

やまなし

ハカリガ丘

HIKARIGAOKA

竹山

TAKEYAMA

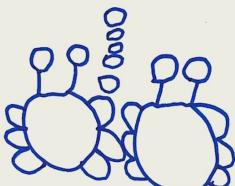
川和
KAWAWA

作品：YonamineMitsuo 題字：NiinumaSatomi Tokinyoshiki

FHSネットカプカプ 新会員募集と 継続加入のお願い

「やまなし」は、NPO法人大カプカプの後援会「FHSネットカプカプ」の通信です。
カプカプの活動を支援する仲間を広く募集しています。

- 年会費 1000円以上任意の金額
- 振込先 ゆうちょ銀行の振替貯金（旧郵便振替）
00290-2-36249
- 所在地 〒241-0001 横浜市旭区上白根町891-18-4-103 カプカプ内
(TEL/fax 045-953-6666)
- HP kapukapu.org
- メール kouenkai@kapukapu.org



一人暮らし(支援付き)の話

Yさんが1人暮らしを始めて、この2月で1年になった。重度訪問介護、という制度を使って、カプカプ川和の時間以外はヘルパーさんがついて必要な介助を受けながら生活している。カプカプ川和の最寄り駅から一駅乗って乗り換えてもう一駅。そこでヘルパーさんと合流、駅前の込み合う商店街を抜け、だらだら続く上り坂を数百メートル行くとYさんのアパートに着く。築何十年かの普通のアパートでバリアフリーでもなんでもない。計画相談の人やヘルパーさん介助器具の業者さんたちでいろいろ考えて対処してくれている。

身体介助が必要なYさんは、ヘルパーさんの介入度（？こんな言い方するかな）も高いようで、当初「Yさんの生活は誰のものか」を考えさせられる出来事が生活の中にしばしばころがってきて、それによくつまずいているように見えた。当初、と書いたが、本当は結構長い期間、なんならいまでも、ひょっとしたらこれからも、つまずき続けるのかもしれない。家族やカプカプ川和のスタッフや、信頼している計画相談の人などたくさんの人といろいろ話をいろいろなことを確かめながら、他の誰のものでもない自分自身の生活を続けていくのだろう。

カプカプ川和には支援付きの一人暮らしをしているメンバーがYさんをいれて3人いる。Yさんは3番目で、わりと早いころから”一人暮らしをしたい”と口に出していたが、実際に一人暮らしに向けて動き出したきっかけは、先に一人暮らしを始めたメンバーを見てだった。最初にスタートした一人は”グループホームではない生活”を家族ぐるみで探して整えて実現した。スタートは2019年の8月、そしてもう一人は”もう一人暮らししか残っていなかった”という追い込まれた状況で2020年10月に一人暮らしを始めた。この2人のことはここでは触れられないが、障害を持っているからと言って、集団生活をしなければならないわけではない、という選択肢がある。重度訪問介護は誰でも使えるわけではないが、まさに「その人らしい生活」が選択できるようになっていることの例として今回はYさんのことを少しだけ書いてみた。

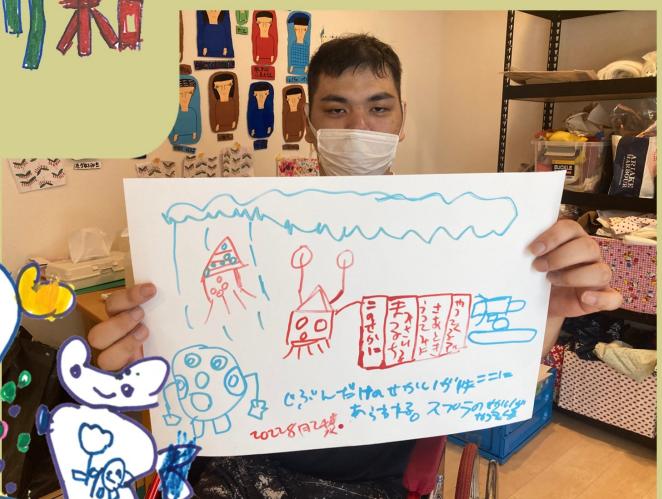
さて、Yさんは20代の女性であって、昨年の秋にカプカプ川和が巻き込まれた【ヤマトつながるプロジェクト】で大学生がたくさんカプカプ川和に来てくれたことがあって、学生の〇〇君だか××君にときめいていて、つい先日報告会が行われた伝統的でバリアだらけの建物の階段を、その〇〇君と××君に車いすの両側を抱え上げてもらったことがあって、一緒に行った職員と”バリアフリーじゃなくてよかったね”などと楽しそうに話していたことがあった。そんな風に年齢相応のごく普通の生活をしてもらえるといいなあ、とつくづく思う。（いしいまさたか）



『おんなのこ
新沼仁望』



2028年2月
あかねるスマラの
おもと





20 years 海老原克憲

「竹山って、今年20周年らしいよ」

GWも過ぎた5月中旬のある日、何気ない会話から出た衝撃の一言。万事休す、4月には記念事業を企画実行すべきだったはず。どうしたものかと考えあぐね、とりあえず喫茶営業開始の9月合わせで『何か』をやろうとぼんやり決まったのが6月のスタッフミーティング。タイムリミットまであと3ヶ月…。喧々諤々の結果、『20周年記念プロジェクト』と称して、以下の5本柱と相成りました。

【プロジェクト① 記念グッズ制作】

20周年記念グッズとして、エプロン⇒バンダナという経余曲折を経て最終的に『トートバッグ』に決定。なるべくメンバーさん全員の絵が入るようにデザインし、生地や大きさ、手持ちか肩掛けか、デザイン面の色などギリギリまで検討。どうにか納品が間に合い、9月のゲリラライブ開催当日でのお披露目、販売開始に漕ぎつけました。

【プロジェクト② オリジナルタグ制作】

以前から巾着やランチョンマット、トートバッグ類の手芸商品に付ける『オリジナルタグ』を作りたいという要望があって、20周年にかこつけて制作。こちらもメンバーさんにカタカナやローマ字表記でいろいろ書いてもらい、色やデザインを選定して発注。手芸ボランティアさんの協力も得て、秋頃からの商品はタグ付で販売しております。

【プロジェクト③ 期間限定パウンドケーキ販売】

例年、冬から春にかけてはレモン、夏から秋にかけては甘夏のパウンドケーキを製造しています。その甘夏はスタッフさんのご実家からいただいたものを冷凍保存して使っていました。ところが、昨年は不作だったようで、本格的な夏を迎える前に材料が枯渇。

そこで甘夏の代わりにと届いた『夏みかん』で期間限定パウンドケーキを焼くことに。ところが、同じレシピで大丈夫だろうという目論見が大きく外れ、試作してみたら無味無臭。夏みかんの焼き菓子をネットで調べても皆無に近い状況の中、ようやく8月が終わる頃にレシピが固まり、1個100円の特別価格で販売しました。

【プロジェクト④ メンバーさんの工賃の時給アップ】

コロナ禍で落ち込んだ喫茶・製菓の売り上げが少しずつ持ち直し、コロナ禍以前の水準までほぼ回復。これを機に臨時ボーナス支給という提案があり、でも一過性で終わるのなら継続的な方が望ましいということで、9月分（10月支給分）から時給をアップして工賃をお渡ししています。実際には仕出し弁当代の値上げに伴い、給食費も増額せざるを得ず、それに即応した形での結果でしたが、メンバーさんに少しでも還元できて良かったです。

【プロジェクト⑤ ゲリラライブ開催】

夏冬に開催していたカプカプ竹山恒例の『表現ライブ』もコロナ禍以降、人を集めてのイベント開催が難しく、中止のまま早3年。でも、せっかくの20周年、何か一発かました。そこで、表向きは竹山池の広場でのメンバーによるハンドベル演奏としつつ、こっそり水面下で音楽講師さんと現役バンドマンでもある若手スタッフによるサプライズ生演奏、という二本立てで準備を進め、9月15日の午後に『ゲリラライブ』を敢行。リモート活動が当たり前となる昨今、『生で』聴く演奏は、ちょっと感動モノでした。

どうにか 20周年記念プロジェクトも無事に？終え、改めて20年を…といつてもカプカプ竹山で働き始めて4年目の私は、まだ5分の1ほどの間わりしかありません。でも、実はおそらくオープンして間もない頃、出店した天王町ビジネスパークでのバザーイベントにカプカプ竹山のブースをあって、当時のスタッフさん（所長さん？）会話を交えています。そのスタッフさんとはそれっきりだったものの、共通の知人を介して風の便りを耳にしていました。

まさか、そのカプカプ竹山で働くとは想像もつきませんでしたが、20周年という節目を立ち会えたことを含めて、何か縁のようなものを感じます。そして、あちこち老朽化した設備のメンテナンスに追われる日々こそ、20周年の歴史の重さってところなのでしょうね。



「カプカプの日常の風景」

コロナ禍であちこちの店が閉まっている中、出来うる限りの対策をしながら営業を続けてきたカプカプ。そんな時期にカプカプ初年度を過ごした娘も3年目を終えようとしています。

ある日の朝。カプカプに向かう車中、ひかりが丘団地付近にさしかかると両側に街路樹。「きれいだね」と窓の外を眺め、既にワクワク。駐車場に着くと商店街へ足早に歩き、カプカプが見えたならダッシュで走り出す。「おはよ！」喫茶の中をズンズン進み、正面奥の小上がりでリュックを下ろす。慣れた手つきでエプロンを着るもの、この日は前と後ろが逆。合っている日もあるがなぜか裏返しに着ている時もある。そばにいる先輩メンバー・石川くんと何やらゴニョゴニョ。手を合わせて「やーぶー」。石川くんが神官の如く神妙に対応。それに納得したように連絡帳を持って厨房へ。



分室前のカッパ大みお神さまへのお参りに熱心だ。神社仏閣へのお参りの機会があると少し離れたベンチに「すわる！」と陣取り、参拝する方々をしばしウォッチングするようになった。カプカプバザーの日、キーボードで音楽を鳴らしながら、通りがかる皆さんを眺めたりふれあう経験から思いついたのだろうか。



マスクコース途中にある、通称「全力坂」。綾香さんはこの坂を全力で駆け上がる。

さて、エプロンは本人のタイミングを見て、気持ちが途切れないような状況になってから着直したようだ。健康確認を終えてからスタッフ・千葉さんと「マスクチャレンジ」。マスクをして10分間の散歩に出かけていく。3秒とマスクをつけていられず拒否する娘だったが、お店の前を楽しく歩き回ることから始めて、根気よく日々積み重ねていただいた経験は大きい。タイマー片手にピコピコと音を鳴らしながらぎやかに帰ってきた後は、店内の掃き掃除。濡らして丸めてあちこちに撒かれた新聞紙を見つけて掃き集める。

早い時間から訪れている常連さんに「ここにあるよ」と教えてもらったりしながら、喫茶席の一角に座った大先輩・のぞみさんが構えるチリトリにゴールを決める。

そんな朝のミーティング前のひととき。送ってきた母にはすぐに帰ってほしい娘だが『お客様』としてコーヒーを飲むのなら居るのは『あり』。すぐ目の前に座っていても、お客様となつた母は既に娘の眼中にはない。おかげで客観的に娘の様子を見ながら、憩いのひとときを過ごせるようになった。

カプカプにいると「○○さんにお願いするね」と仕事を頼み、終わると「ありがとう」と伝えてくれるスタッフさんの声が聴こえます。そういうやりとりが積み重ねられている日常が、わからなくて不安な気持ちや自信のなさから困った行動を取りがちな娘を少しずつ落ち着かせてくれているように感じています。

(木戸修子)



カッパ大みお神社の前で大好きな星子センパイと共に商品のモデル撮影に臨む綾香さん。

「旅で出会ったひとびと」

高知の大学を休学し昨年11月からカプカプでインターン兼アルバイトをしている木村です。カプカプに来る前もおもしろいNPOやら施設やらいろいろ巡っていたのですが、印象に残っているエピソードを振り返っていこうと思います。

休学して最初に訪れたのは大阪の釜ヶ崎にあるココルーム。どんな場所かの説明は難しいのですが代表の上田假奈代さん曰く、「カフェとゲストハウスのふりをしたアートNPO」とのこと。ここで一番印象に残っているのはお盆に三角公園で行われた慰靈祭で「みんな家族やからな」と手を合わせていた慶次郎さんの姿です。慰靈祭では釜ヶ崎で1年間に亡くなられた方をひとりひとり読み上げられるのですが慶次郎さんは黙って耳を傾けられていました。慶次郎さんは釜ヶ崎に住むおっちゃんで毎朝ココルームのトイレと浴室を掃除しに来てくれています。浴室の壁をしゃがみながら丁寧にこする姿はいまでも印象に残っています。ココルームでのインターン最終日の朝、お礼もかねて慶次郎さんの掃除を手伝うとそのあとコンビニでコーヒーをおごっていただき、それから「やっぱり大地は俺が見込んだ男やわ、これから先は長いけど好奇心旺盛に謙虚にな」と声をかけていただきました。好奇心旺盛で謙虚、一見矛盾しているようにも聞こえますがこの言葉は今でも自分を支えてくれています。

ココルームの次に訪れたのは京都の上賀茂にあるスウィング。スウィングは簡単に説明すると「おもしろ大家族の家」みたいな感じ…です。スウィングメンバーの口さんという方が企画したボウリング大会があり、スウィングメンバーのあふるさん、口さん、ゆうと君、そしてスウィングによく訪ってくれる小学生の女の子3人組とそのお母さん達でボウリングに行きました。特にトラブルもなくみんなでボーリングを楽しんだのですが帰ろうとした矢先、口さんからスコアが高かった1位から3位までには景品があるとのこと。そんなものまで用意するとはさすが口さん！ 2位と3位の景品はお菓子の詰め合わせ。1位は自分だったので景品を受け取るとその中にはプリキュアのグッズが大量に入っていました。それを見た瞬間、「しまった…」と心の中でつぶやきました。口さんは小学生の女の子たちに勝ってもらうことを前提にこのボウリング大会を企画したんだ…。全力でハイスコアをとりにいった自分はなんてばかなんだろう…。そんなことを思いながら恐る恐る口さんの方をみると意外にも「大ちゃんどう？ 景品ええやろ」とすごく満足気な表情で声をかけてくれました。後々気づいたことですが口さんは熱烈なプリキュアファンで純粋に良いと思った景品を用意してくれていたそう。いろいろ考えてしまう自分を哀れに思った1日でした。

長野ではみんなの家タブの木という介護施設っぽくない介護施設に滞在していました。タブの木では好きな時にお風呂に入り、ご飯を食べ、散歩して、歯を磨いてといった具合にメンバーのありのままの生活を大切にしているという印象を受けました。当たり前のことをやっているように見えるのですがこれを他が真似しようとしても職員の勤務時間や日々のタイムスケジュールなど円滑にサイクルを回そうとするとどうしても画一的なケアになってしまないので難しいように感じます。そういった介護業界のなかでもメンバーや見学者、近所の方を巻き込みながら突き進んでいくタブの木はかっこいいなあと思います。ここでの印象的だったエピソードは認知症のおじいちゃんが軽トラに乗り、どこかへ走り去ってしまったことです。幸い軽トラがエンストして事故にはいたらなかったのですがあの時はびっくりしました。



カプカプテニス部の3人

カプカプで印象深い人物は馬上美姫さん。カプカプに来た初日に美姫さんから謎の紙を渡されそこに名前を書くように言われました。言われた通りに書くと実はカプカプテニス部の入部届だったそう。半強制的に入れられたカプカプテニス部。それからというものの15時15分になると美姫さんと新入部員の綾香さんがどこにいようと自分を見つけ出し有無を言わさず部活へ駆り出します。カプカプテニス部は随時部員を募集しております。興味のある方は馬上部長まで。（木村大地）



メイド部のアゼカワ
ブチヨー作、マミリ
ン＆クラムくんのネ
ンドロイド人形。ブ
チヨー開発「アニカ
ブフレンズ」は既に
ロキャラを超え、キャ
ラクターブックの發
刊が待たれる。



今年度用作品を手にする測量用具

書務局志願隊

大地くんが最首家(悟さん、五十鈴さん、星子さん)に居候させてもらいながらカプカプではたらくようになって、早、丸4ヶ月が過ぎた。私たちにとって、初めての「学生インターン」。疑い深い私たちでも、彼が辿ってきた旅路を聞けば「それならば」と受け入れに前向きになれた。まもなく一年の豊かな出会いの旅を終え、福祉学部4年生の彼に戻る。彼の人柄、雰囲気、佇まい。そういう彼らしさが殺されず、生きられる場所。大地くんが彼自身として、人と出会い、その奥深さに魅了されるうる場所。かかわり合い、傷つけたり、傷つけられたり、悔いたり、問い直したり、そういうことがゆるされ励まされる場所。大地くんが、そういう場所を他者と共につくる—好奇心旺盛に謙虚に—担い手になってくれることを思い浮かべ、希望を掴みたい。(すずきまほ)

美姫の野望

今年度は、横浜市市民活動推進基金「よこはま夢ファンド」という寄附制度に団体登録することができました。これは横浜市市民局が運用している寄附制度で、認定NPO法人でなくとも、ふるさと納税の仕組みを活用できるものになります。また、「ふるさとチョイス」というふるさと納税のWEBサイト

(<https://www.furusato-tax.jp/>) を通してクレジットカード等で手軽に寄付ができます。市外の方であれば、寄付金控除の税制上のメリットの他、横浜市からの返礼品（崎陽軒シウマイもあります！）も付いてきます。是非一度、WEBサイトもご覧くださいませ。今後カプカプのホームページにも詳細掲載します。



写真：竹山チチ外出での1枚