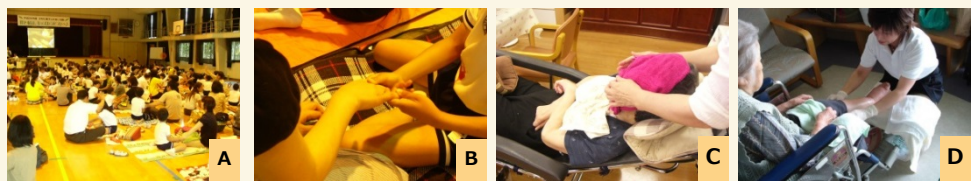


Topic.中尾 朱実 氏

(佐賀“ビッグフット”/NPO法人海・空・太陽：ソーシャルセラピストマスターインストラクター)



A B：親子ふれあい講座の様子 C D：高齢者介護予防（施設でのアロマトリートメントの様子） E：高齢者介護予防教室 F：講演会の様子

Q：まず佐賀“ビッグフット”の活動を教えてください。

A：様々な事情で親を亡くしてしまった子ども達を対象（高校生～大学生までを中心）に支援しています。クリスマスパーティー、バーベキュー、卒業を祝う会などを開催しています。今年で20年目の活動になります。

Q：20年も活動が続いているのですか！！市民活動やNPOの活動は、仲間や周囲の理解があってできることですね。

A：そうですね。仲間たちや支援してくださる方々の支えがあるから頑張れています。年齢や職業なども違うけど、「ひとりじゃないよ」という同じ想いがあるからこそ続けられたと思います。

Q：活動していくには、仲間は本当に重要になってきますね。3月は自殺予防月間ということで佐賀“ビッグフット”の自殺予防対策について、お聞きしていきます。親を自殺で亡くした子どもたちには、どのような想いで寄り添っているんですか？

A：100人が100人同じ境遇の子どもはいないですが、きっと辛い思いや悲しい思いを過ごしてきたと思います。子ども達のことを100%理解することは難しいです。しかし、一緒に考えたり、泣いたり、笑ったり、共に同じ時間を過ごすことはできます。そして、その時間を通して帰ってこれる居場所をつくっていただけたらいいなと思い活動しています。

Q：自殺予防や遺児支援の活動は、どういったことをしていますか？

A：もうこれ以上、悲しい子ども達を増やさないためにも、そのような境遇にあった子どもたちの声をシンポジウムや講演などで、多くの方に届ける活動をしています。「お父さん、お母さん死なないで！」ということをメッセージとして届けることが大切だと思っています。

Q：そういった境遇の子どもや悲しむ子どもたちが増えないようにも、大人の自殺予防が肝心になってきますね。

A：そうですね。大人ですが、あと若者や子どもたちの自殺予防ですね！！そのためにもストレスケアと心と身体のケア、病気予防が必要になってきます。

Q：ストレスケアと心と身体のケアですか。ケアや予防医療についての活動についてのお話を伺いたのですが、中尾さんは、どういった活動をしていますか？

A：佐賀“ビッグフット”とは別に12年前から予防医学、予防医療としてのアロマセラピーを活用し、「人をひとりにならない」、「人と人のふれ愛(あい)」を大切にしたいソーシャルセラピストとして活動しています。アロマのいい香りを嗅ぐ、ハンドリートメントなどで触れる（タッチケア）、人と話しをすることで心や身体の調子の改善を期待できます。

Q：アロマってただ香りを嗅ぐだけではないのですね！！そのアロマの活動を始めたきっかけを教えてください。

A：私は、企業に勤めながら佐賀“ビッグフット”の活動をしていたのですが、40代で何か事業を始めたいと夢を持っていた。そんなときに会ったのが予防医療としてのアロマ講座でした。講座を受けてみると、「アロマの香りで癒される効果がある！！」「そこにはメカニズムがある！！しかも、それはストレスと脳の関係がある！！」「そして、アロマでストレスのケアができる！！」だから心や身体の病気にならないことを知ったときに「これだー！！」と思いました。それで、予防医療のアロマに専念することを決意しました。もちろん佐賀“ビッグフット”の活動は続けています。

Q：アロマとの出会いは、運命的なものだったのですね。

A：はい！！そうです！！佐賀“ビッグフット”の活動があったからこそ、自殺予防や親を亡くした子どもたちの支援と予防医療のアロマセラピーが繋がったと思います。

Q：心や身体の病気などで親を急に亡くさないためにも、佐賀“ビッグフット”の活動とアロマセラピーの活動の両方が必要ということですね。最後に一言お願いします。

A：今は、ストレスが多く、生きにくい社会では、自殺につながるケースもあります。悲しむ子ども達がいなくなるには自殺しようと考えないような社会、生きやすい社会、「ひとりじゃないよ」と、みんなが寄り添える社会が必要だと思います。

「すべては“笑顔”のために・・・」

編集後記

記録的な寒波が過ぎ、ようやく春の息吹が顔をみせ始めてきました。

これまで平成29年度のHONOHONOでは、5月号から3月号までに11の市民活動団体を紹介してきました。

取材をし、ボイスレコーダから文字起こしの作業をするのですが、その文字数が多い時だと4000文字近くになります。（それ以上になる場合も）しかし、広報誌に掲載できる文字数は約1500字。そのため、残念なことに掲載出来ない話やエピソードが沢山あります。広報誌で伝えきれなかった部分は、みなさんが団体の方に会って、記者になったつもりで取材して、五感で感じてもらえればと思います。



佐賀市市民活動プラザ

会議室の利用や掲載内容に関する問い合わせは

佐賀市白山二丁目1-12 佐賀商エビル7F

開館時間 9時～22時 年末年始以外無休

TEL:0952-40-2002 FAX:0952-40-2011

ホームページ

<http://www.tsunasaga.jp/plaza/facebook>

<https://www.facebook.com/tsunasaga.plaza>

市民と市民活動団体、NPO、ボランティアの皆さん等と結び付け情報交換や交流を促進する。

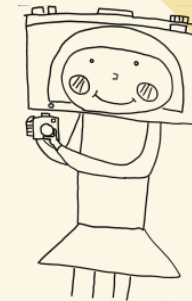
その拠点が市民活動プラザです。

佐賀市市民活動プラザ広報誌

2018年3月号

HONOHONO

ホノホノとはハワイの言葉で“ぶらぶら”や“散歩”という意味です。



佐賀“ビッグフット”と予防医療アロマの活動を通して、人と人のふれあいの大切さを伝えている、中尾朱実さん。今回は、自殺予防や遺児支援の活動、予防医療の活動についてお話を伺いました。詳しくは、裏面のTopicへ

今月のTopic.

中尾 朱実 氏

(佐賀“ビッグフット”/NPO法人海・空・太陽：ソーシャルセラピストマスターインストラクター)



プラザからののお知らせ



カラー印刷・ポスター印刷半額キャンペーン

期間：3月 3日（土）～ 3月15日（木）

A4カラー 30円/枚
A3カラー 50円/枚

15円/枚（グロス紙17円）
25円/枚（グロス紙29円）

A0	4,000円	2,000円	B1	3,200円	1,600円
A1	2,400円	1,200円	B2	2,000円	1,000円
A2	1,600円	800円	※全て税込み価格です		

期間限定ですので、お見逃しなく！！

参加者
募集中

いどばたかいぎ

参加費
無料

参加者同士が知り合い、市民活動をしていない方も市民活動を知るきっかけになる集まりです。
知り合うことから・・・始めませんか！

3月のテーマは「H29年度のいどばたかいぎを振り返る」です！！
来年度のいどばたかいぎに向けて、参加者と一緒に来年度のテーマなどを考えていきます。

- 日時：平成30年3月16日（金）13:30～14:30
- 場所：佐賀市市民活動プラザフロア（佐賀市白山2-1-12 佐賀商工ビル7階）
- 対象：市民活動や社会貢献等に関心がある方ならどなたでも、お待ちしております。 ※事前申し込み不要です。
※団体のリーフレットやイベントチラシなどがありましたら、お持ちください！
当日、名刺の代わりにお配りいただけます！



プラザの仲間が
新たなステージへ旅立ちます！！



（クイズ）この生き物の名前は何でしょう？
答えはH O N O H O N O のどこかにあります。



下田 洋平（経理・会計を担当！！）

ー下田からのメッセージー

勤め始めた頃は、市民活動やNPOの意味をきちんと理解できていなかったのですが、多くの団体が一生懸命に活動されている姿を見て、プラザがすごく活気がある場所だと感じました。6年たった今、さらに多くの団体に利用していただき、その皆様の活動で地域や社会が良い方向に向かっていていると感じています。プラザスタッフとして、いままで微力ながらお力添えできたことを誇りに思い、たくさんの来館者のみなさまに支えていただき感謝して、新たなステージへ旅立ちます。



助成金情報



締切	助成金支援タイトル	分野	募集团体
3/30	地域活動団体への助成「生活学校助成」	福祉 青少年 育成	公益財団法人 あしたの日本を創る協会 生活学校担当
3/30	2018年度 包括的な里親支援機関 （フォスタリング機関）の新設にかかる助成	福祉	日本財団 福祉特別事業チーム
3/30	わかば基金 支援金部門	福祉 団体 支援	NHK厚生文化事業団 「わかば基金」係
3/30	わかば基金 リサイクルパソコン部門	福祉 団体 支援	NHK厚生文化事業団 「わかば基金」係
3/31	平成30年度 街なか再生助成金	まち づくり	公益財団法人 区画整理促進機構
4/6	タカラ・ハーモニストファンド助成	環境	公益信託 タカラ・ハーモニストファンド 事務局

※詳しくは、市民活動プラザのHPをご覧ください。メールマガジンでも配信しております。



ボランティア情報



締切	募集名	内容	分野	お問い合わせ
随時	ふるさと・夢つむぎネットワーク 「森林整備ボランティア」	・森林整備	環境	ふるさと・夢つむぎ ネットワーク TEL 090-2581-3738
随時	佐賀いのちの電話 事業推進ボランティア募集	・バザー準備など ・催し物準備など	福祉 青少年 育成	社会福祉法人 佐賀いのちの電話 TEL 0952-34-4186 平日 11:00～16:00
4/20	佐賀市地域活性化いじめ撲滅 プロレス講演会・チャリティ プロレス大会 ボランティア募集	・会場設営 ・会場のお手伝い	福祉 青少年 育成	地域活性化いじめ撲滅 プロレス実行委員会 代表者：古場 英樹 TEL 090-2087-7938



イベント情報



日時	イベント名	料金	場所	お問い合わせ
3/10 ～11	佐賀城下楠の杜手作り市	-	龍造寺八幡宮	まちづくり機構 ユマニテさが TEL 0952-22-7340
3/20	和布リメイク 「あずま袋&バッグハンガー」 作り	参加費 1000円	佐賀市エコプラザ 佐賀市高木瀬町 大字長瀬2369	佐賀市エコプラザ TEL 0952-33-0520
3/31	アゲイン 復活元町銀座	-	656広場 佐賀市呉服元町 2-2 5	アゲイン実行委員会 TEL 090-1976-1952