

こすもすステーション

Vol. 2
2014年6月号

こすもすくらぶは、自分自身の障がいや病気に向き合う人が、それぞれの目標を見つけ、そこに向かう準備をする場所。「私たちのこれからの人生の出発点」という意味を込めて、この名前をつけました。

～当事者研究発表会～

私の生き方における課題の研究

1年間の学習のまとめとして、当事者研究会の発表会を開催しました！（文章担当：利用者 I, S, M, Y）

当事者研究会とは

障がいや病気の当事者は、一般的に、弱く、専門家から支援をされるばかりだという印象を持たれがちです。しかし、当事者研究会は、当事者である私達が、自身の困難と向き合い、理解して、自分自身の専門家になろうという考え方をします。そして、さまざまな困難を当事者目線で研究し、問題解決を目指す取り組みです。



今回は、発表の共通テーマを「私の生き方における課題」と設定し、4名のメンバーが自己研究した結果を発表しました。

ドキドキしながらの発表

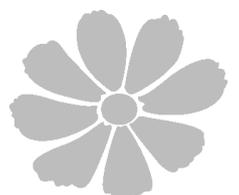
発表会を聞きに来て下さった、外部の支援者や㈱コスモスのスタッフや利用者など約20名を前に、4名の発表者全員がとても緊張した様子でした。発表者のHさんやYさんは、自身の困難を分析し、そこから変化しつつある現状に触れ、「当事者研究で、自分を肯定する気持ちが生まれた」「こすもすくらぶで仲間や当事者研究と出会い、社会復帰への意欲が出てきた」と、自分の変化の様子を報告されました。また、NさんとTさんは、自身の困難の連鎖を図やグラフで表し、「過去のしんどかった経験をすこしずつ消化し、未来に向かって改善したい」「（他者か

ら刷り込まれた自己像に縛られていたが）これから本来の自分らしい自分を取り戻していきたい」と笑顔を見せながら話していました。

「以前とは比べものにならない変化」

4名の語る困難な過去や、当時の思いは、どれも本当に苦しただろうと想像できるもので、参加者は終始真剣な表情で聞き入り、時折、深く何度もうなずいたり、涙を流しながら聞く人もいました。また、発表後の質疑応答の時間には、「以前の姿とは比べものにならないほど変化を感じる」「ここでの成長が日常生活の中でも自信につながっているようだ」などの感激の声が発表者に送られました。

最後に、研究会を指導していた藤木先生から、発表者への称賛の言葉と当事者研究会への思いが語られました。「社会や科学技術は日々進歩していく一方、そこに適応できずに苦しむ人達がどんどん置き去りにされていってしまう。そんな中で、4名の発表者が苦しみながら自己研究をし、この発表を成し遂げたことは、大変な偉業だと思います」。藤木先生の言葉を全員がそれぞれの立場で噛みしめ、最後は4名の発表者に対してたくさんの拍手が送られました。



メイクアップで大変身☆

平成 26 年 1 月、3 人の美容師さんを招いてメイクとヘアアレンジの体験会をしました。

メイクは、女性が社会に出る際に必要な身だしなみの一つであるだけではありません。新しい自分発見や気分転換の方法になるなど、自分を好きになるきっかけを作ってくれます。

参加した 9 名の訓練生の中には普段メイクをしない人もいましたが、その人達には美容師さんが優しくアドバイスしたり、お手本を見せてまわります。皆さん、メイク道具を握りしめ、ドキドキしながら鏡をのぞき込んで挑戦していました。

ヘアアレンジしてもらったメンバーも大賑わいです。どんな髪長の長さの人も、美容師さんの手にかかれば、

あっという間に素敵に変身していきます。編み込みやヘアアイロンを使ってどんどんアレンジしていく美容師さんの姿は、まるで「魔法使い」。鏡に映る、いつもと違う自分を見つめ、どの訓練生も素敵な笑顔でした。

(文章担当：利用者 K, K, H)



ペットボトルのキャップでボランティア

皆さんは、ペットボトルのキャップで世界の子供達に病気を予防するワクチンを贈るボランティアができることをご存知ですか。

こすもすくらぶは、利用者さんの発案でこのボランティア活動を 2013 年 12 月から開始しました。回収したキャップは、地域の社会福祉協



議会へ持って行くと、そこからリサイクルメーカーに売却されます。その利益がユニセフなどワクチンを送る団体に寄付され、

そして途上国の子供達にワクチンが届きます。

より多くの人に活動を知ってもらいたいと思い、<コスモス>ケアサービスの利用者さんにも協力を呼びかけたところ、この半年で約 2,850 個のキャップが集まりました。これは BCG(結核)のワクチン 10 本分になります。

少しの意識と行動を変えることが、世界の子供達の命を救うことに繋がるので、これからもこの活動を続けていきたいと思っています。

(文章担当：利用者 N, N)

〈編集後記〉

- * 沢山の発表、話し言葉をまとめるのは難しかったですが、みんなで新聞作りをして楽しかったです(I, S, M)
- * 文章を分かりやすくするのが大変でしたが、リサイクルの大切さを学び勉強になりました(N, N)
- * 思っていることを文章にするのは難しかったですが、完成した時はうれしかったです(K, K, H)

