

2012. 4. 10 発行

〔発行〕 NPO法人 こころの応援団

発行人 千代田すみ子

〒379-1403

群馬県利根郡みなかみ町猿ヶ京温泉1514-1

TEL 0278-66-0999

FAX 0278-66-1000

E-mail office@npo-kokoro.com

URL http://www.npo-kokoro.com



Enjoy Forest



エンジョイ新緑の森

- 開催日 平成24年6月9日 (土)
- 集合 沼田福祉センター 9:00
現地集合 10:30
- 開催場所 片品村丸沼周辺
- 内容 丸沼周辺の新緑を味わいながらの散策
- 参加費 ¥1,000 (昼食代、保険を含む)
但し、当事者の方は無料です
- 参加定員 25名
- 対象者 心の病を理解し一緒に行動できる方と当事者の方
- 持ち物 帽子、タオル、常備薬、予備の飲み物
- 申し込み 6月5日(火)までに こころの応援団事務局 にご連絡ください。

2011年のエンジョイ新緑の森 谷川岳山麓

支えあいましょうプロジェクトは今年度もみなさんと一緒に継続します

「支えあいましょうプロジェクト」はエンジョイ事業と被災地支援の両方で活動しています。そして、誰でも安心してご参加いただけます。必要なことは優しい気持ちと支え合う心です...

平成23年度 助成金事業を終えました。(東日本大震災復興支援事業を除く)

平成23年度 群馬県地域自殺対策緊急強化事業をおこないました。

平成24年1月26、27日の2日間を使って利根沼田地域の役場職員さんとともに自殺対策研修会を開催しました。



平成23年度 こころの健康ボランティアステップアップ養成講座開催しました。

平成24年2月24、25日の2日間はこころの応援団会員が「感情を聴く」ことをテーマにステップアップ研修を行いました。「聴く」ことはなかなか難しいものです。



NPO法人 こころの応援団 は心に病を抱える方々と一緒に活動するボランティアグループです。

東日本大震災復興支援活動報告 1～3月

こころの応援団の復興支援プロジェクトは初年度ボーイング社、日本財団ROADプロジェクトや財団法人JKAリングリングプロジェクトにより支えられ実施しました。今年度は赤い羽根共同募金会が支えてくださることが決定しました。



こころの応援団は東日本大震災の支援活動においても、人と人の絆をつなぎ、寄り添うことを大切にしています。

気仙沼市での復興支援活動

1月は群馬県では有名な上毛カルタ大会を開催 皆さん子供の頃に返ったように身を乗り出してエキサイティング!



2月には、ワカメやカキの話しが聞かれました



3月はカラーコーディネーターを迎え、ピンクを楽しみました。



ピンクが似合うお年頃

ピンクのスクarfをまとい、鏡の前でうっとりする姿いくつになっても女性はきれいになることが好き!



「ねえ〜…これどうかしら…」
「あらっ、それいいじゃない」



口紅だってピンクにトライ!

キッズルームおひさまの新たなスタートを応援する寄付金にご協力ありがとうございます。

3月11日で東日本大震災より1年が過ぎました。気仙沼の方々と知りあって1年。初めて気仙沼に入った時、その被害のすさまじさに目を疑い、言葉を失いました。気仙沼の方々の心の中がどれほどかと思うと心痛くなりました。しかし、お付き合いを重ねる中、少しずつ元気を取り戻していく姿もありました。それはとてもうれしく、自分のことのように喜びました。一方、いつまでも元気を取り戻せず、未だ苦しんでいる方もいらっしゃるのが現実です。そして、これから再び先への不安との戦いかもしれません。私たちは一緒にはいられませんが、ずっと寄り添ってそっと見守っていこうと思っています。

気仙沼市で被災した幼稚園のキッズルーム



仮設住宅とは別ですが…

気仙沼市の幼稚園の子供たちや先生を応援したい

復興支援の際に出会ったキッズルームおひさま。幼稚園は津波で喪失し、現在は仮の倉庫でスタートしています。被災直後に忙しく働く看護師さんのお子さんが多く、お母さんの要望に応じて先生方は再開することを決めたそうです。子供たちとお母さん、先生方の心の支援がわずかでもできればと思い、募金活動をしました。(現在進行中) 夏までに完成する新園舎の園庭に子供達が遊べる遊具をプレゼントしたいと思っています。

園庭でてんとう虫といも虫さんに乗って遊ぶ子供たちを早く見たいです。



南相馬市の方々に寄り添って聴く

南相馬から、ほとんど着の身着のままで群馬に避難してから1年が過ぎ、南相馬市へ帰った方、いまだ帰れず群馬県や他県にいらっしゃる方。様々ですが、誰もが安心できずに暮らしています。仮設住宅も安住の地がありません。これから先の不安が大きいのしかかっています。こんな時だからこそ…心の交流をしています。

1月は南相馬でも上毛カルタ大会! 「子供の頃以來だよ」とおはしゃぎ



2月は豆乳餃子鍋に舌鼓! 他の仮設の方も集まり少しずつサロンの輪が広がっています。そして、情報交換がスタートしました



群馬で毎月開催しているこころの応援団サロンに群馬県在住の方を招待



群馬在住の方は少しずつ群馬県人と交流し楽しんでます。この日は、心の応援団主催のお料理教室しのぶちゃんキッチンでした

3月は以前より皆さんが希望していた「群馬に帰りたい」の声に応え、こころの応援団が企画した「群馬へ帰ろうツアー」が実現。被災後、避難していた東吾妻町のコニファーいわびつへ里帰り…?!



昨年の約束どおり群馬に皆さんをお連れでき、ホットしました。

久しぶり〜(´u´)
お帰りなさい



避難中は毎朝ここで新聞読んでたなあ〜



コニファーいわびつスタッフと群馬に残った方々が待っていてくれました。(NHKの取材も・・・)

今、… 私たちは被災者のそばにはいません。ですが、心は近くにいます。そして、これからも寄り添っていきたいです。



こころの応援団 ENJOY事業・・・報告

このエンジョイ事業は、心に病を抱える方と一般の方たちをつなげる活動で、一緒に行動することにより理解の輪が広がることを願っています。また、この事業に、たくさんの方々のご協力くださり、心より感謝申し上げます。

2012. 1. 21 Sat



お節料理はないけれど、みんなで集まると自然と笑顔が出てきます。特別じゃない時間がとっても大事に感じた午後でした。

新たな年を迎え、今年も安心して集える場所をみんなで作っていきます。

ENJOY New Year

群馬県在住の南相馬市からこられた方もご参加くださいました。



財団法人JKAのリングリングプロジェクトは南相馬市の方々への支援に協力下さっています。

2012. 2. 17 Sat



今年のスノーシューはご覧のとおり吹雪でした。・・・強烈なユキ男がいたのです！

それでも参加者は思いっきり新雪を楽しんでいました。

ですから、谷川岳ドライブインでの昼食にでた豚煮汁がそれはそれは、おいしかったこと・・・！

心も体も**ほっかほか**になりました！

ENJOY Snow shoe

南相馬市では、ありえな～い！吹雪体験でしたね。



2012. 3. 3 Sat



参加者で、雛人形のしおりを作りました。短時間で出来上がった自分の作品にみなさん感激していました。余分にできた作品は「これ、〇〇さんにプレゼントしようかしら・・・」思わず笑みがこぼれてました。

ENJOY ひなまつり

講師の北野さんは、先月、この雛人形しおりを被災地の仮設住宅に送ってほしいと、こころの応援団事務局に持って来られ、早速、気仙沼市と南相馬市のこころの応援団とつながっている仮設住宅へお送りしました。

仮設住宅からはお礼の連絡がありました。気持ちが伝わりましたね。

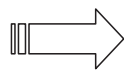
NPO法人こころの応援団は「支えあいまよプロジェクト」を今後も継続していきます。もちろん、エンジョイ事業もそのひとつです。

こころの応援団 ENJOY事業・・・予定

詳細はこころの応援団事務局へお問い合わせください。

2012年4月15日(日)	ENJOY 春の花	(春の花を一緒に見に行きましょうよ！)
2012年5月19日(土)	ENJOY Cooking	(簡単料理 あなたは作る？ それとも…食べるだけ？)
2012年6月 9日(土)	ENJOY Forest	(新緑の片品村丸沼を一緒に散策しましょう)
エンジョイ事業は参加者のアイデアも実現していく楽しい集まりです。参加はご自分で行動出来ればどなたでもOK。当事者は参加費無料。まだ参加されていない方、是非参加してみてください。		

参加者募集



こころの応援団勉強会は 平成24年度も 毎月開催します。

毎月 第3木曜日 午後7時より 沼田市福祉センターにて

平成24年度群馬県自殺対策緊急強化事業決定

群馬県は自殺対策緊急強化事業を延長し今年度も助成を決定しました。こころの応援団もこの助成金を利用し、平成21年度より自殺対策事業を行ってきました。そして、今年度は出張相談を8～9月、12～1月の4か月にわたって開催します。

赤い羽根災害ボランティア・NPO活動サポート募金の助成金決定

気仙沼市仮設住宅で暮らす方々のこころのケアを目的としたサロン事業に赤い羽根の中央共同募金会が助成金を支援してくださいました。



情報コーナー

- ・ 利根沼田障害者相談支援センター
沼田市役所東原庁舎内（沼田保健福祉センターとなりの建物で、元合同庁舎）
平日午前8時30分～午後5時15分 無料 連絡先 0278-25-3781
- ・ ころの応援団もご相談を受けています。 NPO ころの応援団事務局 0278-66-0999
すぐには解決できないかも…だけど、話すだけでも心は軽くなるかもしれません。
(但し、活動などで電話にでられない時もあります。何度か連絡してみてください。)

被災地から…

不安の声が聞こえます

- ・ 1年が過ぎましたが、まだまだです。
- ・ 震災後より、先が不安になってます。
- ・ 仮設住宅はいつまでいられるのか…その後は…
- ・ 福島にいないと情報が得にくい。
- ・ 日中帰宅が始まった時、やっぱり福島にいないとすぐには帰れないから。放射能は怖いけどね…

それでも、明るいニュースもたくさんあります

- ・ ワカメ採れたよ！
- ・ カキも想像以上に生育が良くて…
- ・ 浜で食べさせるカキ小屋がスタートしたよ。
- ・ 毎月来てくれるのを楽しみにしているよ！

絆

編集後記

東日本大震災から 1年が過ぎ、被災地は前を向いて歩き始めた人もいれば、まだまだな人もいます。それぞれに過ぎていく時間が違うのです。私は、みんな同じでなくてもいいと思います。「相手に寄り添う」ということは、時間の経過も相手にあわせていくってことなのでしょう。今年度も、寄り添う心を大切にしたいです。

千代田すみ子



いざという時の連絡先

ころの健康センター 027-263-1156
群馬いのちの電話 027-221-0783
(毎月10日のみフリーダイヤル 0120-738-556)
その他、市町村役場内福祉課や利根沼田保健福祉事務所
東京自殺防止センター 03-5286-9090 (20:00～翌朝6:00)



ころの応援団 会員の広場

平成23年度は、私にとって充実しておもしろい1年だったように思います。そして、たくさんの人と出会うことが出来ました。

中でも印象的だったのは寸劇体験でした。台本を憶えきれず、不安と心配で緊張がピークに… それでも他の仲間と一緒に練習することは楽しく、今までにない体験をしました。それだけに本番が終わった時は、ほっとしたと同時に一步前進した気がしました。

私は、近年急激に体重が増え、このままではいけないと思いつつ、何もできなかったのですが、23年度の経験を経た今は、体重減少にも挑戦してみようと思っています。

一人じゃなく、皆さんの助けを借りながらなら、なんとかできそうな気がします。 こんたでした



ご寄附ありがとうございました

沼田市 阿部 様 みなかみ町 佐藤 様
みなかみ町 タカ 様 桐生市 中山 様
東京都 町子 様 東京都 丸山 様
伊勢崎市 西 様 その他匿名の方々

皆様からのご寄付は当法人のENJOY事業や被災地支援で大切に使用させていただきます。

NPO法人 ころの応援団 の活動のためにご支援をお願いします。

年会費 活動会員 1,000円
賛助会員 10,000円
寄付会員 任意

※ ご送金の振込先は下記のいずれかをお願いします。

【銀行口座】群馬銀行 沼田支店 普通口座 1496933 【郵便振替口座】 00140-5-671545

【口座名義人】特定非営利活動法人 ころの応援団

