



# マインドファースト通信

マインドファースト事務局:

〒761-0121 香川県高松市牟礼町牟礼 3720-238  
TEL: 090-2828-7021  
087-845-1715(夜間)

<http://www.mindfirst.jp>

マインドファーストは、メンタルヘルスユーザー、家族、市民一般からなるNPO法人で、臨床心理士・精神保健福祉士・看護師・保健師・医師及びその他の支援者の協力のもとに、メンタルヘルスの推進と心のケアシステムの充実に向けて活動を行なっています。

## 新年によせて

### NPO 法人 マインドファースト理事長 島津昌代

あけましておめでとうございます。

昨年は、香川県地域自殺対策緊急強化基金事業の補助をうけて新規事業がスタートしたり、会員やファミリーカウンセラーが増えるなど、法人として大きく前進することのできた年でした。ご支援くださった皆様に心よりお礼申し上げます。

しかし、新年を迎えるということが、なぜめでたいのか？ 巷がにぎわえばにぎわうほど、つらく感じている人は案外少なくないような気がします。

「めでたさも 中くらいなり おらが春」-小林一茶の有名な句で、57歳の時に詠まれたものだそうですが、一茶はどういう心境だったのでしょうか。一茶は、3歳で生母と死別し、8歳のときにやってきた継母になじめず、15歳で口減らしのために江戸に奉公に出されました。後に俳人となって諸国を旅し、39歳で故郷に戻ったものの、帰郷してわずか一か月後に実父が倒れ、看病の甲斐なく亡くなりました。そこから継母・弟との熾烈な遺産相続問題が12年間続きます。それが片づいた翌年、24歳下の女性と結婚するわけですが、生まれた子ども達は次々と夭折、その妻にも病気で先立たれました。後に再婚した女性には半年で出て行かれ、再々婚したものの火事で焼け出されて、その数か月後に子どもの誕生を見ることなく、64歳で亡くなりました。家族にまつわる不幸の多い人生を送っていた一茶なればこそ、「めでたさも 中くらいなり」だったのでしょう。

一茶同様、今、つらく苦しい思いをしていると「めでたさ」を感じることは難しいかもしれません。それでも、年があらたまるということは、何かのリセットされて新しく始まりそうな期待を持たせてくれます。節目だとか区切りをつけることで、そのまま流されてしまうのではなく、事態や気持ちを立て直すことができそうです。もちろん、なんでも水に流して無かったことにしてしまうのは問題ですが、立ち止まって一呼吸入れることは必要です。

今年巳年。十二支の「巳」は、植物に種子が動き始める時期、すなわち草木の成長が極限に達して次の生命が作られるはじめる時期と解されるようです。それは、今あるものが衰退しはじめて次の可能性が芽生えてきていることとも言えます。また「ヘビ」は脱皮して成長しますが、「こころ」も今ある殻(思考のクセやこだわり)を脱ぎ捨てて成長するように感じます。ただ、「こころ」の場合は、古い殻を打ち破る際にいろんな苦しさを伴っているようです。そうであるなら、今ある苦しさも「こころ」が育っているがゆえの軋みかもしれません。

新しい年が皆さまにとって実り豊かなものになりますよう、祈念いたします。

本年も、どうぞよろしくお願ひいたします。

## 第 90 回理事会報告

日時:2013 年 1 月 21 日(月)19 時 00 分~21 時 00 分

場所:高松市男女共同参画センター 第 7 会議室

事務連絡並びに報告に関する事項:省略

議事の経過の概要及び議決の結果

第 1 号議案 「一般社団法人社会的包摂サポートセンター地域センター香川」からの「社会資源リストデータ票の記入」依頼に関する事項:担当理事の作成したデータで提出することが承認された。

第 2 号議案 当法人の活動を書籍に掲載することに関する事項:一ファミリーカウンセラーが執筆予定の書籍に、当法人の活動紹介をしたいとの申し出があり、その趣旨に関する文書が理事会に提出された。ホームページの情報に準じた内容ということで、承認された。

第 3 号議案 「認定 NPO 法人に関する共同研修会」に関する事項:2 月 17 日複数の NPO 法人が主催する標記研修会を開催することになり、1 月 16 日高松市ボランティアセンターでの準備会に理事長が出席した。研修会参加理事と当法人の事前の質問事項を確認した。

第 4 号議案 認定 NPO 法人の申請に関する事項:12 月 14 日の香川県担当部局への情報収集段階では、当法人における平成 22 年度並びに 23 年度のパブリックサポートテストは、要件を満たさないというのが事務局の判断であった。今後、勉強会等を通じて、認定の可能性について探ることが承認された。

第 5 号議案 今年度香川県地域自殺対策緊急強化基金事業に関する事項:普及啓発事業は、現在ファクトシートの原稿が完成し、印刷見積りに出している。ファクトシートの発送予定日時を 3 月 3 日午前 10 時からとし、会員に発送作業の依頼を行うことが了承された。また、相談事業に関する残りの必要備品並びに消耗品の購入については、担当者に一任することで承認された。

第 6 号議案 2013 年度自殺対策関連事業に関する事項:県の担当課より、平成 25 年度は基金にて執行することが決まっており、2 月下旬に計画書の提出を求め協議を行う予定であることから、各事業担当者が計画書の作成にとりかかることが承認された。

第 7 号議案 ホームページの事業紹介に関する事項:メーリングにて表を作成し、担当者が事業紹介を書き込むことが承認された。

第 8 号議案 2012 年度総会の準備に関する事項:総会開催日時を 5 月 27 日(月)19 時と定め、2 月 3 月の理事会で事業計画等の準備作業を行い、5 月 13 日の理事会で総会資料の最終点検を行うタイムスケジュールで準備をすすめることが承認された。

第 9 号議案 ピアサポートラインのコンサルテーション等の講師に関する事項:ピアサポーターとコンサルテーション担当講師との関係が、クライアントとカウンセラー等の関係にある場合は、当該講師を排除することが適切であるとの判断から、別の人材をファミリーカウンセラーのうちから当てることで承認された。

編集後記:今年、東京築地市場の初競りで、クロマグロー匹に 1 億 5540 万円という史上最高値がついて始まりました。閉塞状況の中で、弾けなくなる社会的マグマのようなものが溜まっているのかも知れませんが、この一件は、経済はいかに社会に貢献するか、また、暮らしが良くなるために私たちは経済力に何を期待しているのかを考える良い機会になりました。(H)