

4 2011
No. 164

地域精神保健福祉コミュニティー誌
ぱる通信



この度の東北・関東大震災において、被害に遭われた皆さんに、心よりお見舞い申し上げますと共に、犠牲になられた方々とご遺族の皆さんに対し、深くお悔やみを申し上げます。また、被災地における、一日も早い復興と、皆さまのご無事を心より祈念致します。

社会福祉法人 あすなろ福祉会

東北・関東大震災 義援金受付

社会福祉法人 あすなろ福祉会は「東北・関東大震災」の被災者への義援金を受け付けます。「東北・関東大震災義援金」と明記し、郵便振替、現金書留で送金して頂くか、直接持参して下さい。手数料などについては、各自でご負担をお願い致します。金額と氏名(団体名)を「ぱる通信」に掲載させて頂きますので、匿名希望の方は通信欄などに「匿名希望」と明記して下さい。尚、物資の受付は致しません。ご協力、よろしくお願ひ致します。

受付先:〒703-8256 岡山市中区浜475-5 社会福祉法人 あすなろ福祉会
電話番号:086(273)9692
郵便振替番号:01200-2-2458 リサイクルせっけんセンターあすなろ



精神保健福祉公開セミナー
「イタリアから学ぶ、これからの
精神保健福祉のあり方」
大熊一夫氏

ジャーナリスト。1970年、アルコール依存症を装って、精神科病院に潜入入院し、「ルポ・精神病院」を朝日新聞に連載。
2008年イタリアフランコ・バザーリア財団の第1回バザーリア学術賞受賞。「精神病院を捨てたイタリア 捨てない日本」など著書多数。

1978年に制定された180号法「バザーリア法」により、イタリアに精神医療改革は、精神病院の閉鎖と地域での生活を支える為に、各地域に精神保健センターが整備され、病床は人口1万人に対してわずか1床、入院期間も1週間という地域中心型精神医療サービスの展開を行っています。今月号では、3月18日に尾道で行われた『精神保健福祉公開セミナー』の報告をします。

(構成、写真：杉原)

精神病院を失くした国

イタリアは精神病院を失くした、

世界でただ一つの国だと思います。

かつてイタリアにも、精神病床が1

2万床ほどありました。しかし、そ

れを全て失くした訳ですから、すご

い事が行われたのです。正確に言う

と、司法精神病院が、1200床程

残っているという問題がありますが、

数の上では、多くはないと思います。

これがいかにすごいかという事

は、日本と比べれば分かります。イ

タリアは人口1万人に対して精神科

のベッド数が1床、日本は人口1万

人に対して28床。日本は、世界の

中で圧倒的に精神科のベッドの多い

国です。まずは、この違いを頭に入

れておいて欲しいと思います。

私は1970年に、東京の精神病

院の男子閉鎖病棟に、アルコール依

存症を装つて潜入したのですが、「そ

の時の感想を一言で」と、よく聞か

れます。私は「現代の奴隸的な所で

す」と答えていました。身体的な自由

は奪われているし、一方的な人間関

係です。「支配する人間」と「支配さ

れる人間」の関係は非常に厳しく、
入院している人は、いつもびくびくして
いました。日本の精神病院は特別な病院
であると言えます。イタリアの改革はこの部分から考え直しま

1986年に、実際にイタリアに行つて取材するまでは「入院環境が、居心地の良い精神病院が、良い病院なのだ」という事しか頭にありませんでした。

日本人は「精神病院病」である。つまり、日本人は精神病院に依存しがちで、日本にはならないと思っていました。今でも恐らく、日本の精神病院がなくてはならないと思つてゐるのです。今でも恐らく、日本の精神病保健福祉関係者の多くの方は、そう感じているでしょう。

私も「精神病院病」でしたが、1985年に日本に紹介された「自由こそ治療だ」という本に出会つてから、その考えが変わりました。「自由こそ治療だ」、これはイタリアトリエステの、改革派の人々のスローガンのとして使われています。「自由」という「自由」とは精神病院に幽閉された人々の問題を言つていて、また、改革当初から「精神病院は治療的な環境ではない」とも言つています。

日本人は「精神病院病」

精神病院はいらぬ?

それまでは、「病棟の中を居心地良くすればいいのではないか」と思っていたのに、実は「精神病院

は必要悪」であつて「存在しなくていい」という事なのです。つまり、「精神病院無しで、精神保健が出来る」という事を、この本から知りました。

これはもうイタリアに行つてみるしかないと思い、精神病院の無い町はどうなつているのか、更に本当に精神病院無しで患者を支える事が出来るのか、この目で確かめに行きました。

そこで、40万円でイタリア語が出来る通訳を雇い、同行の土を募り、4人の精神科医とトリエステに乗り込みました。トリエステにある「サン・ジョバンニ精神病院」に行ってみると、すでに1980年に廃院になつていたのです。かつての病棟が、幼稚園や高校として使われていました。本当に感動的でした。この取材の中でイタリア精神保健の様々なことが見えてきました。

「医者」と「患者」の関係性を変える！

イタリアでは、精神病院という場を成り立たせている、「制度＝施設の論理」を問い合わせることに、重点を置かれていました。大切なのは、「公立精神病院を廃止した」という事だけではなく、それに代わって、どのような地域精神保健システムが構築さ

れたか、という事です。廃院後、施設を新たに作つても、それが以前と同じ論理、つまり「正常」な医師と「異常」な患者との間に線を引いて、その非対称的な関係性を、固定的に再生産するような論理のままでは、何も変わりません。
—非体制化。つまり、バザーリアが語るのは、自由はく奪、管理、支配、奴隸、抑圧が、ルツボで溶かされたような恒久化・惰性化した「体制」の改革です。大事なのは、「ケアをする制度自体をケアする」という所にあり、そして、制度の硬直化を防ぎ、治療が起こり易いような場を、どのようにしてデザインするか、といふ事なのです。

そのヒントの一つが「集会(Assemble)」です。スタッフ、患者時に地域住民も巻き込んで行われる話合いです。議論や会話を重ねる事は、制度を柔軟にする為の一つの技法だと言えます。最初は、取り留めのない集会になつてしまつけれど、繰り返し行うことで、意見がまとまってくるのです。

病院から地域へ

「集会(Assemble)」も重要ですが、トリエステで、1971年から78年までのわずか7年間での実践が、イタリアの改革の一番すごかつた時期です。それは、あるまじまつた数の患者を退院させ、それに見合った病院の職員も地域に出して、その拠点として「地域精神保健センター」を作りました。最終的に7か所のセンターが出来、病院はほぼ空になりました。その他では、「社会協同組合」の第1号、つまり院内で作業療法の名のもとに行われていた清掃作業が、最低賃金による労働に変わりました。

1978年に制定された180号法の第1行目には、「診断と治療は本人の自発的意志によるものとする」ということが大前提とされています。この法律によって、イタリアでは、「精神病院を全廃して地域精神保健サービス網を構築する」「精神科医を治安の責務から解放する」ことにより、強制治療が自傷他害という名のもとに行われなくなりました。

また、北イタリアのトレントという町では、クライシスの時にどのような治療をして欲しいかを、本人と職員とで契約を結びます。その内容は、自分がクライシスになつた時にどういう薬を使って欲しいか、自宅で治療して欲しいか、誰に世話をやりたいか、などを契約書に書いて家族間で管理をしています。この契約は、信頼関係のある職員と結びます。これらのことは、精神病院ではやりづらいという事は、分かつて頂ける

精神病院を無くせ！

と思います。

最後に、バザーリアは、「重い統合失調症の患者を病院に入れて、完治していないと言つては、入れっぱなしにする。これが精神病院の一番の問題点である。ところが、病院の外で生活するには、何も完治する必要はない。」と言っています。更に、バザーリアは弟子達に「手をウンコにつつこめ！」と言つています。とてもこれは大変なことです。つまりトリエステの「サン・ジョバンニ精神病院」の、一番難しい病棟から改革を始め、そこに入院患者を退院させなければ、精神病院は絶対に無くせないと言い続けたのです。この言葉に動かされて、弟子達は、一番難しい病棟をとにかくぶつ壊して、中の人を表に出したのです。これがあつたからこそ改革ができたのです。

【注】フランコ・バザーリア

「サン・ジョバンニ精神病院」院長就任時には、1200床程あつた精神病棟の患者を病院内に閉じ込めるのではなく、社会で生活するための術を教え、地域において回復していく民主的精神医療化を推進した。



活動報告

(2/21～3/20)

- 活動日17日(金は半日)
- 電話相談 112件
- 家事・同行援助 4件
- 弁当配達 15回

今月は、ぱるっこたいむを開催～♪

New face 新メンバー紹介☆

先月号に続いて新しいメンバーを紹介します♪ よろしくね！

- ①趣味・特技・好きなもの・お気に入りアイテム ②最近のマイブーム ③私のセールスポイント ④ピアサポートで学んだ事
⑤ピアソーターになろうと思った動機は？どんなソーターを目指してますか？ ⑥これから夢 ⑦読者へメッセージ

嘉数 実加 (かすう みか) A型 蟻座

- タロット占い、手話
- 手話
- 少し手話ができるところ
- 傾聴と共感
- 相手の立場に立ったピアソーターになりたい。
- 社会福祉士になることです。将来的にはピアサポートを広げていきたいです。
- よろしくお願いします。

いつも素敵な笑顔を
みせてくれます！

松本 祐枝 (まつもと さちえ) B型 双子座

- お気に入りは愛車のワゴンR
- 音楽を聞くこと
- 笑顔
- 人の話を聞く（傾聴）
- ぱるを利用してもらっている中で、人の役に立ちたいと思ったから。
助け合えるようなソーターになりたい。
- 自分自身ももっと元気になって
人を元気づけられるようになりたい

絵を描くことが好きな松本さん。
またぜひ描いて下さい！今月は「つどい」を3月9日、
26日の2回開催しました。

つどいを開催しました♪

「ぱるをより良くするために
は？」について出た内容としては
「会話のきっかけになるので、あ
いさつをしよう！」
「初めて来た人は、緊張している
だろうから話かけるようにする」
「挨拶が苦手な人もいるので苦手
な人にはこちらから積極的に挨拶
する」。
また、「マナーとして、食べかすや、
使ったコップ等は各自で洗う。」
「ルールとマナーは違うので、マ
ナーは各自の良識で守ればいいと
思う」
「お互い認め合うという態度が必
要だとと思う」

『べてるの当事者研究』みたいな
のをやつたらどうか？」等マナー
やこれから希望等を語りました。
続いて「孤独について」。出た内容
としては…
「いつもは、家族や友達がいて孤
独を感じないが、この人たちを失
つたら？」と思うとコワイと思う。
「普段は感じないが、たまに夜中
にパツと目が覚めた時
孤独を感じた時

「ぱるをより良くするために
は？」について出た内容としては
「会話のきっかけになるので、あ
いさつをしよう！」
「初めて来た人は、緊張している
だろうから話かけるようにする」
「挨拶が苦手な人もいるので苦手
な人にはこちらから積極的に挨拶
する」。
また、「マナーとして、食べかすや、
使ったコップ等は各自で洗う。」
「ルールとマナーは違うので、マ
ナーは各自の良識で守ればいいと
思う」
「お互い認め合うという態度が必
要だとと思う」

『べてるの当事者研究』みたいな
のをやつたらどうか？」等マナー
やこれから希望等を語りました。
続いて「孤独について」。出た内容
としては…
「いつもは、家族や友達がいて孤
独を感じないが、この人たちを失
つたら？」と思うとコワイと思う。
「普段は感じないが、たまに夜中
にパツと目が覚めた時
孤独を感じた時

19回テーマは
「ぱるをより良くするためには？」
「孤独について」でした！

持つてくる事にしても良い。
●カップ麺などのお湯はヤカンで
沸かす(ボットは飲み物だけ)
ぱるでやりたい事についても
意見を出しました。



ぱる・おかやま利用者ミーティング！ 「ぱるっこたいむ」開催！

普にしては、全員マイカップを持
つてきは？と意見が出来ました。
ぱるを利用する一人一人が主
導となつて最低限のマナーを守る
う、思いやりを持つ事で気を付け
ていこう、という話になりました。
話し合いの末、決まったことは次
のこと。←

- 貴重品は原則自己管理（どうし
てもという方はスタッフに頼む）
- コップなどの片付け、自分で使
つたものは自分で片付けよう！
- 気が付いた時にお互いが綺麗に
する事を心がける。マイカップを

相談電話	受付時間 ～ひとりぼっち をなくそうよ～
火曜 10時～17時	
水曜 10時～17時	
木曜 10時～17時	
金曜 10時～13時半	
土曜 10時～13時半	

相談 TEL (086)
271-5689

【お知らせ】
9(土)・12(火) 午後・
21(木)・22(金)・
23(土)・26(火)午後・
28(木)午後はお休みです。

(青淵)

のきつかけにもなると思いました。
ただ「つどい」と違つて、議論
が多くの、疲れた方もいたのではと
思います。話が堂々巡りしがちな
ので、議論している内容をその都
度確認する必要があると思いました。
もう少しキチッと仕切れるく
らいにならないとなあと反省もあ
りました。引き続きこういった会
を続けていこうと思います。
みなさん気軽に参加して下さい。

ぱるっこたいむ♪

日時：4月19日(火)
13:00～
場所：ぱる・おかやま
1階交流室
内容：普段ぱるを利用するメンバー
で、「ぱるをもっと良い場所にするた
めには」を目的に楽しく話をしたい
と思います！気軽に参加してね！

こう書くと、なかなかスリリングで面白そ
うな映画に思える。しかし実際にはそれほど
正直、これだけの設定で八十一分は長いの
スリリングではない。結末もいただけない。
だ。結論を言うと、いまいちな映画だった。
それでもインターネット上でこの映画の
評価は高い。単に筆者の好みに合わなかつた
だけなのかもしれない。興味のある方はレン
タルショッピングで借りてみてほしい。

「当事者研究会」「ぱる」「ンチ」「ク
ツキー作り」「映画鑑賞会」「英会
話」等が挙がりました。

■今回の会を終えて

当事者主導のミーティングが
出来て良かつたと思いました。意
見が活発に出て、自分達で会を運
営している感覚を感じました。些
細な事でも利用者の中で、マナー
や今後について考えていく事は大
事だと思いました。これを機に今
まで交流のなかつた利用者同士の
思いを知り、コミュニケーション
のきつかけにもなると思いました。
ただ「つどい」と違つて、議論
が多く、疲れた方もいたのではと
思います。話が堂々巡りしがちな
ので、議論している内容をその都
度確認する必要があると思いました。
もう少しキチッと仕切れるく
らいにならないとなあと反省もあ
りました。引き続きこういった会
を続けていこうと思います。
みなさん気軽に参加して下さい。

次回のつどい

4月13日(水) 13:30～

【テーマ】(2つあります！)

●桜の季節の思い出

●恋愛と結婚について

4月30日(土) 13:30～

【テーマは当日決めます♪】

古楽日和 ニガクビヨリ 読者 者の 広場

「フォーン・ブース」を観た。2002年の
アメリカ映画だ。監督は「9『デイズ』」のジョ
エル・シユーマーカー。主演は「マイアミ・
バイス」のコリン・ファレル。
ニューヨーク。宣伝マンのスチュは、この
日も電話ボックスからガールフレンドに電
話を掛けていた。会話が終わり、電話を切る
スチュ。するとまた電話が鳴った。スチュは
そのまま電話に出た。相手の声がした。「電話を
切つたらおまえを殺す。」相手はライフルで
スチュを狙っているという。実際スチュに絡
んできた売春宿の男が、射殺されてしまつ。
スチュは持っていた携帯電話で警察に通報
する。もちろん相手に分からぬよう、だ。
やがて警察がやって来るが、スチュは男を殺
した犯人だと疑われてしまう。

『リサイクル石けんセンター』便り



—『石けん仕事師』養成奮闘中！—

『石けん仕事師』って？

石けんセンター独自の認定資格、『石けん仕事師』。リサイクル石けんの性質や製造工程について、スタッフ・メンバー共に学び合い、試験に合格する事で認定されます。現在まで総勢23名のメンバーが仕事師となり、あすなろの石けん作りを支えています。仕事師を経て就労に向かったメンバーは16名！メンバーのリカバリーに大きな役割を果たしています。

仕事師養成奮闘中！
現在中心メンバーとして後輩を育てるべく日々奮闘してくれているのがーさんとMさん。ーさんは50代男性、通所歴一年半。いつも明るかでみんなのムードメーカーです。Mさんは30代男性、通所歴1年。責任感が強く、とても男気のある性格です。2人は共に協力しながら、日々後輩を指導してくれています。今回はそんなどらに話を聞いてみました。

■ 仕事師になつたきっかけは？
仕事師になつて良かつたことは？

M 「正直、最初はあまり仕事師に 관심がなかつたのですが、先輩メンバーがみんなをリードして働く姿を見て、自分もみんなの役に立ちたいと思うようになりました。仕事師になつて、より仕事に責任を持つという事を意識出来るようになった気がします。」

M 「みなさん病気や症状が様々で、なかなか伝えたいことが伝わらず、関わり方について悩む事もありましたが、毎日一緒に作業をしていく中で、本人が努力を重ね、徐々に変わっていく姿を見て、自分がみんなの成長を応援したいと思うようになりました。最初は自分自身のやつている作業をいかにレベルUPさせるかということのみに集中していましたが、徐々に『みんなと協力して良いものを作りたい』と思えるようになります。そう思えるようになつた事でした。そう思えるようになつた事が自分自身の大きい変化でもあります。今後にとってもプラスになる

■ 後輩の指導という役割を通して感じることは？自分自身の変化はありますか？

I 「自分は結構年配なので、若いメンバーから頼られる事が多く、嬉しく思っています。仕事師になって、気持ちにハリが出てきたと思います。『誰かに必要とされている。』というのが嬉しいですね。」

■ では最後にお二人の今後の課題や目標があれば教えて下さい。

I 「これからもみんなで意見を出し合いながら、良い石けん作りを目指して頑張っていきたいです。就職に関しては、あまり焦らず、自分が納得できる形でしたいと思っています。まずは先輩方の職場での体験を聞いたり、職場見学に行ったりして自分なりに土台を作り、イメージが固まつたら動いていきたいです。」

I 「私は石けんセンターを更に和氣あいあいと楽しい場所にしていきたいと思っています。新しいメンバーの人が打ち解けやすい空気を作るよう意識していくたいですね。自分の目標としては、介護の仕事や製造の仕事に興味

く姿を見て、自分もみんなの役に立ちたいと思うようになります。仕事に責任を持つという事を意識出来るようになつた気がします。」

のではないかと思っています。」

I 「後輩の指導という立場になる事で、どうすればみんなに上手く伝えられるか、仲間のMさんと相談しながら考えられるようになります。工事を分かりやすく伝える為に、マニュアルに線を入れたり、量りの目盛りに線を入れたりして工夫しました。みんなが段々上手になつたり、心を開いてくれるようになると、とても嬉しいですね。」

があるのでゆっくり探していこうと思います。」

みんなで明るかに！ I



もっとスパークしよう！ M

『自分の為だけでなく、相手を思いやる気持ちを繋いでいる。』
『みんなが元気になることで自分も元気になれる。』

2人の話から、石けん仕事師という取り組みにより、メンバー同士が共に学び合い、お互いを高め、良い相乗効果を生んでいると感じました。「主体性」や「責任感」、「相手を認める姿勢」など仕事師として後輩を育てる立場になる事で得られたものがたくさんあつたようです。この経験を通して自信をつけ、新たなステップにつなげてほしいと思います。

Event

3月3日（木）後楽園
へ梅見に行つてきました。朝から準備を開始しました。お昼のお弁当をみんなで協力し合いながら作りました。筑前煮、唐揚げ、稻荷寿司、韓国巻きなどを普段、調理をしない方も一緒にこの日はチャレンジしていました！（特に筑前煮はこだわりぬいて作り上げていました！）
あいにくの曇り空ではありましたがあなたが、日本三大庭園と言われる後楽園の優雅な景色の中に、咲き誇る梅の花を見た時は「おお～」という歓喜の声が挙がりました。

帰り際には雪が舞い、梅とう幻想的な情景をみることができました。まだまだ寒い日が続いているけど、着実に春は近づいている！と、いう思いを胸に後楽園を後にしました。

(文、写真・徳田)



kazoku kouryuukai

Recreation

3月26日(土)、第30回『あすなろ家族の会家族交流会』を開催しました。13名の方が集まり、和気あいあいと自己紹介や近況報告等を行いました。

「子供の将来や就労の事を考えると、親としては焦る気持ちがある。どうしたら良いだろうか。」という悩みに対して、「好きな事や熱中出来る事をやつている内に道が開けてくる。本人がその気がない時に親がいくら焦つてもしようがない。本人がやりたい事を尊重し知りたい情報は伝えるよう

にして、親が焦らず見守るこ
とが大事なのではないか」「親
の気持ちは本人に伝わってし
まう。親は親、子は子で人生
を楽しむ姿勢で向き合ったほ
うが良いのでは?」と体験談
を通してのアドバイスがあり
ました。普段言えない事を言
い合い、お互に元気になれ
る会となりました。



A group of six people, including three women in the foreground and three men behind them, are standing in front of a large greenhouse with a metal frame and glass panels. The group is dressed in casual outdoor clothing, such as jackets and hats. They appear to be posing for a group photo.

3月26日(土)、半年ぶりにグループホームのレクリエーションがありました。「まだまだ寒いので温泉に入りたい」という意見に

ぶ所を見られて良かった！」
「来た甲斐があつた。展望台
からの眺めは素晴らしい。」な
どみんなで楽しい時間を過ご
しました。（文、写真・杉原）



(文、德田)

INFORMATION

4月活動予定

1	金	
2	土	10:30 ギターサークル 10:00 陶芸教室
3	日	ぱる休み
4	月	ぱる休み
5	火	13:00～15:00 陶芸教室
6	水	パソコン教室 14:00
7	木	11:00 岡山メンタル友の会 お花見会
8	金	
9	土	あすなろ福祉会 お花見会 ぱる休み
10	日	ぱる休み
11	月	ぱる休み
12	火	
13	水	13:30 つどい
14	木	西大寺サテライト電話相談日(担当:ぱる)
15	金	
16	土	11:00 パソコン教室 10:00 陶芸教室 14:00 お抹茶教室
17	日	ぱる休み
18	月	ぱる休み 映画サークル
19	火	13:00～15:00 陶芸教室
20	水	14:00 パソコン教室
21	木	職員研修のためぱる休み
22	金	職員研修のためぱる休み
23	土	職員研修のためぱる休み
24	日	ぱる休み 百間川フェスティバル
25	月	ぱる休み
26	火	13:00～15:00 陶芸教室
27	水	14:00 パソコン教室
28	木	西大寺サテライト電話相談日(担当:ぱる)
29	金	昭和の日 ぱる休み
30	土	

イベント案内

7日 (木) メンタル友の会お花見会

毎年恒例の岡山メンタル友の会お花見会が開催されます。桜の木の下で一緒に楽しい一時を過ごしましょう。

時 間 11:00～14:00

場 所 旭川河川敷

(岡山県精神保健福祉センター前)

参 加 費 500円

申込締切 4月1日

問 合 わせ 086-952-0380

(岡山メンタル友の会)

13日 (水)・30日 (土) つどい

13日のテーマは、「恋愛と結婚について」と「桜の季節の想い出について」というテーマで自由に自分の意見を伝えます。「言いつ放し・聞きつ放し」が原則です。

時 間 13:30～15:00

場 所 ぱる・おかやま1階交流室

参 加 費 無料

問 合 わせ 086-271-5689 (クローバー)

24日 (日)

百間川ふれあいフェスティバル

時 間 9:00～15:00《雨天決行》

場 所 百間川緑地ワイワイ広場

参 加 費 無料

今年も花木販売・福祉施設作品販売・リサイクル品販売・雑貨販売・飲食販売等たくさんの出店やイベントが開催されます。あすなろからも出店します。

□陶芸教室 (場所:石けんセンター)

毎週火曜日 13:00

□ソフトボール (場所:百間川グラウンド)

毎週火曜日 15:30

□パソコン教室 (場所:ぱる・おかやま)

毎週水曜日 14:00

□お抹茶教室 (場所:ぱる・おかやま)

毎週土曜日 11:00

□ギターサークル (場所:石けんセンター)

4月16日 14:00

第1・4土曜日 10:30

ボランティア 尾崎 芳枝さん

yoshie ozaki 特技:手芸・要約筆記

今月の
キラリ☆

『リサイクル石けんセンター』で月2回行っているランチのお手伝いをしてくれる尾崎さん。メンバーが食べたいメニューに加え、尾崎さんお勧めの1品料理を考えてくれます。「簡単に作れておいしい！」と皆からいつも評判です。



今まで地域のみんなに助けられてきたので、
自分に出来る事を少しでも恩返したかった

私がボランティア始めたのは、
子育てが終わり、夫婦だけの生活になつた時です。

自分自身がどういう生き方をしたか残したいと考えたのです。今まで地域のみんなに助けられたので、自分に出来る事を少しでも恩返ししようと思いました。初めは10年で辞める予定でしたが、みんなに喜んでもらえるのがうれしくて今でも続けています。平成8年から始めた要約筆記のボランティアや、作業所での手芸作品作りは今でも続けています。

あすなるとの出会いは、約5年前。ボランティアサークルの仲間に誘われて、MOMOの夕食弁当作りに参加してからです。その後、家から近いこともあり、石けんセンターのランチ作りに参加しています。「ありがとう。また来てね。」とランチを楽しみにしている人の為、また自分の為にも、自分に出来る事をこれからも続けていこうと思っています。