

# 「希望」だより



〒284-0005

四街道市四街道 1-6-11 田中ビル 3F

TEL &amp; FAX 043-421-6645

E-mail : [kibou\\_donguri@ninus.ocn.ne.jp](mailto:kibou_donguri@ninus.ocn.ne.jp)HP : <http://kibou-donguri.org>

満地日当午



## 奨励賞受賞

昨年十二月十日に開催された、「心の美術展」(千葉県・千葉県精神障害者家族会連合会主催)に出展した、どんぐり工房メンバーの書道作品が奨励賞を受賞しました。どんぐり工房には書道プログラムがあります。日々の努力がこのように評価され、うれしい限りです。

## 謹賀新年

明けましておめでとうございます  
謹んで新年のご挨拶を申し上げます  
皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします  
今年も、どうぞよろしくお願ひいたします

理事長 中山 潤一



### 精神障がい・精神疾患 ご家族のための



### おしゃべりナロニ

日 時 1月 15 日・2月 12 日・3月 12 日  
いずれも水曜 15:30~17:00  
場 所 どんぐり工房  
四街道市四街道 1-6-11 田中ビル 3F  
対象者 精神障がい・精神疾患  
のある方のご家族  
参加費 100 円 (お茶・お菓子)  
お問合せ 043-421-6645

年齢を問わず、息子さんや娘さんなどに精神疾患があるという、ご家族の方々にお集まりいただき、症状や病気のこと、それ以外なんでも気兼ねなくお話ししていただく、そのような場になればよいと思っております。

※プライバシーは保護いたします

### 心の病気について知る



#### ～シリーズ 精神疾患 (2)～

#### ◇◇不安障害 (①パニック障害) ◇◇

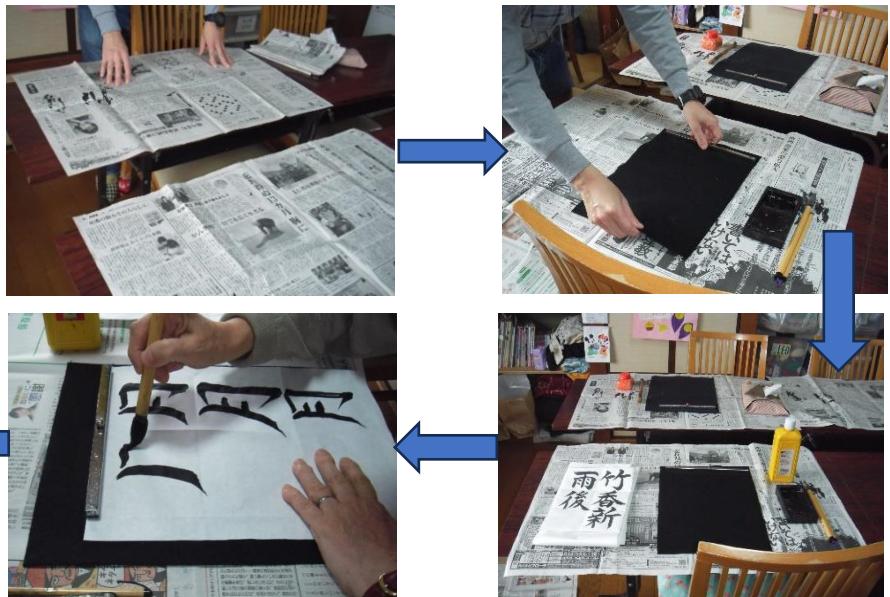
突然理由もなく激しい不安に襲われて、心臓がドキドキする、めまいがしてふらふらする、呼吸が苦しくなるといった状態となり、場合によっては死んでしまうのではないかという恐怖を覚えることもあります。このような発作的な不安や体の異常な反応は「パニック発作」と呼ばれており、パニック発作がくりかえされる病気をパニック障害と呼んでいます。

出典 (厚生労働省 HP・心の病気について知る)

厚生労働省/パニック障害 で検索

# 地域活動支援センターどんぐり工房

書道の流れ



硬筆の  
おかげさまで  
あります

うすい所をなぞるのが  
難しいです。(野口淳次)

毎週木曜日は書道  
の日です。小学校の時に  
やったのでその後まったくや  
っていなかったのです。先生の  
指導の元で少しでも上手にな  
れたらいいなと思ってお  
ります(シェルティ)

やさしい先生に支えら  
れいつも楽しく書道をさせて  
いただいている(K・M)

グループホーム  
だんらん

ご自宅に栗の木があるご近所の方から、栗をたくさんいただきました。茹でただけでも甘くて美味しい栗でしたが、さらに手を加えて、「モンブラン」を作りました。お菓子作りをしたかった、という入居者の姿は、まるでパティシエの様でした。



「知恵を人さまから授かるのも結構だけれどお前は自分で考えられないのかい」

「これでも勉強してこるよ、漢字の練習帳を何冊もやらされて…」べつに勉強してもさうがなかつた」

「日頃の積み重ねだね、努力だよ、漢字一つにしても

奥の深いものだ、意味や成り立つを知るのも良いくらいだよ、それにしても図書館の人たちに迷惑をかけていられないかい」

「夙飯を」駆走になつた」

「お前！」

親は縁側の外に擗み出されるとあるように襟首を引いた。

「何故黙つていた」

「内緒だよって言われたもんで、悪かったかね」

「飯までひと様にたかろうとするのかい、夙飯はいつも用意してらぬだろ、飯はいつで食つものだ、ひと

様の厄介になるものじゃない、なにを食つてきた」

「唐揚げというもんだよ、鶏の肉つて血いじやないか、あんなに旨いものは滅多に食つしたことないや」

「そんなに肉が食いたいか、それなら家から追い出してもやる」

「肉を食つただけで追い出されるのかね、意味が通じないうだ」

親に下手に連れつとつなるとこつことを初めて知つた。追つ出されたあはなつて、夜露をしのぐ

には底の中にしなければならなかつたしおもじに思ひもやうそはしたくない、飯を作る親が必要だつた、親の役割は飯を作るだけであつたか、私は考へた、風呂を焚くのも親であった、掃除をするのもたいがいは親である、畠仕事に出るのも親ばかりである、母親は休む時間も無いように思われた。だが親ばかりに頼つて飯を作つてもりに食べるばかりではつまらない、他人様の弁当だって覗きたくなるのが人情である。

翌日の朝である、こつもより早めに田が覚めた私は親があれほど嫌気を示した肉料理を作つてゐるのを見た。唐揚げである。

「へえ、やつと作つてくれるのかね」

図書館の姉ちゃんが言つのだから本当に少ないのだろう、だが感動するには変つてしな一節である。何か唐揚げのひと塊りを何箱かの弁当箱に詰め込んでリアカーに乗せそのまま出かけて行つてしまつた。私は狐に化かされた氣分である、朝飯を食べないことを忘れてしまつやうになつた。

「はい、親は何處に出かけたのか」

私は台所にあつた飯に納豆と味噌汁をかけて朝飯をすませた。

さて、遣唐使隨員の母の詩を嫌つたわけではないけれどなにかピンとしない、昔の詩のせいかも判らない。五七五七七の言葉数を疑つたわけではなかつたけれど何か面白みがない、そして私は考へた、早速のところ馬鹿息子と云つんかな、つちの母ちゃんは言葉つかいが悪いものだね」

図書館へ出かけた。

「万葉集も良いけれど最近の詩でこれはほとこつの中のものが書いた」

唐揚げのにおいて詩情は薄らぎてしまつた、近代を代表する名作中の名作なの」

「最近の詩ねえ、それね、昭和の初めにいたるものが書いた」

図書館の姉ちゃんは中原中也の本を取り出した、「

布張りの綺麗な本である。

「私は氣に入つてらる本の一冊なんだけれど」

本のページを括り私に示した。春の田の夕暮れといつ一編の詩である、背表紙に「三洋の歌」という文字が書いてあった。

「へえ、こんな詩があるんかい」

やう感慨にふけりながら私はまだ言葉の巧みさを知らない、感心はしたが意味を知つたわけではなかつた。

「これほどの詩は早々にはないね」

図書館の姉ちゃんが言つのだから本当に少ないのだろう、だが感動するには変つてしな一節である。何か匂う、数日前と同じ匂いである。

「なんだい、今口も唐揚げかい、この間じし駆走になつたり母ちゃんに怒りられてしまつて、余りじし駆走になれないもんだね」

「あゝ、木原さんか、今日の朝たくやん作つて持つて来られて、なんでこんなじ駆走を作つて持つたのか判らなかつたけど、木原さんの家の子供かい、こちらが恐縮したよ、なにもこんなに作らなくてもと思ったのだけど、つちの馬鹿息子が世話になつてしまつてと言つて、君のことか」

「なんで人のことを馬鹿息子と言つんかな、つちの母ちゃんは言葉つかいが悪いものだね」

唐揚げのにおいて詩情は薄らぎてしまつた、近代を代表する名作中の名作なの」

# 精神に障がいのある方へ

NPO 法人 希望 地域活動支援センターⅢ型

## どんぐり工房

のご紹介

- 「-----|  
お家から
- |-----|  
一歩外へ
- |-----|  
出ませんか

どんぐり工房でゆったりとした時間を過ごしてみませんか…

様々なプログラムを用意しています。  
やってみたいことがあれば、ぜひご参加ください。



### 見学大歓迎

地域活動センター どんぐり工房

開所日 月～金曜日  
(土・日・祝祭日お休み)  
開所時間 午前9時30分～午後3時  
一日の利用定員 15名  
アクセス：四街道駅北口 徒歩5分  
連絡先：四街道市四街道 1-6-11 田中ビル3F  
TEL・FAX：043-421-6645

### 会員募集

私たち「希望」は、精神に障がいを抱える方々に対して、保健・福祉の向上を図る事業を行い、障がい者が地域で自立して生活できるように支援することを目的として活動しています。

本会の目的にご賛同いただける方・団体は、どなたでもご入会いただくことができます。

個人正・賛助会員・2,000円/年

団体正会員・・・2,000円/年

団体賛助会員・・・5,000円/1口

詳細はQRコードから

HPをご覧ください。



### グループホームだんらん

定員 6名 (令和6年10月現在満室)  
アクセス：バス停 茶屋の作 徒歩8分  
所在地：四街道市栗山886  
TEL・FAX：043-312-9870