

●特集●

気になるこの人にインタビュー・・・1～2

水戸こどもの劇場代表理事 Hさん

シリーズ 内向タイプという生き方・・・3

「100万回生きたねこ」を読む

県立高校教諭 森 俊博

人生をコントロールしよう・・・4

茨城大学大学院 金丸隆太

ココロノアリカ vol.22・・・5

「あめがすき」

水戸南高等学校 定時制同窓会会長 宮田 哲郎

液体ミルク・・・6

ほっと!HOT!スクウェア「イクメン講座」より

大内 清志

よしこの世界一周大冒険!!・・・7

杉野美子

うろ覚え選手権・・・8

アンパンマンの登場人物?!

水戸こどもの劇場より・・・9

毎月の活動紹介

その他のお知らせ・・・10～11

事務所MAP

訪問型病児保育のご案内

寄附のお願い

広告

発行：認定NPO法人 水戸こどもの劇場

〒310-0912 茨城県水戸市見川2-82-11

TEL/FAX 029-255-0908

E-mail gekijo310@citrus.ocn.ne.jp

URL <http://www.mito-kodomo.jp/>

メルマガを発行しています。

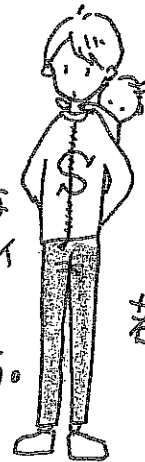


気になる

このひとにインタビュー!

水戸こどもの劇場 代表理事Hさん (パート2)

ちょっと
ボーイッシュな
カッコイイ
ママ
です。



若い!

ナトク人家族です。

現在の趣味・好きなこと

TVを観ること (バラエティー、特にアメトーーク!!が好きです)
お笑い好き~

好きな食べもの

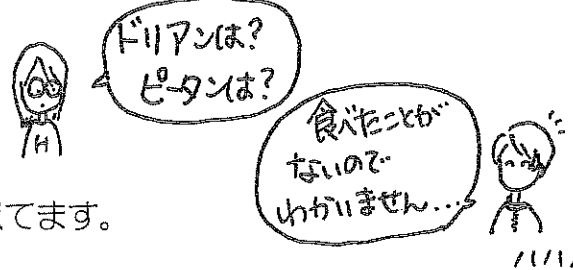
焼肉 (外食ですが)
と 家族全員で行くかなりの出費なので、
人数が少ない時だけ...
少人数のおたのみ!?

嫌いな食べもの

なし
(食べたことがないものもありますが)

生い立ち

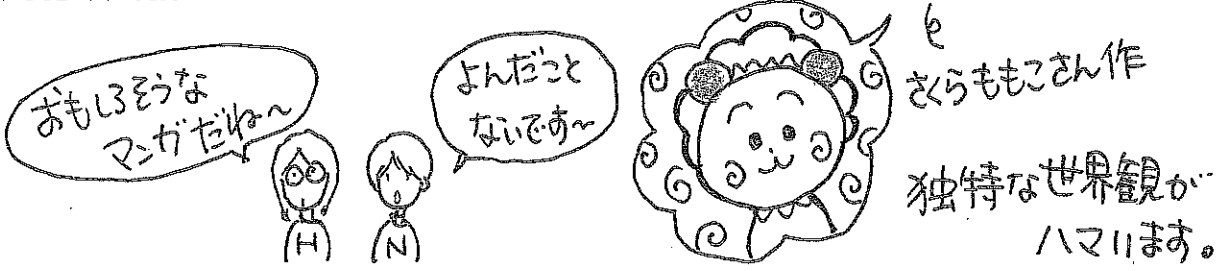
生まれは? ... 埼玉県川越市です。水戸にちょっと似てます。
兄弟は? ... 3姉妹の一番上。
どんな子ども時代でしたか? ... 幼稚園児の頃: どろんこあそび
学童期: 外遊び、キックベース (いつも外にいました)



好きな教科は? ... 音楽、体育は得意でした!

好きなアーティストは? ... アムロちゃん世代なので、よく聴いてました。
最近では息子がワンオク好きで、家で流れています。それと、子ども達が金管バンドや吹奏楽に所属しているので、車の中では好き嫌いに関わらずコンクールの課題曲が流れています。
... 前回につづき、でまた "ONE OK ROCK"!! 人気だな~ ♪
ワンオク

ハマってたマンガは? ... バカボン、スラムダンクなど。今はコジコジにハマってます!



ハマってたドラマは? ... 刑事ものはよく観ます。ドラマ「インハンド」は現在観ています。
あとは、パパが深夜番組を予約してくれているので、なんとなくそれを観ます。

クラブ活動について

小学生・・・ピアノを習ってました。

中学生・・・水泳

高校生・・・バレーボール

み途中、ひどく痛くてマネージャーに。



運動も得意!!

でもヒザが痛々

お仕事について

職歴・・・看護師として3~4年働きました。

学生の頃にバイトはたくさんやりました。うなぎやさん(脂いが美味しかった)、ドラッグストア、イベントスタッフなどなど。結婚後も、健診の看護師や看護学生の奥習指導などもやりました。

結婚&育児

医者とナース、職場結婚です。子どもは5人、全員男の子です!

勤務していた病院で出産したので、研修医などに囲まれた出産でした~ ヒエム

なんと

働きもの~

十数人? そんなに~!

水戸子どもの劇場の中で関わっていること

●関わっている事業・・・

赤ちゃんが学校にやってくる、ぽかぽかつどいの広場講座、はやま庵、病児保育など。

多世代交流サロン

●活動のきっかけは・・・

上の子たち(双子です)が、小2になる時に水戸に引っ越してきて子育て支援が少ないことにビックリ! 転勤者に冷たいところだな~と思いました。

何か自分に出来ることはないかと行政の講座を受けママナビ(情報誌)を発行。講座をきっかけに水戸子どもの劇場を知り、おもちゃサロンなどを利用するようになって、その後会員になり、それから理事、今は代表理事になりました。

何度か出産をしながら関わってきましたが、赤ちゃんを連れて行っても、いやな顔をされず普通に迎えてくれたことがうれしかった。

子どもがいるのが特別なことではなくて普通に接してくれることがよかったです。

今後の目標

関わってくれる人たち、みんなと一緒に助け合いながら必要な事業をしていきたいし、楽しみたい!!!

あとは... 令和生まれの子が孫を抱っこする!

それから... いつか夫と2人で旅行に行きたい!

昔はパリジェンヌになりたいからって

フランスとかイタリアも行きたいけど、

夫には、遠いから宮古島で...と言われちゃいました

2人で旅行に行けるといいね

宮古島いいですね

*インタビュー (H&N)

次は誰にしようかな



どうですかね

シリーズ「内向タイプという生き方」

『100万回生きたねこ』を読む

県立高校教諭 森俊博

佐野洋子作の絵本に『100万回生きたねこ』というのがある。ご存じの方も多いロングセラーの絵本である。小生は高校の国語の教員をしているが、時々これを国語の教科書教材の合間に投げ込み教材として使ったり、道徳の授業に使ったりできるので、小生にとっては便利でお気に入りの絵本である。

これで授業をするときには、事前に学校の図書館を探すが、ないときには水戸の市立図書館で借りたりする。それでも今年はどうしても借りられず、とうとう自前で購入することになった。絵本は結構値段が高いが、まあ自宅に一冊あってもいいかなとも思い直した。

今回も生徒たちには好評で、幼い頃に読んだことがあったが、改めて読み直したら新しい発見があって面白かったと言ってくれた生徒も多かった。さすがにいい教材というものは、それだけで人を魅了する。

授業の内容は、最初に、音読後どのぐらい覚えているか暗記力を試すからよく注意して聞くようにと釘を刺しておく。そして小生が下手な朗読をする。両サイドの生徒にも見えるように1ページ読むごとに絵を見せる。

読み終わったら、事前に作っておいた学習プリントを配布する。そこには内容に関する簡単な設問が書かれている。たとえば、最初は誰の飼い猫だったか、二番目は誰の？とか、それぞれどのような死に方をしたかとかいう程度のものである。よくできた生徒には、すごい暗記力だと褒める。

この問は、百万回死んで生き返る猫というのが、具体的にどのように生きて死んだかを確認するためである。そして、生まれ変わっては別の飼い主にかわいがられることを繰り返す。なぜこんなに死んで生き返るのかということを考えさせるための問なのである。また、どの飼い主からもかわいがられ、死んだときには大泣きされるのだが、猫の方は少しも悲しくないし、それどころか死ぬのが平気だという点の確認にもなる。

前々回の原稿では、「死にたい」/「殺したい」人の心の内を考えてみたが、この猫も「死にたい」猫であるようだ。つまり、死にたいほど生きているのが辛いのであり、生きていることに意味を感じていないのである。生きることが面白くないし、つまらないのだ。

しかしそういう猫のくせに、いやそういう猫だからこ

そ生き返るのであろう。



これは輪廻転生という仏教用語を思い出させる。彼には何か人生の課題があつて、それがクリアできないから何度も生まれ変わらされて、100万回も生きることになったのだと。彼の魂は成仏できていないのだと。

だとすると、彼の人生の課題とは何なのかと生徒たちにも考えさせたいのである。幽霊のように、この世で彷徨い続けるような生き方はどう見ても生産的でないし、無駄な繰り返しにしか見えない。

ところが、絵本では後半急に様相が変わる。今までにも様々な出会いがあつて、そのうちの誰とでもその出会いを大切にしていたら、もっと早く繰り返しは終わっていたかもしれないが、その変換点というものはある程度機が熟しないと生じないのかもしれないし、今度の会いだけは特別の意味があつたのかもしれない。

その出会いというのが白猫とのそれであつた。かわいがられ、好かれることが当たり前になっていたこの主人公の「とらねこ」にとって、初めてこちらから積極的に関わろうとした相手であつた。つまり、今までは愛されるだけだった彼が、初めて他者を愛したのである。そして、それが功を奏して相思相愛となり、今度は見事に成仏でき、二度と生まれ変わらなかったというオチになる。

生徒たちには、この前半と後半との生き方の違いをよく味わって欲しかった。ただ愛されるだけでは生きるダイナミズムは感じられない。他者を愛するということがあつて初めて人生に活気が生じる。更に双方向の愛でつながるといふ体験ができれば、もう死にたいとか死んでもいいとは言わなくなる。

ただ、このような出会いは漫然と待っていてもなかなか訪れない。その点、スーパーボランティアのおじさんのような積極性は、全国的な人々とのつながりを生じさせた。それは、金や物よりも価値があるのだろう。この点、コミュニケーション能力の希薄な小生には、偉そうに言う資格はないし、スーパーボランティアおじさんを羨ましくも疎ましくさえ感じてしまう幼稚さは、なかなか直らない。未だに自分を内向タイプだから、という鎧で人間関係を閉ざしてしまう。生徒に読ませると言いながら、本当は自分のために読んでいるのかもしれない。

それにしても、これだけ「死にました」がたくさん書かれている絵本は他にないだろう。子どもに読ませる絵本に、これだけ沢山の死を書いていいのかと心配にもなるが、無駄死と成仏できる死に方との好対照は、読者の魂に直接響きそうだ。作者自身による「とらねこ」の絵もまたいい。

最近「デジタルデトックス」という言葉を立て続けに耳にしました。流行っているようですね。ここでいうデジタルとは、インターネットにつながっているスマートフォンやパソコンを意味するようです。デトックスは解毒という意味なので、さしずめネット解毒。ネットにつながった端末から離れて、心身を浄化しよう、というところでしょうか。

やり方が決まっているわけではないようですが、「デジタルデトックスをしよう」という場合、一日とか二日、スマホやパソコン、タブレットを触らない生活をするようです。やはりこれらのものに縛られている感覚を持っている人は多いのでしょうか。私は人一倍、機械が好きな方で、新しいデジタル機器にはすぐ手を出すので、その気持ちはむしろ分かります。もう20年以上前、ポケベルを持ち歩いていた大学生時代に、友だちと「旅行に行くならどこがいいか」という話をしていたとき、私はベトナムと答えました。理由を尋ねる友だちに「誰からも連絡の来ないところに行き、時間の止まったような所で一日中本を読んでいた。」と答えたのを覚えています。友だちは呆れながら、「家で電話に出なければいいじゃない。」と言いましたが。皆さんの中には、なんでベトナムなのかと思われる方も多いでしょうが、当時アメリカやヨーロッパに旅行に行く時に私は、ノートパソコンとカプラーを持ち歩いていた。「え？カプラーって何？」となりますよね。正確には音響カプラー。パソコンと電話の受話器をつなぐ機械で、これさえあれば、現地のインターネットプロバイダーを使ってパソコンをネットにつなぐことができたのです。安価な携帯やWiFiが無い時代です。一般的にはモデムを使ってパソコンをインターネットにつないでいた時代、私はわざわざ海外でもインターネットをしていました。スリに遭ったナポリでも、ネットで検索ができました。ベトナムは当時の私が知る限り、日本からの旅行客が使える現地プロバイダーがなかったのです。われながら、インターネット中毒暦が長いのです。そう、中毒なので解毒が必用という意見はよくわかります。

さて、なぜわざわざこどもの劇場の情報誌にこんなことを書いているのか。それはデジタルデトックスをインターネットで(笑)調べてみたら、こんなことが書いてあったからです。

「自然豊かな場所でデジタルデトックスを行うと効果が高まります。人は自然とつながることで、本来持っている生命力を活性化することが出来ます。(中略)自然の中で人は『ものごとを完了することに対し、十分な時間を持っている』ように感じられ、うつ病や怒り、攻撃性が低下し、子ども達のADHD症状が軽減することが報告されています。」(一般社団法人日本デジタルデトックス協会 <https://digitaldetox.jp/digitaldetox/>)

うつ、怒り、攻撃性、ADHD。これらの言葉に興味をお持ちの方は多いですね。心理学や精神医学の研究というのは非常に複雑で、これらの心理的な反応や症候群について、十分に因果関係を証明できる研究はなかなかありません。多くの研究は部分的に、「この面だけに注目すれば、このことだけは言える」というような内容です。ですので、皆さんの悩み事に関して「こういう研究がある」という情報は、どれも自分の人生という料理をする上で、調味料の一つに留めると良いでしょう。そういう意味では、木々や河川のように、人類が地球上に登場する前からある自然環境に身を委ねることが、一時的なリラクゼーションにつながるという説は妥当です。うつ、怒り、攻撃性、ADHDなどでお悩みの方が、時にはスマホを家において、ハイキングなどに出かけることで、何かに追い立てられない、ゆったりした感覚を味わうことができ、気分の落ち込みが減ったり、怒りが収まったり、優しくなったり、落ち着いたりすることはあるでしょう。大学生の時の私は、まさにそういったことを求めてベトナム旅行を望んだのです。

私は大学の授業で、学生にネット検索を自由にさせています。講義を聴いていてわからないことがあれば、すぐに手元のスマホで検索させています。授業の資料も、印刷配布はしていません。ネット経由で配布することで、紙とトナーを大幅に節約できています。そもそも紙で配布された資料を保管し続ける学生は少なく、保管していてもしまいい込まれるだけです。引っ越しの時に断捨離されるのがオチでしょう。ネット配布ならスマホ内を検索すれば、いつでも情報を引き出すことができます。そして場所は取りません。

なんだかんだ言って、デジタルは便利です。解毒するのは、再びデジタルの世界に身を投じる余裕を取り戻すためなのかもしれません。精神疾患や発達障害で悩まれている皆様、日々進歩する社会の中で、欲しいものは自分で選ぶということを大切にしてください。デトックスしたり、SNSを使ったり。Youtubeを見たり、生オケを聴いたり。4DXの映画館で最新のエンターテイメントを楽しんだり、散歩しながら季節の移ろいに心を奪われたり。一日はすべての人にとって24時間しかありません。どう使うかを自分でコントロールできるという感覚が、心理的健康を高めるという研究結果は、数少ない「充分な因果関係」を証明する研究の一つです。誰かや何かに振り回される人生ではなく、自分で選び続ける人生を過ごしてください。

さて、この原稿を書き始めたとき、東京駅を出たばかりだった新幹線のぞみが、まもなく新大阪につきます。原稿を書く時間と場所を自由に選ぶために、デジタルはやはり欠かせませんが、新大阪の駅を降りたら、スマホの電源を切って街を歩こうと思います。食べログの星より、自分の鼻を信じるというのもまた、楽しいものです。

適応障害のひどい時期を何とか脱して、職場でも人員加配をしてくれることになり、4月から職場に復帰しました。加配の人が居てくれるおかげで、自分の苦手な部分をお願いすることができ、仕事がスムーズに進むので、気持ちの面でかなり楽になったと感じています。ただ、まだ二か月が過ぎて三か月に手がかかるかどうか、といったところ。まだまだ先の事が見えてきたわけではないので、この部分については落ち着いてきた段階で、コラムとして振り返りたいと思います。

さて、今回は以前のコラムでも触れた内容について、もうちょっと深く掘り下げていきたいと思います。皆さんはどんな天気が好きですか？ やっぱり快晴が好きって人が多いでしょうか。私は雨が好きです。もちろん、洗濯物が乾かないとか、外に出掛けると濡れるとか。持ち物が増えたり、着るものを考えたり、そういう厄介な側面もちろんあると思います。ただ、そう言ったマイナスの側面をふまえたとしても、それを上回るほどに雨天を快適に感じます。一番の理由は『人々の動きが遅くなるから』です。発達障害による凹凸が顕著な自分にとって、世界のペースについていくのは苦手が大きく、とても疲れます。日ごろ、周囲の人々が何気なく過ごしている日常生活のペースですら、自分にとっては早すぎてついていくのがやっとです。情報量の処理速度が追いつかないので、あっという間に飽和状態になってしまいます。しかし雨が降ると、世界のスピードはほんの少しですが遅くなります。それはおそらく、雨によって視界が悪くなるとか、濡れることを避けるために慎重に動くとか、そういった些細な要素が重なることによって、遅くなるものと思われれます。そのほんの少しゆっくりとした世界は、僕にとってはいつもよりついていきやすい世界なのです。

物心ついたころから、何故か雨が好きな子どもでした。当時は理由も分からず、なんとなく雨の日は気分が高揚してテンションが上がるなあ、と感じていました。いつも雨が降ってくると、傘を差さずに飛び出しては、全身びしょ濡れになってはしゃいでいました。大人になるにつれて、そこまでの衝動性は影を潜めつつあったものの、変な気分の高揚感は相変わらず。『雨が降っていると何となく出かけたくなる』とか、『濡れたいから傘は差さない』とか、根本的な理由は分からないまま、何となく『雨が好きだから』と考えていました。

その後、自分が発達障害だと分かり、自らの特性について理解が深まっていくにつれて、『雨の世界のスピード感がゆっくりで心地よいから、気分が高揚するんだ』ということに気付かされました。逆に言えば、『普段の日常世界のスピード感は、自分にとって疲労度の強いものだった』ということでもあります。小さい頃から何故だか分からなかった自分の天気のお好みも、発達障害による凹凸がもたらすものだった、という理由に辿り着いたのです。

また、こうした快適さや心地よさの一端には、自分の持つ『感覚過敏』も大きく影響しています。自分にとって晴れの世界はどうしても眩しすぎるのです。特に朝日は猛々しさが強すぎて、家を出た途端に疲れます。でも、ひとたび雨が降ればその光は和らぎ、いつもより暗めの視界が広がります。これも自分にとっては適応しやすい『楽な世界』なのです。

さて、ここまでは僕が雨が好きな理由について書き連ねてきましたが、本当にここで言いたい事は『とにかく雨が好きだと叫びたいんだ！』というものはありません(笑) 全ての人間にとって『良い天気』とは必ずしも快晴ではない、という多様性について訴えておきたいのです。普通ならば良い天気というワードが示すものは、青空と太陽の光とイキイキと人々が動き回る活気あふれる明るい世界のことを言うのでしょうか。しかし、僕にとって良い天気とは雨の降る世界です。自分が無理をせずに、ありのままのスピードでもついていける、少し暗くてゆっくりとした世界のことを言います。このように様々な理由によって、普通の人とは違う価値観、違う観点・視点を持っている人もいるのだ、という多様性の存在をできるだけ多くの人に感じてもらえたらいいなあ、と思っています。障害者と健常者が共に分かり合い、一緒に生きていくということは、きっとそういう事だと思っんです。自分とは違う人が居る。自分とは違う考え方を知る。一方的に多数派の意見や価値観を押しつけるのではなく、かといって少数派の意見や価値観を声高に叫んで反発するのでもなく、歩み寄りの繰り返しによって、相互に理解を深めていくことこそ本当に必要なことなんだと、実感しながら日々を過ごしています。

同じ人間であっても、一人ひとりとは全く別の生き物です。分かり合うという意識と認め合うという許容が無ければ、そこに人間同士の温度は存在しなくなってしまうと思うので。

今でも雨が降ると、外に飛び出したい衝動があります。子供のように一目散に駆け出していきたいのですが、30代半ばのおじさんがそれをやると不審者なので、頑張って我慢しています(笑)



「液体ミルク」

大内清志

ほっと！HOT！スクエア「イクメン講座」より

今回のテーマは「液体ミルク」です。

液体ミルクってミルクは液体に決まってるでしょって事じゃなくて赤ちゃん用のミルクのお話です。

赤ちゃん用のミルクって粉かキューブタイプしか見たことないと思いませんか。

実は乳製品の製造基準を定めた厚生労働省の法律で、乳児が飲む調整乳は粉タイプしか定められていませんでした。

それが、去年の8月に改正されて液体ミルクも製造販売できるようになりました。そして今年3月に国内初の液体ミルクが販売開始されたんです。

この法改正、わたし的には「やっと改正されたかー」っていう感じなんです。元となる法律が60年前に定められたもので、その時の基準がそのまま適応されていたんです。

海外ではすでに液体ミルクは広く利用されています。フィンランドでは赤ちゃん用のミルクの9割が液体タイプだそうです。

日本でも液体ミルクを販売できるようにと活動している団体もあって署名を集めたりして法改正をお願いしていました。でも、なかなか法改正の議論が進まなかったんです。法律が改正されるきっかけの一つが災害でした。

東日本大震災の際にはフィンランド在住の日本人女性らが計1万4000個の液体ミルクを被災地に送ったそうです。これでまず液体ミルクっていうのがあるということと水や火がなくても利用できるということが日本でも知られるようになります。これで災害備蓄品として日本にも普及します。

また、2016年の熊本の震災では、フィンランド大使館と超党派で作る「日本フィンランド友好議員連盟」が中心となり、フィンランドの企業が無償で提供した液体ミルクを

熊本の被災地に送ったそうです。

これが法律改正議論が進むきっかけになったようです。で、この3月に最初の国産液体ミルクが発売されました。江崎グリコの「アイクレオ赤ちゃんミルク」紙パック型1本125mlで216円(税込み)

同社の粉ミルクで換算すると50円から60円くらいなのでまだ粉ミルクに比べるとだいぶ割高になります。明治からも「ほほえみらくらくミルク」240ml缶が発売されました。これから各社からいろいろ発売されて値段もこなれてくるんじゃないかと思います。

使い方は簡単です。常温の物を哺乳瓶に移すだけ。お湯も流し台も要りません。

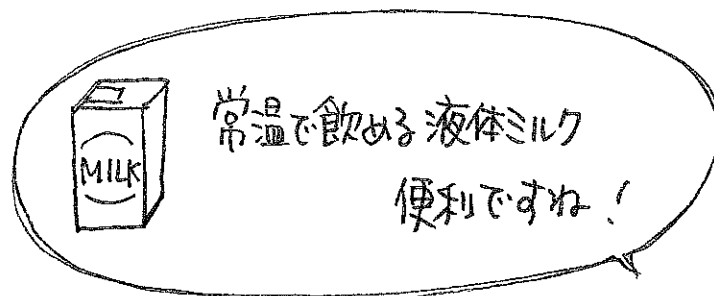
お出かけのおともに最適だと思います。まだ値段は高めですが、出かけるときとか深夜とかだけ使うなど粉ミルクと使い分ければいいんじゃないかと思います。私はね、この液体ミルクにとっても期待しているんです。男性が育児をする上でネックになるのが母乳が出ない点なんです。

私自身も育児している中でミルクには苦労しました。一人で赤ちゃんの面倒を見ているときに、赤ちゃんが泣きだしてから、お湯を沸かしてミルクを作って冷ましてしていると結構時間がかかります。その間赤ちゃんは泣いていますから焦ります、やっと作ってあげようとしても、飲まなかったり。心折れそうになりますよね。

ママのおっぱいが本当にうらやましくなります。

液体ミルクはパパの育児の助けになるんじゃないかと思っています。パパに限らずミルクを主体にして子どもを育てている家庭には助けになると思います。

液体ミルクが普及することでいろんな人が育児に関わりやすくなって、イクメンが増えるし一人で子育てに悩むママも減るんじゃないかと思うんです。





よしこの世界一周大冒険！！（賛助会員 杉野美子さんのコラムです）

2018年7月8日から約1年間世界中を旅しています。

2019年5月現在

スペインを1ヶ月旅しヨーロッパを後にした。各国の文化の違い、各都市の文化の違いが面白い。

バルセロナとマドリードはまるで別の国のように感じた。続けて長く旅をしたからこそ気がつくことも多かった。それこそ世界一周旅行の醍醐味だろう。

ヨーロッパからカナダに渡り高校の同級生と再会した。お互い18歳の面影などあるはずもなく、彼の海外移住話や起業の話を興味深く聞いた。彼の経営する日本食レストランの美味しいこと。今や世界中で日本食レストランが見られる。SUSHIはスーパーでもよく売れている。寿司ではなくSUSHI。同級生から夜食にと空港でもらったのはまさしく寿司だった。日本のお寿司とは違うSUSHI。その国の好みに応じて変化したもの。そしてさらに受け入れられて広がるのは嬉しい。

メキシコのリゾート地カンクンのとても人気のある日本食レストランの社長さんにご馳走になったのは、カンクンロール。日本人の社長さんが何か目玉になるメニューをと考えたものだ。メニューの説明には、クリームチーズときゅうりとサーモンがまいてありウナギがトッピングしてあると書いてある。

「何これ？クリームチーズ？いやいやないでしょうコレは。」と思ったが社長さんを前にそんなことは言えない。

「面白いですね。味が想像できません。」「食べてみるか？」「は、はい」笑顔が引きつった。

運ばれてきた美しいロール寿司を食べた途端に笑顔になった。何これ？美味しいんだけど！

クリームチーズいいわ。トッピングのウナギは本当の鰻だわ。「いいですね、これ！」「だろ？これがウケてるんだよ。」

日本企業の駐在でメキシコに勤務すること2回、そのあと早期退職してメキシコのカンクンに日本料理レストランを出して大当たり。お店の前には毎日列ができていく。

話が逸れたが、寒い寒いカナダから温かいアメリカ西海岸へと旅は続く。

アメリカの西海岸、ロサンゼルスでは、ハリウッドやディズニーランドやサンタモニカのビーチを楽しんだ。アメリカのディズニーランドで驚いたのは、大人がとても楽しんでいてこと。

お父さんお母さんがとにかく楽しそう。家族8人でお揃いのTシャツの一家もいた。赤いシャツが目立つ目立つ。

家族はチームなんだ！迷子にならないとしても楽しそう。おじいちゃんがミッキーの帽子をかぶってニコニコしている。車椅子に乗ったおばあちゃんの頭のミニーのカチューシャがキュート。車椅子を押している人もニコニコ。いいなあ夢の国。

そのあとは、今回の世界一周旅行でも山場の南米へ。どうプランニングして良いか分からず、南米の入り口ペルーのリマ市にある日本人宿お宿桜子さんに泊だけ予約した。あとはノープラン。相談しながら決めようと思った。行くまでは怖い怖いとしか思えなかった、南米旅。聞くと見るでは大違い。他では見ることでできないスケールの大きい自然や、インカの文化に触れ、南米が大好きになった。お宿桜子では、オーナーの奥さんが日本人。日本で知り合い結婚してリマに来たとか。宿には、今から南米旅を始める人と南米旅を終え帰国する人が交差していた。

「美子さん、まず腕時計外しましょうか。」南米の歩き方を学生から教えてもらった。汚い格好をして、ポケットにはものを入れない。スマホは出さない。お金は分散して持つ。財布は使わない。諸注意を聞きながら怖くなった。が、最後に「これだけ気をつけたら、あとは楽しみましょう！」だよね。できる注意をしたらあとは必要以上に心配してもしようがない。

日本人宿に泊まり、旅を続けた。各都市で有名な日本人宿があり、日本人が集まっている。そこからツアーを手配して一緒に旅をしたり、ご飯を食べに行ったり、毎日が修学旅行だった。助け合いながら楽しむ。毎日、若者と行動していると気持ちも若くなる。まあ後半はついていけず熱を出してしまっただが。メキシコもとても良かった。メキシコの日本人ガイドさんが、日本人に怖いイメージを持たれてしまって悲しいと言っていた。たしかに治安が良いとは言えないが、最低限気をつけていけばいい問題ない。ちなみに私はヨーロッパで2回スリにあったけれど、中南米では一度も怖い思いをしなかった。日本に帰ったら、中南米の旅の楽しさを伝えたいと思っている。幸い、帰国後の講演会も7つほど決まり喜んでいく。

♥ 何歳からでも挑戦はできる。

♥ 旅は楽しい。人生豊かに生きようと、伝えたいと思う。

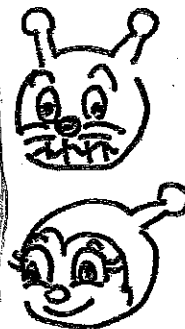
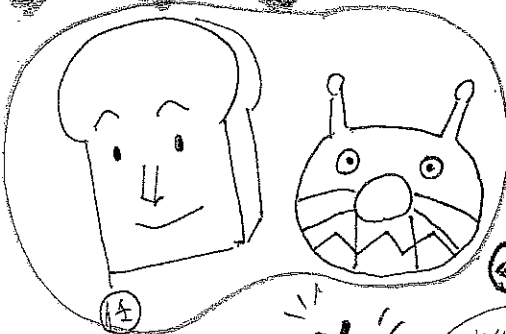
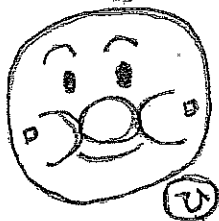
♥ 本も執筆中。

♥ 次なる夢に向かってスキップしよう。

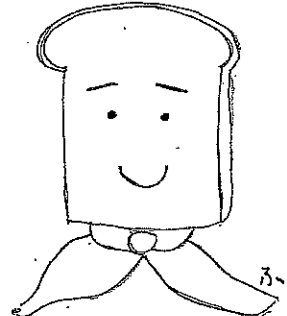
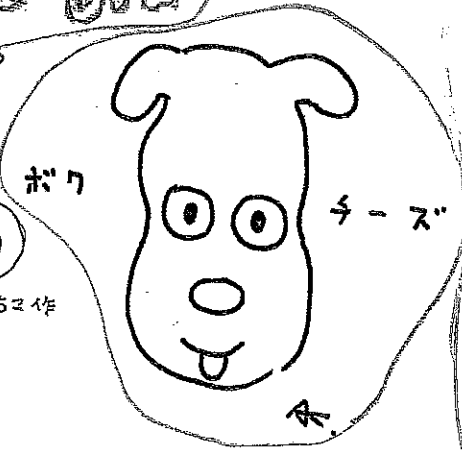
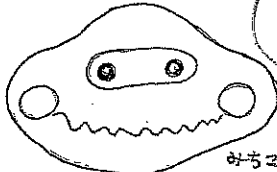
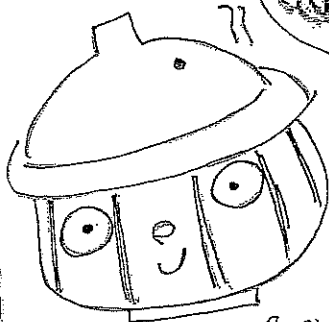
うろ覚え選手権!!

お題は、
アンパンマンの
登場人物

上手ね



ぼんぼんぼん



カゼルニルン



のぐち (カ)

全キャラクターは、
107も
あつうであ! すごい

うまい!

め
かわい

毎月の活動 (その他 文化創造体験活動、自主活動なども開催しています)

*内容は変更になる場合もあります、お問い合わせ下さい。

<p>おもちゃサロン 対象：幼児の親子 毎週月・水・金曜日 11時～14時 おもちゃで遊んだり、親同士子ども同士の交流やランチも可能。2ヵ所で開催</p> <p>① 毎週月・水：水戸こどもの劇場事務所 参加費：無料 *おもちゃの貸し出しあり (貸し出しは、要会員登録か会員外1回300円)</p> <p>② 毎週金：たまり場「はやま庵」 参加費：無料 *おもちゃの貸し出し無し</p>	<p>水戸市千波 1677</p> <p>MAP</p> <p>ココ</p> <p>葉山幼稚園○</p> <p>○保健センター</p> <p>○コンビニ</p> <p>○ヤマダ</p> <p>R50バイパス</p>
<p>ガレッジセール 月1回程度 11時～14時 水戸こどもの劇場事務所&トレーラーハウス 子どもを遊ばせながら子ども服や雑貨日用品などをゆっくりご覧下さい。 *日程、場所についてはお問い合わせ下さい。</p>	<p>みとびよ音楽隊♪ ファミリーブラスバンド 毎月5回程度 9時半～12時(対象：大人 子連れOK)楽器の演奏を楽しんでいます。 依頼演奏もお受けしています！ 参加費：要活動会員登録(初回1000円・毎回200円) *練習場所等についてはお問い合わせください。</p>
<p>comodo (コモド) 対象：大人 月2回程度 10時～12時 子どもに、子育てに、不安を抱えている家族のサロン 水戸市福祉ボランティア会館 (ミオス 2F)</p>	<p>ガフの会 毎月読み聞かせ会をしています。 東部図書館 第1・5土曜日 14時～14時半 見和図書館 第3土曜日 14時～14時半 参加費：無料</p>
<p>手芸サークル 対象：大人 好きなものを持ってきて自由にチクチクしましょう 不定期 (お問い合わせ下さい) 事務所にて 参加費：会員無料 一般：300円 *参加希望の方はお問い合わせください。 *保育園・幼稚園の袋物など注文受付中！</p>	<p>ウクレレ&ギターサークル♪「ピコ」 対象：大人 場所：事務所 毎月1回程度 10時半～14時(子連れOK) ゆる～くウクレレやギターを楽しむ会です！ 参加費：会員無料、会員外1回300円 *見学できます、気軽にお問い合わせください。</p>
<p>ほかほかつどいの広場 (水戸市受託事業) 毎週火・水・木・金・土 10時～15:30 (日・月・祝日閉館) 水戸市福祉ボランティア会館(ミオス 2F) 未就学児の親子を対象に交流の場を提供しています。 毎月講座開催中！参加費：無料 (毎週金曜日 10時～12時 保育士による育児相談日)</p>	<p><ほかほかつどいの広場講座> まめっこクラブ 対象：1歳～4歳くらいの親子 一緒に遊んだり、情報交換したり・・・ 偶数月1回 10:30～12:00 ぴよぴよサロン 対象：1歳くらいまでの親子 奇数月1回 10:30～12:00 水戸市福祉ボランティア会館 (ミオス 2F) ○どちらも参加費無料</p>
<p>読書サロン ぐるぐるぷら 対象：大人 毎月1回不定期 10:30～12:00 フィンランドの子育て etc・・・ 日程、場所はお問い合わせ下さい。</p>	<p>遠足クラブ 対象：子ども～大人 毎月1回程度 いろいろなところに遠足に出かけます！ 会員無料、一般参加は、大人300円、子ども200円(保険料、事務手数料など)</p>
<p>室内ゲームの会「On the table」 対象：小1～大人 毎月1回、日曜日 (不定期) 10時～15時 水戸こどもの劇場事務所で、カードゲームやボードゲームでたのしく遊びます。 参加費：無料</p>	<p>ほっと！HOT！スクウェア ファミリー情報番組 毎週土曜日 15時～16時 毎週火曜日 (再 15時～16時) スタッフはみんなお父さんお母さん、生活の中で気づいた疑問、得た情報を放送中です！ ラジオFMぱるるん 76.2MHz 放送中！ *スポンサーも募集中！</p>

会員募集中!

入会は、子どもから大人まで。

正会員	入会金	500円
	月会費	1,000円
活動会員	年会費	3,000円
登録会員	年会費	1,000円
	(大人のみ) 学生無料	
賛助会員	一口	5,000円～

<賛助会員の皆さん>

賛助会費も寄付になります。
いつもありがとうございます。



石川クリニック様、河和田幼稚園様、東栄観光開発(株)様、乳がん仲間の小さなおしゃべり会 momo 様、水戸吉沢小児科クリニック様、サンライフ・サンフーズ様、偕行商事様、水戸産業医事務所様、モダンデンタル中庭歯科医院様、(株)東和様、(株)ハース様、雨宮則子様、出澤貴子様、井上多加志様、掛札千聡様、井上瑞穂様、岩田みなみ様、内桶純子様、加藤智明様、河原井忠男様、軍司忠之様、桜井大介様、篠田牧様、杉野美子様、鈴木由尚様、柳橋剛様、田中光彦様、中根昭次様、中根一昭様、野口祥子様、袴塚雅彦様、真家彰様、前河咲子様、森田直幹様、森田大輔様、Mobile Way 久下沼洋子様、砂川光造様、サルワル沙耶佳様、依田明保様、清水謙吾様、仲根泰子様

(順不同・5月末現在)

事務所 MAP

細い道なので
ご注意ください

Here!!
つきあかりです

- カスミ側から1つ目の信号を左折です。
- 駐車場あります(台数に限りあります)

住所: 茨城県水戸市見川 2-82-11

●訪問型病児保育のご案内● 対象: 水戸市居住の生後6ヶ月～小学生までのお子さん

水戸市受託事業として水戸こどもの劇場が実施しています。(事前登録が必要です)

病気のお子さんを、研修を受けたスタッフが登録のあったご家庭に伺って見守ります。

*登録会を開催しています。日程・詳細についてはお問い合わせ下さい。TEL029-255-0908

★ 寄附は随時募集しています! ★

認定 NPO 法人等に寄附をすると、所得税(国税)の計算において、寄附金控除(所得控除)又は税額控除のいずれかを選択して確定申告を行うことにより、所得税の控除を受けることができます。

【算式例】 寄附金の額の合計額 - 2,000円 × 0.4 (40%) = 寄附金控除(所得控除)額

(注)寄附金の額の合計額は、総所得金額の40%相当額が限度です。

(詳しい減税額は税務署、各自治体窓口にお問い合わせ下さい)

<広告>

「安心・丁寧」プロにおまかせ!

きれいに住まいる

キッチン・エアコン・浴室・ガラス他、店舗・オフィスのクリーニングもお任せ下さい!

ご相談、お見積もりは無料です。いつでもお気軽にお電話ください。

029-255-0126



おそうじ車舗

水戸河和田店

小堀巖美容室

COUITURE

小堀巖美容室クチュール

ヘアメニュー

○新規割引 カット1,000円 off

パーマカラー2,000円 off

○学生割引 20% off

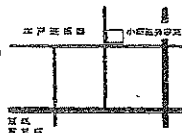
住所 水戸市五軒町1-2-5いすゞビルMF
芸術館通り交差点角の全面ガラスの店

電話 029-221-3071

ホームページ <http://www.kbriwao.co.jp>

成人式振袖写真パック 58,800円から

エステ・育毛メニューもあります



～障がい児の笑顔あふれる毎日を!～

<発達支援教室>

●放課後デイサービス●児童発達支援事業
一般社団法人「クオリティ・オブ・ライフ」では、障がい児を対象にダンスや音楽療法を中心とした集団活動を行っています。

那珂支援教室 (那珂市飯田)

水戸支援教室 (水戸市中丸町)

赤塚支援教室 (水戸市赤塚)

TEL 029-291-6603



カイロプラクティックで健康 UP!

～ご予約お待ちしております～

石岡市 南台カイロプラクティック

真家智子 電話: 0299-27-1028
携帯: 090-6134-5835

●施術料: 5,000円

(初回7,000円はこの広告で2,000円割引です)



*カイロは体のゆがみを治して、本来持っている自然治癒力を高める療法です。肩・腰・膝などの痛み、しびれや姿勢が改善して、体が楽になったと喜ばれています。

中古車購入 衝撃のシステム

- 毎週10万台以上のオークション出品車両から、お気に入りのクルマをお選びいただけます。
- オークション出品車両を直接買い付け、お客様にお届けしますので、中間マージンの大幅カットによりとにかく安い!
- 出品票・評価点オープンで厳格な品質チェックにより、安心してクルマをお選びいただけます。
- 1年間無料ロードサービス付き

お気軽に遊びに来てください。スタッフ一同、心よりお待ちしております。

お問い合わせはフリーダイヤル 0120-977-380
中古車情報館 スーパーオークション水戸河和田店
水戸市河和田町3035-14

営業時間 10:00~20:00 定休日 月曜

吉田石油

50号バイパス・岩間街道交差点内



安心と信頼の真心サービス

ソフトQ2車

(そふと・きゅうきゅう・しゃ)

国土交通省免許「関自旅二第1054号」/水戸市消防本部認定「第3号」

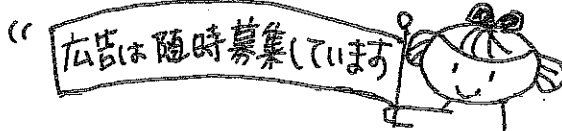
こんな時に「ソフトQ2車」がお役に立ちます

- ・退院、通院、転院、一時帰宅される時。
 - ・リハビリ・温泉治療などに出かけられる時。
 - ・空港や駅から自宅などへ寝たまま移動が必要なとき。
 - ・足の不自由な方が車イスで冠婚葬祭にご参列される時。
- 緊急性の少ない人を有料で搬送するサービスです!

完全予約・受付時間9:00~18:00年中無休

<http://softq2.sakura.ne.jp/>

TEL 029-224-5992



★志学塾★☆☆

ISJ 志学塾/友部校

生徒募集中!

塾の原点は、生徒と講師のコミュニケーション「対話」にあると考えます。将来のために、今、何をしなければならないか、それを生徒と一緒に考えていきたいと思っています。

まずはお電話下さい。

学習・進学指導歴30年の塾長がご相談に応じます。(13:30~受付 日曜祝日休)

ISJ 志学塾/友部校 (志学塾 STEP) 0296-70-5122

笠間市東平2-4-3 田中ビル2F

駅前児童公園隣 常陽銀行駐車場隣