



まごころドーナッツより

Vol.38

2025年9月発行

・はたらく大人と出会う会 ～右も左もわからぬまま行き当たりばったり芸歴早15年～



今回は、バイオリン奏者の磯部舞子さんをゲストに迎え、幼少期から現在に至るまでの人生を振り返って話をして頂きました。その中で、バイオリンを演奏して下さったり、音楽をやっているメンバーとギターでセッションするなど中々見ることのできない特別な会になりました。

～以下、参加したメンバーから感想コメントです！～

- ・お金はあるけど、時間はあるという状況が自分と似ていると思いました。
- ・磯部さんの今までの人となりが出てきてとてもためになった。音楽としての知識、演奏が聴けて楽しかったです。感覚での細かい話も聞けて良かったです。人生どんなことがあるか分からないなと気づいた。対応力や考え方も色々あるなと気づいた。
- ・15年のキャリアの中で、自分で信じたスタイルで、突き進んでいき、なおかつ行き当たりばったりの行動力で自分のやりたいように叶えていったという話を聞き、並大抵ではないパワフルなパワーを持った人なんだなと感じとりました。人生は案外、思いきりの行動次第でどんな風にも転がっていくのだなと思いました。
- ・バイオリンが聴けてよかったです。音楽の違いも知れてよかったです。ギター弾けるメンバーと一緒に演奏を即興でしてすごいなと思いました。私も頭の中がごっちゃになることがあるのでわかるなと思いました。私も人に会うのは大切だなと東京に来てから感じるようになりました。食を忘れるくらい没頭できるのはすごいなと、周りを気にせず没頭したいなと感じました。



・若者家族セミナー

8月23日（土）に若者のご家族を対象にしたセミナーを開催しました。今回はまごころドーナッツを利用している若者4名が全編を通して参加し、参加者の方々と一緒に「家族にできること 家族にしかできないこと」について考えました。

前半はメンバー2名による「私と家族」をテーマにした発表でした。参加者だけでなくリスナーの若者からも質問が出てくるなど、早い段階から若者参加ならではの空気感になっていたように思います。ご家族の方々にとっては、質問する側の若者の姿から感じられるものも何かあったのではないのでしょうか。発表内容の経験談自体はかなり重く辛いことが含まれていましたが、語るメンバーたちはそれらを自分のこととしてしっかりと受けとめた上で語っているように見え、逞しさを感じました。



後半は前半の良い雰囲気を残したままより自由な交流の時間となりました。安心できるルールで守られた場でご家庭の状況や現在の気持ちを語り、他の家族や若者の言葉を聴くことで、考えや認識に変化が生まれたご家族もおられたようです。参加した若者たちにとっては、自分の言葉が誰かの役に立つかもしれないという貴重な体験の場となりました。「これまでのセミナーのような家族同士の交流をもっとしたい」というご意見もいただきましたので、そちらの場づくりの方にも力を入れていきたいと思っております。

(スタッフ 田中亮太)

・まごころキッチン ～冷製パスタ～

「どうせ、15時スタートだからゆっくり行っても大丈夫だろう」と、家でダラダラゴロゴロして。のんきにまごどーに向かったら、スタッフさんに「キッチンの時間とくに過ぎていってるよ」と。ビックリした私は、「えっ、は？そうなの？」と言い。一瞬、作るのよすかと頭の中をよぎりましたが、せっかく来たのと、パスタもあるんで簡単にスパゲッティを作ることにしました。ただし、味付けはセルフで。冷蔵庫にある調味料をテキトーに使って。

当日いた人数より、やや少なめの麺で茹でて。沸騰した湯の余熱で茹でようと、パスタに少し火(ただしIH)を通してスイッチを消して。時間を測って、タイマーが切れてからパスタを試食したら、思った以上に硬く。仕方ないので、もう2～3分くらい茹でました。沸騰が足りなかったのか、IHに余熱調理は向かなかったか。(そもそも、「ガス節約用レシピ」だったので)追い茹でをしたら、いい具合になったので人数分のスパゲッティをお皿に盛り。各々好きな味付けで食べました。何を麺と絡めたのかは忘れましたが、ワサビが意外と合いました。

本来は、「冷やしパスタ」を作る予定でした。ですが、料理は面倒派の私しか来なかったのと、プログラム時間外だったのと、スタッフさんもキッチン用電源がオフってたこともあり、ただのスパゲッティを作ることに。そんなこともあり、「きっちりとしたスケジュールに縛られなくても、したければすればいいや」と思いました。もちろん、今度は時間を守りますよ。用事があるとき以外は。

ちゃんと時間を守りつつ、ゆるくプログラムに参加しようとなった日でした。

(メンバー nez)

・メンバールポ風連載 『自然な町会長』 part2

東部区活ではそれらしき団体の人が15人程集まっていた。「フードパントリーの長、兼、地元の町会長が指揮者なのか…」町会長は威勢よく指示を飛ばしている。「段ボール箱を8番の所に置いてっ！！違う違う！！こっちよ！！」「男は力があるんだけど段取りが悪く見てられないのよ！」と世界人口の半分以上を敵に回す発言を見てsiroは「言いたい事を迷わずに言う姿に気持ち良い自然(natural)を感じた。更に言葉が出てくる「私達の世代の男性は自分の面倒を自分で見れないのよ！！定年してから何にもしないでぐちゃぐちゃ言うんだから！！」そして今日フードパントリーに参加する予定だった別の地区の町会長さん(やさしいおじいちゃん)に対して追撃が始まった。「最近体調が悪く座る事しかできなくて、お喋りするだけなら家で休んでろっ！！お喋り相手に1人使うんだから！！」いやもう清々しいとsiroは自然の風を感じながら指示に従い作業をした。

作業後、siroは自然な町会長の話を聞いていた。素直に言葉だけ聞いていると日常に不満があるのかな？と思える内容だった。しかし表情は作り笑いや憎しみの顔や目では無く、感謝をしているという表情であり一つ会話法で周りを楽しませる意図を感じる芸風であった。

来月号につづく (メンバー siro)



・メンバーコラム ～まごころドーナッツの使い方～



私にとってまごころドーナッツは、行く日によってどんな日になるか分からないワクワクする場所です。決まった人が毎日来たり約束してまごころドーナッツに行っているわけではないので、行った時にそこに居る人と話したり、音楽をやったり、ゲームをしたり、その時々が変わります。居るメンバーによって話す内容も変わるので、メイクの話だったり、最近のニュースの話や、時々深い話なんかもします。話だけではなくゲームをしたりギターを弾いて歌う日もあります。なので「今日はどんな日になるかな？」という気持ちでまごころドーナッツに行き、帰る時に「今日はこのメンバーだったからこんな日になったな」という感じです。

月に何日かは決まったことをする日がありそれがあることによって来やすい人もいます。そういう日があるのもいい所だと思います。ですが私は、毎日何をするのか決まっていなくて行くのがワクワクして面白いので好きです。

(メンバー M)

中野区若者フリースペース まごころドーナッツ

【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、不定期で閉所日があります。

【対象】 中野区在住・在学・在勤の 義務教育終了後～39歳の方

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。→

