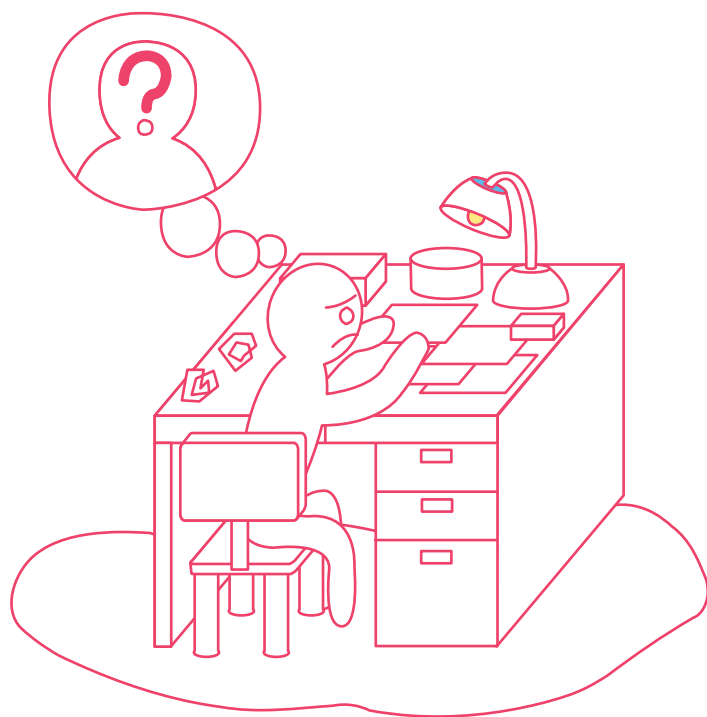


# コレクト スペース SUNSUN



2009 夏 増刊号



特集

自分研究会

～「じぶん」ってなに?～

## 目次

- はじめに
- 特集1. へたれ自慢研究会とは?
- 特集2. コレスペ SUNSUN' 09 へたれ自慢緊急アンケート
- コラム
  - ・ 講師、謎のA先輩  
伊藤 欣司
  - ・ 仕事とあるできごと。  
渡邊 竜一
  - ・ 在校生のみなさんへ  
宮崎 寛之
  - ・ パソコンでの文字入力を広めたい!!  
江渡 拓也
  - ・ あおぞら英語教室  
工藤 靖也
  - ・ 「人」  
THE LIFE
  - ・ アトリエの世界～僕の足跡～  
田村 忠規

付録

『 自分の取り扱い説明書を作ってみよう 』



## はじめに

『つい先日まで、こんなことをやっていたのに。。』と、移り変わりの早さに驚かれる方もいらっしゃると思いますが、コレスペの空気はいつも流れています。最近では、仕事の受注や、適材適所の仕事の割り振りといったマネージメント業務まで入所者が行うようになり、ちょっとした会社のようになりました。

「これお願い!」「これはどうやって?」とコレスペのいたるところで、先輩・後輩の垣根ない、動きを感じるやりとりが行われています。“はたらく”ことで、コレスペに参加している入所者が、「〇〇ができる人」といった、“わかりやすい”存在となる、きっかけができてきたようです。

このようなコミュニティを形作っていく一方で、「何かしなくてはならない、でもやりたいことがみつからない」と、自分を縛り、疎外感を募らせる卒業生をみかけるようになりました。どこかコミュニティでの生きづらさを抱え、センシティブ(sensitive:過敏)でバランスが悪く、他者への配慮に欠け、勉強はできるが人とのつながりをつむぐのがへたな点が特徴的なようです。

そこで、今回の冊子のテーマである「自分研究」を通して、わかりやすさを整理する取り組みを始めました。

コレスペは、仕事の間だけではありません。安心して自分らしくいられる場でありたいと思います。自らが挑戦できる場であり、他者から認められる場。一緒にいられるという空気感であり続けたいと思います。コレスペには、ルールはありません。いつでも入るのも出るのも自由なのです。

さて、学校祭 第2弾の冊子企画は、「自分研究」コラムと一緒に楽しみください。

2009年7月17日  
コレクトスペース SUNSUN 一同



たとえば、パソコンの取扱説明書には、「ホコリのあるところに近づけない。水は厳禁」等の注意書きが並んでいますが、同じような「自分の取扱説明書」があったらどう思いますか？

この研究会では、少人数のグループで、ホワイトボードを使い、自分の感じている苦手要素をディスカッションするのが目的です。



今日の話題は、『がんこ症候群』について

- ・自分の考えに固執してしまう。耳に入らなくなる。
  - ・それでも、他人と話すことで切り替えられることもある。
  - ・自分のことがわかってもらえない。。けど、自分ではそれがわがままだと感じている。
  - ・そのときの怒った感情は、後になって惨めな自分であることに気づく。そして沈んでしまう。
- メンバーからは、時間の置き方が議論の焦点に。。

A:「僕だったら、時間をおいて、そのことを風化させる。無かったことに。。そして、悲劇のヒロイン化していくんだよねー。」

B:「悪循環・・・(笑)」

A:「自虐的(¯\_¯;)」C「自ギャク的だったら、楽なんだけどねー」

D:「質問なんだけど、わかってほしい相手から、寄ってきたらどうするの?」

AB:「えー。逃げる。避けるーーー(@\_@)」

D:「僕はチャンスだととらえるよ。関係を修復するきっかけ」

ABC:「ほーーー。大人だ!」

D:「私は数度はチャレンジするけど、それでもだめだったら殻にとじこもっちゃうな。(˘o˘)」

ABD:「ほーーー。平行線だねー」

E:「チャンスととれるか、逃げてしまうか。。同じ状況でも関係の取り方はそれぞれだねー」

## □ へたれ自慢研究会のきっかけとは？ (by kin)

養護学校で「自分の取扱説明書」というものを使って授業をした。授業の打ち合わせを重ねる中で、自分に対して気をつけて欲しいことを、自己紹介を兼ね発表してみようということになった。それが発展して「自分の取扱説明書」というものが生まれた。

授業後の感想を話していくうち、感情の起伏が激しい、両極端になることが多い、ことに気がついた。バランスの取れた生き方をすることが「へた」なんだと思うようになった。

この話を、「自分の取扱説明書」を活用し、みんなで共有しようと、コレスペで自分研究が始まった。内容は自分を他人のように見つめ直し、欠点や短所を見つけ「ひねくれ症候群」といったように自分の特徴に名前をつける。そして小グループに分かれ、自分のことを包み隠さず打ち明ける。ただし欠点や短所を直すのではなく、自分ならではの個性だと捉え、どう付き合っていくか、ヒントを得る集まりである。

## □ へたれとは？

へたった物、規格からそれてしまった物として接頭語に使用されることが多い。すぐに泣き言を漏らす人だけでなく、弱々しい人全般に使われる傾向にある。(wikipedia)

## □ へたれ自慢研究会を通して。。。

はじめは、恥ずかしさや、人前で話すことに恐ろしさまで感じていたメンバーも、次第に自分と変わらない苦手さを共通にもっており、同じ状況でも感じ方が違えばとらえ方がさまざまであることを感じ始めたようです。

「いやー。俺って、ことごとくダメ人間(笑)」最近では、苦手要素を競うように語れるようになりました(笑)

受け入れてもらえる安心感と共感。決して排除されない空気が、センシティブではない、自己をバランスよく客観的に感じられるセンシビリティー(sensibility)を育てていくために大切な要素であると考えています。

苦手さを克服するのではなく、そのような特徴があることを知ることで、次の一步を踏み出すきっかけとなります。



今日の話題は、『無口症』について。

- ・知っている人を見ると、とにかく恥ずかしい。→知らない人だとあまり恥ずかしくない。
- ・大勢の中になると無口。
- ・そして、心配性な性格。→人に対して心配。何か喋って怒られるかと。。。

A:「心配ってというのは？」

B:「とにかく、人の顔を気にするんだよね。ちっちゃい頃から。。」

C:「そういえば、今の子(学生)って、人を気にしないよねー」

一同:「そうそう(^^)」

D:「今の若者は、自己主張が強い！」

A:「出た！今時の若者発言！！(-\_-)」

C:「そうそう、自分を出せる。」

E:「でも、見ていてハラハラする。」

A:「何を？」

F:「スタッフに怒られるんじゃないかって^^)」

一同:「そうそう(^^)」

C:「大人になるって、変に頭がよくなって妥協するよね。」

D:「うん。流される感じ。」

(へたけん)のやりとりで、人前でうまく話せない。いわゆるフリーズしているように見える苦手さを多くの人が持っていることがわかりました。しかし、同じように黙っているようにみえて、いくつかのタイプがあるようです。

## ・文書構築不能型

:イメージはあるが、それを文章で伝えるのが難しくとまってしまう。。

## ・情報入力不能型(マイコンテンツ型)

:質問の内容、早さ、量に問題があり。わかりやすい質問で、答えやすいような時間を配慮するべし！

## ・ただひたすら不安型

:自分の意見が他の人と同じだったらどうしよう。否定されるかも。。

## ・真？のフリーズ型

:出来事を振り返り、整理している途中に、話しかけると情報がパンクしてしまう。

詳細は、こちらで。 <http://koresupe33.dtdns.net/corenews/diary.cgi>

へたれ自慢研究会 緊急アンケート

Q1 みなさんが『自分はここがへたれだ』と思うことについて当てはまる項目ベスト3までの数字を下の欄に書き込んでください。

1 自分を追い込んでしまう	2 相手に上手く考えを伝えられない	3 悲劇のヒロインになってしまう
4 人の意見に左右される	5 無責任になりやすい	6 きまじめすぎる
3 プライドが高い	8 口ばっかになってしまう	9 逃避ぐせがある
10 人の意見を聞き入れない	11 人前で話せない	12 断ることができない
13 新しい事に挑戦できない	14 空気が読めない	

1位 \_\_\_\_\_ 2位 \_\_\_\_\_ 3位 \_\_\_\_\_

Q2 あなたの苦手なことを周りに理解してもらう自分の説明書の文章を作りたいと思います。下の文にそれぞれの言葉を埋めて文章を完成させてください。

\_\_\_\_\_でも、\_\_\_\_\_ではない。  
だから\_\_\_\_\_ほしい。

Q3 そのエピソードを教えてください。

「自分の取扱説明書・番外編アンケート」結果報告

今回の冊子にあたり「自分の取扱説明書・番外編」ということで、コレスぺメンバーにアンケートを取りました。その中から目にとまった回答をピックアップして載せています。

■配慮： 話や言葉が難しいと考えるのが大変なので、わかりやすい情報で伝えてもらえると考えやすい、また時間をおいて聞いて欲しい。

エピソード：

言葉の意味を理解しきれないまま話をしてしまい、誤解を招き、気を悪くされたことがある。また、わからないまま返事をしてしまい、考えを伝えられなかったこともある。

■配慮： 自分から意見を出すのが苦手、考えるが意見が出てこない、どんどん質問されても答えにくい。

エピソード：

意見を求められても困ってしまう。あまり思いが浮かばない。

■配慮： 人前でうまくしゃべれない、でもしゃべれないわけではない。だからどんどん、話しかけて欲しい。

エピソード：

高校の時、話し合いで「同じ意見しか思いつかない」と発言したら、怒られたことがあった、今でもそのことをひきづっている。また大勢の前でいると緊張して、無口になってしまう。具合が悪くなったこともある。

■配慮： 抱え込んでしまうが、一人で無理して解決したいと思っているわけではない。だから、無理していると感じる時は、声をかけてください。

エピソード：

学校祭で、一人でまとめなくてはとがんばってしまい。疲れてしまった。

□ 総評

「考えを伝えられない」「人前で話せない」など、苦手要素のほとんどが、コミュニケーションの取り方にあることがわかりました。一つの苦手さだけでなく、複雑に絡み合うことで、対人関係の“へた”さにつながっているようです。アンケートをとっていると、自分の苦手さに気づいている人、そうでない人と三者三様でした。なぜ気づけないのかは、まだまだ調べてみる必要がありますが、へたれ研究会にある、客観的に自分を見つめられることが、なによりの処方箋のような気がしています。

## へたれ自慢研究会 緊急アンケート～集計結果～

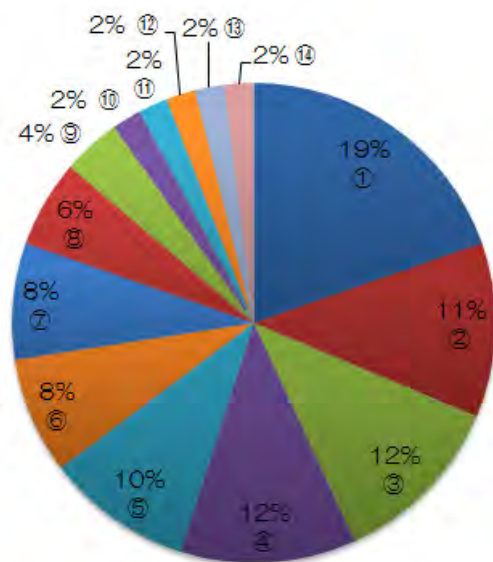
第1位 うまく考えを伝えられない 19人中／18人

第2位 自分を追い込んでしまう 19人中／6人

人前で話せない //

断ることができない //

第3位 口ばかりになってしまう 19人中／5人



- ① うまく考えを伝えられない
- ② 自分を追い込んでしまう
- ③ 人前で話せない
- ④ 断ることができない
- ⑤ 口ばかりになってしまう
- ⑥ 逃避ぐせがある
- ⑦ 空気が読めない
- ⑧ 人の意見に左右される
- ⑨ 新しい事に挑戦できない
- ⑩ 悲劇のヒロインになってしまう
- ⑪ 無責任になりやすい
- ⑫ きまじめすぎる
- ⑬ プライドが高い
- ⑭ 人の意見を聞き入れない

コレスペメンバー19人からの回答

## 自分の取扱説明書を作ってみよう

これまでみてきた説明書を参考に、あなたも、へたれ自慢に参加しませんか？

へたれになるコツ！！

5箇条

- ・ 自分に無責任
- ・ 自分を他人のようにみる
- ・ 恥ずかしがらない
- ・ 自分をさらけ出す
- ・ 弱点を見せつける

書き方

〇〇でも、□□ではありません、だから△△してほしい。

例

僕は目を見るのが苦手です。

でも

話がしたくないわけではありません。

だから

気にしないでください。



## 「講師、謎のA先輩」

伊藤 欣司

今年5月に、“講師、謎のA先輩”として高等部3年B組で授業をした。きっかけは、“ある悩み”からだ。養護学校を卒業してからというもの、最初は自分にも、“ものかき”という目標は確かにあった。しかし、いつの間にか、次第にやる気が起こらなくなり、毎日がだらだらの日々になっていた。。。



「何かやらなきゃという気持ちはあるけど何をしたらいいのか分からない。」  
何気ない会話の中で、田中OTと、ふとそんな話になっていた。

### 「授業で、その悩みを聞いてもらった？」

あまり乗り気じゃなかったが、しづしづ承知し、あっという間に当日を迎えた。

当日、二校時目でいよいよ授業が始まった。事前に「自分の取扱説明書」を渡し、記入してもらった内容を発表しあった。驚いたのは長年、同室の好広の、「僕は、新しいもの好き」という答えだった。近くにいるのに知らないことがあるなんてなあ〜と思った。そして初対面の泉君とは「野球が好き」という共通の趣味があった。甲子園や日ハム戦を見たりすると聞いたので自分も見なきゃな。市場君は話が好きそうな印象を持っていたが、緊張しちゃったのかな、あまり話が聞けなかった。自分も緊張していてあまり質問できなかったな、また機会があったら話したい。

ここからが「悩み相談」。自分の悩みを話していく中で、「なぜやる気がなくなったの？」という質問があった。「自分のやっていることに対する評価が無くて、だんだん自分のやることが虚しくなってやめてしまった」と答えた。こんどは逆にB組のみんなに、やり続けるにはどうしたらいいかな？と聞いてみたら「とことん続ける」「ほめられるまでやる」「あきらめない」という言葉が返ってきた。自分にはかなり重たい言葉だったが、非常に的を射た答えだなと思った。

授業を終えて、B組のみんなは卒後のビジョンが、しっかりあるんだなと感心した。そんな光景を見て自分は、「できないから、評価がないから」と、やめたり逃げたりしちゃいけないなと思ったし、「できない」という言葉を盾に、甘えているんじゃないかとも思った。かれこれ面倒なことは逃げてきた自分にはいいお灸になったはずだ。

授業でもらったアドバイスを参考に何か始めようかな、いや始めないといけない。

## こころのポエム

詩:kin

絵:makoto



## 「 仕事とあるできごと。。 」

渡邊 竜一

僕の仕事は、福祉機器を販売している企業と連絡をとり、商品の変更や新製品の情報を確認することです。仕事を続けていく中で僕を襲った不安がありました。今回は、そのときのことを話したいと思います

### 1. 仕事へのつまずき

その時の僕は、なぜだか目の前にやらなければならない仕事があるのに、全然やる気が起きずにいた。手つかずの状態が、3、4週間ほどつづき、さすがに「まずいかな」と思い、毎回定例の件数報告(企業との連絡)を東大の先生にメールした。「このまま、この仕事をしていて良いんだろうか?」、そんな感じが僕の中にあった。



### 2. 指摘

東大の先生からの返信には、『内容にも問題がありますが、問い合わせの速度も落ちているように思います。仕事に関して何か問題があるのでしょうか?』と、見透かされたような文面だった。僕は仕事に対して行き詰まっていることをいわずに『企業からのメール返信を待っていて日にちをあけてしまった。』と、つい、言い訳じみた返答をしました。

### 3. 自分に後悔

数日後、中邑先生の八雲の訪問。『最近仕事の問い合わせのペースが遅れているんだけど、なにかあったの?』、気にしていただけない、この質問には不安を隠せなかった。しかし、『仕事に対してやる気が起きずどうして行ったらいいのかわからない。相談せずに時間だけが、過ぎていってしまいました。』と、普段言えないことが、なぜだか、このときは、正直に打ち明けられた。『確かにやる気が起きないということもあるかもしれない。だが相談してくれないとこちらは何もしてあげられない。一緒に仕事をしているわけだから相談して欲しい。』と、中邑先生の一言。。

抱えていても何も解決しない。それはわかっていただけに、その指摘は僕にとって、恥ずかしいものであった。

### 4. 合理的な配慮

最近 OT 室で始まった「へたれ研究会」。自分のことを客観的に見直してみると、気づかない点がたくさん見つかる。

僕が、仕事へのやる気がなくなった、そもそものきっかけは、企業からの返信がなかなかこなく、見通しがもてずにいたことだ。中邑先生は、『では、企業が返信しやすいような工夫をしてみてもはどうだろうか?』といくつかの提案をしてくれた。

中邑先生のアドバイスは、

- ・ 一回ですむように、質問を整理してメールの文面を考えてみたらどうだろうか?
- ・ 電話での連絡も、企業の担当にわかりやすく説明できるように工夫してみてもは?
- ・ 連絡を待つのではなく、どんどん次のアクションをしていって?

それまで、仕事の手順の悪さを気にしたことがなかったので、この指摘は、僕にとって意外だった。しかし、実践してみると、確かにその通りだし、なにより、仕事への気持ちもだんだんと軽くなっていく自分に気がつくことができた。

### 5. 仕事への思い

仕事を見直していく中で、僕がここにいた経緯を振り返ってみた。はじめは自分で理想の車いすを作りたいと思ったのが、福祉機器に興味を持ったきっかけだった。中邑先生の当事者参加の福祉機器開発についての講義を聞いて福祉について勉強してみたいと思ったこと。福祉情報技術コーディネータを勉強して、ようやくの思いで合格して、中邑研究室の福祉機器のプロジェクトに参加するための講義を受けてきたことなど、いろいろと思い返した。

考えてみればいままでの約3年間、今の仕事をやるために時間を費やしてきたのに、あのとき思っていたことを忘れかけていた自分がいることに気がついた。

「当事者が福祉機器開発に関わっていくことで、もっといろんな障がいをもつ人のニーズにあった機器・福祉サービスをうけられる社会を自分たちで創造していく」という

中邑先生が行っていた言葉がふと頭をよぎった。今の自分がいるのは、目的を持って1つずつ取り組んできた成果ではないか。と仕事に対しての思いを再確認することができた感じがした。

まだまだ、順調とまではいかないが、今では、少しずつ仕事が楽しく感じられるようになってきた自分がいる。



## 在校生のみなさんへ

宮崎 寛之

みなさん、卒業後の生活について不安なことはありませんか。その悩みを自分で抱え込んでいませんか。そこで、僕の卒業後の生活を少しだけ紹介したいと思います。

### ■ ぼくのエピソード

高1のときはやりたいことは、なんとなく思いついてはいたけれど、卒後のイメージがなかなかつかめず、具体的に何をしたいか分からなくなりました。しかし、自立活動で先生と卒後について話したり、先輩達の活動を見たりしているうちに少しずつイメージが付いてきました。パソコンでのイラストはこの時から描くようになりました。最初はあまりうまく描くことができなかったけれど、作品を作っていくうちにうまくなっていきました。また、イラスト以外にもスティック作りなどもやりました。みなさんはどうしているか考えていますか。

### ■ 卒業して感じたこと

学校にいた頃は、卒業後は自分で行動していかないといけないと思い、夜も寝れないくらい心配しているところもありましたが期待もありました。

しかし、今では思っていたほど大変ではないことに気づきました。例えば、意外に退屈ではないことや、コレスペでの仕事がうまくできていることなどです。

三ヶ月もたちだいでこの生活にも慣れてきたような気がしました。

### ■ 今、取り組んでいること

コレスペ(OT室)で似顔絵や壁画などを描く仕事や、リハビリ室でホッケーなどをしています。その他、病棟でゲームやインターネットなどをして過ごしています。これからはイラストの技術を生かして、できれば絵本や漫画なども描いてみたいと思います。

### ■ みなさんへの一言

卒後のイメージはだいたい付きましたか。先ほど「大変ではない」と書いてありますが、なぜかという学校にいた間にこれからやりたいこと、つまり、将来のことを考えたからだだと思います。だから、してみたいことがあったら遠慮なくやってみてください。自分の将来を決めるのは自分です。与えられたことだけやるのではなく進んでいろんなことに挑戦してほしいと思います。頑張ってください。



## 「パソコンでの文字入力を広めたい!!」

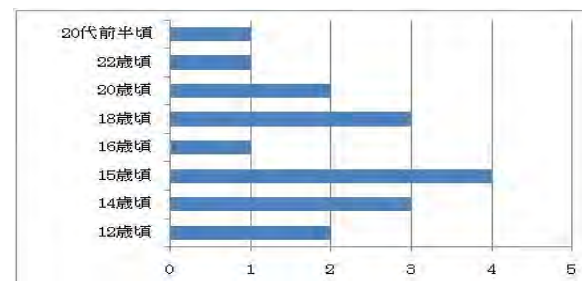
江渡 拓也

音楽や、メール、文書作成、インターネットで調べ物をしたりするのにパソコンが使われていますが、パソコンを使っていて不便に感じることはありませんか？

僕は、筋ジストロフィーという病気で、パソコンのキーボードが使いづらくなってきました。キーボード以外の方法で、文字が打てる方法を知ったのは、八雲病院への入院がきっかけです。周りのみんなが、パソコン画面の文字パレットを使ってマウスで文字を打っていたのです。

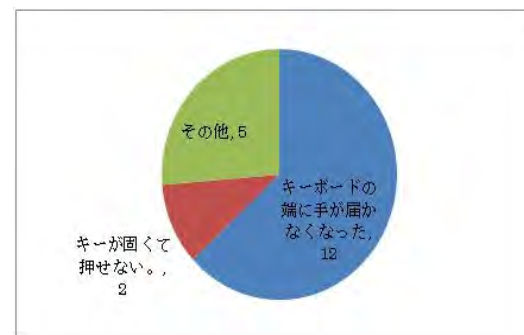
通常パソコンを操作するには、キーボードとマウスが使われますが、それ以外に様々な代替入力装置が存在します。そこで、僕と同じ筋ジストロフィーで障害のある方が、どのように、キーボード入力が困難になって、このような代替入力装置を知っていくのかを調べてみました。

### 1.キーボードが、使いづらくなったのは何歳頃ですか？



個人差が大きいです。早い人では、小学校頃から使いづらくなります。

### 2.使いづらくなった理由は何ですか。



筋ジストロフィーでは、手が届く範囲が狭くなり、手を伸ばすといったことが難しくなってきます。そのため、多くの人がキーボードの端に手が届かない使いづらさを感じているようです。



### 3. どんな工夫をしていますか？

- ・手が届かないところをペンや棒を使って打っている
- ・両手を乗せられないので、片手ずつ交互に手をのせて打っている  
→この2つは、キーボードの操作の工夫です。普通の使い方ができなくとも、ちょっと打ち方を変えることで、まだキーボードで文字入力ができます。
- ・オンスクリーンキーボードで文字の入力をしている  
→これは、キーボードを使わずに文字入力をする方法です。

#### えとコラム ～ オンスクリーンキーボードってなあに？～



オンスクリーンキーボードとは、画面上にキーボードが出てきて、マウスなどで文字入力ができるものです。このオンスクリーンキーボードを使えば、パソコンのキーボードを使わなくともマウスで文字の入力ができます。

オンスクリーンキーボードには下記のような種類があります。

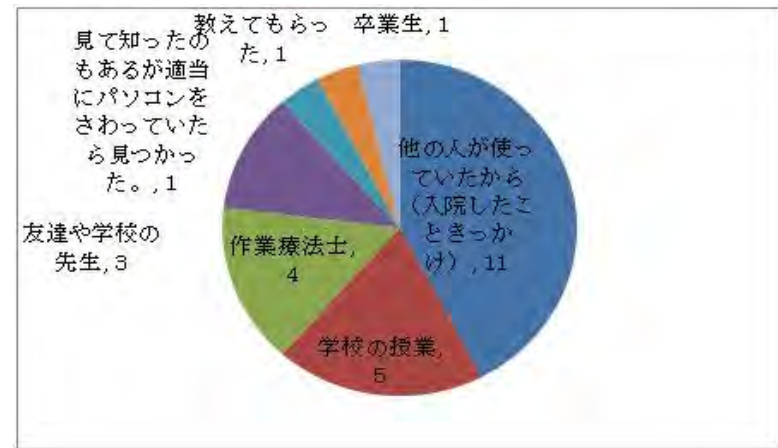


- ① スクリーンキーボード・・・windows のユーザー補助機能の中にあります。(パスワードの打ち込みができます。)



- ② ATOK クリックパレット・・・一太郎というソフトについてくる物です。病院では一番使われている方法です。パレットの大きさが変えられます。また、50音のパレットがあることが特徴です。

### 4. オンスクリーンキーボードについて、どこで知りましたか？



入院したことをきっかけにこれらの情報を知ったという意見が多くありました。これは、在宅生活や一般生活でこの情報を知ることが難しいということだと思います。

病院に入院していない人で、キーボードが打てない人もいます。そういう人は、自分でインターネットやパソコンの説明書で情報を探したり、パソコンの詳しい友達に聞いたり、最終的にはパソコンをやめるという可能性が上げられます。

#### ■ 調査して思ったこと。

在宅生活や一般生活でこの情報を知ることが難しい環境を変えたいと思いました。早い人では小学校頃からキーボード入力を使いづらくなり始めることから、小学校高学年から中学校までの間に、代替入力装置の情報を得られると良いと思います。

情報入手の方法として、学校の授業で教えるというのはどうでしょうか？

[人]

いつからか俺からあんま話さなくなった  
たわいの無かった会話が途絶えた  
人間関係に苦手意識  
一匹狼一見みりゃかっこいい  
けど誰も一人じゃ生きられない  
  
クルーにファミリーに周りの奴に  
まいどいつもネットすぐく便利  
少子高齢どうなる未来の日本  
寝ても覚めても働いてる人達

24時間万全な病院  
規則正しい生活  
俺はとっくに夢の最中でも  
誰かが労働の犠牲になる

人と人繋がる交わる  
支え合って生きる

なぜこの詩を書く事になったか、人間関係で悩んでいた俺は一人で生きていくとか言っていた。だがあたりまえだけど人間は一人でいきられない、一人で生きてるようで実際ひとりじゃない。もしひとりだったら友達もいないし恋人もいない、親もいない、そんな寂しい人生はやだ。人も資源と言われる時代になった、なんか人は物扱いされてる感じ。何をやるにもほとんど人が行ってる事だから、人と人は繋がってなきゃ生きられない。



THE LIFE  
1988年12月9日生まれ  
今一番熱いラッパー  
OZROSAURUS  
AK69a.k..a kalassy Nikoff

## 「あおぞら英語教室」

工藤靖也

It's a beautiful day today. (今日は良い天気です)

名づけて「あおぞら英語教室」は、週に1回ずつ、英語教室を3クラス行っています。月曜日は、OT室で約15分間 スカイプで僕の部屋とOT室を結び、テレビ電話を通して、PT・OTの先生や入院しているメンバーと、いつも英語で盛り上げています。時間が短いので、フレーズ中心の学習になってしまいますが、英語が必要な先生方の手助けが出来ればと考えています。



また週末は 僕の家で小学4年生の女の子と 同じく1年生の女の子に それぞれ約30分ずつ個人レッスンをしています。レッスンの日は僕の部屋がうれしくらいに、いつも元気になります。

ここでは初めて英語を勉強する子供たちが相手なので、勉強と言うよりも楽しむことを大切にしながら、「となりのトトロ」のタイトル曲「さんぽ」や「メリーさんの羊」などを英語で歌ったり、カードを使って単語や簡単なあいさつなどを覚えられるようにしています。

子供にとってはカードを集めるのも楽しいらしく、コレクション感覚で遊びながら英語を覚えることが出来ているようです。



カードは、両面印刷できるハガキサイズのマット紙に、一方は日本語、もう一方は英語で印刷して作ります。日本語の面にはネットで見つけた絵や写真を使い可愛く仕上がるように心がけています。

カードは、カルタのようにしても遊べるし、5枚くらいずつ日本語の面を上にならべて、ひとつずつ英語を当てるクイ

ズも出来ます。

4年生の女の子は「目標は100個」と、それとなく意識させながら取り組みましたが

あっという間にクリアしてしまいました。1年生の子も、ゆっくりペースですが確実に覚えているので、教えていてとても楽しいです。子供の好奇心の強さ、柔軟な吸収力には本当に驚かされます。

子供たちのクラスは始めてまだ半年ですが、僕の方が勉強になることばかり。今後は「英語を教えるのではなく、英語学習のお手伝いをする」そんな気持ちで、共に考え、共に学び、なによりも楽しみながら、お互いに成長していきたいと考えています。

楽しい気持ちを無くさないように、嫌々学ぶことがないように気をつけ、子供たちのペースにあわせ、決して急がないこと、せかさないうこと、そうやって子供たちが自分たちなりに英語の世界を作り上げていってくれるといいなあと思っております。

最後にチャンスを与えてくれる方々、そして習いに来てくれるみなさんに、心から感謝したいと思います。そしてもちろん、そういう思いもがんばる力にしていきたいと思うのです。



## 「アトリエの世界～僕の足跡～」

田村 忠規

私は生活を楽しむ為に自称画家として日々、道具と描き方を工夫し、油絵を描いています。

幼い頃から絵を描く事や高等部の時から色々な事に挑戦する事が好きでした。油絵は、何回も色を重ねられる事、自分が納得するまで描けるのが楽しいところに惚れています。

年々、体の姿勢や手の動きが厳しくなり、油絵を描くのが精神的に辛くなってしまい、断念しようとする時もあります。でも、自分の作品を見ていただいた時に「素敵だね。絵が描ける事がすごいね。」と、声をかけられ嬉しかったことを思い出して、これからも油絵を続けていこうと思っています。



### 1. 油絵の描き方の紹介

最初はテーブルにキャンバス・パレットと両腕をのせて、油絵を描いていましたが現在も道具と描き方を工夫しながら下記の方法で描いています。

- ① 2本の紐で右手首を天井から吊し、右肘の下に箱を置き、筆を手に固定する



- ②キャンバスはアームでテーブルに固定する

- ③手作りのパレットはアームでテーブルに固定する





## 2. 作品紹介

風景画を中心に肖像画にも挑戦してきました。どれもが思い出の作品です。

### ☆第5作品『秋の湖畔』



平成15年4月～  
16年3月制作

この作品は鮮やかに紅葉した洞爺湖畔の写真をアレンジして描いた作品です。

### ☆ 第7作品『家族』



平成16年11月～  
19年6月制作

この作品はうちの愛猫を含めた家族の笑顔と温かさを表現した作品です。

## 2. 現在の制作活動について

昨年1月から新作「金森倉庫」に取り組んでいます。この作品は初仕事として養護学校の先生から「田村画伯の作品が好きです。お気に入りの函館の金森倉庫を描いて下さい」と依頼があった作品です。初めての出来事で嬉しかったです。

今後、キャンバスを電動で動かすイーゼルの導入を視野に入れ、道具・描き方を工夫しながら、油絵を極めていきたいと思っています。

そして、今までの活動を世界中にアピールしていきたいと考えています。

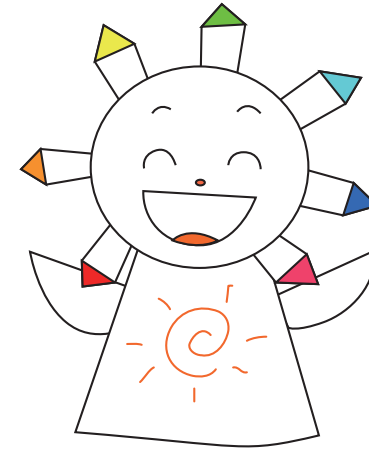
☆ アトリエでの活動をホームページとブログで紹介しています



<http://www.geocities.jp/nolita6tamu>

タムタムブログ～エンジョイ・ライフ～

<http://ameblo.jp/gomahomestamu/>



### 『コレクトスペース SUNSUN 2009 増刊号』

デザイン	こだわりのイラストレーター OSAMU
発行日	2009年7月
発行者	コレクトスペース SUNSUN

[koresupe33@gmail.com](mailto:koresupe33@gmail.com)

<http://koresupe33.dtdns.net/museum/index.html>

本内容に関するお問い合わせは上記宛てに e-mail でお願います。

©aLL 2009 無断転載禁止