

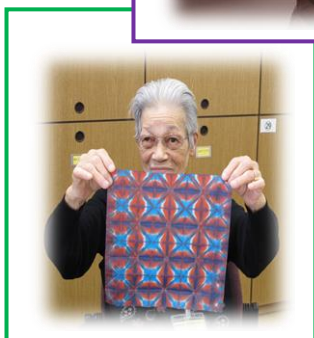
あおぞら

発行：愛知県被災者支援センター
住所：名古屋市中区三の丸3-2-1
愛知県東大手庁舎1階
TEL：052-954-6722
FAX：052-954-6993
開館：月曜～金曜 10時～17時



《田原市の交流会で、和紙の「折り染」を学び、

各自オリジナル模様の作品を作りました》



《もくじ》

- P1. 表紙写真 「折り染作品」
- P2. 「田原市あったか鍋パーティ」を主催して
- P3. 寄稿／講演会「知りたい 理解したい
起立性調節障害（OD）のこと」
- P4. イベント情報、ミニコラム、編集後記

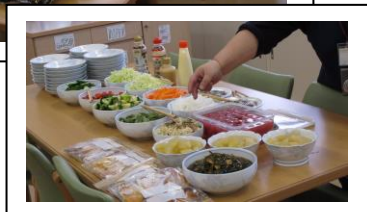
「田原市あったか鍋パーティ」(第8回田原市被災者支援交流会 2/1) を主催して

=主催者(田原市・社協・コープあいち)のボランティアの方から、その思いを寄せていただきました=

伊藤 功(田原市・ボランティア)

東日本大震災の報道を見ながら、地元田原市で農業、料理屋、教員等様々な仲間たちと、自分たちに出来ることは何かないと話し合い、2011年夏、畑で収穫したばかりの野菜をトラックに積み込んで東北に向かったのが、震災との関わり始めでした。3年前からは、同級生が愛知県被災者支援センターで働き始めたことを知って、交流会に顔を出すようになりました。

地元の食材を美味しく食べてもらおうと料理人時代に愛用していた包丁を研ぎなおし、農家として栽培している花をポットに植え、前日から準備。当日は、仲間と一緒に、地元を離れて愛知で暮らす皆さんに、ひと時でも田原の良さを楽しんでもらえるように、全力で頑張ります。被災者の皆さんから「食事が美味しかった」「楽しかった。また来年も楽しみにしているよ」と声をかけてもらおうと、本当に嬉しくなります。今年は参加者全員に、大切に育てた四葉のクローバーの鉢植えを届けました。みんなに一つでも多く幸運がありますように。



角谷 利美(田原市・コープあいち災害支援)

愛知に避難している方達に、自分たちとして何かできることはないだろうか、と思ったのがこの活動の始まりでした。市役所(地域福祉課)、社協、コープ、愛知県被災者支援センターと一緒に、この活動は進んできました。「支えていく」という点では、当初よりも今の方が、気持ちが「ひとつ」のような気がします。

交流会では、毎年人気の鍋を囲み、皆で団らん。地元の野菜がサラダバーに並び、地元調理人が作る魚料理もあり、ミニトマトのコンポートは超人気。食事の時にはおしゃべりもピークで、そして、「何を食べてもおいしいよ」の声が出てくるのも、うれしいですね。

体験交流では、これまでに寄せ植え、ハーバリウム、花餅づくりをやりましたが、今回は地元住職さんによる和紙の『折り染』でした。世界に一つだけのオリジナルの絵柄で、「飾るのに最高!」と皆さん喜んでいました。子どもたちからも「楽しかった!」の声。

最後の盛り上がり企画は、なんといってもビンゴで、地元野菜(キャベツ、ブロッコリー、ミニトマト等)の他、花(プリムラ、アリストロメリア等)の無料提供もあり、みんな帰りにはショッピング袋にどっさり。早くも「来年はいつ頃やるの?」の声が届いています。皆さんに喜んでもらえる企画を考えますから、またいらしてください。会えるのを楽しみにしています。

寄稿/講演会「知りたい 理解したい 起立性調節障害 (OD) のこと」

先月の定期便でチラシでのご案内がありました。あまり聞きなれない“起立性調節障害 (OD)”。講演会を聞きたいけれど都合がつかない、関心があるけれど…という声がありました。そこで、



2020年2月8日の講演会「知りたい 理解したい 起立性調節障害(OD)のこと」(@名古屋国際センター 共催:愛知教育大学 心理講座助教 森川夏乃、起立性調節障害なごや家族の会「ポレポレ」)は大盛況でした。ご家族や教育関係者、支援者を対象とした内容で、講師の田中大介医師(昭和大学保健センター所長・教授)が基本的な症状の説明や、起立性調節障害の当事者が日常動作(起き上がるとき、立っているとき)で楽になる方法等をご紹介されました。

この病気は個々様ざまな症状が出るほか、療養期間も個々に違います。療養が長期にわたる場合は、心理的支援がとても重要になることを語られました。具合が悪く横になっていることが多いため、体力維持を簡単にする方法や適切な水分補給など、生活していく中で工夫をすることの大切さを学びました。

起立性調節障害の子だけでなく、周りを取り囲む人たちが普段から褒める、感謝を言葉にする全人的(*)な対応が必要不可欠であること、「やさしさ」と「情熱」にあることを深く学びました。キャロル・キングの歌詞を通して、子ども達一人ひとりに必ず素敵な未来が訪れることを目指し、周りが助け合い前進していくことを、力強く後押ししていただきました。

(*)人を身体や精神などの一側面からのみ見るのではなく、人格や社会的立場なども含めた総合的な観点から取り扱うさま(Weblio 辞書参照)。

共催された起立性調節障害なごや 家族の会「ポレポレ」の共同代表であり避難者の加治美保さんに、講演会のご報告と家族の会「ポレポレ」のご紹介をお願いしました。

講演終了後は、起立性調節障害なごや家族の会「ポレポレ」による座談会が開催されました。教員の方のブースには田中先生が入られ、とても有意義な時間を過ごされたと伺っています。保護者のブースでは、様々な悩みの相談や情報共有をされていました。私が入った座談会の輪には、切実に悩み、涙する方もいらっしゃいました。

全体を通してはっきり見えてきたことは、愛知県全体でこの病気をしっかり診てくれる医師がいないこと、教育現場でのこの病気の取り扱いが不十分であること、子どもを支える親のサポートのできる場所がないこと、「学校に行きたくても行けない事が悪」と思ってしまう世の風習が子どもを苦しめていること。これらの事を一気に変えることはできませんが、一步一步前進し、起立性調節障害で苦しむ子が少しでも楽になる世の中に変えていけたら、と強く思います。

「ポレポレ」は、毎月座談会を開催しています。ゆったりゆったり語り合っています。一人で悩まず、みんなと話すことで光が見えることもあると思います。ご参加をお待ちしています。

(加治 美保)

3/8(名古屋市中村区) 牧野小学校 13:30~

3/18(名古屋市中村区)総合社会福祉会館 7階和室
13:00~

参加費:1家族300円(出入り自由)

詳しくはホームページをご覧ください。

<https://polepole-nagoya.amebaownd.com>





3月イベント情報

※イベントの一部を掲載しています(詳細はチラシ参照)。

開催日	イベント名	内容(主催)	最寄駅
3月11日(水) 13:30~19:00	東日本大震災 犠牲者追悼式 「私たちは忘れない」 @矢場公園(ナディアパーク南) (14:46 黙とう)	いろいろな立場を越えて、10,000本のキャンドル・献花で追悼します(主催:東日本大震災 犠牲者追悼式 あいち・なごや実行委員会)	地下鉄名城線「矢場町駅」5・6 出口 5分、東山線「栄駅」7・8 出口 7分
3月28日(土) 10:00~13:00	夜の森桜 お花見交流会 @コープあいち豊橋生協会館(参加費:大人 200円・子ども 100円)	福島の苗木を植樹した「夜の森桜」を囲んで交流。語り部・松田小百合さんの体験の紙芝居、絵本朗読も。	豊橋駅西口より 豊鉄バス「西部団地東」下車すぐ
3月28日(土) 10:30~15:00	めぐりあい交流 花見会 2019 @東部地域療育センターぽけっと(参加費:大人 800円、子ども 500円、託児あり)	桜を愛で、食べて、語りあい! 子どもは学生たちと一緒に遊ぶよ。(主催:震災・原発事故県外避難者自主グループめぐりあいの会)	地下鉄東山線「本山」1・2 出口、徒歩 13分

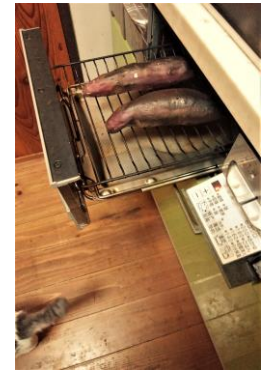
《ミニコラム&レシピ》 タッキーのレシピ・焼き芋

冬はおやつに、お弁当に、焼き芋が最高!

ガスレンジで約20分間、美味しい焼き芋が出来ます!

焼き芋がテーブルの上に無い日が無いくらい、始終作っています。

かつては焼き芋鍋があったのですが、今のガス器具は空焚きを感知して、作れなくなってしまったのです。凄く美味しかったんですけどね。そこで思いついたのが魚を焼く理屈で、ガスレンジで焼いたら、簡単にできました。今はどなたも銀紙でくるんで焼きますが、芋が蒸し焼きになり、ホクホクにならないので、焼き芋とは言えないと思っています。蒸し芋ですね。私はこのままお弁当箱に入れて、お茶と一緒に持っていきます。



【編集後記 & インフォメーション】

3月1日(日)から託児室&ワークスペース「みんなのおうち連尺」(岡崎市)を開室します。“こどもと暮らす”をテーマに、岡崎の山のヒノキをふんだんに使用した空間を、「託児とお仕事の部屋」として開放します。気づけば9年が経ちます。また、一歩前に進みます。お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。詳しくは、<https://www.minnanoouchi-r.com/> (K.E)



- ・62年間住み慣れた家から引っ越しすることになりました。どうしてこんなものまで…と自分を叱りたくなるほど、何でも取っておく癖がある私。小学校の文集、大学の合格通知…次々手に取っては懐かしんでしまい、一向に荷造りがはかどらない今日この頃です。(K.K)
- ・“カナさんの手作りハム”(★12月号掲載)に挑戦中。今ソミュール液に浸けているところで、毎日冷蔵庫の中の肉の塊に「美味しくな〜れ」と声かけしているので、きっと最高のハムができると思います。(T.S)
- ・今朝寒い 冬将軍が やっと来た 寒いねと言う 挨拶嬉し (T.H)
- ・アフガニスタンで亡くなられたペシャワール会の中村哲さんを送る会に参加した。地球温暖化による砂漠化と戦火に荒れた地域に水を導き、緑の耕地を取り戻した。薬だけでは人の命は助けられないと。爆撃の下での人々との日々の労働。「天、共に在り」・「一隅を照らす」その生き方を想う。(T.K)