



あしたば日記

作品づくりと発表の場 毎月恒例の貼り絵作成 & あしたばアート展II

夏に入ると外の気温も高くなり、蒸し暑い日が続いていました。メンバーの皆さんとの散歩や外での活動は、朝早く涼しいうちに、緑道の日陰を選びながら出かけておりました。

また、天候の影響で散歩に行けない日も多く、室内での活動を増やし、ヨガマットを敷いて体操を行ったり、ホワイトボードを活用した脳トレやオンラインボランティアさんによるエクササイズ等をして過ごしていました。

室内で過ごす日は、よく貼り絵を行います。皆さんの意見を伺い、次月のテーマを決め、マンネリにならないよう工夫をしています。Sさんからは「私はこれをやるために毎日ここに来ているから」との言葉も。メンバーの皆さんは、一度やり始めると口数少なく黙々とちぎった色紙を紙面に貼っています。その際、なじみのある1980年代の邦楽



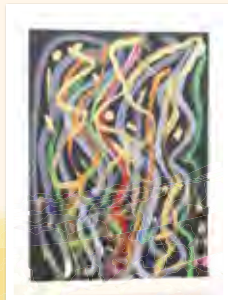
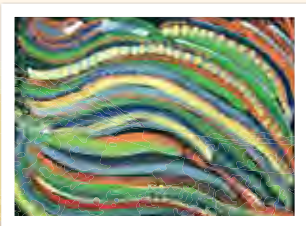
をかけると、鼻歌交じりでリラックスしながら丁寧に作品作りに取り組んでいます。

出来上がった貼り絵は月初めに1階エレベーターホール前に掲示していますので、機会がありましたらぜひ力作をご覧ください。

8月20日(土)～22日(月)、タワーホール船堀であしたばアートで作成した5年分約500作品を展示するアート展が開催されました。たくさんの作品を見ながら、「(しみじみと) これを作ったんだよね」「これはいつ作ったんだっけ？」など、あしたばメンバーも作品を見て懐かしんでいました。

作品の運搬、会場準備の日には、メンバーと一緒にタワーホール船堀に行きました。まずは施設内にある展望塔から江戸川区を一望し、その後昔ながらの喫茶店でクリームソーダやあんみつを食べ、ようやく会場に顔を出した頃にはおおむね準備が終わっている…ということもありました。

あしたばアート展IIにはたくさんの方々にご来場いただきました。メンバーの素敵な作品をご覧ください。ただけましたことに感謝いたします。



あしたばアート展IIを開催しました。

令和4年8月20日(土)～22日(月)、船堀駅から徒歩3分のタワーホール船堀の展示スペースで「あしたばアート展II」を開催しました。当初は、昨年の同時期の開催を予定していましたが、新型コロナウイルスのワクチン接種会場となり、1年延期しての開催となりました。前回の展示会からおよそ5年が経ち、作品数も500点を超え、お越しいただいた方には見ごたえのある作品展となりました。

膨大な作品を前に～準備編～

全ての作品を5つのカテゴリー(語る、聴こえる、夢見る、踊る、薫る)に分類し、どこにどの作品をどのように展示するかを古田晶子先生(一般社団法人 こころのケアのための芸術協協会 代表理事)のレイアウトをもとに、展示に向けた準備(マスキング・両面テープを貼る、作品を額に入れる、作品を固定する通称“耳たぶ”を作成し取り付ける等)を行いました。スケジュールが合わず、なかなか作業が進まない時期もありましたが、今回のあしたばアート展IIの副題『みんなのアート展』の名の通り、メンバー、ご家族、職員、ボランティアの皆さんのご協力を得て、関わる皆さんで作上げる展示会となりました。



ご家族様の協力



ボランティアさんの協力(撮影)



ボランティアさんの協力(展示準備)



前回は、午前に展示の準備をし、午後に開催というかなり慌ただしいスケジュールだったのですが、今回は前日の19日(金)に準備日を設け、ゆとりを持って準備ができました。いざ、会場での展示作業が始まると、古田先生の考案したレイアウト通りにスムーズに作業でき、予定時間より早く終了し展示会を迎えることとなりました。

いざ開場! ～展示編～



夏のTシャツ



デカルコマニーで作るお面



アナログ・アニマルワールド



春の揺れるオブジェ



開始とともに、多くの方が来場されました。メンバー、ご家族、ボランティアさん、職員、臨床美術の関係者の方のほか、別の目的でタワーホール船堀に来ていた方にも立ち寄っていただき、3日間で250名を超える来場がありました。

ワークショップでは、“つながる夢の道”を作成していただきまして、アート展のエントランスに飾りました。最初2本で始まった道は、参加された皆さんに紡いでいただき、最終日には4本となりました。「素敵な道=想い」が繋がったこと感謝いたします。

「臨床美術を知らなかったが興味を持った」「素晴らしい作品に感動した」など温かい声を多く頂戴しました。また、アンケートに記入いただいた方には、アート作品の絵葉書をプレゼントさせていただきました。お部屋に飾る、憩意の方に送るなどしていただけますと幸いです。



古田晶子先生と(右から3人目)

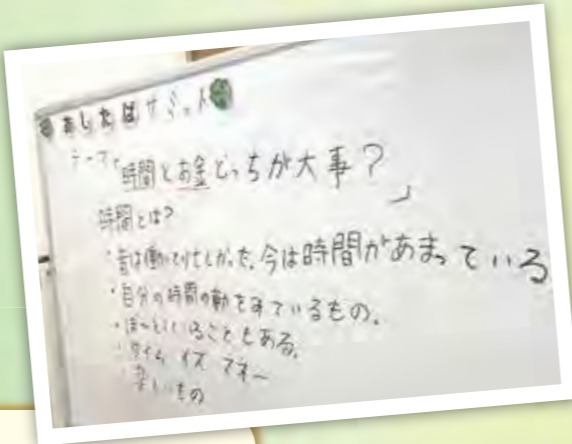


次回に向けて…

多くの方のご支援、ご協力の下で開催することができましたことをこの場を借りてお礼申し上げます。目下、次の「あしたばアート展III」に向けて準備中です。毎月のあしたばアートでは自由な発想による力作・傑作が誕生しています。次回の展示会でお会いしましょう。

あしたばサミット 第5弾

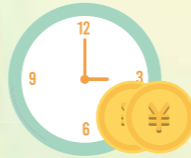
<今回のテーマ> 時間とお金 どっちが大事?



皆さんにとって「時間」とは?

- Aさん** 働いていたころは時間が足りなかったが、今は時間が余っている
- Kさん** 自分の動きを見つけるのが時間じゃないかな～
- Kさん** 仕事してないからボーッとしている
- Hさん** 時間は楽しむもの
⇒ (皆さんの反応) “なるほど! 素敵な発想だね。アメリカ人っぽい発想だ”

*やはり働いていたころの時間の使い方と感じ方とは違うんだと、改めて皆さんおっしゃっていました。



「時間」はどうして大切な?

- Sさん** 時間というものを作ってくれた偉大な人たちがいたんだよ
- Kさん** 時間があるからこそできることがたくさんあり、チャレンジできるんだよね
- Hさん** 時間があるから、みんなと楽しい時間を過ごすことができる

*皆さんのお話を聞き、一人で過ごす時間よりも、誰かと一緒に時間を共有することの大切さを感じました。



皆さんにとっての「お金」とは?

- Kさん** 稼ぐってことは大変なこと。いろいろな知識がないとできないよね
- Aさん** 欲しい～(笑)
- Sさん** うちの実家は商売をやっていたから、母親がよく稼ぐのは大変なことだと言っていたよ
- Kさん** 自身の身を守るためのものだね。生きて行くために必要だもんね
- Hさん** 私も欲しいな!(笑)

*真面目な意見から、お茶目な意見まで。笑い声が絶えませんでした!



「お金」はどうして大切なのか?

- Kさん** お金があることで、物を買ったり売ったりできる
- Aさん** 人間の欲望だね(笑)
- Kさん** 一生懸命働いて、苦勞して稼いだものだからね
- Sさん** 母親が商売をやっていて、すごく大変だったと聞いていたんだよね。「最後はお金だよ」なんて母親に言われて、そのころは感受性が豊かだったから、「愛があれば大丈夫」だなんて謳い文句みたいなことを言ってたな～(笑)。お金はやっぱり大事だよ (金の切れ目が縁の切れ目なんてね)
- Hさん** 趣味を楽しむために必要

*白熱(?)した議論の結果は…
時間の方が大事だ!(2票)
お金の方が大事だ!(3票)
の接戦でした。



今回は、職員の方でいくつか議案の候補を出して一緒に考え、その中から選んでいただきました。とても面白いコメントがあったり(笑)、真面目な意見もあって、とても貴重な時間となりました。次回もお楽しみに!

N's Room 「移りゆくまちの風景5」

—インドの人Ⅲ—

インドの住民が増えると子供も増え、インド式教育を実践する学校も必要です。「Global Indian International School」という名前です。プレスクールから高校まで教育機関がそろっています。インドというと、0(ゼロ)という概念を発見した国で、数字が得意で2桁の掛け算も暗算で素早くできるようなイメージがあります。IT産業にも多くの方が従事しているのはご存知の通りです。英語を流ちょうに操るので世界を見据えたグローバルな活躍が出来る素地はもろろんあります。

「Global Indian International School」での授業は、全て英語で行われ、インド式計算、IT授業とプログラミングスキル習得、週に1時間ほどのヨガ教室も開かれているそうです。私がよく散歩する左近川の近くのプレスクール(幼稚園?)では、日本人の子供も多いようで、休み時間になると園庭ではあちこちから日本語が聞こえ、英語で先生やお友達とコミュニケーションをとっているのが聞こえてきます。午後になるとお迎えのお母さん達がおしゃべりを楽しんでいます。インドのお母さん達との交流はあまり見られませんが、豊かな四季の自然の美しさの中で、インド式の教育を受けたインドの人が世界の中で活躍する姿を見られるのが楽しみです。

新田の公園で開催されるインド人のコミュニティーのイベント(ディワリフェスト西葛西=日本のお正月にあたるインドのお祭り)に何回か参加したことがあります。インド料理やインドスイーツの屋台、インド雑貨のお店が出店し、舞台では民族衣装で着飾った子供たちの歌や踊りのパフォーマンスなど、まるでインドの一日遊園地という雰囲気です。大人も子供も楽しめます。参加者は、インド人の家族が多いのですが、日本人の家族もインドの珍しい料理や舞台でのパフォーマンスを楽しんでいました。このお祭りは毎年10月に開催されるのですが、ここ2年はコロナ禍のため中止されていました。早くコロナが収束し再開されることを願ってなりません。機会がありましたら、是非多くの方が参加してインドの人との異文化交流を味わってほしいものです。

To be continued

私の つぶやき

“BEES WAX ART(蜜蝋画)を展示しました”



なぎさ和楽苑1階 デイサービスの前の通路に、あしたばメンバーが作成した蜜蝋画を展示しております。古田先生(こころのケアのための芸術協会 代表理事)監修による、グラデーションされた配色の額に収め、この一角はさながら画廊の雰囲気醸成しています。ここは、職員が出退勤時に通る通路であり、あしたばメンバーが活動しているスキル座(部屋の名称)に通う通路でもあります。

自分たちの作品が飾られていることに対しては、メンバーからはクールな反応が多いのですが、「足を止め作品に見入っている職員や外来者も多く、「好評ですよ」とお伝えすると、「評判いいのかあ」「へーそうなんだあ」との反応がありました。メンバーの皆さんの取り組みや作品を広く発信すると共に、それに触れた方、手に取った方からの感想や想いをあしたばメンバーにはその都度お伝えし、活動の糧にさせていただきたいと思います。なぎさ和楽苑 職員 遠藤

若年性認知症がモチーフの

作品紹介 シリーズ②

観てみよう 読んでみよう

テレビドラマや映画などの映像作品、書籍など、若年性認知症に罹患したご本人が講演したり書籍を出版することが多くなりました。今後シリーズとして若年性認知症をテーマとした作品を紹介してまいります。

MOVIE

『STILL ALICE アリスのままで』

愛する夫と3人の子どもに恵まれ、コロンビア大学で言語学の教授として教鞭をとるアリスは物忘れを機に受診、若年性アルツハイマー型認知症の診断を受ける。大学での仕事も追われ、失意の中にあるアリスの支えになったのは夫と子どもたちだった。アリスの日常が変化していく中、家族も自身の人生を歩みつつ、悩みながらも前を向き支え合う。認知症の当事者として、壇上に上がり「私は苦しんでいない、闘っている。世界の一部でありたい」という言葉は、聴く者に大きな感動と勇気を与えた。若年性認知症の当事者と家族の想い・愛を感じられる作品。

【第87回 アカデミー賞・主演女優賞受賞】

BOOK

『東大教授 若年性アルツハイマーになる』

東大医学部の教授であり、脳外科医であった若井晋氏が、50代で若年性アルツハイマーを発症してから、2021年に逝去されるまでの16年を妻の克子氏が綴った作品。文字が分からなくなったり、言葉を少しずつ失ったりしても、正義感、優しさ、謙虚さはそのままに、信仰心が深まったりと、晋氏の強さを感じる場面もある。

『私がアルツハイマーになったということが、自分にとって最初は「何でだ」と思っていました。けれども私は私であることがやっと分かった。そこに至るまで相当格闘したわけですけど～病気になるまで自分は自分』。同じ立場に立たされたとき、こうした発想ができるか。晋氏と、克子氏の抛り所は信仰であった。人の強さと抛り所の大切さを感じる一冊。

～楽しく学ぼう認知症介護のこと～

『オレンジスペース』開催!



8月26日(金)と27日(土)の2日間にわたり、認知症について住民の方への周知を図るために「オレンジスペース」というイベントを開催しました。東葛西9丁目にあるアリオ葛西1階のオープンスペースを会場に、「親子で学ぶ認知症サポーター養成講座」を行いました。参加された小学生にとっては夏休み最後の思い出になったかと思います。また、認知症予防を目的としたコグニサイズという運動も実施しました。あしたばメン



バーの方もコグニサイズに参加されています。そして、地域の方に認知症ご本人の声を少しでも聴いていただくこと、あしたばメンバーにインタビューもさせていただきました。マイクを向けられ少々緊張気味な方もいらっしゃいましたが、しっかりと話されていました。当日は認知症の相談ブースも開設。江戸川区の北の方に住む方がわざわざ相談にみえるなど、盛況のうちに2日間を終えました。

あしたばの活動紹介

毎年恒例の

『赤い羽根共同募金』を行いました

あしたばメンバーが常日頃おっしゃることの一つに「地域や他者に貢献したい」ということがあります。定期的に地域の清掃なども行っていますが、今回は共同募金活動を行いました。

募金活動前に「そもそも、共同募金とは？」との質問があがり、「誰もが住みなれた街で安心して暮らせるよう、地域の課題に取り組む団体を応援するもの」とお答えしたところ、「住みよい街づくりに活かされるんですね」と返していただくようなやり取りがありました。

法被、たすき、腕章をつけ、いざ活動開始。初めはぎこちなかった声掛けや、募金していただいた方に「赤い羽根を渡す・お礼を述べる」という流れにも慣れてきたころに時間切れ(感染対策として予め時間を決めていました)。まだ、活動したい方、そろそろ疲れてきた方などさまざまでしたが終了としました。

短時間の活動でしたが、清掃活動しかり、メンバーの地域に貢献したいという気持ちを形にして、今後も支えていきたいと思っています。



10月

あしたばカフェ 開催しました!



10月16日(日)午後、オンラインと集合のハイブリットでカフェを開催! あしたばメンバー3人、ご家族6人、ボランティアの方5人、職員4人の総勢18人のうち、4人の方がオンラインでのご参加でした。

第一部は「ブンネの演奏を楽しみましょう!」と題して、ブンネジャパン代表のストランデル公子さんと井田さんにお越しいただき、来苑の皆さんと一緒にスイングパーギターの演奏にチャレンジしました。「ブンネ」とはスウェーデン人のブンネ氏により、音楽経験の有無や、身体機能のハンデの有無にかかわらず、誰もが演奏を楽しめるように生み出された楽器です。フリーサロンあしたばではこれまでも活動の中でスイングパーギターの演奏を楽しんできました。惜しくもご逝去されたブンネ氏への追悼として、『アメージンググレース』をはじめ、全6曲を演奏しました。

第二部はメンバーの皆さんとご家族に分かれて交流。ご家族は日ごろの介護の悩みなどを話され、メンバーの皆さんからは今後の活動として地域の清掃活動や社会貢献に取り組みたいとの声がありました。



12月

あしたばカフェのご案内

12月18日(日)13:30~15:30に、なぎさ和楽苑で年内最後のカフェを予定しています。12月ということで、あしたば工房でお世話になっている臨床美術の古田先生にご協力いただき、皆さんでクリスマスカードを作りたいと思います。どんなカードになるか、とっても楽しみです! またクリスマスマーケットも企画しています。臨床美術で作成された作品の販売や、あしたばメンバーが作成したもの、ネパールの民芸品などの販売も予定しています。

当日は感染対策を万全に、楽しいカフェにしたいと思います。皆さまのご参加、お待ちしております!

家族会のご案内

若年性認知症家族会「あしたば会」へのご参加をお待ちしております。

【活動内容】 定例会の開催

開催日 毎月 第4土曜日 (原則)

開催場所 なぎさ和楽苑内

開催時間 13:30~15:30

お互いの親睦を深め、悩みなどを語り合い、交流および情報交換を行います。ミニ勉強会、見学会など、活動内容は随時皆さんとともに考えてまいります。

【加入対象者】

- ・若年性認知症の方およびそのご家族
- ・若年性認知症に関心があり、趣旨にご賛同いただける方

【入会方法】

所定の入会申込書は当法人ホームページよりダウンロードできます。

お電話でのお問い合わせも受け付けております。

— なぎさ和楽苑 —

☎ 03-3675-1201 (代) 池田・萩原

✉ ashitaba@tokyoeiwakai.or.jp

若年性認知症相談支援窓口 西葛西熟年相談室なぎさ和楽苑

☎ 03-3675-1236 FAX 03-3675-6567

✉ jyakunennintisyu@tokyoeiwakai.or.jp

9:00~18:00 月~土(日・祝・年末年始は休み)

編集後記

あしたばに携わりはじめ、早2年半が過ぎました。初めは毎回緊張しどのように接したらいいのか不安も多く、また自分自身の若年性認知症に関する知識も浅く困惑することも多かったです。しかし、そのような不安を吹き飛ばしてくれるようなメンバーの皆さんの笑顔や日々のたわいない話に助けられ、今では毎回皆さんにお会いできるのが楽しみです。まだまだコロナの終息する兆しが見えませんが、落ち着いたら皆さんといろいろな所にお出かけしたいです。(田村)

