

# Jikka からのお便り

私の居場所から 私たちの居場所へ

## —ご挨拶—

NPO法人くにたち夢ファーム Jikka 代表  
遠藤良子

NPO法人くにたち夢ファーム Jikka を立ち上げて、1年半が経ちました。そしてやっと皆様にお便りをお届けできるようになりました。会員の皆様には音沙汰なしで申し訳ありませんでした。この場を借りてお詫び致します。さて通信も発行せずは何をしていたのかはこのお便りをお読みいただくことにして、実際は大変目まぐるしい日々でした。

私は女性支援を地域でやりたいと思いました。今の女性支援は福祉行政の中での狭い範囲での支援に留まっています。ひとり親支援やDV被害者支援という名の制度はあるものの、果たしてそれは女性がそれまでの生活を離れ新たなスタートを切ろうとした時にどのくらい役に立つのかといえは 一勿論、生活保護や児童扶養手当等はないよりはあった方が良いに決まっていますが— はっきり言って生きる力にまでにはなりえません。人は人によって支えられない限り人として生きる意欲を取り戻すことは出来ません。

生きてて良かった、諦めないでよかった、人を信頼して良かったという体験をしない限り厳しい社会の逆風に向かって歩き続けることは困難なのです。生活困窮者という言葉があります。この言葉で頭に浮かぶのは経済的困窮ですね。私は多くの女性たちの相談を受けてきて貧

困は人をだめにはしない、しかし困窮は人を追い込み生きる希望を失わせ、人間らしく生きることを諦めさせてしまうと思うのです。人は困った時に誰かに相談できて、何に困っているか聴いてもらい、一緒に考えてもらい、できればお腹を満たしてもらえたらきっともう一度やってみようかなと思えるのではないのでしょうか。

そんな簡単なこと、でも現代社会では最も面倒がられること、そんなことを地域の中で Jikka はやってみようと思っています。

あなたがもし困窮した時には話を聴いてと言ってきてください。あなたの近くにそういう人がいたらお誘い下さい。そしてあなたが元気になったら今度はあなたが誰かの話を聴いて下さい。そうした繋がりを一つずつ繋いでいく場に Jikka はなりたいと思っています。



### 子ども朝ごはん

子ども朝ごはんの活動は、夏休みの約 30 日間、冬休みの 10 日間、そして春休みのプレ企画を入れての 10 日間と、学校の長期休暇を一巡りしました。

夏休みは、初めての試みに多数のボランティアさんや、役所の方も駆けつけてくれて、まるでお祭りのようでした。冬休みは、帰省などでお客は少なめでしたが、とにかく炊きたてのご飯と温かなスープを用意する、という形は出来ました。

この前の春休みも春眠に負けず、早朝 6 時からの準備をスタッフはやりきることが出来ました。

お客様で一番多いのは、幼児とママの組み合わせです。そこに、小学生やご近所の大人の方たちも混ざります。ご馳走ではない普通のご飯ですが、いろんな人たちが食卓を囲むのは、活気が生まれ元気になります。

今後は朝ごはんの他に、新たに夕方の子どもの居場

所としての活動も加わります。

関わってくださるスタッフや、お客さんも含めてみんな、この場の持っている役割を育てていけたらと思っています。(I)



### カフェ

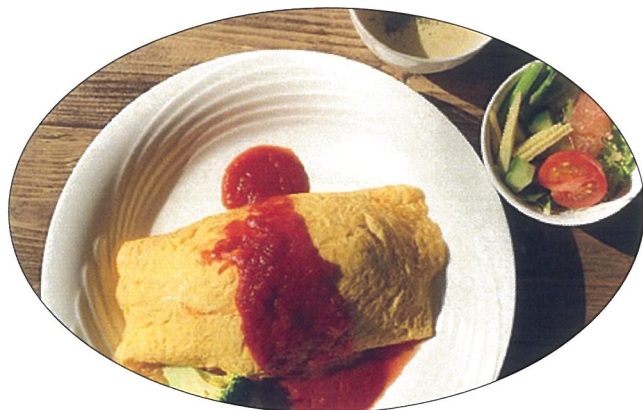
日替わり店長のいるカフェ。店舗を作るところからのスタートでした。プロの大工さん、設備屋さん、家具作家さん、沢山の人がボランティアで支えてくださって出来上がりました。

火曜日 洋食、水曜日 マクロビ料理、木曜日 お魚の定食、金曜日 オムライス、多彩な店長さんのカフェはどれも人気でしたが、特にオムライス屋さんの日は小学生がよってきて大人気。毎週土曜日のマルシェでは、

5~7 店舗の雑貨屋さんやワークショップで賑わいました。

漠然としたスタートでしたが不思議なことに、関わってくださる方も DV サバイバー、LGBT 当事者、孤独感に悩む高齢者、それぞれに問題を抱えている方たちでした。また、カフェにいらっしゃるお客様も認知症や鬱やパニック症候群に悩んでいる方、お金がなくて困っている方などそれぞれに課題を持っていらっしゃいました。オープンしてたった半年だけど「ああ、なんかもうみんなおたがいさまに当事者だなあ」としみじみ感じます。

そして当事者の方がカフェの手伝いをしてくれたり、まかないを食べておいしいと言ってくくださることやお漬物作りに巻き込んで何気なく地域に溶け込んでいる風景。そんなカフェの今後の新しい展開が楽しみでもあります。(B)



## オープンイベント

オープンスペースを活用した講座やイベントが様々な展開されました。

2016年度は4月のガレージセールから始まり、ホウ酸団子づくりがあったり、6月にはメモリアルフォト撮影があったりしました。昨年度から継続のPC講座は6月まで行いました。7月には第2弾のガレージセールがあり、下旬からはフェルト講座がスタートして12月末まで開催されました。10月末のハロウィンパーティーでは地域の子供達とワークショップをしたり、ゲームをしたり、パンケーキを焼いて食べたりして楽



しみました。12月にはクリスマスツリーを飾り、子ども達にケーキのデコレーションをしてもらい、朝ごはんのメンバーが可愛いクリスマス料理を届けてくださり、穂子さんの絵本の読み聞かせがあったり、映画を上映したりと盛りだくさんなクリスマスパーティーをしました。年始には小正月のイベントも行いましたが、参加者が少なくてちょっと残念でした。今年はイベントにもっとたくさんの人に来ていただけるように工夫したいと思っています。(R)



## パーソナル・サポート

私は当事者さんのアドボケイト（同行支援）を行っています。主な支援としては弁護士相談、警察署、役所、裁判所、病院、求人面接等への付き添い、また、買い物や散歩をご一緒することもあります。

土地カンの無いところで、生活を一から立て直していく当事者さんの不安に寄り添って、どうすればより良い支援ができるかをいつも考え、お手伝いをしています。さまざまな問題を抱える当事者さんが物事を一つ一つ一人で考え、解決していくのは非常な困難を伴います。「どこから手を付けて良いかわからない」「ど

こに相談して良いかわからない」と、自分ひとりだったら途中で諦めてしまうかもしれません。でも、誰かが一緒に考え、手を差し伸べ、そばに居る事で、わからない事が一つずつほぐれていき、解決に繋がるのではと思うのです。

当事者さんと一緒に考え解決していくなかで、私の方こそ勇気をもらい教わる事も実は沢山あります。これからも当事者さんの気持ちを最優先に考え、どんなに時間がかかっても、失敗しても、そばに居て支える存在でいたいと思います。(N)

### 電話相談

Jikka スタッフでシフトを組み、電話相談を行っています。国立市の女性支援係の閉庁時対応で、毎日の夜間早朝と土日祝日の丸一日を受け持っています。

2016年10月から開始。半年以上が過ぎました。相談記録は責任者を通して翌日～数日内に市に提出しますが、市と連携した緊急対応が予想される場合は、責任者が市に電話連絡します。

電話相談用の携帯電話器を預かると、一気に緊張します。全くかかってこない日もあるのですが、夜中にもかかってきます。他の市区や遠方の県からも。

「離婚しようか迷っています」「不倫しているようなのです」「ママ友として付き合っていたのに、こんなことを言われて」「スクールカウンセラーの対応がひどい」「DVで実家に戻ったのですが」「母に恋人ができて」「彼が発達しようがないではないかと思う」「転職したほうがいいですか」「SNSでトラブルが起きて」「騒音がつらい」…。

電話を通しての初めての出会いなので、声のトーンや言葉遣いを、丁寧に選びながら話を伺っていきます。また、互いの姿が見えていないので、語尾を曖昧にしないことや、こちらのセンテンスが長くなり過ぎないようにと気をつけています。

「どうしたらいいのでしょうか」「〇〇したほうがいいですか」と途中で問われることがあります。そういうときは頭の中がとても忙しくなります。「難しいですね」「どうしたらいいでしょうね」「そうですよね」「どうしたらいいのかな」と会話が進むこともあれば、AかBか、こちらの考えを言わない訳にはいかない話の流れのときもあります。

沈黙が含まれるやりとりをすることもあります。電話の向こうの方が沈黙に居心地のよさを感じているのか悪さを感じているのかが分からないときは、まずそれをお聞きするようにしています。また話している内に、お互い笑い出すようなこともあります。

10分程度から時には2時間近くと電話の長さは色々で、終わったあとの余韻も様々。かけてくださった方はどうなのでしょう。お一人お一人との一回きりの会話。同じ方からの電話を受けることもあります。「その都度の一回きり」という意識を持つようにしています。

呼び出し音が鳴ると、ハッとします。そして、気持ちに間合いをとってから、携帯に手を伸ばします。心の中で願います。ほんの少しでも、お役に立てますように。電話をしてよかったと思っていただけるようなひと時になりますようにと。(K)



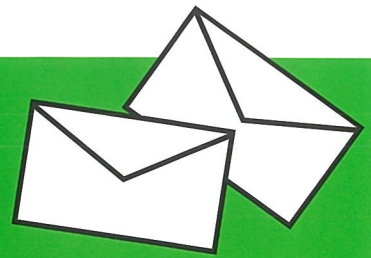
### 編集後記

Jikka の会員向け通信『Jikka からの便利り』2017年春号をお届けします。「会員の皆様にお知らせをさなくちゃ」と言いながら、こんなに遅くなってしまいました。申し訳ありません。今回この初の通信でお伝えしたように、Jikka は女性や子どもの居場所として様々な取り組みの拠点となって走り続けてきました。おかげさまで豊かな出会いと経験を得ることができ、難しく思っています。

今年度はまた新たな試行錯誤もしつつ地域に根づく安心の場所を目指していきます。どうぞ無理ない範囲で Jikka の活動に関わってください。ボランティアはいつでも大歓迎です！ また資金面では Jikka の滑り出しに助成金が大きな支えとなりましたが、そろそろ自立せよと迫られてもおります。皆様には新年度の会費の更新をお願いするとともに、Jikka を支えて下さる会員になって頂けるようなお知り合いをぜひぜひ、お誘いください！ (M)

NPO法人 くにたち夢ファーム 女性の居場所 Jikka

〒186-0005 東京都国立市西2-11-28 tel&fax: 042-511-5812  
email: jikka-yume@ab.auone-net.jp



# Jikka からのお便り

私の居場所から 私たちの居場所へ

## 3年目を迎えて

今年度 Jikka は少し衣替えをしました。昨年度はフロアを使って日替わりカフェスタイルで、利用者さんというよりお客様としてきていただく形をとりました。ランチやブランチ、マルシェ等を提供し、お買い物や食事を楽しんでいただきながらコミュニケーションを大切にするという形です。Jikka 運営資金の調達のためにはお金を出していただく方法を考えることは大切なことです。しかしその結果は、Jikka が目指した生活困窮女性の支援に細やかな手が届くということも、運営資金にゆとりをもたせるということもどちらも中途半端になってしまいました。これは支援者として運営スタッフとなっているメンバーのフラストレーションにもなり、見直しが求められました。

そこで今年度は思い切って違う形をとり、お金は運営に最小限必要なだけあればよいという考え方に立ち、支援を必要とする当事者とそこに直接つながろうという人を中心にした居場所に変えました。なのでカフェはコミュニティカフェとして、100 円のカンパでお茶ができる場とし「お休み処」「折り紙カフェ」「縁側の日 (相談日)」「作業の日 (繕い物や手芸等)」等や、ワークショップで「簡単ソーイング」「気付きのワーク」「絵手紙の会」等を開いています。また、これも 2 年目になりますが、学校の

長期休暇中の「子どもの朝ごはん」をこの夏休み毎日 (お盆休みを除いて) 9 月 1 日始業式まで行い、9 月 1 日は 18 歳未満の子どもの自殺が 1 年で最も多い日なので「子ども電話相談」も開設しました。

今 Jikka はこんな形で運営しています。女性と子どもが安心して過ごせる場、どんな困りごとでも持ち込める場、ただ居ていい場としてのコミュニティスペースを提供し続けたいと思っています。

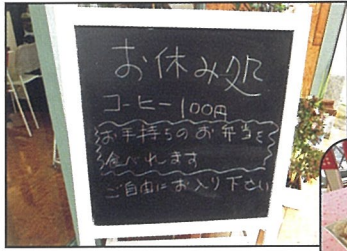
関心を持ってくださる皆様のお気持や励ましの言葉が大きな支えです。世の中はますます厳しい状況になっています。差別がまかり通り、貧困が悪であるかのような言われ方をする時代です。放って置けません。

私たちも努力していきます。今年度下半期もぜひ皆様からの物心両面のご支援ご協力を、ここに改めてお願い申し上げます。

Jikka 責任者 遠藤良子

日々の活動に追われ  
やっと今頃…ですが  
くにたち夢ファーム Jikka  
のホームページが  
できました!

<http://kuf-jikka.sakura.ne.jp/wp/>



## 月・火曜日「お休み処」



今日は、おにぎりあるよ。お腹すいてたらどうぞ！



Jikka のドアを開けると、そこはオガ楽に立ち寄れるコミュニティ・カフェ。淹れたてのドリップコーヒーやお茶との語らいのひとつときを楽しんで下さることも。

赤ちゃんや乳幼児連れの方は奥の畳が出来ます。外回りのお仕事の方の人も歓迎。

他に「気づきのワーク」「絵手紙の学べる時間」もあります。それから第2土曜日のJikka会員向け「シアターカ」

## 木曜日「作業の日」



「絵手紙の会」参加者の素晴らしい作品。



Jikka の看板製作中！  
繕い物など縫い物の持ち込みどうぞ！  
ミシンも置いてあります。  
一緒に作業しましょう。



## 子ども朝ごはんと子どものえんがわ

昨年の夏から始まった「子ども朝ごはん」を、この夏も盛況の内に終えられたことに、スタッフ一同感謝しております。

5月に「国立市子どもの居場所づくり事業」の補助金申請をし、0～18歳を対象とした一年間の事業として上限の50万円を使わせて頂けることになりました。

7月始めから準備して、7月24日～9月1日（月曜日～金曜日、朝7時半～9時半の営業）、お盆休みを一週間頂き、全25日間でした。

かなり地域に定着してきたとはいえ、始まるまではボランティアさんは来てくれるだろうか、お客さんはどうだろうかと大変心配しましたが、すぐに大勢の子どもたちやファミリーが連日来てくださるようになり、慌ただしくも嬉しい日々でした。25日間で、ボランティア・スタッフも含め、のべ900人を超える参加者でした。

ボランティアの皆さんは、昨年から関わっている方、今年初めて手を挙げ、すぐに有力な助っ人になった方、

社協の夏のボランティアに申し込んだ中高生7人と、大変恵まれました。さらに Jikka 利用当事者の2人が一日も休まず協力してくれました。

食事作りが忙しい中でも、食材を切ったり洗い物をしながら「将来、栄養士になりたい」「医者をめざしています」など語ってくれたり、寄せられた感想に「ボランティアの方たちのこだわりに感心した」とあったり、世代を超えた交流の場にもなっていました。



## スペースの活動

オープン・スペース。月曜から金曜まで  
 24時間営業です。  
 飲みながらスタッフや訪れた人たち  
 と。時々手作りプチ・デザートがある

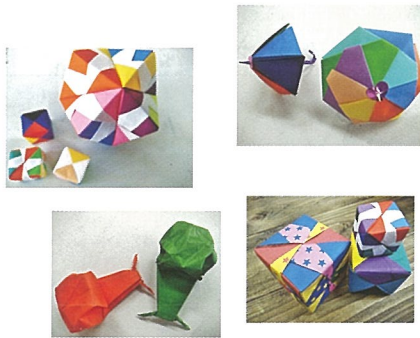
授乳の部屋で授乳や昼寝をさせること  
 が出来る憩やお弁当を食べる場所としての利  
 用が出来ます。

「簡単ソーイング」など講師から  
 開催の「ジェンダーカフェ」、第4  
 回は好評開催中。ご参加ください。



七夕飾りに折り紙大活躍。  
 Jikkaに関わるみんなの願い  
 ごとにも短冊に託しました。

### 水曜日「折り紙カフェ」



折り紙作品色々…。  
 ミニ傘やかたつむり  
 が人気でした。



### 金曜日「縁側の日」



第一金曜日以外の「縁側の日」には、  
 専門相談員がいます。  
 お悩み相談、困り事相談、愚痴でも  
 なんでもお聴きします。  
 電話予約もできます(042-511-5812)。



今回、特に取り組むことになったことに食物アレルギーのあるお子さんたちへの対応があります。「子ども朝ごはん」のモットーは「どんなお子さんにも楽しくご飯を食べて欲しい」です。アレルギーのあるお子さんたちの参加は昨年からありました。お母様からお話を聞いてカルテを作ったり、事前にメニューの相談をしたり、特製手作りふりかけを用意したりしていました。

今年、今までの方よりももう少し重いアレルギーのお子さんの参加がきっかけとなり、今までやってきたことを記録し、一歩進めて調理の段階から使用する材料を記入するメニュー表の作成も試みました。そして8月25日には、市のわくわく塾として教育次長をはじめ給食センターや保育園の栄養士さんなどに来ていただいて懇談会を持つことができました。子どもたちの食の現状を、アレルギー児への対応を通して知ることができて、今後の励みにもなりました。

これからも、「子ども朝ごはん」や、放課後の子どもの居場所「子どものえんがわ」が地域の中で定着していけるようにと願っています。冬休みも温かいお汁物を用意してお待ちしています。  
 稲川恵子



## 国立市夜間休日電話相談

国立市から委託されて実施している「国立市夜間休日女性相談」はその名の通り、市役所の閉庁時は全て受け付ける電話相談です。盆も正月もなく、24時間365日いつでも相談できる体制を市と民間が協働で保障するというものです。

相談というのは実はする側にとってはかなりハードルの高いものです。自分の困りごとを他人に話すのは勇気がいります。「こんなこと言ったら笑われるんじゃないか?」「ダメな人間と思われるんじゃないか?」等々、特に女性はジェンダーに縛られ、自分のことや家庭内のことを解決できないのは妻・母・女性として劣っていると思われるんじゃないかという自己責任論に支配されがちなため、誰にもいえず一人思い悩み、あげくにうつ病になってしまうということは珍しいことではありません。追い詰められて死を考えることも稀ではないのです。

そんな時に、誰にも知られず匿名でその場だけの相談ができるのは救いになります。とりあえず誰かに聴いてほしい。否定されず、批判されず、お説教されることなく、ただただ話したい、気持ちを聴いて欲しい分かって欲しいという時は誰にでもあることです。パ

ワハラ、セクハラ、近隣トラブル、夫や家族との関係、子どもの養育等、多種多様に女性の悩みは存在します。

家族や地域の繋がりが良くも悪くもあった社会ならそのコミュニティの中で何らかの解決が図られたりしたことが、今は一人ずつが孤立し、世間話すらする相手がいない人の方が多いのは、現代社会が他者との関係性を作り出す環境をもっていないということです。働くことで精一杯で人と喋ってる時間もないとか、場所もないとか、また人にかかわることが面倒くさいとか、人間どうしが繋がるのが楽しいことではなく辛いことが多い社会になってしまっているために、余計孤立し、理解し合う機会を失い、もっと他者と縁遠くなってしまう、いざという時に誰にも相談できない頼れない、ということになっています。

「兎に角困ったら電話してください!辛かったら話して下さい!」「一人で抱え込まないで!」というのが夜間休日女性電話相談です。夫の出張中、子どもが寝た後、家族が出かけている間、と時間のない女性たちがひっそりとかけてくるのがこの電話相談です。誰にも知られず話しができることが、少しでも女性たちの心を軽くするためにお役に立てば幸いです。(E)

オープン・スペース Jikka の入り口ドアの上に布製手作りカラフルな看板出来ました!



Jikka の会員向け通信『Jikka からの便利』2017年秋号をお届けします。

女性たちが構えたり気取ったりしないで、自分らしく居られる地域の中の場所作りをめざしています。スタッフは皆他にも仕事をもち、運営に割く時間の捻出もギリギリです。今後も、フードバンク拠点となる模索や各種ワークショップなど Jikka オープン・スペースを使った様々な企画を実現させて行きたい!あなたのお力、どうぞお貸してください!

NPO法人 くにたち夢ファーム 女性の居場所 Jikka

〒186-0005 東京都国立市西2-11-28 tel&fax: 042-511-5812  
email: jikka-yume@ab.auone-net.jp website: <http://kuf-jikka.sakura.ne.jp/wp/>