

みやの森通信



発達凸凹向けフリーペーパー 第27号:2023年8月19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



クラウドファンディング挑戦中!!

Ponteとやま×シェアライフ富山 ~8月28日!

みやの森 クラウド 検索



おそらくは絶対しないと思っていたクラウドファンディングにチャレンジすることになりました。きっかけは、カフェの田圃挟んで隣に新たな活動場所ができたこと。これは、シェアライフ富山の姫野泰尚さんがシェアハウスを作ってくれたため大きな展開となりました。2階には、川合、藤原が居住し、1階を借りて子どもたちの居場所を作る。変化を好まない子どもたちは最初、「えー行きたくない～」とか言っていましたが、この新たな居場所に足を踏み入れた途端、(理事長カオルによると)まるでブルーインパルスのように大喜びで四方八方に散ったとか。今では、広い空間でのびのびと過ごしています。そして、それから一か月。展開が展開を呼んできます(4面に続く)

【絵】輪島貫太(わじまかんだ) 2006 年生まれ・石川県金沢市在住。2歳のころから動物に興味を持ち、絵を描くようになる。その後は落語やおもちゃ、アニメなど、集合させて描くのが好き。将来の夢は、自分の絵やキャラクターたちを使ったアニメーションを作ること。世界的ファッションブランド「オニツカタイガー」とコラボしたり、北陸中日新聞のビジュアルポスターを手がけるなど国内外から注目を集めている。

つながるPonteとやまの挑戦、つながった方々との協力発動。続きは4面をご覧ください

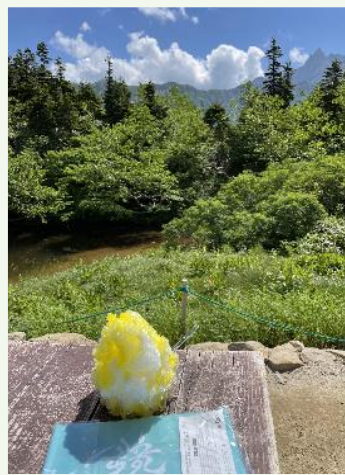
なっちゃんの山紀行

2023年黒部川源流2泊3日の旅
～鏡平山荘で坐骨神経痛を考えるの巻～

7月23日～25日に今年も行きました！黒部川源流。今回は、昨年黒部川源流から見上げた鷲羽岳・水晶岳に登り、帰り道で三俣蓮華岳、双六岳を登頂しながら帰ろうというピークハントな旅です。

1日目で一気に三俣山荘まで登るぞ、というハードな計画なので、新穂高温泉の無料駐車場で前泊車中泊し、朝4時半、真っ暗な中ヘッドランプの明かりを頼りに出発です。まずは1時間半くらいの林道黙々歩き。途中「わさび平小屋」という山小屋があり、何と朝5時なのに開いていたので手ぬぐいを購入。この小屋、スイカやトマトを冷たい山の水にプカプカ浮かべて売っていて、毎回食べたいな…と悩みます。が、先は長い。歩くべし歩くべし。小池新道登山口からは、岩がゴロゴロな沢道&急登が始まります。滝汗も始まり、ペースはガククリ落ちていく…。後ろから来る登山者にどんどん追い抜かされつつも、♪もっしもっし亀よ、亀さんよ♪なペースの我々。前方から下山する登山者が来たら、すかさず道を譲るフリをして休憩する小賢しさもフル回転です。山界限では、「下山者は登りの者に道を譲る」という謎ルールがある為、下山の人が「どうぞ～」と譲ろうとする事があります。しかしポンコツ登山者をなめてもらっちゃ困る。「いえ！どうぞお先に！私達！休憩させて下さい！」休憩する権利への執念たるや並々ならぬものがあり、その必死な形相に押されてか、皆さん「ありがとうございます～」と軽い足取りで下りて行かれました。そう。軽い足取り。下山する人達は、もうサッサと降りて、後は新穂高温泉に入るだけ！なのです。そりゃ足取りも軽くなるもの。それに引き換え、我々は息も絶え絶えにゴロゴロ岩を登るしかない…。

さて私は、人知れず坐骨神経痛の兆候をキャッチしていました。持病の腰のヘルニアの奴、こんな所で悪さを。地味だけどちょっとピンチかも。何とか騙し騙し歩いて辿り着いた鏡平。快晴の鏡池には「逆さ槍」が映り込んで



鏡平山荘で、名物のかき氷。
汗だく急登の後なので言葉になりません

います。坐骨神経痛だろうが何だろうが、ここで写真を撮らねば！と、夫氏に写真を撮ってもらってビックリ。己が姿が猫背過ぎる…！もしや坐骨神経痛の原因はコレでは。鏡平山荘でかき氷（泣くほど美味しい）を堪能しつつ、これから先は背骨を伸ばさないとな！と、槍ヶ岳を眺めつつ誓った事でした。



鏡池！最高のリフレクションでした



林道ゲートです。槍ヶ岳、双六岳、水晶岳へ続くロマンの道



わさび平小屋。山の水でドリンクやスイカ・トマトが素晴らしい

Liberoだよりその1

シェアハウスLibero(リベロ)がオープンして
はや3か月が過ぎました。

5月からは、Ponteとやまフリースタイルスクールや
若者居場所事業、WAKUWAKUサークルも広々とした
Libero1階をお借りしてさらに伸び伸び楽しく活動
できています。

6月からは「シェアハウスオープンデー」を月に一度程度
開くことにしました。Liberoに来てくださる子どもたちは
もちろん、大人も一緒に楽しむには…といういろいろ妄想が
膨らんでワクワクしますが、広いお庭で料理を楽しむのはよいのではないかと…と思い(*^^*)

手始めに「竈」と「羽釜」を買うことに、今年例年にも増して暑い日々ですが、暑さにめげずに薪でご飯
を炊いています。めらめら、ぱちぱち、木に火がついて燃えていくのを眺めていると、なんだか頭もすっきり
して「癒される」と感じる人も多いのだとか。子どもたちも「火おこし」は大好きで、暑さなんてなんのその
(^^;火の番を積極的にしてくれています。もちろん、竈(薪)で炊いたご飯の味は格別です。
(オープンデーの日程はカレンダーでご確認くださいね)



また、県内外あちこちからシェアハウスの見学に来て
くださっています。

左の写真は、公明党の議員さんたちが来てくださったときの
ものです。(砺波市新人議員さんたちもきてくださいました)
住人のユウジとタケシが、シェアハウス内をご案内&体験談
をお話します。こちらは、見学料をお一人500円いただい
ています。シェアハウス運営費として使わせていただいています。

シェアハウスをみてみたい~という方、子どもたちと遊びたい~
という方、竈のご飯が食べてみたい~という方もぜひ♡

いただいたもの 及び Ponteとやま(みやの森カフェ) お仕事一覧 (2023年7-8月)

- ・フードバンク富山からシェアハウスに食材をいろいろいただいています。食べ盛りの
子どもたち、若者たち、おいしくいただいています。ありがとうございます。
- ほかに野菜・菓子など
- ・ピアノ・本・おもちゃもいただきました！

[お仕事、イベントほか]

- 7月14日 クラウドファンディング開始
- 7月26日 公明党議員団視察
- 7月27日 Roots of Lifeワークショップ「不登校っていけないの？」講師(水野)
- 7月31日 長野県南小谷村の皆さん視察
- 8月1日 台湾からの留学生6名視察
- 8月8日 富山大学志賀先生ゼミ来訪
- 8月10日 令和5年度特別支援学校障害種別研修会講師(水野)
- 8月10日 射水市子ども発達相談室「わんぱく広場」講師(水野)
- 8月11日 シェアハウスLiberoオープンデー
- 8月21日 富山県主任児童委員研修講師(加藤)
- 8月22日 富山県私学教育研修会講師(水野)



みなさまの
ご厚意に
心から
感謝
いたします！



クラウドファンディング挑戦中!!

Ponteとやま×シェアライフ富山 ~8月28日!

みやの森 クラウド

検索



(1面の続き)この新たな拠点「富山型シェアハウスみやの森Libero」をさらに生かしていくにはどうしたらよいか。クラファンには、資金集め以外にもこの活動を皆に知ってもらうという意味があると聞きました。確かに、今まで私たちは助成金や寄付に頼らず自力でやってきました。しかし、今回いろんな方の応援を得ながら新しい展開を生み出していく…これは面白いかもしれない! 姫野さんたちに助けてもらいながら準備開始。リターン品は、カフェのクッキーはもちろん、カナメ君のドリップコーヒー、そして、なっちゃんのさをり織りのコースター・・・そして、どうしても欲しくなったのがわじまかんた君のみやの森オリジナルグッズ。母である満貴子さんに連絡したところ二つ返事でOKをもらえました。かんた君は何度か妹のかえでちゃんとカフェや里山遊び、運動教室に来てくれていました。まずは、シェアハウスに来てもらって空気を感じてもらってからスタート・・・と思っていましたが、かんた君はシェアハウスの座敷に座ったとたんすらすらと絵を描き始めていました。数枚の写真を送ってみやの森カフェのめっちゃ楽しい集合絵が完成!これだけでも私たちは大感動!つながり、広がり的一步が踏み出せました(次号?へ続く)

【原稿×切後追記】1stゴール突破御礼! 2ndゴールへ向け、引き続き支援よろしくお願い致します

耳より! 情報 第5回 果物をフル活! by ともよ

ぶどうを食べ比べて、夏休みの自由研究のように美味しく楽しんでみませんか? 8月に旬を迎えたぶどう。富山でもぶどう狩りが始まっています。ぶどうには多くの品種があります。今回は食べ比べる時のポイントを紹介します。

◆そもそも旬って?

食べ物が出回る最盛期のこと。味がよいだけでなく、栄養素も豊富です。生命力に満ちた旬のぶどうを食べることで、栄養だけでなく生命エネルギーも自分のなかに満たしてあげてみましょう。

◆味で比べよう: 種類と味

品種には、巨峰、シャインマスカット、ピオーネ、甲斐路、ナガノパープルなどがあります。それぞれの品種には独特の味や香りがあります。甘み、酸味、果肉の食感を食べ比べることで、それぞれの品種の特徴を楽しむことができます。

◆押しポイント

甘みと酸味のバランスがどのように感じられるか観察してみてください。

◆見て比べよう: 色

色の種類もさまざまです。黒や紫、赤、緑、黄色などさまざまな色の品種があります。色の違いによっても味や食感が異なることがあります。ですので、ぶどうの色にも注目して食べ比べを楽しんでください。

◆知って比べよう: 産地

産地によっても味や品質が違ふことがあります。国産のぶどうと輸入されたぶどう、地域ごとの違いなどを比較して見ていきましょう。

◆実験して比べよう: 保存方法

収穫後の保存方法によっても味や食感が変わることがあります。常温保存と冷蔵庫で冷やすこととでは、味に違いが生じることも。試してみると面白い発見につながるかもしれませんね。

フル活は、ひとりでもみんなでも楽しめる活動です。ぜひ、さまざまな味覚を楽しんでくださいね。

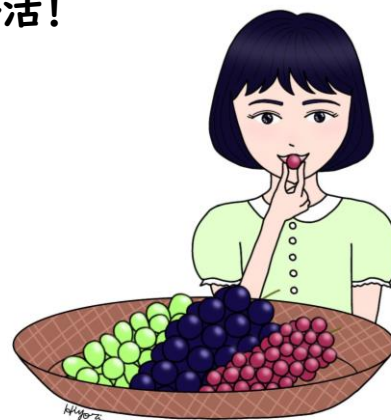


イラスト by ひより

シンポジウム

NPO学会 自主シンポジウム (於 京都産業大学) 参加！



6月11日（日）、私（加藤）と理事長カオルとスタッフユージで、早朝みやの森カフェを出発、金沢駅に車を置いて京都に向かいました。久々の県外、初めてのリアル学会発表。ウキウキしながらの電車の旅でした。

さて、会場の京都産業大学大学キャンパスは坂だらけ。会場に着くまでに息絶え絶えになりましたが、そこで出会ったのは、京都の「バザールカフェ」の狭間（はざま）さんと立命館大学の小辻さん。Zoomで何度かお会いしていたので初めて会って気がしない。そして、神山まるごと高専の佐野さん、横浜市立大学の瀬上さん、カタリバの野村さんとも合流して、発表となりました。

今回は、「NPOの活動がどうコロナ禍を乗り切ったか」がテーマ。

コロナが徐々に増え始めた2020年の3月、4月、みやの森カフェは休みました。それでもこどもたち、若者たちの居場所は完全閉鎖にはできず、zoomでやってみたりしながら、ぽつりぽつりとひそかに開催。そして5月。私たちは、子ども若者の居場所として月火水をフリースタイルとし、カフェは木金土と分離して再スタート。同時に若者たちの就労を始めました。高岡南福祉会の澤田理事長さんの声掛けで草刈り、ベランダ清掃からスタート。ちょうど定年退職になった夫、北陸アドバンスサービスの杉本社長のおかげで内部清掃も請け負う体制が出来上がりました。おそらく、コロナがなかったらこのスピードでは進んでいなかったと思います。とにかく必死の展開でした。

今回も、他の皆さんと発表してわかったのは、それぞれのNPOがコロナの不安で最初は休み、それでも必要があってなんとか場を維持し、さらに新しい展開に踏み出したということ。私たちPonteとやまがコロナをどう乗り切ったかは、その場その場の私たち独自の判断だと思



っていました。しかし、必要が目前にあるから、あの手この手で継続して乗り切っていく…これは普遍的なことで、同じように頑張っている仲間がいるんだなあと思えました。

発表が終わってから、いろんな方に声をかけていただき、新たなつながりを実感。さて、また頑張っていこうと思えた瞬間でした。

みやの森通信 バックナンバーはこちらから

Ponteとやま フリーペーパー

検索



ホームページはこちらから

Ponteとやま

検索



Ponteとやまの【相談事業】

サポート部門では、WAKUWAKUサークル（体験活動）、学習サポート、運動教室、ロディヨガ®教室、フリースタイルスクールなどいろいろなことに取り組んでいますが、中でも大切にしていることに【相談事業】があります。



相談されたい方の事情や希望に応じて様々なスタイルを選んでいただくことができます。どこに、だれに相談すればいいんだろう… 迷ったときにも、お気軽にお問い合わせください!(^^)!

<カフェ営業中のちょこっと相談>

カフェ営業時間内に、加藤がお話を聞きます。短い時間ですが、困りごとを整理し、必要に応じて個別相談や専門機関におつなぎします。カフェにたまたま居合わせた人と同じ悩みがあることがわかりほっとすることも。

<個別相談> 随時

子育てや家族との関係、職場での人間関係、コミュニケーション等々…こんなこと聞いていいのかなと悩まずに相談してください。

☞ まずはMailか電話でお問い合わせください

☞ 相談日時について担当（水野）と日程調整をします

☞ 必要に応じて、専門機関におつなぎしたりや専門職の方をご紹介しますこともあります

場所は、みやの森カフェまたはシェアハウスLiberoみやの森。相談料は60分2000円です。
※オンラインでの相談にも対応しております

<子育て相談会> 土曜午前

お子さんの年齢別に、パパ・ママ（祖父母も可）対象の相談会を開いています。2023年度は、お子さんの年齢が★中高生以上★小学生★就学前（幼児）に分かれて開催中です。誰かと悩みが全く同じであることはありませんが、誰かに話すことで頭の中が整理できたり、同じような立場の方の話を聞くことで仲間がいることを感じ、育児の孤独から抜け出せることができ、

話し始めは泣いてばかりいたママが、終盤笑顔になることもしばしばです。

会場はみやの森カフェ、参加費は無料（ワンドリンク注文してください）です。

ファシリテーターは、公認心理師・臨床発達心理士の水野です。

内容によっては、Ponte若者メンバーが同席し、貴重な体験談を聞くこともできます。



<子育ておしゃべり会feat. ミニ講座> 第3木曜午前

生後3か月～1歳半ぐらいまでのお子さんのご家族対象に、おしゃべり会とミニ講座を開いています。担当は水野カオル（ベビーヨガセラピー講師・抱っこマイスター）と中川ミサコ（社会福祉士・ヨガ講師）、シェアハウスLiberoみやの森で参加費はひと家族1000円です。ママの腰痛や肩こり改善のためのリラックスヨガや、赤ちゃんとの楽しいかかわりを学べるベビーヨガセラピーも受けられるお得な90分です。

お問い合わせは

miyanomori.ponte@gmail.com

または

0763-77-3733（みやの森カフェ）

Ponteとやまのサポート部門 特色

その1：とぎれない支援（赤ちゃんからおとなまで伴走）

その2：必要なものだけ選べるフリースタイル

その3：高い専門性と豊かな経験に基づく

プログラムやサポート

その4：豊富で多様なネットワーク

北陸地区特別支援学校知的障害教育校PTA連合会 登壇

6月29日(木)、かねてより依頼されていた、北陸地区特別支援学校知的障害教育校PTA連合会に講師として、スタッフの祐司君と二人で参加してきました。

不登校、発達障がいに関しては、いろんなところで話をしていますが、北陸三県という広範囲の特別支援学校の皆さんには初めてなので、正直少し心配でした。私たちのこの「ごちゃまぜ」を自分のものとしてとらえてもらえるかどうか…しかし、私たちは、私たちのいつもの活動をお伝えすること、そして、ごちゃまぜには、どなたでも入っていただけるということをお話できればいいのかなと思ったら楽になりました。

うれしかったのは、その後、いただいた皆さんの感想文。「いいな!につきます。いろいろな人のつながりでいろいろな人の居場所であり、いろいろな活動がある。とてもいいなと思いました」「子どもと行ってみたい」という感想もたくさんあって、実際に来てくださった方も数人います。

「ごちゃまぜ」って包容力がありますね。最近は聴覚障害の方もランチに来てくれて、恭子さんが手話でお話しています(私は「こんにちは」「ありがとう」から全然進んでいないんだけど)また、視覚支援学校に通っている小学生は、点字の話とアニメの話で同じテーブルの人と盛り上がっていました。いろんな人が増えれば増えるほど、自分の知らない世界に遭遇できます。それがまた「ごちゃまぜ」の魅力なのかもしれません。皆さん「ごちゃまぜ」の世界にどうぞ来てくださいね。

note はじめました!(^^)

https://note.com/miyanomori_ponte

note miyanomori_ponte

検索



言葉を尽くして表現しようと思っていたのは20年ぐらい前。言葉を尽くせば尽くそうとするほど表現できないとわかって、書くのはしばらくお休みしていました。SNSでは発信しているけど、それは「報告」のみ。今、いろんな人が周りにいて、いろんな風が吹いてきて、伝えたいなあという思いが再び生まれてきたように思います。やわやわ、心と言葉に問いかけながら書きはじめました。Ponteのnoteはやはりごちゃまぜ。私(加藤)だけでなく、いろんな人の声を発信していくつもりです。

編集長家森の **目** 目標を設定する▼「目標! 1327店」象に乗った社長が声高らかに宣言。40代以上の方なら見覚えある某フランチャイズ薬局のCM。今全盛のドラッグストアチェーンの先駆けだった▼身の丈に合った目標設定が出来、その目標を達成するために何をするか具体的に列挙出来れば、その目標は既に50%達成といっても過言では無い。もちろん1327出店といった大目標とも限らない▼例えば「某リゾートパークの大人気プールで楽しむ」という設定。プール内の休憩スペースは限られ、休憩場所確保が先着順なら、開門1時間前に現地へ行って並ぶ。朝飯は家出る前に用意して開門前に済ます。浮き輪の空気入れ所も行列だから空気入れ持参して事前に入れておく。ウォーターライダーも行列なので分担して並ぶ…具体的にやることを列挙できる所まで落とし込めるかが重要。そこまでいけば、後はそれをやるだけ▼先日、物流システムを構築し、プライベートブランドを先駆導入したスーパーの創業者が旗を立てて下だった大学前を通った。時は流れ、大学への評価は様々。どんな目標設定にせよ周りの理解や協力は不可欠だが、例えば、やりたい事が無くても、高い偏差値を乗り越え大学合格する人生経験を得るという設定。一方、やりたい事が明確に有り、それを実現して自立自活出来る可能性を飛躍的に高める場がその大学内のゼミにあるなら、偏差値に縛られず、そのゼミへ入るという設定。道は一つでは無い

本号本号に **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 へそろそろ本号に連絡を

募集中!

97歳 つれづれエッセイ vor10

故郷懐旧（その1）

故郷は遠きにありて想うものと言うが、遠く過ぎ去った時の流れにも思慕が募るものである。この機会に幼い頃（昭和1けた）の故郷のひとときを再現してみよう。



「あんたち、いつまで寝ているの、眼が腐るぞー」母のこの言葉が夏休みの一日の始まりだ。明け放された二階の窓から朝の冷気が流れこみ、裏の林からは蝉時雨が夏日の暑さを予感させる。窓に広がる富士山稜は天空を鋭く断ち切り、ふれあう外気が高昇りして軋みを生じ、白雲を舞い上げる。その山容には春の優しさはなく眺める人に迫ってくる。兄が「わーすげー」の後は言葉をのむ。兄は私より二つ上だ。今日は大川で遊ぶことになっている。おにぎりを作ってもらい兄と裏木戸から広場を抜けて大川に行き、先に来ていた仲間と合流する。私達は大川と言っているが、幅五メートル深さ六十センチ程の小川で、富士山の伏流水が豊かに流れている。小石混じりの川底は屈折した陽光を受けてゆらゆらと輝く。左岸は川沿いに厩舎がありそこから少し下って雑木林が広がる。厩舎は馬が5、6頭当時はトラックも少なく、輸送手段として欠かせないものであった。持ち主の子が仲間であった為わがままが効き、中二階に隠れ基地を設け雨の日など恰好な遊び場であった。右岸は細い道を挟んで梨畠の外柵が続く。木橋から三十メートル程下って水門がありその区間が子供達の自然の流水プールである。厩舎からもちだした小判型の大きな盥で川下りをたのしむ。盥の舟は定員三人年長者が竹竿で舟を操る。次に乗る子供達が水門近くに待機し、協力して舟を引き上げ乗り場まで盥を運ぶ。川は年に一度川干しがあり、この時は大人も加わって深みに逃げ込んだ鰻や鯰を捕まえる。ばけつを覗くと、ずがに（もくずがに）が人間の不当な扱いに抗議するかのように大きなはさみを持ち上げて威嚇する。とても子供達の手には負える代物でない。

伊藤博芳（カフェのお父さん）

広告

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(特に氷見市!)

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