



家族力大賞'10

作品集

〜家族や地域の

「きずな」を強めよう〜

社会福祉法人

東京都社会福祉協議会



家族や地域の「きずな」を強めよう

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会

会長

古川 貞二郎

東京都知事賞

支えられて

菊地 正行…… 3

東京新聞賞

ことば

岡部 達美…… 11

東京都社会福祉協議会会長賞

Sさんの夢と願いを通して私がいただいたもの

川俣 ひとみ…… 21

もうひとつの家族

藤井 智美…… 26

繋がってゆく命の誓い

原田 あき…… 32

運営委員会委員長賞

グループホームで生まれ グループホームで働く

奥野 謙介…… 37

娘の救命手当で得た「きずな」と「使命」

中村 智子…… 43

6畳の幸せ

金子 恵理…… 49

共に生きよう 家族だもの

葭田 忠正…… 54

十八歳の私からお母さんへ

木村 風奈…… 58

十九才の一步

鈴木 ゆみ…… 64



親亡き後の自立訓練の場を作ろう

―心地よい草むらをもとめて―

風間 美代子…… 70

ある夫婦が紡いだケアチームの「絆」

八幡 茂子…… 76

二人三脚の日々

木村 洋子…… 81

やさしさと笑顔で暮らしのお手伝い

―実践してます シルバー人生で―

渡邊 昭子…… 87

本所の絆

設楽 紀久子…… 93

夢と喜びの風船

深山 マヤ…… 102

(敬称略)

表紙作品紹介

(東京都社会福祉協議会会長賞、運営委員会委員長賞は受付順で掲載しています)

家族力大賞'10 ―家族や地域の「きずな」を強めよう―資料

※作品の著作権は東京都社会福祉協議会に属します

家族や地域の「きずな」を強めよう

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会 会長

古川 貞二郎

昨年は、次々に明らかになった100歳以上高齢者の所在不明の問題、さらにはまた大阪市の痛ましい児童虐待の事例など、コミュニティに加え、家族機能までもが崩壊し、孤立している人々の姿が如実にあらわれてきました。

そうした状況を反映してか、「無縁社会」が昨年の流行語大賞ともなりました。大変悲しむべき事態ではないかと思えます。

しかし、これは、反面、多くの人々が、家族、職場、学校、地域等における人との関係性が希薄になったことに気づきはじめ、明日はわが身に振りかかる状況として受け止めるなど、関心の高さを表しているものと考えます。



本会では、こうした状況を改善する一助になればと考え、平成19年度から「家族力大賞」を設けております。

今年度の家族力大賞のテーマを昨年度と同様に「家族や地域の『きずな』を強めよう」とし、広く体験談を募集しました。親子や祖父母とのきずな、地域の方々とのきずな、さまざまな「きずな」や「つながり」などの沢山の体験談が寄せられました。

ケアマネージャーの方から寄せられた、介護保険制度によらない、地域の方々に支えられたひとり暮らし高齢者の話、祖母の認知症の方との交流の姿に学んだ孫の、地域の高齢者との新たな出会いの話、また、今年度から新たに応募対象とした「写真」からは、難病という境遇にありながらも家族のあたたかさに支えられて、新たな人生を歩みだした作品など、それぞれの方の深くあたたかい体験に裏打ちされた作品が寄せられました。

今後の地域や家族のありよう、さらには、人の輪の広がりからくる人のあたたかさや心強さ、力強さを感じることが出来るものばかりです。

人は孤独の中で生きていくことはできません。人のぬくもりを感じ、人とのつながりの



中でしか生きていけません。

この作品集を手にした方々が、家族のきずなや人々の縁、地域のつながりを改めて考えるきっかけとなり、生きるヒントや励ましを得ていただければ幸いです。



本作品集は、原文のまま掲載いたしました

東京都知事賞



支えられて

菊地 正行

介護保険でのケアマネージャーの仕事をしています。「夫が脳梗塞で倒れ、もうすぐ退院するんです。つかまるところがないと起き上がれないので、介護用のベッドを借りたいのですが、どうしたらいいんでしょう?」「一人暮らしで話をする機会が無くて。デイサービスに通えますか?」など、毎日のように相談の電話が入ります。

ある日の午後、若い男性が窓口にきました。「突然すみません。病院の送迎バスの運転手なんです。患者さんの中で介護保険を受けさせてあげたい人がいるんです。相談にのってもらえませんか?」駐車場を見ると、マイクロバスからゆつくりと人が歩いてきました。白い無精ひげ、襟の擦り切れたシャツを着た初老の男性でした。「安藤（仮名）です。」男性はやつと聴こえる程度の声で挨拶し、今まで就いてきた仕事や、亡くなった奥さん、長年患っ



ている病氣のことを話し始めました。「段々疲れやすくなってきました。買い物を手伝って欲しいんですが、お願いできませんか?」「わかりました。介護保険制度の説明や、買い物についてのお話をしましょう。でも疲れている様子なので、明日ご自宅にうかがいますよ。」「よろしくお願いいたします。」そう言って安藤さんは病院のバスの運転手と帰って行きました。

翌日、安藤さんを訪ねました。築30年以上、朽ちているような古い建物は、呼び鈴はもちろん、「○○荘」といった名前すらないアパートでした。共同玄関を入ると、右側には「上がる」というより「登る」といった感じの階段がありました。手すりも無く、漆喰の壁を両手でつたわりながら2階へ上がりました。

「汚い部屋ですみません。」そこは、敷きっぱなしの布団と少しの衣類、冷蔵庫がやたら目に付く6畳間でテレビはありませんでした。小さな流しも付いていますが煮炊きした様子はなく、無駄なモノは無いけど、必要なモノも無い部屋でした。

「食事は歩いて15分程度のスーパーの惣菜を買って食べています。お風呂は体調と天気が良いときに銭湯に行き、洗濯は流しで洗っています。通院以外はただ寝て過ごしています。」昨日よりは顔色も良く、少し緊張が取れた様子でした。「今まで何とか自分で生活し



てきました。しかし買い物が大変なんです。ヘルパーさんに手伝ってもらえないでしょうか？」介護保険制度でヘルパーを利用すると利用料の一割を負担することを説明しました。すると安藤さんの表情が暗くなりました。「そうですか、介護保険って利用するとお金がかかるんですか…」

安藤さんはお金がありませんでした。亡くなった奥さんは病気で長い間入院し、貯金とその費用にあてていました。今は安藤さん自身も定期的に通院しなければなりません。アパートの家賃、食事や水道光熱費等で2ヶ月に一度の年金は無くなり「贅沢したい」と考える余裕も無いほどギリギリの生活を送っていました。

安藤さんの希望は「今まで通り、スーパーで惣菜やトイレットペーパーを買ってきて欲しい。」ことでした。しかし、惣菜をまとめて買ってきても数日間同じものを食べるわけにはいきません。冷蔵庫しかないこの部屋で暮らすには1週間に数回の買い物が必要でした。「どうしよう?」そんなとき、近くに住んでいる阿部さん(仮名)を思い出しました。

「最近、暇でしょうがないのよ。何かお手伝いすることないかしら?」阿部さんと2週間前に道であった時の会話です。阿部さんのご主人は「要介護4」の寝たきりで、私がか



アマネージャーを担当していました。「自分の家で死にたいとずっと言っていたから。」と最後までご自宅での介護を続け、看取りまでした方でした。「これからは好きなテニスをする。」と言っていました。膝が痛くなりやめてしまったそうです。

アパートを出てすぐに阿部さんの家に向いました。元テニス仲間も遊びに来ていました。「困っている人がいるんです。スーパーについていいから、買い物をお願いできませんか？」阿部さんは「これでも女なのよ。知らない男の人の部屋に一人で行けないわよ。」「そうですね。じゃあ、テニス仲間の方にも、協力をお願いできませんか？」「あなたね、そういうことは近くに住んでいる人たちに頼んだほうがいいんじゃないの？」「すみません、すぐ近くのアパートなんですけど。」「そうなの…。」結局、阿部さんたちが手伝ってくれることになりました。

「ずっと住んでたけど、近くにこんなアパートがあるなんてしらなかつたわ。」階段をのぼり安藤さんの部屋に入りました。「買い物を手伝ってくれる阿部さんです。そのお友達も一緒に手伝ってくれることになりました。」「ありがとうございます。よろしくお願いします。」阿部さんたちは早速、どの曜日に誰が来るかを話し始めました。その後、どんな



天気の良い日でも、安藤さんの家に行き、食べたいもの、欲しいもののメモを受け取り、自分たちの買い物と一緒にスーパーに行く手伝いは続きました。しかし、全てがうまく進んだわけではありません。「スーパーの惣菜だけじゃ、栄養が偏ると思って。」とオカズを持って行ったことがあります。「わたしも持って行ったほうがいいのかしら？」複数の人が手伝うと「あの人は○○をしてくれた。」が「他の人は○○してくれない。」ことにもつながります。阿部さんに声をかけ、集まってもらいました。全ての人が同じように安藤さんに接することにし、その後はなにかあれば集まって話し合い、確認していききました。

阿部さん宅にみんなが集まった時でした。「誰かの為に役に立つってなんだか嬉しいわ。」一人が話し始めました。「本当。でも不思議よね、この間まで全然知らなかった人なのに、今じゃなんだか顔色が悪いわねとか、熱があるんじゃないのかしらとか、つつい心配しちゃうのよね。」「家族じゃないのに、なんだか安藤さんてみんなの家族みたいよね。」

ある日、阿部さんの膝が悪くなりアパートの階段が上がれなくなりました。「今までありがとございました。良くなるまでほかの人に相談してみます。」「なに言ってるのよ。部屋からお金とメモをもらえば私、行けるわよ。」その後、ヒモにビニール袋をつけて買



い物のやり取りが行われました。

ずっとこの関係が続くと思っていました。しかし、安藤さんの病気は進み、体調は悪化。とうとう主治医から入院をすすめられました。

買い物のお手伝いがなくなることを阿部さんに報告すると、全員が安藤さんのアパートに集まりました。もちろん、膝の悪い阿部さんも、テニス仲間におしりを押され2階まで上がってきました。「入院の準備手伝わね。」「着替えはこれでいいの?」「元気になって帰って来てね。」皆に声をかけられての入院でした。しかし体調が良くなることはありませんでした。安藤さんは入院して1ヶ月後に亡くなりました。

「そうなの、亡くなったの。」「でも楽しかった。」「本当。残念だけど。今日は安藤さんの買い物があるんだと思うだけでチョット嬉しい気持ちになったわ。これが夫の買い物だったら嬉しいなんて思わないかもね。」「本当よねー。」「また何かあったら相談してね。」

安藤さんは、たまたま地域の方たちに支えられて生活することが出来ただけなのかもしれません。しかし、この安藤さんの出来事は、ケアマネージャーの私に介護保険でのサービス以外に「地域の支えあう力」を教えてくださいました。

東京新聞賞



ことば

岡部 達美

渡辺 やすさんは、86歳。認知症です。家族と暮らしていますが、日中は一人です。そんなやすさんにとって、心の休まる友だちがいます。私の祖母です。

私は、今年の春休みに、一ヶ月間、祖母の家に滞在し、祖母と一緒に、やすさんと毎日過ごしました。

やすさんは、今から十余年前、夫の次郎さんが他界して以来、東京、逗子、千葉の子どもたちの家を転々としてきました。次郎さんと本当に仲がよかったので、悲しみ方が尋常ではなかったようで、それを子どもたちが心配し、毎月、各家で預かることになったそうです。

ところが、そうして2年が経った頃、家族に、よく首を傾げて、ひとり言を言うように



なつたそうです。

「今日、何日だったかしら。」

「おじいさんは、いつ会社から戻るって、おっしゃっていたかしら。」

「孝昭（長男、当時、55歳）に、そろそろご飯を食べさせないといけないわ。」

家族は、たまりかねて、病院に、やすさんを連れて行きました。診断は、かなり高度の認知症。孝昭さんは、一瞬倒れそうになったそうです。でも、必死に立ち上がりながら、拳を握って、空に叫んだそうです。

「苦労して、私たち8人の子どもを育ててくれた大恩人なんだ。これから恩返しをと思っていたのに。お母さん、どうしたんだよ。」

その日は、朝からどんよりと曇っていました。やすさんの声が、庭に響きました。

「おばあさん、おばあさん、元気にしてる。」

祖母は、いそいそと玄関に出ました。その途端、私は、裸足のやすさんに気づきました。

「やすさん、今日は、これから、どこかにお出かけ。」

「ええ、実家まで行こうと思って。」



「今日は曇っているから、暑くならないでしょうね。さすが、やすさん。」

やすさんは、自信満々で答えました。

「おばあさんも一緒に来ない。」

私の祖母は、腰を痛め、遠出はできません。すると、祖母は、こう答えました。

「トンボ沼まで一緒するから、その前に、靴を履きましょう。やすさんと私は。」

やすさんが、大きな声で答えました。

「23センチ、一緒だものね。」

「やすさんは、よく覚えているね。私、忘れたわ。でも大丈夫。やすさんがいるからね。」

「そうよ、困ったら聞くのよ、おばあさん。」

祖母は、78歳、やすさんは、86歳。面白い会話です。でも、私は、やすさんの反応に驚きました。自分の名前も忘れて久しいのに、祖母の顔は忘れない。祖母の質問には、しっかり答えていたからです。また、それ以上に、祖母の問いかけに驚きました。認知症の人のことばを、しっかり受け止め、認知症の人に自信を与えながら接していたからです。



祖母は、トンボ沼まで一緒に行きました。そして、こう言いました。

「やすさん、私、ひとりじゃ家に帰れない。」

やすさんは、大きな声で言いました。

「おばあさん、私がいるから大丈夫。さあ、帰りましょう。」

主客逆転と言ったらよいのでしょうか。祖母は見事に、やすさんの徘徊を、やすさん自身の意志で止めたのです。

私は、次の日から、やすさんと祖母と、毎日、昔の遊びの話、戦争の時の話、食べ物の話、夢の話をしました。やすさんの夢。それは、次郎さんと結婚することだそうです。照れながら話すやすさんは、少女のようでした。私は、そんなやすさんから、ひとつ学びました。それは、心清く生きた人は、一生、きれいに人生を送れるということ。そして、祖母からも教わりました。友だちは、一生、互角だということです。

4月、駅で、ひとりのお年寄りとお会いしました。

「あの、出口がわからなくて。」

「あそこですよ。一緒に行きましょう。よく変わるんですよ。」



私は、祖母なら、きっと、こう言うだろうと思って受け答えしました。そして、出口に着きました。「階段に気をつけてください。」

私のことばに対して反応はありませんでした。下を向いて、不安そうな顔を見せました。どのくらい経ったことでしょう。急に顔をあげ、おっしゃいました。

「ねえ、家まで一緒してもらっていい。」

私は、一瞬たじろぎました。でも、ここで断ったら、困ってしまうだろうと思いました。見ると、胸に、名札が下がっています。私は、それを何気なく見ました。

「小島 久子、72歳。認知症です。見かけたらご連絡ください。」

私は早速、電話をしました。しかし、どなたも出ませんでした。私は、決めました。

「小島さん、私にお家を教えてください。」

「スーパ―があるのよ。郵便局の隣りよ。」

私は、構内の地図を見ながら探しました。

「小島さん、すごい。わかりました。」

「そう、だったら、行きましよう。」



「はい。でも、わからなくなったら教えてくださいね。」

「大丈夫よ。さあて、出発。」

急に元気が戻ったように、明るい笑顔が返ってきました。

「小島さんは、名札をつけているけど。私は無いので、自己紹介します。」

私は、小島さんの元気を分けていただき、自分のことを話しました。

「えっ、図書館に勤めたいの。」

「はい、本が大好きで、毎日、本に埋まって生きたいのです。」

「佐藤 愛子って知ってる。」

「小島さん、お好きなんですか。」

「大好きよ。『戦いすんで日が暮れて』は、何度も読んだわ。」

「私も読みました。どんなに悲惨でも、悲惨と思っちゃいけないのだと、私は思いました。」

「昔は、貧しかった。みんな、貧しかった。でも、負けなかったよ。」
こうして、道すがら、小島さんと、いろいろなお話をしました。



「あつ、郵便局。そして、右隣は、スーパー。小島さん、ご到着です。」

「ねえ、おやつ、食べていって。羊羹があるわ。」

「いいのですか。」

話し声に気づいて、お年寄りが出て来られました。

「ああ、おやつ、食べたい。」

「すみません。送ってくださったのですか。」

「はい。困っておられたので。」

「ちよつと上がってください。遠慮なく。」

こうして、私は、お年寄りの友だちを、ふたり作ることができました。

ことばは、人に元気を与えます。自信も与えます。でも、何より、優しさの交換なのだと、私は思いました。

その後、何度も、小島さんご夫妻の所に遊びに伺い、昔の話をたくさん聞いています。そして、つい最近のこと。

「家内が、よく言うんですよ。『たっちゃん、今日、来るよね。』って。僕までうれしく



なりますよ。」

ことばは、喜びも運んで来るようです。



東京都社会福祉協議会会長賞



Sさんの夢と願いを通して私がいただいたもの

川俣 ひとみ

私はつい数年前まで、東京都でありながら僻地という指定をうける行政に保健師として働いていた。これはその時、私が担当していた心臓に病気をもちながらも自分の生まれ育った家、地域で人生を全うしたいと願った93歳 男性の願いが、本人はもちろん、家族や、地域の力で叶った話だ。

私とその男性Sさんの担当となるきっかけになったのは、町に唯一の病院であるO病院の外来看護師Tからの依頼だった「2週間に1回の通院で心臓の診察を受け2週間分の薬を処方されていたSさんだが、高齢で足腰が弱ってきたことと、病院に来ること自体が心臓に負担がかかってしまう危険の回避のため、主治医の判断で受診が月1回に変更されたが一ヶ月もの間、一人で暮らす生活面には心配がある、定期的に様子を見てもらえないだ



ろうか」ということだった。長寿の高齢者を増やしていくことは町の重要課題でもあり上司に相談すると2つ返事で定期的な訪問指導の許可は下りた。

しかし、初めての訪問でSさんのもっとも大切でささやかな願いが叶えられるためには、あまりにたくさんの方が問題があることに気付かされた。もっとも重大な問題はSさんの住む環境が尋常ではなく苛酷な場所であったこと、一般道から大きく外れ、訪問には軽い登山を行うくらいにの服装と心構えが必要で、その山頂であるSさんの自宅を目指すには、健康な私でさえも片道30分はかかる。道はほとんどが獣道、Sさんはその低下した体力からこの道をスイッチバックのように登っていくので片道1時間近くかかるという。どれだけ毎回苦しい思いをしてこの道を一人で行き来してきたのだろうと思うと、心臓に病気がない私の胸のあたりがキュンと熱く痛くなるような気がしたことを思い出す。当然のことながら見渡せる範囲には、隣家と言われる建物は一軒もなかった。

ただし、Sさんの自宅から見る風景は言葉に言い尽くせない程の絶景で、まるで地上の煩わしさが想像もできないくらいの世界で、仙人にでもなった気分だった。そしてこの地に立ってみて、最後までここで自分らしく生きたいと願うSさんの気持ちを絶対に守って



あげたいと思った。

それからのSさんと私はたくさんの話をし、この場所で生活していくために何が必要で何が困難かという点を次々と上げてみた。そしてその解決を図っていくため、誰にどのよう協力してもらうかという提案もさせてもらい、相談と了解を繰り返しながら、Sさんの夢実現生活に向けた支援体制づくりをしていった。

定期的な安否の確認と問題発生 of 早期発見には保健師である私と、設置された小さな籠だけのロープウェイで定期的に食料を届けてくれる町の食料品店の店主と郵便物を届けてくれる郵便局員が担当することになった。一人暮らしの危険から近隣の市町村に住む息子や娘たちは子どもたちのどこかの家に降りてくるようSさんの一人暮らしには強固に反対していたが、兄弟姉妹で集まっていた席で、本人からは最後の願いとして今の自分の気持ちを伝えてもらい、私からも生命に危険がないギリギリの時まで地域や行政もできる限りのお手伝いをしていくことを伝え、何とか承諾をもらった。「そう決めたからには自分たちも最後の親孝行がしたい」と子どもたちが交代で土日には山に登って父親と過ごすと言ってくれた。

それからのSさんの周りは今までになかった活気に包まれ、Sさんはその動きや口調に若さ



を取り戻してきたようにも見えるほどだった。食料品店の店主や郵便集配員もSさん宅の下の道路を通過する時には、用がなくても「今日も元気か困ったことは無いか」と声をかけてくれるようになった。子どもたちも土日には、Sさんにこの場所で自分たちを育ててもらった、苦労話や思い出話をゆつくり聞くことができ、懐かしがったり感謝したりすることができた。そんな日々が何カ月か続き、このままどんどん元気になっていってしまうのではないかと思われるほどだったSさんも、月1回の受診日には長男が背負子に乗せて昇り降りするようになった。この昇り降りも危険や負担が大きいであろうと行政からの提案で制度を利用したモノレール設置がされることとなった。

「こんな便利なものまでつけてもらって本当に自分は幸せ者だ」とその工事の進捗状況を上から楽しそうに眺めていたSさんがそのモノレールに乗ることは一度もなかった。

最後は心臓の発作が出てO病院の病室での最期だったが、お見舞いに来る人一人ひとりの手をしっかり握り、クシヤクシヤの優しい笑顔で「本当に幸せだった、ありがとう」と言ってくれた。

そして、Sさんは守れなかった約束を私に残していつてしまった。



「Aさん、今年の夏の終わりにはここで一緒に邯鄲の声を聞きましよう」私は「邯鄲？」と聞き返した。「邯鄲は8月の終わりから11月頃までルルルル〜といい声で鳴く虫です。私はその声が聞けた一年一年を幸せに思っています。そしてまた来年もこの声を聞けるようにと元気をもらっているんです」と話された。

Sさんが亡くなったのは、その年の6月、何日も続く雨の日の朝だった。私はその年の夏の終わり、友人と主のいなくなったSさんの家に向かい邯鄲の声を聞いた。

私はSさんを通して、一人で自分らしく生きていくのはとても難しいが、知恵を出し合い、少しの力を貸し合えば、無理と思われる壁も意外に楽に越えられる場合も多いということを学んだ。とにかくどんな小さなことからでも、動き出してみなければ次に乗り越えるべき問題も見えてこない、そしてその一つ一つを乗り越えていくうち、そこに関わった一人ひとりが新たな力を得ることとなり、もう一つ上の自分を夢見ることができるようになるということだった。

Sさんと、Sさんの夢と願いを支える力として関わってくださいましたみなさんに、深い感謝の気持ちでいっぱいである。



もうひとつの家族

藤井 智美

幼い頃、父親と母親と妹の他に、私には、もうひとつの家族があった。「おっちゃん」と「ああちゃん」、そして、「おびちゃん」と「ぼうちゃん」のいる家族である。

私が生まれた昭和35年当時、まだ保育園はゼロ歳児保育がなかった。夫婦共々教師だった私の父と母は、産休明けに私を預かってくれるところを必死になって探し求めたようである。二人とも故郷を離れ、近くに協力してくれるような親戚は一人もいなかったのだ。その上、私の父も母も、早くに母親を、つまり私の祖母となるはずだった人を亡くしていた。

両親の願いが届いたのか、偶然、我が家から歩いてほんの2、3分という距離に住む子ども好きの夫婦が、私を預かってくれることになった。それが、「おっちゃん」と「ああ

ちゃん」だった。

決して子どもがいなくて、寂しかったわけではない。夫婦には、多感な時期の12歳の女の子と10歳の男の子がいた。しかも、あちゃんは、週末の土日に仕事をしていて。そこに、生まれて一ヶ月か二ヶ月足らずの私の子守である。相当に大変だったのは想像に難くない。しばらくは預かったものの、あまりの大変さに、あちゃんと母は相談して、近くのお寺に私を預けることにしたようである。ところが、お寺の人に、抱っこされた途端、赤ん坊の私に火がついたように泣き叫び、帰りかけていたあちゃんは、途中で踵を返して駆け戻り、「何があっても私が育てます!」と言ったというのである。

お寺でのことは、それから30数年後、あちゃんが病で倒れ、すでに意識が朦朧とし話もできない状況の、その枕元で、おっちゃんから初めて聞いた話であった。まるで、おっちゃんの口を借りて、あちゃんが、私に伝えようとしたように思われた。

病室に、私とあちゃんの二人だけになったとき、あちゃんの口元がかすかに動いた。意識がなくなり話せなくなってから、すでに数日が経過していた。口元に耳を近づけた。「オチャガノミタイ。」あちゃんは、聞こえるか聞こえないかのかすかな声で、しか



しはつきりと私に伝えた。私は、大急ぎで看護婦さんに伝え、脱脂綿に水を含ませ、そつと、ひとしずく口元に注いだ。

私は、ああちゃんの最後の声を聞くことができたのである。

それから数年後、おっちゃんの命の火が消え入りそうになったときも、私は一晩徹夜で付き添う機会を得た。

私と、そして6つ下の妹は、家族同然、おっちゃんとああちゃんに育てられた。その家の女の子を「おびちゃん」、男の子を「ぼうちゃん」と呼び、姉妹同様に育った。

私の家にはないものが、ああちゃんの家にはいっぱいあった。緋毛氈が美しい大きな雛壇飾り、御所人形や鯉のぼり、オルガンやステレオ、餅つき機やアイスクリーム器もあった。

ああちゃんは、手先の器用なセンスの良い人で、夏には綺麗なレース編み、冬にはあったかなセーターを編んでくれた。年に一度のお祭りの前日には、必ず新しい洋服を用意してくれた。料理も上手で、カップケーキやキャラメルは、極上の優しい味がした。入学式も卒業式も、運動会も参観日も、そこには、ああちゃんがいてくれた。



おっちゃんは、とても優しい人だった。私は、保育園にはついぞ行かず、幼稚園に通うようになっても行くのを嫌がり、幼稚園バスが迎えに来ても頑として乗らなかった。その私を、毎朝なだめすかし、おっちゃんは、自転車に乗せ、幼稚園まで送ってくれたのである。風の匂い、自転車の上から見た風景を、私はいまだに、うっすらと覚えている。

「大丈夫や。」「かまへん。」それが、おっちゃんの口癖だった。今思っても、それは、とびっきりの癒しの言葉であったのだ。私は、その言葉にどれほど救われたかわからない。

若い頃の私の両親は、教育者ということもあって、非常に厳しかった。母が仕事から帰宅し、迎えに来て、なかなか帰りがらない私に、母は、随分寂しい思いをしたようである。

働くことに一生懸命で、ゆっくりと子どもに向き合う余裕など、両親にはなかったことが、今の私には痛いほど良く分かる。しかし、当時の私には分からなかった。さらに、私が5才のときに父が病気でなくなり、母の肩に全ての負担がのしかかった。父が亡くなる半年前には、妹が生まれていた。母は、がむしゃらに働くしかなかったのだ。寂しく孤独であったに違いない。



それほど苦勞を重ねた母がいるにもかかわらず、25歳の時、私は、どうしても自分自身の力を試したく、夢を追いかけ、上京することを決意した。茶箱に鍋や食器を詰め、荷造りを手伝ってくれたのは、おっちゃんとおあちゃんである。私は、母には、最後まできちんと上京することを言い出せなかった。多分、自分のやろうとしていることの無謀さと、それが、どんなに母を苦しめることになるのかを、知っていたからだと思う。それであったとしても、私は充分に親不孝であったのだ。

親戚がひとりもない東京で、私は、一人暮らしを始めた。そして、ひとり、またひとりと知り合いをつくっていった。充分にやりたいことに挑戦し、やがて結婚し、二人の子を授かった。

大都会で騙されることもなく、多くの人々に支えられ、ここまでこれた理由は、ただひとつである。それは、私が生まれて最初に出会った、血の繋がりのない「他人」と呼ばれる人が、自分をゆだねても安心できる、「信じる」ことができる人だったことである。

「おっちゃん」と「ああちゃん」、「おびちゃん」と「ぼうちゃん」は、私にとって正真正銘の「他人」であるが、私は、その人たちと何十年も接してきた中で、傷ついたり、嫌



な思いをしたことが、ただの一度もないのである。こんな幸福なことがあるだろうか。

美術品でも、食べ物でも、最初に上質のものに出会えば、偽者が分かるという。信じるに足る人が、どういう人々なのかを、私は赤ん坊の頃から直感的に学んだのである。

幼い子ども達にとって、地域に住む人々が重要なのは、ここにあるように思われる。最初に出会う自分の身近にいる大人が、「信じる」ことができる存在であれば、人は、たとえ、その先どんなことがあっても、人を信じ、自分を信じて生きていけるのではないだろうか。

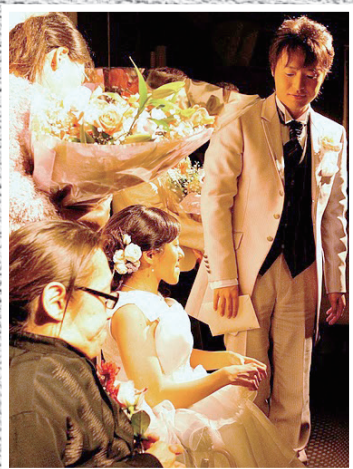
母は、今、故郷にひとりで住んでいる。そして、その家のすぐ隣には、ぼうちゃん夫婦が住んでいる。奥さんとても優しい人で、時折、私の母を自宅に呼んで、一緒に食事をしてくださっているようである。

母は、子育てのために、ああちゃん達に出会った。そして、一人暮らしの母のそばに、今も尚、ぼうちゃんがいてくれることに、私は出会いの不思議さと思う。

私は50歳。ぼうちゃん達とは、半世紀に及ぶ付き合いとなった。



繋がってゆく命の誓い



原田
あき

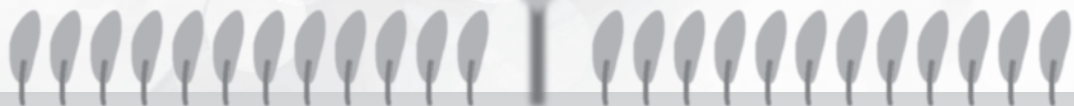




11月23日、私は愛する人と結婚式を挙げました。私は、先天性骨形成不全症という難病で生まれましたが、素晴らしい父と母の元に生まれ、温かい家族に見守られながら今日まで生きてきました。父と妹も同じ、骨形成不全症で我が家は3人が車椅子で生活をしています。30年前、私の父と母は家族の猛反対の中、結婚をしました。しかし、二人はどんな困難にも負けず、地道な努力と愛を重ね、兄、私、妹の3人の子供を立派に育てあげました。今、時を経て、私はかつて父と母がそうしたように、愛する人と結ばれ人

生の新しいスタートを切りました。皆が私たちの結婚を喜び祝福してくれた、その姿を父と母に見せられたことが一番の親孝行になったと、心から嬉しく幸せに思います。これは、私たち家族の絆が生み出した奇跡です。父と母の愛が、私をこの世に生み出してくれました。「命は次へ繋がってゆく」繋がってゆく命の為に、これからの人生を精一杯生き抜いてゆく誓いをたてた結婚式となりました。いつか、私の子供も同じように愛する人と結ばれ、幸福な未来を築いてくれることを心から願っています。

運宮委員會委員長賞



グループホームで生まれ グループホームで働く

奥野 謙介

《自分の子どもを育てるだけでも大変だと思うのに八人も育てるなんて…》《施設の子と自分の子を平等に扱えるんですか…》

私たちが夫婦型のファミリーグループホームをやってきて、周囲の言葉の多くは、そういうものだった。事情を知らない近所の人から見ても、《なんて子どもの多い家だ。》《あそこの旦那さん、昼間から植木に水をやっているけど、何の仕事をやっているのだろう。》と、【子だくさんで職業不詳の家】と映り、人づてに聞いて納得したと、後になって述べた人もいた。

極めて特殊な考え方と形態を持った『家庭』が地域社会の中に存在している。昭和六十年、東京都が「東京都ファミリーグループホーム制度実施要綱」（現在は「東京都養護児童



グループホーム制度実施要綱」を作り、グループホームを本格的に出発させた頃の話である。現在、総数で百二十ヶ所（平成二十一年度現在。施設分園型やファミリーホーム等）を超える東京都のファミリーグループホームが、まだ七ヶ所しかなかった四半世紀前のことだ。

私たちのグループホームは、児童養護施設で生活する子どもたちが、地域社会の中で家庭生活を体験し、学習することを目的の一つにしていた。それまでの大集団の養護では得てして管理的側面の必要性から、例えば衛生管理上、子どもは炊事に関わらせないとか、隣近所の付き合いに触れることも少なかった。この近所付き合いが地域社会で生活することの基本だが、開設当初は、前述のように見られていた。しかし、担当する私たち夫婦のそれまでの保育園、学校のPTA等を通じて知り合った人たちがこの地域にいて、地域の理解は早かった。その中で、子どもたちは、分別処理したゴミ出しも、回覧板や不在宅配物の受け渡しも、その経験が自信につながって円滑にやっている。近所の人との挨拶も自然にやっているのが外から聞こえてきた。

生活の基本



私たちは、この仕事を始めるにあたって、個人の必要性と他への思いやりを基本に生活を組み立てることから始めた。そのことから全体に関わる日課は不要になった。集団施設の持つマイナス的側面である規則も大幅に減らした。お手伝いという役割だけになった。ただ、施設の生活に慣れきった子どもには、この方がきつい面もあったようだ。従来は、自分に与えられたことだけをやれば済んでいたが、「思いやり」から他の子のカバールを要求されるからだ。それとて、定着してしまえば抵抗は少なく、時々手抜きもあるが、カバールしあっている。調理もそれまでの本園職員の努力で知識は豊富だった。ところが、保管・保存とか後始末については未経験のことが多い。揚げ物に使った油をそのまま排水口に流そうとしたり、包丁の置き方が悪くて危うく怪我をしそうになったこともあった。そうしたことを学びながら、併せて添加物や有機農法のことも話題にしてきた。買い物にも反映されて、無添加の味噌を求めて店を何軒もまわるようになった。

■ 経験を力に

経験というのはプログラム化できないのでむずかしい。食生活に詳しい高校生が、「こ



の手紙を北海道に送るのにいくらの切手を貼ればいいのか？」と質問する。長電話の子が、「市内で三分十円。」と言いつつ、「一分しか話してないのに十円とられるの?」と聞く。

そんな彼らにとつて、職員の病氣や出産は大きな経験だった。一年目の春、夫婦とも寝込んでしまったことがある。当時は、発足間もなく他の職員の支援体制もなかった。子どもたちは、食事の時間になってもどうして良いか分からないで、右往左往していた。今までの本園ならば、「今日は先生が風邪でお休みだから」と他の職員がカバーすれば、子どもたちの生活に支障をきたすことは少なかった。妻が胃潰瘍で二か月入院した時は、その後の経験が生かされた。職員がいなくとも食事作りができるようになっていたからだ。

妻が、妊娠して、悪阻に苦しんで、お腹が大きくなっていった、胎児が動くことを知って、ある日サルのようなのがやってきて、少しずつ大きくなっていく。子どもたちは、その流れを目のあたりにしてきた。初めて寝がえりをうった時、周りを囲んだ子どもたちの「あとちょっと」「がんばれ」の大声援は今でも鮮明に覚えている。《はえば立て、立てば歩め》は何も親心だけではない。共に生活するものの全ての心なのだ。こうした発達の経過をみて、自分もこうして大きくなってきたのかと実感する。命の尊さを生活の中で感じ



取り、自分が親になった時、この体験が生かされたらと思う。「赤ちゃんを見ているとやさしい気持ちになる。」と高校生の女子が言い、「将来は保母さんになりたい」と進路希望調査に書いた中三女子に見られるように、進路を考える上でも影響があったようだ。

実子たちは

二女の誕生と発達は、一緒に生活する者にとって大きな体験だった。そうした一端を今まで述べてきたが、グループホームを語る時に意外と語られていないのが、実子側から見たグループホームである。長女は、小三だった。親の仕事の関係で、転校することはよくあることだ。加えて、ある日から自分よりも年上の子どもが、四人も同居することになったのだから、その気持ちはどうだったのだろう。保育園の年長組だった長男は、お兄ちゃんが二人もできたことをたいそう喜んだ。

職員の精神的安定を保障するものとして私たちの施設では、住み込みの職員であった私たちも週一回の公休日があった。その日には代替りのスタッフが来て、私たちは自宅に帰るのである。子どもたちは、翌日の学校の支度をして、自転車に乗って自宅に行く。そし



て翌朝、徒歩通学するのである。意外に面倒なことであり、特に小学校高学年から中学という時期にあった長女は、一緒に通学する友人関係が重要だから、ついには「私は家に帰らないで、ここに残る。」と言いだしたのである。代泊のスタッフにお願いをして他の措置児童と一緒に見てもらった。長男も同様のことがあり、親としては、この子たちが施設生活を肯定的にとらえてくれていると喜んだのである。

物心ついた時にはすでに施設の集団の中で育っていた二女は、措置児童よりも【施設つ子】なのである。【ホスピタリズム】論争の材料になってもおかしくない。彼女は、九人もいる中で生活することが当たり前前の環境であって、従って、職員の異動で両親が七年間のグループホーム担当から本園担当になり、生活の拠点が自宅での親子五人の生活に戻った時に、「分園はよかった。」「分園に戻りたい。」と言って、親を困らせたものである。私たちが、この地域でさほど問題なく七年間やってこられたのは、この実子たちの力だったのではないかと思うし、断言しても良いかもしれないと考えている。

グループホームで生まれた二女はこの春、大学を卒業して、知的障がい者のグループホームで働いている。



娘の救命手当で得た「きずな」と「使命」

中村 智子

我が家の次女すみれが生後4カ月、ちょうどクリスマス頃の親子のきずなを深くした『ある出来事』がありました。

『あの出来事』の数日前から、すみれは生まれて初めての風邪を引いてしまい、早々に小児科にかかっていました。保育園に通う年長組のお姉ちゃんから風邪をもらってしまったのでしょうか？まだ4カ月だというのに鼻風邪はとても辛そうです。しかし、親の思いとは裏腹に、日を追うごとに風邪は悪化、咳が出て痰が絡むようになってしまいました。

そして『あの出来事』の前日も、小児科を再診し、家族みんなで心配していた矢先のことです。

その日の朝、すみれはいつになくお寝坊さんで、夜中に何度か授乳で起きたものの、明



け方から10時すぎまでぐっすり眠っていました。風邪で体力を消耗して疲れて寝ているのだろう、と、ゆっくり寝かせておきました。ようやく泣いて起きたかと思ったら、間もなく咳をし始め：いつまで経ってもその咳が止まりません。痰も絡み、咳と痰でとつても苦しそうな状態でした。

慌てて小児科の診察券を出し、その日は休診日。もう一つの小児科に行こうと思ってバタバタしていると、左腕に抱っこしていたすみれの呼吸が乱れてきてしまいました。そう：明らかに呼吸困難です。痰が気道に詰まってしまい、呼吸がしにくいのだと容易に想像できました。（大きくなれば「エヘン！」と咳払いをして取り除けるのですが、まだ4カ月の子にはできないのです。）

家には私一人。これは小児科受診レベルではない!!と即判断、躊躇なく119番を押していました。とりあえず、保険証とお財布をかばんに突っ込み、着の身着のまま、救急車を待つために抱っこしたまま外へ出ることに。

家のカギを閉めている時、すみれの呼吸がどんどん弱くなっていくのを感じました。「すみれーすみれー!」大きな声で呼びかける傍らで、「どうして?まだ生まれたばかりなの



に、私、この子を失っちゃうの？」と、スローモーションのように、もう一人の自分が話しかけます。とても不思議な感覚だったのを覚えています。

救急車が来るであろう、そばの交差点まで走り、辺りを見回しても、まだ来る気配がありませんでした。この時点で、すみれはぐったりとして、呼吸が感じられなくなってしまいました。半分はパニックで頭は真っ白。でも、半分の冷静な自分が「呼吸がないなら人工呼吸しなきゃ!!このままじゃ死んじゃう。」と、屋外ではありましたが、私は抱っこしたままアスファルトの上に座り、すぐに気道確保して人工呼吸を2回……。呼吸を入れると、何となく反応があります。ただ、またすぐに呼吸がなくなってしまう。そしてまた人工呼吸を2回……。ぐったりしている娘を腕に抱き、それはもう夢中で繰り返ししていました。

3〜4分ほどたった頃でしょうか。ちょうど救急車のサイレンが聞こえてきた時、私が呼吸を入れたタイミングで、すみれは堰を切ったように大泣きし始めたのです!「あー、呼吸が戻った!」と一気に身体じゅうの力が抜けたのを記憶しています。と、同時に、急に自分の置かれている状況が怖くなり、足がガタガタと震えてきてしまいました。



結局、救急車で運ばれた先の病院で検査してみると、「RSウイルス」による風邪であることが判明。RSウイルスなんて、この時初めて聞く病名です。珍しいものではないようですが、乳児がかかると重症化しやすいそうです。例にもれず、すみれもRSウイルス患者のいる小児病棟の隔離部屋に緊急入院することに。まだ母乳のみということもあり、母子ともに入院と相なりました。

入院後も、痰の吸引などとても辛そうな状態でしたが、経過は良好で、3泊して無事退院。クリスマスにはギリギリ間に合って、自宅で家族揃ってクリスマスパーティーをすることができました。

私がなぜ心肺蘇生ができたのか…というと、主人がダイビングインストラクターをしており、赤ちゃん・子どもの心肺蘇生についてもファーストエイド講習の中で説明、練習していたのです。二人でダイビングショップを経営している関係で、私も講習の場に立ち合うことも多々あり、そのスキルを習得できる立場にあったため迅速に対応できたのです。

ちなみに、0歳の赤ちゃんは、まだ鼻呼吸中心なので、大人のように鼻をつまんで口から人工呼吸するのではなく、鼻と口両方を私の口で覆い、呼吸を吹き入れるのです。これ



も、知っていないとなかなかできることはありません。

もし、あの時、呼吸が停止しても、何もせずに救急車を待っていたら…。

元気な我が子の姿は、今なかったかもしれない。

死亡にまでは至っていないなかったとしても、脳が低酸素状態になると、様々な後遺症の心配があります。

1分1秒を争うような緊急事態というのは、人生の中でそうあることではありません。でも、この知識、スキルを持ち合わせているかどうか、が、その子の人生を大きく左右することもあるのです。知っていたからこそできたことです。

この出来事を経験して、この知識をたくさんの人に知ってもらい、子どもたちの無駄な死をひとつでもなくすることができれば、私も教える立場に立ちたい！と思うようになりました。その後、赤ちゃん・子ども専門のファーストエイド講師となり、その翌年、主人とともにNPO^{*}を立ち上げ、現在は、その活動のひとつの柱として、救命／応急手当講習会を開催し、普及に努めています。

この出来事を通じて、間違いなく我が子との、そして家族とのきずなが深まりました。



母として、我が子を守れたことが、現在も子育てをする上で、大きな自信につながっています。家族力を強くし、きずなを深めるためのひとつのツールとして、私にできること、それがファーストエイドの普及です。特に、子育てをするママは、現代社会では核家族化により孤立している状況がたくさんあります。子どもと家で二人きりの時に、もしものことがあったら…という不安も多くのママ達が抱えています。講習を受けて、ファーストエイドの習得だけでなく、子育てにも自信が持て、不安が軽減されれば、同じ母としてもうれしく思います。まだ道半ばですが、これからも私の使命として、普及に努めて行きたいと思います。

※特定非営利活動法人シーボウル海の教室



6畳の幸せ

金子 恵理

「アラフォー」なんて言うところちょっとカッコ良く聞こえるけれど、私も気が付けばあと数年で40歳。今までは前進あるのみ！で突っ走って来たけれど、さすがにこの歳になるとこれまでの越し方を振り返ってみたりもする。

私は現在、中2と小5の2人の娘と3人で暮らしている。バツイチとかシングルマザーとかいろいろない言ひ方があるようだけど、11年前に離婚して現在に至っている。ホームドラマなんかを見ていると素敵な一戸建てのお家に、幸せそうな家族、手入れの行き届いた庭にゴルフデントリバーなんかいたりして。そんなのを見ると私もつい「あそこでこうしてれば私にもこんな人生があったかな？」なんて思ってしまう。今さらそんなことを考えても仕方ないのだけれど。会社の昼休みに時折立ち寄るショッピングセンターでも親子



連れを見るにつけ、「私も専業主婦だったらなあ〜」なんて溜息がこぼれてしまう。なぜだろう。自他共に認めるポジティブマインドの持ち主のはずなのに。子供たちが夢中になっているゲームの世界ではリセットボタンひとつで恋愛の相手を変えたり、職業を変えてみたりと何度でもやり直しがきくのになあ。こんな風に考えてしまうのもやはり歳のせいだろうか。そういえば最近やたらと涙もろくもなってきた。

たまにこういったおセンチな気持ちになることもあるけれど、私の人生後悔ばかりではない。むしろ今が一番幸せだと胸を張って言える。うん、幸せだ。こんなことを言うとは強がりだとか、今までの人生がよっぽど幸福だったのではないか、なんて突っ込みが聞こえてきそうだが、そんなこともない。結構楽しく生きてきたつもり。しいて言えば厳しい家に育ち、女子校生活が長かったせい（中、高、大で10年！）あまり男を見る目は養われなかったようだ。

今の何がそんなに幸せかって？何より女3人暮らしは気楽で楽しい。長女とはまるで友達同士のように会話が弾み、ボケと突っ込みの息もぴったり合う。親子漫才で世間を賑わす日も近いのでは？



次女は次女で恋におしゃれに全力投球。夜毎繰り広げられるファッションショーは疲れ
ている時は正直しんどいが、ちゃんと拍手を送らないと最初から何度もやり直しになるの
で、私も長女も1回で終わらせるべく盛大な拍手と声援を送る。娘たちとのこの生活がた
まらなく楽しく、幸せに思える。こんなに楽しくていいのだろうかっというくらい。

長女の友人たちも私たちの会話を聞いてびっくりする。「え、うちはママとそんな話、
しないよ。ママと話してもそんな盛り上がりがないし。」「ママと遊園地行くの？うちは友達
としか行かない。ママと行ってもつまらないし。」そうなのか？中学生にもなると他のご
家庭の母親は随分とぞんざいな扱いを娘にされているようだ。それを聞いた長女は「え
、うちはママとデイズニーランドとか行くのも好きだよ。友達と行くのももちろん楽し
いけど、ママと行くのも楽しいよ。」と友人たちに反論していた。ちょっと嬉しい。いや、
かなり嬉しかった。その一言で母さんまた明日から仕事頑張っちゃうからね。そしてデ
ズニーランドへまた行こう！なんて単純なのだろう、私。

そして考えてみた。私たち3人家族の仲の良さの秘訣を。子供が二人とも女の子である
ことは大きい。「女三人集まれば」って言うくらいだから、そりゃあ賑やかなことこの上



なし。でもそれだけじゃない。私も姉と二人姉妹だったけど、姉は中学生になったころから自分の部屋で過ごすことが多くなった。そうか！部屋だ！私たち3人はダイニングキッチンその他は6畳の部屋が一つあるだけのアパートに暮らしている。夜寝る時は布団を2つひいて3人で寄り添うように寝ている。何をするのも同じ部屋だ。要するにケンカをしても逃げ場がないのだ。幸か不幸か仲直りせざるをえない環境なのだ。家が狭くてお友達を呼ぶこともできず、子供たちには不憫な思いをさせているし、私自身も、もう少し広い家に引越したい！という強い願望をずっと持ちながらもここで暮らし始めて8年の歳月が経過した。でも見方を変えれば、ここにいるからこそ私たちが仲良く暮らせている。そう思うとこのアパート暮らしもそう悪くない気がしてきた。子供達も言う、「これじゃ引き籠りたくても引き籠れないよ！」と。それはいいことだ。6畳だからこそその幸せもある。もちろん、それぞれが互いに打ち明けられない悩みや隠し事も多少はあるけれど、同じ部屋で顔を合わせていれば何となく雰囲気を感じ取ることがができる。そして今日はそっとしておこう、とか何があったのか遠まわしに聞いてみようとか、同じ部屋にいながらも互いがちよつとずつ気を使いながら違うことをしている。そんな空間が心地よく、温かい。



子供たちがもう少し成長するとさすがに6畳では無理が出てくるかもしれないけれど、今こんなに家族三人で楽しくやっていられるならもう少しここでがんばろう。それに地域の人たちも温かい。私たちの住んでいる地域は品川区内でも下町風情を色濃く残している地域で、商店街のタバコ屋さんやガラス屋さん、お豆屋さん、子供会や町会の方たちなどが子供たちにも気軽に声をかけてくれる。地域の人たちからも見守られ、「随分大きくなったね」と一緒に子供たちの成長を喜んでくれる人たちがいる。地区母子会では同じくシングルマザーで頑張っている仲間もたくさんできた。気が付けば私も母子部長になっていく。子供たちもだいぶ手がかからなくなってきたので、これからはもっと小さい子供を抱えて困っているママたちの支援もしなくては。かつての自分がそうしてもらったように。

この住みなれた町とアパートにはまだまだお世話になるかもしれない。そうだ、今年の大掃除はいつもより念入りにしよう。



共に生きよう 家族だもの

葭田 忠正

長女のあゆみは、今年の十一月で二十八歳になった。

来春早々母親になるので少しは大人びた話し方が出来るように見受けられるが、それでも常に人生相談の問題提出者である。私は何歳になっても、思考回路を休みなく刺激し続けてくれる。〈共に生きる〉と〈原動力は家族パワー〉を当面のテーマとして日々過ごす者にとって、理想的環境なのかもしれない。

十四年前、中学二年の五月の中頃、娘は学校に行かなくなった。ある土曜の朝、登校する娘と妻は玄関のドアを開けて出られず

「どうしたらいいかわからない」

と泣き叫んだ。不登校である。大切な家族が……複雑な気持ちを背負いつつ、今後は生活



パターンを変えなければ、と咄嗟に思ったものである。

原因はうすうす解ってはいるが、起きてしまった現実を受け入れて、ショックを受けている娘の身になってやろうと考えた。躰の不備を補おうと、親の思わくを一方的に押し付けるなど、この時点では手後れだ。日曜日には朝刊を読みながら共通の話題を議論したり、麻雀のゲームで半日過ごしたりした。平日は母娘でデパートに買物、大学病院の外來、或いは心療内科に、日常私が出来ないことをさせた。

「伊勢丹で水色のブラウス買ってもらった」

「大学病院に行ったら、重症患者が大勢いてとても気の毒に思った。だけど帰りに白い窓枠の素敵なレストランで、美味しい海老フライを食べたので嬉しかった」

笑顔で楽しそうに話すのを見ると、ほっとした。心の接点を途切れさせては、続けてきたことが無駄になるという不安と、全く悲観したものでもないぞという微かな望みが頭の中で交錯した。

しかし、その年の十月になり私が離職した。バブル経済が破綻して数年、企業がどこでもそうであったように、色々と仕事面で軋みが生じた。荒んだ言動を家庭内で続けていた



ら、決して良い結果は出ない。いや、娘は既にこの事態の深刻さを感じとって、孤立を深めたと思った。親としての配慮の不足が悔やまれた。

こうして、失業した父親と学校に行かない娘の、秋から冬への貴重な体験が始まった。こんな時でなければ出来ないことを全てやってみるぞ、と家族に宣言した。ドライブ旅行も平日に行けば空いている、中断していた心のケアも家族揃って出掛ければよい。

年も押し迫り、商店街にジングルベルの歌が流れる頃、社会教育館の永峰先生にご指導戴く機会を得た。長年にわたり区立中学で校長を勤めてこられた方の話は迫力満点で心を揺り動かされた。毎回十分も経たないうちに夫婦揃って大粒の熱い涙をぼろぼろと流した。何年か後になって気付いたのであるが、私はこの時大きく変わったのだ。娘はとみれば、大きな箱庭を置いた別室で、若い女性カウンセラーと楽しげに会話をしているではないか。変わらなければならぬのは親であると確信した。面談を三度受け、年末館山に家族旅行すると報告したらとても嬉んでくれた。

「あなたの家族はもう卒業ですよ」

と肩に温かい手を置いて励ましてくれた。

どんな逆境にも〈何とかなる〉と思い続けてきた心の拠所は、
離職して帰宅した夜の娘
の言葉である。

「お父さん、どちらが先にスタートするか競争よ」



十八歳の私からお母さんへ

木村 風奈

お母さんと二人きりで生活するようになったのは、もう十一年前になります。あの頃の私には何の不安もありませんでした。強いて言うなら、新しい学校で友達ができるかなという程度。母子二人で暮らすということが大変なこととは思いませんでした。お母さんは毎日遅くまで勤め、私の世話をしてくれました。塾にも行かせてくれ、勉強に支障をきたすことはありませんでした。高校からは私立に行きました。普通の考えでは、お金がないというくせに私立だなんて贅沢だと思われるはずですが、しかし、お母さんは私の希望を尊重して行かせてくれました。それでもあの時の私は、さしてありがたいとも思っていなかったのです。そして高校に入って気付いたのです。交通費から食費から部費まで本当に様々なお金がかかるということを。お母さんは全部出してくれました。洋服だって、雑

貨だってほぼ買ってくれたと思います。私は完全に甘えていました。お母さんの気持ちとしては私立に通う他の友達に引け目を感じないようにと思い、やってくれたのかもしれない。そのおかげで、みじめだと思うこともなく、本当に楽しい三年間を過ごしました。

アルバイトは年末年始くらいでほぼやっていなかった私は、お母さんに頼りきっていたのでしよう。今考えると情けないです。大学は附属だったため、そのまま大学に通うこととなりました。

大きな転機が訪れたのは入学前でした。附属校推薦というのは、入学金を早めに払う必要があります。その額は、七十七万円でした。いつでも大学のことを調べる機会なんてあったのに、奨学金の準備もできたのに、私は何も知らず資料をみて愕然としました。結局は、お母さんが貯金していたお金で払いました。今も申し訳ない気持ちでいっぱいです。それでも私の心は甘く、後期分の授業料にまた困ることとなり、お母さんとある約束をしました。後期分は貸すから、毎月一定額以上お金を返していくというものでした。この時、母子家庭に学資金を貸してくれる東京都の制度を知り、区役所で何度も話し合いをして、申請をおろしていただきました。来年の前期分を使う予定です。本当にありがとうございます。



ございました。しかしそれだけでは、授業料に足りません。大学に入ってから、アルバイトを続け、ある程度のお給料をいただいています。前期分の費用にあてるつもりで貯金しています。また、毎月お母さんにより多くのお金を返し、早く全額を返すよう努力したいです。

ここまで、母子家庭になってからの生活を振り返ってきました。今になって思うのは、過去の自分がいかにお母さんに甘え、不自由なく暮らしてきたかということです。同じ母子家庭の環境で高校卒業後、就職する人も沢山います。そんな中、私立の高校、大学と何も考えずに生きてきた自分に対し怒りさえ感じます。ここまで来られたのは、お母さんが一生懸命働いてきてくれたおかげです。そして最も大きい理由は、私を愛してくれたことです。普段言うことはありませんが、日常でお母さんに愛されているなど感じることは多々あります。親不孝な娘に愛想を尽かさず、悩み事にはいつも相談にのってくれ、おいしいご飯を作ってくれました。当たり前だと思っていました。しかし、そんなことはありません。今ではお母さんと私の幼いころの話をします。シングルマザーで幼い子供がいる状態で、安定した職を見つけるのはとても困難なこと、私を心配して塾の迎えには必ずき



たが、体力がもたずずっと体調が悪かったこと、やはり経済力が足りなく工面していたこと……様々な苦勞をしてきていたのです。それを知らずに私はわがままを言い、親孝行をすることもありませんでした。もちろん過去のことはもうやり直すことが出来ません。私は、大学生になった私は、あらゆる面でお母さんを助けられます。今でも、色々注意され、迷惑ばかりかけていますが、少しでも楽にさせてあげたいと思っています。

この家族力大賞の存在を知って、書こうとすぐ決めました。この文を書くことで、自己への戒めとし、お母さんへの感謝としたいと思つたからです。最近になり、お母さんが病気になるりました。命にかかわることではありませんが、定期的に病院に通う必要があります。私には、今までの苦勞がたつたのではないかと思えます。お母さん無しの生活は考えられません。命にかかわらないと言っても、お母さんも私が成長するのと同じで、年をとってきています。心配で仕方がありません。今こそ、家族の支え、つまり私の支えが必要だと思えます。今まで十八年間支えてきてもらった恩返しですが、どのくらいで出来るかは分かりません。それでも、ありつたけの愛と感謝を込めて毎日を送るつもりです。

東京という都会は、本当に便利な場所で、情報の発信地だと思います。しかし、近所づ



きあいがないことも事実です。マンションの住民とは挨拶はしますが、どこの誰かは全く分かりません。自ら積極的に付き合いを求めないのも理由ですが、もっと助けあいの精神があってもいいと思います。初めから都会に住んでいる人には分からないかもしれないかもしれません。私は地方も経験しているので、少しでも近所付き合いが活発になるように働きかけられたらよいと思います。お母さんへの恩返しだけではなく、地域へも何か貢献できる人間になりたいです。

最後に、「家族とは？」と聞かれたら私は、お母さんと私の二人を想像しますが、世の中にはもつと大家族の人がいます。どうか大切にしてほしいと思います。家族間ですれ違いなどあるかもしれませんが、家族は一番自分を理解してくれます。家族のつながりを無くしてしまつては、心の拠り所も失うことになります。過去の私のように、家族の支えを感じられない人が多くいると思います。そんな人には、今の状況、家族と向き合つてほしいと思います。そうすれば、自然と分かりあえるはずですよ。それが、家族なんだと思います。

このような文に、お母さんと表記するのは間違つており、母と表記すべきだと思います。



す。しかし、お母さんに向けての気持ちでもあるのであえてこうしました。お母さん、本当にありがとうございます。でも本当は……」「ママいつもありがとうございます。」



十九才の一步

鈴木 ゆみ

高校を卒業する日が待ち遠しかった。毎日指折り数えてひたすら待った。なぜか。実はその日私在家からも卒業する日だったからである。旅立ちや自立などというものではなかった。ただ身の回りの物をバッグにつめこんで早く家を捨て去りたかったのだ。事実私は一度も振り返ることなく逃げるようにして駅に向かったのであった。

そもそもなぜそんな風にな家を出たかったのか。外から見ればうちはよくある中流家庭で何も問題がないように見えたかもしれない。が内情はそんなものではなかった。親は私が幼少の頃からしつくと称しては毎日暴言や暴力をふるったのである。生傷やあざが絶えずまた学校ではいじめが8年以上続いた。私は家にも学校にも居場所がなくなかったのである。夜親の目を盗んで自傷行為をする瞬間だけが唯一の安らぎの時間だったのだ。当時の



たった一つの夢は（とにかく早く社会へ出てどんな苦勞してでも自分の居場所を見つけやる）というものだった。そしてついにこの日夢を叶えたのであった。もう二度とこの家の敷居はまたがないと心に固く決めて。

だが行くあてなどなかった。求人誌を見て新聞配達をしようと決めある店に面接に行く。とすぐに雇ってもらえたのであった。しかも店の二階の一室を貸してくれ食事朝晩二食付きであった。私は大喜びで一生涯ここで働こうと決心した。

しかし新聞の仕事は思った以上にきつかった。朝晩300部以上の配達、月末の集金、新規読者の開拓等等。あまりの過酷さにどんどん人が辞めていった。話し相手が減り寂しかったが家には帰らないことを糧にして歯を食いしばり仕事を覚えていった。

やがて仕事が速くこなせるようになった。また新規の読者も増えた。少しずつではあるが社会人としての自信を手に入れ始めたのであった。やれば出来る！いじめられっ子だった私だって出来るんだ！私は仕事をしてお金を得る喜びと同時に人の役に立つ喜びを得たのであった。

八月のお盆のころになり店の同僚が帰省し始めたが、私には今さら帰る家などなかつ



た。自ら望んで出てきた家である。また心配してくれる親兄弟もいなかった。電話一本すらかかってこなかったのだ。

ところがある日父から電話があった。びっくりして出てみると、「帰ってこい」といきなりどやしつけられた。私は頭にきて「帰らないよ」と電話を切った。なぜ今頃父がかけてきたのか、そしてなぜ怒っているのかわからなかった。また数日たって電話があった。今度は「帰ってきてくれ」と懇願された。話を聞くとどうやら重い病気であるのとこのだった。そして泣いていた。あの暴君だった父が泣いていた。私は少し動揺したが「とにかく帰らないから」と言って電話を切った。だがなぜだか妙に落ち着かなかった。父に泣いて何かを頼まれたことなどついぞなかったからである。

そして十二月になったある日私は集金に出かけた。最後の集金先はある学生寮であった。その寮母さんは自分に子供がいなく、私を孫のようにいつも可愛がってくれたのである。その日も寮生と同じカレーライスとケーキを用意してくれていた。私は寮母さんに父が二度も店に電話をかけてきた話をした。じつと聞いていた彼女は「なぜお父さんは二度も電話をかけてきたんだと思う?」と聞いてきた。「帰らせて看病させたいだけ



じゃないかな。だけどあんなひどいことをしてきた父のために家に帰る気はないから」と吐き捨てるように私は言った。すると「暴力は確かにひどいと思う。だけど、だからってひどいことを今度はあなたがするの？」と彼女は静かに言った。病気の父を見捨てることがひどいことなの？なぜ私が責められるのかがわからなかった。じゃあ私は泣き寝入りなの？父は病気になったことで全て許されるの？いつもは優しい寮母さんが鬼に見えた。誰も私のことわかってくれない。誰も味方してくれない。もういいよ。そう思って帰ろうとした時、彼女は笑顔で「自分の部屋で食べなさい」とケーキを持たせてくれたのであった。私はそれをひったくるようにして自転車に乗り顔を真っ赤にしてもすごいスピードで部屋まで帰った。なによ寮母さん！もう絶対に来ないから！

クリスマスで賑わっている楽しそうな街中や笑い声がもれている家々の灯りがねたましかった。二階の自分の部屋に駆けこんでふとんをかぶってわあわあ泣いた。どれくらいだったろう。思いつきり泣いたあとぐちゃぐちゃの顔でもらったケーキを一口食べた。「ひどいことを今度はあなたがするの？」寮母さんの一言を思い出していた。でもやっぱりまだ十九才の私は父を許せなかった。たとえ許したくても許せるような大人にまだなりきれ



ていなかった。社会人としてたった半年の自分には到底無理だと思った。

下に降りてふと自分の自転車を見た。かごにいっぱいに入ったものを全部抱えて部屋に戻ってきた。一つ一つ、くれた人の顔や声を思い出していた。それらは、帰省しない私を心配してくれたりがんばっている私へのごほうびだった。「いつも配達ありがとう」「毎月集金ご苦労さま」「夜は危ないから気をつけてね」色んな人たちの声が頭の中でこだました。急に胸がきゅうんとなった。うれしくて泣きそうになった。当たり前のことをしていだけなのにこんななみんな私のことを思ってくれている。一体それをどうやってお返しできるだろう？ そうだ、気持ちよく新聞を読み続けてもらえるようにもつともつとがんばろう。きつとそれが皆さんの厚意に対するお返しになるのだ。そう考えていくうちに徐々に元気を取り戻していった。

そして父のことをふっと思いついた。すると、こんな温かいお客さんたちや寮母さんを中心に父を憎んでいる自分が急に恥ずかしくなった。でもだからといってそう簡単に過去の父を許せるというものでもなかった。がちよつと待てよ、過去はそのままでもいいんじゃないかという気がしてきた。無理に今父を許さなくてもいいんじゃないかと。そして昔



の父と今の父を切り離して考えるように、昔暗かった自分と今の自分を切り離して考えようと思った。すると気持ちが少し楽になった。

私は急いで学生寮に向かった。「おはよう！」寮母さんに声を掛けると笑顔の「おはよう！」が返ってきた。「昨日は急に帰ってごめんさい。あれから考えてみたの。ひどいことを今度はあなたがするの？って言われたこと」寮母さんはニコニコして聞いていた。「それでね、ともかく今からまた始めようって思ったの。過去のこととはすぐに許せないしつらかった思いもそのままだけどまた父と始めてみようって。」すると寮母さんは「そうそう。だってためだったらまたやり直せばいいじゃない。人生は過去のためにあるものじゃない、あなたのためにあるものなんだから、ね？」

私は晴れやかな顔で新聞店に向かった。みんなみんなありがとう、お客さんたちも新聞店のみんなも寮母さんも。そして父のことを思った。なんべんでもやり直してみせるからね、お父さん。ちゃんと家で待っててよ。そしてまだきつと私の回りにしつこくひっついてる憎しみやつらさや嫌な思い出なんか、風を切って全部吹っ飛ばしてやるんだと力いっぱい自転車をこいでいったのだった。



親亡き後の自立訓練の場を作ろう

―心地よい草むらをもとめて―

風間 美代子

〃力の弱い野うさぎが、遠くの人参畑に行つて人参を手に入れるには、途中で出会う外敵から身を隠せる、草むらが必要なのです。いったん草むらが安心出来る場となれば、今度は草むらを拠点にして、更に広い世界を探索出来るようになるのです。〃中井久夫先生
のこの言葉を目にした時から、私たちの草むら作りが始まりました。私たちは、賛助会員を入れると今は160名ほどの、都立多摩総合精神保健福祉センター・デイケアに通うあるいは卒業した子を持つ親と後援者の会 NPO法人「多摩草むらの会」です。

ともすれば偏見とひどい差別の中で、それでも現実には多くの方が精神科に通院もしくは入院しています。私たちは当初、こうした〃行き場〃と〃生き場〃のない人達が少しでも元気になれる場所を求めて、バーベキュー大会・花見など「楽しい行事」を計画し、集



まって先ずは仲間作りに努めました。段々元気が出てくると、今度は皆の居場所作りです。資金を作るために、バザーや畑仕事・公園清掃や暑い夏の草取り等を皆でやり、やっとIDKのマンションを借りることが出来ました。

そんな中、グループホームを作ろうと思いついたのは、ある方のお母さんが亡くなったことがきっかけでした。親亡き後の行き場を、そして亡くなるまでの自立訓練の場を作ろう。皆、他人事ではなく切実な思いでした。当時精神科のグループホームは、本当に少なかったのです。とにかく資金作りに励み、やがて三軒のアパートを借りて、自力でグループホームを立ち上げ、半年間ボランティアで運営しました。半年後、多摩市の協力が得られて半分の補助が下り、都への夜討ち朝駆けの陳情が実って1年後にやっと全面補助が受けられるようになりました。グループホーム多摩草むらの始まりです。

グループホームでの生活は、交流室を中心に職員が世話役として疑似家族を作ります。交流室では、季節の花を飾り、正月・七草・節分・節句などの季節行事を取り入れ、温かい雰囲気の中季節感溢れる豊かな環境作りに努めます。利用者さんは、その中で日常の過ごし方と人とのコミュニケーションの取り方を学びます。



日常の訓練は、過保護・過干渉にならないよう気を付けながら、メンバーさんそれぞれの多様なニーズに合わせて、家計のやりくりから買物の仕方・生鮮食品の選び方、料理や掃除の仕方等を覚えていきます。親ではなく第三者による支援だからこそ、気持ちの摩擦がなくスムーズに身に付いていくようです。

また、日々集まる交流室でのコミュニケーションは、大変大事で、顔を合わせた人同士の会話がうまく出来るように、職員がコーディネーターとなつて話をまわしていきます。職員との会話でも、Yes、Noがはっきり言えるように、意志が伝わるように、特に、No、という時、相手が受け入れやすい話し方が出来るように：グループホーム卒業の時までにその時々での出来事を通して学んでいきます。一つ屋根の下の疑似家族の中で学んだことが、社会へ出てからの生活の基礎となるのです。

卒業していったメンバーも混じつて大勢で食べる食事会、外出デー、誕生会などは、お里帰りのようなもので、話題もはずみ、自立していったメンバーのほっとする時間にもなっています。

居場所が出来たら、今度は生活を支えるための就労を考えます。法人内には、農園・喫



茶・和菓子作りの場・布を加工してバッグやクッションなど小物を作る工房とそれらを売る店・パソコン教室・公園清掃等を請け負う所など、様々な事業所があり、一般社会に接する中で自分にあった就労訓練の場を選べるようになっていきます。働き方によって工賃も出ます。

グループホームから出勤して、作業所や事業所へ行き、体調やペースに合わせて簡単な作業や就労に必要な技術やペースを学び、帰りに交流室を訪ねて皆と話す。悩み事があれば職員に相談して解決の道を探す。定期的に個人的面接を受けてカウンセリングを受け、それぞれの課題を確認しては、ほっとして自室に帰っていく。ある人は交流室で家計簿のつけ方を見てもらい、また必要なら薬の管理をしてもらい、徐々に自分で出来るようになっていく。具合の良くない時は、職員に病院に同行してもらい、医師の判断をおおぎ対処法と一緒に考えていく。入院が必要なら、ときに実際の家族に代わって職員が世話をする。(全く家族と音信のないメンバーさんもあります。)そしてグループホームに退院してくる。夜眠れない人が多いので、24時間態勢の夜間支援もする。……

グループホームが出来てから4年後、NPO法人を設立することが出来ました。自立支



援法のもと就労支援のための事業所が次々生まれました。それは必要を「夢」に変え、夢の実現を目指してひた走ってきた道のりでもありました。生まれた事業所には「遊夢」「夢畑」「夢像」「夢来」「待夢」「夢うさぎ」「草夢」…などの名前をつけました。欧米で心の病を持つ人を「夢の中の人」と呼ぶことと「Dream」を合わせての命名です。

多摩ニュータウンの商店街空き店舗対策から発し、雑誌や新聞でも紹介されて高齢化の進む団地内のコミュニケーションの場となつているギャラリー喫茶 寒天茶房「遊夢」はスーパールの撤退を受けて、高齢者世帯へのお弁当配達や日常雑貨の配達も考えています。農園「夢畑」は、八王子市の道の駅へ食材提供をする他、福祉施設や公園で農作物を販売しています。布製品の製作販売をする「夢うさぎ」には保育園入園用品制作の依頼やお年寄りの入院用布団カバーなどの注文があります。また地域の大学からの研修生や中学生の職場体験の申し込みも毎年あり、法人主催の講演会やコンサートには地域の方が大勢見えます。草むらの会設立後10余年、地域の中で育まれ、共に成長していつている様に感じています。

精神科のグループホームは未だに少なく、毎日のように入所希望の電話があります。需



要に応じて、現在4つのケアホーム多摩草むらⅠ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳと、通過型グループホーム「夢民」、そしてグループホームのショートステイがありますが、市の内外からの空きを尋ねる問い合わせは後を絶ちません。

そして、永住型グループホームを作ることなど…、草むらの会の追い求める夢も終わることを知りません。



ある夫婦が紡いだケアチームの「絆」

八幡 茂子

駅から数分の、線路沿いの小さなラーメン屋。N夫妻は結婚後まもなく開業し、二人で深夜までラーメンを作り続け、子どもを育て、数年前、店を閉じた。駅前開発による人の流れの変化やコンビニ進出等時代の変化、様々な波に加え、店を支えた妻・Y子さんの認知症の進行が夫に廃業の勇気を与えた。Y子さんと夫Y氏夫妻が、この地域にどのような「絆」を生み出したか辿ってみたい。

初めて夫妻の店を訪ねたのは2004年、Y子さん 61才の夏。前任のケアマネジャーから引継ぎ、夫と事前に打合せの上、客を装いラーメンを食べながら何気ない会話を試みる。問いかけに、その都度夫の顔を見、代わりに夫が答え、と、見慣れぬ客に警戒し不安な様子のY子さん。以降、せっせと通い、馴染みの客となるのにそんなに時間はかからな

かった。「この辺にまだ慣れてないので教えてー！」と一緒に出かけることも可能になった。名前を訊くと旧姓で答え、軽やかに自転車坂道を駆け上がる姿は少女のよう。

店の2階の住居を借り、風呂がない為銭湯へ通うのだが、この頃は一人での入浴が困難になっていた。夫が女湯までついていくわけにいかず、ヘルパーの出番となる。運よく、Y子さんと同じ九州出身のヘルパー登場。九州訛りで「この辺に慣れていないから銭湯に連れて行って…」とお願いし、同行成功！二人が出かけている間にY氏より細々状況を伺う。朝、店の掃除から始まって、深夜閉店し就寝まで、以前は夫婦で分かち合ってきた事に介護が加わり、夫の負担が尋常でないことはすぐに理解できた。国立の専門病院受診時、夫と医師の会話に、帰りの車中「馬鹿扱いして！二度と行きたくない！」と怒ったそうである。大変な日々でもY氏は妻の為に午後には店を閉め、散歩するなどご自分なりの介護を工夫されていた。

しかし、ある「事件」を期に緊急の医療保護入院を余儀なくされる。夜、店の前の線路に入り、電車を止めてしまったのだ。店もいつしか客が途絶えていた。店を続けられ続けるほど家賃などの赤字が膨らむ日々Y子さんもどれ程悩んだことだろう。



入院前々日、生活保護の申請に同席。いつもは落ち着かないY子さんが夫の横で身じろぎもせず真剣な表情で座っていた姿に胸を衝かれた。

2カ月弱の入院でY子さんは全く別人になってしまった。このショック、悔いがこの後「二度と入院・入所させず、自宅で」という夫の意志を方向づけることになった。

退院後、Y子さんのケアチームが始動。近くの認知症専用デイに通うのだが、送迎車に乗ることは無理なので最初は夫が徒歩で送り迎えすることになった。ヘルパーも再開し以前のように銭湯での入浴を試みたが脱衣所で興奮状態になり断念。入院中、男性職員による入浴介助に激しい拒否があったと聞き、入浴介助のハードルが高くなったことを思い知らされた。デイでも入浴困難な状況の中で、店のすぐ近くに訪問看護ステーションがあることに閃き、われにもすぎる思いで飛び込む。「少しずつ関わって、いつか可能になったらこちらの浴室を借りて入浴できないでしょうか?」と。体調変化を訴えたり、受診することが困難なY子さんの体調管理やY氏の身近な医療面相談相手としてケアチームに加わっていたたく。デイ、ヘルプ、訪問看護、ケアマネとそれぞれ別の事業所がY氏の思いを受け止め、一緒に悩み、動き、話し、記録し、考えた。どうしたら激しい暴力・暴言の嵐を鎮めること



ができるのか。Y子さんが好きな要素、安心できる要素は？緊張したり、不安になる場面、音、色、におい、態度、言葉は？など、日々の変化・気づきを詳細に記録し、関係者で共有する中でご本人への理解を深め、嫌がることは一切しないで信頼関係を築く。Y子さんの表情を手掛かりに。

激しい精神症状はケアだけで対処できるものではなく、医師との連携は不可欠。それまでの遠方の大病院から地域のK病院へ替って最初の受診の光景は脳裏に刻まれている。

いつものように興奮気味のY子さん、軽自動車の後部座席から身を乗り出し、運転している私の髪や服を引っ張ろうとし、夫の制止も大変な状況のままK病院に到着。何とか車椅子に移乗、そのまま診察室へ直行し、O先生の前へ。「Y子さん…」と呼びかけながらじっとY子さんと視線を合わせるO先生。さっきまでの興奮が嘘のように、笑顔で応えるY子さん。いつか、私もそんな眼差しを持って人と関われるようになりたい、と思った。

夫の一生懸命さに応えようと、それぞれの事業所スタッフが本当に気持ちに合わせてY子さんを受け止め関わってくれた。特養併設のデイでは刺激の少ない環境を用意しマンツーマンの介護や、出勤体制の変更など柔軟に対応してくださった。大きな組織の中では、



様々な葛藤があったと想像する。

近所というきつかけで関わり初めてくださった訪問看護師の皆さんは、Y氏にとっても心強い隣人だったと思う。最初、自宅に訪問し夫と話をするとY子さんが嫉妬妄想からか怒り出すので、まずデイの送迎からアプローチを始めることにした。時には路上に横になり、歩いてくれないY子さんに辛抱強く付き添い、やがて、念願の入浴も、訪問看護事業所のユニットバスで実現叶った。

ヘルパーも痣や引っ掻き傷にもめげず、笑顔で訪問し夫の介護を支えた。

大変なことでも、大変なことだからこそチームが心を合わせ、続けることができた。

夫妻を支えたと思う私たちが、実は夫妻に色々な力を引き出され、支えられたことに気づく。

Y子さんと夫の存在がチームメンバーを鼓舞し、別々の事業所のチームをつなぎ、地域に確かな絆を紡いだことは、関わった人それぞれの胸に深く刻まれていると思う。

夫妻は今、息子さんの近くのF市に移り、病状は進行しつつも穏やかに暮らしている。移転先のF市でも、新たなケアチームが夫妻を支えていることに感謝とエールを。



二人三脚の日々

木村 洋子

今日も朝から娘と二人で作戦会議。「フリースペースタンポポ」を今後、どのように発展させていくべきか、ない知恵をお互い絞っているのです。

「NPOフリースペースタンポポ」は、十年前、私が代表となり立ち上げた、摂食障害者支援のための自助グループで、今年からは、娘の美佳が手伝ってくれるようになり、今、会のリニューアルを目指して、親子二人奮闘中なのです。でも、こんな日が来るなんて、ついこの前まで私には想像もできないことでした。なぜなら私たちは長い間、壮絶な親子バトルをしてきた仲なのです。

今から二十年前、当時中学生だった娘は、夏休みに始めたダイエットがきっかけで体重が減り、二学期の身体検査で学校から一度病院で検査を受けるようにと、言われてしまい



ました。たいした危機感も抱かず検査目的で行った病院で「お嬢さんは拒食症にかかっています。このままでは命も危ないので、できればすぐ入院させて下さい」と言われた時の衝撃は、今でも忘れられません。

拒食症って何？

単にダイエットのし過ぎで体重が減っただけじゃないの？

と現実を受け入れられない私は、とにかく娘を家に連れて帰り、私が食事の管理をしながら様子を見るという選択をしました。

ところが、いくら私が頑張って娘が好きそうな料理を作っても、娘は食べることを拒否し、ついに体重が二十八キロを割り、入院せざるを得ない状況になってしまいました。

入院中、娘と私は別々にカウンセリングを受けていたのですが、そこで私は、娘の拒食症の原因は私にあるということ、つまり私の育て方のまちがいから娘を病気にしてしまったことを知りました。

一番ショックだったのは「娘さんは生まれてから一度もお母さんにほめられたことがないと言っている」と、カウンセラーから言われたことです。

娘は小さい頃から何でも良くできる、自慢の子どもでした。娘には三歳年下の弟がいますが、弟はやんちゃで勉強が苦手な手のかかる子でしたが、その弟に比べると、娘は勉強もよくできるし、お手伝いもよくやり、弟の面倒もみる、いわゆる「良い子」でした。

そのことをカウンセラーに伝えると、こんなことを言われました。

「お母さんね、子どもにとって勉強ができるとか、お手伝いができるとか言われることはちっとも嬉しくないのよ。逆にそういう言葉は子どもを追い詰める言葉なの。子どもが親に言ってもらいたい言葉は、好きとか、かわいいとか宝物とか言う言葉なのよ」と。

けれども、当時の私はカウンセラーがおっしゃった意味がよく分からず、反発ばかりしていました。私はこんなに娘を愛しているのに、カウンセラーは何も分かっていない！娘はカウンセラーに、お母さんは弟ばかり可愛がっていると訴えているらしいが、何てことを娘は言っているのか！なぜ、私だけ悪者にならなければいけないの！と。不満を募らせていました。

しかし、入院して一ヶ月経っても一向に体重は増えず、骨と皮だけになっていく娘を目の当たりにして、だんだん私も、自分が変わらなければ娘は一生治らないかもしれない



と、認めざるをえなくなってきました。

入院したての頃は厄介者がいなくなったとむしろほっとしていたのが、正直な私の感想でした。けれども面会に行くと、家に帰りたいたいさめざめと泣いている娘を見て、ある日突然、心の底から娘が「愛しい」と思う感情が湧いてきました。「この子は命をかけて私に、愛してと訴えている。この子を治せるのは私しかない」と突然確信できたのです。そして初めてカウンセラーが話して下さったことの意味が分かったのです。これまで私は「勉強ができる」とか「お手伝いができる」など条件つきで娘を愛してきました。でも娘はそうでなく、無条件に愛してほしかった。無条件に愛する言葉が「かわいい」や「宝物」だったのです。

私はすぐ主治医の所へ行き、土下座して「あんなに帰りがついているのですから、どうか娘を退院させて下さい。この子の望むようにさせてあげて下さい。その結果、この子が死ぬようなことになっても私が責任をとりますから」と頼みました。私の異常なまでの熱意に負けたのか、先生は退院を許可して下さいました。

後日聞いた話では、先生が娘に「あなたのお母さんの熱意には負けたから、あなたをおうちに帰してあげる」とおっしゃった時、何を言っても無表情だった娘が、初めて声をあ



げて泣いたそうです。

そんな経過を経て、娘は徐々に健康を取り戻していきました。そして娘が大学を卒業し就職も決まった頃、私はこれまで私たち親子を支えて下さった沢山の方達へのご恩返しのために、何か社会に役立つことがしたいと考えるようになり、カウンセリングの勉強をしました。そして、親の育て方のまちがいから、娘のように辛い思いをする子どもたちを作らないようにしたいという思いから、摂食障害者のためのカウンセリングやサポート活動を始めました。

自分の価値感を押し付けた結果、小さい頃から私の前では良い子を演じてきた娘は、拒食症が回復するにつれ、今までの生き方をリセットするがごとく、自由奔放な性格に変わっていきました。大学生になるとサークル活動やバイトに没頭し、家には寝るだけのために帰るような生活になり、就職後は一人暮らしになったため、娘と私はほとんど顔を合わせない、話もしない間柄になっていきました。拒食症は治っても私から受けた傷は深かったようで「私と同じように辛い思いをする子どもを、この世に出したくない」と言えば必ず、娘は私に言っていました。



そんな娘でしたが、どんな心境の変化があったのか、三年前、突然子どもを産むと言い出したのです。お恥ずかしい話ですが、それを聞いた時、心の準備ができていなかった私の方が、正直うろたえてしまいました。

娘は無事、男の子を出産し、あんなに一時期私と一緒に暮らすのをいやがったのに、今は同じ敷地内に住んでいます。

「子どもを持つて初めて、ママの気持ちが変わったような気がする」

と娘に言われた時は、本当に長い間背負ってきた肩の荷が降りたような気持ちになりました。それだけでも私にとっては充分な幸せなことだったのに、この春、私の活動を手伝いたいと娘から言われた時は、もう、嬉しさを通り越して、夢ではないかとほったたけをつねりたくなるような気持ちになりました。

私たち親子にできることなんてわずかなことですが、経験した者にしか分からない親の思い、子どもの思いを一生懸命伝えることによって、親と子が本来の「愛し愛されている」と確信できる関係になれる社会を作っていけるよう、これからも二人三脚で頑張っていこうと思っております。



やさしさと笑顔で暮らしのお手伝い
〜実践してます シルバー人生で〜

渡邊 昭子

三女が二歳になった春、私は、再び教育現場に復帰し、仕事・家事・子育てと三役をこなす共働き家庭をスタートさせました。

毎日、時間に追われ、時間を追い駆ける繁忙な生活でした。それでも、好きな仕事で自分を生かせる充足感が、ふと心を和ませ、適度な清涼剤となっていました。

三人の子ども達は、異年齢友達と思いい切り遊び、楽しみ、近隣に住むおじいちゃん、おばあちゃんを含む大人達に温かく見守られ、安心して生活ができました。

家庭内でも帰りの遅い母親に一抹の淋しさを募らせながらも、三姉妹が協力しながら、自分の居場所を確保し、生活をしていました。

今の時代とは異なり、かなり恵まれた地域・家庭環境での共働き家庭でした。それで



も、手の回らない家事への焦りは、ストレスとなり、子どもを責める要因となっていたのは事実でした。

「私たちって、よく仕事をさせられたよネ!!」

「仕事をさぼると、怖いお母さんの雷が落ちたしネ!!ビクビクだったよネ!!」

「今の時代なら、児童虐待で訴えられたかもネ!!」

子ども達のつぶやきとも叫びとも思われるこの言葉は、現役を退いた私の胸に、不憫さと申し訳なさが重なって映し出され、暗い影を落としていました。

そんなある日、私の目に飛び込んで来た一枚のチラシ広告がありました。

「やさしさと笑顔で暮らしのお手伝い!!!」

中野区シルバー人材センターの会員募集のキャッチフレーズでした。六十代のこの年齢でお手伝いができる?しかも、共働き家庭での家事支援サービスで。

「よし、やってみよう!!!」

家事代行業が人気を高め始めた時代のニーズに応え、中野区シルバー人材センターがいち早く、家事支援サービスを採り入れていたのです。



早速、入会の手続きを済ませ、仕事を引き受けることにしました。

両親と子ども三人の共働き家庭の掃除、洗濯、水廻りの仕事でした。一階から三階迄の上り・下りの作業は、かなりの体力が要求されます。

最新式の家電製品の取り扱いには、戸惑うことがしばしば。その上、大切な品物を破損したときは、賠償責任迄発展する場合もあるとか。ヒヤリハットで神経ピリピリの作業です。

体力と知恵と緊張のフル活動で、三時間の仕事は、ようやく終了です。きれいになったぞ!!と達成感で自己満足にひたります。

留守家庭を訪ねて行う家事は、依頼者と会員が顔を合わせる機会が、殆んどありません。家族の一員でもない会員が、家族同様の仕事を継続させるためには、両者の間に、信頼と責任の絆がしっかり結ばれていなければなりません。そこで、活用しているのが、両者の心を繋ぐ交換ノートです。初めの頃は、仕事についてのお知らせや不明な点を尋ねる質問に限られていましたが、月日の経過と共に内容も変わっていきました。

「週末に外出しても、家事をしなくて済むので安心して翌日、出勤ができます。」

「部屋がきれいに片付いていると、心が癒されます。」



「疲れた時の家事は、辛いものですネ。お役に立てて、嬉しいです。」

「新聞に投稿した作文です。コピーしましたので読んで下さい。」

「思わず笑みがこぼれました。発想の面白さに心が和みます。子どもって、素晴らしい宝物ですネ。」

「次回は、子どもが、昼食時に居ます。」

「お弁当持参で一緒に食べました。」

「今日は、学校公開日です。よかったら、覗いてみて下さい。」

仕事終了後、学校に駆け込み、授業参観をさせて頂きました。子ども達の活躍する姿や掲示物を見た後は、担任の先生と立ち話。子どもの様子をちよつぱり聞かせてもらった。代理祖母役に心満たされ、帰宅します。

「子どもが授業を見に来てくれたと喜んでいました。」

「私こそ、懐かしい授業風景や子どもに接することができ、感慨を新たにしました。」

夏休みや冬休みになると、学習のお手伝いをすることもあります。問題を一緒に考え、正解が得られると笑顔でVサイン。喜びを共有し、私は、仕事を再び開始します。



「ささやかなクリスマスパーティーをします。よかったら、お出掛け下さい。」

折り紙教室で作ったリースを持参し、出席。その場で披露し、即座に玄関に。優しい心遣いに感激!!海外出張で買い求めた国々の人形やグッズで飾られたクリスマスツリーは、国際色豊かなユニークな発想!!

「シルバーさんに、感謝!!」

とパパさんの合図でみんなで乾杯。

「心に残るパーティーで胸を熱くしました。楽しいひと時をありがとうございました。」
男女共同参画社会が浸透しつつある現在。男女を問わず、社会にどんどん進出し、自分の能力を発揮し、活躍してほしいと願うのは皆同じではないでしょうか。

しかしながら、世の中は、少子高齢化、人間関係の希薄化、ライフスタイルの多様化などが急速に進んでいます。その渦中、仕事と家事・子育ての三役を引き受けなければならぬ厚い壁に悩んでいる共働き家庭は、多いのではないのでしょうか。

長年、共働き家庭を経験し、家事がいかに大切なものか痛感しながらも、それに費やす時間が取れないことに心を痛めていました。



そんな思いが心にひっかかっていただけに、中野区シルバー人材センターの「やさしさと笑顔で暮らしのお手伝い!!」という会員募集のキャッチフレーズにはっと心を動かされたのです。

高齢者が暮らしのお手伝いを通して、地域社会と繋がりが持てるのでは?と欲張りな期待が頭に浮かんだからでもありません。

「シルバーさんだから、安心して、お願いができます。」

こんな言葉に出合う時、シルバー会員としての信頼と責任を背負っているんだと身の引き締まる思いにかられます。

「遠い孫より、近くの子ども 掛けてあげたいシルバーの温もり」

シルバー人材センターの家事支援サービスを通して得られた、家族のような地域のつながり。

一番感謝し、一番喜び、一番幸せを感じて楽しんでいるのは、シルバー人生を歩んでくる自分自身では、ないでしょうか。



本所の絆

設楽 紀久子

転勤初日の朝は、早くも冷たいビル風がギリギリと背中を突き刺していた。

さあ、今日から新しい毎日が始まる。

緊張と期待感を胸一杯に膨らませ、私はこの墨田区で第一番目のお客様になるであろうMさん宅に所長と同行訪問した。自転車に乗るのは一体何年ぶりだろうか。ブレーキが、キーキーと情けない音を立てていた。

「いない、か…」

おもむろに携帯電話をポケットから取り出し、彼は電話をかけ出した。

「もしもしー。おはようございます、ヘルパーです。今、お宅の前で待っていますので戻ってきて下さいねー」



初日早々、不在だったことに鼻をくじかれ、下を向いている私に彼はやさしく話しかけた。

「携帯持って出て行ったんだから今日はついていきますよ。もうすぐ帰って来ますから。」
そして。

十分後、彼女はバスから降りてゆっくりとこちらに向かってきた。

ミンクのロングコート。はすに被った黒い帽子には大きな薔薇のブローチ。柔らかさそうに波打つ巻き髪。藤色の大きなサングラス。真っ赤な口紅。

小柄な彼女が、華やかに大きく見えた。女優だ、と思った。

日のあたらない路地裏。店内でひときわ目を引く大きな飾り熊手。揃いの町内半纏。並んで総見栄を切っている提灯。本所の粋が埃と共に薄暗い店の中を埋め尽くしている。私は初日からMさんに圧倒されこの情景に心奪われたが、彼女は最愛のご主人を癌で亡くし、二人で切り盛りしてきたこの居酒屋を閉めてからも、その思い出の中に埋没していた。三社祭で町内神輿を担ぐ彼の写真が大きく引き伸ばして飾ってある。



「おとっつあん。なんで一人にしたんだよう」

彼女は時折ふと真顔になり、呻くように呟いた。

そして二人だけの世界から出てこようとしないMさんを、病は襲った。

ピック病。脳の前頭葉や側頭葉に萎縮が見られ、特異的な人格の変化をもたらし同じ行動を繰り返す等の行動異常が出てしまう。初老期に万引きで警察に保護されピック病が判明した、などのケースが見られる。Mさんも目覚めるとすぐに風呂に入り、化粧を手早くすませ風のように出て行く行動異常が出現していた。行き先は毎日同じだ。バスに乗り、行きつけの喫茶店でモーニングを食べ、並びの和菓子屋さんに寄り自宅に戻る。荒天でもその行動は変わらなかった。膝に水がたまった足をひきずるようにして出て行った。

さらに。

一人暮らしであることも彼女のその行動に拍車をかけた。

ビルとビルの間にはさまれた路地裏の風はすさまじい。いつものように彼女の居酒屋に向かうと角の蕎麦屋のおじさんが顔を出した。



「おはよう。今日は三十分くらい前に通ったよ。もうすぐ帰ってくるよ。」

「いつもすみません。少し待ってみます。」

「あんたがたも仕事とはいえ大変だ。ご苦労さん。」

そっけない物の言い方に、溢れるばかりのいたわりが込められている。

コンクリートから伝わってくる底冷えに背中がゾクツとする。

手も足もガチガチと音を立て、風に吹き飛ばされそうなこの体からムクムクと元気が湧いてくるのはいつもこんな時だ。

あったかいぜ。東京。

Mさんとはびきり陽気な人だった。すれ違いざま、手当たり次第の人に声をかけご近所付き合いは上々だ。

「ヨッ、キムタク、おっはよう！」

「おっ、ハセガワカズオ！今日もいい男だねー」

さすが元女将、似ても似つかぬ風貌を前にしても嫌味なくさらっと言っただけのける愛嬌が



ある。六十歳を過ぎても匂いたつ粹な色香。問題行動を起こしても近所の目はいつもあたたかだ。

「おかえりなさい。今日も格好いいねえ。」

「おっはよーヘルパーさん。さあ、ジエニジエニ！ 銭をおくれでござんす。」
銭とジエニを引っ掛けて、彼女は歌いながらツイストを踊って見せた。

どこにも行きたくない、ずっとこの家にいたいと言い張る母への条件として、娘さんは家事一切を本人が行うよう断言した。今までやってきた動作を継続する事で、認知症の進行を予防し在宅生活を続けさせてあげたかったのだ。しかしそれは生半可な事ではなかった。ヘルパーが何でも家事を手伝ってしまうのではなく、促し、見守りをしながら本人に布団を上げさせ鳥の世話、部屋の掃除をしてもらう。彼女はすぐにでもここを飛び出そうとじりじりしている。

斬るか斬られるかの真剣勝負。今、この場の空気を読み違い、無理やりの支援をしてしまえば即座に彼女の人格は豹変する。Mさんはいつも正直で必死だった。命綱である携帯



電話の充電器もどこかにしまっってしまった。二階から外に向かってコップの残り水をぶちまける。鳥の糞もひよいと投げ捨てる。あの手この手で逃げ出そうとする彼女を引き戻し、精根尽き果てケアが終了する。戦いきった二人はまるで（同士）のように肩を組み、いつまでも笑いあった。ホームヘルパーの醍醐味は一对一で真つ向勝負が出来る事だ。猫の目のようにくるくると変わる彼女にこちらも女優さながらの演技で瞬時に声色や態度を変え、決められた時間内でケアプランに沿ったサービスを提供する。それは神経を磨耗する大変な仕事であったが、私たちは地域の方々に勇気や元気を頂き、日々助けてもらっていた。

キムタクと呼ばれていた青年が向こうから挨拶をしてくれるようになった頃、Mさんの病状は悪化の一途をたどった。杖を持っていつでもすぐにどこかに忘れて帰ってきてしまう為、転倒が絶えなかった。毛皮のコートのいたみも激しくなったがそれでも脳の回路は彼女に（モーニングに行け）と指令し続けた。義母と小さな子供を抱えた娘さんの来訪も頻回になったが、顔には疲労の色が濃く現れていた。夜間も出歩くようになったとお向かいのハセガワカズオさんが教えてくれた。（お互いさまだよ）いつも近所の人はそつと見



守っていてくれた。

そして。

Mさんは警察に捕まった。恐れていた万引きが始まり、無銭飲食も頻繁になった。毛皮のポケットの中には溢れんばかりの盗難品が突っ込まれていた。

それからすぐ、彼女は東京郊外の施設に入所した。

「これでよかったのでしょうか。私をもっと頑張れば…」

娘さんの涙が痛々しかった。

東京の水になじみ始めた私の心の中に、ぽっかりと大きな穴があいた。

「ヘルパーさん！」

暑くて長かった夏がやっと終わり、急ぎ仕度で冬が来た雑踏の中でMさんそっくりの声
がした。娘さんだ。

「今ね、やっと母が落ち着いて、友達も出来て毎日笑顔で楽しそうなんです、一時は私も自分を責めてばかりでしたけど、施設の方々に本当に大事にしてもらっている姿を見



て、これでよかったんだって、そう思えるようになりました。」

今まで本当にありがとう。そう言いながら娘さんはあの時とは違う、安堵の涙顔で深くおじぎをした。

去年はまったく余裕がなくて、赤や黄色に染まった景色を眺めるゆとりはなかった。

隅田川を鮮やかに染め上げる対岸の赤。東京の紅葉はこんなにも美しい。転勤して一年がたち、寒くなった町並みやつと思いを込めて見られるようになった。墨田区で初めて出会ったお客様。あの粹な姉さんやご町内の笑顔にまた会いたくて、今日も私は自転車を走らせる。

「ヘルパーさん。一緒にモーニング食べにいく。」

あかね色にそまった街頭から、ふっと懐かしいハスキーボイスが聞こえてきた。



夢と喜びの風船

深山 マヤ

このイラストのテーマは、家族・友人たち、そこからつながる人たちの夢です。

私は駆け出しのイラストレーターですが、多くの仕事は、ほとんど、家族と友人たちから紹介してもらったものです。依頼してくださった人たちみなさんが、私のイラストを気に入ってくださり、そこからつながった縁というのが、大きな糧だと思っていました。

歌手活動をしている友人のCDジャケットやチラシを手掛け、ジュエリーショップを営んでいる友人がダイレクトメール制作を頼んでくれました。その友人が紹介してくれた雑貨店には、イラストを印刷したバッグを店で扱ってもらっています。家族や親戚の年賀状もそれぞれ違うイラストで制作しました。そうした活動の中、家族はもちろん、友人や仕事を依頼してくださった人たち、みんなが夢を持つ

ていて、私のイラストがその夢の実現や日常の喜びに貢献できた、ということが、私にとってはいちばんの喜びだと気づきました。

人はみな、それぞれの夢を持っているものです。そして、それは自分だけのためではなく、誰かをも幸福にするという目的がある場合、それぞれの夢の実現が、またほかの人の夢を叶える力へとつながっていくのだな、と思いました。そんな光景を、風船を配るピエロになぞらえて作品にしました。

風船は「みんなの夢や喜び」をイメージしていて、どれひとつ同じものはありません。ピエロがみんなに風船を渡しているようにも見えますが、みんなが風船を持ち寄って、ピエロに渡しているという見方もできます。そうやって「夢や喜び」の風船を、みんなで贈り合い、その輪をいつそう広げられたら、という願いを込めて、制作しました。



家族力大賞'10 〈家族や地域の「きずな」を強めよう〉 事業概要

ひとりぼっちで住んでいる人が多い東京。さまざまな人が暮らしている東京。再開発で高層住宅が増え、空き地や原っぱが減ってしまった東京。そんな東京でも、家族や地域のきずなは人々にとって大切な支えになっています。あなたのまわりでかけがえのない家族のつながりや、家族のような地域のつながりを実感したり、きずなを広げようとした話を聞いたことはありませんか。家族力大賞事務局では、家族や地域の「きずな」を感じた体験を募集しています。

主催 社会福祉法人東京都社会福祉協議会

後援 東京都
社会福祉法人東京都共同募金会

応募資格

- (1) 都内在住、在勤又は在学の方
- (2) 東京都で認証を受け活動するNPO法人等

選考方法

運営委員会にて本審査を実施

選考基準

- ① 作文については、人から聞いたり、どこかで読んだものではなく、ご自分で体験されたものであるか（だし、親子、祖父母と孫による聞き書き、福祉施設職員による利用者からの聞き書きは可とする）。写真・イラストについては、未発表で、家族のきずなや地域のつながりが感じられる作品になっているか





- ② 実践や体験にもとづき具体的に表現されているか
- ③ 地域や社会との関わりやつながりがテーマになっているか
- ④ 家族や地域などとの新しい関係を提案しているか
- ⑤ 個人の体験を超えて、他の人や社会へのメッセージになっているか

受付期間 平成22年9月1日～平成22年11月30日

家族力大賞運営委員会

委員長

袖井 孝子 (お茶の水女子大学名誉教授)

委員

井之上 喬 (株式会社日本パブリックリレーション研究所 代表取締役社長)

西崎 哲郎 (KF i株式会社 会長)

澤田 敬介 (東京新聞編集局生活部 部長)

高橋 陽子 (日本フィランソロピー協会 理事長)

山崎 敏子 (社団法人海外広報協会 専務理事)

杉村 栄一 (東京都福祉保健局長)

(敬称略)





ご協力いただいた企業の皆様

協賛

東京新聞

協力企業

特定非営利活動法人モバイル・コミュニケーション・ファンド

朝日信用金庫

七島信用組合

株式会社ユタカ

(敬称略)



発行日 平成23年3月18日
発 行 社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
東京ボランティア・市民活動センター
〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1
TEL : 03-3235-1171
印 刷 大東印刷工業株式会社

この冊子は東京都共同募金の助成金で作成しました。