

# 大船渡だより

## 大船渡ベースの活動紹介

### 秋の遠足へ♪

11月13日、手芸サロンの時間に秋の遠足に行きました。参加者10名、スタッフ4名が2台のワゴン車に分乗して陸前高田方面へ出発。天気も良く、雲1つない快晴。移動中、大船渡市内の様子を眺め、静かな海を見て、色付いた山々を眺め、そして真っ赤なリンゴがたくさんなっているリンゴ畑を通り…車内はワイワイがやがやと賑やかな雰囲気でした。



そしてあっという間に普門寺に到着。震災で犠牲になられた方々への祈りを込めて彫られた五百羅漢。色づき始めた池の周りの散策、そして、東日本大震災の全国の犠牲者の数18,430個の願い桜のつるし雛、千体仏等を見学させていただきました。「なかなか来られない場所。素晴らしいところに連れてきてもらった。」と、参加者の方々にとても喜んでいただきました。

新しくできた道の駅では新鮮な野菜を買い、お土産コーナーをじっくり見た後は、みんなで腰掛けてソフトクリームを食べたり、お茶っこを飲んだりしてひと休み。皆さんはとても楽しかったと笑顔いっぱいでした。

### 「ワッハッハ！」みんなで笑ってエクササイズ



ベースのある地ノ森2区の婦人部の方々がベースを会場に『笑いヨガ』の集まりを開催し、ベースのスタッフも講師のひとりとして参加させて頂きました。

『笑いヨガ』とは、『笑いの体操』と『ヨガの呼吸法』を組み合わせ、『Laugh No Reason=笑うのに理由はいらない』というコンセプトで笑いをエクササイズとしたユニークな健康法で、意識して笑うことで元気で前向きな気分になれるのだそうです。

続々と集まる参加者の皆さんを見て、前日の夜から緊張していたというスタッフの緊張が更に高まるのではと心配しましたが、ベテランの先輩講師の方のサポートや、ご近所の皆さんからの温かい声掛けもあり徐々にリラックスした様子で、皆さんの笑い声もどんどん大きくなり賑やかに会が進んでいきました。

『笑いヨガ』体験の後は皆さんでお喋りしながら、お茶とサンドイッチで休憩をしました。その時もまだ『笑いヨガ』が続いているかのような笑い声に溢れた楽しい時間となりました。

## 地域のイベントや活動紹介

### 大船渡は芸術の秋

11月に入ると、大船渡市民芸術祭の催し物が毎週幾つも行われます。市民体育館には絵画、写真、華道、書道、工芸品などの作品が展示され、市民ホールではコーラス、舞踊などの発表会があります。



そして11月9日、リアスホールにて、劇団ケセンによる朗読劇『かすがい』が上演されました。大船渡市民芸術祭の演劇部門です。

山浦玄嗣先生が、落語『子別れ』をもとにケセン語の脚本を書き、劇団ケセンが演じました。今回はベーススタッフが友情出演しました。

発声練習のイントロネーションも、早口言葉も全てケセン語でした。ケセン語は難しい発音がたくさんあります。演者の息の合った掛け合いから生まれる人物像、ストーリー展開、臨場感に心打たれました。声色の変化で相手の声色も変わる魅力を存分に味わいました。

当日は、笑いあり涙ありのストーリーと、気仙の風習や土地勘から来る親近感に観客から熱いリアクションがあり、会場に一体感が生まれました。

豊かなケセン語の魅力が後世に大事に継承されていくとよいです。

### もうすぐクリスマスがやってきます♪

12月1日(日)、クリスマスの準備を始める『待降節第1主日』。カトリック大船渡教会ではクリスマスの飾り付けを行ないました。11月中に窓拭きと周辺の掃除を行ない、この日はいよいよディスプレイ。フィリピン出身の方々は賑やかにクリスマスツリーの組み立て。最後の仕上げは子どもたちに、と残しました。

御聖堂には祭壇の下に馬小屋を設置。飼葉おけを中心にマリア様、ヨセフ様、天使、羊と羊飼いたち。イエス様はまだしまっており。三人の博士たちは少し離れたところに置きました。

そしてアドベント・クランツ。毎週のミサで火を灯すろうそくを1本ずつ増やしていきます。4本ついたらいよいよクリスマスです。外の坂道を登りきった所には馬小屋のディスプレイ。藁ぶき屋根の馬小屋に飼葉おけ…周りは、イルミネーションで囲みました。

この日は天気がよく、風もなく外の作業日和でした。どうぞ皆さん、今年もよいクリスマスをお迎えください。



### 2019年11月1日~30日の活動紹介

※随時、ベースでお茶つこと在宅訪問をしています。



- 1日: 託児ボランティア (カメラホール)
- 2日: 買物送迎 / ノースジャーニー
- 5日: ほしっこクラブ(海の星幼稚園未就園児教室) 子ども見守り / 個人依頼 ゴミ出し
- 6日: 買物送迎 / 手芸サロン
- 7日: 所通東アパート 焼きそば / 個人依頼 灯油補充 / 外国人支援 在宅訪問
- 9日: 買物送迎 / 松原苑 文化祭
- 12日: 地ノ森2区婦人部 笑いヨガ / カリタスシネマ
- 13日: 買物送迎 / 平南アパート たこ焼き / 手芸サロン 遠足 / 個人依頼 灯油補充
- 14日: 上山東アパート たこ焼き
- 15日: 台風19号被災地支援、元気度アップ教室 (まちの保健室主催)
- 16日: 買物送迎 / ママサロン カボチャクッキー作り 教会支援『ブロックロザリオ8周年記念ミサ』『初聖体準備』 / 個人依頼 布団入替
- 19日: ほしっこクラブ(海の星幼稚園未就園児教室) 子ども見守り ファミリーサポート 子ども見守り
- 20日: 買物送迎 / みんなでお昼ごはん 手芸サロン / 個人依頼 灯油補充
- 21日: 個人依頼 引越し手伝い カリタスシネマ / 清水アパート 告知訪問
- 22日: 個人依頼 灯油補充
- 23日: 買物送迎 たかたゆめキッチン『ゆめフェス』 教会支援『初聖体準備』
- 27日: 買物送迎 / 手芸サロン
- 28日: 清水アパート たこ焼き 個人依頼 灯油補充
- 29日: 託児ボランティア (カメラホール) 陶芸鑑賞会
- 30日: 買物送迎 / みんなでお昼ごはん



### 大船渡市の元中心地の様子 (2019/12/11 撮影)



### ボランティア登録者数

男性 665人  
女性 1380人  
⇒ 合計 2045人

◆11月1日~11月30日  
ボランティア数  
男性: 1名  
女性: 0名

### 〈年末年始休業〉

2019 12/27(金) ~ 2020 1/1(月)  
上記の期間はお休みとさせていただきます。



大船渡ベースでは、災害公営住宅やベース内での『サロン活動』(手芸サロン・ちぎり絵教室・抹茶サロン・ママサロンなど)や、在宅訪問など、地域の方に寄り添う活動を主として行っています。また、復興状況をご自身の目・肌で感じていただけるよう、『被災地見学』を活動に組み込んでいます。興味のある方は、是非一度ボランティアにご参加下さい。

※詳しくは、お気軽にお問い合わせ下さい。