言葉に共感する人も多くいるのも確かです。はて、私はどちらだろうか…これも、私の中では行ったり来たり。優柔不断なのか、順応性が高いのか…皆さんはいかがですか？

千代田すみ子



## ご寄附ありがとうございました

伊勢崎市	松原様	桐生市	中山様
吉岡町	桑原様	東京都	丸山様
沼田市	大森様	群馬県	MOSCO様
みなかみ町	高桑様	昭和村	新木様
沼田市	高橋様	みなかみ町	原沢様
みなかみ町	チッチ様		その他匿名の方々

皆さまからのご寄附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



NPO法人 **こころの応援団** 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 こころの応援団

