

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティ誌

特集：岡山の夏祭り「うらじゃ」から生まれる町づくり、人づくり
～世代を超えて繋がる「表町おきやく連」の取り組み～

9

No. 223
Sep. 2016

あすなろ福祉会ホームページ：<http://asunarofuku.jp/>

写真提供：島村昌治さん



写真提供：島村昌治さん

特集：岡山の夏祭り「うらじゃ」から生まれる町づくり、人づくり ～世代を超えて繋がる「表町おきやく連^{れん}」の取り組み～

平成28年8月6日・7日、今年も岡山では夏祭りとして第23回「うらじゃ」が開催されました。あすなろが「表町おきやく連」の一員として「うらじゃ」に参加し始めて二年目。参加者6人が、6月から2ヶ月間練習を重ね、その成果を出し切りました。踊り子として今年も活躍してくれた藤田加奈子さん、「表町おきやく連」の代表・矢部久智さん、副代表・島村昌治さんにお話を伺い、「うらじゃ」の魅力に迫ります。

「うらじゃ」ってどんなお祭り？

「うらじゃ」とは、岡山の伝承である「桃太郎伝説」を元につくられたお祭りです。

「うらじゃ」には、踊り連を作って参加します。踊り連に所属する踊り子は、「温羅化粧」という「温羅^{うら}鬼神^{きしん}」をモチーフにした化粧や衣装を身にまとい、岡山の街中にある演舞場を踊り歩き、パフォーマンスを競い合います。「うらじゃ」の最終日には、踊り子と観客が一体となって参加する「総踊り」が行われます。一九九四年から始められた「うらじゃ」も、今では踊り連総数一三六連、踊り子総人数六二〇〇人が参加する大きなお祭りです。当日は、街全体が「うらじゃ」一色に染まります。

みんなで踊るって楽しい！



藤田加奈子さん、二三歳。
うらじゃは今年で二度目の出場。
カフェMOMOでお菓子作りを頑張っています！
趣味…買い物。ペットの犬「あおい君」と遊ぶこと。

「うらじゃ」の魅力について教えてください。

踊ることが楽しいです。練習するにつれて踊れるようになる事も自分の自信につながります。「表町おきやく連」は、良い人が集まっています、明るくて楽しい踊り連です。本番の時、「大丈夫？」と参加しているお母さんたちが声をかけてくれた事もありました。子どもが多いので、練習や休憩中に走り回っている子ども達を見て癒されるのも魅力です。

練習は早くから始めるのですか？

二か月間、毎週日曜日九時～一二時、旭川の河川敷で練習していました。「表町おきやく連」代表の矢部さんが前に立って踊りを教えてくれます。外での練習なので、暑さがきつかったり、パレードの練習ではポジションキープや周りとの間隔を保つのが難しかったです。途中から踊りの振り付けが変わる事があり、去年の踊りと混ざってしまう事もありました。

大変な中続けられた原動力は？

踊れることが楽しかったから、当日を目指していく中で達成感があつたからだと思います。今年は、練習用DVDで自主練をして頑張りました。当日はどうなるかな・・・と不安がありながら練習をしていました。

つらい事もたくさんあったけど、

今は自分らしく過ごせてます！

普段どんなことをされていますか？

現在は、あすなろ福祉会のカフェMOMOに通って、お菓子作りや軽作業、アクセサリーを作ったりしています。活動はとても楽しいです。

—これまでの経歴を教えてください。

中学校三年生の時にいじめを受け、男子や見た目が派手な人が苦手になって、三学期はほとんど学校に行けなくなりました。食欲不振が続き、心療内科に通うようになり、「自律神経失調症」と診断を受けました。高校に進学してからも、精神的にしんどかったり、お腹が痛くなったりする事もありましたが、頑張つて卒業しました。ドッグトレーナーになりたくて、専門学校に通いましたが、早朝の活動や持ち回りの当番があり、家と学校の距離が遠かった為、通うのが難しくなり中退しました。

十九歳の時に、かかりつけの心療内科で、障害があるのではと検査を勧められ、知的障害があることが分かりました。「一般の就職口では就職が難しいかもしれない、就職をする為の訓練を受けた方が良いのでは」と、三年前にあすなろに来ました。最近はしんどいと感じる事も、困っている事もありません。あすなろに来てからストレスを感じることがなくなり、普通に過ごす事ができています。

—MOMOでのやりがい

教えてください。

お菓子作りやラッピングができる所です。お菓子作りはあまり経験がなかったけど、練習して少しずつできるようになっていった事がとても嬉しかったです。あと、接客ができる所です。初めは緊張したけれど、今では慣れて

お客さんが来たら積極的に接客をしに行っています。

「うらじゃ」中毒！人と関わる怖さも「うらじゃ」の時は気になりません。

—「うらじゃ」への参加は二回目ですが、今年も参加しようと思ったのはなぜですか？

去年「うらじゃ」に出た時メダルをもらっている人を見て、メダルが欲しい！と思う、今年も「うらじゃ」に出ることにしました。今年はメダルをもらうことができてうれしかったです。



—本番に参加してみてもうでしたか？

初日は四会場、二日目は八会場を踊り、総踊りにも参加しました。

暑さと移動が大変でしたが、あまり飛ばしすぎないよう小休憩を挟み、笑顔で踊るように頑張りました。他の踊り連の踊りが見られる事も楽しみの一つで、振り付けや衣装、掛け声を見てすごいなと思いました。皆で最後まで踊れたことが一番良かったです。

また、去年は人が多くて怖かった総踊りにもチャレンジできました。足を踏まれながらも頑張つて踊りました。大勢の人と踊るのはとても楽しかったです。

—「うらじゃ」に参加して自分が変わったことはありますか？

大分変わったような気がします。体力が少しはついたかもしれません。男性や見た目が派手な人が苦手でしたが、「うらじゃ」ではそこまで気にならず、他の連の人とすれ違う時に意識して挨拶をすることでできるようになりました。あと、今年初めてあすなろから参加されたMさんなど「うらじゃ」の参加者と仲良くなることが出来ました。

—来年も参加しますか？

来年も出ます！一回出たら中毒になります。楽しいし、ずっと頭の中にうらじゃ音頭の曲が聞こえるくらい好きです。来年も飛ばし過ぎない程度に踊れたらと思っています。またメダルがもらえたら嬉しいです。

—今後の目標や夢は？

MOMOが楽しくて離れるのはさびしいですが、もう少しMOMOで経験を積んだら、アクセサリーや手芸をやっているA型事業所で働けるようになります。



魅力ある踊りをした人がもらえる貴重なメダル。演舞場ごとにメダルの種類が異なります。



練習風景。



四歳から六〇歳まで
みんなで楽しく踊れる踊り連



（右）島村昌治さん。普段は写真屋さん。
しまむらしようじ

「表町おきやく連」副代表。
やべあけんじ

（左）矢部久智さん。普段は街の文房具屋
さん。「表町おきやく連」代表。

「表町おきやく連」とは？

矢部 表町商店街の商人衆と、商店街に
買い物に来るお客さんとで一緒に作る
チームです。元々表町商店街は、踊り連
を受け入れるパレード会場として自主
運営をしていました。それも表町商店街
ができる地域貢献の一つではあります
が、お客さんの夏の思い出作りにもなる

し、表町商店街という名前が安心して
「うらじゃ」に参加できるきっかけにな
ればと「表町おきやく連」が生まれまし
た。かつこいいチームが注目を浴びやす
いですが、衣装や音楽が変わらず、振り
付けも簡単という事で、親子連れや初心
者が参加しやすい「表町おきやく連」に
誇りをもっています。

「表町おきやく連」の取り組みに
ついて教えてください。

島村 毎年三月ごろにスタッフ会議が
あり、方針やスケジュールを決めます。
四月頃に踊り子の募集を開始し、六月か
ら練習を開始します。練習は七回から八
回行い、八月の第一週の土曜日、日曜日
に本番がある、という流れです。練習は
矢部さんを中心に進めます。

矢部 表町商店街としては、「パレード
会場の運営」「踊り連」の二本柱で進め
ていきます。長いことやっているのです、
自然と皆さんの協力が得られ、そのお



頼れる良いコンビです。



スタッフ会議の様子。チームワークもばっちり。

かげで活動が出来ています。今年は、
裏方ボランティアが約百名、「表町お
きやく連」の参加者は踊り子・スタッ
フ含め七七名でした。最年少で四歳。
最年長で六〇代ですね。三世代で踊っ
てもらっています。

大変だなと思うことはありますか？

矢部 ないですね。おきやく連のスタッ
フや参加者のお母さん方、お子さん
方が協力してくださるので。

島村 人数が多いだけにちゃんと踊
れるかなあと、演舞場を上手に回れ
るように考えていかなきゃいけない
かなあという部分くらいですね。で
も、皆さんしつかりされているので、
もう少し気楽に考えてもいいのかな
あと思ったりもします。

やりがいとは？

矢部 参加してくれた子供たち、お
父さん、お母さんたちが「楽しかつ
たです。」と言ってくれる事で全部
が報われます。見ている人達から
「あなた達の踊り連を見ていると
ほっとした。」「表町おきやく連だっ
たら私も踊れそう。」という声を聞
き、「表町おきやく連」の良さを分
かってもらえたんだなあと嬉しく
思います。

島村 今年で「表町おきやく連」が
できて一〇年目、僕が参加して八年
目になりました。最初はできないこ
ともたくさんありましたが、年を重ね
る毎にできることが増えていつ
ています。また、子供たちが普段と
は違う熱心な顔で踊っているのを
見ると「ああ、頑張っているんだな
あ」と思い、やりがいを感じます。
職業柄写真を撮ることが多く、うら
じゃが写真の腕のバロメーターに
なっています。



「不安だったので
妻にも一緒に来てもらいました（島村談）」というこ
とで、奥さんのめぐみさんもインタビューに参加。
島村ご夫妻も1周年！素敵です。

演舞場での様子。
矢部さんの煽りで会場が盛り上がり、踊り子と観客がひとつになります。



島村 去年は裏方で参加して、今年初めて衣装を着て踊りました。去年は、スタッフとしての役割が主だったため、夫が「楽しい」という気持ちばかりにくかったのですが、いざ自分も衣装を着て一緒に踊ると、彼が楽しいと言っている意味が分かった気がします。こんなに幅広い年齢のみんなが踊ることは日常ではあまりないですよね。踊ることのでられる一体感、一つの家族のように感じられる事が、「楽しい」の根源なのかな、と思います。



「表町おきゃく連」の良さ、

「うらじゃ」の魅力は？

矢部 「表町おきゃく連」の良さは、家族のように、三世代で踊れることと、若い人は、自分達の思いのたけを踊りを通して伝える、発散、発信できる事にあると思うし、それぞれに参加する目的があり、それぞれに合ったチームがある。その集合体で、踊り子さん、支える人、見に来てくれる人、地元を支えてくれる人が一つになって創り上げるお祭り。そういった所が魅力じゃないですかね。

障がいがあっても誰とも変わらず普通に生活している事を
感じられる連に

「あすなろが参加させて頂いて、二年目。どのような思いを持って受け入れていただいているのでしょうか？」

矢部 ハンディキャップを持つていらっしゃる方は、「変わっている」と

いうことではなく「普通」のこと、「みんなの中に普通にいるんだ」ということを小さな子供たちにも感じ取ってほしかった。あすなろのみんなも普通ですよ。何かを相談しながらやらなければいけないのかな」と構えていた自分もいましたが、事前に想定したり、備えたりするのではなく、何か起こればその時にみんなで考えたらいい、と思っていました。もともと参加者に、ハンディキャップを持つていらっしゃる方もいたので、受け入れても大丈夫だ、という自信もありました。いざ始めてみれば、スムーズにできました。



顔に温羅化粧をする様子。
長年参加されているお母さん方が積極的に手伝ってくださいます。



親子三世代が和気藹々と踊れるチーム。
いつも笑顔が絶えません。

島村 一緒に何かをしていると、楽しいですね。矢部さんのお話も熱心に聞かれていたなあと、素直でいい人たちだなあと思いました。本番で途中抜けをされたこともありましたが、最後まで頑張つて踊られて、なかなか根性あるなあと思いました。特に気を遣って何かをするということはないのかなと思つていますし、障がい者だということとは特に意識はしていません。

矢部 多分、病名をつけようと思つたら僕だって付きます。今は細分化されているので、病名をつけようと思つたら誰にでもつく時代ですよ。本当に重度の方の中にはみんなと何かを一緒にやるということが苦手な方もいらっしゃるかもしれないが、程度の差、キャラクターの差があるだけであつて、ひとくくりに「障がい」と言つてはいけないのでは思つています。

誰もが参加でき、
世代を超えてつながっていく
チームを目指して



「表町おきやく連」の今後の展望について教えて下さい。

矢部 「うらじゃ」自体が、岡山の町でストーリー性のあるお祭りを行い、岡山の町に感謝できるような人づくりにもつながっていく、というお祭りです。「表町おきやく連」がそういう思いを担える一助になればいいし、岡山市の夏で一番大きなお祭りに対し、表町商店街が「表町おきやく連」として協力できたらと思っています。

おきやく連としては、今後が変わらず、小さなお子さんからお年寄りまで、ハンディキャップを持った人も踊ることができる連でいてほしいですね。商店街はどんな人でも遊びに来ることのできる場所です。商店街のオフィシャルチームだからこそ、誰もが参加できるチームであってほしいですね。子どもさんの中には大きくなるにつれて、「表町おきやく連」を卒業する子もいると思います。そういった子が、また他の連で「うらじゃ」を踊ってくれたらなあと思うし、子供たちが結婚してお父さんお母さんになったら、彼らの子供たちを連れて戻ってきてくれたら嬉しいですね。「表町おきやく連」を通して「うらじゃ」というものを感じて貰えるツールであつたらなと思いますね。

島村 一〇年続けたので、これからも継続することが大切だと思います。表町商店街として、地域に貢献できるように…ということももう少し考えていけたらなあと思います。インターネットで「表町おきやく連」と検索したら、変換予測で出てくるようになるくらい浸透できたらうれしいですね。

明るく楽しく景気よく
笑顔満開お気楽に♪
千客万来おもてちよう

うらじゃ参加者の感想



徳永尚美さん

去年の「うらじゃ」を見てとても感動し、自分も出てみたいなあと思い、参加することにしました。

初めてうらじゃの練習に出た時はとても嬉しかったです。暑い中やってみて、来年も出ようと思いました。後、本番ではみんな一致団結できたと思いました。そして、うらじゃができる喜びを知りました。参加したことで、来年もいっそう出てみようと思いました。

Miley さん

昨年の夏、「うらじゃ」を見てやってみようと思いました。

あまり練習していなかったけど、みんなについていけるよう1人で練習をしたり、スタッフに教えてもらったりして頑張って覚えしました。

2日間あるうちの1回だけ休みましたが、それ以外はすべての演舞会場で踊りました。暑い中楽しく踊れました。

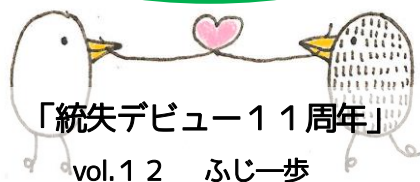
M・Nさん

参加をしたきっかけは、メンバーやスタッフに声をかけていただいたり、何か記念になるような思い出作りがしたかったからです。

練習は外で行うため暑かったです。朝早くからの練習だったので、少し大変でした。

うらじゃ・表町おきやく連に仲間入りできてみんなに自慢できる夏になりました。本番2日間から練習までの間で辛いと感じたことは一度もなかったです。ありがとうございました。

投稿コーナー



『アート・オブ・フラワー』

英聖 作 ↓



英聖 作 ↓



ハニィ 作 ↓



はるっこ広場

はるっこ広場



私を「障害者」と呼ばないでください

普通の一般の人とあまり変わらないし

ただ個性が強いだけだから

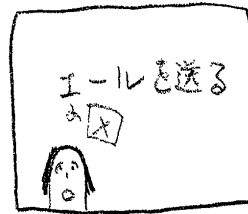
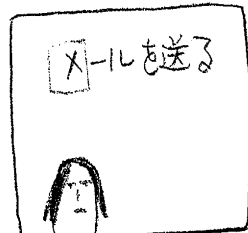
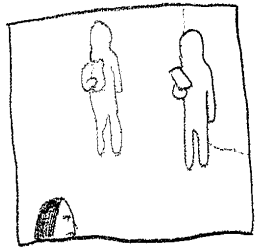
思った事を言葉で表現する事が少し苦手

漢字を書いたり計算が遅いかもしれない

でも私なりに何事も一生懸命だから

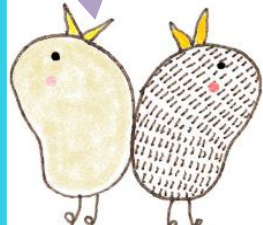
差別を受けたり偏見される事は辛いよ

あ、メール送ってる人たちがいる。



そっか。ありがとう。みんな。

匿名希望



イラスト・絵・詩・文章など作品投稿募集中!

古楽日和

(前回からの続き)

藤井 健喜

唐突だが、株価が上がれば、株を売り出している企業は、上がった分だけ財産的な価値が上がったといえる。要するに株券を持つということとは、その企業に対してそれだけの財産的価値を認めているということだ。つまりその企業の財産的価値を認めているのは、その企業の株式を持つ人、すなわち株主なのだ。それならば、企業は一体誰のためのものなのかも明白だ。企業は株主のためのものなのだ。そして企業が行う活動の目的はただひとつ。自分の財産的価値を高めることだ。

とはいえ、企業にはどうしてもそこで働く従業員が必要である。従業員がいなければ、企業の活動はできない。ところが、例えばそんな企業の従業員の一人が不祥事を起こしたとする。そうなると、この企業の信用はなくなり、結果としてこの企業の財産的な価値は著しく低下する。そうなると株主はこの企業の株を他人に売ってしまふ。そして買い手がつかない企業は解散するしかない。

そう考えると、経営者が従業員より株主を重視する姿勢をとったとしても何ら不思議はない。しかしあまりに従業員を軽視する姿勢を企業が取ると思えば、いずれその企業は没落すると思う。

なぜなら企業の財産的価値を高めているのは、その企業の従業員たちに他ならないからだ。



山キャンプ

おなかも、こころも

まんぷくキャンプ!



平成二八年八月三〇日(火)、
「山キャンプ」へ 総勢二九名が
参加し、津山市の黒木キャンプ
場に行ってきました！今回も、
山キャンプを盛り上げるために、
募り、テーマ決めや準備をしました♪今年のテー
マは「たのしいっ！ おなかもこころもまんぷくキャ
ンプ」でした。



初日は、黒木キャンプ場まで車で2時間の旅の
ため、くめなん道の駅や昼食も兼ね、イオン津山
店のフードコートに立ち寄りながら向かいまし
た。

キャンプ場に到着した後は、周辺散策・ますの
つかみ捕り・滝見学に分かれて、思い思いの時間
を過ごしました。滝見学に行った人のなかには、
滝に打たれ人もいて満喫しました。

そして、みんな楽しみにしていた夕食へ。メニ
ューは、バーベキューとパンバンジー、ご飯、パエリア。
みんなで作って食べる夕食はとても美味しかった
です。

初日の締めくくりはキャンプファイヤーでし
た。キャンプファイヤーのぬくもりに包まれなが
ら、クイズをしたり、歌を歌ったりして過しま
した。八月末ということもあり、朝夜がかなり冷
え込みました…。



翌日の始まりは、有志によ
るラジオ体操。その後、朝食・
昼食作りを行いました。メニ
ューは、豆ごはん、漬物、お味噌
汁、玉子焼き、サラダ、鶏ス
ープの雑炊、魚介チーズリゾット
と気がつけば、炭水化物祭り
でした。

その後、初日と同様に周辺
散策と滝見学、木工体験に分
かれて活動しました。木工体
験では個性豊かな鳥のキーホ
ルダーが出来上がりました。
お昼までの時間には、スイカ割
りをしました。三名が挑戦し、
三名目でやつと割れることがで
きました。

二日目の締めは、昼食のカ
レーとフルーツポンチでした。
初参加の人も多くいた今年の
山キャンプでしたが、今年もみ
んなで協力し合い、テーマの通
り、「たのしいっ！」キャンプに
することができました★



流しそうめん大会開催!!

～ものづくりアート工房あすなる～



八月二〇日(土)、流しそうめん大会
を開催しました。参加者は総勢一四
名。全長三メートルはあるかという筒に
そうめんを流し味わいながら、かわるが
わるそうめんを食べて楽しみました。

でも、そうめんが流れるだけでは終わ
らないのが、あすなるのそうめん大
会…。キュウリ、レタス、茄子、ゆで卵、
オクラ、お魚ソーセージ、冷凍バナナ、そ
ば(ー?)まで流れます。もはや、そうめ
ん大会ではありません。そんな圧倒的な
品数の多さ、クオリティーに参加者全員
が圧倒されたことは言うまでもありま
せん。「そばが流れるそうめん流しなん
て、見たことがない…。きつこのそう
めん大会は、伝説として語り継がれるの
ではないでしょうか。
お腹も心も満たされ、充実した時間
になりました！

亀本 龍哉 絵画展 開催中!

九月一日から九月三〇日まで、表町あすなろ二階で絵画展を開催しております。



コンセプト

絵とは言葉にならないもので、感じたままに描く。

芸術とは、生への執着である。

「理由」人は死ぬから、

生きたいと願う。

絵になれば死後も残る。

原色使いが強烈なインパクトを与え、力強い作品が展示されております。



是非、お立ち寄りください

八月二〇日(土)第四九回家族交流会を開催しました。参加者は一二名。初めての方も来てくださいました。まずは、最近うれしかったことと近況を話しました。会長の小森さんが採れたての葡萄を持ってきて下さり、皆で味いながら会話をしました。挙がった話題としては、「子供と父親との関係が上手くいかなくて困っている」。それに対して、同じく父親の参加者から「父親の気持ちも良く分かる。子どもへの声掛けや関わり方で心の開き方は変わってくるのではないか」また他の方からも「父親は社会の厳しさを知っている分、自分の子どもにも厳しくなるのでは?」「関わり方が分からなくて、そうになっているのかも」等意見が出ました。

また次の話題として「近所付き合いはできていますか?」が挙がりました。これに対して「近所付き合いもだし、自分が死んだ後にこの子は生きていけるのかと考えてしまう」「今の時代、障害があるなしに関係なく、近所付き合いはしにくい時代なのでは?」「近所の付き合いが難しくても、福祉サービスや、制度も上手く利用し繋がりを作っておくことが大切なのでは?」といった話になりました。また最後にどんな病気、障害、状況であっても、子供が居てくれるという事の大切さを感じる出来事があった。日常生活の中で、親子でも人と人。安易に人を傷つけるような不意な言葉を発さないようにしたいという話となりました。よい交流の時間となりました。次回交流会は一月一九日(土)。イベントとして一〇月六日(木)小森家にてぶどう狩りを開催します!ご気軽に!ご参加ください!



第49回「あすなろ家族の会」交流会開催



八月の「癒し場」開催しました!

八月一二日(金)運営者を入れて六名の参加で「癒し場」を開催しました。

皆さんから出して頂き、話し合ったテーマは、『相手がイライラしているか分からないけれど、自分には相手がイライラしているように感じて会話がものすごく辛く感じる。どうすればよいでしょうか?』と『取り返しのつかないことを言ってしまった人間関係がこわれた時どうしたらいいか?』の二つでした。

対人関係において、自分と他人との感じ方や価値観の『違いの溝』を埋めるのは難しいですよ。『違いの溝』を無理に埋めようとすれば自分自身の価値観や個性を無理に隠さなければならなくなる、逆に自分自身の価値観や個性を尊重すればするほど『違いの溝』はどんどん深まってしまふ・・・自分自身の価値観や個性をどこまで主張して、どこまで隠すかは誰にとっても永遠の課題だと思えます。でも、そのどちらかを選ぶのも、選らんだ結果の成果を受けるのも自分自身、主体的に生きていく上での諸刃の刃(光と影)ですね。

また「配慮して欲しい事」として今回出た意見は『発言を否定しないでね』『調子が悪いのでききとれない時は言って下さい』『声が小さくてすみません。いつてね』『他人の心象に上手く対応できないのでイメージトークはしないでほしい』『漢字が書けなくてもあたたかく見守ってネ』でした。誰でも苦手な事は有ると思います。大事な事は『そんな事が苦手(出来ない)なんてワガママではないの?!』という評価をしない事だと筆者は考えます。お互いがお互いの苦手な事に配慮する事で『違いの溝』を埋めていけると思いますが皆さんはどう考えられるでしょうか?!

次回は10月に開催します!
13:00~ジョブサポ1階
多くの方の御参加を心からお待ちしております。見学・途中参加も歓迎です!
*他の参加者を批判したり改善を強要しない事を第一のルールにしています。

INFOMATION

9月の予定

9 月		
12	月	
13	火	健康講座「ジム」10 時
14	水	
15	木	
16	金	お菓子サークル 13 時
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	PC講座 10 時
21	水	WRAP10 時
22	木	秋分の日
23	金	ソフトボール(百間川グラウンド) 13 時現地集合
24	土	お抹茶サークル 14 時
25	日	
26	月	
27	火	健康講座「ロングプレス」10 時 卓球サークル 13 時出発
28	水	ぱるランチ 10 時
29	木	
30	金	つどい 13 時 30 分
10 月		
1	土	
2	日	
3	月	
4	火	

※プログラム・サークル活動に参加希望の方はご連絡を
よろしくをお願いします。

※日程が変更になることもありますのでご確認ください。

- 発行: 社会福祉法人あすなろ福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町 3-7-27
- 編集: ぱる・おかやま
- TEL: 086-201-1720 FAX: 086-201-1713
- E-mail: pal-oka@mx35.tiki.ne.jp
- ホームページ: <http://asunaro-fuku.jp/>

29日(木) ぱるランチ

今月は「キーマカレーとフルーツババロア」を作ります♪

時間 10 時～

場所 ぱる・おかやま

参加費 100～300 円

(人数によって変動あり)



16日(金) お菓子サークル

今月は「ロールケーキ」です♪

時間 13 時～

場所 ぱる・おかやま

参加費 100～300 円

(人数によって変動あり)



30 日(金) つどい

テーマは「差別について語ろう」など自由です。お茶
をしながら話しましょう。

時間 13 時 30 分～

場所 ぱる・おかやま



< 9 月ピア電話相談日 >

ピア電話相談とは

「ピア (peer)」とは、
「仲間・対等」という意味。
ピアセンタークローバーで
は、同じ病気の体験をした仲
間たちが、自分の経験をもと
に、同じような悩みで困って
いる方々を支えていくピアサ
ポート活動を行っています。
気軽にお電話ください!

午前 10 時～13 時

午後 13 時～16 時



	火	水	木	金	土
			1	2	3
AM			休	休	○
PM			○	休	休
	6	7	8	9	10
AM	休	休	休	休	休
PM	○	○	休	○	○
	13	14	15	16	17
AM	休	休	休	休	○
PM	○	休	休	休	休
	20	21	22	23	24
AM	休	休	休	○	○
PM	○	○	休	○	休
	27	28	29	30	
AM	休	休	○	休	
PM	○	休	休	休	