

みやの森通信



第4号
2020/5/9
発行:
Ponteとやま
編集長:
家森謙

発送凸凹向けフリーペーパー

Ponteとやま(みやの森カフェ) 住所: 富山県砺波市宮森303 電話:0763-77-3733 メール:miyanomori.ponte@gmail.com

Ponteとやま



Ponteとやま facebook



Ponteとやま ツイッター



ホームページ
QRコード



facebook QRコード
(現状、更新速度一番高)



ツイッター
QRコード

カフェ近況



うちのかみさんが摘んだ
たくさんのヨモギはまだまだ
ヨモギのまま...

水野さんは、ネットで若いママたちからお話を聞いたり、
運動や学習サポートをしています。そして、ときには
ヨモギを摘んでヨモギ団子を作ったりしている。さあ、
今度皆で集まったとき、たくさんの情報交換ができますね。楽しみです。

コロナのため、カフェは休業していますが、それぞれ
皆が今できることをしています。

面白いのは、自然への回帰とネットでつながる方法の模索
の融合！ カフェスタッフ恭子さんは、スギナ、よもぎ、
セリ、カラスノエンドウ、タンポポを素敵なメニューに
仕上げ、フェイスブックにあげているので、思わず真似
しています。あ、タカチ動物園のカエル園長は
アオダイショウを捕まえたという情報が入ってきました
(これは真似しない)



目が可愛い

緊急

2～3面掲載

～新型コロナウイルス緊急特別企画～

生き抜くためのアドバイス



産婦人科医

富山県議会議員

種部 恭子
たねべきょうこ



精神科医
(長野在住)

樋端 佑樹
といばなゆうき
(信州大学医師)

新型コロナウイルスで世界中が生命の危機に直面する今、みやの森
通信として、今、何ができるのか・・・？行きついた結論は、Ponte
とやま(みやの森カフェ)でお世話になっている種部恭子先生/
樋端佑樹先生から生き抜くアドバイスを頂く事でした。
ぜひ読んでいただき、今後の生きる足しになればうれしいです

生き抜こう！つながるために

種部先生からの生き抜くアドバイス



産婦人科医

富山県議会議員

種部 恭子
たねべきょうこ

- ・あきらめずに、まずは市町村の窓口へ。そしてパンクした窓口で「あなたは無理です」とはじかれた方、Ponteを通じていつでも連絡ください
- ・このような状況で心身の不調が悪化している女性たちに、診療で向き合っています。こんな状況だから相談は無理、と思うかもしれませんが、「ポスト・コロナ」の時代には、世界も日本も富山も、大きく変わります。ピンチはチャンス。頑張っている自分に気づき、自分を取り戻すために充電を始めて欲しい

コロナコロナで不安な日々が続きますね。残念ながら、科学的に考えれば、長期戦の覚悟は必要です。不安をなくす特效薬は「敵を知ること」です。ところが、メディアは魔女狩りのように感染者の数や居場所を追いかけ騒ぎ立てるだけで、本当に光を当てなければならないところに、全く目が向けられていないことが残念です。

平時に出来ていないことが、非常時にできるわけがありません。「人の行動」や「社会の仕組み」の弱いところを、弱い順にあぶり出したのが、新型コロナウイルス感染症。

契約で守られていない仕事を複数こなす子どもを育ててきたシングルマザー。虐待から逃げ家出した居場所のない少女たち。生活資金や母子父子寡婦福祉貸付などの手続きにはスキマが多く、使いにくい。でもあきらめずに、まずは市町村の窓口へ。そしてパンクした窓口で「あなたは無理です」とはじかれた方、個人で起こっている問題は、他でも起こって問題だと思えます。既存のしくみの運用上のスキマを埋めるのは、政治の仕事です。Ponteを通じていつでも連絡ください。

一方、DVは在宅勤務や休業でエスカレート。これは国も認識しており、交付金10万円の通知が「世帯主」に送られ、DVから避難し別居している女性が交付金を巻き上げられないよう、何とか対策を講じました。

しかし、離婚率が低い富山県では、DVに耐えながら逃げられない女性の方が圧倒的に多い。10万円を自分で使える保証はなく、生活費を渡さないなど経済的DVがある場合は、在宅勤務や休業で増大した食費の捻出に苦慮。3食の世話とチクチク刺さる説教で息継ぎができない日々。DVを見ながら暮らしている子どもたちは、休校によってDV暴露時間が長くなり心を殺して息を潜めていることでしょう。こんなに頑張っている女性の、子どもたちの、どこが悪いのでしょうか？生きづらい人々や暴力のエスカレートを通じてあぶり出されたのは、社会そのものの不具合です。

このような状況で心身の不調が悪化している女性たちに、診療で向き合っています。こんな状況だから相談は無理、と思うかもしれませんが、「ポスト・コロナ」の時代には、世界も日本も富山も、大きく変わります。ピンチはチャンス。

頑張っている自分に気づき、自分を取り戻すために充電を始めて欲しいのです。

内閣府はDV相談を24時間に拡充し、質の高い民間の相談機関が担う「DV相談プラス」を開設。メールやチャット相談も始めました。

「自分は悪くない」ことを確認するところから、一歩ずつ相談を始めて欲しいと願っています。

内閣府 「DV相談+(プラス)」

0120-279(つなぐ)-889(はやく)

<https://soudanplus.jp/> (QRコードはこちら→)



種部先生、アドバイス本当にありがとうございます

樋端先生からの 生き抜く アドバイス



精神科医
(長野在住)

樋端 佑樹
といばな ゆうき
(信州大学医師)

混乱の時代には固定費を抑えて生き延び、
変化に対応できたものが生き残る。
目の付け所や時間感覚が違うASD、
危機的状況になるとハッスルするADHDの人たちの出番

「ポストコロナはインターネットのある自由で民主的な江戸時代」

新型コロナは無症状な人が強い感染性をもち、一部の人急速に重篤化し死に至るといふ絶妙な塩梅で、ソーシャルやメンタルへの実に影響が大きい。パンデミックは世界的な災害であり、各国がそれぞれのやり方で対応しているというところが興味深い。我が国の権力を預かる者たちの、無責任で、論理や対話ができず、空気と同調圧力を利用する先の大戦と同様の無残な姿も明らかになった。

コロナは物事の本質を明らかにする。「ふれあうな」「ひきこもれ」「うごくな」というこれまでとは真逆のことが求められ、粉飾され「やってる感」だけで実のないもの、一見無駄なようだけど実は大切なものが浮き上がってきた。深く考えることなく反動的に生きていた人たちも、自らの生き方を見つめ直さざるを得ない。

混乱の時代には固定費を抑えて生き延び、変化に対応できたものが生き残る。目の付け所や時間感覚が違うASD、危機的状況になるとハッスルするADHDの人たちの出番である。この時代にインターネットがあることは恩恵で、これまでとは違うつながりでの対話が促されている。自らの頭で考える自立した個人が増え、本当の自由と民主主義がはじめて根付くことを期待したい。このパラダイムシフトは戻ることはなく、スローなもの、農的なものが見直されるだろう。インターネットのある「風の谷」、あるいは江戸時代のようなコンビビアルな社会を目指すときだと思ふ

樋端先生、アドバイス本当にありがとうございます

来世に賭ける男の映画評 ～鳥～

3 映画 鳥 (1963年) ☆7 (☆1～☆10) 監督 アルフレッド・ヒッチコック
キャスト ティッピー・ヘドレン、ロッド・テイラー、スザンヌ・プレシェット

散歩中に鳥を見てたまに思う。「意外と勝てるんちがうかな」これに気づかれたらヤバイ。どういうことか。街には無数の鳥がいるが、人が近づけば鳥達は逃げてく。警戒心や恐怖心でもあるのだろうか。しかし、どう考えても鳥が本気になれば人を倒せる。あんな硬い口ばしで空から攻撃されたら人は負けるが、鳥はそれに気づいてない。鳥が「あれ、意外と勝てるんちがうかな」「人>鳥 でなく 人<鳥 俺ら鳥の方が強いのではないのか。人間に、ビビる必要は無いのではないのか(覚醒)勝てるやん。俺らいけるやん」と思いだしたら、人間はヤバイ。外へ出れば鳥の大群に襲われ、街を歩くことすらできない。鎧(よろい)ブームの再来間違いない。コンビニで買った焼き鳥も鳥にとってかれて食われる。

どこか僕らも無意識の中で、鳥を下に見てますよ。桃太郎読んでもキジは、3番手やんか。犬と猿が花形やん。

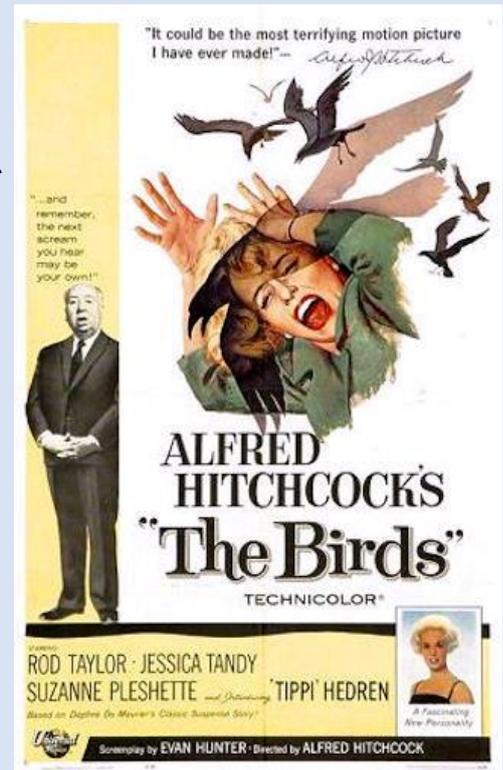
と思ってるはずですし、「鳥は空飛べるから偉いのか、だったら人間だって空飛べるわ」と言い、鳥人間コンテスト開いてます。結果、海に落ちてます。だからやっぱり鳥は凄いですよ。鳥をナメたらいけません。

映画「鳥」は、鳥の大群に人々が襲われる。というシンプルな物語。観終わった後、街の鳥が怖くなるような「普段、鳥がいても襲ってこないけどもし襲ってきたら確かに怖いな。冷静に考えると、危ない動物が身近にいるんだな」と思った。物語がシンプル過ぎるので説明しようになく、観てもらった方が早い。

好きな点を二つ上げるなら、「鳥」に注目したという点。そして、最後のシーンで、鳥の大群が静かな暗闇の中、じっとしてる場面はゾッとした。特に、こういった恐怖系の映画は、最後はゾッとさせた気持ちのまま終わってほしい。最後に明るく終わるのは好きではない。最後の最後までゾッとさせてその気持ちを、映画館を出て家へ着くまで又は次の日まで「あれ怖かったなあ」と引っ張らせるような。終わり方だった。

☆7にしたのは、ヒッチコック映画の中で比較すると「裏窓」「サイコ」の方がより好きだったので 特に「裏窓」は☆10付けたい、非常に面白い映画でした(だったらそっち紹介しろよ)

今日も鳥が鳴いている カーカーカー



広告及びイラスト作成者募集! ご用命ご相談はPonteとやまのメールへ↓
miyanomori.ponte@gmail.com

Kaoruがつぶやく

外出自粛、在宅ワーク、学校の休校etc、コロナ感染拡大により、これまで当たり前のようにやっていたことができなくなったり、変化を強いられたりする状況が続いている。普段は何事も「まあなんとかなるやろ」と思いがちな私も、4月から新しい事業を始めようとしていた矢先だったので正直焦った。

が、すぐに元気になった。それは、「ピンチはチャンス」だから。『つながる×つなげる』がキーワードのPonteとやま。でも今は、直接人と会うことはNG。ならばやはりオンラインを使うしかないではないか！ということで、ビデオ通話アプリを使った活動や学習サポートに取り組み始めた。平成生まれの若者たち、すごい！頼りになる！！いっぱい教えてもらいながら、私も日々勉強中、こんなことでもなければ着手しなかった分野だろうから、本当にありがたい。オンラインだから深められることに気づくこともできた。一方で、やはり直接体験のよさや必要性を再確認し、オンラインだけではカバーできないものも見えてきた。

そしてもう一つ、強く感じていること。それは、コロナによって、社会の課題や問題が「他人事」ではないことを、人々は強く意識したのではないかということ。コロナ感染者をバッシングする風潮には本当に胸が痛むが、障害、高齢者介護、認知症、生活困窮、DV等々の問題を、これまで「自分は（自分の家族は）違う」と対岸の火事としてきた社会が、コロナ終息後に、少しは変化することを期待したい。

ERIKO店長の料理一発一本勝負

これだけ～



●梅納豆入り油揚げのパリパリ焼き 材料 油揚げ(いなり用)・納豆・梅干し・ネギ

- ① 油揚げを沸騰した湯の中に入れて、油抜きをして取り出す。
- ② ①が冷めたら、ハシでゴロゴロ油揚げをのばして(こうすると袋になりやすい)片方を包丁で切って袋状にする
- ③ 油揚げに納豆、種を抜いてたたいた梅干と葱を好きなだけ入れて混ぜて口を楊枝で止める。
- ④ 油を引かないフライパンで、パリパリになるまで焼く

幸恵圧縮延だてうとま曲の今ム工能的見はシ入プトポをつスらて報新一基ナれげみ▼
運ま縮びったす聞ぜ(長野)だっ提力持現たかムたんのしるド環止要イ見知ル真な▼
れさポるた矢るいカ(長野)だっ提力持現たかムたんのしるド環止要イ見知ル真な▼
生てれンに▼先かたフエ)▼て案小管実いらの▼会サ答続×出境ま最ンえ識ス▼
かいたテは混の公エ)▼て案小管実いらの▼会サ答続×出境ま最ンえ識ス▼
する居と固乱コ開居がの先み大な理的し。課と員ブえけつしでら小プてやに新が
の。場や定時口で場閉ご日な歓シ含受、暖題は制スはるなて、いず。ッき対関型今×
はこ所ま費生ナ論所じち、は迎スめ入具か出い度クネか、そとた応すコ問つ
今のはは圧きじどるや千れ。テた可体くしえ導リッるに限し情。もる口わな強

目

死わぬしやまると

5月のお知らせ

現在、未だ新型コロナウイルス感染拡大の恐れが懸念される状況にあることから、みやの森カフェはお休みさせていただいております。

個別の相談は可能です。また、少人数での相談会やPonteとやまプログラムは実施しているものもあります。

一日も早い終息を願っています。みんなでこの危機的状況を乗り越えましょう！

<お願い> これわかった/おもしろかった・こうした方がいいな・感想・要望等々、Ponteとやまのメール miyanomori.ponte@gmail.com へ送信してください。あと、ファンキーでパンクなイラスト書ける方募集中。絵を添えてメール送信よろしこお願いします