

# こんな活動をしています

## ママさんバンド サウダージ

マイクだけを借りていく団体があります。「ママさんバンド サウダージ」です。団体名にある「ママさん」「バンド」「サウダージ」のどの文字にも惹かれて取材を申込みました。



みんながうれしくなる時間  
サウダージさん子どもも  
サポーターも聴いている人  
たちも

カーペンターズの曲 close to you が元気村の多目的ホールに響きます。気持ちよさそうに歌っているのは代表の辻さんです。キーボードは池高さん、ベースは石田さん、ドラム（デジタルパーカッション）は大下さん。（取材当日はお休みでしたが、フルートの山中さんとサクスの杉本さんも会員です。）小さい子が足にまわりついたり、眠くなって泣き出したり・・・でも、子どもをおぶって演奏を続けます。

メンバーは、子ども家庭支援センターに別々に通っていた人たちです。辻さんがバンドを再開したくなって、支援センターの通信にバンド仲間募集の記事を投稿しました。すると、バンド経験のあるママさんたちが集まって、辻さんの「なんとなく サウダージにする？」という発言で団体名を決めました。そして、目標があった方が練習のしがいがあるからと、ルネこだいらの市民ふれあい音楽祭に応募しようとなりました。まさに「いま」を生きるママさんたちです。バンドをするためにだけ集まる、というのがスゴイ。子育て中の母親たちは子どもの話しかしないものですが、「ママが何かしたいことをする」というのは、考えてみれば当たり前です。

辻さんが「ストレス解消です」と言い切るように、どの人も楽しそうです。サウダージ（哀愁、郷愁、気ばらしを意味するポルトガル語）とも close to you（和訳 遥かなる影）ともちょっと違う、もっと前向きな自由な気持ちが全体に表現されていて、とてもいい感じです。同行した自称サポーターのパパさんたちは子どもがぐずると、いつもしているように、おむつ替えをしてから遊んでいました。こういう世の中の変化の延長線上に、市民活動が盛んに行われる住みよいまちがあるのではないのでしょうか。

### DATA

【第22回 市民ふれあい音楽祭】  
2013年7月7日（日）午後1時開演  
ルネこだいら中ホール 入場無料  
主催：小平商工会、公益財団法人小平市文化振興財団 042-345-5111

活動日 ● 毎月2回  
活動場所 ● 小平元気村おがわ東 多目的ホール  
会員数 ● 6名  
連絡先 ● E-mail: maisa\_yuanyuan@yahoo.co.jp

## NPO 法人障がい者職業支援 飛行機雲

障がい者の、障がい者による、障がい者のためのNPO法人があると聞いて、「障がい者職業支援 飛行機雲」の陣野博俊さん、野口直毅さんにお会いしました。

障がい者職業支援 飛行機雲は、3年前、小平市小川西町にある東京都障害者職業能力開発校の卒業生を中心に始めた「障害者による障害者のための支援活動」に、国立障害者リハビリテーションセンター学院の卒業生が加わって、2011年10月にNPO法人になった団体です。

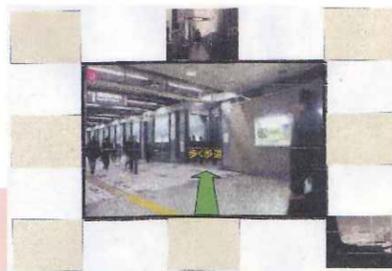
職業支援は、就職口＝就職できる会社を紹介する就労支援ではなく、「やりたい仕事を見つけよう！」と声かけして、仕事や仕事する場を紹介する活動です。でも、やりたい仕事が見つからないことがあります。そんなときは、「一緒に仕事をつくらうよ」と、仕事する場をつくるのだそうです。

たとえば、野口さんが今、進めているのは「障がい者のための地図づくり」。普通の地図には書かれていないが、障がい者や高齢者には知りたい、道路の段差、スロープを書きこんだ、写真入りの「行けちゃうマップ」。道路のデータは地図をついている会社に調査を依頼し、写真は自分たちが撮ってつくっていくそうです。写真が撮れる人、障がい者のために何かしたい人には、いい仕事になっています。

昨年8月末に中野区で、障がい者のためのファッション誌をつくりたい、という女性たちの思いを実現した「Co-CoLife 女子部」が創刊されましたが、こうしたフリーペーパーの配布活動の支援もしています。

そして、仕事ができても収入が少ないという人も少なくないので、近くの農家から市販できない野菜を買い、賞味期限切れ間近い食品をコンビニやスーパーから買って食事を提供する食堂づくりを始めています。「障がい者だけでなく、高齢者やホームレスの人も利用できるようにすれば、新しいコミュニティづくりにもなる」と陣野さん。支援の領域は広がっていきます。

新宿駅から都庁までを  
写真入りでガイドする  
「行けちゃうマップ」  
の1頁です



### DATA

活動日 ● 365日  
活動場所 ● 東京都内全域  
参加費 ● 年会費 1,000円  
会員数 ● 40名  
連絡先 ● 080-3588-9628（陣野）



団体のホームページの  
ロゴと飛行機雲の写真

## 小平断酒会

小川西町公民館で月2回、夜の7時から9時まで、お酒を飲みたい時間にお酒を止めたい人が集まっていると聞いて、行って来ました。

「友達と海に行っては午前はサーフィン、午後はヨットを楽しんだ後、他の人は飲みますが私は飲みません。自分を試してみたいと思って、あえて飲む仲間に入って飲まない生活をしているんです。あの落とし穴に二度とはまりたくありません。今は、飲んでる人を見ても飲みたいと思いません。」「例会を休んで飲んでました。この席に来ると、やめなきゃと思うのですが、家に帰ると危ない。3年止めたからいつでも止められる、と思うが、ついつい飲んでしまうのです。どうしたものでしょうか？」

この会の例会は、参加した人全員が順に自らの今を語る会。他では話せない、ここだけの話が続きます。誰も反論しない、忠告もしない、ただ聞くだけの会です。それでいいのか？という疑問は「また来いよ、という辛さを知る人からの一言が励みになります」という参加者の言葉で解けました。一人ではできないことをみんなで力を合わせ、やろうとしているのです。

こうした集まりは小平だけでなく、多摩地区だけでも20カ所で行われていて、都内を含めると、毎日どこかで行われているそうです。都合のいい日に好きな場所に出掛ければよいようになっています。旅行を兼ねて北海道や九州の集まりにも参加できるそうです。

そこでの出会いがまた、お酒を止める励みになります。「家庭で、会社で居場所を失った人たちにとって、数少ない居場所なんです。ここに来れば気持ちが楽になり、お酒を止める気持ちが高まるのです」とおっしゃるのは、この集まりを開催する小平断酒会・代表の三田隆一さん。

アルコール依存症は心の病。恐ろしいのは、誰もがかかる可能性がある病気なのに、現代の医学では治療できないこと。治すには酒を止めるしか方法がありません。しかも、止めていた人が一杯だけならと飲んだ酒で病気が再発します。一人で止めるのはとても難しい。だから、病院でアルコール依存症と診断された人の多くが例会に参加しています。「家族はもちろん、この会のような自助グループの支援が必要なんです」と、三田さん。その役割は大きい。

### DATA

活動日 ● 第2、第4火曜日 19時～21時  
活動場所 ● 小川西公民館  
参加費 ● 入会金 1,000円、会費月 1,200円  
会員数 ● 10名くらい  
連絡先 ● 090-4248-7524（三田）  
東京多摩断酒連合会ホームページ  
<http://www.tama-danshurengou.jp>



「断酒の誓い」を掲げる例会の様子

## 音の会

あすぴあの会議室から三味線の伴奏で民謡を歌う声が聞こえるので、思わずのぞいてみると、男女11人のみなさんが真剣に、でも楽しく歌っておられました。



歌いだすと部屋の空気が変わるような気がしました。机の上には尺八と笛

音の会は、竹もの（尺八やしの笛の伴奏で歌う民謡）をやりたい、という人たちが集まって1年ほど前に生まれました。月1回、第1木曜日に集まって民謡を歌っているそうです。と言っても、カラオケで歌うのではなく、尺八、しの笛、三味線の生演奏で歌う本格派。かけ声やバック・コーラスは全員で分担し合っています。

この日は10日後に開催される「民謡舞踊まつり」（東村山市民謡連盟主催）に出るための最終リハーサル。声が伸びるところで声が伸びない人には、民謡歴40年の安田優会長から母音の歌い方に指導が入り、囃子の音を調整。曲が長くて全曲を歌えない人には、どこを歌い、どこをカットするか話合い、決めていきます。

90歳代の女性が歌った「伊勢音頭」は、尺八、しの笛と見事に合っていて、聞いていると踊りたくなるくらいうまく指導なし。三味線を弾く増田さんの歌は、聞いていて背筋が伸びるような感じでしたが、「本来の音程で歌うように」と指導を受けると、声はさらに伸びていました。

音の会では、50歳以上で、民謡を歌ってみたい人であれば入会資格なし。誰でも会員になれるそうです。この日も初心者の女性が二人参加して「祇園小唄」「酒屋唄」を歌い、音が下がっていない箇所を注意されていましたが、「先輩の歌を聞いていなくても楽しいいうえに、教えていただけるのですよ」と、うれしそう。大きく口を開けて歌うみなさん、健康にもよさそうな会です。

### DATA

活動日 ● 第1木曜日の午前  
活動場所 ● 小平市民活動支援センターあすぴあ会議室  
会員数 ● 10名  
連絡先 ● 042-394-8711（安田）