



まごころドーナッツより

Vol.24

2024年7月発

・はたらく大人と出会う会 ～高齢者施設のおしごと～

6月の「はたらく大人と出会う会」のゲストは、小規模多機能型居宅介護（ライフサポート）、認知症対応型共同生活介護（グループホーム）、地域交流スペース（キングスカフェ）の3つの働きを展開している「東中野キングス・ガーデン」の施設長 渡辺三郎さんにお越しいただきました。お忙しい中、快く引き受けて下さった原稿をご紹介します。



ひよんな縁で「はたらく大人と出会う会」のスピーカーを依頼され、お話をさせていただきました。私自身の生い立ちから始まり、前職のこと、福祉のこと、やりがいや大切にしていること等々。

若い方から年配の方まで、話を真剣に聞いていただき、受け止め、質問・感想をいただくというのは話す側も多くの恵みがあるものだと実感しました。一人ひとりの感想が今も心に残っています。私自身お菓子作りが趣味ですが、それについても大変興味を持っていただき、まごころドーナッツと東中野キングス・ガーデンで良い形でコラボレーションができることを期待しています。

最後に、東中野キングス・ガーデンで取り組んでいるケアの一つとして看取り介護や死生観について

も話し、ワークショップでは「もしばなゲーム※」をしました。それぞれの死への想い、人生観について覗き見ることができ、幸いな時間となりました。

※「人生の最期にどう在りたいか。」を語り合うツール

今後もぜひ、かわりを持ち続けていきたいと思えます。次回はぜひ東中野キングス・ガーデンに皆さんでお越しただければと思います！お菓子教室をしましょう^^

（東中野キングス・ガーデン 施設長 渡辺 三郎）



・音楽の時間

6月に始まったばかりのプログラム「音楽の時間」第二回。今回は自由な交流の時間の後、演奏できる方々の演奏をみんなで聴く、という会になりました。

自由な交流の時間は、持参したギターを弾きながらお喋りする方、お目当ての曲をPCで探す方、ギターの弾き方を他の方に教える方…など、賑やかな雰囲気。カタルーベの会や練馬区若者居場所※のメンバーさんもいらっしまったので、参加者の数も多く、初参加の筆者はちょっぴり目がまわりそうでしたが、色んな音がする中、みんな自由に過ごしている様子は、音楽系サークルみたいでちょっと面白い気分になりました。

※ 練馬区若者自立支援事業居場所



演奏の時間では、筆者も一曲弾きましたが、弾くのも、他の方の演奏や歌を聴くのも、楽しかったです。演奏後に感想を伝えること

で、初めましての方や、顔は合わせていたけれど喋ったことがあまりない方と、初めてちゃんとお喋りできたことも、とてもうれしかったです。

言葉だけだと話すきっかけをつかめない相手とも、音楽を通じてなら話が弾む、ということは「あるある」な気がします。言葉の網目からしばしば零れ落ちてしまう感覚や感情を、音楽はすべて丁寧に掬い上げる。だから「音楽の時間」は、人のハートを自然と開かせるのだ（たぶん）。次回以降も楽しい会になるとよいですね♪

（メンバー ray）



・ディベート

今月のプログラムでは、メンバーミーティングで出た「ディベート」が、初めて実施されました。当日参加したメンバーの声を以下に紹介いたします。



○ディベートという企画を設け、いくつかのお題を考えプログラム当日を迎えました。

しかし当日人はあまり集まらず、あゆ自身は雲行きが怪しいなとも感じつつ議事進行をしました。ディベートは案の定うまく行かず、正直なところつまらなかったというのが本音でした。やはり雑談をするように意見を交わして話すのがシンプルに楽しいのだと再確認できた日でした。

(メンバー あゆ)

○学校で触れて以来忘れていたのですが、ここにきてディベートの面白さを再体験することができました。ディベートの構造は整然としていましたし、それぞれが見たり感じたり考えたりしているものの共通点や相違点、色々なことが垣間見えました。そして、ディベートをすることで、ヒトの個性差や対話のトレーニングに成り得るティップスエッセンスが分かってくる、そんな側面もあります。各所でディベート遊びが流行ったら、楽しみが増えて面白くなるんじゃないかと思っています。

(メンバー Dr.ChaosTV)

・メンバーの声『感じるまごどー』

6月号の通信に掲載したところ、じわじわと読者の方から感想を頂けている『感じるまごどー』の後半をお届けします。前半をまだお読みになっていない方は、是非、まごころドーナツのHPにアクセスしてご覧ください。

『感じるまごどー』 後半 — 見えてきた現代社会 —

ある日の事、無駄な時間を感じつつスタッフさんと会話していた。スタッフ「現代社会の流れとしてなんでも合理化をしたがっているんだよ。直ぐに結論を求め過程を疎かにしているね、無駄な話こそ価値があるんだ」siro が考えてた社会の合理化と関係があり考えさせられる内容だった。

行き過ぎた合理化した社会について siro は思っていた（現代社会はいち早く情報を取った者が情報を使いこなし有利になるシステムになりつつある。つまり人間側が情報に振り回されている。そもそも人間の脳の進化は非常に遅く 1 世代でも最低 20 年以上は必要だ。しかし技術の進歩は速く、脳のキャパシティを遥かに超える情報量が目に飛び込んで来る社会にした。脳がキャパを超えると脳疲労により正常の判断ができなくなってくる。具体的例では：スマホを片手にしながら歩行や電車移動、暇があれば sns やログインボーナス、情報に振り回され踊らされた人達。挙句の果てには脳死で動画視聴やゲームだ。sns や動画の流行りにより他人の生き様を正解だと思い込み、他人ベースで自分を評価し自分軸では生きていけない人が増えすぎている。簡単に答えを求め、拡散スピードが速い情報が人間を操っている…)

合理化されすぎた社会では人間が人間を忘れる時が来る。また 2045 年にシンギュラリティが到来すると言われていているらしい。そして今、現在、社会は情報に染まり、人々を乗せた船がバランスを失いつつある。バランスを求められた社会が来るだろう。と「書くのめんどい！！」と嫌々と言いながらも、実は楽しく文章を書いていた siro だった。

終われ

筆者の siro です。現実逃避には問題がありますが、私自身書いていて合理化は正義になっている事に気が付き考えさせられました。心の中では（はよ行動しろ！！次の自分の居場所（仕事）を見つけろ！！ 人生の崩壊まであと少しだ！！）こんな言葉が飛んできています。

何事もバランスって必要ですね。と日々自分の尻を叩いて行動しています。(；´д`)トホホ

(メンバー siro)

中野区若者フリースペース まごころドーナツ

- 【所在地】** 〒164-0011 東京都中野区中央 1-41-2
中野区子ども・若者支援センター（愛称：みらいステップなかの） 4 階
東京メトロ丸ノ内線・都営地下鉄大江戸線「中野坂上」駅 A1 出口から徒歩 2 分
- 【電話】** 03-5937-3664
- 【開所時間】** 火曜日から土曜日（祝日、年末年始を除く）11:30～19:00
※毎月 2 回、不定期で閉所日があります。

プログラムスケジュールや最新情報は、HP にてお知らせしていきます。➔

