



「わおん」で分かち合う母たちの 喜びや想い、「わおん」が目指す 地域社会と居場所づくり

そもそも「うりずん」と「わおん」とは？

まず初めに、私たち「わおん」のご説明をする前に、その活動拠点であるNPO法人「うりずん」をご紹介します。

「うりずん」は、医療依存度の高い障がい児が利用する施設です。始まりは2008年、宇都宮市北部の新里町にある「ひばりクリニック」の高橋昭彦院長が、人工呼吸器を使用している子どもたちの家に訪問診療した際、母親が熱を出して寝込んでいたため、父親が仕事を休んで子どもの介護をしていた厳しい現実を見て、クリニックに併設する形でレスパイトケア（介護の一時代替サービス）を行える「うりずん」を創設されました。2016年には、現在の所在地である宇都宮市徳次郎町へ移転し、日中一時支援に加え、児童発達支援・放課後等デイサービス・居宅介護・移動支

援といった事業を展開しています。

そしてこの新「うりずん」の中に、私たちが拠点として使っている地域交流スペース「ゆいまーる」があります。ちなみに「うりずん」「ゆいまーる」という言葉は沖繩の方言です。「うりずん」とは「潤う」と水が土に染みとおる「染む」からなる言葉で、沖繩の5月〜6月のさわやかな南風の雰囲気や季節を表し、「ゆいまーる」は助け合い分かち合うという意味を含む言葉です。「うりずん」はほかの事業名も、全部沖繩の方言が使われています。これは「うりずん」創設者の高橋先生が、大の沖繩好きであることが関係しています。

さて、いよいよ私たち「わおん」の活動紹介です。特別支援学校のママ友メンバー5人でコミュニティ活動として「ゆんたく（沖繩の方言でおしゃべりするところの意）」と「月いちCafé」を、主に「うりずん」を利用する保護者向けに行ってい



長島 詔子

NPO法人「うりずん」所属
ボランティア団体「わおん」代表

【ながしま・のりこ】

京都府出身。ECC外語学院卒業後、イベント企画会社に就職。結婚後は、英会話講師や販売・製造業（ベーカリー）、介護施設のデイサービスなどにも勤務。現在はホテルのルーム係として勤務するかわら、「わおん」の活動も行っている。

ます。「ゆんたく」は月2回半日だけの短い時間ですが、手作りスイーツや挽きたてのコーヒーを味わいながら、お母さん方がくつろいでお話をできる場を提供しています。「月いちCafé」も月に1回ランチを囲み、楽しくおしゃべりをしていただく場となっていますが、こちらは時折、小物づくりのワークショップや美容師さんを招いてのホームカット講座、夏には親子でフラダンス教室といったイベントも開催しています。

こんな「わおん」の活動ですが、実はまだ始めて1年にしかなりません。では、どうしてこのような活動を始めることになったのか、経緯や想いをご紹介します。と思います。



「月いちCafé」で開講したホームカット講座

小児科医に言われた これからの母の仕事

話は今から15年ほど前にさかのぼります。娘が大病院からやっと退院できることになり、何かあったときめ細かく対応していただくには、近所の小児科の診療所がいいだろうと思い「ひばりクリニック」を訪ねました。診察が終わると、高橋先生が「これからのお母さんの仕事は、この子を知ってくれる他人を増やすことです」とおっしゃいました。その時はあまり余裕もなく、先生の言葉の意味は分かりませんでした。この言葉が後の「わおん」の活動につながる出来事となりました。

その後、娘が大きくなるにつれ、リハビリや母子通園など様々なところで多くの方々に出会い、サポートもしていただき、人の輪が娘を中心に広がったことで、「あ



「わおん」のメンバーとの一枚（前列中央が筆者）

あ、長島さん家のAちゃんね」と知らない方々からも声をかけていただけようになっただけでした。その時、「ああ、高橋先生が言っていたことはこういうことなのかなあ」と感じ始めました。

同時に自分の中では反省もありました。上の子どもたちを育てている時には、人との繋がりをあまり意識しませんでした。でも、子どもは障がいのある無に関係なく周りの大人に多くのことを教わり、助けていただいで育ちます。それに今まで気づけなかった自分が情けなく思われたのです。

「卒業後どうするの？」の一言と パンドラの箱を開けた 活動への原点

私が現在の「わおん」メンバーと出会ったのは、娘が通っていた特別支援学校でした。当初は、まだ自分の子どものことだけで精一杯の毎日だったので、彼女たちのことも同級生のお母さんと顔と名前は知っているといるという程度の関係でした。その関係が、学校行事の引率やママ友のランチ・お泊り会などを通して、徐々に一緒にいて心地よい存在となっていきました。一人ひとり自分の考えを持ち、毎日の生活をきちんと営み、障がい児との関わり方をプラスに変えていけるたくましさもある人たちです。

障がい児を育てている母親たちには、それぞれの経験や苦労がありますが、それはある種、宝でもあります。「同じ立場の若いお母さんたちに伝えられることもあるか

も：」「社会に対してもその状況を訴えることができるかもしれない」。彼女たちと交流を深めるにつれ、そんな思いが頭をよぎるようになり、ただ集って仲間同士でおしゃべりしているだけではもったいないと感じるようになっていきました。

そして子どもたちが中学3年になった時のこと、高校を卒業する3年後にはこの関係もばらばらになってしまうのかなあという思いから、「卒業後はどうするの？」と1人のメンバーに尋ねてみました。その一言はまさに私たちにとってのパンドラの箱でした。

5人のメンバーで何かできないか、この経験を社会に役立てる方法はないか、この経験が役立つことがあるのだろうか。そんな行きつ戻りつの思いが強くなった私たちは、お世話になってきた特別支援学校の先生と高橋先生に相談しました。学校の先生からは「思い切って何かやってみたら、応援するわ」と言っていた。高橋先生からは、「自分たちのできることをやりたことなどを付箋に書き出して整理し、考えてみたらどうか」と勧められました。

今思い返すと、当時はまだ雲をつかむような気持ちだったことを覚えています。ただ、折良くその相談を持ちかけた時期が、「うりずん」の新築移転計画が進んでいる最中でした。計画の中には、地域の方やボランティアさんなどと交流できる「ゆいまゝ」というスペースをつくることも予定されており、そこを利用して障がい児

のお母さんたち向けに何かやってみたい、と打診されたのです。

その時私の心に浮かんだのは、私のお気に入り曲、マイケル・ジャクソンの「Heal The World」です。「一人ひとりが自分の周囲をよりよくすることから始めれば、スペースは無限に拡がっていくのではないか」。この曲を聴くと、自分の周りにHeal The Worldの種をこぼしていこう、という小さな勇気が芽生えます。「わおん」の仲間との出会いは、その勇気を後押ししてくれたように思います。

その後、メンバーが集まって話し合いを重ねること約半年。2016年4月に新「うりずん」が完成すると、早速5月にはバンドラの箱ならぬ、ボランティアグループ「わおん」が誕生しました。

「わおん」の初めの一歩

想いはあっても、ここで何ができるのか？ まず私たちは、「うりずん」の管理者である山崎さんに相談してみました。すると山崎さんは、イメージモデルとして新宿区の地域の方が集える場所「暮らしの保健室」の事例紹介や、「うりずん」における「ゆいまゝる」の役割の説明をしてくださいました。おかげで、自分たちのできる範囲でできることを始める、という今の活動の方針が見えてきました。



「ゆんたく」のワンシーン

活動を始めてまだ間もない頃のことです。児童発達支援の利用者のお母さんをお話す。「ゆんたく（利用者のお母さんたちのお話をゆつくり聞く場）」へお誘いしたところ、子育ての不安や苦労などのお話を伺う状況となり、共に涙したことがありました。もともと、「ゆんたく」は日々の想いを伺い共感することで、解決はできなくても心の重荷を降ろしていただければ、というピアサポート（同じような立場の人がサポートを行うこと）的な役割があります。しかし、始めたばかりの「わおん」のメンバーには、それをきちんと受け止める技術も覚悟もなく、話を伺いながら自分たちの力不足に気づかれました。幸いその方はとても前向きな性格なので、私たちに会わなくても、きっと解決に向かわれていったと思います。

その後も、お子さんの送迎時にはお元気がいい姿を見せてくださるので、逆に私たちが元気をいただいています。彼女は、家でも「ゆんたく」で覚えた消しゴムハンコづくりをしているそうで、空き時間に楽しみが見つかったと、次々とつくっては季節感のある作品をご寄付くださっています。

約1年の活動の中で、参加者は約60名（月平均で5名程）にのびりました。印象的な活動は、ホームカット講座とフラダンス教室です。講師の先生をボランティアとしてお迎えし、子どもからお年寄りまで一緒に参加した笑顔あふれる時間となりました。何かしたいという想いが、少しずつ形になり始めたと感じた瞬間でした。近頃では、「わおん」の活動に合わせてお休みや子どもの利用日を調整してくださる方々も出始め、リピーターも増えてきています。今後、皆さんの求める活動をするこや、いざという時にはピアサポーターとしてお話を伺えるよう勉強も必要だということが、課題として見えてきました。

しなやかに強い「笑い」の絆

私たち障がい児を育てている母親は、治療中に明日のことを考えられない状況に追い込まれたり、何度も何度も様々なことで立ち止まったりしますが、その度に周囲の方に支えてもらいながら立ち上がってきましました。大きな困難に立ち向かう時の交わり



「月いち Café」にて、親子で楽しくフラダンス教室

方や構え方は、子どもたちとの日々で備わった「生きる力」かもしれませぬ。そのしなやかさは、「わおん」の最大の持ち味です。障がいのある子がいることに対し、否定的な考えを持つのではなく、どうしたらこの子の人生を有意義なものにできるのか。苦勞はしますが、個性や生きることを大切にするために、それを乗り越えることを常に前向きに考えています。

そして、メンバーの絆は何と言っても「笑い」。打ち合わせをしていても、行事の準備をしていても、ダジャレの出ない日はありません。「やるからにはまず自分たちが楽しもう!」。それは、誰が言い出したのでもなく、「わおん」の活動のベースです。

私はこの5人のメンバーの中で最年長なので（それほど差はないのですが）、一応リーダーということになっています。リーダーが頼りないためか、ほかの4人の自主性は感じするものがあり、つかず離れず適度な距離感を保っています。5人が自分の世界を持ち、重なり合って「わおん」になります。私自身は彼女たちの個性や自主性に支えられ、そして

「笑い」の絆でこの関係性が継続できていると思っと思っています。

「わおん」のこれから…

「わおん」の活動を支えていただいている皆さんと出会えたことで、活動の中に原点として持っていたものの輪郭が少しずつ見えてきています。

まず直近の目標としては、「うりずん」での活動をより充実させるため、ワークショップや講座など楽しい企画を充実させ、魅力ある「月いち Café」や「ゆんたく」を行っていくことです。そして、日常から少し離れた癒しの時間と空間を「わおん」で演出できたらと思います。また、ピアサポーターとして対応できるよう努力もしていきたいです。

さらに活動を始めて1年の今、少しずつ「わおん」の将来像について考えるようになっていきます。いずれは「わおん」を「うりずん」から独立させ、地域の方たちの居場所にさせたいです。地域で生きることが皆が助け合って生きること、障がいの有無や年齢などに関係なく、支え合うことが大切だと思います。ですから、例えば高齢者のお手伝いができたり、放課後子どもたちが遊びに来たりできるような、誰もが気軽に立ち寄り支え合える場所をつくりたいです。時には、そこで障がいのある子どもたちにも働いてもらい、社会的な役割や地域

交流の一端を担ってほしいと思います。

今の障がい者制度では、特別支援学校を卒業後に就職が難しい場合は、施設へ行くこととなります。しかし、人によっては施設を利用せず在宅での生活を主に言い、社会的な役割を施設以外のところに求めてもよいのではないかと思います。家と施設の往復で人生が終わってしまうことが、本当に幸せなのだろうかという疑問もあります。社会的な役割を主体的に果たせる場所は、誰にとっても必要ではないでしょうか。

私たちは、今はまだお金も場所も何もない状況ですが、活動を続ける中で様々な物事や人と繋がり始め、視野が広がっているのを感じています。夢を形にすることはまだ遠い将来かもしれませんが、1人では達成できないことも、「わおん」の5人のメンバーとなら「笑い」ながらやっているうちに気がついたら実現できていた、という日が来るかもしれません。

ボランティアを始めたことで、周りから学び、生きがいを感じる機会が増え、張り合いのある生活を送っています。私たちもそうでしたが、ボランティアは社会のためにかかできることがあるのではないかと、という思いから始める方が多いことでしょうか。しかし、実は自分たちのためでもあったことに気づかされました。今は「うりずん」という大木の中の小枝のような存在ですが、素敵な出会いを大切にしながらいつか根を張り、花を咲かせられたらと思います。