



お楽しみイベント 第4弾

「焼き芋会&お肉もあるよ」

秋のお楽しみイベント「焼き芋会」を企画致しました。東京湾に面したバーベキュー広場で美味しい焼き芋とお肉や野菜など秋の実りを頬張りながら、秋の日を満喫したいと思います。ぜひ皆さまのご参加をお待ちしております。

※実施日時：11月4日(月) AM11:00～PM14:30

※実施・集合場所：潮風公園バーベキュー広場

〒135-0092 東京都品川区東八潮1-2

※参加費：大人2000円 子ども500円(幼児・幼児無料)

※参加申込み：10月30日(水)までに、事務局までメールにて参加者名・住所・電話番号をお知らせ下さい。行事保険登録を致します。

※治療のため、参加がはっきりしない方は、前日まで(最終的には当日の朝9時まで)

アクセス：・ゆりかもめ「台場」or「船の科学館」下車徒歩5分

・りんかい線「東京テレポート」下車徒歩10分

・都バス(虹01系統)JR「浜松町」発

東京ビッグサイト行き・国際展示場駅前行き・テレコムセンター駅前行き「台場」下車

・東京都観光汽船「お台場海浜公園」下車徒歩5分

・水上バス東京水辺ライン「船の科学館」下車徒歩5分

駐車場：潮風公園北駐車場、徒歩5分 潮風公園南駐車場、徒歩10分

料金：普通車→1時間まで300円以後30分ごとに100円

〈協力団体〉※カフェ・アリエッタ

〈発行〉

「NPO法人こどものちから」事務局

〒136-0073 東京都江東区北砂5-20-18-211

TEL：080-6867-6135 アドレス：power-of-children@ezweb.ne.jp

http://kodomonochikara.web.fc2.com/

口座名称：NPO法人こどものちから 振替口座(郵便局)：00170-7-571697



てをつなごう～!

こどものちから

NO.5 2013.9月発行



<斉藤晴美 作>

<コロちゃん、み～つけた!!>

長かった暑い夏が、終わりを告げようとしています。
実りの秋を一緒に探しましょう!



目指せ! 病児と家族の



「困った」「〇〇だったら、良いのにな～」を支援!!

自らが小児がんの子どもを持つ親となって16年。今まで沢山の病児や家族と関わる中で、強く感じてきたことは、子どもが病気になったことを単なる不幸な出来事だけの体験と病児も家族も捉えないで済むような支援や安心して過ごせる場所の必要性です。

この春ようやくそれらの思いや現状を理解してくれる仲間や協力者の支えによって、「NPO法人こどものちから」を誕生させることが出来ました。

NPO法人こどものちからは、以下のような場所を目指して、がんばります!!

- ・「成長の場」・・・きょうだいを必要時、預かり楽しい時間を過ごせる施設。
- ・「居場所」・・・病児や家族が、休息や宿泊など利用したい時に使用出来る施設。
- ・「良循環を生み出す場」・・・病児や家族が孤立せず、様々な立場の人と繋がれる施設。
- ・「レスパイトケア(休息)の場」・・・溜まった疲れをほぐし、気分転換や活力を育む施設。
- ・「偏見の壁を低くすることが出来る場」・・・地域の人々との関わりや交流によって、病児や家族・病気に対する理解を広げることが出来る施設。

<後援会員募集>

現在のところ拠点となる場所がなく、定期交流会は公共施設などを利用しています。場所の確保やそれに伴う運営資金が必要です。活動にご理解・ご協力頂ける方のご入会・ご登録をお願い致します。

※後援会員費について

個人年会費：3,000円 団体年会費(1口)：10,000円

※年会費のご送金について

郵便振替番号：00170-7-571697

口座名：NPO法人こどものちから

会費以外のご寄付につきましては、通信欄にご記入の上、会費と同じ口座をご利用ください。

お問い合わせは、TEL：080-6867-6135

アドレス：power-of-children@ezweb.ne.jp

ブログ：http://kodomonochikara.web.fc2.com/

「NPO法人こどものちから」事務局までお願い致します。

難病児の兄弟姉妹の力に

息子亡くした女性、NPO設立

難病の子に親が病院で付き添う間、兄弟姉妹の面倒をみる活動を6年前から続けている女性がいる。自らも同じ経験で悩んだことがきっかけだ。「子どもたちが抱え込んだ気持ちをほき出せる場所になりたい」。今春にはNPO法人を設立し、取り組みを広げている。



NPO法人「こどものちから」のメンバーと語り合う井上みずさん(左) 東京都中央区湊3丁目、中野寛撮影

「親の代わりに話し相手に」

国立がん研究センター中央病院(東京都中央区)の小児待合室。パズルで遊ぶ子どものそばに、井上るみ子さん(54)がいた。「できた」。得意げに見せる男の子に、「ここまだ空いているよ。どうするの?」と笑顔で返した。パートをしながら月2回、約3時間ずつ子どもを面倒を見ている。

1998年6月、井上さんはこの病院で三男・拓馬君(当時13)をみとつた。前年10月に小児がんが見つかり、入院。当時高校3年の長男、中3の次男、小4の長女を抱えての看病が始まった。

毎日、江東区の自宅から約1時間かけて着替えや食事を用意した。帰宅は午後8時。長男と次男は平日、クラブ活動などで遅かったが、長女は夕方から1人で留守番をしていた。

土日は特に困った。家族でも小学生以下の病棟の立ち入りが禁じられていたた

め、長女はエレベーターホールで待たせた。様子を見に行くと、おとなしく折り紙をしたたり絵を描いたりしていた。

一度だけ、「友達と祭りに行きたい。ついて来て」と駄々をこねた。井上さんが「そんな場合じゃないでしょ」と断ると、長女はしばらく黙り、「友達にそう話してやる」。理解してく

れていると思っていた。四十九日が過ぎた頃から長女の様子が変わった。「私は蚊帳の外だった」と漏らした。傷の深さに胸をえぐられた。

自分や長女のような思いをさせたくない、中央病院の「親の会」に入り、難病児の親の相談に乗ってきた。気持ちを深く理解するため、民間のカウンセラー資格も取得した。長女から「きょうたいは置き去りになりがち。遊んであげたら」と提案されたこともあり、2007年から待合室

で活動している。親に「もっと遊んであげて」とは求めない。病気の子どもを優先するのは仕方ないと思うからだ。「親は遺言子が悪かったんじゃないかとまで自分を責め、苦しんでいる。代わられる部分は、代わってあげればいい」

今年4月、中央病院で出会った、子どもを亡くした親たちとNPO法人「こどものちから」を設立。難病の子の有無に関わらず、中央病院に通う人の子を公民館などで預かる活動を始めた。今後は子どもを失った悲しみを癒やす「グリーフケア」も手がけたいという。井上さんは「ちょっとしんどくて一息ついたくなったら、お茶を飲みにくるよう」に気軽に来てほしい。NPOの活動は土日が中心。無料。問い合わせは電話(080・68867・613)かパソコン(<http://kodomonochikara.web.fc2.com/>)で。(中野寛)

〈絵本紹介〉 ～『だいじょうぶ だいじょうぶ』～

いとうひろし◎作・絵 講談社

「あなたにとって、気持ちが落ち着く言葉はなんですか？」と尋ねられた時、思いつく言葉はありますか？

私は、この言葉。「だいじょうぶ だいじょうぶ。」愛娘が重い病気で闘病中、様々な不安や恐怖に襲われ、夜中急に心が潰されてしまいそうになる時がありました。そんな時、娘が入院していた病院に長年ボランティアをされている

女性が背中をさすりながら言うてくださる言葉、「だいじょうぶ だいじょうぶ。」を思い出し、不安な気持ちを無くしていました。時に夜遅くに…私：「お願い だいじょうぶっていってください。」彼女：「だいじょうぶ だいじょうぶ 何も心配いりませんよ だいじょうぶです。」と、この言葉をくださいました。時に電話で、時にメールで…すると不思議！ 気持ちが安らぎ、不安が消えて安心して眠りに就くことができました。長年、病児やその家族と共に過ごしていた彼女の「だいじょうぶ！」不思議な力がありました。でも、実は私だけでなく闘病していた娘も彼女の「だいじょうぶ！」の言葉に癒されていた事を知りました。彼女の呟くこの言葉は、私と娘にとっては気持ちを安らかにさせ安心できる、魔法の言葉 おまじないの言葉になっていました。「だいじょうぶ だいじょうぶ」

この絵本は主人公である男の子とおじいちゃんのお散歩の中でのお話です。最初のうちは、家の周りをはのんびり歩きながら、楽しいことや素敵な出会いのあるお散歩だったはずなのに、「でも あたらしい はっけんや たのしい であいが ふえれば ふえるだけ こまったことや こわいことにも であうようになりまし」と 様々なエピソードが起こります。その度に おじいちゃんが男の子の手を握り呟く言葉。

「だいじょうぶ だいじょうぶ。」

男の子はおじいちゃんのこのおまじないの言葉を聞きながら、安心してだんだんと大きくなっていきました。でも、おじいちゃんはだんだんと年をとっていきました。さて…。後の続きは絵本を見て下さいね。このおまじないの言葉は本当に不思議です。時に人から言われて安らいで、時に自分の心に言い聞かせる。でも両方ともなんだか心が元気になってきてお日様の光に包まれた様に、明るく ほっこり温かくなってくるのです。そのうちに、不安や怖い気持ちが無くなって…ほうら 元気！にっこり笑顔に！！

少なくとも 私と娘はそんな気持ちになりました。(笑顔)

ふと不安になって心が潰されそうになった時に、この絵本を読んでみて下さい。またあなたの愛する人に、よみきかせてあげたり プレゼントされるのも良いでしょう。きっと あなたもあなたの愛する人も この素敵なおまじないに癒される事と思います。「だいじょうぶ だいじょうぶ。」…ほうら ねっ！

五十嵐光子



とりさんの名前募集!!

「こどものちから」のイメージキャラクターができました。

素敵な名前をつけて下さい。

※締め切り：10月31日(木)

※応募方法：事務局まで

メール・お手紙・ブログのメルフォームにて
お待ちしております。



ブログができました!!

<http://kodomonochikara.web.fc2.com/>

がんばって更新しますので、見てくださいね。
よろしくお願いします。

※定期交流会・・・2013年9月～

毎月第4土曜日午後1時～3時、病児と家族を対象におもちゃ作りや外気功、ハンドトリートメント、おしゃべりしながらのリボンストラップやわらじストラップ作りをします。

・9月28日(土) ・10月26日(土) 中央区立築地社会教育会館

・11月23日(土) ・12月21日(土) 場所未定

※参加費：大人のみ500円

※ご参加下さる方は、前日午後5時までに事務局へ、ご連絡をお願いします。

(電話に出られない時があります。なるべくメールでいただけますと助かります。)

※リラ・プレカリアのご自宅訪問

日本福音ルーテル社団にて行われておりますリラ・プレカリア。

ゆったりと優しく奏でられるハーブの音色と歌声は、痛みの軽減・心拍数や呼吸、精神的な安定をもたらす効果もあると言われてます。

在宅療養となり外出がままならない病児が、ゆとりと癒しの時間として御希望される時に、ご連絡ください。手配させていただきます。

尚、施術料は無料にて行わせて頂きます。

※お問い合わせ・ご連絡は、事務局まで

TEL : 080-6867-6135

アドレス : power-of-children@ezweb.ne.jp

<学校を考える ②> ～教師の立場から～

前回、学校とは図書館だ！というような熱のこもった考えを述べたところ、随分と暑い夏になってしまいました。今回考えているのは、過ぎ去ってしまった「夏休み」です。夏休みは、全国自治体ごとに若干の期間の違いはありますが、日本国内共通にありますよね。東京都教育委員会によると以下の根拠によるとのことです。<学校教育法施行令第 29 条の規定に基づき、都立中学校及び中等教育学校の夏季休業日については、東京都立学校の管理運営に関する規則により、また、区市町村立小学校、中学校及び中等教育学校の夏季休業日については、各区市町村教育委員会の管理運営に関する規則により定めることとされています。>（東京都教育委員会HPより引用）

我が国の学校制度を開始するにあたって参考にした欧米の諸学校制度においては、9月が始業で、その前のサマーシーズンはヴァカンスで長期の休みを置いていました。導入に際して日本の学制は4月始業としましたが、夏は暑くて勉強にならんだろうという感じだったでしょう。実際、蒸し暑い日本の夏、ノートが汗でふにゃふにゃになっては勉強どころではない。しかし今、暑さに限って云えば即座に夏休みは廃止可能です。東京23区の小中学校ではほぼ全教室にエアコンが導入されているはず（特別教室や体育館を除いて）。入院中のお子さんに至っては、環境整備は完璧です。よし夏休み廃止もっと授業を！・・・と、これが有意義かどうか。

病院内の分教室などにおいては、夏休み中も常時教室オープンがよいと私は思っています。ただ、制度としての「学校」の流れは、普通の学校同様に終業式、そして夏休みとしたい。前回も書きましたが、世間一般から切り離されてしまうことが「入院」なので、入院生活に「世の中」を持ち込むことは、子どもが魂を癒やすのに大切どころなのです。

一年間の学習サイクルの中に40日の学習空白時間！なんて馬鹿なシステムだ！という方もいらっしゃるのですが、それで日本は駄目でしょうか。夏休みをなくすと何かもっとよくなるでしょうか。無駄を省いて効率よく均質的に学習を行うと効果が高くなるだろうというのは、「生産」の発想です。日本の生産現場では日々工夫を重ねながらそうやって高品質な製品が作られているし、今にしてやはり日本製品はすばらしい。しかし、人間を育てると云うことは、「生産」ではないと思います。ボールペンはなくしたら新しいのと取り替えますが、人間は替えが利きません。替えが利かないものは「生産」できません。ですから「育てる」という言葉はないがしろにできないと思うのです。

今回の結論。夏休みは重要。

高水英壽



〈香り・匂い〉 ～看護師の立場からの提案～

日が落ちるのが早くなりました。実り豊かな秋、ナスや栗、サンマの美味しい匂いに誘われます。

スピードの早い進化し続ける現代社会ではストレスを抱えがち。リラックスするためには「五感をしみじみと味わう」ということが大切なようです。

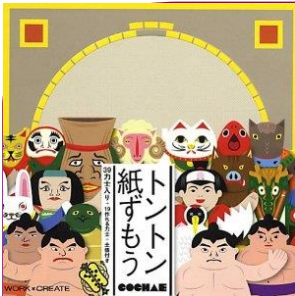
食べる、寝る、美しいものを見る、ホッとする音楽に耳を傾ける…原始的脳への刺激により、深いリラックスを感じさせます。

中でも「嗅ぐ」という鼻からの刺激は、数ある人間の神経のうち、唯一ダイレクトに脳に行く貴重なアクセス。海の潮の香りで、楽しかった夏休みを思い出す…など五感には記憶や感情を連れてきます。今自分がどこにいても一瞬でハッピーになれる可能性を秘めているのです。

香りといえば、好きな香りはラベンダー。近年癒しブームとすることでアロマとして使用されたり、医療現場でも、症状に対しての効能が見直され研究されています。

いろいろ知って、生活に取り入れるのもいいですね。
アロマテラピーにまつわる素敵なお話を、次回ぜひ専門家に
お願いしましょう。

小林文香



〈おもちゃ紹介〉 ～トントン紙ずもう～

コクヨ S&T 株式会社

伝統的な遊びを現代風にアレンジしたアートなデザインの紙ずもうセットです。力士は総勢58体。パッケージがそのまま土俵になります。お気に入りのお相撲さんを選んで切り取ったらすぐに遊ぶことができます。

でもね…子どもは、お絵描きや工作(オリジナルを創り出す)がだ～い好き。少し時間と手間を掛けて手作りするのがお勧めです。

厚紙にお相撲さんの形だけを書いたものに、好きな色を塗って、リボンやお洋服、長いまつげを書くのもOK。

名前をつけて、緊張しながら丁寧にハサミを走らせて…私・僕のお相撲さんは出来上がりです。取り組みや応援は元気いっぱいです。

井上るみ子

