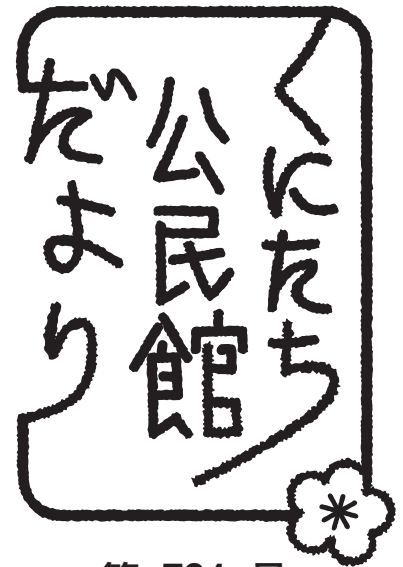


「しょうがいしゃ青年教室」は40周年を迎えました！

昭和55（1980）年、しょうがいしゃ青年教室は誕生しました。しょうがいのある人も、ない人も、ともに集い・学び・楽しむ。コーヒを片手におしゃべりするように、たくさんの人と仲間になれたら……そんな想いが少しずつ積み重なって、今年40周年を迎えます。



第 724 号

2020年 6月 5日
(令和 2年)

「くくにたち公民館だより」
ホームページの QR コード ▶



しょうがいしゃ青年教室は、7つのコースに分かれて活動しています。スポーツ、クラフト、料理、リトミック、陶芸、公民館内の喫茶わいがやで行う喫茶実習、ひとりやらないことをみんなで考え実行する講座（Y・Y・W）。現在参加しているのは、60数名のしょうがいのあるメンバーと、高校生から若手社会人までの、企画・運営に関わるボランティアのスタッフたちです。活動の拠点は、喫茶わいがやの奥にある「青年室」。メンバーとスタッフは、公民館が開いているときはいつでも自由に集うことができます。

青年室を拠点に、メンバーとスタッフは様々な活動をしています。全体で行う、夏企画やクリスマス会、合宿といった年間行事。自分たちで企画をして広く参加者を募る、「青年講座」。パンづくり、山登りといった「自主活動」……。



ごちゃごちゃした雰囲気もまた魅力です（青年室）

しょうがいしゃ青年教室と連なるこれらの活動は、「喫茶わいがや」も含めて「コーヒーハウス」と呼ばれています。

今回は、現在活躍しているスタッフに、「わたしにとつてのしょうがいしゃ青年教室」を綴ってもらいました。40年という長い歴史と、これから育んでいく未来に向かって。しょうがいのある・なしを超えた活動の魅力の一端をお伝えできればと思います。

発行
国立市公民館
〒186-0004
国立市中1-15-1
TEL 042-572-5141
FAX 042-573-0480
休館日：毎週月曜日

6月2日から公民館を開館しています

大変ご不便をお掛けいたしました。ご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。今後の動向により、開館日や開館時間に変更があった場合は、公民館入口付近への掲示や、ホームページでお知らせいたします。ご不明の点はお問合せください。



公民館の状況 ▲



公民館の「アンネのぼら」が今年もまた綺麗に咲きました。みなさまと、また公民館で集い学べることを心待ちにしています。

公民館 ☎ (572) 5141

『また行きたい、青年室。』

館 真理恵

まず、しょうがいしゃ青年教室の40周年、誠におめでと〜うございます。40年間かけてこの「居場所」を作ってくださいました皆様に、感謝と敬意を表したいと思えます。

私が関わり始めたのは2014年ですが、それでもたくさんのお出迎えがありました。だから40年というとてもすくいらんなことがあったんだろうなと思います。その一つ一つの積み重ねが今につながっていると思うと、なんだかしみじみしますね。

さて、さきほど「居場所」という言い方をしましたが、居場所って一体何でしょう。「青年室」という部屋も実際にはありますが、部屋はあくまで1つのツールであり、部屋単体で居場所になる訳ではありません。この原稿を書いている5月現在、新型コロナウイルスの影響で公民館は休館、青年室は使うことができません。でも、それぞれの人がそれぞれの場所で「世の中が落ち着いたら、また青年室に行きたい！」と願っている。居場所とは、また行きたいと思える場所です。青年室という居場所は、もともとはみんなの心の中にあるんです。そんなみんなの想いが合わさって、たまたま目に

見える形として現れているのが、部屋としての青年室なんだろうと思っと思っています。

実は私は大学卒業後に地元の富山県に戻っており、青年室に行けるのも年に2回ほど。それでも行けば、久しぶりに行ったことを全然感じさせない居心地の良さがありません。なかなか訪れることができなくても変わらず私の「居場所」になっているのは、まさに私が「また行きたい」と思っているからだと思います。でもそんな青年室に行くようになったのか、少しお話をさせてください。

当時、大学で生涯学習を専攻しており、実習のため国立市公民館にきました。初日はすごく緊張していたことを覚えています。そんな私に優しく声をかけて、青年室の先輩としていろんなことを教えてくれたのが、いよいよ青年教室のメンバーたちでした。教えたり、教えられたり。助けたり、助けられたり。

そんな風に持ちつ持たれつ、お互いを必要としあう関係だからこそ「みんなに会いたい」「また行きたい」と思えるのです。

みんなの「また行きたい」という想いを40年間吸収しつづけ、「居場所」として歩んできた青年室。今後また皆さんの人の「また行き

たい」を優しく受けとめて、そして糧にしていってもらえたらなと願っています。私の「また行きたい」も、ぜひ受けとめてください。また行きます。



夏企画で熱演！(ウクレレ奏者が館さん)

『自分にとってのしょうがいしゃ青年教室』
大久保芽衣

私の活動の中心はわいがやです。わいがやには年齢も性別も個性も様々な人が来ます。とても同質性の低い場所です。だからでしょうか、場の空気というものに捉われない人が多いと感じます。わいがやの仕事でもお構いなしに声をかけてくる人もいれば、シリアスな話の途中に渾身のギャグを放ってくる人もいますし、話しかけないでオーラが出まくってる人に平気で話しかけまくる人もいます。正直、困惑することもありました。

《しょうがいしゃ青年教室40年のあゆみ》

- 一九六〇年 「商工青年学級」開講。
- 一九七五年 第一回「コーヒーハウス」が開かれる。「たまり場」として、コーヒーを飲みながらワイワイガヤガヤ青年たちが自由に語り合う。
- 一九七六年 「手をつなぐ親の会」、障害者青年学級開設を要望。日曜日の昼間「サンデーコーヒーハウス」開催。
- 一九七七年 3月 公民館長、公民館運営審議会に「障害を持つ青年に教育の機会を保障する方針について」諮問。7月答申。「国立市における障害を持つ青年の生活実態と意見・希望」調査実施。
- 一九七八年 公民館リニューアルオープン。障害者の実態調査を受けて、青年たちを中心に喫茶コーナーを作る計画を立て始める。
- 一九七九年 「陶芸班」「レクリエーション班」「訪問班」「学習班」「園芸班」の5コースができる。
- 一九八〇年6月29日 障害者青年学級が始まる。「陶芸班」「レクリエーション班」「訪問班」「学習班」「園芸班」の5コースが出来る。
- 一九八一年 7月20日喫茶コーナー「わいがや」設置。「喫茶実習」も追加され6コースとなる。
- 一九八二年 「園芸班」活動休止。
- 一九八三年 「陶芸班」が「工芸班」に変更。「リトミック」が始まる。
- 一九八五年 「リトミック」が始まる。
- 一九八六年 「料理講座」「英会話」が商工青年学級と合同で始まる。
- 一九八八年 青年学級振興法の枠を外し、名称を「青年教室」へ変更。
- 一九八九年 「訪問班」が廃止。「工芸班」が廃止となり「陶芸講座」が始まる。
- 一九九〇年 新たに「障害者成人教室」が開設。障害者青年教室は「英会話」が廃止となり「木工講座」が追加。
- 一九九一年 「木工講座」が廃止。
- 一九九八年 「障害者成人教室」と「障害者青年教室」を統合。「障害者青年教室」の名称となり「学習班」「生活講座」を解体代わりに「クラフト」「スポーツ」「話し合い」の3コースを追加。計8コースとなる。成人コースとして「ワープロ講習会」を開始。
- 一九九九年 「話し合い」コースが「自分の生活を楽しく考える(企画編・実行編)」の愛称が「YWW」に決まる。
- 二〇〇〇年 「自分の生活を楽しく考える(企画編・実行編)」の愛称が「YWW」に決まる。
- 二〇〇三年 わいがや20周年記念冊子『わいがや大百科』発刊。
- 二〇〇五年 国立市しょうがいしゃがあたりまえに暮らすまち宣言。
- 二〇〇七年 「しょうがいしゃ青年教室」の表記になる。「YWW」の企画編・実行編が1つに統合。各コースが現行の7つになる。
- 二〇一五年 「全国喫茶コーナー交流会(くにたち)」開催。

自分にとって「空気を読む」というのは息をするように自然に身に付いた、人とうまくやっていくための術だったからです。



公民館にコーヒーの香りがふわりと漂います(喫茶わいがや)

ある日のことでした。青年室にて唐突に放たれた場の空気に捉われない自由な言動。それを受けた周りの反応は私が危惧したものは違っていました。思わず顔が緩む、タメ語が出る、緊張が溶けていく…。なんとというか、人々の顔に、そしてそれを取り巻く空間に色がついたように感じたのを覚えています。その瞬間私は「ああ、この人たちとはきっと仲良くなれる」と思ったのでした。

距離が縮まることはありません。人々の顔に、空間に色を感じ取ったあのとき、それはきっと無機質な盾の向こうに生身のその人の姿を見出した瞬間だったのではないかと思います。「空気を読まない言動」にはきつとそういう力があるのではないのでしょうか。それは様々な個性を持つ人々が集うからこそ出来る関係性の魅力の一つであると感じています。



青年室で「仲良し！」(向かって右が大久保さん)

「自分にとってしようがいしや青年教室とは何なのか」。この問いに対して簡潔な答えを用意するのは今の私には難しいです。それは、私はこの青年教室で他の場所では得られないような体験を日々経て、そのひとつひとつが簡単には言葉に表すことができないほど私の心の奥深くを揺さぶり続けているというこの表れでもあります。ただ一つ現時点で確信していること、それはしようがいしや青年教室のこのほわほわした居心地の良い空間が大好きだということです。

この場を守り、繋いでいきたいと思っています。

『手を動かし作るといふ事』



太田 文

ビリビリビリビリ。何度も手を動かし、細長い布を沢山作る。自分達の着ていた服を再利用する。メンバーさんは、何色が好きだろうかと思いつく。

クラブ講座で布を使い実際に作って履ける草履を作ってみてはどうだろうか、自分達の着古した服を持ち寄り、当日迄に何度も布を裂いた。ジョキジョキはさみに伝わってくる振動と共にIさんが言った「案外はまりますね、布が切るのがつて」。そうなのかもしれない。手を動かしてそれと共に周りの人と話しながら、布の感触を感じるのと共に無口になる。自分の世界に入る。無心で一つの工程を皆でやる。それはなかなか心地よい作業だった。どの程度の用意をして、どの点を説明すればわかりやすいのかが自分でもよくわからなくなり、手順を紙芝居にして当日に臨んだ。この布だけで、足りるだろうか。

皆さんどうやって作るかな? 作業的には難しいだろうか。もやもや

やと不安が頭をかすめるが、そんな心配は無用だという事をスタートして10分もすれば知る事になる。ハンガーに太い紐を通し土台にする。布を機織りのように、行ったり来たりさせながら、足の部分は出来上がっていくのだが、参加されているメンバーさん、一回工程を覚えると、早い手捌きでどんどん作業が進んで行く。Iさんは、編み目もとてもきつちりとして物凄く丁寧にして黙々と行っていた。Y君は、時折気分転換に席をはずしながらも、はっきりとした色合いを選びながら、終始笑顔で「いいのが出来ました」と、何度も足に当てながら、仕上がりを楽しみにしている様子が伝わってきた。参加していたスタッフのKさんに至っては、身体を小さくしながら真剣に作業していたのが印象的だった。そんなそれぞれの個性が混じり合うのが、このクラブ講座なのではないだろうか。

いつも、ここでは気持ちが癒されていくのを感じる。日頃忘れてしまっている何かを思い出すような、そんな空間なのである。それは、多分すべてにおいて丁寧に関わるという事なのだと思う。相手を思い形に変え、その工程を丁寧に扱う事は普段分かってはいるが、忙しい毎日の中で、横に置いて、

全く違う方向へ全力疾走しているような日々の中で、このクラブ講座では、手を動かし完成するまでに一緒の場でああでもない、こうでもないというつたりと会話をしながら完成形に向かうその時間、メンバーさんの性格や抱えている気持ちや垣間見る事もあり、そして様々な個性が私たちの個性と混じり合いその場の空気が生まれ、その空気が心地良いと感じる事が出来るように、私たちは楽しむ事を大切に考えている。多分それはずっと引き継がれている魂のようなものではないだろうか。私たちは毎日殺伐とした社会の中에서도、あくせくしているが、この青年室で行われている作業を通して、この空間を大事に思い、また次に来たいと思う場所になっているのだ。それが居場所という事なのかもしれない。



紙芝居で工程を説明(太田さん)

『少しの勇気で拡がるであ』
『新しいイロにかわっていく』
川田幸生 かわちあきお

地方出身者の私にとって、しょうがいしゃ青年教室は生活に彩を与えてくれるものでした。活動に参加するまでは、家と学校の往復だけで道を歩いても知らない人だらけ。思い入れもない、色のない景色でしかありませんでした。偶然友人に声をかけてもらって、コーヒーハウス行事のソフトボール大会に参加しました。スポーツで汗を流せた以上に、大会後の打ち上げで交流をしたことがとても思い出になっていきます。世代や所属の違いはもちろん、しょうがいの有無に関係なくつながりができたことが現在まで活動に継続的に関わっている一因だと考えています。ソフトボール大会に参加した次の年からは料理講座(しょうがいしゃ青年教室にはいくつかの講座があります)に参加し、自主活動のパン部に参加したり...と参加の幅を広げていきました。活動ごとに参加している人々は違うので、自分が新しく一歩踏み出して新しい活動に参加することで、新しい出会いがありました。

出合いが多くなれば楽しいこと
が多くなる一方、時には大人数で参加している故の課題に直面したりもします。一人だけの私的な活動であれば、嫌なことがあれば見なければ済む問題もあるかもしれませんが。つつい嫌なことからは目を背けたくなりますよね。それでも、一人だけでは課題に取り組みむのが億劫でも大人数で取り組むとその負担は分散され、少しずつ改善されていくことも経験しました。「一人ではやりにくいことでも、大人数だからこそできること」があるのだな、と活動を通して改めて実感できることが増えてきました。

例えば、活動に参加している青年が講座を職員さんと一緒に企画できる「青年講座」というものがあります。しょうがいしゃ青年教室の活動に参加している人はもちろんのこと、地域の青年向けにも参加を呼びかけるため、新しい繋がりがうまれる機会にもなります。普段様々な工夫で講座を企画・運営してくださっている職員さんの活動をちょっぴり体験できるのも青年講座の面白いところ。
関心に合わせて活動を選んでいくことは、パレットに絵の具を出していくことに似ていると感じることがあります。取りだした状態の絵の具が別の色と混ざること



料理講座「下ごしらえもまた楽しい！」
(左から3番目が川田さん)

新しい色に変わっていくことがあ
ると思います。重ねることで自分
が想像していなかった色に変わっ
ていくこともあります。しょうが
いしゃ青年教室の活動では、しょ
うがいの有無に関わらない活動・
交流を通して自分の価値観とむき
あったり、変化していく経験をす
ることがあります。
他の人の価値観に触れることで、
自分が予想もしていなかった自分
に変わっていく経験をしました。
活動を続ける中で予想しない変化
が起ることは、時には不安が生
まれるかもしれませんが、個人的
にはそのことをとても楽しく感じ
ています。
コロナ禍の中、いつからいつも
の活動が戻ってくるのかまだまだ
わからない状況ですが、事態が収
まったあとに、公民館を通じて新
しい出会いがありますように。

公民館 × 若者 = 『おもしろい!』
『しょうがいしゃ青年教室』『喫茶わいがや』一緒に活動するボランティア大募集中!!



しょうがいのあるなしを超えて学びあい楽しみあうことを目指して活動しています。ボランティアのスタッフは、活動の企画・運営を協力しながら行います。月1回からでも、未経験でも大丈夫! まずはお気軽にお問合せください。

申込・問合先(随時) 公民館 ☎ (572) 5141
✉ sec_kominkan@city.kunitachi.lg.jp

- 〈ボランティア募集中のコース〉
- 料理 さまざまな料理をこだわって作ります。
 - クラフト オリジナルのアートや工作を作ります。
 - Y Y W 参加者みんなで企画を相談し、実践します。
 - スポーツ さまざまなスポーツにチャレンジします。
 - 喫茶実習 「喫茶わいがや」でコーヒーを淹れたりします。市民団体の運営で休館日以外の12時~18時に開店します。



毎年楽しみな合宿!

* 8月は夏休み、クリスマス会や合宿などイベントもあります。



メールのQRコードだよ





「自宅 de 公民館」してみませんか？



新型コロナウイルス感染症対策による自粛の呼びかけ中や、これからやってくる梅雨の時期、皆さんはご自宅でのように過ごされますか？時間を持って余ってしまった、閉塞感を感じている方もいらっしゃるかもしれません。

そんな「おうち時間」の一時を、例えば「くにたちブッククラブ」で取り上げられた作品を読んでみるというのはいかがでしょうか？

「くにたちブッククラブ」は、毎年参加者と、講師の紅野謙介さん（日本大学）とて幅広いジャンルの作品を課題図書として選んでいます。家にいながら時空を超えた世界を味わえると思います。昨年度と今年度の作品をご紹介します。

〈言葉に寄りそい時間を超えよ〉(2019年度)

昨年度取り上げられた本です。さまざまな場所で、さまざまな時代背景を生きる登場人物を通して、「生きていく」ということを感じてみませんか。

- 滝口 悠生 『愛と人生』（講談社文庫）
- 橋本 治 『桃尻語訳枕草子上』（河出文庫）
- 多和田 葉子 『猷灯使』（講談社文庫）
- 城山 三郎 『辛酸』（角川文庫）
- 蓮實 重彦 『伯爵夫人』（新潮社文庫）
- 古処 誠二 『中尉』（角川文庫）
- 平野 啓一郎 『ドーン』（講談社文庫）
- 色川 武大 『怪しい来客簿』（文春文庫）

〈空間を超えて世界と向き合う文学〉(2020年度)

今年度の作品です。これから開催されますので、この機会にぜひお読みください。

- 西 加奈子 『i』（ポプラ文庫）
- 沼田 真佑 『影裏』（文春文庫）
- 東山 彰良 『流』（講談社文庫）
- 井上 靖 『敦煌』（新潮文庫）
- 柴崎 友香 『わたしがいなかった街で』（新潮文庫）
- 宇野 千代 『色ざんげ』（岩波文庫）
- 石川 達三 『生きている兵隊』（中公文庫）
- 小野 正嗣 『九年前の祈り』（講談社文庫）

〈くにたちブッククラブ 空間を超えて世界と向きあう文学〉

6月実施分延期のお知らせ

6月11日（木）に予定していましたブッククラブは、新型コロナウイルス感染症対策のため延期とさせていただきますことになりました。すでに延期になりました5月分と6月分の変更後の日程につきましては、決定次第、公民館だより、ホームページでお知らせいたします。

一緒に「読み」を共有しましょう！



ホームページもご覧ください！

『自宅 de 公民館(講演要旨)』

これまでに、公民館だよりで掲載した講演要旨を現在ホームページにまとめています。下記のほか、全16回分を掲載中です。

ご自宅にしながら、講座の主旨や雰囲気を感じていただければと思います。ぜひご覧ください。



自宅 de 公民館▲

講演名	講師名
図書室のつどい 「財政から読み解く日本社会」	井手 英策 (慶應義塾大学)
図書室のつどい 「ゴリラを通してヒトを知る」	山極 壽一 (京都大学)
プラスチックの行方 —家庭から海洋へ、そして食卓へ—	高田 秀重 (東京農工大学)
図書室のつどい 「哲学と憲法学で読み解く民主主義と立憲主義」	國分 功一郎 (高崎経済大学) 木村 草太 (首都大学東京)

※講師情報等は掲載当時のものです。

〈公民館の窓〉 本の楽しみ



くにたちブッククラブでは1年間に8冊の本を取り上げます。参加者はあらかじめ作品を読んで、「読み」を出しあい、講師のお話も伺います。どの本にするかというのは参加者とともに決めていて、今年度は「空間を超えて世界と向き合う文学」をテーマとしました。

参加者から毎回本の感想を伺うのですが、同じ本でもこんなに感じ方や解釈が違うのかと驚かされます。また、描かれているものの背景、著者の経歴や関連作品からどんなことがつかめるかといった講師のお話は毎回とても興味深いです。

(T・T)



会場調整会のお知らせ

6月6日(土)に開催予定だった会場調整会は中止とさせていただきます、以下の方法で受付をいたします。

●6月分の会場申し込みについて

6月7日(日)までは随時受付を行っています。
6月9日(火)～6月30日(火)の使用分
…6月9日(火)朝9時から申込先着順で受付。

●7月分の会場申し込みについて

6月11日(木)までに公民館1階入口正面にある会場別ポストに投函してください。
重なりのある団体には、事前に電話で連絡しますので、6月13日(土)朝10時から、公民館地下ホールで開催します会場調整会にご参加ください。重ならない団体には連絡いたしませんので、6月14日～末日の窓口受付時間内に、公民館2階へ本申込みにお越しください。
調整会後の申込みは、調整会当日の昼2時(電話での仮予約は昼3時)から公民館2階にて受け付けます。

●8月分の会場申し込みについて

投函期間：6月13日(土)調整会終了後～7月2日(木)
会場調整会：7月4日(土)朝10時～
※開催方法等は、7月分と同様で、重なりのある団体には、事前に電話で連絡します。

当面の間、調整会へのご参加はできるだけ1団体1名の方が、うがい・手洗い・マスク着用等の感染症対策のうえ、第1希望が取れなかった場合の別の候補日や会場も想定して、活動日を決定できる方がご参加ください。

●会場使用の際のお願い

3つの密を避けましょう

密閉空間、密集場所、密接場面とならないよう、換気や使用人数、座席配置等ご配慮ください。またマスクを着用し手洗い等のご協力をお願いいたします。

会場の人数は従来より縮小した定員数で貸出しします。詳しくはお問合せください。

今後の動向によっては、掲載の内容が変更になる可能性があります。

公民館正面玄関に掲示または、ホームページにてお知らせいたしますので、ご確認ください。

ご不明の点はお問合せください。

公民館 ☎ (572) 5141



会場の利用方法と調整会について▲

「ひろば」欄掲載サークル募集

「ひろば」欄は、市内の団体・グループ活動のお知らせの場です。7月号の原稿の締切りは、6月10日(水)午後5時までです。公民館備付けの原稿用紙に団体名・サークル名を含めてお書きください。氏名にはふりがなをふってください。会員募集は6ヵ月に一回掲載することができますが、紙面の都合により翌月掲載となることがありますので、ご了承ください。

〈サークル訪問344〉 北浦吹矢の会

市が介護予防にと行った「スポーツ吹矢」の催しに参加した有志が、13年前この会を立ち上げた。くにたち北市民プラザを中心に活動しているが、取材をした日は公民館。地下ホールを訪れると「スコン！」という矢が的に当たる軽やかな音がする。

「級・段」別に6～10メートル離れて内枠33センチ四方の的を狙って矢を放ち、その得点を競う。競技は1ラウンド5本、通常は6ラウンドを吹く。

筒と矢はそれぞれ自前とのこと。筒は長さが120センチもあるので、さぞ吹くの力がいるのではと思ったが、持つと筒も矢も驚くほど軽い。

皆、吹く前後に礼をし、筒を高く持ち上げてと、同じ動作を繰り返している。これは「基本動作」と呼ばれるもので、独特の呼吸法だ。筒を持ち上げた時に3秒で息を吸い、9秒で下げながら吐き、吸いながら水平に構えて吹く。後は6秒で呼吸を整えながら下ろす。「吹矢道」と呼びたくなる流れるような動作だ。

所属する「日本スポーツウエリネス吹矢協会」が腹式呼吸を取り入れた吹矢式呼吸法を競技吹矢と



呼吸を整え集中して矢を放つ

して確立させた。全日本選手権では、この基本動作も得点の対象になるという。9月には体育館で「くにたち大会」も開催予定なので、皆練習に余念がない。

大きく腹式呼吸をするので健康にも良いのではとメンバーに尋ねると、「姿勢が良くなったし、風邪もひかなくなった」とのこと。「何より楽しくやるのが長続きのコツです」とは公認指導員の資格を持つ武田豊基さん。

現在メンバーは22人。一度見学すると吹矢のイメージが一変するかも。入会金1500円、月会費1000円。

日時と場所 毎週月曜昼1時30分～5時(北市民プラザ)、曜日不定2時～5時(公民館)
連絡先 武田090(2631) 4415
〈文・写真 西尾万樹〉