

# みやの森通信



発達凸凹向けフリーペーパー 第38号:2025年03月27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

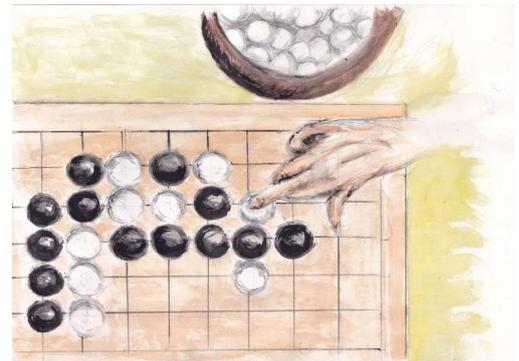
Ponteとやま facebook 検索



## 98歳 つれづれエッセイ vor21

### 川柳に遊ぶ2

住みにくい世間を斜めに見て笑いを求めるところから川柳がうまれる。今回は二十年程前に私が地元の新聞に投稿したエッセイ、題名は囲碁川柳を元を書くことにする。当時いつもより反応が大きかったがこんな電話を頂いた。「お初にお耳にかかります。私は囲碁の事は存じませんが、文章が面白くて失礼を顧みずお電話させていただきました」と美しい応接、たぶん容姿もきれいなご婦人だろう。



ここから本文、制限字数の違いで原文と異なる文章になってしまった。

「碁裡(ごり) 夢中碁会所通いが日課かな」

私は週に三日ぐらいのペースで昼食もそこそこに碁会所にはせ参ずる。

「ぼけた碁を打って悔やおもぼけ防止」「積んどくの棋書の山では碁に勝てず」

「碁に負けて楽しきやいいさと負け惜しみ」

好きこそものの上手なれと言うが碁は好きだけではうまくいかない。「歳が五十になるまでに上手になれない芸はおやめなさい」と徒然草で兼好さんは冷たい事をおっしゃる。今の基準でいえば七十歳ぐらいか。私は少しでも強くなって碁敵をぎゃふんと言わせたくて米長の

「碁敵が泣いて悔しがる本」などをひそかに買って読むのだが一向に効果があがらず相手にホイホイ喜ばせる仕儀と相成る。

「物騒な生かす殺すと紳士の碁」

碁は熾烈な陣取り合戦で平和愛好のお題目をとнаえても勝てない。碁には戦略戦術が有り、戦国の武将も愛好した。そこで孫子の兵法が顔を出す。

「理に合わぬへば碁に孫子苦笑い」「敵知らず己も知らで負け碁かな」

ここからは解説抜きでいこう。

「口先が手よりも勝る年寄り碁」「妙手ありこれでどうじゃと得意顔」

「手もしなり石音高き勝ち碁かな」「嘆き節相手にんまり目を細め」

さて下手な川柳をひねっているより碁敵が手ぐすね引いて待っているだろうから出かけるとしようか、「かーさん飯！」

終わりに最近ひねった句を紹介しよう

「百歳の峠が見えて息が切れ」「お元気ねいわれて丸い背をのぼし」

伊藤博芳(みやの森カフェのお父さん)



## タカチ動物園特別編

### 蛇の道はスネーク

2025年は巳年。ここは攻勢を強めるところだ。タカチ動物園にとって12年に一度の好機といえる。過去にマムシに咬まれた記事を掲載したが、今回はヘビの魅力について語りたい。そもそもヘビを嫌う人は多い。手足のない細い体が気持ち悪い。毒や執念深いイメージがあり怖い。当然の反応だ。では実際のヘビはどうだろう？

#### 蛇道初級編『ヘビはヌルヌルしていない』

ヘビはヌルヌルしていて気持ちが悪いという。そもそも落ち着いてヘビを触ったことがあるだろうか？

ヘビの鱗はケラチンというタンパク質で出来ている。ヒトの皮膚、爪、髪もケラチンで出来ている。同じ材質だ。ヒトの皮膚も元々乾燥に耐える鱗から進化してきたものなのでヌルヌルはしていない。ヘビも同じだ。



#### 蛇道中級編『ヘビは無表情』

犬や猫に癒される。それは感情が分かりやすいからだ。同じ哺乳類なので目を見ればなんとなく喜怒哀楽を読みとることができる。しかしヘビは一切瞬きをしない。何故か？それは眼球に透明な鱗が被さっており、瞬きをする必要がないからだ。リアルに目から鱗である。



#### 蛇道上級編『ヘビはスタイリッシュかつエレガント』

2007年ジョブズがiPhoneを初めて世に出し、世界に衝撃が走った。大きな画面にタッチパネル無駄をそぎ落とした完成されたデザイン、スタイリッシュなスマートフォンのデザインは以降大きく変わっていない。ヘビは約1億6千万年前に現れた比較的新しい生き物だ。手足をなくし、細いボディにスマートに内臓を配し、高性能なセンサーを搭載した。この革新的な生き物は生物界のスマートフォンといっても過言ではない。つまりスタイリッシュな生き物なのだ。

またヘビの捕食は餌を丸飲みにする。ジワジワと食べる様が気持ち悪い？違う。肉だけでなく、骨も内臓も無駄なく食べるエレガントな食べ方と言える。

先日、マムシ酒を人から譲り受けた。マムシは特定危険動物に指定され、法的に飼育が規制されている。残念・・・なので合法的にマムシを展示するのにマムシ酒はうってつけなのだ。様々な角度から生き物の魅力を伝える。これこそがタカチ動物園の使命といえる。このように独特な見た目を有するヘビという生き物は面白い。なんとなく気味が悪いという見た目でも毛（毛は無い）嫌いするには惜しい。

とはいえ野生のヘビを捕まえようとするとまず咬んでくる。毒がなくても生き物の口には雑菌がいるので素手の捕獲はお勧めしない(´д`)┐



コミュニティカフェ

# 全国交流会

多様化する  
居場所

3月8日は、コミュニティカフェについて語り合う「コミュニティカフェ全国交流会」(公益社団法人長寿社会文化協会主催)が東京で開催されました。

子ども食堂の第1号「だんだん」の近藤博子さん(東京都大田区)、認知症本人が開く認知症カフェ「みちくさ亭」の布川佐登美さん(千葉県柏市)、「赤ちゃん食堂ねるこ」の酒井広美さん(東京都板橋区)、地域の居間「こまじいのうち」の船崎俊子さん(東京都文京区)の実践者スピーチ、そして開設講座受講生の成果発表と講評の後、14の分科会が開かれました。私(加藤)は、そのうちの一つの分科会(zoom)のファシリテーターをさせていただきました。

私がこの長寿社会文化協会(WAC)とつながりを持てたのは、2009年のWAC主催の「コミュニティカフェを作ろう」という論文募集に応募して会長賞をいただいたのがきっかけです。そのころはまだコミュニティカフェは富山ではほとんど知られていませんでした。

あれから16年。全国各地でコミュニティカフェが開かれ、たくさんの人の居場所になっています。当時は、どちらかというと高齢者の居場所の要素が大きかったのですが、今は、集まってくる人たちの年齢も状況も様々で、子ども食堂や認知症カフェの概念も加わって、活動の目的や内容も広がってきています。

今回の分科会では、外国籍や外国に行っていた方も参加してくれていたの、「なぜ日本人は苦しいのか」という話題になりました。「日本人のほとんどが、フツーでいたい、多数派に属していたい」という意識が強いのかもと感じるそうです。

また、「支援する、される」の立場が固定化されやすい。行政が縦割りともよく言われるけれども、社会全体の人間関係も縦割りになっていないか。フラットな形での横のつながりがあればもっと楽になるのかも。これは、私たちの活動の中でも、強く感じることであったので、どこにでも同じ価値観でつながれる人がいることがわかってうれしく思いました。

おいしいものがあって、人がいて、フラットなつながりを持てるコミュニティカフェ、もっともっと進化していくかもしれませんね。

## 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 2025年2-3月

[いただいたもの] そうめんの節・菓子・野菜・パン・調味料・マスク・おもちゃ・絵本

- 2月14日 砺波市まちづくり協働事業計画プレゼン
- 2月16日 みやの森PORT子育て講座Ⅱ「こどものこころとことば」：言語聴覚士 遠藤聖子さん
- 2月19日 志貴野高校夜間部「はたらく体験講座」講師：加藤と若者4名、水野
- 3月1日 ワカモノ防災ワークショップ：
  - トークグラフィッカー®&ワークショップデザイナー 山口翔太さん
- 3月8日 コミュニティカフェ全国交流会分科会参加：加藤
- 3月9日 すべての人の凸凹が生かされる社会について考えるおしゃべり会with広野ゆいさん
- 3月15日 榎田地区社会福祉協議会のみなさんが見学



みなさまのご厚意に  
心から感謝いたします!

# 空色エンドロール

水縹 翠  
みはなだ すい

## 第三回：玻璃の海

神社を離れた私の足は、海へ向かっていた。それはと止めたが、濡が行きたいと言うので、了承したのだった。

『思えば、この名前が凧と私を繋いでくれたんだよね』

濡が懐かしそうに呟く。真砂と遠鳴。まさごと、とおなり。どちらも読みにくい名前であり、小学校の時からよくからかわれた。そんな中、いじられて落ち込んでいた濡に、私から声をかけたのが始まりだった。

『「変な名前なんて酷いよね。いい名前なのに」。そう言ってくれたよね』

「そんなこと言ったっけ？」

『言った本人が忘れてるし……でも』

そこで私は、砂浜の入り口に着いた。

『その言葉に私は救われた。目の前が明るくなった』

眼前に広がっていたのは、広大な海であった。傾いた太陽の光を受け、水面がガラス細工のように輝いていた。茜色に染まった玻璃の海。心が洗われる光景であった。

『いい眺め。ツライ時は一緒にここに来たよね』

「そっか、それでここに……」

濡の言葉に、何も言えなくなった。濡は、仲良くなった時には既に心の病を患っていた。

明確な原因は分からない。瞳の色の違い、生まれた場所の違い、そして『普通の人』との違い。

そうした『違い』で遠ざけられたり心無い言葉を言われたりした末に、こうなったと言っていた。

濡は濡のままでもいい。私はそう言ったが、周りはそうは思わなかった。

『周りとは違うから嫌われる。当然の報いなのかな』

「やめてよ。濡のままでもいいんだから」

波打ち際に近づいて海に入り、覗き込む。今、私の中には濡がいる。今までで一番近くにいる。

それなのに、まだ隣に座れそうになかった。

心の病に苦しむ親友と、その苦しさを知らない私。どれだけ寄り添いたくても、隣には座れなかった。

澄んだ玻璃の海に映る『彼女』は、まだ遠かった。それでも、信じたい。

濡の支えに、なれていたと。

「……神社、戻る？」

何と言われようと、濡は私の親友。だから。

『うん。お祭り、今なら入れる』

どこにも、行かないで。

空色エンドロール第一回、第二回

(みやの森通信第36,37号)はこちらから→

みやの森通信

検索 🔍



# 2024年度 新スタッフです！ 2025年度もよろしくお願ひします！！

愛称「まみちゃん」。畑の世話、草刈り、除雪…なんでもこい！

愛称「ニシニキ」。ICTを使った学びサポートも得意です

愛称「ふくちゃん」。穏やかで優しい縁の下の力持ちです

月～水・金はフリースタイルスクール、木・土はカフェに。スマイル0円、365日そのへんにいます。シェアハウス四天王の一人です！

学生の頃から学習サポートスタッフをしてきましたが、1月からフリースタイルスクールスタッフとしてもかかっています

フリースタイルスクールで子どもたちと楽しく遊んでいます。クリーンスタッフとして特養の清掃業務もしています



**小西真実**



**西口直希**



**福澤雅典**



**中川美沙子**



**ジンジャー**



**鹿島侑加**

社会福祉士として、毎週金曜日のみやの森PORTでスタッフをしています。3人の男子、そしてジンジャーのママでもあります

ラブラドルレトリバー（メス3歳）、サービスドッグの訓練中です。人と遊ぶこと、散歩することが大好き

3歳、6歳の子どものママです。絵本やおいしいものが好きでよくカフェにも来ています♡よろしくお願ひします。

スクールソーシャルワーカー(SSW)、ヨガ講師としても活躍中。毎日大忙しです

毎週金曜日、みやの森PORTに来てくれています。子どもたちに大人気！

作業療法士としても活躍中。ソフトな声と優しい笑顔は安心感抜群です。

本当本当に **広告募集。** みやの森カフェに居る加藤へ直接お話をいただくか、0763-77-3733(みやの森カフェ)、miyanomori.ponte@gmail.com へそそそ連絡を

**募集中!**

# おしゃべり学習会 with 広野ゆいさん

3月9日は、おしゃべり学習会「すべての人の凸凹が生かされる社会について考えてみよう！」

(富山県発達障害者等青年期支援事業による)を射水市救急薬品市民交流プラザで開催しました。

講師は、大阪の当事者団体「NPO法人DDAC」(発達障害をもつ大人の会)代表の広野ゆいさん。

広野さんは、発達障害の当事者かつスペシャリストで、公認心理師でもあり、テレビにもよく出演されています。

広野さんの講演は、とても分かりやすく、大きな共感を呼びました。「凸凹自体は誰にでもある」ただ、発達障害をもつ人たちの中には「疲れやすさ」「感覚過敏」や「時間感覚のあいまいさ」もあり、それが生きづらさにつながっていく。その結果の自己否定感や存在に対する不安により、自尊心が保たれなくなる。大切なのは心のエネルギーを育てていくこと、これは本人だけでなく周りの人たちの理解や応援が必要。

でも、これは発達凸凹にかぎることではない。あらゆる人が共に生きていく共生社会を実現するためには、さまざまな多様性を受け入れていくダイバーシティマインドが必要とのことでした。

さて、この広野さんのお話の後、Ponteとやまのシェアハウスメイトの4人、ユージ、タケシ、ナオヒサ、マミと広野さんとのぶっちゃけトーク!それぞれに個性的な4人は、現在「富山型シェアハウスLibero」に住んでいます。一度は「この世から消えたい」と思ったこともあるという若者たちですが、今はそれぞれが自分を見つめなおしながら元気に活動しています。

「フツーになりたい」と語るナオヒサ君、「フツーって何なの?」といろんな人に突っ込まれてもその感覚は消えない。「でも、今は夢を持たなきゃいけないというかつての幻想が無くなって今を大切に生きればいいのかと思うようになりました」

人間界が嫌すぎて河童になりたいと切に願っていたことがあるというマミちゃんは、「今まで何か起きると自分を責めていた。でも、今は、一緒に住んでいるシェアメイトにももう!と腹が立ったりして(あるでしょうよ)、あ、感情が戻ってきているんだと思う。そして、失敗が何より怖かったけど、

失敗しても大丈夫と思えるようになってきました」

タケシ君は今までを語りました。「庄川に真冬に飛び込んだこともありましたが、水の冷たさにびっくりしてしまって、これより冷たい世界はないはず」と戻ってきました。ほうきも持てなかった自分が今清掃の仕事ができるようになったのは、段階を踏んで自信をつけていったことかも(現在仕事の速さは仲間の中で断トツ)

ユージ君の決意表明は、「自分の特性を隠そうとして失敗ばかりしてきました。これからは、特性を隠さないで自分らしく生きるという目標を持ちます!」ここには書ききれない面白い対談でした。

おそらく、追って動画配信される予定なのでぜひ、ご覧くださいね。



みやの森通信 バックナンバーはこちらから

みやの森通信

検索 🔍



ホームページはこちらから

Ponteとやま

検索 🔍



# 育ちあうこどもたち

Ponteとやまフリースタイルスクール(通称フリスタ)では、子どもたちも若者たちもスタッフもみんな一緒にお昼ご飯を食べます。個性豊かで、いろいろな面で「敏感」な人が多いので、好き嫌いがある子は少なくありませんが、どの子も自分が食べられるものをチョイスして食べています。

午前中「今日のごはんなに〜?」と確認にきて、ついでに「試食」という名のつまみ食いをしていく子もいます。「あ〜なんだかお腹すいちゃったな〜」と上手にアピールされると、つい、ちょっと分けてあげたくなるのでした。

子どもたちに人気のメニュー第1位は「オムライス」です。これまではシェフFUMAがみんなの卵を焼いてくれることが多かったのですが、「おれもやりたい!」「私も自分でやる!」と挑戦する子が増えてきました。中学生のHくんはシェフFUMAと一緒に自分で焼くのは自信がないという子のためにたくさん焼いてくれるようになりました。

「焼いてくださ〜い」という低学年チームに「卵はやわらかめ?固め?」と焼き具合を確認する中学生たち。ゲームに興じて絶叫したり、時にやさぐれたりしている中学生が、みんなのオムライスの卵を焼いてあげている様はなかなかカッコいいのでありました。好きなメニューはおかわりをする子も多く、お腹いっぱいのはず…なのですが、14時半過ぎになると、必ず誰かが「お腹すいた〜」と言いはじめ、つられて「おれも」「わたしも」となり、2回目のランチタイムが始まります。オムライスやカレーの残りを食べる日もあれば、炒飯を作って食べる日もあります。そして、みんなが帰るころには、16合炊いたはずのご飯はすっからかん…。作り手としては嬉しい悲鳴。食べる子は育つ!(^^)!ですね。



編集長 家森謙の **目** 間違いを再び起こさないようにするには

▼物事を成し遂げる為、仕組みや手順、そして、成し遂げる為の環境整備は欠かせない。規模の大小や内容は様々にせよ、人はそれを実行し、生み出される成果物の恩恵を預かりながら生きている▼しかし、そこに間違いは付き物。そして、間違いを繰り返さない為にはそれ相応の再発防止が欠かせない。例えば、AとBが目の前にあり、Aを取らないといけないのにBと間違えるミスが発生。あなたならどうする?

▼そこで原因を「疲労が溜まっていたから」「注意散漫だったから」として話を終結させた場合、間違いが再発する可能性大。この場合、そもそもAとBが両方目の前にある環境が良くなく、事前にBを捨て、Aのみ目の前に残しておけば間違いを防止できる。**人要因のミスで人を責めては再発防止から遠ざかる。人を責めるのではなく、人を取り巻く環境や仕組みを先ず改善することから**▼人は誰も間違いを起こす可能性を持つ。助ける時もあれば助けられる時もある。助けてもらえる可能性を高められるよう、日々、自らの言動/行動への気遣いも欠かせない。仕組みを動かし、仕組みでは行き届きにくい所を網羅出来るのは人。そして、仕組みを改善するのも人。人と人が気持ちよく物事を進められる空気感/風土の熟成。気づきを改善へ継続的に繋げていける場。これもまた環境整備

# Mamiのつぶやき フリスタ日記Ⅱ

子どもたちと過ごす中で、日常では味わえないユニークで新鮮な経験をする事が多々あります。例えば、A君と外で遊んでいた時、近所に移動スーパー（某と●し丸）がやってきました。トラックを見たA君は「カッコいい！サインを貰いに行こう！」と大興奮。

（キャンピングカーと勘違いしているのか…？）と思いつつ、その瞳があまりに輝いていたので、私も思わず舞い上がり、一緒に全力でトラックまで走りました。達筆なサインをもらったA君は大満足！店員のお姉さんもサインを求められたのは初めてだったのではないのでしょうか。（内心、私も巡業中の力士からサインをもらった時くらい嬉しかった）

また最近、低学年チームは押入れを「リベロマンション」と名付け、その中でゲームなどを楽しんでいます。3階建てで、各部屋には表札もつけています。Mちゃん（8歳）は、「18歳になったらシェアハウスに住む！まみちゃんも一緒ね！」と言ってくれました。（え…10年後、私まだここに住んでるの？）と心の中でツッコミつつも、中学時代から未来が真っ暗で死にたくて仕方なかった私が、今は（10年後もみんなと楽しくやってそう♪知らんけど）と楽観的に考えられていることに驚く今日この頃。

小西真実



## みーおばあちゃまのお誘い



新千代団地の中にあるおうちみたいなカフェ。どなたでもご利用いただけます。

「これが食べたい」という方には、お店にある食材でお料理を提供することもあります。

ランチの他、マフィン、ショートケーキ（小布施の栗ペーストや、季節の果物などをその場でデコレーション）、おいしいパンのトーストなど手づくりメニューが豊富。

子ども食堂、凧(なぎ)や風の家は子どもたちも大人も大歓迎。みんな来て楽しんでいます。一度足を運んでみてください。

猪原美雪（みーおばあちゃま）



住所：富山県砺波市千代(せんだい)799-11 ※1 電話：090-4684-4628

営業時間：[喫茶 緑山] 水・木・金 11:00-18:00(ランチ11:30-15:00)

[子ども食堂 凧(なぎ)] 水・木・金 17:30-18:30

[子ども食堂 風の家※2] 第一土曜、第三日曜 12:00-14:00

※1: Googleマップ「喫茶 緑山」で検索可。駐車場有。JR城端線油田駅徒歩13分

※2: 子ども食堂 風の家はアレルギー対応可

広告