

# 市民活動ニュース

第123号

2011年7月

## もうやめよう！ ひとりで悩むのは 気分障害サポートグループから



ストレスの多い現在社会、心療内科に通う人が増えています。診断名こそ、うつ・パニック障害・強迫性障害・社会不安障害・摂食障害など様々ですが深刻な状態になっても他人に言えず本人も家族にも深い悩みとなっている場合が多くあります。医学的な治療はもちろん必要です。それに加えて同じ悩みの人、既に回復した人が集まって、率直に気持ちを話し合い、新たな生き方を見つける場をつくりました。キーワードは「もうやめよう！ひとりで悩むのは」です。

こんな想いから、亀山市にも自助グループが結成され定期的に集まりの場を持っています。それが  
サロン ド トゥールービューティー  
Salon de “TRUE BEAUTY” の活動です。診断名の有無にこだわらずに、悩める人たちが安心して話せる居場所として、うつ・対人恐怖をはじめとする病気に苦しんできた人、自分の心から抜けない怒

りや無力感などから解放されたい人などが集まり、心理カウンセラーも一緒になって自分を癒していく試みを行っています。

それでも、集まりは容易ではありません。その日の体調に左右されたり症状がひどいと外に出られない人もいます。みんなとの会話が成り立たない人もいます。このような状況があるのを認めた上で、それでも粘り強く続けていくことが必要なのです。1対1での心理カウンセリングを受けるのは経済的に困難な方もいます。そんな人たちのためにも市民グループの果たす役割は重要といえます。本紙3ページもご覧ください。

サロン ド トゥールービューティー  
(「Salon de “TRUE BEAUTY”」 河西)

## 改良進む西野公園 めざそうバリフタウン全国大会

この秋、三重県で全国大会としては初めて開催される「めざそうバリフタウン全国大会」(車椅子レクダンス全国大会)は亀山市西野公園が会場です。一過性のイベントで終わらせることなく、この全国大会をきっかけにバリアフリーのまちづくりが進むよう市民と行政がそれぞれの専門分野を活かして会場の準備等を進めています。西野公園では車椅子での「てくてくマラソン」が開催できるよう段差の修復や多機能トイレの整備が行われています。これにより大会後は誰にも利用しやすい運動施設となることでしょう。

### 家から戸外へ出よう！出られるようにしましょう！

「めざそうバリフタウン実行委員会」は大会を機に亀山をハード・ソフト両面からのバリフタウンにしていこうと考え行動しています。(めざそうバリフタウン実行委員会 渡邊)

11月11日(金)	午前	会場準備
	午後	車椅子レクダンス復習会、交流会
11月12日(土)	午前	てくてくマラソン、関宿探訪
	午後	車椅子レクダンス全国大会、懇親会
11月13日(日)		伊勢神宮参拝

市職員と現地で改修工事の打ち合わせをする実行委員会スタッフ



**市民交流の日** 毎月21日19:30～21:30 ところ:市民協働センター「みらい」**5月のテーマ: 『花談議しませんか』**

今回は初めての試みとして「花談義」です。自然の花に詳しい「自然に親しむ会」代表の福永さんにもお越しいただき、一緒に意見交換に入っていただきました。インターネット版で全国初と言われる亀山市史が完成したので、プロジェクターでいろいろな花の画像を見て楽しく学習する場にもなりました。

**話し合いから**

- ・亀山市史のサイトにも植物のコーナーがあり、読んでいて楽しい。ぜひ活用してほしい。
- ・昔は至るところに桑の木(実)があつて子どもの遊びの場でもあつたが今は無い。
- ・春先の荒地には、マツバウンランが群生し美しいが、名は知られていない。外来種である。
- ・西端の尾根にはホンシャクナゲが群生している。山でしか生育しないが花期には見事である。
- ・加太の奥の方にクリンソウが自生している。
- ・ササユリがいつの間にか里山から消えた。楠平尾のササユリの里で保護栽培されている。
- ・根っこから引いたわけでもないのになくなっていく花がある。自然環境の変化であろう。
- ・各所で外来種のオオキンケイギクやタカサゴユリが繁殖している。
- ・以下のとおり参加者が知っている花をあげて紹介し、インターネット上で写真を確認して話合った。

花菖蒲・・・亀山市の花

フジバカマ・・・土地に生えているものがなくなった。

コゴミ・・・草ソテツ、天ぷらにするとおいしい。

ウツギ=卯の花...佐々木信綱記念館の周囲にはたくさん咲いている。

ガクウツギ・・・アジサイの仲間、美杉村の円周林

コブシ・・・岐阜県よりも北にしか生えていない。

クリンソウ・・・加太の山にある。

ホトケノザ・・・七草とは違う

オオイヌノフグリ・・・亀山の街中にあつた。

イヌマキ・・・実がおいしい。

マツバウンラン・・・外来種、駆除対象。

オオキンケイギク・・・外来種、駆除対象。

ササユリ・・・生えている地域が減少している。

ミツマタ・・・今年は見ごろが遅かつた。

ミツバツツジ・・・石水溪に生えている



**この集まりは、毎月21日に(土日、祝日関係なく)19時30分から21時30分に「みらい」で開催しています。申し込み無しで、誰でも自由に参加できます。聞くだけの人も大歓迎です！ぜひ、一度お越しください。**

**7月21日(木)のテーマ**

19時30分～21時30分です。

**どなたでも自由に気軽に参加できます。あなたの想いをお話してください。**

～ 輪を広げましょう! (^o^) ～





## あのひと、このひと

このコーナーは、市民活動団体などで活動している方に、活動を始めたきっかけや活動の内容、今後の展開、これから活動を始める方へのアドバイスなどを率直なことばで語っていただきます。

今月は、『伊勢型紙彫刻画』のみなさんです。

活動は、毎月第二木曜日の午後1時～3時に行っています。  
活動の拠点は、市民協働センター「みらい」です。

現在、グループに所属している人数は6人で、50～70歳代の方が活動しています。

活動内容は、動物や景色等の絵を遠近感を出しながら伊勢型紙に彫って作品を作っています。

彫りたい風景が描がかれている紙の下に、伊勢型紙を置き、細くて丸い刃で穴を開けながら模様を作っていきます。風景に日が当って明るいところには大きな丸い穴を開けて、模様を作り、影になって暗いところには小さくて細かい丸い穴を開けて表現します。道具のひとつひとつに穴を開ける大きさの差があるので、色々な表現をすることができます。

伊勢型紙彫刻画は、細かく、時間のかかる作業ですが、一度取り掛かると時間を忘れて、夢中になって作品を作っています。

今後は、今までよりも一層濃厚な作品を作れる様、努力していきたいです。

問合せ先：82 - 3556 (渡辺)



活動の様子  
市民協働センター「みらい」にて





7/9

## たなばたコンサート2011

と き: 7月9日(土) 午後0時30分開演(午後0時開場)

と ころ: 亀山市文化会館 大ホール

入 場 料: 無料

内 容: 第一部 琴修会(大正琴) 下庄弥生会・琴修会(大正琴)  
 川崎滝寿満乃会(三味線合奏・民謡) 川崎滝寿会(民謡)  
 川崎瀧進会(三味線合奏) 正調鈴鹿馬子唄保存会(民謡)

第二部 菊娜祇社中(箏曲) 箏曲千代美会(箏曲)  
 コールみか(コーラス)

ゲスト出演: 車椅子レクダンス普及会亀山支部(車椅子レクダンス)

K-LMCリハーサルバンド(ジャズ)

主 催: 亀山市、亀山市芸術文化協会

後 援: 財団法人亀山市地域社会振興会

問合先: 82-0403(宮村)



7/9

## 今、原発を考える

福島原発問題に取り組む、フォトジャーナリストの伊藤孝司さんに原発問題を語っていただきます。  
 多くの方に参加していただきたいと思います。

と き: 7月9日(土) 午後1時30分～午後4時

と ころ: 城西地区コミュニティ 集会室

参加費: 無料

主 催: 亀山九条の会

問合先: 83-0712(坂)



## ついに夢のB1グランプリへ B1グランプリのスタッフ募集

今や知らない人はいないであろう、ご当地グルメの巨大祭典「B1グランプリ」。この秋には、兵庫県姫路市で50万人が集うビッグイベントが開催されます。この大会に亀山市から市民グループ「亀山みそ焼きうどん本舗」の出場が決まりました。今までの市内でのイベントの20倍以上になる1万5千食を提供する驚異的なイベントです。めったに無い機会にボランティアとして参加し一生の思い出に残しませんか?



この秋の支部大会(愛知県豊川市)及び全国大会(兵庫県姫路市)でのボランティア(約50名)を募集します。

仕事内容: テントブースで材料準備や調理、盛り付け、販売等で40人、観客誘導、かめみちゃんと歌い踊る会場盛り上げ等で10人

## 2011中日本・東海B-1グランプリin豊川

支部大会: 15万人規模のイベントです。

と き: 9月24日(土)、25日(日)

と ころ: 豊川市のイベント会場(バス移動予定)

出 発: 9月24日(土) 帰着: 24日(土)夜

出 発: 9月25日(日) 帰着: 25日(日)夜

24～25日、通しての参加も大歓迎です。

## B-1グランプリin姫路

全国大会: 50万人規模のイベントです。

と き: 11月12日(土)、13日(日)

と ころ: 姫路のイベント会場(バス移動予定)

出 発: 11月11日(金) 帰着: 12日(土)夜  
(前日出発で宿泊し12日に参加します)出 発: 11月12日(土) 帰着: 13日(日)夜  
(宿泊し13日に参加します)

11～13日、通しての参加も大歓迎です。



## 6/8、9

## 亀山市民ネット説明会を開催しました

6月8日、9日に市民協働センター「みらい」にて亀山市民ネット説明会を開催しました。説明会では、三重県政策部「美し国おこし・三重」推進室より「美し国おこし・三重事業」についての紹介を受けた後、市民ネットの主旨説明と登録方法、また、市民ネットを含むみらいのHPの使い方について講師であるNPOパソコンサポート亀山の伊藤幸一さんに説明していただきました。また、説明会終了後には現在市民ネットに登録されている情報の変更作業も行っていました。

今回は、市民協働センター「みらい」を利用しているが市民ネットには未登録であった市民団体にも説明会に参加していただき、2日間で計53名と多くの人に参加していただきました。市民ネットの存在を全く知らなかった人も

みえたようで、今回の説明会を機に市民ネットについて理解していただき、登録を考えて頂いた団体が多く現れましたので、大変良かったです。

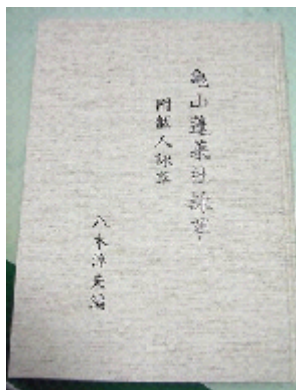
亀山市民ネットの登録は、市内に活動拠点のある市民活動団体で、一定の要件を満たしている団体であれば登録することが可能です。また、亀山市民ネットに登録をされていない団体はぜひ登録をしてみてください。詳細は、亀山市民部 市民相談協働室までお問合せください 問合せ先：84-5008

## 市民協働センター「みらい」に寄贈していただきました

なかよし小物サークルさんから、市民協働センター「みらい」にかわいいペン立てを2個寄贈していただきました。見た目もかわいく、多くの収納スペースがあるので大変便利です。受付とインターネットパソコン横に設置させていただきました。大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



ペン立て



亀山蓬萊社詠草

ほうらいしゃいそう

また、八木淳夫さんからは、ご自身で編集された「亀山蓬萊社詠草」を市民協働センター「みらい」に寄贈していただきました。

幕末期、亀山では佐々木弘綱大人に指導を仰いで旧派和歌が流行り、その流れの一つが「亀山蓬萊社詠草」として昭和十六年頃まで存在していたそうです。その「亀山蓬萊社詠草」の資料を基にまとめられたものを寄贈していただきありがとうございました。とても貴重な本ですのでぜひ一度ご覧になってください。

## 市民活動ニュースに掲載する情報・お便りを募集しています

詳しくは、市民相談協働室 (Tel 84-5008、Fax 82-1434、Email: shimin@city.kameyama.mie.jp)  
又は、市民協働センター「みらい」(Tel 84-5800、Fax 84-5801、Email: mail@shimin-kyodo.sakura.ne.jp  
東町一丁目8番7号)までご連絡ください。

編集作成：「きらめき亀山21」広報部（問合せ先：亀山市民部市民相談協働室〒519-0195三重県亀山市民本丸町577番地）  
市民活動ニュース配置場所：毎月21日市民交流の日・本庁ロビー・市民協働センター「みらい」・関支所・図書館・歴史博物館・医療センター・総合保健福祉センター「あいあい」・関町北部ふれあい交流センター・林業総合センター・鈴鹿馬子倶楽部・老人福祉センター・健康づくり関係センター・青少年研修センター・各地区コミュニティセンター・亀山郵便局・亀山駅前郵便局・亀山駅・百五銀行亀山支店・市民のショップねこの館・茶気茶気・オアシス館・鈴鹿県民センター・みえ市民活動ボランティアセンター（津市）  
ホームページ <http://shimin-kyoudo.sakura.ne.jp/kirakame21/> 市民ネット <http://www.shimin-kyodo.sakura.ne.jp/shiminet/>  
「きらめき亀山21」メーリングリストへの加入は「きらめき亀山21」HPより登録できます。