

これまでNPO法人・心の笑顔サポートセンターの10年間の活動を支えてくださった会員の皆様からも多くのメッセージが寄せられました。理事や監事だけでなく、ご主人の海外赴任先から送ってくださった方、子育てや親の介護に悪戦苦闘されている方、子育ても終え、第二の人生を模索中の方などなど。これまでの活動に對する思いだけにとどまらず、現在の心境を吐露してくださった方など、内容もバラエティに富んでいます。皆様からのメッセージをご紹介します（順不同）。

★鈴木正衛

『私の心の宝物』

私は、NPOの設立に参画させて頂いたメンバーの一人なのですが、恥ずかしながら、なぜか活動の記憶がほとんどありません。思い出すシーンといえれば、いつもテーブルの上にご馳走が並んでいて、先生のご指名で乾杯の発声をしているシーンばかりです。

他方、小山田先生をはじめとする理事の方々や会員さんとの

交流のシーンは鮮明に私の心にとどまっています。どれも思い出すだけで「心がほんわか」してくるシーンばかり、私の「心の宝物」です。

りんごのようなホッペで郷里を出てから十一年、私、紅顔可憐な正ちゃんも、今年ついに喜寿を迎えました。長い人生の中でときには私自身が「心の笑顔」のサポートがほしいときもありました。もしかしたら、これからもあるかもしれません。残念ながらNPOは解散となりましたが、私がそんなピンチのときは、きつとみなさんから頂いた「心の宝物」が末永く私をサポートしてくれることでしよう。

★高橋美樹

この度のNPO法人心の笑顔サポートセンターの解散についてはとても寂しく感じています。けれども、講師として、スタッフとして活動なされた方々から様々な形で伝えられた事はきつと多くの人たちの心に言葉とし

て、思いとして残っていくものと思います。そしてそれらがまた、その方達から伝わっていく、そんな事を成した素敵なおものであったと思います。

私は今、主人の転勤でベトナムに住んでいます。この地において出会う方々には心の笑顔サポートセンターの心を持って接していこうと努めています。NPO法人としての形はなくなりましたが、多くの人たちの心の中にメッセージはつと生き続けていくのだなと思います。

会員でいられて良かったです。ありがとうございます。

★竹内裕子

NPO法人心の笑顔サポートセンターの活動に、電話相談員の一人として7年参加させて頂きました。

相談員になってから3、4年くらいしか経っていないとばかり思っていたのですが、気づいたらこんなに長く続けていました。周りの皆様の優しさや温かさがあったからこそ、ここまで

続けることができたのだと思います。また、若手(?)として、傾聴や電話相談のことだけでなく、おしゃべりを通して、人生の諸先輩から多くのことを学ばせて頂きました。

NPO法人がなくなってしまうことは寂しいですが、CHRでまた皆様にお会いできる日を楽しみにしています。

★福知薫

私のこの10年間の生活はNPO活動とともにあり、紙芝居講座、電話相談、サロンと充実した日々を送ることができました。初めて人前で講座をした時の緊張感や、NPOの仲間といろいろな場所に紙芝居講座に出かけたことは楽しい思い出です。そして小山田先生、石橋さん、NPOの皆さんと出会えたことは私の宝物です。

また途中からNPOの会計をすることとなり、もともと会計をされていた吉川さんが、会計や簿記など一切知らない私に手取り足取り教えてくださいました。吉川さんは、私が何度間違っ

も、「間違えた分だけ覚えるから大丈夫！」といつも笑顔で励ましてくださいました。プラスのストロークいっぱいの方、吉川さん、ありがとうございます。

NPO活動の中で本当に多くのプラスのストロークを頂きました。笑顔で暮らしていれば良いことがあります！ 皆さん、これからもスマイルでいきましよう！

☆大木敦子

小山田先生が20年以上も前に「母親笑顔教室」を創られたと知ったのは数年前でした。20年前、子育てに少し困難を感じていた私は子育ての心理学の本を何冊も読みました。それで解決するはずもなく、問題を抱えたまま子育てをしました。その当時「母親笑顔教室」に出会いたかったです。

その後、カウンセリングの勉強の中でCHRに出会い、講座で親子関係についてたくさん学ばせて頂きました。NPOの活動で電話相談にも少し関わらせて頂きました。NPO法人が解

散したことは残念ですが、今後はこちらで学ばせて頂いたことを活かして、ささやかながら親子関係に悩んでいる方々のお役に立ちたいと考えています。小山田先生、石橋さんはじめ、NPO法人の活動を支えてこられた方々に心から御礼申し上げます。

☆藤原容子

10年間という長い活動の中で、私は母の介護があつたりで、ほんの少ししか参加できなかったことが残念です。

活動の始めの頃は、紙芝居へのやる気と熱意でいっぱいでした。発声と発音の練習に参加させて頂き、大勢の皆さんが一生懸命だったことを思い出します。また、大倉山記念館でのNPO法人設立5周年記念式典の事。ここでも、支援して下さっているお客様や、活動されている皆さんのエネルギーを感じました。すごい盛り上がりでした。私も演奏させて頂き、とても光栄でした。もちろん、先生もニコニコでした。

これからは、介護で疲れた人、大切な人を亡くされた人、一人暮らしの人、の話しを聴いてあげて。そんな活動がしたいです。

☆村山悦子

援助の仕事に幸いにも就けた頃と、NPO法人が発足し、ボランティアとして関わることが丁度重なり、並行して歩んできた10年でした。活動では、紙芝居講座や電話相談などに関わらせて頂きました。その中で、子育て中のお母さんのホッと和らぐ笑顔に触れたり、電話相談者からの感謝の言葉に、ささやかですが、お役に立てた喜びを味わわせて頂き、人は人によって支え支えられ、元気になることを実感しました。そして色々な方々との出会いは、私の視野を広げてゆく機会となりました。一人一人の力は微力であっても、それぞれ、その方の持ち味を出し合い、皆で手を繋ぐと、大きな力となることを実感し、その中で色々な体験は、自分を知る「手がかり」となりました。

この活動から得たものを今後の私の在り方に活かしていきたいと願っております。今まで関わってくださった皆様、本当にお世話になりました。そして、ありがとうございます。

☆藤尾みち

私が「心の笑顔サポートセンター」のボランティアメンバーとして活動させて頂いたのは、電話相談のわずか一年ほどです。しかもその一年は、3・11の東日本大震災の直後で、特に前半はほとんど電話がかかってくることもありませんでした。ですから、数少ない相談の内容は、今でもありありと思い出すことができます。

電話という相手が見えないツールでは、相談の内容を聴き取ることとはもちろん、それ以上にクライアントの言葉の使い方、スピードや間の取り方、さらに声のトーンや息づかいまでも感じ取ることが、いかに重要であるかを体験させて頂きました。短い期間でしたが、こうした貴重な体験が、おかげさまで現在

の仕事にも、とても活かされて
いると実感しています。

NPO法人が終了してしまう
のはとても残念ですが、ここで
得ることのできた大切な学びを
実践していくことが、私にとつ
ての使命であり、また恩返しで
もあると考え、これからも仕事
に日常生活に活かしていきたい
と思っています。

皆様との出会いに心からの感
謝をこめて…。

☆行時貴代

NPO法人心の笑顔センター
が解散となり、振り返ると参加
して10年も経つのだという事
実に気がつき、月日がそんなに
流れたということに改めて驚い
ています。

夜のサロンは、時に悩みを抱
えた方の駆け込み寺として、ま
た会員同士の親交の場として、
少人数でこぢんまりとやってき
ました。会員以外の参加がない
時が続くとがっかりしたこと
もありましたが、参加された方の
何度か利用された後、元気にな
られたと近況を伺うこともあり

ました。そんな時は、社会のお
役に立てているという存在意義
を実感しました。

NPO法人は解散しましたが、
夜のサロンはCHR研究所の活
動として、引き続き毎週第3木
曜日の19時～21時で開催して
います(会費1000円、軽食
持ち込みOK)。8月は第4週に
日程が変更となり、暑気払いを
開催します。ご縁のある方もな
い方も、集まって楽しいひと時
を過ごしませんか？

☆暑気払い

▼日時 8月29日(木) 19時
～21時。 出入り自由

▼会費 1500円+持ち込
みの何か一品(ドリンクはこち
らで用意しますが、差し入れも
歓迎)

☆森まさ子

「いつまでも!」「笑顔」をキー
ワードに小山田先生の理念や生
き方に賛同して集った皆さんは、
とても素敵なお方ばかりでした。
この会を通して、「笑顔」はもち
ろん、多くの事を学ばせて頂き

ました。これからの私の生き方
の礎にします。ありがとうございます。
いました。

☆鳥越直子

NPO法人として心の笑顔サ
ポートセンターが設立された時
からメンバーとして参加させて
頂きました。「心の笑顔サポー
トセンター」の名前を決めた時
のことや横浜でのイベントに参
加したこと、電話相談のメンバ
ーとして活動に参加していたこ
となどを思い出しています。後
半は具体的な活動のお手伝いで
きず申し訳ありませんでした。

今回、解散ということになり
寂しい気持ちですが、活動はC
HRで継続されるとのこと、ま
たいつか活動に参加できたらと
思っています。優しさや笑顔あ
ふれた心の笑顔サポートセンタ
ーの皆様とまたご一緒できる日
が楽しみです。

☆寺村圭子

『情熱と潔さ』
NPO法人を閉じる1年前に
紙芝居でお世話になりました。

様々な講座、講演会で小山田先
生から、NPO法人の立ち上げ
のお話を伺い、先生の情熱に「す
ごいなあ」と感嘆した覚えがあ
ります。

小山田先生と同志の皆様的情
熱をエネルギーに続いた10年
は、かかわった方々の心にその
情熱の灯が受け継がれていった
ことと思います。たった1年の
かかわりですが、私の心にもそ
の灯はともっています。この心
の灯を自身の生活、周囲の人々
とのかかわりの中で大事に育て
ていきたいと思えます。

法人を閉じる決断をした潔さ
にも脱帽!! 情熱と潔さ、小山
田先生の生き方に通じている気
がしています。

☆菅野千恵子

初めて先生にお会いした時の
光り輝く笑顔に惹き付けられて、
長い間出たり入ったり、中途半
端に在籍致しましたが、お陰様
で介護の重圧をうまく切り抜け
られました事に感謝致します。
私の人生プランからは道が外れ
ましたが、今、脇道を胸張って

歩いていられるのも、あの光り輝く笑顔が私の脳裏に残っている賜物と思います。

◇ ☆高橋真理子

NPOを立ち上げるといいう話を耳にしたのは、私が札幌に住んでいる時でした。それから10年。私の住まいも、埼玉、大阪、仙台と変わりました。年々時の流れを早く感じますが、それぞれの場所での出来事を思い起こすと、10年はそれなりの長い時間という感じがします。

その10年間、活動を続けてきたことは、素晴らしい！ことです。私自身がまじめに（!?）活動できたのは3年余りですが、事務所に顔を出すたびに、勉強会を開いたり、新たな試みに挑戦している皆さんの行動に感心していました。

初めて紙芝居の実演を見た時は、感動して鳥肌が立ったことを覚えています。また、ほとんど宣伝をしていないにもかかわらず、電話相談の件数が増えていることに、丁寧な対応の結果とうれしく思いました。

人の力はすごい、その力を結集して形にすることの魅力を、心の笑顔サポートセンターで改めて感じる事ができました。このことは、私がカウンセラーとして活動していく上で、これからの指針になっていくと思います。

皆様、いつか、NPOの思い出話で盛り上がりましょう。その時私はどこから駆けつけるのか分かりませんが、その土地のおいしいものをご用意します！

◇ ☆村山明美

『活動の思い出ベスト3』

①ドキドキの紙芝居初披露：小山田先生の綾瀬市の講座で『ストローク』を読ませて頂きました。相方は福知さん。今振り返ってみれば冷や汗ものですが、気持ちは一生涯懸命。紙芝居出張講座の記念すべき第一歩でした。

②鎌倉市委託事業「さらさらサロン」開催：母親笑顔教室と紙芝居講座のコラボのような連続講座を開催しました。参加者も多く好評な上、毎回紙芝居活動に参加を希望する方たちのお手

伝いまでありました。忙しいけれど、とても楽しい時期でした。

③WAM助成金の合宿研修事業：最初の企画から最後の報告書提出まで、ほぼ一年にわたる活動でした。その中には申請書の作成・PR活動・会計報告・冊子作りなど慣れない作業もたくさんありました。これまで学んだカウンセリングやNPO活動の集大成と思える事業となりました。

◇ ☆五十嵐淑子

NPO法人心の笑顔サポートセンターでの10年は私にとって自分を見直し、成長させることができたと思えるとても大切な時間でした。

母親笑顔教室（心の笑顔サロン）では、親子関係のテーマから日頃語る機会の少ない深いテーマまで話すことができ、家族の大切さとありがたさを心から感じる事ができました。そして紙芝居教室では多くの地域の子育て講座に呼んで頂き、メンバーと共に若い子育て中のお母さん、お子さんと接して、笑顔

の大切さを伝えるお手伝いができたことを今でもうれしく思っています。

「心からの笑顔を大切に…」をモットーに活動してきた私です。これからもこの言葉とともに一歩一歩進んでいけたらと願っています。本当にありがとうございます。

◇ ☆木村博子

短い期間でしたが、紙芝居講座ではお世話になりました。たくさんの小学生を前にしての鎌倉での紙芝居デビューは貴重な経験でした。

また、あの東日本大震災の日、帰宅難民となって杉溪先生、小山田先生、研究講座の仲間とろうそくの灯りの下で語り合いつながらCHRで過ごした夜のことは忘れられない思い出です。大地震のショックでみんなが茫然としている中、ろうそくやカイロや毛布をいとも速やかに調達してくださった小山田先生の姿は今でも目に焼き付いています。

現在介護の仕事に携わっていますが、これからも「心の笑顔」

を忘れずに頑張っているとうと思
っています。小山田先生、皆様、
ありがとうございます。

◇

★春日弓子

NPO法人の皆様、活動お疲
れ様でした。私は皆様の活動を
応援する以外何もできませんで
したが、いつも積極的に活動さ
れている様子を伺い、カウンセ
リングの勉強をし、それを活動
に生かし、またそこから生まれ
たより深く学習したいという意
欲をうらやましく思っています
。いつかお仲間に加えて頂き
たいと思っていたのですが、残
念です。でもこれが新たなスタ
ートとなり、活動の幅を広げて
いかれるものと思います。小山
田先生をはじめ皆様、お疲れ様
でした。

◇

★五藤美枝子

ご無沙汰しています。暑い
ですが、私は介護に仕事と元気で
す。

私の母は87歳です。このとこ
ろ体調が悪く、とうとう、新潟
在住をあきらめて引き払い、千

葉と一緒に住むようになったの
です。あれだけこだわっていた、
新潟生活ですが、思いきつたら
吹っ切れたようです。あちこち
痛がり、持病もあるけど、老化
現象が一番というところなのだ
ろう。それでも痛いのは、かわ
いそうで、見るに忍びない。病
院めぐりも一通り終り、お祓い
をしてもらったり、パワースト
ーンを買い込んだり、お墓の掃
除をしたりと忙しい日々を送っ
ています。

母はどんどん小さくなってい
きます。元々小柄な人だけど、
この暑さでまた一回り小さくな
った気がします。ベッドでくの
字になって寝ている姿は、とて
も可愛らしく愛おしい。目を覚
ませば、口癖のように、「痛いの
痛いの飛んでいけ」と言う。そ
して決まって、その後には母の
ため息「フーッ」と。

◇

★平山智子

NPOに所属したのは短い期
間でしたが、活動を通して、色々
なことを学びました。勉強会で
たくさんのアドバイスも頂き、

本当にありがとうございます。
右手先生の紙芝居講座に一度だ
けでしたが、参加できたことが、
とても印象に残っています。
乳幼児サロンでの講座に、自
分自身の子育て、小学校での読
みかせなど、現在進行中なの
で、いろんな場面に学んだこと
を生かしていきたいと思います。
今後とも、どうぞよろしくお願
い致します。

◇

★石橋由美子

10年間のNPO法人の活動
を通して、たくさんの人との出
会いがありました。中でも右手
和子先生との思い出は私の宝物
のひとつです。交流分析を説明
するツールの1つくらいに考え
ていた紙芝居が、実は日本固有
の文化である事、紙芝居の世界
の魅力、登場人物を演じる楽し
さを右手先生から教えて頂きま
した。

「紙芝居は読むのではなくて
演じるもの」と右手先生はいつ
もおっしゃっていました。初め
て右手先生の紙芝居を観た時に、
皆で感動して涙が出てしまい

「紙芝居やりたいね！」とメン
バーの気持が1つになりました。
もつと早く出会えていたら、も
つとご指導頂きたかったと残念
でなりません。先生が亡くな
られる数か月前に、「右手和子の
紙芝居ワールド」公演を実現で
きたことは忘れられない思い出
になりました。

演技力は右手先生から、交流
分析のレクチャーは小山田先生
から毎年ご指導頂きながら開催
していった紙芝居教室は、神奈
川県内、千葉、東京と色々な場
所で喜んで頂きました。たくさ
んの子育て中のお母さんや子育
て支援をしている方達と出会い、
色々な事を学ばせて頂きました。
この10年間を振り返ると、当
法人の運営を支えてくださった
理事・監事の皆さんや、各活動
(サロン、電話相談、紙芝居、
講座)を共に頑張ってきたメン
バーとの良き出会いがあったか
らこそ充実した10年間が送れ
たと思います。私達の活動の場
をと、NPO法人を立ち上げて
くださった小山田治子先生の熱
意のお陰で、素晴らしい出会い

をたくさん経験できた10年間が過ぎて幸せでした。

★TEDDY MAMA(ペンネーム)

私が『心の笑顔サポートセンター』の活動を始めたのは、7年くらい前になります。初めてNPOの会員になって、皆さんと紙芝居を作り、紙芝居の読みの練習をして、実際に子育て中のお母さんの前で、紙芝居教室を実施しました。大変なこともありました。いつも雰囲気は温かく、笑い声が絶えなかったことが一番に思い出されます。

『ストローク』と『5つの私』の普及は、まだまだだったと思います。お陰さまで私の中にはシツカリ根付きました。家族や身近な人との関係にはとても役立っています。皆さんと出会って、充実した時間を過ごせたことを心から感謝しています。入会した頃、小山田先生からこんなお言葉を頂きました。「チャンスは自分で掴むもの。チャンスを逃がさないように、アンテナを張りなさいね。」

転勤族の普通の主婦だった私に、多くの貴重な経験をさせてくださったことを本当にありがとうございます。これからも皆さんとのご縁を大切に、チャンスも見逃さないようにしたいと思えます。今後もよろしくお願ひします。

★小山田結子

『電話相談続行』

NPOが発足して始まった電話相談は相談員をバトンタッチしながら、続けてきました。NPO終了と同時に消える運命にありましたが、メンバーの何とか残そうと言う強い気持ちと好条件が重なり、今後も継続できることになりました。心の笑顔電話相談をよろしくお願ひします。

★五十嵐美貴

理事とは名ばかりで、この10年、ろくに貢献もできずにいたような気がします。本来なら肩身の狭い思いをし、足も遠のくのでしようが、それどころか、ほんわかしだ居心地の良さに惹

かれて、ずうっと留まっていたように思います。

私は宮城県に高校卒業までおりました。が、当時は隣近所の奥様方が、「お茶飲まない」と誘い合い、お茶と漬物を肴にしよつちゅう誰かの家で手芸やおしゃべりに興じていました。そこに学校から帰ってきた私達子供も加わること。そういう環境で育ってきたものから、大学受験と父の転勤で神奈川県に移り住んだ時は、周囲に知人も友人も誰一人おらず、もの寂しい思いをしたものです。

そんな中、出会ったのが小山田先生でした。先生率いるCHRに集う方々に宮城県の近所のおばちゃん達と同じ空気を感、通い詰めるようになり（あー、あれからウン十年！）、現在に至っています。今も隣近所の方々とほほとんど顔を合わせることもないため、CHRRやNPOで出会った方々のほうが、私にとっての「ご近所さん」的なかけがえのない存在です。カウンセラーになりたかった訳でもなく、勉強を続けたいという思いが強



心の笑顔電話相談

電話相談はこれまで同様行われます。

一人になった時、落ち込んだ時、誰かと話したくなかった時、介護や育児で思うように外出できないけれど誰かに辛い気持ちを解ってほしい時、私達はあなたの心の笑顔をサポートします。気軽にお電話ください。
☆毎週水・土曜、午前10時～午後4時。

045-566-0875

【編集後記】これまで心の笑顔通信をご愛読くださり、ありがとうございました。また、メッセージをお寄せくださった皆様、お忙しい中ありがとうございました。これからも会員の皆様方のご活躍とご多幸をお祈りしております。