

東京 講演&ワークショップ報告 2012年3月4日笹塚区民会館にて開催 『まもろう子どもたち、つながろう私たち』

つなぐ会通信

2012
6



プログラム
 13:00 人形劇 13:15 挨拶
 13:30 講演「子どもと放射能」山本 忍医師
 15:00 ワークショップ 健康オイリュトミー/
 マッサージ療法と健康相談/水彩教育/リズム遊び
 16:30 全員参加のオイリュトミーで終了

震災からほぼ1年という今年の3月、東京笹塚で「つなぐ会主催」の講演&ワークショップがおこなわれました。

被災地支援のための資金集めという目的もありましたが、「東北ばかりでなく、関東に住む私たちも被災しているのではないか」そんな疑問の中で、一部では山本医師にアントロポゾフィーの観点から「子どもと放射能」というテーマで講演をお願いし、二部では4つのワークショップを用意しました。子どもたちを守りたいというお母さんたちをメインの参加者に設定し、ワークショップでは「心とからだの解放・リラックス」を体験してもらおうということを考えました。

当日、20人の「つなぐ会」のメンバーは、朝9時から準備に入り、何とか受付開始時間前にはセッティングを終えました。予約と当日分で定員の50名はいっぱいになり、山本医師の講演を傾聴後、10~15人に分かれて区民会館3階・4階を使っのワークショップ。時間としては始まりから最後まで3時間半という短いものでしたが、それぞれの場面に充実した濃密な時間が流れました。

アントロポゾフィー関係の催しは初めてという方もいらっしゃいましたが、終了後の「ぜひまたこうした講演会やワークショップをやってほしい」という多くの声に、メンバー一同、朝からの緊張も疲れも吹き飛びました。同時に、参加者の不安や戸惑いなど様々な想いに直面して、「被災地・被災者」が決して東北のみを意味するものではないということ、改めて実感した1日でした。

(収支決算の結果、およそ7万円が会の資金として残りました。また、日頃あまり顔を会わせることのない「つなぐ会」のメンバーの結束にも貢献した催しとなりました。)



活動はすべて寄付によって成り立っています。ご協力を！

寄付金振込先 ゆうちょ銀行/支店名・〇〇八/普通/口座名・教育・芸術・医療でつなぐ会
口座番号・4812266(銀行振込)/記号・1008-48122661(郵便局振込)

..... 東日本大震災ボランティアグループ 教育・芸術・医療でつなぐ会

代表 竹内真弓

運営委員 石川公子 横手千代 江崎桂子 森川佑美子

メンバー 35名(医師・看護師・芸術療法士・オイリュトミー療法士・幼児教育家・水彩教師・
リズムカルマッサージ療法士・治療教育家・ボートマ体操講師・手仕事講師・翻訳家など)

連絡先 tsunagukai_japan@yahoo.co.jp

つなぐ会通信2012年6月号/編集・写真:天鼓 デザイン:宮塚真由美 イラスト:藤 裕子



癒しとなるのは唯一
人間の魂の鏡のなかに
共同体全体が形成されるときである
そして共同体の中に
一人ひとりの魂の力が生きる時である

— これが、社会倫理の銘である —

ルドルフ・シュタイナーの言葉
『社会有機体の三層構造の実現』より 1920年11月5日
訳/横手千代・石川公子

Heilsam ist nur, wenn
Im Spiegel der Menschenseele
Sich bildet die ganze Gemeinschaft;
Und in der Gemeinschaft
Lebet der Einzelseele Kraft.

(Dies ist das Motto der Sozialethik).

Wahrpruch von Rudolf Steiner
"In Ausfuehrung der Dreigliederung des
sozialen Organismus" 5.11.1920

写真:メンバーがドイツチームと共に参加したトラウマケアで子どもたちが描いた絵。宮城県女川市の小学校で。

活動報告

2011年

3月11日

東日本大震災　東北を中心に大地震・大津波・原発事故による甚大な被害発生

4月28日～5月10日　被災地の子どものトラウマケアのため、ドイツより『教育芸術友の会』10人が来日。ケアにあたる

5月8日　ドイツチームによる東京ワークショップ(代々木オリンピックセンター)約120名が参加

同日、ドイツチームのサポートメンバーを中心として、支援の継続のためのグループ立ち上げのミーティング

『教育・芸術・医療でつなぐ会』発足

6月～　毎月1回の定例会始まる

7月8日　いわき支援(第1回)　郷が丘幼稚園／さくらんぼ保育園　医療相談・**アインライビング**・リズムカルマッサージ・人形劇　参加者30名　人形劇観客数約100名　支援メンバー(小林啓子・村上典子・小川千帆・森川佑美子・宮地陽子)

8月2日　いわき支援(第2回)　さくらんぼ保育園　医療相談・**アインライビング**・リズムカルマッサージ・人形劇・治癒教育　参加者11名　人形劇観客数約80名　支援メンバー(小林啓子・村上典子・小川千帆・森川佑美子・宮地陽子)

8月5～7日　気仙沼支援(第1回)個人宅　医療相談・**アインライビング**・芸術療法　参加者30名　支援メンバー(藍原繁樹・堀雅明・豊田茂芳・吉澤明子・河内恵子・村上典子・瓜生麻衣子・他2名)

10月22～24日　気仙沼支援(第2回)個人宅　**アインライビング**・水彩・リズム遊び・折り紙ランタン作り　参加者のべ25名　支援メンバー(篠　裕子・小林由香・河内恵子・他1名)

物品支援　郷ヶ丘幼稚園／さくらんぼ保育園　羊毛の小人の人形80体(茅ヶ崎の幼稚園／保育園保護者ボランティアの製作)

仙台支援　草の根仙台シュタイナー学校／ねっこぼっこ園／街の駅 おちゃっこ　クリスマスキャロルを届ける　支援メンバー(平井久仁子・他5名)

一関支援(第1回)子ども教室 風と虹　健康オイリュトミー・**アインライビング**　参加者のべ36名　支援メンバー(石川公子・鶴田史枝)

2012年

1月4～6日

1月21・22日

1月

1月29・30日

3月4日

3月24・25日

4月28・29日

5月28日

気仙沼支援(第3回)個人宅　**アインライビング**・水彩・羊毛マット作り&ニードルワーク・健康相談　参加者のべ66名　支援メンバー(篠　裕子・小林由香・瓜生麻衣子・豊田茂芳・他2名)

仙台支援　ねっこぼっこ園　講演「放射能について」・医療相談・健康オイリュトミー・リズムカルマッサージ　参加者のべ20名　支援メンバー(竹内真弓・石川公子・小川千帆)

物品支援　子ども教室風と虹／ねっこぼっこ園　トルフのクッション各1

いわき支援(第3回)　K医師宅／さくらんぼ保育園　医療相談・**アインライビング**・リズムカルマッサージ・人形劇　参加者18人　人形劇観客数約65名　支援メンバー(小林啓子・小川千帆・村上典子・宮地陽子)

東京　講演&ワークショップイベント『守る子どもたち、つながろう私たち』人形劇・放射能についての講演(山本忍)・水彩・リズム・オイリュトミー・医療相談・リズムカルマッサージ・アインライビング　参加者50名　メンバー20名

一関支援(第2回)子ども教室 風と虹　健康オイリュトミー・オイリュトミー療法・**アインライビング**・アインラインブング講習会　参加者15名　支援メンバー(石川公子・鶴田史枝)

一関支援(第3回)子ども教室 風と虹　ぬらし絵・紙染め・切り紙細工　参加者のべ21名　支援メンバー(篠裕子・井上美知子)

相模原　高尾 かあちゃんず　福島の子どものたちの保養打ち合わせ・**アインライビング**・リズムカルマッサージ・医療相談　参加者10名　支援メンバー(竹内真弓・村上典子・小川千帆)

支援報告より

気仙沼支援　第3回　2012年1月4～6日

訪問先・中村みちよさんご自宅

(活動内容)

1月4日(水)　午後

アインライビング全身5名、部分2名／羊毛ニードルワーク11名／水彩3名(中学生)

アインライビングに参加されたかたはほとんどが前回、前々回に施術を受けられたかたで、みなさんとても安らいだ様子です。施術前や後に血行の良くなったお顔でニードルワークに参加してくださいました。

机の上に広げられた羊毛を見て、「気持ち良さそう。」触ってみて、「ふわっとした赤ちゃんみたいにやわらかいね。」心に手を動かしながらおしゃべりが進みます。震災の日のご飯設置住宅のこと。子供のこと。皆さん、その日を生きるのに精一杯で何かを作る余裕などまったく無かった。とおっしゃいます。印象的だったのが、作る作業に没頭しているとかかにチャレンジできそうな気がする。と感想をもらったことでした。

仲良しの中学生3人(1人は中村さんの娘さん)は、「木をぬらし絵で描きました。最初のうち、頼りなかった幹が光の中で葉を広げているうちにだんだんとたくましくなり、しっかりとした木になっていくプロセスは感動的でした。

1月5日(木)　午前

アインライビング全身5名、部分2名／羊毛ニードルワーク10名

この日は羊毛マットづくりをしました。オイリュトミーのしぐさで朝のうたを歌い、お手玉を使ってリズム遊びをしました。緊張がほぐれて楽しい雰囲気になりましたがおしゃべりが進んでつい声が大きくなり、隣の部屋でアインライビングを受けているかたの妨げになってしまいました。

アインライビングは1階の奥の部屋で主に高齢の方が、2階のへやでもうひとりが施術を受けてもらいましたが、1階の奥の部屋は手仕事の部屋とは障子1枚で分かれているので声が通ってしまいます。隣で行われているアインライビングへの意識が足りなかったと反省しています。健康相談の豊田医師もプライベートが保たれないので本音の部分で話せなかつたかもしれないと言っておられました。開放的な作りのお家だけに、セッティングの難しさがあります。

羊毛マット作りは、層になった羊毛に石鹸水をかけ、手のひらでこすりながらフェルト化していきます。夢中で体を動かしてできあがった優しい色合いのマットにみなさんとても満足されたようです。

ワークショップが終わって、その場にいたひととスタッフあわせて17人で一緒にパンときしめん入りスーパの昼食をいただきました。ゆるんで、作って、食べる。幸せな時間となりました。

1月6日(金)

アインライビング部分2名ニードルワーク大人3名ノ手遊び羊毛あそび幼児5名ノ健康相談9名

午前は、一関で幼児教室を開く金田さんが2組の親子を連れて来訪しました。お母さんがアインライビングを受けられている時間、5人の子供たちと手あそびや、羊毛で遊びました。

午後は、生まれたばかりの赤ちゃんを持つお母さんから豊田医師に訪問依頼の連絡があり、訪問して相談を受けました。

(まとめ)

寒い時期で小雪がちらつく気仙沼でしたが、参加された皆さんはひとえに充足された感想をお持ちのようでした。アインライビングでエーテル体が強まり、芸術活動でアストラル体が強められいい具合にかみあつたのでは…と思われれます。

また、8月から始まった支援活動が今回、3回目を迎え参加されたかたに理解が広まったことが大きいと思います。中村さんとその周囲のかたとも、ありがたいことに信頼関係が築けたように感じました。

今回の羊毛ワークショップを機に(土曜学校、手仕事班)が立ち上がりました。支援グッズ(かんばりっこ)を製作されています。(3ヶ月たった今、関東地方の復興イベントや、気仙沼、仮設商店街などで販売され順調な売れ行きで生産が間に合っている状況です。)収益金は支援グッズ製作にかかわった被災者のみなさま、園舎を津波で流された保育園、復興商店街に配られました。ますます、継続したかたたちが続くよう、応援したいと思います。

(訪問から3ヶ月後)

震災から1年がたちました。中村さんの話によりますと、日々頑張って生きていくことが当たり前の状況で、「頑張り緊張」が続いている。それに伴い、うつや円形脱毛症、1年経って津波の夢を見始める人など心のケアを必要としている人は増えているようです。こうした中、関東地方に住む私たちと連絡を取り合い、つながっていることが気持ちの支えになっていると言われます。

今後、みなさんの不安をぬぐうお手伝いをしつつ、あゆみを進めることに寄り添った支援のありかたが問われていると感じました。(報告・篠裕子)

一関支援 第2回　2012年3月24・25日

場所　一関(川崎生涯学習ステーション)と、主催者子ども教室、虹と風園舎

3月24日　午後　オイリュトミー療法3人/アインライビング個人セッション4人

3月25日　午前　健康オイリュトミー/アインライビング個人セッション2人

午後　オイリュトミー療法個人セッション3人/アインライビング講習会と個人セッション4人

3月24日、25日と、一関について参りました。

12月23日に続く2回目の訪問でした。福島に入ると辺りは二面の雪景色で、みぞれも舞い落ちるお天気でしたが、なぜかあまり寒さは感じませんでした。主催者の方々には、心のこもった準備とおもてなしを頂戴し、ありがたかったです。

前回の報告で、放射線量も東京の10倍程もあつた深刻な状況であることを報告しましたが、土壌の線量は依然高く、恵みである筈の山々や自然も、昨秋はクリ拾いも梨狩りもできず、悲しくやるせないとおっしゃっていらしたのが、心に響きました。牧草地の線量も700ベクレルほどもあり、しかも地産の牛乳が学校給食にまだ出されているとのこと。そうした役所の対応に怒りと不信は募る一方のようです。子どもの健康状態も依然心配されています。

そのような状況のなか、今回のワークショップでは手足を動かすことでいろいろな不安を払しょくしたいという、15名の方々がお集まりくださいました。

15名のうち半数は前回もいらしてくださいました方で、参加者の顔ぶれはシュタイナー関係や主催者の関係者のほかに、自身や家族の健康に関心を持つ方々や、また新たに設立された「子どもたちの未来を守る会」という集まりの方々など、いろいろな方面からのご参加があり、さまざまな出会いが生まれました。今回は、時に楽しく、また時にしんみりと語り合うといった会となりました。

やはり不安の要素が強いと感じられたので、今回は身体的なことも行いましたが、心の領域に働き掛けるオイリュトミーも多く行いました。参加者のお一人は、「放射能の勉強会に出て、新しい現実を目の前につきつづけて辛くなり、無力感を感じるばかりだが、オイリュトミーを通して、自分の内から発する光があつたのだ、という思いを持つことができた」、また、「学校の対応に怒りと無力感を感じていたが、自分を再び肯定することができた」といった感想を述べた方もいらっしゃいました。

前回と同様にご家族へのケアができるように、手足のアインライビングを体験後参加者同士で練習する予定でしたが、体験した段階で皆さん横になってウトウトされてしまひ、練習する状況には至りませんでした。

不安が長く続いていることで精神的な疲弊感が強く、今は参加者の皆さん自身が少しでも楽になつていただくことが大切と感じ、そのまま少しの時間休んでいただきました。予定した練習はできなかつたものの、顔の表情が緩み、ゆつたりした

のは久しぶり…「幸せな時間だった」という感想を聞き、今回はこれで良かったと思うと共に、被災者の方の状況も変わっていくので、変化に合わせて行く必要性を感じました。(報告・石川公子／鶴田史枝)

岩手

リズムカルマッサージ療法とアインライビング

20世紀初頭、ルドルフ・シュタイナー博士、イタ・ヴェーグマン医師、マルガレーテ・ハウシカ医師の3人が、スエーデンマッサージをもとに考案したのが「リズムカルマッサージ療法」であり、それを看護師のための手技として整理し創り出されたものが「アインライビング」。どちらも、宇宙と響き合う体内リズムの呼吸や新陳代謝に、熱を通して働きかけることを基本としている。

アインライビングは、アントロポソフィー医療において医師の処方によって看護師が行うケアのひとつ。温かな手で、植物由来のオイルを優しくゆったりしたリズムで塗っていくことにより「からだにもう一枚の覆いをかける」「包み込まれる体験」をつくる。深い呼吸、安心感が得られ、からだが本来の力を取り戻す助けをする。医療現場での治療として使われるとともに、今日では老人ホームや治療教育、ソーシャルセラピー、健康体のリラクゼーションとしても効力を発揮している。

リズムカルマッサージ療法のセラピストはアインライビング的な施術も行うが、そのマッサージ法は、より深く筋肉まで作用させる的な部分にも作用する。身体と心の調和を整え、自己免疫を育むマッサージ療法。症状に応じて処方される施術の方法にも多様性がある。症状にあったアントロポソフィー医学に基づいたオイルを主に使う。学校・病院・キャンパス(障害を持つ人々を中心とする人智学共同体)などで、アントロポソフィー医学療法のひとつとして、オイリュトミー療法や芸術療法などと同じように位置づけられている。

●気仙沼

●一関

●石巻

●女川

宮城

●仙台

●福島

◎福島第一原発

福島

●いわき

