

2013. 9. 2 発行

[発行] NPO法人 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…



## エンジョイフォレスト in 秋の榛名神社&ハッ場ダム

### 平成25年10月5日(土)

- 集合 沼田福祉センター 8:30  
参加費 ¥1,500 (当事者の方 ¥1,000)  
送迎バス代・昼食代・保険料  
定員 25名  
申込み 10月1日までに  
ころの応援団事務局まで  
内容 春に行けなかった榛名神社  
の散策とハッ場ダム見学  
持ち物 帽子・飲み物・常備薬  
服装 歩きやすい靴と服装

雨天の場合は予定変更となる場合がございます。

連絡先 NPO法人ころの応援団  
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を開催し、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。

NPO法人 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。

現在、被災地では防潮堤建設、高台移転造成・建築等土木工事が進んでいます。道路には異常なほどのダンプカーが走り、少しずつ復興の歩みを進めています。ですが、当法人が伺っている気仙沼市唐桑町は平坦な土地が少なく、思うように高台移転が進まず、仮設住宅から出られる日がいつになるか読めません。一方、福島県南相馬市では放射線の線量が障害となり、ここもまた自宅へ戻る日が読めない状況です。こんな状況の中、当法人ができることはやはり、被災者の心に寄り添うことです。被災者と培ってきた絆を大切に被災者の心の支えになり、応援し続けます。

## 気仙沼市での復興支援活動

気仙沼市唐桑町の仮設住宅は3年目の夏を迎えました。仮設住宅の暑さに慣れたとはいえ、やはり自宅とは違い、海風が通った我が家が懐かしそうです。



こころの応援団サロンを毎月心待ちにしているそうです。同じ仮設住宅に暮していてもなかなか会えなかったりする人もいて、「久しぶり…」ってこともよくあります。



ウニの開港と重なり、実がたっぷりのウニをうれしそうにさばっている姿を見ました。



ウニの開港日はより一層夫婦仲がよくなるね！



ウニの開港…年に数回漁業関係者のみに与えられた天然ウニの漁日のこと



この日はサロンの後、一緒にお祭りに出かけました。



かき氷なんて食べるの何年ぶりかしら…



## 南相馬市の方々に寄り添って楽しむ



完成したグランドゴルフ場で、オープニングセレモニーとして始球式を行いました。右から、仮設住宅自治会長、グランドゴルフ会長、こころの応援団代表の3人で同時に打ちました。

会場はプレイする人も見ている人も笑いに包まれ楽しい時間を過ごしました。

4月にみなかみ町社会福祉協議会のボランティアさんや群馬県モータースポーツ関係者とともにスタートしたグランドゴルフ場整備が仮設住宅の方々に継続され、5月に完成し、5月26日にオープニングセレモニーを開催。ほとんどの方が初体験でしたが、大いに盛り上がり、楽しみました。

11月には仮設住宅の方々の希望で、群馬県と南相馬市とでグランドゴルフ大会を計画中です。



日頃のストレス…発散！  
「気持ちいい〜」(´u`)



群馬から来てくれたボランティアさんにお礼を言いたい「ありがとう！」

## 気仙沼の子供達にキリンカップ観戦プレゼント

サッカー協会の協力により先日仙台スタジアムで行われた、日本×ウルグアイ戦に気仙沼唐桑の子供を招待。試合が始まる前から子供達は大喜び引率の大人たちもかな？？！



## 気仙沼の保育園キッズルームおひさまの子供達は元気！

おひさまの子供達この暑さの中でも元気いっぱい！！先生達は少々夏バテぎみかな？！



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くたいです。



## こころの応援団その他の主な事業（平成25年度）

### ENJOY事業

### 勉強会ステップ

### 自殺対策事業

### ピアサポート事業

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。

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。

「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、たくさんの方々のご協力くださり、心より感謝申し上げます。

2013. 5. 19 SUN



榛名神社の予定が自転車レースと重なり、予定変更。榛名湖周辺散策・長峰公園のヤマツツジ・伊香保の保科美術館と盛り沢山な一日でした。

いつもお願いしている角田さんのガイドで榛名湖周辺のまだ早い春を楽しみました。保科美術館は皆、感動し、まるで宝物を探した気分でした。

## ENJOY Forest



2013. 6. 22 SAT



牛乳パックを使ってキャンディーボックスを作りました。参加者は、真剣に製作活動に熱中！

作業終了後はお茶とお菓子でリラックスタイム…お互いの作品を褒め合っていました。

## ENJOY Craft



個性光る作品ができあがりました！

2013. 7. 13 SAT



結婚した会員をみんなでお祝いしました。こころの応援団が所持しているウエディングドレスですが、とても素敵でした。

シャンパングラスにジンジャエールを入れ、乾杯！一人ひとりが手渡すお花に、花嫁さんはうれしそうでした。ちょっとうらやましそうな姿も…

## ENJOY Talking



ご結婚おめでとう！

2013. 8. 16 FRI



8月のエンジョイ事業はお休みでしたが、バーベキューと花火を楽しみました。

月夜野の花火大会は直前に雷雨が…しかし花火が始まると雷雨も退散し、迫力の花火大会でした。

## バーベキューと花火



# 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 9月14日(土)   | ENJOY Cooking | (トマトソースを作って料理しましょう)               |
| 2013年10月 5日(土)   | ENJOY Forest  | (パワースポット榛名神社へ再挑戦です)               |
| 2013年11月16日(土)   | ENJOY 年賀状作り   | (パソコンでも手書きでもあなたのなりの年賀状を作ってみましょうよ) |
| 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 秋の予定

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。



- 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)
- 10月23日 DVって知ってますか? (講師 ステップ群馬 長谷川佐由美さん)
- 11月27日 大人の発達障害「職場での対応」 (講師 利根沼田障害者就業・生活支援センター長 仲丸さん)

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。

## 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)



## 発達障害を理解してみませんか

発達障害という言葉を知ったことがありますか？

以前は、落ち着きがない、自分勝手、空気が読めない、話しが通じない…等々、個人の性格的なものと判断されてきました。

しかし、どうやら性格だけでは説明できない場合があるようです。今年度も、こころの応援団は「大人の発達障害」をテーマに勉強会を予定しています。

昨年の勉強会では、「自分もそうかも」と参加者みなさんが感じました。障害かそうでないか境界線が明確ではないのです。

発達障害を抱える方は常に「周囲と違う自分」「生きずらさ」を感じています。

発達障害を理解し、どのように対応すべきか一緒に勉強し、考えてみませんか。

こころの応援団勉強会ステップ担当



## ご寄附ありがとうございました

|       |     |       |        |
|-------|-----|-------|--------|
| 東京都   | 丸山様 | 桐生市   | 中山様    |
| みなかみ町 | 鈴木様 | 桐生市   | 斉藤様    |
| 高崎市   | 高橋様 | 群馬県   | MOSCO様 |
| みなかみ町 | 高桑様 | みなかみ町 | チッチ様   |

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。

## 復興地から…

### 明るいニュースがたくさんあります

- ・ グランドゴルフのクラブ主人に買ってもらったの
- ・ グランドゴルフって楽しいし、ストレス発散にいいね！
- ・ 仙台の七夕に行ってきたよ
- ・ がんばって家建てたの やっぱり自分の家がいいね。
- ・ 避難先の群馬に住んで結婚した夫婦がいるのよ 幸せそう！



### それでもなお、不安や怒りの声も聞こえます

- ・ 仮設の夏は余分に暑く感じるね…
- ・ いつになったら自分の家に住めるのかしら…
- ・ 高台移転ができるまで生きていられるのかね…
- ・ 仮設のお隣が新築して出ていく時は「よかったね」と一緒に喜んだけれど、今は、淋しいやら羨ましいやら… 複雑だよ

## 編集後記

今年も猛暑の夏。

ニュースは連日記録的な暑さを伝え、

私は春や秋の心地よい季節をすっかり忘れ、この暑さにうんざりしています。出来るなら、冬眠ではなく夏眠したい気分です。

皆さんはいかがですか？ 夏が好きな方もいらっしゃるでしょうね。

とは言え、夏には夏の良さがあり、必要な季節のひとつです。私のわがままを言っても愚痴になるだけです。ですが、こんな愚痴を黙って聴いてくれる人、「そうだね」と同調してくれる人がいてくれれば救われる気がします。もしも、「夏は暑くて当然よ」ってピシッと言われたとしたら…きっと私、へこんでしまいますね。

早く来い来い 秋よ来い！

千代田すみ子



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

