

一人ひとりの想いつたえたい >>> あなたの声でつくる情報誌

NO. 62
2006・春号

まなこ

企画・発行

武蔵野市企画政策室市民活動センター男女共同参画担当



特集 人と人とのつながり

取材

- この街でつながる想い
- ふれあいはいつも笑顔から
- 一杯のお茶からはじめたい
- 出会い、ふれあい、人と人

野口満理子さん

吉祥寺コンシェルジュ 畠中 和子さん

村井 寿夫さん

齊藤 剛史さん

寄稿

・あるとき自転車に乗って

まなこレポーター 馳 令子

情報

- ・平成18年度男女共同参画推進団体の登録・更新について
- ・市民がつくる男女平等情報誌『まなこ』レポーター募集

市民活動センター男女共同参画担当

この1年、『まなこ』は「ともに生きる」を年間テーマに取り上げ、まち（自然・環境）、時間、文化とのかかわりの中から、人と人がともに生きるための手がかりをさがしてきました。同じまち武蔵野に住む私たち。時間の過ごし方や文化の語り方はさまざまでも、お互いの声に耳を傾け、心を寄せ合っていけば、きっと、想いはつながっていくはずです。



「こんなにがんばるとは思わなかったよ」街のみんなに声をかけてもらうのが励みになっている。

この街でつながる想い

野口 満理子さん 桜堤

ジャズ喫茶を皮切りに、吉祥寺でさまざまなジャンルの飲食店を創り上げてきた野口伊織氏。「吉祥寺を町から街へ変えた」とも言われる氏が病に倒れ、突然10数件の店舗を引き継ぐことになった夫人の野口満理子さん(52歳)に、悲しみを乗り越えて経た今の想いを伺った。

絶対にこれ以上は不幸にならない

夫が病に倒れるのに何の前触れもなかった。6年前、この街でお店を創るのがたまらなく好きで、アイデアも続々と生まれていた50代での宣告だった。「悪性の脳腫瘍。余命一年」目の前が真っ暗になる中、思い浮かんだことは2つ。「絶対にこれ以上は不幸にならない。この不幸な状況で、できるだけ夫を幸せにしてあげたい」「お店は絶対につぶさない！」結婚後、簿記は少し勉強していたが、秘書的な仕事を手伝うに留まっていた。それなのに、余命を宣告されたその夜、どうすればいいかと決算書を見に、足は事務所へ逆戻りしていた。

何のノウハウも無いので、本当に一生懸命だった。「伊織さんが仕事に復帰できなくても、創ってきたお店が地震や火事で無くなるわけではなく、お料理を作るのも、接客するのもあなた方なのだから、何も問題ないじゃない？」「不安を感じるのには正しい。それがわかるのだから何とかなるわよ」スタッフに向かって話しながら、自分にも言い聞かせていた。頭で考える余裕はなかった。ただ、みんなの気持ちを沈ませては

いけないという想いが、胸のうちら湧き出てきて言葉として響いていた。

形ではなく気持ちを引き継ぎたい

経営者は、自分にはもつとも向かないのではと不安だった。子どもの頃から決断するのは苦手だったのに、小さなことから大きなものまでさまざまなシーンで決断を強いられる。

「怖い」とどれほど思ったことか。そんなときスタッフの一人にこう聞かれた「もう新しいお店を創らないんですか？」本当に引き継ぎたいのは形のあるお店ではなく「常におもしろいことを見つけてやっていこうよ」という夫の気持ち。「これから、一人ひとりが伊織さんの役割をやって、失敗したらやめて、また新しいことを始めたらいいじゃない」この想いがスタッフみんなにつながった。それぞれが自分のお店という愛着を持って、どんどん実力を発揮し、それが強みになった。

夫が遺してくれた一番の財産は「人」

夫を最期まで自宅で看ることができたのは、本当に大勢の人に助けてもらったから。それまで人を頼った

り相談をするタイプではなかったの
で「どうしてこんなにたくさんの人
が」とびっくりした。

御神輿をかついだり、映画を見に
行ったり、夫とはどこに行くにも一
緒のことが多かった。おかげで生前
から、夫の幼なじみ、ジョギングや
ジャズの仲間にいたるまで親しくさ
せてもらっていた。仕事や趣味だけ
でなく人にも好奇心旺盛で、どんな
相手にも真正面から向かい、ぶつか
ることさえより親密になるきつかけ
にしてしまう夫。「これだったら、
伊織さんのお友達の〇〇ちゃんが力
になってくれるよ」。夫がめぐり合
わせてくれた友人たちは、いろいろ
な刺激を与えてくれ、あたたかく手
を差し伸べてくれた。「夫の遺しま
くれた一番の財産は、人だと思いま
す」。夫が逝った今は、ときどき一
人で飲みに出かける。街を、人を、
肌で感じていたい。ハモニカ横丁へ
行ったり、ふらりと入ったお店で大
学生の女の子と意気投合したり。新
たな財産も加わった。

**どんな時代もどんな時間も、
決して無駄にはならない**

吉祥寺は、変化がおもしろい街。

大人も若い子も、それぞれの年代の

人が主役になれる街だと思う。若い
人たちには、いろいろな人に会い、
いろいろな風景を見、いろいろな本
を読んだり、映画を見たりして、た
くさんのものに触れて、なるべく自
分の感情を動かしてほしい。40代で
も50、60代になっても、常にいろい
ろな経験をすることはできるけれど、
たとえば19歳の感覚はそのときにし
かないので、どんな職業に就くにし
ても、どんな人生を送るにしても財
産になる。

「私は何がやりたいんだろう」自
分も学生るとき、好きな本を読んで
いるだけで一日が終わり、一人だけ
置いていかれているように焦ってい
た時期があった。でも、その時代が
あったからこそ、好きなことに出会
えたときの吸収力がすごかった。ど
んなにがんばってもつらい思いをす
るときはする。「そんなあなたも、
とつても大切な存在なのですよ」と
伝えたい。

「自分は何もしてこなかったから
これから私の人生の中でお返しをし
ていけたら」凛とした中にやさしさ
のあふれる笑顔があった。

取材 松田理恵(文)・森 治美

福井 貴美子



ふれあいはいつも笑顔から

はたけなか

吉祥寺コンシェルジュ 畠中 和子さん 緑町

吉祥寺駅北口サンロード入ってすぐの赤い箱型「吉祥寺まち案内所」。ここで午前11時から午後7時までの情報提供を3時間交代で常駐する二人一組のボランティアを吉祥寺コンシェルジュと呼ぶ。(もともとは、ホテルで利用客の観光や食事の相談にのるスタッフを指す言葉だ) ひとつき4000件を越える問合せの4割は男性からだが、現在、女性53名を含む72名で対応している。詳細は <http://www.machi-i.com>

「吉祥寺まち案内所」のタッチパネルで
情報の検索もできます。



吉祥寺コンシェルジュの基本は「吉祥寺が好きで人に優しくするのが好き」なこと。始めて一年半になる畠中和子さん(72歳)は、自ら歩いて作ったオリジナルの地図を持ち、訪問者を待つだけでなく自分から笑顔で声をかける。立ち寄る外国人にもゆっくりと丁寧に「日本語で」説明。「国民学校で英語は習わなかった」から。でも「気持ちがあればなんとか通じるものよ」。この前向きな明るさは、当時珍しくない養女に出た生い立ちに起因する。気を遣い空気を読む生活で得た笑顔や愛嬌は、その後美容師ほかどの職場でも強みとなった。

情報提供自体には難しい点もある。近い寿司屋は紹介出来ても、うまい寿司屋は主観が入るからだ。数件紹介したあと評判の店はココと伝えても自分が食べて

いないところは確信できない。そんなとき「さっきの店うまかったぞ」と初老の男性に言われたときは「本当に嬉しかった」。数十年ぶりに訪ねてきて、老舗が姿を消したと寂しがると高齢者も少なくない。一緒に残念がりながら、分かる範囲でお店や店主のその後を話し「寒くなりましたからお体に気をつけてくださいね」と見送る。伝え合っているのは情報だけでなく心のふれあいだろうか。訪問者と同じ視線で共感し受け止める姿勢は道案内の域を超えている。

「仕事場ないかな」と職を尋ねてくる若者もいた。その質問はハローワークでしょと言いながら、何がしたいのと相談にのる。「ラーメン屋か寿司屋?なら、いっぱいあるじゃない。募集してなくてもいいから飛び込んでいきなさい!ヤル

気と勇気があれば押しの一歩よ!危ないことはダメでも冒険はしなきゃ。ダメでもともと。さあ、勇気出して!いってらっしゃい!」一歩踏み出した青年の背中を見守る。求人を出していない会社へ飛び込み、そのまま定年まで働いた自らの体験がよみがえる。

声のかけやすさと物腰の柔らかさは女性ならではの、とスタッフからの評価も高い彼女が人との出会いで大切にしているのは「相手の顔を見て話すこと。情報だけでなく、ひとこと付け加えることかしら。『迷ったらいつでも戻ってきてくださいね。また探しますからね』と。でも一番大切なのは、やっぱり笑顔ね」。吉祥寺まち案内所からは今日もアイドル級の笑顔で「いってらっしゃい」の明るい声が響く。

取材 福井貴美子(文)・森 治美

一杯のお茶から はじめたい

ひさお
村井 寿夫さん 吉祥寺北町

季節感を大切に、茶社の看板には歳時記になる言葉を入れます。



発案者の村井寿夫さん(50歳)は運営に携わり、毎月のオープンを楽しみ一人でもある。けやき茶社と地域のかかわりなどを話したい。

けやき茶社を気軽な居場所に

けやきコミセンは地域が一体になって楽しめる活動を昔からしてきました。我が家でそんな活動にかかわってきたのは妻。私は行けるときには祭の設営や片付けを手伝いますが、とかく男は仕事だなんだと近所のことに関心が薄い。そしてふと気づくと隣近所に居場所が無いんです。若い父親たちは公園で我が子と遊んでいても少々所在なさそうだし、そういう私も休日が手持ち無沙汰で結局出勤したことがあります。「そんな男性たちも女性も、子連れでも一人でも立ち寄れてくつろぐ場を」と昨年2月に始めました。

こだわり満載、コーヒー屋さん「なん」?

当初は「有料のコーヒーを

窓口で出してる上に喫茶まで」と戸惑いの声。でも月一回のカフェやお話し会が定着している例が市内にあり、ものは試しと始めました。最初は「忙しくなくていい、のんびりやろう」と思っていたのに、いざ注文があるとうれしくて、40杯もカップを洗う大変さはどうも。茶社の後

もメンバーで夢を語ると「茶社オリジナル食器を作りたい」「家庭で眠っているおしゃれなカップを預かって使わせてもらい、お礼にお茶券を差し上げてみては」と話はつきません。お茶をいれる腕前は正直プロにかなわないし、はた目にはコーヒー屋さん「なん」かもしれない。

だからこそ吉祥寺や街中のカフェと違う雰囲気作り、手間暇かけた安心な素材選びなど、ここならではの何かにこだわります。コーヒーはこの境界の専門店で当日挽きたてを仕入れ、お茶につきもののスイーツはすべて手作り。材料を工夫して作ってくれる妻や知

人の声かけで作り手の輪も広がり、今20人ほどに協力いただいています。

もっと話そう、お茶を飲みながら

オープンに際して考えた末、中国茶も出す『茶社』と名付けました。私は公園や緑地の



メンバー数名で。オリジナルエプロンは若手建築家がデザイン、洋裁の得意な主婦とコラボレーション
メニュー/サイホンコーヒー150円、中国茶200円、手作りスイーツ各種50円～

れ現地の空港で延々待たされながら、喫茶室で仲間たちとトランプ、よもやま話、そして何杯お茶を飲み交わしたところか。けやき茶社でもときには居合わせた人どうし「こっちのお茶飲んでみますか?」という展開があり、いい感じですよ。「住んでるまちを心地よく」

「自分のまちを知ろう」等まちづくりもカフェ同様ブームです。茶社も地域のつながりを意識していますが「まちづくりとは」と問題提起して話はずむかと言うと、そうではないはず。

年配の方、子育て中や引越してまもない方、外国人夫妻などさまざまながいて、最初は接点が見えなくても、お茶を飲みつつ過ごすうちに人のつながりができる、それがまちづくりの起点なのでは。だから気持ちよくいられる場所として茶社をゆるやかに続けていきたいですね。

毎月第3土曜の午後2時～4時、お茶を飲みに来る方もいれに来る方もお待ちしています。

取材 藤井美里
(集合写真は、けやきコミセン提供)

出会い、ふれあい、人と人

さいとう たけし
亜細亜大学3年 齊藤 剛史 さん

一般奉仕会「細流（せせらぎ）」は、亜細亜大学の学生たちによるボランティアのグループである。誕生は、昭和44年。武蔵野市内をはじめ身近な地域に密着したきめ細かい活動を行っている。昨年11月まで部長を務めていた齊藤剛史さんに、その活動と想いを聞いた。

(注・学年は'06年3月現在)

仲間とつくる大きな流れ

大学入学後、ボランティアの意味も深く知らずに部室のぞき、部員の人柄にひかれ「細流」に入部した。一人のことができることは細い流れに過ぎないけれど、集まって大きな流れにしたいと現在女子学生20名、男子学生19名が武蔵野市を中心に活動している。活動に関して先輩たちから言葉で教えられることはほとんどなかった。「多くの催しに参加してたくさんの人に何度も会うことで、その人のために今どうすればよいかを体得してきました」。人と人とのふれあいにお手本や教科書はなく、交わりながらともに感じていくものなのだ。



将来は人とかかわる職業につきたいと思います。

「細流」では学園祭で武蔵境地区の人々に協力してもらいチャリティバザーを行い、収益金は障がい者施設などに寄付している。これらの施設がバザーを行うときには手伝いもする。武蔵境駅周辺や、

他大学と合同での河川敷のゴミ拾い。* 亜細亜大学ボランティアセンターの企画の下での活動や、大学間ネットワーク（亜細亜・成蹊・武蔵野の各大学）での活動もしている。

* 大学生にボランティアを提供し、コーディネートをし、ときにはとともに活動もする団体

一人ひとりが細い流れでも

部員は個人でボランティアセンター・武蔵野に登録して、いてアイメイクの手伝い、手話やノートテイクなど、専門的な技術を持っていないことでも、少しでも役にたてればと出かけていく。お年寄りに頼まれた買い物やメンタル面のケアをすることは女子学生が多く取り組んでいる。男子学生は体力を要求されることが多く、子どもたちとも体をはって遊ぶ。二番好きなことは、子ども

とのかわりです」。障がいを持っていてコミュニケーションをとることが難しい子どもは、まずその行動を見て何を考えているのか察する。初めは顔も見えてはくれない。あちらこちらに走りまわるのでただ後ろをついて行くだけ。

そのうち目を見て話しかける。そしてその子から出てくる言葉を反復する。時間をかけて接していると彼のほうから手をつないでくれる。笑いかけられる。その笑顔にいつも癒されている。

人が喜んでくれることが喜び

小学校の高学年から中学生のころ、つらい思いをしたことがある。学校でのつらさや家族や物にあたりちらした。「あのときが、僕の反抗期でした」。家族はそんな自分を見守ってくれた。当時同じような思いをし、学校を休んだ友人がいた。何度か彼の家に迎えに行き、一か月後、一緒に登校できた。この友人のために何かができたと実感した。うれしかった。このつらかった時期も今の自分をつくったと思う。



「細流」の仲間と

「誰かのために何かをし、その人の笑顔が大きな喜びになります。人のためにしているつもりが自分のためになっていたのです」

ボランティア活動をしてきたこの3年間で人と人がふれあうことのすばらしさを実感した。初めて会った人には好きなこと、興味を持っていることを聞き、その話をしてもらう。共通点があれば話も弾む。そして、その人の立場に立って考える。そうすれば、誰でも仲良くなれると思う。これからもたくさんの人と出会いたい。そう、「人が好き」だから。

取材 尾花雅子



【寄稿】あるとき自転車に乗って

まなこレポーター 馳 令子



私は毎日のように自転車に乗ります。そして毎日出くわすのが道の譲り合い。狭い舗道や角でよく道を譲るし譲られます。そんなとき一言「ありがとう」とか「すいません」と言うのはあたりまえだと思っていますが、若い人は譲られても当然のような顔をして通り過ぎて行く。中には中高年でもそんな態度の人がいます。ちよつと頭を下げてもいいんじゃない？と言いたくなります。道を譲って待つのはたった数秒。最近では若い人からお礼の意思表示がないのはあたりまえだと思ひ、しようがないこととあきらめ始めていました。

あるとき、舗道で譲つたらすれ違う際に高校生の女の子が「ありがとうございます」と言ってくれたのです。私は思わず振り返って後姿を見送ってしまいました。心の中がジワ〜と温かくなるような気分。またあるとき、黒っぽい服装の男の子が小さく頭を下げてボソツと一言、「どうも」。どうせ知らん顔して通り過ぎるのだろうと思つていた自分が恥づかしく、しかもちよつと目頭が熱くなったような……。そんな日は一日中何となくうれい気分です。ほんのささいなことだけれど、人つていいなと思ふ瞬間です。

こんなことを言っている私は、若い人から見ればやはり「口うるさいおばさん」でしょうか。若い人も感謝の気持ちはあるけれど、恥づかしいとか、とつさのことで言葉が出ないなどの理由で知らん顔なのかもしれない。私の子どもだつてどうかかわりません。でも、その気持ちをほんのちよつと言葉や態度に出すだけで幸せな気分になる人がいるんだということを知ってくれたらいいなと思ひます。そんな小さなやりとりをあたりまえのようにあちらこちらで耳にするようになれば、この街はもつと平和で楽しい街になるのではないのでしょうか。

まなこ62号アンケートから

『まなこ』のアンケートはレポーターを中心にお願いしています（レポーターは毎年3月に募集。7ページ参照）

Q1 「誰かにこの気持ちをわかってほしい」と思うとき、誰にどんな形で伝えたい？

- ・以前は手紙、今はメール。あらたまつたときは手紙。
- ・自分で消化できないとき、何でも話せる友人に聞いてもらう。
- ・親しい友人には直接会つて話し、母や遠くの友人には電話で話す。
- ・同じ思いや経験をした友に文章で伝える。
- ・特に自分の気持ちを分かつてほしいと思ひ、人に抱したことはほとんどない。
- ・「私」を知っている人と会話したいので、ブログは利用しない。
- ・投稿やブログなど、不特定多数の人に個人的なことを伝えるのは苦手。
- ・ラジオ番組にはがきを書く。
- ・何度か新聞の読書欄に投稿した。今は、大人になった娘がよき話し相手。
- ・スポーツや映画に感動したことなど、誰でもいい一人でも多くの人に伝えたいときは、匿名でネット上の掲示板やブログに投稿。相談ごとなど特定の人に伝えたい場合、電話。

Q2 家族、友人など身近な人たちとかかわる中で、心がけていることは？ また失敗談は？

- ・相手の身内の悪口は言わない。人生の先輩には尊敬の気持ちを持って話す。
- ・先に挨拶をする。最初から否定的なことは言わない。
- ・相手の長所を見つけ、伝えるようにする。
- ・先入観を持たない。実際に会つて話した上で、相手を理解する。
- ・最初は丁寧な、慣れてきたら徐々に親しみをこめて。
- ・プライベートなことには、なるべく立ち入らない。
- ・子どもには二人きりのときに、はっきりと自分の考えを言う。信頼関係があればこそだ。
- ・言葉がきつくならないように、声のトーンを落としゆっくり話しかけるよう心がけている。
- ・時間や約束は守る。お金の貸借には気をつける。本人の努力で変えられないことは言わない。
- ・「ぞんざい」な言葉を使わないようにしている。特に夫婦間の口のきき方に留意したい。
- ・年齢が高くなると、他人のことが気になって、ついいろいろと注意してしまう。
- ・相手の名前を間違えたことがある。それ以来、声をかける前に確認する。

■ 平成18年度

男女共同参画推進団体の登録・更新について

育児、介護、環境などの問題研究や、趣味を通して男女共同参画の推進を目指す活動をしている団体については、「男女共同参画推進団体」として登録しています。

登録の基準は、男女共同参画社会の実現に向けての活動を主たる目的として、継続的かつ計画的に活動する団体で、①営利を目的とした団体でない
②特定の政党、宗教又は教団を支援する活動でない
③団体の構成人員が5人以上で、原則として3分の2以上が武蔵野市内に在住 ④団体の主な活動場所が武蔵野市内 ⑤団体の組織及び活動のための規約を有するの5つです。登録団体は団体活動補助金の交付申請、むさしのヒューマン・ネットワークセンターの印刷機使用料の半額免除やロッカーの年間使用などができます。

現在登録中の団体で、18年度も登録の継続、または抹消を希望する場合は送付しました申請書を4月28日（金）までに提出してください。期日までに登録申請のありました団体は、団体名簿に登録し一般に公開します。

なお、新規登録は、随時受け付けております。

■ 市民がつくる男女平等情報誌

『まなこ』レポーター募集

家庭、地域、社会、労働の場などで男性・女性が共に抱えている問題について興味・関心がある方を募集します。

主な仕事

- ①年4～5回のレポーター会議出席
(1歳以上就学前のお子さんの保育あり)
- ②各号のテーマに関する意見、提言、情報などのアンケート提出
- ③取材協力、記事の提供など。ボランティア（無償）

募 集 市内在住・在勤・在学の方

15名程度（超えた場合は調整あり）

任期は1年間（平成19年3月31日まで）

申込み

はがき・FAXで
4月5日(水)までに市民
活動センター男女共同
参画担当まで。

〈記入例〉

- ① 『まなこ』レポーター希望
- ② 住所
- ③ 氏名（ふりがな）
- ④ 電話番号
- ⑤ わたしの興味ある『まなこ』へのテーマ(100字程度)
- ⑥ あれば活動団体名

2月5日(日) 男女共同参画企画「歌と舞の競演～スピリチュアルライブ～」を吉祥寺シアターで開催しました。「世界に一人しかいない自分の気持ちをメロディーにのせて伝えたい」と12年前にソロ活動を始めたミネハハさん。歌をとおして愛の種を蒔いていきたいとも。

愛情・感謝の気持ちがいっぱいミネハハさんのやわらかく、あたたかい歌声と躍動感ある板倉リサさんのダンスに、忙しい日常を忘れ、ゆったりと穏やかなひとときをお過ごしいただけたのでは。

多くの方のお申込みありがとうございました。



ミネハハさんと板倉リサさんの競演（吉祥寺シアターにて）

Q3 日々の暮らしの中で、また地域や社会で「人っていいなあ」と感じたことは？

- ・人が信じられなくなった時期がある。古い友人たちの励まして立ち直れた。娘が一言「ほら、世の中には、いい人いっぱいいるでしょ」
- ・息子が2歳のとき、ある人にとてもお世話になった。「何もお返しできなくて」の私の言葉に「あなたの子育てが楽になったとき、大変な人を助けてあげればいいのよ」と。
- ・小さな子どもが親などに向かって、一生懸命何かを話しかけている様子を見ると思わず笑みがこぼれる。
- ・転んで自転車を壊し、困っていた小学生の少年を街の人たちが助けてあげたこと。まず大学生のお兄さんが修理にトライして、次に通りすがりのおばさんが自転車店まで連れて行き、最後にお店の人が好意で修理してくれた。武蔵野ってすてきだと思う。
- ・苦境にあるときに、さりげなく手を差し伸べてくれる人の無償の優しさに感動する。
- ・友だちの何気ない一言にはいつも助けられている。
- ・体調が悪くてもがんばっているときに「大丈夫？」と声をかけてもらったのがうれしかった。
- ・思いがけないところで人とのつながりを感じたとき(同郷だったり、子どもとのつながりがあったり)、世間は案外狭いなあと思う。
- ・足を骨折したとき、一筆箋をいただいた。電話、名前とともに「何かあったら利用してください」と書かれていたのがうれしく心強かった。

*このほかにたくさんのご意見をいただきました。ありがとうございました。

レポーター会議風景

1月12日(木) 10:00~12:00
市役所第605会議室にて



● 61号の感想 ●

- ・フランスでは残業がないことにびっくりした。
- ・ヒップホップダンスはコミセンでやるというイメージではなかったのが意外。
- ・ヒップホップの記事にあったように、年齢差のある中で過ごすことは大切。
- ・女性が能楽の世界で受け入れられるようになったのはすごいことだと思う。
- ・能楽師 津村さんがお母さんの能の稽古を見て興味を持ったように、自然に子どもも好きになれるようなチャンスを作ることが大事。

● 62号「人と人とのつながり」に関連して ●

- ・ブログに実名を載せたら嫌な書き込みをされて閉鎖。自分は実名にこだわりたい。
- ・会員による紹介制のブログのサイトがあり、会員制の方が安心できる。
- ・ネットの世界は人間関係の作り方が難しい。
- ・メディアは使っても、使われてはダメだと思う。
- ・どんなに親しくても言われて嫌なことは決して言わない。相手を傷つけないようにして、友人関係を作っている。
- ・相手が不愉快なことでなければ言葉にしていく。
- ・子どもはかわいがって育てると信頼関係も生まれ、叱ったときにはなぜ叱られたのか考えてくれるようになる。
- ・「ありがとう」「ごめんね」が素直に自然に伝えられることが大事。



今回のテーマに関する本を、むさしのヒューマン・ネットワークセンターの蔵書の中から

● 無敵のバリアフリー旅行術

おそどまさこ 著 岩波書店



電動車椅子での海外旅行をしたい！身体に障害を持つことは特別なことではなく、誰にでもありうることなのだ。ツアー企画や旅行講座などを仕事にしてきた著者は、旅立ちたいと願う人なら誰でも分け隔てなく、この地球上どこへでも旅立てるような環境を実現したい、特に、元気を失ったときこそ旅に出られるようにしたいと願ってきた。この本は32本のオリジナルツアーを企画し、延べ682名の挑戦者と延べ58頭の盲導犬とともに、地球のあちこちに旅立ち、前例のない様々な体験を果たしてきた中間報告。決してあきらめないでの言葉が実感として迫ってくる。

● 家族をつなぐカウンセリング

家族と自分にやさしくするために

太田 仁 著 金子書房



著者は小、中、高の教員、大学の講師など幅広い教育現場での経験を生かし、心理学学会「若いつばさの会」を設立、悩みを抱え苦しむ家族が自ら再生する可能性を高める開発的カウンセリングの第一人者。個別の家族カウンセリングにも当たる。「心理学を家族生活に生かす」ため、学術用語を日常生活の言葉に置き換え、学習することこそ悩みから救われる近道である、と柔らかな言葉で語る。この本に出会えて本当によかった！と思える一冊。

武蔵野市境2-10-27 武蔵境市政センター2階 TEL・FAX 0422 (37) 3410
E-mail mhnc@tokyo.email.ne.jp URL http://www.clipcraft.or.jp/m_hnc

STAFF

レポーター	上野敏子・大八木俊子 小澤和彦・杉浦定子 寺田美都・戸田真帆子 馳 令子
取材・編集	森 治美(編集長) 尾花雅子・加藤和子 福井貴美子・藤井美里 星 詩子・松田理恵
☆ 他にもたくさんさんのアンケート協力員、編集協力員に支えていただいています。	
レイアウト	小井戸厚子
イラスト	本田 倫
印刷	社会福祉法人 東京コロニー

- ★「ありがとう」の気持ちを「ありがとう」と受け取れたら、やさしい心が飛び交います。ずっと持ち続けたい気持ちです。(尾花)
- ★想いがつながっていくことのすばらしさとむずかしさを感じた一年でした。笑顔と対話。そこから始めましょう。(加藤)
- ★「叱るときも笑顔で」を実践したら「顔が怖い」とビビられ、笑顔の意外な効果を実感した。(福井)
- ★友人が引越して3年。メールですぐやりとりできるってすごいけど、会う楽しさは格別。みんなそうだね。(藤井)
- ★同じ時代に生まれ同じ時を過ごせるってすごい！せっかく出会えた人との縁、これからも大切にしたいな。(星)
- ★いま流れているこの時間も決して無駄ではない。過ごした時間、出会った人、すべて大切に育んでいきたいな。(松田)
- ★今年も桜の花が咲き始めます。季節がめぐり、若葉が萌え盛る頃、またお目にかかりましょう。(森)

編集後記