

みやの森通信



発達凸凹文化の創造を目指す 第43号:2025年12月14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



99歳 つれづれエッセイ vol.26

初恋の譜

「男女7歳にして席を同じうせず」と言う。七歳はちと早い。
 今は10歳ぐらいが相当か、異性を意識し始める頃ではある。
 私の通った小学校では月曜日に朝礼がある。終って組ごとに級長が
 引率して教室に行くことになっていた。2年生の時級長を私がやって
 いた。幼稚園では先生が持て余した腕白小僧の私がなんで級長をと
 言われそうだが、担任の先生が母親の幼なじみの女性で私にやさし
 かったので私は模範生徒になりました。組が列を組んで
 いるときにはいつも前に並んでいる女の子がいた。小柄で顔立ちは
 中高、色白で切れ長の目、微笑みながら対面している私をみつめていた。
 気になる子だ。その日も朝礼が終わって教室の前の廊下に並んでいた時、
 名うての悪鬼が後ろから平手で私の頭を叩いて駆け抜けた。大勢見て
 いる中でこの無礼を黙って見過ごす訳にはいかない。ましてや彼女も見ている所である。
 私の心に勃然として闘争心が沸いた。

私の「待て」と言う声に止まって振り向いた彼に飛びかかって行った。取っ組み合いの末
 彼を組み敷いた時、彼が起き上がろうとしたため、かぶさった途端右肩をがっふり食いつかれた。
 先生が飛んできて二人は離れたが立ち上がった途端、彼は大声で泣いた。勝負有りである。
 私を大人しいと見くびった彼の誤算である。彼女とは三年の組替えで男女の組に分かれ、
 接することはなかった。時は流れ、定年で故郷に帰って始めて小学校の同窓会に出席した時、
 その喧嘩相手と会った。恰幅の良い姿で市会議員をしているとのことである。あの時の話が出て
 彼もよく憶えていた。やはり彼の行動は彼女を意識したもので、私も同様である。お互い当時の
 未熟を笑いあった。そばにいた菓子屋のミイちゃんが話に加わって、「きれいな子だった。
 おれも好きだったよ。彼女は女学校二年の時、肺結核で亡くなった」と教えてくれた。
 私は初恋とは偽りものだなあと鎮魂の思いを込めて杯を口に運んだ。



伊藤博芳(みやの森カフェのお父さん)

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



なっちゃんの山紀行 鹿島槍ヶ岳・爺ヶ岳縦走 その二

登って登って種池山荘に無事到着。しばしの休憩。山荘前のテラスでザックを下ろし、やれやれと座り、行動食のおかきをボリボリ食べつつ、目の前に見える針ノ木岳を眺めて寛いでいたら、テラス下の草原の斜面に向けて登山客らがスマホを掲げて写真を撮っていて。

雷鳥かな？と、そこへ行って見てビックリ。熊。しかも親子。草の斜面を何やら食べ食べ、のんびり歩いていました。お客様もそれをのんびり撮っている。のんびりのんびりな空気でしたが、私は生まれて初めての熊・肉眼・目撃。ゾオ～っと総毛立ち、ゆっくり後ずさりし、すぐさまザックの口を締めました。咄嗟に取った行動が「食糧の確保」というのは我ながら食いしん坊万歳です。でも熊も人々ものんびりムードは延々続いており。怖がりの私も好奇心が抑えられず、恐る恐る再度近づいて写真を撮ってしまいました（真似してはいけません）。

熊達はゆっくり斜面を登り出し、登山道へ出そうな気配になったので、再び総毛立ち、早送りでザックを背負いスタコラサッサと爺ヶ岳へ。すれ違う人達に「山荘で熊出ましたよ！親子！」と注意喚起をしたところ、「えっ！」と驚く人あり、「やっぱり…」と頷く人あり、過去の熊体験を語る人あり。皆さん「注意せねば」という顔になっておられました。（後日聞いたところ、登山道に出た熊達は山荘スタッフが鍋を叩いて撃退したそうです）

さて爺ヶ岳。この山は三峰で、北峰、中峰、南峰とピークが3つ。ポンコツ登山者の我々は勿論、最初の南峰到達で大満足。あの2つはエスケープルート一択です。本日の目的地は冷池（つめたいけ）山荘。明日は鹿島槍ヶ岳。その為の大切な体力温存の術であります。ポンコツなりの工夫です。

さて南峰からのエスケープルートは稜線歩き。剣岳（富山県側から見える剣岳の裏側なのですよ、左右逆）がずっと見えるゴキゲンロードです。剣岳は表面も裏面も、どこから見ても格好良い…。ゴキゲンに歩いてはいましたが、夏山は午後からガスで真っ白がお約束。昼前から視界は白くなっていました。「冷池乗越」という平らな稜線でお昼ご飯に。目の前は真っ白。虚無の世界です。しかし種池山荘で買ったあんぱんは甘くて美味しいくて、あんぱんの勝ち！でした。

そこから冷池山荘までは針葉樹林を下って登ってすぐ。お客様でワイワイ賑わっていました。



種池山荘に出た熊。
斜面をゆっくり登って…



爺ヶ岳山頂！

エスケープルート。
山頂登頂をエスケープ！



裏側の剣岳を
眺めながらの
ゴキゲン稜線歩き

景色は見えずとも
美味しいあんぱん

みやの森カフェ
進む

ごちゃまぜ化

カフェが始まって11年。お客様にもいろんな移り変わりがありました。最初は知り合いの人だけ…そのうち知り合いの知り合い…いつの間にか、私たちの知らないだれかに紹介されていたという人も多くなってきました。

そんな中で、最近は、「グーグルマップで見ました」「食べログで見ました」という女性たちが現れました。「グーグルで高評価ですよ!」「え、なんですか、びっくりです」…そして、グーグルを見て偶然来た方が、今度は「お姉さん、つれてきました」とか「お友達連れてきました」と再来店。女性の口コミは力強い!緊張するけど、料理頑張らなくては!と思います。

そして、近所の高齢の方も定期的に来てくれるようになりました。木曜日は来店しておうどんを食べる(特別メニュー)、あと2回はお弁当配達。おうどん食べるときにいろんな話に花が咲きます。

「昔は、このあたり舗装もされてなくて、馬車が通っていたんですよ」とか、「裏の川は整備されていなくてもっと広くて、ウナギがいっぱいいた」とか。情景が目に見えるようです。

民生委員6年やってこれで任期が終わり卒業です。不安になったとき、混乱したときに「カフェに行こう」と思ってくれる人もいます。包括支援センター、デイサービス、病院とも連絡がすぐ取れるようになっているからこちらも安心です。

11月から、地域の100円おしるこカフェを月1回開催することになりました。地域社会福祉協議会が主宰です。やっと地域にも根付いてきました。考えると、カフェは生き物のようです。どこに向かっていくのかわかりませんが、たえず変化していきます。迷走なのか成長なのか…それさえわかりませんがこれからもみんなでやっていこうと思います。



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10-11月

[いただいたもの] 菓子・野菜・パン・米・調味料・味噌汁・ベビーラック・本・おもちゃ・絵本・りんご・文房具・タオルなど

- 10月 1日 パナソニック教育財団来訪 10月 5日 みんながサポーター (静岡方式を学ぶ会)
- 10月 8日 富山県高等学校教育研究発表大会図書館部会講師 (水野)
- 10月12日 カフェでサイトウさんちの新米を食べる会
- 10月22日 富山型デイケアネットの皆さん訪問
- 10月22日 富山県老人福祉施設協議会で講演 (加藤)
- 10月28日・11月4日 高岡第一高校2年生コミュニケーション講座講師 (水野)
- 11月 1日 ひとのま15周年マルシェに参加 11月 2日 東般若公民館祭りに参加
- 11月 19日 いみずっ子babyの会ベビーヨガセラピー講師 (水野)
- 11月 20日 射水市ファミリーサポートセンター資質向上研修会 (水野)
- 11月 21日 南砺市立井波小学校教育講演会講師 (水野)
- 11月 26日 はるかぜ庄東地域会議 (加藤) 11月 27日 ひだまり絆地域会議 (加藤)
- 11月 30日 富山発達障害研究会症例検討会事例提供 (水野)



みなさまのご厚意に
心から感謝いたします!

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



思いをカタチに

「パン食い競争やってみたいな～」ある日Mちゃんが

つぶやきました。フリースタイルスクールには特別なプログラムや時間割がありません。何をするかしないか…子どもたちは自分で考え実行していきます。

これまで子どもたちの思いや願いを形にしてきましたが、運動会を思わせるようなこと、果たして子どもたちは乗り気になるのだろうか…と不安に感じながらモリサーチしてみたところ…意外にも！？

「私はリレーやりたい！」 「ドッジボールならやってみたいかも」 「じゃあ、わたし選手宣誓もやる！」 …次々賛同意見が集まっています。これはやるしかない！ プログラムリーダーはMami & Fumaに決定。高学年の子どもたちを中心に相談しながら（もちろん、「やりたくないよ」という人のことも尊重するのがフリースタールール）、 「できるだけみんなが楽しく」 参加できるにはどうしたらいいかを考えてプログラムやルールを決めていきました。いつの間にか子どもたちで「話し合い」ができるようになっていることにも感動です。すると、そんな高学年のみんなを見ていた小3Sくんが「ぼくも何かゲームやりたい（Sくんプレゼントでみんなで楽しみたい）な」と手を挙げました。Naokiアシストの元、Sくんも着々と準備を進めていきました。

そして当日。日頃フリスタに来ていない人にも呼びかけたところ、お子さんと一緒に参加してくださったひとのま宮田さんに 「来賓の挨拶」を急な無茶振りするという、いかにもPonteらしい流れでスタートしました。（宮田さん本当にありがとう！）Fuma & Sakura & Midukiのドキドキが

伝わってきた選手宣誓。動き回るかごをこどもも大人も必死で追いかけ回した「玉入れ」。誰を王様にしたらいいかチームで知恵を絞った「王様ドッジ」。しっぽは誰が何本つけるか…これまたチームで作戦を練って対決した「しっぽ取り」。お待ちかねの「パン食い競争」は何回走ってもOK。そして、最終レース「リレー」は各チームで7周をどんなふうに分担するか…またまた知恵を絞り合いました。走って、とんで、笑って…時に考えてまた走って。みんな汗びっしょりです。お昼ごはんは持ち寄りのランチやお菓子も食べて、子どもたちは元気復活。

午後は、Sくんプレゼントのゲームタイムです。「みずのさんが昨日食べたものは？」なんてだれも知らないことであれば、「ミヤクミヤクのしっぽの色は？」というイマドキネタもあり、みんな楽しみました。素敵な景品もあって子どもも大人も気分↑↑です。

「明日は筋肉痛だー」（選手宣誓のとおりだね（笑）） 「また体育館で遊びたいー」 「次はお泊まり会ver. 冬の準備しなくちゃ」 …やりたいこと、叶えたいことが次々湧いてくる子どもたち。見通しをもつこと、予想して計画を立てること、試行錯誤すること、他者視点に立って考えてみること。若者スタッフのアシストもあり、子どもたちがめきめきぐんぐん成長していく様はとても素敵です



活動報告会議でまさかのあの人登場！

パナソニック教育財団来訪

2021年度に、パナソニック教育財団から、「子どもたちの心を育む活動」で全国大賞をいただきました。その時コロナで表彰式がなかったので、「過去の大賞の受賞者同窓会をやりましょう」というお話が飛び込みできました。そして、電話では何度もお話をしたパナソニック教育財団の山田育生さんがリベロに来訪。同時にズームで今の活動の報告会議が開かれました。

なんとパソコンの画面の向こうには、毎日新聞ジャーナリストの小国綾子さん、東大副学長の玄田有史さん、そしてマラソンで有名な増田明美さん！とおりあえず、びっくりしましたが、私たちのゆるい活動を選んでくださった皆さん、話が弾みまくりでした。

玄田さん「いやあ、おもしろいねえ、本番二人で漫才してくれればいいよ」

いえいえ、私たちの売りは、このおばさん二人の漫才でなく、若者と子どもたちということで、彼らも登場！

増田明美さん「マミちゃん！」

マミちゃん 「きやあ、増田明美さんが、私の名前呼んでくれた！」

増田さん 「富山に行くから一緒に走ろうよ」

子どもたち 「かくれんぼしましょう」

増田さん 「長距離は早いんだけど瞬発力がないからなあ」

そうなのか！

こどもたち「(声をそろえて)パナソニックの業務用エアコンと

冷蔵庫ください！」(だれか仕掛けた？)

玄田さん 「パナソニックどう？」

山田さん 「残念ながら乾電池かな」

増田さん 「加藤さん、70歳とは思えない若さですね。加藤さんの後走ります」

「増田さん走ったら追い越しちゃうよ」と皆さん。いえ、大丈夫、年は追い越せませんから！ということで、2月東京で同窓会。楽しみです。

編集長 家森謙の **目** 難攻不落の山頂。ヘリで上がって楽しいか？

▼前号のみやの森通信。印刷入稿後に誤字脱字系の修正漏れが1か所見つかった。チェックはしているが、人間はミスをする。この類の話は防止が難しい。と思っていたが、ふと気づく。「AIにやらせてみたら？」▼約千字の原稿をAI(Google Gemini)に入力し、誤字脱字チェックの指示を入れる。修正後の原稿と修正点一覧を1分弱で出力。完璧。「そんなこともできるのですね」と加藤さんも驚く出来だった▼先日、某理系大学生と会話する機会を得たが、ボリューム多い作文の誤字脱字チェックにAIは大変重宝するらしい。その他、或る討論テーマと討議資料を入力し、要約や想定される論点／質疑応答を出力させるといった活用。アンケート結果を入力し、結果分析するといった活用。メール文のカジュアル／フォーマル的手直しも出来る。利用に際し注意点あるが、作業効率は劇的に異なる。AI活用を前提とした注文がこれからは押し寄せてきて、AIを使わなければ量的に処理が全く追いつかない時代が来た事を肌感覚で感じる▼だが、「難攻不落の山頂。ヘリで上がって楽しいか…？」人々が苦労して山頂へアタックし、発生する喜怒哀楽やアクシデントがあるから面白い。通信の文も同様。物語を要約したら面白さは消える。
AIは汗をかかない。パッショナも無い。熱情を注ぎ、汗をかかねば泥臭さは出てこない。
泥臭さが無ければ面白い物語は生まれない



みんながサポーター
やってみっちゃ！

静岡方式



Ponteとやまフォーラム2025

2025年10月5日

大空と大地のぼぴー村 × Ponteとやま 社会連帯活動連続講座
今年は富山県高岡市生涯学習センターを会場に、
特定非営利活動法人 青少年就労支援ネットワーク静岡の
小和田尚子さんとその仲間の皆さんをお迎えしました。
「みんながサポーター『静岡方式』やってみよう！」を
テーマに、就労支援をはじめとする「静岡方式」の
実践内容について、お話を伺いました。



困ったときに困らない。「大丈夫だよ」が
言い合える地域に。
誰もが安心。ケアし合う地域をいっしょに
つくる。相互扶助の社会をつくる
地域の問題はみんなで解く

小和田 尚子さん



働きたくても
働けない。
くやしい思いを
している人への
就労支援が始まり。
困った人の近所の人を探し、
電話でつながりあうことを
繰り返した

津富 宏さん

なんかかっこいいと思って
サポーターになった。
こいつでもサポーターになれるなら
俺でもなれるんじゃね?と
思ってもらえるよう動いている



村松 敬介さん



私は根っからのおせっかい。
「困った」と聞いたら助けてあげようと思える。
家族の理解あるから継続できる

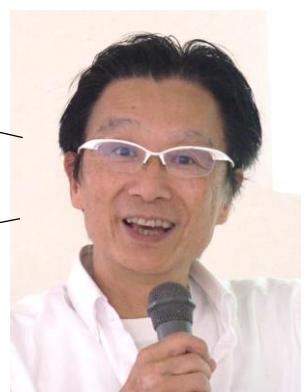
上松 まり代さん

私たちだけでは出来ないけど、

いろんな団体が集まってちょっとずつ支援。
入り口は「人」「口コミ」「やろうか」。これが広がる

富山で様々な活動をされている方々からもたくさん
お話をいただきました。紙面都合で掲載できませんが、
みなさまありがとうございます。

渡辺 慶子さん



ジーク(福岡直人)さん



大宴会!

静岡方式学習会の夜

マイペース全開

学習会の熱気を持ちながら、リベロで大夕食会が開かれました。



なんと静岡、宮城、滋賀の皆さん15名がリベロに宿泊しました。

こちらからのメンバーも含めて30名の大宴会。南砺市の中山さん、

浦井さん、ウッドデッキ修理してくれていた米沢君や

ガチョックの澤田君、共同主催者の大空と大地のぽぴー村の宮崎さんも参加してくれました。

面白かったのは、ゲストもこちらもみなマイペース全開。

私の方は、グラタン、おでん、ちらしずしなどなどをたっぷり用意して、ゲストは飲みたいお酒とおつまみを調達してきて、まるで親せきの宴会のよう。富山のお酒もあって、静岡の方が、

「富山のお酒どうぞ！」なんて富山の人についている場面もありました。



静岡方式は拠点を持たないから、どこにでも展開していく可能性を持っている。一方、Ponteはカフェやらシェアハウスのような拠点を持って場所に縛られているので、どこにでも展開していくというわけにはいかない。その違いはあるのですが、話してみると「わかる、わかる」ということばかり。

今活動の中心になっている小和田さんも、自分の子どもの相談に行ったら、サポートの登録用紙に名前書かされて、相談を受けてくれるはずの渡辺さんが忙しくて、そこにいる若者たちに話聞いてもらって・・・そのまま今に至る。

Ponteも、カフェに来てくれた人、相談に来たはずの人が、カフェやフリースクールを助ける人になってくれています。

相談に来た人が支援される人として固定化されない空気がある。

だから画一化されず、いつも空気が動いている。

石巻から来た若者にも話を聞きました。震災があって大きな額の補助金がおりている地域。そのため市民活動も財政的に安定している。思わず「いいなあ」と言いました。

しかし、安定していると、創造的な次の動きが出にくい。

でも、津富先生が宮城にもかかわることで、

ここにも自由闊達な静岡方式の空気が入っていくのだろうと思われます。

どんな状況でもメリットデメリットは必ずある。そこに関わる人たちがそれをどうとらえてどう動いていくか、違いがあるからこそ、面白いですね。

こんな風に腹の底から話し合い、感じ合うことで、自分たちの活動も見直し、新たな視点も見いだせるのだなということを深く感じることができました。

県を超えてくださった皆さん、学習会に参加してくださった皆さん、参加できなかつたけど興味を持ってくださった皆さん、ありがとうございました！



Yojiの“脳”分析その2

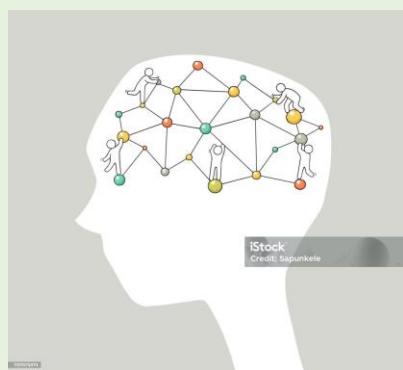
「日常生活の変化と不具合」

私は日常生活の中の様々な変化により、度々不具合を起こします。不具合とは、普段なら言われても気にしないことに対して怒りっぽくなったり、周囲の音がいつもに比べてよく聞こえてしまいそれを全部脳で処理しようとしたりすることです。興味や関心がないことが聞こえるのも困りますが、興味や関心があることであっても、脳のブレーキが効かなくなつて興奮状態となり、自分をコントロールできなくなるため疲れ果ててしまうのです。

気温、天候、生活環境（部屋の模様替え含む）、生活リズム、予定の変更などの様々な変化や、未経験のことなど、不具合を引き起こす要因はいろいろあります。

前稿で書いたように、私は「自己流ルート」で物事を考えがちです。日常生活に対しても思い込みが強く、「昨日もこうだったから今日もこうだ」と思っているため、日常の変化は「そんなルートは存在しない」と認識しているところがあり、対応が遅れ、不具合が起きているのだと最近は分析できるようになってきました。

でも、不具合を起こす回数は以前に比べて減ってきていると自覚しています。理由は、自己理解が進んだこと。日常での不具合の「整理と対策」を繰り返したことにより、「選択肢が少ないカーナビ」の選択肢が少しずつ増えてきました。その結果、不具合が減ったのだと実感しています。物事を整理する大切さに気づけたことについてはまた次回で（続く。）



アートカフェは教室ではありません。

それぞれが自分の感性を

大切にしながら感じて表現する

アートセラピー。日々の疲れやモヤモヤはちょっとおいといて、自分の時間をたのみませんか？（第2水曜日14:00～）

bochi-bochi café（第2以外の水曜日13:00～17:00）

高岡産の小麦粉と豆乳のワッフルは、シンプルに焼き上げて

季節のフルーツやシロップを添えて。熱々ホットサンドは、フェンネルとバジル、鶏ハム、チーズがトロリ～。目によい菊のお茶も人気です。ときどきアップルパイ焼きますよ。

ほっと一息、ぼちぼちの水曜日♪お待ちしています。

みやの森カフェの水曜日はスタッフのワタナベキヨウコが担当しています。第2水曜日は臨床美術アートカフェ。それ以外はbochi-bochi caféをぼちぼちと営業しています



広告