



# NPO法人心澄の会報誌



NO. 41

PN.ゲシルイ

どうして夏ってくるのでしょうかね…  
こんなに暑かったら何も考えられない(\*° ρ°) ボー  
海？川？花火？祭？  
季語が思いつかない~(° ° ;))`。オロオロッ。。’’((;° °) ~  
みなさん夏を堪能してますか！？  
さあ、夏らしくこんな手抜き冒頭で会報誌スタートです！！ (笑)

文責 宮本

## ご報告

### <居場所> ☆☆

書くことがないなあ…。いや、色々やってるんですよ！！  
ただ、全員参加型会話トレーニングとかプログラムのようなものやってるもんだから、  
大きな変化はなくα~ (一、一”) ンー

あつ、ありましたよ！！(・ ・ ;))。オロオロ。。’’((;・ ・)

時々イベントあっていますよね？

題して、“居場所メンバー発案 夏だね！川だね！よし、行こう！！”

今回は居場所のみんなで場所とか、どうするとかの流れとか考えてるんですよ！！  
もしかしたら…、突然、私から何かお願いの電話があるかもしれませんが、その時は是非是非受けてくださいね>\_<



### <家族会>

今回は、3家族とスタッフ一名の参加でした☆

今回はみなさん、前へと進んだ方や、元気になられた方、具体的にどうするのかなど話し合った方が多かったようです☆

初めての方もおられたようで、家族会で新たな情報や、親としての交流や愚痴りあいなど、皆さんにとって、意味ある場にしていきたいと思っています。

このような形で、皆様のお声を聴かせて頂けることを有り難く感じています。

選挙日にもかかわらず来てくださって感謝です！！

## 今月の予定

【家族会】川遊びの予定なので、別紙をご覧ください。

スタッフの予定で、家族会と居場所イベントを共同させてもらっていますm(\_)\_m ゴメンナサイ

【居場所】居場所開設します。ランタナの心澄事務所を居場所としてご利用できます

<日時> 毎週火曜日 14時30分~17時

【人形劇】ランタナの心澄事務所で開催を行います。いつでもご自由にご参加ください☆

<日時> 毎週土曜日 15時00分~17時

【清掃ボラ】清掃ボランティアします☆ ※変更あるので詳しくは聞いてください>\_<

<日時> 金曜日 おそらく15時ゆめおす集合 (一時間半程度)

# ～人形劇報告レポート～

人形劇って何やってるの？という方も大勢いらっしゃるでしょう？

そんな皆様のお声にこたえるために！！(って誰も言ってませんが(笑))

参加者の皆さんに送っているメールレポートの出張です(@^▽^@) わあーい

ちなみに、このレポートは参加者ではなくても、希望者全員に送っているの、希望される方は遠慮なく教えてくださいね(y^^y)ピースピース

もちろん、BCCで送るので、メールアドレスも誰にもわからないので安心してください☆

って、思ったら、文が多くて入らなかったの、別の紙に記入したので、そちらをご覧ください(笑)

## ☆清掃ボランティア☆



PN.ゲシルイ

気付きました>\_<

清掃ボランティアって突然、出てきた感じですよ？

実は、来ている方数人で、清掃ボランティアを始めたんです！！

真面目に、活動目的をお伝えしたいと思います☆

一つは目的をもった活動の場を増やすことです。居場所はだら～つとしてるので、目標に向かっていく感じではありませんし、人形劇は目標に明確に向かっていく感じですが、仕事に関連するけど直結しないことも多いと思います。

清掃ボランティアは仕事に必要な多くのことを含み、練習の目的を持っています。

○清掃するという目的を持った**作業を継続的に行う**練習

○清掃するということは**人の役に立つ**

○建物内なので職員へ挨拶をすることで、仕事を始める**最初と最後の挨拶の練習**になります

○人の出入りがあるため**突然の挨拶の練習**ができる

○ボランティアが終わった後はみんなでお茶を飲んだりするため、**仕事休憩の練習**ができる

※休憩をどう過ごすかは個人の自由なので、休憩に参加できなくても心配しないでください。

休憩の輪に参加しない休憩も練習だと思ってます☆

などの目的を持って行っています。

興味ある方は、ご参加、ご連絡ください。毎回、心澄のスタッフがいるので、安心して参加してもらえらと思います☆

## ☆賛助会員を募集しています

心澄では活動の趣旨を理解し応援していただける方を募っています。賛助会員の方には、イベント案内や会報誌などを送付させていただきます。よろしく願いいたします。

一口 5000 円 下記の振込先まで

振込先 【十八銀行 北支店 普通 1011261 特定非営利活動法人 心澄】

### お問い合わせ先

NPO法人 心澄(しんじょう) 長崎市馬町2-1-1

市民活動センター「ランタナ」内 事務室4 心澄 TEL 090-7445-1853 (宮本)

<http://www.shinjou.cho88.com/>

## 人形劇みんなへの報告レポート！

初めまして？ スタッフの宮本です☆

これから毎週？、人形劇の練習でしたことや、決まったこと、流れなどをみなさんに定期的にお届けしようと思っています o(^O^\*=\*^O^)^o

なので～

最近練習に行っていないけど、どうしよう>\_< 行きたいけどいきなりは…

興味あるけど見学もハードルが高いし TOT 最近どんな感じ？

などなど、いろいろお気持ちが軽減されれば、という期待も持っています☆

ちなみに、どなたへも送るので、このメールが欲しい人がいる時は、どしどしお伝えくださいね！！

さてさて、ちょっとレポート形式で書くので、堅い部分もありますがご愛嬌で>\_<

### ◆参加人数

合計：6名（男性：4名 女性2名 参加者：4名 ボランティア：1名 スタッフ：1名）

いっぱい？参加してくれました～。喜びの拍手～(≧ ≦)Ω ヨッシャ！

### ◆内容

30分活動して、5分くらい休憩という流れでした☆ やった順に書くと、

①人形劇ってなあに？ということで、人形劇について説明しました！

②人形劇ってなあに？第二弾！(笑) ネットで人形劇を見ました☆

③発声練習！これから毎回行きますよ(; - 0 -) ; - 0 -) ; - 0 -) ～～～♪

④話し合い～☆

この中で、発声練習をしてみよう！など、毎回の約束事をいくつか決めてみました

演劇の練習だけでなく、声を出すことでの心理的効果も高いのですよ

身体がほぐれるからですね～～。ちなみに、この報告も、約束事の一つです☆

人形劇の映像を見ながらイメージトレーニングをして、

まずは台本を決めよう！という事で7月までに台本候補を決めることが課題になりました。

さ～来週にバトンタッチ！！

来週はどんな人が来てくれるのか楽しみだな～

### ◆次回予定

○発声練習 ○ネットで人形劇を見る ○台本について話し合う

ってな感じです☆

分かりづらかったですかねえ？ ^ ^ ;

まあ、初回なので許してください>\_<

もっと知りたい！などあれば遠慮なく問い合わせください！(笑)

ではまた～

## 第4回レポート

7月が終わって、8月に入りましたね！

世間では夏祭りやら、海やらプールやらと夏らしいイベントが開催されていますが、みなさんが8月に楽しみな事は何ですか？？

—ふむ、なにに？居場所の川遊びだって？私も楽しみ～（宣伝ww）—

こほん。それでは、7月27日の練習報告しま～す！！

### ◆参加人数

合計：9名（男性：4名 女性：5名／参加者：4名 スタッフ3名 お客様2名）

今回はJT（スポンサー様ですよ！！）からお客様をお迎えして過去最多の参加人数でわいわい練習しました

みんなで輪になって発声練習したり、JTさんとスタッフで‘どっちが声を長く出すか’で一騎打ちになったりと真剣6、笑い4だったり楽しかったです。あ、今週はスタッフ3名参加予定です。皆様とランタナでお会いできるのを楽しみにしてますよ～

### ◆練習内容

書記係が詳細な記録を元に報告しますよ♪（`・ω・´）v

①自己紹介 ※新しい人も多かったのです！！

②前回までの報告

③発声練習 スタッフvs JT職員の一騎打ち！！

④台本決め

⑤講演までのスケジュール決め

さて、楽しいことや発見やは多々あれど、今回は④⑤がメインです！！

まずは④から♪“長崎の昔話”を持ち寄って話し合いと投票で決めました。

台本を作ってもらう演目は「ぎんぎらぎんとぴんぴらぴん」「横向き地蔵」の2編になりました(●\*>□<p喜q)\*°・。

話し合いでは、色んな意見が出ましたよ！「市内の話がいいよね？」とか、「ストーリーが単純で分かりやすいもの」など、見てくれる人目線の意見も寄せられてスタッフの方が教えてもらったり（嬉し〜嬉し）ノ

吟味に吟味を重ねて投票へ…見事に2編が選ばれたのです！！台本が出来るのが今から楽しみです

⑤もみんなで必要な用意を出しながら、早めに必要な準備順に並べて行きました。

音楽とか、小道具作りとか、証明とか…etc 沢山意見が出たから書ききれない～

みんなどんどん意見を出してくれるから書記係の指が…お・い・つ・かない！！なんてハプニングも（笑）次の練習の予定でも

参加者「物語を見ながら必要な物や人物を抜き出していくこう」「是非、それで（●>ω・）ノ！」と即決されたり。皆さんのおかげでどんどん具体的になっていく人形劇！

次回は物語から必要な物と人物（人形）を抜き出しますよ

みなさん是非ご参加くださいぐ(° U° ★)ノ`・\*:・