

パルシステム東京 震災復興支援基金「パル未来花基金」助成活動レポート

グループ名：　までいタイムズ

支援対象者・エリア：　福島県南相馬市小高区

企画開催地：　（同エリア）東町団地集会室

企画名称：　‘までい’なひとときを！

実施期間：　2018年6月27日～29日、2019年3月23日～25日

支援活動の目的・内容・感想

（どうしてこの活動をはじめたのか、どのようなことに取り組んだのか、取り組んだ感想など）

3月11日の震災時、画面越しに起きている被災地の状況を、ただただ何もできずに私はぬくぬくと日常を過ごしながら観ていました。未だにあのゴーゴーと押し寄せる波や海水の渦の音が脳裏に存在します。たまたま私があちらでなかったこと、いつ自分に降りかかるかわからない、と思ったとき微力ながら何か自分に出来ないかと居ても立ってもいられませんでした。2015年に「週刊 WITH YOU」でパル未来花基金を知ったとき、直感的にこれだ！と思い、すぐに仲間に声をかけ活動を始めました。私自身「歌は心のビタミン」ということをモットーに、出前コンサートや老人ホームでのライブ活動、知的障害者施設での音楽指導をライフワークとしており、芸術を生かしたアートフルなコンセプトとで、少しでも気分転換になれば！と気軽に参加できるプログラムをこれまで継続してきました。手先を動かすことで脳トレにもつながる木枠を使ったコースター作りやオリジナル作品制作、毎回手作りの歌集をもとに皆で楽しく歌う時間や、講師による身体を使ったゲームや体操と、第1回目訪問から実施内容はほとんど変えずにつきました。心身ともにリフレッシュでき、また普段大勢で集まることができない一人暮らし方々にも活力になり好評です。昼食も一緒に食材を考えたり、また有志がそれぞれ得意なものを作つて持ち寄つたり、参加者からの能動的なアクションを大切にしています。単なる食事とはいえ、おいしいものを一緒に食べていると自然と緊張が緩み、会話も弾みポロっと本音が出ることも。老若男女問わず、誰でも出入り自由でふらっと立ち寄り、特別なことをするわけでもなく、ただ何気ないひとときを過ごしてもらう。たわいもない会話やちょっとしたことで一緒に笑つたり、そんな時間こそが貴重だということを強く感じています。終日みなさんと向き合った丁寧な（までい）時間を過ごせるように努めています。場所を変えず、継続訪問をすることで親睦が深まり、毎回自然と笑い声であふれています。

活動の様子（写真など）

※別紙参照

25日（月）

出発まで前日と同じプログラム。復路は往路と同じ。

昼食は福島のお野菜がたくさん入ったうどんと、デザートに小高交流センター内で購入したイチゴとパイナップル

参加者人数

1回目 両日 15人（出入りあり） メンバー1名、講師1名

2回目 両日 13人（出入りあり） メンバー1名、講師1名

② 助成活動の成果（自己評価と理由）

■被災者、参加者への貢献や影響

2015年に活動を始めた当初は南相馬市鹿島区の塙合仮設住宅へ訪問していましたが、避難解除に伴い小高区東町団地復興住宅の集会室を訪れています。初回からコンセプトを変えずに地道に取り組んできたことは、日頃室内にこもりがちな地域の方々へ、私たちの活動分野で少しでも気分転換のひとときを過ごし、外へ出ることや他者とつながることの楽しさを感じてほしい、ということです。靴下の廃材を利用したコースター作りは参加者の達成感につながり、私たちがいないときにも意欲的に継続して制作されています。「までい」とは、福島の方言で「手間暇を惜しまず」「心を込めて」「丁寧に」「ゆっくり」といった意味があります。「また来てくれた！」という率直な感想を伺うことで、つくづく定点訪問の大切さを感じています。東町団地集会室には椅子がないため高齢者の方々には負担があったのですが、今後小高交流センターでの開催が可能であるとのことで終日このセンターを利用してより多くの地域の方々と交流ができる見通しができました。私たちはゆっくり、丁寧に、これからもずっと被災地を忘れずに支援を続け、かけがえのない時間（タイム）と一緒に過ごしていきたいです。私たちにしかできないやり方で、今後も活動は続いていきます。

■新たな気づきや課題

小高交流センターでの実施を2019年度第1回目に予定しており、同センター内のカフェでもワークショップを実施してほしいというリクエストがありました。少しずつ‘までいタイムズ’が広がっています。交流センターは今年オープンしたばかりということもあり、まだまだ地域での認知度は薄く、離れて暮らす方々や車のない一人暮らし方にとっては中々気軽に足を運べる場所ではありません。近い将来、交流センターまでの送迎サービスを提供できたらより多くの方々に参加してもらえるのではないかと思い、地域の協力をお願いしていきたいです。また私たちが彼らのいる復興住宅集会室へ訪問することも視野に入っています。訪問と同時にパル未来花基金の取り組みを紹介していくことも私たちの役目だと感じています。どの生協でも取り組んでいない運動のおかげでこうして継続的に小高に訪問できること、誇りに思います。

■今後の展望

私たちの拠点となる東町団地集会室で今後も継続して実施していきたいと思っていますが、現在は高齢者の方々が概ね対象であるので、もっと層を広げて地域の方に参加してもらえるよう徐々に小高交流センターや東町の集会室以外の場所でも行っていきたいです。毎回お世話になっている東町のリーダーはじめ、これまで参加してくださっている方々に応援をお願いすることで、新たな地域内での交流につながるのではないかと思っています。



オリジナル歌集
による歌う会



懐かしい歌
ばかりで
思い出話に
花が咲きます





講師による
体操とゲーム



頭と身体を使って
心身ともにリフレッシュ！

