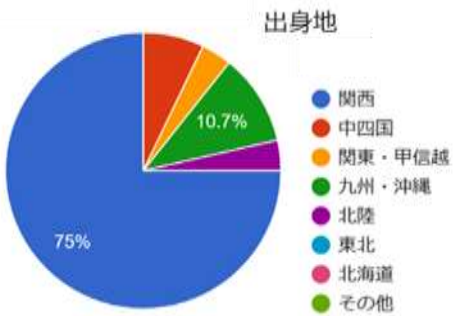


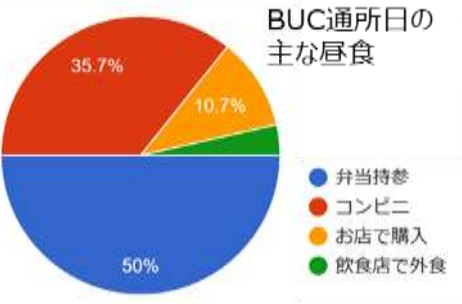
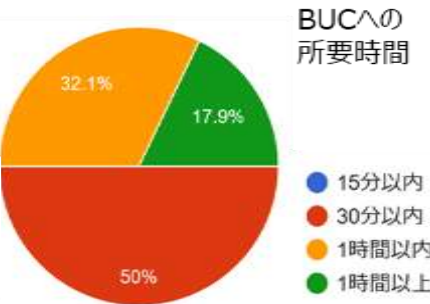
**巻頭特集**  
「メンバーさんに聞きました！〜後編〜」

今回は前身にひきつづき、現在通所されているメンバーの皆さんに取らせて頂いたアンケートの集計結果を発表いたします。「今まで知らなかったけど、こんなメンバーが通っているんだ！」という思わぬ発見があるかもしれませんね。  
(総回答数28名)  
\*\*\*\*\*



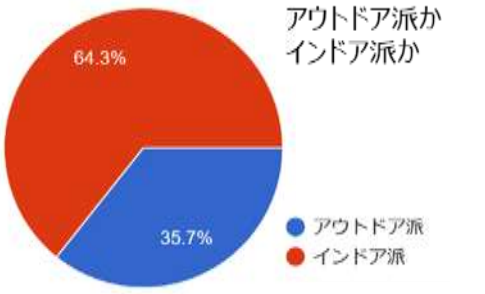
関西出身者はかりかと思いきや、北は北海道から南は九州まで皆ぞろ

ん様々な出身地からお越しなのですね。地元トークも盛り上がるかも？



**今月号のトピックス**  
■巻頭特集  
「メンバーさんに聞きました！〜後編〜」  
■今月のお題  
「今子どもになったら何がしたいか」  
■新メンバー紹介／フォトグラブラー  
／お知らせ／編集後記

通所にかかる時間は30分以内という方が約半数でした。自宅が近いと帰宅後の時間も有意義に過ごせそうですね。1時間以上かかるという方は通所中の時間の活かし方についていろいろ工夫をされているのではないのでしょうか。  
次のアンケート項目「BUC通所日の主な昼食」では、半数の方が弁当を持参されているようです。経済的な面だけでなく栄養バランスも考えながらランチタイムを楽しみたいですね。



アウトドア派かインドア派か、というアンケートでは、約65%がインドア派という結果でした。コロナ禍の影響もあって、おうち時間の楽しみ方を広げて来られた方もいらっしゃるようです。アウトドアに興味がある方は、アウトドア派の人に、手軽に挑戦できるアウトドアの楽しみ方を教えてもらうのも良いかもしれません。

さて、2号にまたがつて開催しましたメンバーアンケート特集 いかがでしたでしょうか？メンバーさんはメンバー同士のコミュニケーションのきっかけに、通所を検討されている方はBUCメンバーの雰囲気を感じたいだけでなく一助になれば幸いです。



**今月のお題**  
「今子どもになったら何がしたいか」

大人になると、子ども時代よりできることが増えますが、一方で子どもでしか体験できないことがあります。

そこで「もし子どもに戻ったら何をしたいのか」皆様に寄稿いただきました。最後までお楽しみ下さい。

◆ボンゴロツツさん  
私は残念なことに、音楽と芸術のセンスが全くありません。音楽は好きなのですが、50を過ぎてしまったこの歳からは上達が見込めません。しかし子供の頃からやれば少しはモノになるかなと思っ

ているので、ギターとボイストレーニングをやりたいですね。あと、絵も描けるようになれば、漫画家を目指せるかもしれないので、絵も習いたいです。

◆えくぼ男子さん  
今の記憶を残したまま時代ごと戻せるなら、投資の勉強とアルバイトでの軍資金作りをします。相場の動きがまるわかりなので稼ぎ放題です。こんな邪な精神じゃダメですね。木の茂みに秘密基地を作ったり、部活帰りに友達とブタメンとたこせんべいを食べたり、好きな人と話せただけでドキドキしてテンションが上がっていたあの時に戻り、青春を満喫したいです。

◆おたろーさん  
お世話になった人たちに、もっと感謝を伝えたいと思います。祖父や祖母は他界していますが、そういつた人たちにもっとちゃんと気持ちを伝えるということをしてみたいです。あとは柴犬を飼っていたので、

もつともつと可愛がつてあげたいです。そう考えると、やっぱり「今」でできることに集中して取り組むことが大切なのだと思います。

◆M.Uさん

楽器を習ってみたいです。ピアノかギターか、コードのあるものを習いたいです。音楽理論の話や、毎回思うのですが、理論が先となかなか感覚的に理解するのが難しく、子どものころからその感覚を身につけていけば、「あの時知らずにやっていたことはこういう仕組みになっていたのか」と、感覚と理論が繋がる瞬間があるのではないかなと思います。

◆I.Cさん

もし今子どもに戻ったら、ドイツのボートで遊んでみたいです。数年前に姪と一緒に入ったことがあるのですが、姪や他の子どもたちが目をキラキラさせながらとても楽しそうに遊んでいるところを見て、微笑ましく思いながら「今子どもならより楽しいところだろうなあ……」とちらつと考えていたからです。

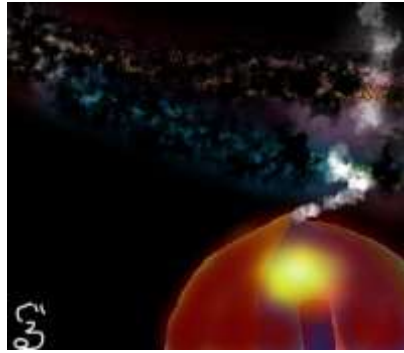
◆C.A.S.T.I.Eさん

たくさんファミリーキャンプに行きたいです。私が子供の頃のキャンプ場といえ古びたサイトと汚いトイレが定番でしたが、今はオートキャンプ場やグランピング場もあり、清潔で設備が整ったキャンプ場がたくさんできていますので、そんなキャンプ場で快適なキャンプを楽しみたいと思います。

もし続けていたら……と思うこともありませぬ。「ピアノスト」などと大それたことは言いません！今頃さらつと「街中ピアノ」を弾く……なんてことはしているかもしれませぬ。

◆K.H.さん

K.H.です。僕が今子供になれるとしたら、野球がしたいです。中学・高校と野球を続けて甲子園に出場しプロ野球界に進んで、大リーグの大谷選手のように活躍したいと思ひます。まあ無理やろうけど野球を続けていたかつたなと今でも思うときがあります。



◆田舎のヤンキーさん

都会で生まれ育ったので田舎で山を走り回ったり、海で貝がら集めをしたり、夏は川で泳いだり自然とともに暮らしたい。あとみんなで駄菓子屋におこずかいをもつてあれやこれやと騒ぎながら日が暮れるまで遊びまわりたい。また、スポーツは野球が好きだったので小さいころから初めてから大人になつても続けてやりたいと思ひます。

◆S.Yさん

子どもの頃(物心ついた時)にはピアノを習っていました。小2の時に2週間ほど入院してしまい、それを契機にピアノに触れなくなり、そのまま辞めてしまいました。

◆S.Nさん

最近あつたドラマ「ブラッシュアップライフ」の様に、今の記憶を持ったまま赤ちゃんから2週目の人生をはじめの設定なら、出会う色々な人と何気ない会話を楽しみたいです。

◆N.Sさん

……近所の人、親戚、家族(特に兄、旅行先で出会つた人、学校の先生・生徒(クラスや学年関係なく)、全く知らないけど道でよくすれ違ふ人、外国の人など……)と、気張らず、自然に、気楽に話しかけたら楽しいんだろうな。

私は、もし子供に戻ることができたら、森の中の池で釣りしたり、秘密基地つくつたり。学校の宿題はそこそこに、毎日飽きずに冒険の日々。仲間と野山を駆け巡り、思ひ出をたくさん積み重ねながら過ごすような日々が憧れです。

密基地つくつたり。学校の宿題はそこそこに、毎日飽きずに冒険の日々。仲間と野山を駆け巡り、思ひ出をたくさん積み重ねながら過ごすような日々が憧れです。

◆カンガルーさん

大人になつた今はもう無くなつてしまつたが、子供のときにはあつたものを楽しみたいと思ひます。趣味に夢中になつていてはすべてを忘れることができたこと、放課後たくたになるまで遊び疲れて帰宅してもまだ夕方くらいだった時間の長さ、夜早くに寝ついてハッ！と気がつくともう朝だった爽快感や熟睡感、将来は自分の希望するもの何にでもなれるという(根拠のない)自信、いくら食べても太らなかつた(太れなかつた)体……今から考えるとどれも羨ましいものばかりです。

◆らーめんさん

今の記憶を引き継いでいる、という前提で考えます。とりあえず、大学受験を目標に勉強を頑張つて、自分がどこまでやれるのかを試してみたいですね。あんまり頑張れず今と同じ大学くらいになりそうですが。あとシンプルに時間が増えるので、読書やゲームがいつばいできて、面白そうですね。あとは大学生くらいまで、小説や論文を書き溜めておいてそれを発表するのも面白そうだと思います。

他の勉強は赤点でもいいので、一に英語、二に英語、三四が無くて五に英語の勉強をします。

◆ボンスキーさん

大人になつて英語ペラペラになれば、ネイティブと会話出来、意思疎通が図れば、視野、人間の幅、仕事の幅が圧倒的に広がり、全く違つた人生を送れるようになると思ひます。



◆無限電池な子供さん

今子供になつたら何がしたいか。とくにこれだ、ということはないかもしれませんが、思うままに遊んでみたいですね。小学生の頃はほんの少しの休み時間でも、校庭へ出て走り回っていました。ですが、今ではとてもとてもそんなことは考えられませぬ。あの頃の無限に湧き出るエネルギーのままに、ただただ好きなこと



をして遊ぶ生活、というものに憧れます。

◆おにおんさん

幼少のころに父親とのキャッチボールでかなり強い球を投げられて取れなかったり球が当たって痛かった思いをしたりしたことから、球技全般が嫌いになってしまったので、子供になったら一からいろんな球技を自分のペースでゆっくり楽しみながらやってみたいと思います。特に野球は見ているだけで、子供のころから自分自身は全然できずうらやましく思っているの、子供のころからできていたらなあ、と思っています。

◆K.K.K.K.K.K.

パツと思いついたのは、ドイツニラントでプリンセスになって写真を撮りたい！ですが、これって娘にやっつて欲しいと思っていることで、本当は自分がやりたかったことなんだと驚きました。子どもにならなかつたて今日が一番若い日！いつかタカラヅカの写真館でお姫さま撮影したいです。

◆ハムパパさん

子ども時代にやらなくて後悔したことがあります。友達がベースを始め、そのときに「ギターをはじめてくれ。上手くなったらバンドを組もう」と誘われてました。「うーん」と曖昧な返事をしたまま結局やらす、今に至っています。あの時誘われるままにギターを始めたい

たら、今でも趣味として続けていたかもしれないと思う時があり、残念な気分になります。なので、子どもになったらギターをやりたいです。

◆t. さん

今子供になったら、朝から夕方まで外で遊びまわりたいです。夕方に家に帰ってからは、夜中までゲームをして、眠くなるまでずっとテレビにかじりついていたいです。最近遊べる公園や、虫がとれる場所が減ってきているような気がします。朝起きたら、近所の友達を誘って自転車で行けるとこまで行って、くたくたになるまで遊びまわりたい。

◆Morityさん

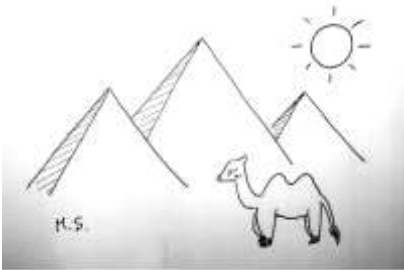
今子供になったら何がしたいかと考えると、夕方遅くまで仲の良かった友だちと河川敷で野球をしていたことが思い出されます。あのころはまだ週休二日制ではなく、土曜日は午前中だけ学校がありま遊ぼうと約束して帰るのです。帰宅して大急ぎで昼食を食べて友達の家に。そして友達と一緒にバットとグローブをかついで河川敷まで走ったものでした。あの頃みたいに何も気にせず遊びたいと思う今日この頃です。

◆炙りサーモンさん

また目一杯遊びたいです。子どもの体力は無敵なので。私は学童にいつていたこともあり、学年関係なく遊んでいたのが本当に楽しかったです。学童にいつている子は上級生と必然的に遊ぶのでドッジボールがやたらと強かったです。私もそのうちの一人でした。笑 他にも学童でしかできないこと(凧作りのために刃物を使って竹をひたすら薄くする作業、しめ縄作り、けん玉、コマ回し、運動会、キャンプなども沢山ありました。これらの経験は今の私を形作るものになっています。

◆H.Mさん

子どもの頃、エジプトのツタンカーメン王の墓の発掘に惹かれたことを思い出した。古墳や遺跡発掘への興味は今も薄れていないと思う。散歩で古墳を見るとワクワクする。今子どもになったら、日本の古墳や諸外国の遺跡の発掘調査ができるような学校に進学してみたいなと思う。お金は儲からないけど、夢は果てしなく続くような世界を見てみたいと思う。



◆M.Yさん

私は子どもになったら、マクドナルドのポテトをたらふく食べたいです。高校生の頃はLサイズを完食しても、まだ食べたいと感じていたので、この間食に行ったらSサイズで十分になっていました。あんなにいつばい食べたかったポテトなのに。なので、子どもになったら、若い胃袋をゲットして昔のようにポテトをお腹いっぱい食べたいです。

◆Mさん

今、子どもに戻れたら中途半端だったことに熱中して取り組みたいです。部活や趣味など好きなことはもつと行動的に、苦手な勉強に對しても真剣に取り組んで今に繋がるようにしたいです。

◆ブルーさん

今、子どもになったら両親にいっぱい甘えたいです。大人になると、甘えられる場所が少なくなつて、すこし寂しいです。

◆スタッフ北川(看護師)

今子どもになったら何をしたいか考えた時に、今の自分の記憶があるのかないのかでどうしたいかわるなと思えました。記憶有で子どもに戻るのであれば、語学の勉強をしたいと思えます。世界中の人とコミニケーションが出来る事は、自分の世界が広がって、人生楽しくなりそうだなと思います。記憶なしなのであれば、流れに身を任せ、子ども時代を楽しんでほしいと思います。

◆スタッフ藤井(精神保健福祉士)

過去の何かを変えようと今の自分がなくなるわけですから、これは非常に難しい問題です。ただまあそんなことは考えるなということだと思えます。とはいえ、それを加味しても非常に難しい。あのとき、ああすればよかった、という思いが多すぎるためです。それも加味しないと成ればどうでしょうか。中学校のときに告白してくれた女の子と付き合っておけばよかった。そういつたことになりましたでしょうか。

◆スタッフ南堀(看護師)

大人になって段々怖がりになってしまったのですが、子どもに戻ったら、今時のアスレチックをやりたいです。昔に比べて高度な？凝ったものができているなとテレビを見て思っていました。今ではチャレンジする勇氣はないのですが、昔は「ごぼう」と言われるほど真っ黒になつて遊んでいたような子供だったので、やっ

みたいですよ。ハラハドキドキわくわく感を楽しみたいです。

◆スタッフ森 臨床心理士

子ども時代に失敗したことをやり直したいか、出来なかったことにトライしたいか・ぐるぐる考えましました。子どものころ、お箏を習っていました。子どもが、1年経つても同じ曲が課題になっていたこともあるくらい、不真面目な生徒でした。今は、調弦も箏と自分の耳でするのでではなく、専用器具で出来るとか。子どもにもハードルがさがりました。やりなおせるなら、大人になってからでも趣味にできるくらい、楽しく真面目に習いたいです。



◆スタッフ松田(作業療法士)

子どもの頃に戻れるとしたら、小学校の時の友人に謝りたいです。本当に些細なことでも喧嘩となり、そこから一切話さなくなってしまう

ました。自分にも非があったのに、その時は歩み寄ることができませんでした。もう何十年も昔のことなのに、今でも時々思い出してしまっているので、アサーティブに自分の気持ちを伝えたいと思います。

◆スタッフ鹿野(臨床心理士)

今、子どもになったら、「バイキング」で、お腹一杯、好きなものを食べたいです。子どもの頃の憧れでしたが、私が子どもの頃の我が家には外食や旅行に行く余裕がありませんでした。自分で稼ぐようになってから、何度か行くことはありましたが、子どもの頃のように食欲旺盛ではなく、また太るのが怖くて、あまり食べられないのが(同行者に言わせれば、充分食べているようですが)、残念でなりません。

◆スタッフ横山(臨床心理士)

今子どもになったら、空手か合気道、もしくは少林寺拳法を習いたいです。日中はくたくたになるまで体を鍛えて、強靱な肉体を手に入れ、夜は泥のように眠りたいですね。あとは、言いたいことを遠慮して言えない幼少期だったので、アサーションをフル活用して(笑)、今なら、率直に自分の気持ちを伝えられるかなと思います。



新メンバー紹介

今月は3名のニューフェイスさんたちに自己紹介を書いていただきました。よろしくお願ひします！

◆どうしても眠いさん

4月からお世話になっていきます。「滋賀しやなかったの？」と言われる山科から通っています。(「東山が西にある山科は京都ではないらしい」)4月から復職する話もあったのですが、こちらにお世話になることにしました。正解でした。一番忙しい年度初めにいきなり放り込まれたらまたもに戻っていたと思います。復帰までの間よろしくお願ひします。

◆Y. Kさん

愛知県生まれで、京都に暮らして28年になります。京都の街並みが好きで、今の時期は新緑の中、御所あたりを散歩するのが楽しみです。

す。趣味は山登りと銭湯です。最初の通所はかなり緊張しましたが、だいぶ慣れてきたこの頃です。どうぞよろしくお願ひします。

◆Eクレアさん

出身は奈良の真ん中らへんで、5月号でスタッフ鹿野さんが紹介していた「だんご庄」の近くです。趣味は読書で、以前は指輪物語や千一夜物語等ファンタジー系でしたが、最近では電子書籍のコミックで、やはりファンタジー系で異世界ものが多いです。

フォトグランプリ紹介

4月のデジタルカメラオーキングは、京都駅で行いました。優秀賞を獲得した写真を紹介します。



タイトル:「四角」  
撮影者:炙りサーモンさん

お知らせ

◆YouTubeチャンネルのご案内  
BUCでは、通所者のご家族や、通所を検討されている方々にBUCでの活動内容を知っていただく為にYouTubeチャンネルをご用意しております。興味のある方は左の二次元バーコードからご視聴できます。是非ご覧ください。



バックアップセンター・きょうと  
YouTube チャンネル

編集後記

6月は、雨が多くて不安定。私にとってもブルーな気分になる時期です。ですがそんな時こそ、自分にとって楽しい行動を意識的にとって、皆さんと元気に梅雨の時期を乗り越えていきたいです！  
(BUC情報発信係のI)

《発行元》

医療法人栄仁会 京都駅前  
バックアップセンター・きょうと  
※ご意見・ご感想等ございましたら、  
backcup@ejinkai.or.jp まで。