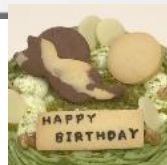


みやの森通信



発達凸凹向けフリーペーパー 第15号:2021年11月25日発行 編集長:家森 謙
Ponteとやま(みやの森カフェ) 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 facebook 検索



苦節?約5年・

菓子工房開設!!

お菓子のアトリエMèli-Mèlo



2021年10月9日菓子工房のお披露目がありました。共同運営者の竹宮チアキさん(チアテラス)が、「9日が開店には最高の日!」とお寺の方に教えてもらったということで、「じゃあ、この日開店」と決めたのはいいけれど、保健所の許可が下りるかどうかは微妙。

しかーし、チアキさんはすごかった。検査に来た保健所の方に、「この日開店にしたいのでそれまでに許可お願いします」と迫る。そうしたら「わかりました。間に合うようにしましょう」ということで、無事許可も下りました。

当日、若者たちは仮装をしてダンスと歌の準備。司会は、プロの司会者でもある河合優子さん。なんと「大空と大地のぽぴー村」所長の宮崎さんが、「私もいい?」と相撲取りの出で立ちで登場。もう一つあるからと、タケシ君も相撲取りになり、にぎやかにオープニングが果たせました。

前日作ったくす玉は一度に割れなかったけど、澤田のおちゃんが「みやの森カフェらしい。一回目だめでも次がある」とつぶやいていました。そのとおり!

さて、「お菓子のアトリエMèli-Mèlo」は、この日からばちばちと活動開始。11月から本格的にみやの森カフェ店内にるりちゃんとゆかりん作のいろんなクッキーやパウンドケーキが並んでいます。一週間経つと棚は空っぽ。すべて売り切れていました。また、贈答用に注文してくださる方もいます。このラッピングは渡邊日和さんデザインのロゴマークと山崎理華さんの絵が彩ります。アレンジは渡邊恭子さん。

みんなの力を結集した「お菓子のアトリエMèli-Mèlo」。どうぞよろしくお願いします。



元々割れにくいくす玉だったようです



か〇やつさんが賑やかに来られました

南雲明彦さんのミニ講演会を高岡で開催(2021年10月17日)

2021年10月17日、富山県高岡市高岡ふれあい福祉センターで、南雲明彦さんのミニ講演会「生きづらさを抱えて生きるとはどういうこと」+若者とのおしゃべり会が行われました。

コロナも小康状態。延期になっていたこのイベントも開催の運びとなりました。「対面での講演は1年ぶり。オンラインの強さもあるが、最終的には顔と顔を合わせて生きていくというのが大事と改めて思っている」という南雲さんのお話が印象的でした。

テーマに先立ち、南雲さんの自己紹介及び新著「この自分で、どう生きるか。」の紹介がありました。「本を書く中で、『自分の中で過去の自分と現在の自分で語り合っても自分の事はよくわからない。他人の事はなおさら無理。それを前提に(他人と)つながっていく必要がある』という気づきがあった」とお話し下さいました。

テーマ「生きづらさを抱えて生きるとはどういうこと」について、「信頼できる第3者とのつながりが大事」「診断名を(適切なサポート得る上で)活用するのは良いが、それに振り回されるのは良くない」「安心、安全な場所。良い意味でいろんな人の目がある場所(が必要)」「大人が一貫性ある係わり合いをしてくれるのは重要。安心出来るから聞いた事が耳に入ってくる」といった事を語られてました。

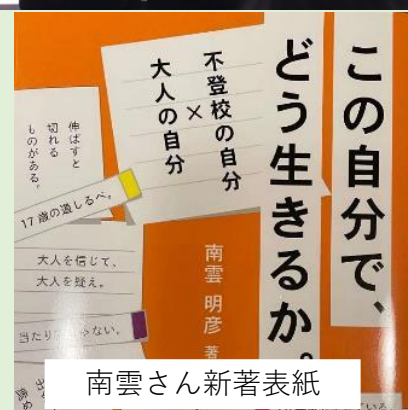
「元気になる方法の一つではない。本に書いてある事以外にも開拓されてない道はある。あきらめないのが大事」良い人とながり、模索続ければ道が開ける時もあると改めて感じました。

とはいえ、理屈抜きに面白い講演力。みなさん、どんどん南雲さんへオファーしましょう！



南雲明彦さん

(当日写真の画質悪く申し訳ありません)



南雲さん新著表紙

痛みとストレスのクリニック

2021年8月5日(木)

開院
のお知らせ

身体が痛くてだるくてストレスを感じる方のためのクリニック/

予約専用電話番号

☎ 080-6364-0011 予約制

	月	火	水	木	金	土	日
診察日	×	×	×	●	●	●	×

※祝祭日は休診です

アピタ金沢店さんから歩いて1分
赤いリンゴの看板が目印

〒921-8025
石川県金沢市増泉1-17-22
痛みとストレスのクリニック
院長 中田 実



本クリニックの開院を手掛けられ、クラシックバレエ教室オーナーでもある松井ゆうきさんに、痛みとストレスの話を頂きました。

石川県金沢市でクラシックバレエの教室をしています。体の力を抜いてリラックスできないお子さんたちを多く見ます。過緊張でずっと全身に力を入れっぱなしの状態です。そのためにまだ子どもであっても、肩こり、頭痛があり、怪我をしやすいです。

理由の1つは「子どもたちの忙しさ」にあると思います。園や学校だけでも人との関りや活動で忙しい。さらに複数の習い事・外出とばーっとして何もしない時間が毎日ない様子。私が知る限り1人のお子さんで過去最多の習い事数は1か月に15個でした。たくさん活動すれば、たくさん習えば「何かに目が出る」と考える保護者の方が多いなと感じます。

どうしたら子どもの才能が伸びるのか、生きる力がつくのかというご質問をよく受けますが「親次第」とお答えしています。ゆったりと過ごし体の力を入れたり抜いたりできる余裕のあるお子さんは様々な方面で力が伸びてゆきます。この点に気がつけるかは「親次第」なわけです。

ディーババレエストレッチスタジオ 松井ゆうき

なっちゃんの家紀行vol.4 ～アルプスの半沢直樹～

私の父は銀行員でした。数字も細かい事も嫌いな父が銀行員になったのは、山小屋集金の仕事があったから。昭和30年代。当時、立山の山小屋の集金は、銀行員が現金を歩荷して山を歩いて回っていたそうです。高校山岳部員だった父は、そのお仕事に飛びついたのでした。

父が担当したのは雷鳥荘などの室堂一帯から、剣山荘などの劔沢一帯と、五色ヶ原山荘でした。当時のご主人佐伯功麿さんに仲良くしてもらっていたので、山荘に着くと夜は宴会。星空美しい五色ヶ原の夜。星空を見たのか見てなかったのか知りませんが、とにかく美味しい肉とイワナ（奥黒部は平の渡辺りで釣った）を堪能したそうです。

なんだそりゃそれでも仕事なのか？と思いきや、仕事中は命懸けだったそうです。何と言ってもザックの中身は現金。しかもヒトの金。集金中の銀行員だと悟られぬよう、そこは細心の注意を払っていたとのこと。山荘滞在中は勿論ですが、やっぱり怖いのは道中です。誰もいないザラ峠辺りで。熊さんも怖いけど強盗さんに出会った日にゃ。山に悪い人はいないとは言うけれど。

そんな父とは1度も一緒に登山した事はありません。父の山の話は鬱陶しいぜ！とシャットダウンしていました。23歳で初登山して山に狂い出してからですね、山の話ちゃんと聞くようになったのは。そんなもんですねえ。



山小屋集金していたころ。
プライベートで行った雲の平



ライチョウの雛を捕まえたそう。
「ダメ絶対！」な昭和30年代アナーキー写真



同じく雲の平。黒部川を渡る、今では無い光景
(編集補足：ロープで川の対岸に人が渡るこの光景、
数年前NOKのバラエティー特番で
安全的に(今は)あり得ないと話のネタになってました)

広告募集。 みやの森カフェに居る加藤へ直接お話いただくか、

0763-77-3733(みやの森カフェ)、miyanomori.ponte@gmail.com へご連絡を

募集中!

Ponteとやま型就労支援が企業雇用に結びつきました

Ponteとやまクリーンチームの一員として、就労トレーニングを重ねてきたAさんとBさんが、**10月1日付けで高岡南福社会に正式雇用**（パート職員）されることとなりました!(^^)!

Aさんは、昨年5月ベランダ清掃からスタートし、特養はるかぜの内部清掃にも意欲的に取り組んでいました。「清掃の仕事にやりがいを感じている」というAさん。もっと働きたい！という願いが叶いました。丁寧な作業が持ち味のAさんです。

Bさんは、今年4月からPonteクリーンチームに参加。あっという間に仲間にも仕事にも慣れ、みんなを引っ張っていく存在に。少しでも効率よく清掃作業をするには？と考えながら作業しているそうです。

二人の存在は、トレーニング中のメンバーにも良い刺激となっています。

働く場を提唱してくださっている高岡南福社会、清掃のプロの技を教えてくださっているアドバンス北陸の皆様には、心から感謝です！



窓清掃についてレクチャーを受ける
AさんとBさん

Ponteクリーンチームが私たちの施設に入ってきてくれたことで、**私たち施設の職員は「掃除」を「環境整備」と捉えるようになりました。**

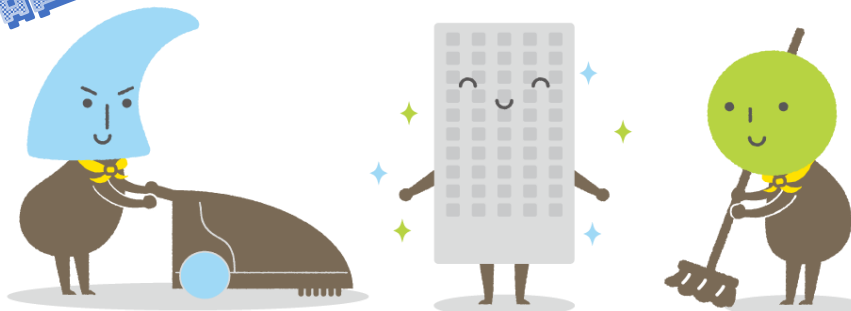


澤田幸伸さん

10月より、PonteクリーンチームからAさんとBさんが高岡南福社会の職員となり、日常業務として環境整備にあたってくれることで、施設を利用される高齢者やそのご家族へのサービスを広げることができています。また、クリーンチームの若者たちが取り組めることを生み出すヒントをもたらしてくれると期待しています。

(高岡南福社会理事長 澤田幸伸)

誰もが働ける地域社会へ



建築物の内外の衛生的環境を確保し、ビルを利用する全ての人々に衛生的で快適な空間の提供を目指します。

スタッフ大募集！
電話かホームページの
お問合せフォームへ

快適空間の創造を目指して..
株式会社アドバンス北陸サービス
Tel 076-295-7040

<http://www.advancehokuriku.co.jp>

ADVANCE Hokuriku Service

アドバンス北陸

検索

次はあなたの広告募集。みやの森カフェに居る加藤へ直接お話いただくか、
0763-77-3733(みやの森カフェ)、miyanomori.ponte@gmail.com へご連絡を

募集中!

みやの森

ウッドデッキものがたり

昨年の9月から計画していたウッドデッキがついに完成しました。冬と春先と梅雨時と猛暑に調子を崩していた米沢拓也君は合間の晴れ間に少しずつ作業をしての完成です。

想像していたよりずっと素敵で、ここでくつろぐ人や様子が毎回違うのはとっても面白い。外で安心して寝転んだり、座ったり、おいしいものを食べたりするのがこんなに気持ちの良いものだとは知りませんでした。そして、頭の上には青空が広がっていたり、雲が流れていたり、赤とんぼが飛んでいたりする。自然との対話もできます。

この後は寒さに向かいますが、冬は冬のウッドデッキものがたりが繰り広げられるでしょう。楽しみですね。



目 先ずは他責でもいいんじゃない？

▼人生も折り返しを過ぎ、数十年間いろいろな人たちと過ごせば、そこに様々な経験／体験が生まれる。調べれば、経験は一般的、客観的であるのに対し、体験は個別的、主観的という話があるようだ▼一方、自責と他責という話がある。例えば何かうまくいかない物事に関わった時、「私は悪くない。周りの環境や他人が悪い。終わり」なのが他責。「周りの環境や他人の悪さが主要因でも、自分が違う対応をしていれば、その物事を防げたり苦しみを軽減出来たのでは？」と捉えるのが自責。悪い事を引き寄せにくいのが後者なのは明白。しかし、自責で捉えるには、納得できない、怒りが湧き出す、他人や過去から積み重なった環境は如何ともし難いといった壁に突き当たる▼他人なら「経験になったので次に生かそう」。でも、当事者から見れば「こんな体験は嫌！腹立つ！納得できない！」。起きた事象は一つでも、経験と捉えて済むことができる立場か体験と受け止めざるを得ない立場かで、自責と捉えられる心の難易度は大きく変わる▼何か課題があった時、その改善に直接取り組まざるを得ない当事者については、先ずは他責でも良いのではないだろうか。如何ともし難い事は多々ある。まずは自分を赦してあげる所から。その上で、何か出来た事はあったのか？防げた事はあったのか？を考え、できる事を少しずつでも実践。前へ進むには反省より少しでも納得できる心のケアが先だ

オンライン対談

南雲明彦×加藤愛理子

2021年10月15日に、南雲明彦さんとオンライン対談をさせていただきました。主催は「本の街でこころの目線を合わせる実行委員会」（神保街ブックセンター・共同品推進機構・合同出版）。司会は、私たちの本「庭に小さなカフェをつくったらみんなの居場所になった」と南雲さんの本「この自分で、どう生きるか」を出版してくれた「ぶどう社」の市毛さやかさん。

この二つの本の共通点は、「結論は書かれていない」ところなのかもと思います。今やノウハウ本が人気の中、ある意味わかりにくい内容の本を出版して下さったと市毛さんにはいつも感謝しています。そして、この対談でそれを掘り下げるという企画。なかなかスリリングでしたが、市毛さんの司会のおかげで

南雲さんと出会ったのは、もう10年くらい前。彼がまだ金沢に居た頃で、「変わった若者がいるよ」と聞いて出不精の私には珍しくアポイントをとって会いに行きました。そのときお話を
して南雲さんがディスレクシアという生きづらさを抱えていることはわかりましたが、「この人
きっと何かやる」との予感が私の中にあり、東京に旅立つ前に何回か講演会を開きました。
今は、南雲さんは人気の講演者となり、本も何冊も出しています。彼と出会って「**生きづらさを
抱えている**」こととその人が「**力を発揮する**」ことは相反するものではないと感じています。

この対談の副題に「福祉でも支援でもない居場所みやの森カフェ」と書かれています。確かにその通り！みやの森カフェでは、力を合わせて子どもも若者もおとなも自分を活かす、自分の力を発揮できるチャンスをつくっていきたい。対談を終えて、さらにその思いを強くしました。みんなでがんばりましょうね。

「家森から「当日、加藤さんや南雲さんはこんな話をしていました」という補足」

- ・先生は自然と現れる(例えばカフェたんぽぽの場合、どうしたら儲かるか子どもたち自身が考え、カフェを運営している。現場という先生からみんなで学び取っているというイメージ?)(加藤さん)
- ・誰かと誰かを会わせたら何かが起きる。結果論として、人と人が一緒にいて、つながることでその人達が元気になる(加藤さん)
- ・みやの森カフェは遊園地／アトラクションみたいな所。ここにすれば何か面白いものがある(南雲さん)
- ・困ったことを素直に言えるのが加藤さんの強さ。人がつながるには弱さを出すことも必要。そうすれば、生きるのが楽になる(南雲さん)
- ・(カフェの役割を広げる時の考え方)私たちの力の限界を自覚して、力のある人が現れたらその人に任せていくという広げ方。みやの森カフェを自分を生かす場として活用してほしい(加藤さん)

[illegible]