

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌

11

No. 214
Nov. 2015

「調子はい〜んじゃフェスティバル2015直前特集！」

〜つなぐ つながる ところ ありのままの自分で〜

皆でつながろう！誰もが住みやすい街を目指して…



調子はえ〜んじゃフェスティバル 2015

直前特集

11月15日(日)10:00~16:00
旧内山下小学校
(岡山市北区丸の内1-2-12)
オープニング10:00~(体育館) ※開場9:30

今月の特集では、11月15日(日)に旧内山下小学校で開催される「調子はえ〜んじゃフェスティバル 2015」について紹介したい。このフェスティバルは今回で5回目となり、精神障害のある当事者が主体となって、企画・開催するイベントだ。「当事者が自分の言葉で発言し、持っている力を思いっきり出し合い、市民の皆さんと楽しみ合い、交流できる機会となること」を目指している。今回は実行委員会のメンバーにお話を伺った。

～つなぐ つながる ところ

ありのままの自分で～

テーマに込められた思い

— 今大会のテーマ「つなぐ つながる ところ ありのままの自分で」に込められた思いは？

— これは、『精神障害をもっているも、孤立せず誰かとつながり、また障害の有無に関わらず、自分達の住む街が誰にとつても住み良い街になって欲しい』という思いを込めて実行委員の皆で決めたものです。

「調子はえ〜んじゃフェスティバル」は過去に平成二年、一四年、一六年、二五年の計四回開催され、今回は二年ぶり五回目の開催となります。主催は「調子はえ〜んじゃフェスティバル実行委員会」。構成員としては当事者家族、病院、地域の事業所、学生、行政、社会福祉協議会等垣根を越えて集まっています。

「つながり」大切にしたい！

— 大会の開催までの経緯を教えてください。

— 二年前の大会終了後に開催された実行委員会で、大会の振り返りと今後のことが話し合われました。大会を機に知り合えた仲間や関係機関との「つながり」を今後も大事にしてい

たい、そして今後も自分たちが声を

発していくこの必要性を感じ、この大会を続けていきたいという皆の思いが一致したのです。二年後の平成二七年に開催することを約束し、前大会は締めくくられました。

そして昨年の七月より、前大会の実行委員会が中心となって、呼びかけ合い、「第一回調子はえ〜んじゃフェスティバル実行委員会」の開催に至りました。その後は、ほぼ月に一回のペースで実行委員会を開催し、今大会の準備を皆で協力し行ってきました。

もう目前！今大会のみどころ

— 二週間後と迫った今回の見どころを教えてください！

— 全てが見どころですが、あえて言うならば、今回は、今までも行ってきた「精神保健福祉シンポジウム」に加え、特別講演会としてNHK教育テレビにも出演されている、ベニシア・スミスさんに講演をしてもらう予定です。ベニシアさんは、ハーブ研究家として有名な方でもあります。統合失調症の娘を持つ母でもあります。ベニシアさんが「娘さんとのように向き合ってきたのか」また「自身

自分らしく生きるために大切にされていること」や「日々の生活のこと」も併せてお話をしてもらう予定になっています。

その後の「精神保健福祉シンポジウム」では「**秋色の元気の紙飛行機を飛ばそう**」というテーマで「こんなことをしたら調子があええこと」を五名のシンポジストに語ってもらい会場に来て下さっているお客さんとも対話しながら一体感を味わってもらえる会を目指しています。自分自身のことを大事に思ってもらうきっかけや、他の方とのつながりを感じてもらえるシンポジウムにしたいと思っています。

また前回の大会でも好評だった、自主制作映画「**ありがと〜心**」の第二弾と向き合う人々の映画「**第二弾として『ありがと〜心』を伝える映画**」の上映を予定しています。これも必見となります。そして**当事者や市民によるバンド演奏や催しなど、事業所販売、作品など様々な企画を予定しています。当事者同士が交流できるスペース**も設ける予定になっています。ぜひ多くのかたのご来場をお待ちしています！サポーター、ボランティアはまだ募集中です。

プログラム in 体育館

うらじゃ踊りで熱く開幕！！

オープニングは岡山のうらじゃ踊り連より
「俄嘉屋」さんの迫力のある踊りで開幕！！

2015 年のうらじゃ踊りでは優秀賞「匠」を受賞しているチームの踊りが間近で見えちゃいます！！



10:00
(開場 9:30)

オープニング

うらじゃ踊り 俄嘉屋 (にわかや) さん

10:20

舞台イベント (バンド演奏、ダンスなど9組が出演予定！)

4 ページにて詳細を紹介してます♪

12:40



特別企画① 特別講演会

テーマ：「統合失調症と生きる」

語り手：ベニシア・スタンリー・スミス氏

統合失調症を持つ娘さんとの向き合い方、そして自身の日々の生活について何を大切にされて日々過ごされているのかをお話して頂く予定です。

※当日は書籍の販売も行います。

15:00

特別企画② 精神保健福祉シンポジウム

「私色の元気の紙飛行機を飛ばそう」

～こんなことをしたら調子がいいことを皆で共有しよう！～

【シンポジスト】

野口 正行 先生 (岡山県精神保健福祉センター所長)

雨宮 悦恵 氏 (もえぎの里 家族会)

当事者 3名

【コーディネーター】

石丸 千里 氏 (つどいの杜まりも)

小柴 雅史 氏 (つどいの杜まりも)

日々の生活のなかで、こんなことをしたら元気になることや安心できることはありますか？自分らしくいるために、自分は何ができるのだろう、何をしているのだろう…そんなことを当事者や家族、医者の立場から発言し合い、共有し合います。以前に公募で頂いた皆さんの声や会場のお客さんとも対話しながら勧めていきたいと思います。一緒に考えてみませんか？

16:00

フィナーレ

oyuu さんライブ「ありがとう」(ありがとう2～愛を伝える映画～の主題歌)



【oyuu(おゆう)さんについて】

東京在住のシンガーソングライター

透き通るような温かい歌声はきっとあなたの心に届くはず・・・

フェスティバルのフィナーレを飾って下さる予定です。

※当日はCDの販売も行います。

特別企画③ 自主制作ムービー上映

「あいがとう2～愛を伝える映画～」

10:30～（3回上映予定） 旧校舎3階

出演：心の病気と向き合う当事者

インタビュアー・制作：実行委員有志

協力：岡山映画祭

2013 年の前大会にて上映した自主制作映画の第二弾として新たな物語が出来ました。今回も心の病と向き合い、支えてくれた人への感謝の気持ちを伝える当事者4名が出演するドキュメンタリー作品です。ぜひご覧ください！



心の病と向き合いながら、
生きづらさを感じながら
それでも生きてこれたのは
あなたがいてくれたから・・・
だから、私は今、ここにいます。

生きています。

普段はなかなか
言えないけれど・・・

愛をこめてあなたに
伝えたいと思った

「ありがとう」という思い。

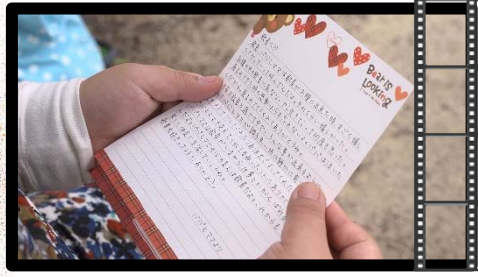
4名の当事者が伝える

それぞれの思いが

たくさん詰まった

「ありがとう・・・」

様々な思いが交わりながら
そして未来へ繋がっていく...



路上詩人

Mr. おくらさんがやってくる！

9:30～15:30 旧校舎2階！

「あなたをみてインスピレーションで、オクラの筆を使ってげんきが出る言葉書きます。」

あなただけの言葉を Get しませんか？

調子はえ～んじゃフェスティバルの題字を書いてくださっている Mr.おくらさんこと清田 学さんが来られます！おくらさんは野菜のオクラを使ってとても味のある文字を書かれます！



当事者交流スペース開設！

9:30～15:30 旧校舎3階

同じような悩みを持って人と交流してみたい、普段はなかなか言えないけれど、自分の気持ちを語ってみたい・・・など、わきあいあいと交流してみませんか？お気軽においで下さい♪

「同じような生きづらさを持った人と語り合いませんか？」

※同じような生きづらさを持つ人に尋ねてみたいこと、打ち明けたいこと募集してます！（別紙参照）

※当日の運営サポーター募集中！

プログラム①番

City jokers(シティージョーカーズ)

岡山市役所の20～50代まで、幅広い年齢層の職員で構成され、
日々音楽に打ち込んでいるバンドです。
前回に引き続き、素敵な演奏に注目です！！

舞台イベントプログラム詳細

10:20～12:30 体育館

各団体によるパフォーマンスを
予定しています。



プログラム②番

敏子のソーラン節

子どもの頃、歌手になるのが夢でした。
会場を盛り上げるため、大好きな「清のソーラン節」を
「敏子のソーラン節」として歌います。
15年ぶりに大勢の前で歌います！！
緊張してあがるかもしれませんが、みなさん
手拍子をお願いします★

プログラム③番

Fire bird(ファイヤーバード)

2人で1年前くらいからバンドを結成！
ギター、キーボード、ドラム…
段々とメンバーを増やし現在は5名で活動中★
会場で羽ばたきたいと思います！！

プログラム⑤番

野菊さん ～ピアノ演奏～

夏から練習しました。まだまだですが、好きな名
曲をピアノで弾けて、この秋の記念になります。
聴いて下さる方の気分が乗れるように弾けたら
と思っています。

プログラム④番

ステップハウス わ！

メンバー＆スタッフで参加しました★
今回は秋の歌「紅葉」と歌謡曲の「おさななじみ」
を歌います。「おさななじみ」はともしあわせな物語なので、
みなさんで手拍子をお願いします！！

プログラム⑥番

UN Owen Was her? feat 狐人

(ユーエヌ ノウン ワズ ハー? フィート キツネビト)
つどいの杜 まりもによるダンス。ZUN氏(ズンシ)作曲の
「UNオーエンは彼女なのか?」を自作アレンジしたダンスを
お届けします。今まで発表の場は作業所だけだったので、
沢山の人の見てもらいたいです！！

プログラム⑦番

リスパダールズ

万成病院デイケアメンバー＆
スタッフによる、エレキギター、アコースティックギタ
ー、ベース、ドラムでのバンド演奏。
全員そろっての練習回数は少なかったけど
楽しんで演奏します！！



展示コーナー紹介

9:30～15:30 旧校舎2階

『つなぐ つながる こころ ～ありのままの自分で～』をテーマに
イラスト・絵画・写真・書道・詩・漫画・短歌・エッセイ・陶芸・手工芸品
などの作品を展示します。また、岡山真庭市にある『スカイハート灯』のラ
ミネートアート作品の展示や『ものづくりArt工房あすなろ』による展示
販売も予定しています。

2F 2-5 家庭科調理室

- ・コロッケパン と かりんとう
NPO法人 わおん
- ・惣菜パン、菓子パン
ひまわりベーカリー
- ・おでん と お茶、ジュース等
あすなろ家族の会
- ・カレーライス と 焼き菓子
Cafe MOMO
- ・地ビール と ホットコーヒー
真備竹林麦酒醸造所

販売コーナー紹介

各事業所による飲食の販売や
手工芸作品の販売を行います。

時間 9:30~

場所 校舎2F 各教室

2F 2-4 家庭科準備室

- ・お抹茶
岡山市精神障害者家族会連絡会
- ・休憩スペース



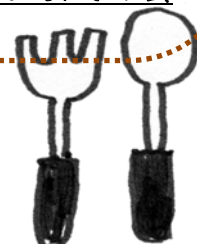
旧校舎 2F 2-6 理科室

- ・コーヒー と ケーキ と 手工芸品
ステップハウスわ！
- ・惣菜パン、菓子パン、食パン と クッキー と ガラス製品
ワークステーション・コンドル / うらやすガラス工房
- ・駄菓子 と わたがし
駄菓子処 みそら
- ・フランクフルト、大学いも、ちらし寿司 と 手工芸品
ふぁみりお
- ・ラスク、クッキー と 備前焼食器 と 草木染等雑貨商品
NPO法人 あおぞら会

スタンプラリーも開催！素敵な景品をGETしよう！

皆さまのお越しをお待ちしています！

※当日は上履きをご持参下さい！



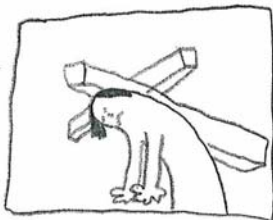
投稿コーナー

布団から出るのが辛くなって来ましたね～((+_+))
私の冬の定番は、ホットのほうじ茶と重ねばき靴下です*
みなさんあたたかい服装で外出しましょう～

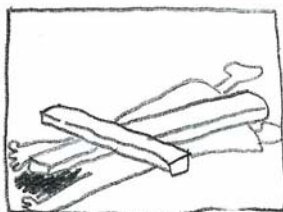
「続矢デビュー10周年」

vol. 4 ふじ一歩

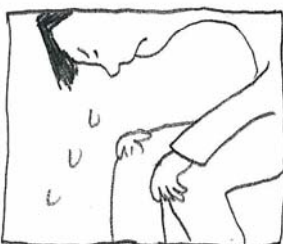
痛楚という一歩消え
ない十字架を



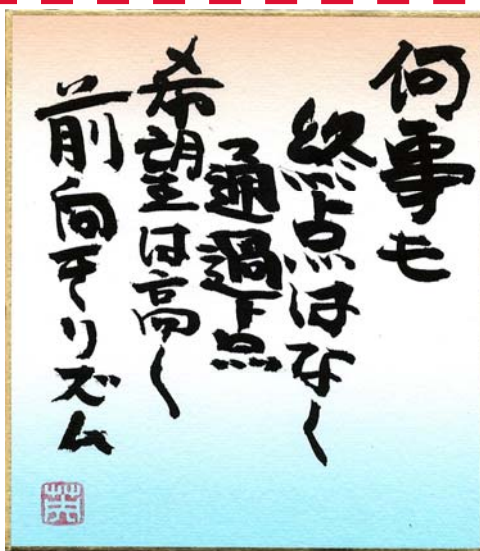
背負って生きている
気がしていた



重い重々思っていた
背中にあるものは



実はとても大きな
翼なんじゃないかと思う



英聖さん作



《mileyさんの作品》

ぱるっこ広場



感想・投稿 募集中!
詩、俳句、絵、ジャンル不問
です。郵便、メールfax等
ご投稿下さい♪待ってます★

ところが現代は、もはや国が貿易をおこなう範囲は限界に達した。資本主義は行き詰まったのである。

（前回からの続き）国民の意思を政治に反映することが民主主義の根本思想だとするならば、国民の意思それ自体が健全なものでなければならぬ。だから国民の意思が、単に自分たちの利益ばかりを優先してしまうと衆愚政治となってしまう。かといって国家の利益を最優先に考えると、それは全体主義に陥ってしまう。となれば衆愚政治の方がまだましということになる。

だが人間というのは欲望を持った存在である。その欲望がある限り、人間は自分の欲望を満たすために行動する。資本主義というのは人間の欲望を満たすための手段なのである。そもそも資本主義は十四世紀のイタリアで端を発した。フィレンツェでは銀行家や商工業者といったひとびとがちからを持ち始めていた。彼らは自分たちの権利を守るために、その当時権力を握っていたカトリック教会と、その神中心の考え方に反発する。彼らは人間中心の考え方を主張した。これが市民の支持を得て、その後資本主義はヨーロッパ各地へと広まってゆく。

資本主義は絶えず発展することを前提とする。そのため社会が成熟し生活が豊かになったとしても、それ以上さらに発展することを要求する。結果として国が貿易をおこなう市場の範囲は時代とともに拡張していく。資本主義が発展するためには、どうしてもそれが必要だったからだ。

古楽日和

藤井健喜

家族会交流会

平成二十七年一〇月一七日(土)一三時半からあすなろ福祉会本部(旧ばる・おかやま)にて、家族会交流会を行いました。今回もたくさんの家族の方々が参加してくださり、計三名の参加となりました。

内容は、恒例の「自己紹介と最近楽しかったこと等」から始まりました。家族で旅行に行った話や、家族会できれいな星空を美星町に見にいったら良いなといった話題ががありました。

その他、「調子はえーんじやフェスティバル二〇一五」(一二月一五日(日)一〇時から内山下小学校)にて家族会で「おでん」を出店して、皆で慰安旅行に行きたいといった話や、一二月一七日から一泊二日であるあすなろ福祉会で忘年会を予定していること等の案内がありました。

その後、今回のテーマとして参加家族の方から話したいテーマとしてあがった「公的援助・制度」について話し合いました。公的制度の更新手続き等を本人に代わりしているが、親亡き後、定期的に決まっている更新等は本人が簡単にできるようにする方法がないか、行政窓口の統合等で手続き場所が遠方になった際は、本人ができるよう配慮して欲しい、年金支給決定の基準は全国一律ではなく、岡山は厳しく他県に比べ格差があること、病状は不安定なので仕事と年金は別で考えてもらいたい等の家族としての不安や情報交換等を行いました。

今後、家族会として「おでん」の出店や家族学習会等を予定しています。

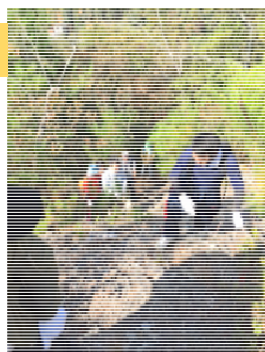
今回の家族交流会は、平成二八年一月一六日(土)一三時半からあすなろ福祉会本部で予定しています。

お問い合わせ…ばる・おかやま 086-201-1720
担当…徳田・岡田

リベンジ! 佐伯天神山

やまのぼり

一〇月二二日(水)は、先月雨のため延期していた「やまのぼり」を決定いたしました。行先は和気町にある佐伯天神山です。快晴のお天気の中、総勢十九名による山行でした。



チャレンジコースは急斜面をひたすら登ります。息が上がって心臓ドキドキ筋肉バキバキ。

急斜面を超えると、あとは山城跡の平坦なルートを進み、昼食場所である「太鼓の丸」を目指しました。

のんびりコースは山の南側に位置する和気美しい森からの平坦な遊歩道のをんびり歩き、チャレンジ組の到着を眺めるのんびり太鼓の丸で待ちました。

今回は各々で昼食持参のやまのぼり。みんなそれぞれおいしそうなお弁当や手作りのおやつを持ち寄って美味しくいただきました。これ

からも健康講座でハイキングをしたい、という声も…。これからレッツハイキング!ですね。



『癒し場』一周年になりました♪

※発達障害や対人関係が苦手な人の癒し場

一〇月でいやし場が始まって一年が経ちました。そこで記念を祝してイベントを開催しました。外で話すには最高の天候で、シェイカーを振ってカクテルを作ってくれたり、コーヒの準備をしてくれたメンバーもいました。七輪を準備し、火熾し達人がメンバーの中にいるのでみんなでマシユマロを火で炙って食べました。

参加者のほとんどがマシユマロを焼いて食べた事がなかったのですが、焼いて、チョコレートクリームとナッツをつけて食べるととても美味しかったです!



今回のいやし場のテーマは「あなたにとって出会いは何ですか?」

あすなろでの出会いの話や過去にもいろんな人に出会って今ここにいて、といった内容までいろんな出会いについて語り合いました。来月からは、またあすなろでの癒し場になります。ぜひ参加してください。

◆次回予定◆

11月17日(木)13時~

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。

Tel:(086)2011432

担当：佐藤



メンバー募集



また、来られている方にとって、人との関わりを持ち、のんびりと自分らしく過ごせる居場所になつてほしいと思いながら活動をしています。

現在週一回の活動ですが、今後活動回数を増やしていきたいと思っています。ものづくりにチャレンジしてみたい！自分を表現してみたい！ものづくりを通して人とつながりたい！そんな方は「ものづくりArt工房あすなろ」までお気軽にお問い合わせください。個性豊かな作品たちもお待ちしています！

ものづくり通信



あすなろには、陶芸や絵画などものづくりを中心に活動をする「ものづくりArt工房あすなろ」というB型事業所があります。

中区浜にある旧ばる・おかやま一階のスペースで活動をしています。

この事業所には、時間や過ごし方、作業内容にルールはありません。何を作りたのかを聞き、それぞれの感性を大切に個々のペースに合わせた制作活動を行っています。

陶芸の先生、絵画の先生がいるので、陶芸や絵画の経験がない！という方も安心して制作活動をしていただくことができます。

収穫祭をしました

一〇月二六日（月）あすてつぷの畑で収穫したさつまいもと枝豆を使ってみんなで料理して食べました。メニューはさつま芋ご飯、枝豆ご飯、豚汁、大学いも、さつま芋アイス、さつま芋のパウンドケーキと盛りだくさん。

メンバーが八名、スタッフ・ボランティアの方を合わせて約一五名の参加がありました。

女性陣はお菓子作り、男性陣は昼食作りを行いました。計量したりおにぎりを握ったり、みんなで協力してがんばりました。



最後はみんなに感想を聞いてみました。「人が多かったけど楽しかった。」「緊張したけど出来て良かった。」「またやりたい。」「次は鍋をしたい。」「などのコメントがありました。これをきっかけにみんなで出来るイベントをみんなで考えたいと思います。次は忘年会かなあ♪



合同面接会に行ってきました！

一〇月二七日（火）合同説明会にあすなろ福祉会からは一五名のメンバーが参加しました。今回の合同面接会では業種も幅広く多職種に亘る約三八社の企業が参加していました。

この日に向けメンバーは、自分に合った求人や働き方を考え、履歴書作成や、面接練習を頑張ってきました。

当日は、緊張感のある雰囲気の中でしたが、自分なりの力が発揮出来る良いきっかけとなったのではないのでしょうか。参加したメンバーの感想では「すごく緊張したけれど、自分なりに伝えたいことを出しました。」「あの時は、もっと良い伝え方があったかもしれない。」「もっと、いっぱい受けたかった。時間がたりなかった。」「という声を沢山、聞くことが出来ました。

この面接会が次につながる貴重な経験やきっかけとなりました。（田中）



INFORMATION

11月の予定

11月		
5	木	ばるカフェ 13 時 30 分
6	金	ソフトボール大会
7	土	お抹茶サークル 14 時
8	日	
9	月	
10	火	PC 講座 10 時 卓球サークル 13 時あすなる出発 13 時 30 分現地集合 忘年会実行委員会 15 時
11	水	つどい 13 時 30 分
12	木	
13	金	図書館サークル 10 時 ソフトボール 13 時
14	土	ばる閉所
15	日	調子はえーんじやフェスティバル
16	月	
17	火	PC 講座 10 時 癒し場 13 時
18	水	座談会 13 時 30 分
19	木	女子会 14 時
20	金	ソフトボール 13 時
21	土	
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	PC 講座 10 時 卓球サークル 13 時あすなる出発 13 時 30 分現地集合
25	水	
26	木	お菓子づくりサークル 13 時
27	金	手話サロン 11 時 手芸サークル 13 時 30 分 ソフトボール大会
28	土	眼鏡っこ 13 時 30 分
29	日	
30	月	

※プログラム・サークル活動に参加するには、すべて前日までに連絡が必要になります。参加者が多い場合には前日より早く締切らせていただくこともあります。

早めにご連絡ください！！

※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る福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町 3-7-27
- 編集：ばる・おかやま
- TEL:086-201-1720 FAX:086-201-1713
- E-mail:pal-oka@mx35.tiki.ne.jp

6日・27(金) ももたろう杯 秋季リーグ大会

●○○ソフトボール○○●

みんなで応援に行こう！！＼(^o^)/

時 間 9時～16時

場 所 奥市グラウンド(岡山市中区奥市 3-11)

※送迎希望の方は必ず事前連絡を！

※自転車やバイクでのグラウンドへの乗り入れはご遠慮ください。

めがね
28日(土) 眼鏡っこ Art of Asunaro

漫画・小説・絵・詩などを書くこと
読むのが好きな人の集い★

自分が書いたり、描いたりしたものを誰かに見てもらいたい人や、見たり読んだりするのが好きだから作品を是非見たいという人集まれ～♪

もちろん眼鏡なくてもOK！

時 間 13 時 30 分～

場 所 ジョブサポートセンターあすなる

17日(火) ❀ 癒し場 ❀

発達障害・人間関係で悩んでいる人のいやし場

自分を受け入れてくれる誰かを探していませんか？

時 間 13 時～

場 所 ジョブサポートセンターあすなる

19日(木) おしゃべり大好き女子集まれ！

女子会♪

毎月1回、楽しい雰囲気の中、テーマを決めて女子トークに花を咲かせています。

時 間 14 時～15 時半

場 所 ばる・おかやま 2 階

<11月のピア電話相談日>

	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7
AM	休	休	○	休	○
PM	休	休	○	○	○
	10	11	12	13	14
AM	○	休	○	休	休
PM	○	休	○	休	休
	17	18	19	20	21
AM	○	休	○	休	○
PM	○	休	○	休	休
	24	25	26	27	28
AM	○	休	○	休	○
PM	○	休	○	休	○

ピア電話相談とは
同じような病気の
経験をした

ピサポーター

グループクローバー
が、お電話であなたの
お悩みをお聞きしてい
ます。

ピア
電話相談
(086)

201-1719

お気軽におかけ下さい！

