

紙芝居で“ころところ”をつなげたい

♡ ころの会



MEMO

平成16年、『ころの健康づくりを考える会』発足。翌年、団体名を『ころの会』へ改称した。

紙芝居を通して、うつ病や自殺予防の大切さを伝え、心の病気で悩む人への声掛けや接し方を理解してもらうことを目的に活動するボランティア団体。現在、会員11人で、地域の集会所などで紙芝居を上演し、傾聴活動にも励んでいる。

10月に、県精神保健福祉協会から、協会長賞を受賞。(写真の花器は副賞の津軽びいどろ)

カーン カーン カーンカーン：集会所に紙芝居の拍子木の音が響き渡ります。BGMや効果音を用いて上演する紙芝居は、むかしむかしのお話ではなく、最近、本当にあつたお話。登場人物は、うつ状態の高齢者や、ストレスを抱えた働き盛りの若者、頑張り過ぎや心配性の人などです。

この紙芝居は、ころの健康を考える紙芝居。悩んでいるかたへの声掛け、ころの健康を崩したかたへの接し方などが自然に理解できるように作られています。

見たかたは「頑張れって言っちゃいけないんだね」、「うちの近くにもこういう人がいるから声を掛けてみようかな」などさまざまな反応を示します。

同会は、平成16年に市が行った『ころの健康を考える会』に参加した会員が、当時の北東北3県と十和田市の自殺率の高さに大きな衝撃を受け、何か自分たちにできることはないかを考え、わかりやすく親しみのある紙芝居で『ころの健康づくり』を普及しようと発足。

代表の角田富美子さんは、当時を振り返り「紙芝居などしたことのない素人集団だったので、言葉は詰まるし、セリフも棒読みでした」と苦笑いします。

紙芝居も全て手作り。さまざまな



紙芝居上演の様子。
手づくりの小道具で鳴らす効果音も味があります

人や団体、家族などの協力を得て、練習を重ね、今では紙芝居のレパトリーは4作。語りも、会員が全ての役をこなせる程になりました。

紙芝居の後には、愚痴や悩みを話すことで気持ちを軽くしてほしいと傾聴活動もしています。

「傾聴やゲートキーパーなど人の心と向き合うための勉強の日々です。でも、まちなかで声を掛けられたり、応援の声をいただくと、うれしくて、やりがいになります」と話し、「今後は、この活動を若い世代にも伝えていきたいです。私たちの活動が、地域の結び付きを深めるきっかけになれば」と目を輝かせていました。

見る人のころを温かく潤す紙芝居。皆さんも一度ご覧になってみてはいかがでしょうか。