市民活動って ええやん新聞

第23号

認め合える社会へ

1. ええやんピープル
2. みんなちがって あ・た・り・ま・え
3. 山口っ子避難所物語
4. ハンドメイドから広げたい！社会への「きっかけ」

みんなが主役！誰もが心豊かに暮らせるまち山口を目指して、はじめの一歩を応援する市民活動情報紙

ええやんピープル

誰かのために　何かのために　活動している人を紹介します

Vol.23

株式会社lool 代表取締役

大下 憲彰（おおした のりあき）さん

1980年生まれ、防府市出身。妻と息子2人の4人暮らし。明治大学大学院修了。在学中より海外渉外担当としてヨーロッパと関わりを持つ。2005 年山口に戻り、2007 年創業。2014 年に家具アンティーク事業（輸入・卸売・小売）を主とした株式会社「lool（ロール）」を設立。店舗や住宅のリノベーションにインテリアデザイン、店舗什器（じゅうき）のレンタル事業なども展開している。2017年より中小企業診断士としても活躍中。

1. 不定期で行われるチャリティーセール
2. 息子さんが利用した療育施設「しらさぎキッズ」への寄付金はおもちゃに変身
3. 発達障害啓発の一助になればと「ブルーライトやまぐち」（2面参照）にも寄付
4. lool は国道2号線沿いにあります（この壁が目印）

lool
http://www.looloo l.jp/

大切に紡がれていく人や物

Photo/クワシー優子

山口市陶にある家具屋さん「ロール」のオーナー大下憲彰さん。息子さんに発達障害があることが分かり、ご夫婦で子育てをしていく中、自分の視野が広がったと実感されることが多いそう。そんな大下さんに、チャリティーセールを始めた理由などさまざまなお話をお聞きしました。

恩返し

ある日、大下さんが出合った廃棄予定の家具や雑貨たち。「まだ使えるのに…」。少し手を加えれば使えるものはたくさんあるのにもったいない、と感じたご夫婦は、家具や雑貨を活かす道を模索しました。「ヨーロッパで行われている寄付の形がヒントになるんじゃないかなと思ったんです」。大下さんは、家具製作技能士の妻の夏美さんが手直しした家具や雑貨をチャリティーセールで販売し、その売上を発達障害がある子どもたちの支援団体に寄付することを思い付きました。

寄付先の決め手は「恩返し」。息子さんに発達障害があることが分かるまでに時間がかかったため、自分たちを責める日々もありました。そんな中、発達支援施設の療育に通えることとなり、同じ境遇の方々のお話を聞けたり、いろいろな情報を知ることができ、それまでの孤独感から救われたそうです。「一人ひとりに恩返しをすることは難しいけれど、団体を支援することで同じような境遇の人の役に立てる！」と、ご夫婦。

できること×できること

「子どもの成長のことで大変だった時、自分も仕事が大変な時期で、十分に向き合えなかったんです」と、大下さんは振り返ります。仕事環境も落ち着き、少しずつ子どもに関わる時間を持てるようになった今、息子さんは小学生となり、算数が大好きな男の子になりました。本人の気持ちが一番と考え、個性や長所を活かすこと、興味があるものを見つけることを意識されているそうです。「子どもも大人も得意分野はそれぞれ違うから、できること同士がうまく循環してくれるといいなって思うんです」。そんな大下さんを「仕事場でも家庭でもさまざまなアイデアを出してくれる人です」と、夏美さん。言いっぱなしではなくそのアイデアを現実に繋げていくのは、大下さんの得意分野です。仕事で関わる方々に寄付の話を積極的にするうちに「役立ててほしい」と家具や雑貨を譲ってくださる、人の善意とのめぐり合いも増えました。

人と違っていい。これでいい。

大下さんが子育てで意識しているのは、さまざまな経験をすること、価値観の違いを許容すること。「生きていく上で大切な自分で考える力、判断力といったものは体験や経験から培われると思うので、いかに子どもたちに経験を積ませてあげることができるかをよく考えます。ただ、体験や経験をしたとしても、関心を示すかどうかは各々違います」。好き、嫌い、得意、苦手。たくさんの価値観がいくらでも存在していい、誰かと同じでなくてもいい、と大下さんは言います。「そこに引け目など感じずに、自分で考え、判断していけるならそれでいいんです。一人ひとりの人生が豊かであることが世の中の豊かさに繋がっていくと思います」。

ハンドメイドから広げたい！社会への「きっかけ」

あみちくで作った作品は「あみちくマルシェ」で販売

初心者でも作れるものがいっぱいあるよ！

編み物をしたりミシンをかけたりと「作ってみたい！」と思うモノを自分のペースで手作りしているママたち。傍には、おもちゃで遊ぶ子どもたちの姿もありました。

子育て中にうつ病と診断されたことを話してくれたのは、ｋｉｋｋａｋｅ代表の池田さん。病気と向き合う生活を送る中で見つけた「生きる楽しみ」、それは編み物でした。子育てで忙しいママたちにもその魅力を伝えたい―。そんな思いで、1年ほど前からハンドメイドをするきっかけを届ける「あみちく」を始めました。池田さんは「初めての人も気軽に立ち寄れて、ハンドメイドを通してママ同士が楽しく交流できるように、あみちくを市内のいろんな地域に広げていきたいんです」と話します。あみちくに参加している子育てママからは「ハンドメイドって家だとなかなかできないし、仲間と一緒にできる場を作ってもらえて、作品の販売もさせてもらえるから、すごくありがたいんです」と好評な様子。

また池田さんは、自身の経験から、うつ病など病気で仕事に就けないかも、と悩んでいるママに向けて、社会と少しずつ繋がっていくきっかけを紹介する「ここはぐ」という活動も始めていきたいそう。

まずはハンドメイドなど、自分の好きなことを楽しめる場を見つけて、忙しい子育ての中に少し自分の時間を持ってみませんか？そこから、あなたらしい「きっかけ」が見つかるかもしれません…♪

あみちくは、子連れ・手ぶら大歓迎！気軽に立ち寄ってみてね♬

団体情報
kikkake（きっかけ）
代　表　池田 恭子（いけだ きょうこ）さん
U R L　https://blog.canpan.info/kikkakeyamaguchi/
あみちくは、さぽらんてで月に2回開催しています。
インスタ▶

おうち時間を家族で楽しめるレシピ
手作り皮でもちもち餃子（ぎょうざ）パーティー！

みんな大好きメニューの餃子を、皮から作ってみませんか? 皮作りは子どもと粘土感覚で楽しめるし、何より手作り皮のもちもち感は絶品！材料は、冷蔵庫にある残り物を代用しても◎。いろんなアイデアを加えながら、楽しくおいしく手作りしてみてね♪

基本材料（40～50 個分）

【皮】

小麦粉（できれば薄力粉と強力粉を半々）	500g
水	1 カップ強
薄力粉（打ち粉用）	少々

【あん】下記の材料をボウルに入れて混ぜる

ひき肉	300g
白菜（みじん切りにして水気を切る）	250g
ネギ（みじん切り）	50g
しょうが（みじん切り）	1 片
塩	小さじ ½
酒	大さじ 1
しょうゆ	大さじ 1
こしょう	少々
ごま油	大さじ 1

皮の作り方

① 小麦粉の真ん中をくぼませて、少しずつ水を混ぜていく。
② ある程度混ざったら台に打ち粉をふり、①を十分こねる。
③ ダマがなくなり、耳たぶぐらいの柔らかさになるまでこねる。
④ 生地を丸くまとめて、絞った濡れ布巾をかけて20分ほど休ませる。
⑤ 台の上に打ち粉をして④を乗せ棒状に伸ばし、40～50 個に切り分ける。
⑥ 手のひらで押さえて丸く平らにし、めん棒で薄く伸ばす。

できた皮にあんを包んで、餃子の完成！
焼いてもいいし、小さめに作って水餃子にしてもおいしいよ♬

ネギを残り物の大葉やニラ、バジルなどに変えても！

ひき肉をさんま水煮缶にして手軽に魚を取り入れて

レシピ提供
やまぐち料理研究会
代　表　幸徳 百合恵（こうとく ゆりえ）さん
U R L　https://blog.canpan.info/yryouken/
月に1度集まって旬の食べ物やいただきものを有効活用したレシピを考え、子ども食堂などに提供しています。

クイズに答えて非常食セットをもらおう

右のQRコードもしくはFAX、メール、はがきに以下を明記のうえ、さぽらんてまでご応募ください。

1. お名前・郵便番号・ご住所・年齢・職業・電話番号
2. クイズの答え
3. ええやん新聞を手に入れた場所
4. 取り上げて欲しいテーマ、市民活動団体
5. ええやん新聞23号へのご意見、ご感想

※ご記入いただいた個人情報は、その目的以外での利用はいたしません。

フリーズドライ非常食3点セット

5名様

締切 2021 年 5 月 31 日

当日消印有効。当選発表は引換券の発送をもって代えさせていただきます。
賞品はさぽらんてでの引き換えとなります。

Q

このマークの名前は？

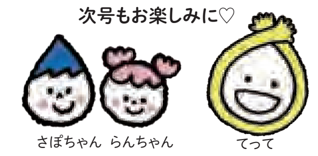
〇〇ー〇マーク

さぽらんては、みんなのために活動している団体やこれから何かをはじめたいと思っている人たちをサポートします

山口市市民活動支援センター さぽらんて

つどう　つなぐ　つたえる　ささえる

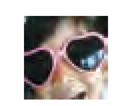
次号もお楽しみに♡



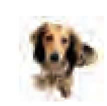
市民広報記者編集後記

『ええやん新聞』では、一般公募による市民が記者となり、身近な取り組みや市民活動を紹介しています。（年2回発行）

岡部　我が家のダイニングテーブル＆椅子は1面のロールさんで購入したものです。とってもおしゃれでお気に入りの家具の一つです。子どもたちよ、宿題やオヤツで散らかすんじゃない…



吉冨　吉冨は今号でええやん新聞卒業です。あれもこれも本当に楽しかったなぁ。ありがとうございました。気になる新メンバーはとっても素敵な方々ですよ。



藤岡　しらさぎキッズさんが「大下さんには本当に感謝の気持ちでいっぱいです！」と言われていました。人にはそれぞれ役割がある。これを紙面で伝えるのが私の役割かな♪

学生スタッフ築山　最近、ゆず胡椒にハマってます♪鍋はもちろん、味噌汁やお刺身にも相性バッチリですよ～☆そして、今回4面記事に初挑戦しました！優しい赤ペン先生方の助けをたくさん借りながら勉強させていただきました(笑)

山口市市民活動支援センター さぽらんて
〒753-0047 山口市道場門前 2-3-6 どうもんビル 1 階
TEL 083-901-1166　FAX 083-901-1165
メール info@saporant.jp
HPはこちら

デザイン・イラスト / ヤマデラワカナ

こどものための ええやん しんぶん

自分たちができる防災ってなんだろう？

山口っ子避難所物語

避難所って知ってる？そう、災害が起こったときに危ないところから逃げるための場所のこと。山口市では、水害や台風などのときには地域交流センターや学校などが避難所になるんだって。避難所にはどんな人が集まるのかな？一緒に考えてみよう。

明日また避難訓練じゃね。
避難する時がほんとに来るんかな〜って思わ？

うち、去年の夏の水害のときに避難所行ったそ。

え！知らんかった！ぼくんちの方が水害に遭いやすいんかと思いよった。
でも、去年は大丈夫じゃったよ。

うちの弟は発達障害があるから災害時要配慮者っていうのに登録しとるんて。
こんなマークももらっちょるよ。足の悪いおばあちゃんもおるし「うちは早めに避難せんといけん」って、ママがいっつも言うんよね。

この赤いの、知っちょるよ！ヘルプマークじゃね！
あれ？この白くて丸いのも、何かのマーク？

※災害時要配慮者全員がヘルプマークやサポートマークを付けているとは限りません。

こっちはサポートマークって言うんて。
どっちも見た目にわからんけど手助けがいるよ、っていう意味らしいよ。

そっか。避難所に行ったら、ぼくらみたいな元気な子どもばっかりじゃなくて、病気の人とか車いすの人とか、いろんな人がおるもんね。

確かに。病気や障害がある人もじゃけど、お年寄りや赤ちゃんとかも気になるね。あと、ペット。うちは犬がおるけぇ、お母さんが避難所に連れて行かれんからどうしようって心配しちょる。

そうやね、ペットも家族の一員じゃもんね。それやったら同じクラスのリチャードは大丈夫かね？このへん外国人が多いもんね。

ぼくがもし外国に住んじょったら…言葉がわからんのに災害が起きたら…
ひえ〜！恐すぎる！

そう思うと、うちのお隣のベルラキさんって、いつもお祭りとかでお手伝いしたり、うちにハンガリーのおみやげ持ってきてくれたりするけえ、避難所に行くときは一緒に行ってあげたいね。

そういう人は災害とかの時、大丈夫じゃろうか？って気になるし、声をかけてあげんと！ってなるね。

自分たちができること

避難所に集まった地域の人たちが安心して過ごすために私たちができるのは、地域にはいろんな人がいるってことを知っておくこと。日ごろから通学路などであいさつをすること、近所に住んでいる人と仲良くしておくことも、防災につながるんだね。

取材協力
親子で防災＠みやの
代　表　福田 みゆきさん
U R L　https://blog.canpan.info/okbmiyano/
宮野に住む障害のある子どもの母親を中心とした団体。障害特性のため避難所に入れない、防災食が食べられない子がスムーズに避難できるようにと、年に1度「防災ピクニック」を行っている。

発達障害のある人のepisode

私は、飲食店の厨房スタッフとして働いています。料理手順や盛り付けなど、決められていることを丁寧にできるので喜ばれています。でも、私は発達障害があるため曖昧な指示やペース配分が苦手で、「適宜水分補給を」「トイレに行きたくなったら」と言われても、それがどういう時なのかわからなくなるんです。「のどが渇いた」「疲れた」「暑い・寒い」「眠い」などの感覚は曖昧で、自分の身体だけどどこまでがOKでどこからが我慢なのか…。

そこで、職場の人と事前に準備することにしました。「いつ」「誰が」「何を」するのか、打ち合わせをすることで安心して働くことができています。「○時からお茶を飲みましょう」などの具体的な声掛けが本当にありがたいです。

情報提供
ブルーライトやまぐち
委員長　増元 結佳さん
U R L　https://blue-yama.themedia.jp/
発達障害への理解を深め住みやすいまちづくりを推進しています！

慢性腎臓病の人のepisode

会社の健康診断で腎臓が悪いことが分かりました。透析をしないと死んでしまうので、30年前から週に3回の透析療法を続けています。1回の透析には4〜5時間かかるので、仕事を午前中で終わらせ病院へ行かなければなりません。他の人が仕事をしている中で病院へ行くのはとても申し訳ない気持ちでした。会社の理解があったので、どちらも続けることができたと思っています。

透析をしていると、旅行や出張に行けないと思われがちですが、出先の病院で透析をすればいいので海外旅行も行けるんですよ！

情報提供
認定NPO法人 **山口県腎友会**
代　表　吉村 隆さん
U R L　http://www.npojinyama.net/home/
腎臓病患者、主に透析患者の医療と生活の向上を目指しています！

在住外国人のepisode

留学生として山口市に来たのは6年前です。ある程度日本語の読み書きはできるので、今までそんなに困ったことはありませんでした。しかし、一昨年のGWに体調が悪くなったときは大変でした。祝日にどの病院が開いているのか、どうやって病院を調べたらいいのか…。病院の名前を見ても「耳鼻科」「内科」「診療所」などの日本語は複雑で、熱と息苦しさでしんどい時に判断するのは難しいものでした。

大事なことは簡単な日本語や英語でも伝えてくれると嬉しいなと感じています。そして誰にでも同じように情報が伝わる仕組みがあればいいですね。

関連団体
国際交流ひらかわの風の会
代　表　中村 幸士郎さん
U R L　https://www.facebook.com/groups/1428619287280806
山口市平川地区で外国からの留学生のサポートをしています！

みんなのepisode

シングル家庭のepisode

ぼくが小学1年生の時にお父さんとお母さんは離婚しました。そして、お母さんと弟と3人で暮らすようになりました。その生活に少し慣れた2年生になる時に、名字をおじいちゃんおばあちゃんと同じに変えることに。名前が変わるのは嫌だなと思っていたけど、学校の友達で何か言う人はいませんでした。みんながそのままでいてくれて嬉しかったです。（兄）

「なんでお父さんがおらんの?」と、下の息子に保育園で毎日聞いてくるお友達がいました。私は、親の都合で子どもに嫌な思いをさせてしまっていることに、悔しく辛い気持ちでいっぱいに。しかし、発達障害があるそのお友達は、うちの子が好きでそこに強く興味を示してしまうのだとわかり、すっと気持ちが落ち着きました。（母）

情報提供
.style
代　表　小西 凡子さん
U R L　https://dot-style.org/
山口市を中心にひとり親の支援活動をしている当事者団体です！

アレルギーのある人のepisode

私は、卵と乳と小麦のアレルギーがあります。みんなが大好きなアイスクリームやケーキなども食べることができません。でも「かわいそう」だと思われると悲しいな。だって、母はどんな料理も私が食べることのできる材料で作ってくれます。学校の先生は、アレルギーの対応がどの先生でもできるように母と相談して私のマニュアルを作ってくれました。それって、私の命を守ってくれる人がたくさんいるってこと。だから「かわいそう」ではないでしょう?（高校生）

娘に食物アレルギーがあることが分かってから、買い物するときは成分表をチェックするのが私の日常になりました。それは食べ物だけでなく、体に触れるシャンプーやおもちゃまであらゆる物の成分を確認しています。工作で牛乳パックや小麦粘土を使うだけでもアレルギー症状が出るので、気をつけているんですよ。（母）

情報提供
アレルギーっ子の会「ぽれぽれ」
代　表　田辺 理恵さん
U R L　http://blog.canpan.info/pore2/
アレルギーっ子のママたちが情報交換や仲間づくりをしています！

みんなちがって あ・た・り・ま・え

「多様性」という言葉を耳にすることはあるけれど、何だか難しそうですよね。でもきっと、今までの型にはめずに一人ひとりの力が発揮できるなら、それはステキなことに違いないはず。まずは近くにいる相手を、先入観にとらわれず知ることから始めてみませんか？

制服だって選べる時代！

男子だから女子だからという画一的な決めつけではなく、自分が活動しやすいと感じる制服を自分で選べる学校が全国的に増えているそうです。確かに、自転車通学の時や寒い日の登下校はスカートよりもスラックスのほうが動きやすくて合理的ですよね。

その他にも、ボタンを掛けることが難しい生徒にはマジックテープにする、アレルギーのある生徒のために素材を変更するなど、生徒一人ひとりの事情や気持ちに寄り添った対応をしている制服も。時代とともに制服の「あたりまえ」も変化し続けています。