

## 支えあいましょうプロジェクトは平成26年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…

### ENJOY事業

### エンジョイスノーシュー in 谷川岳山麓

## 平成26年2月8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  
(スノーシューはご用意しています)  
定員 20名  
申込み 2月3日までに  
こころの応援団事務局まで  
内容 谷川岳山麓の雪の上をスノー  
シューで散策  
持ち物 手袋・帽子・飲み物・常備薬  
服装 防寒用の服装  
(スキーウェアのような衣服)

悪天候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。



天候がいいと、写真のような迫力ある一の倉沢の景色が楽しめます。  
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。

## 気仙沼市での復興支援活動

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。女性の就労支援のために活用させていただきます。



右の写真は平成25年暮れの様子です。気仙沼では、津波で流された建物の基礎（土台）撤去の為、大きな重機が点在し、道路にはダンプが行きかい、その間を鉄道バスと住民の車が走っていました。天気が続くと土ほこり舞い、まるでスモッグのようでした。なにしろ重機とダンプカーの多さに驚かされました。



気仙沼唐桑町の被災者が住んでいる仮設住宅で毎月サロンを開催し、話しをしたり聴いたりすることで心のケアにつながることを目標に現在も活動中です。また、サロンだけでなく、個々にもつながりを持ち、サロンでは話しにくい内容も伺っています。

仮設住宅入居当初よりこのような活動を継続しているので、仮設の皆さんは毎月待ってくださいます。「来月はいつ?」「楽しみにしているよ」とうれい言葉をかけて下さいます。



高台移転は思うように進まず、この先の不安もあり、期待よりもあきらめに似た言葉も出ます。

しかし最近では、ひとりふたりと仮設住宅から出て行かれる方もいます。

家族でがんばって新居で再スタートされた方もいれば、施設に入所をされた方などあり、様々です。

## 南相馬市の方々に寄り添って聴く

南相馬市は最近、公営住宅が建設され始めました。津波で家が流された方の為の復興住宅だそうです。

右のこの写真は、仮設住宅近くで建設中の戸建て住宅です。



仮設の方々がきれいに整備しすばらしいグランドゴルフ場となっていました。

平成25年春にこころの応援団とみなかみ町社会福祉協議会、群馬モータースポーツ関係者の協力で仮設の方々と一緒に始めたグランドゴルフ計画。

5月にはオープニングイベントを行い、暑い夏の間も仮設の方々の手で草刈等管理を継続し、11月には再びみなかみ町社会福祉協議会の募集したボランティアの皆さんとで「交流グランドゴルフ大会」を開催しました。総勢58名という盛大な大会となりました。群馬の方と南相馬の方がひとチームとなりプレイをしながら交流を図っている姿がありました。

仮設の方々は、「春には会場を南相馬から群馬へ移し再び交流大会を開催したい」と意欲を見せています。

12月のサロンはクリスマス会を開催。自治会長のサンタさんも大活躍でした。



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

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。

どの事業も支えあ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。

# 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. 9. 14 SAT



参加者から「ラザニアが食べたい」との要望を受け、別の参加者が生産したトマトを使ってトマトソースを作り、それを材料にラザニアを作りました。

一緒に作って一緒に食べると美味しいね！出来上がった料理に舌鼓…

## ENJOY Cooking



2013. 10. 5 SAT



榛名神社とハッ場ダムへ行く予定が、天候が今一步だったので、急きよ、ハッ場ダムと孺恋村に変更しました。道の駅でダムの説明を聞き、実際に見に行くと、ダムに架かる橋の高さにびっくりしました。

足を伸ばした孺恋村では広大なキャベツ畑とホテルグリーンプラザのランチバイキングが待ち受け、今日の天候に感謝しました。

## ENJOY Forest



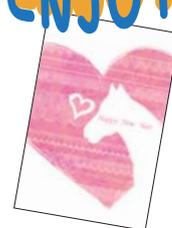
2013. 11. 16 SAT



年賀状に悩まされる季節となり、参加者はめいめいのアイデアで年賀状を作成していました。今回は、パソコンだけでなく、芋版や消しゴム印を作ったりとバラエティーにとんだ作品が並びました。

「ひとりで作成するより、皆と一緒にだと楽しいね！」

## ENJOY 年賀状作り



2013. 12. 14 STA



今回のイルミネーション会場は北関東道沿いの波志江でした。会場は暗い中、大勢の人がいましたがグループで行動したせい、安心して楽しめた様子でした。ちょっとメルヘンチックなイルミネーションは参加者の心を感動いっぱいしてくれました。

夕食も、ピザ食べ放題が付くコース料理でお腹も大満足だったようです。

## ENJOY イルミネーション



# 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。

2014年 1月11日(土)	ENJOY New Year	(新年をゲームで一緒に楽しみましょう！ さてどんなゲームか…)
2014年 2月 8日(土)	ENJOY Snowshoe	(雪の上をスノーシューをはいて散策しましょう お天気にな～れ！)
2014年 3月 8日(土)	ENJOY Talking	(安心できる場所で一緒にお茶を飲みながらおしゃべりしませんか)

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、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。



- 1月22日 大人の発達障害(職場での対応 実践編) (講師 やまぶきの苑障害者雇用担当 廣田哲也さん)
- 2月26日 来年度の勉強会ステップを考える
- 3月はお休みです

10月に開催した「DVって知っていますか？」  
11月に開催した「発達障害(職場での対応)」  
いずれもみなさんの関心が高く好評でした。

## 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)



## 自殺対策事業を行ってみて

こころの応援団では、平成21年度より自殺対策事業をスタートさせ、平成22年度からは群馬県地域自殺対策緊急強化事業として群馬県より助成金をいただき、現在もこの事業を続けています。自殺者が3万人を超え、国も地方自治体も様々な対応をしてきましたが、昨年やっとその効果が現れたのか、自殺者が3万人を切りました。それでもまだまだ信じられないほどの人が命をたっているのが現実です。こころの応援団では昨年度より相談者の都合に合わせて直接寄り添って聴くことを中心にこの事業を開催してきました。反響は思いの外大きく、悩みを誰にも言えずに抱えている方が大勢いらっしゃるのだと改めて考えさせられました。平成26年度もこの事業は継続していく予定です。そのため当法人はこれからも努力をし続けます。



## 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  
みなかみ町 佐藤様 桐生市 えいこ様  
利根沼田 仲丸様 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

- ・ やっと新居に移れたの。やっぱり自宅はいいね…
- ・ 息子の就職が決まったの。これでひと安心かしら…ね
- ・ 少し元気になったから、外に出られるようになったよ
- ・ グランドゴルフが出来るようになって夫が楽しそう
- ・ グランドゴルフが始まってから、若い人も参加してくれるようになったよ

### それでもなお、不安や怒りの声も聞こえます

- ・ 仮設だと料理を作る気がしなくなる
- ・ 高台移転がなんで進まないのか…
- ・ 主要な道路はダンプが多くて土埃がすごいし、なんだか怖い
- ・ 自宅に帰れるのか帰れないのか…はっきりしてくれないとこれから先の計画が全く立たない。やる気も出なくなる。

## 編集後記

新年明けましておめでとうございます。  
さて、今年はどうなる年になるか…  
年賀状にこんな言葉を添えました。  
「笑う門には福来たる」  
これが、結構その通りなことが多くて…  
信じられない方もいらっしゃるでしょうが、今年は是非試してください。宝くじが当たるような大きな福は来なくてもささやかな福はきっと来てくれます。私が、のんきに幸せそうに見えるのはきっと笑っているからでしょう。そして、小さな福を集めているからでしょう。

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

