

# ゆとりある通信

2022年8月 第16号

## ご挨拶

みなさんこんにちは。ゆとりある理事長久下沼です。

今年もやってきた夏休み明けの季節。

不登校の子どもや保護者にとって、すごくデリケートな時期かもしれませんね。

今回は1ページ目の下部に団体からのコメントを載せてみることにしました。一人でも多くの人に届き、何かを感じてもらえればいいなという気持ちで書きました。

ちょっと難しい文章かもしれないので、特に小学生のお子さんなんかは、親御さんと一緒に読んでみてもらえると嬉しいです。

それ以外の中高生のお子さんがある保護者の方・支援者の方などにも読んでもらえたらなと思っています。

私と団体からの心からのメッセージです。

とはいえこの会報を固いものにしすぎるつもりもないので、写真もいつもより多めに取り入れながら、見やすい記事を心がけてみました。

これからの企画などもそうですが、私たちは常に前を向いて、まだまだ進んでいきたいと思っています。今月号も最後までよろしく願いたします。 NPO法人ゆとりある 理事長 久下沼 諒

ゆとりある  
マスコットキャラクター  
ゆとりん



## 夏休み明けの子どもたちへ

今年も8月末になりました。

もうすでに夏休みが明けて学校が始まった子どもたち、これから2学期が始まる子どもたち、それぞれいると思いますが、この時期がとても辛いという学齢期のお子さんはとても多いと思います。

長い休みが終わり、また学校が始まるということは、行き渋りや不登校気味の人たちにとって、とてもハードルが高いことです。

そしてとても残念なことに、この時期に子どもの自殺件数が増えてしまう傾向があります。自ら死を選ぶということは、本当に追い詰められているということです。その子たちの気持ちや、実際に死を選ばなくても、辛い思いをしている子どもたちが多数存在していると考え、私も心を締め付けられます。

私から、そしてゆとりあるから伝えたいことはただ一つだけ。

『一番大切なのは「自分自身」』だということです。学校が大切とか、先生や親の言うことを守るとか、確かに重要なことなのかもしれませんが、その是非は別として、辛い時は一旦置いておいて大丈夫。

**自分の気持ちや感性が一番大切なんです。  
だからその気持ちを大切に、自分のことを守ってあげてください。**

大人はすぐ「頑張り」って言いがちですけど、みなさんは普段から本当に頑張っていると思います。私たちゆとりあるは、みなさんの味方です。何かあれば相談も待ってますね。

**あなたはひとりじゃない。今現在の「自分」を大切に守りながら、  
「ありのまま」の姿で輝けるように、心から応援しています！**

## ゆとりあるカレンダー ～2022年9月～



これ以外の日も、パーソナルサポート・各種相談事業などは随時行います！  
その他のイベントも企画中！シルバーウィークにも何かあるかも？

### 9月のイベント情報！

- |          |            |                  |
|----------|------------|------------------|
| 9月13日(火) | みんなの会 のんすく | @さんきゅうハウス(立川市)   |
| 17日(土)   | ゆとりある茶話会   | @ゆとりある事務所        |
| 27日(火)   | みんなの会 のんすく | @くにたち芸術小ホール アトリエ |

9月も引き続き「のんすく」と「茶話会」を開催します！  
どちらも参加申込・参加費不要となっていますので、お気軽にご参加ください！

その他にもイベント企画をしているほか、シルバーウィークにも何か出来ないかと検討中です。  
今後の企画にもご期待ください！

### 8月(途中まで)のイベント開催報告

- |         |            |                |
|---------|------------|----------------|
| 8月9日(火) | みんなの会 のんすく | @さんきゅうハウス(立川市) |
| 27日(土)  | ゆとりある茶話会   | @ゆとりある事務所      |

9日の「のんすく」は猛暑の中の開催ということもあり、  
参加者は少なめではありましたが、メンバー同士の交流・話し合いも含めて、  
貴重な機会となりました。場所を提供して下さっているさんきゅうハウスの皆様、  
いつもありがとうございます。

「茶話会」は最大時で10名程度が事務所に入り、とても賑やかな空間となりました。  
様々な話題で盛り上がる事が出来て、ゆとりあるらしい空間になったかと思えます！

## ゆとりあるギャラリー その1



いつも「のんすく」で  
使っている  
さんきゅうハウスさん

外観は  
こんな感じです



また、毎週月・木は  
カフェスペースにて  
ランチが食べられます



「のんすく」開催日の  
カフェスペースの様子

この日はのんびりと  
和やかな雰囲気でした



日替わりランチですが  
この日は  
「ゴーヤチャンプル」  
でした！

とてもおいしいので  
是非足を運んでみて  
くださいね！

## 居場所作り進捗状況について！

毎月ゆとりある通信でお届けしている「**居場所作りプロジェクト**」ですが、  
「**まずは始めてみよう！**」という想いのもと、出来るだけ早めのスタートを予定しています！

スタッフの確保、各種保険の契約、仕組みづくりなどを迅速に進めたうえで、  
**10月中旬に居場所のプレオープン**できればというスケジュール想定でいます。

助成金の1次審査結果がまもなく届くはずなのですが、  
その合否に関わらず、居場所作りは始めていこうと思います。  
(もちろん助成金が交付されれば規模は大きくなるはずですが・・・)

詳細決定次第、様々な方法で告知していくほか、  
関係のある周辺の機関・団体などにも周知していきます。

居場所に通う子どもたちの募集・スタッフとしてお手伝いして下さる方の募集も、  
これから行っていきますので、もうしばらくお待ちください！

## 活動報告！

NPO法人ゆとりあるも設立から間もなく2年が経ち、  
ここまで紆余曲折ありながらも、少しずつ地域に根差した活動が出来るようになってきました。  
おかげさまでたくさんの方々との繋がりを持つことが出来ています。

8月24日(水)には、国立市議会議員の上村和子様および、  
府中市のNPO法人「はぐくみ」理事長・大島様を含めた計3名と、  
翌・25日(木)には、立川市議会議員の山本ようすけ様と、  
情報交換やここまでの団体活動の経緯、お互いの目標などについてお話することができました。

また、「のんすく」や「茶話会」にも複数の支援者の方にお越しくださり、  
そちらでも貴重なお話をうかがうことが出来ました。

素敵な出会いと繋がりに心から感謝しています。本当にありがとうございます。  
今後もたくさんの方と出会い、お話出来ればと思いますので、よろしく願いいたします。

## ゆとりあるギャラリー その2

7月末に行われた  
居場所作りミーティングでの  
一コマ  
(エナジードリンクと共に笑)



事務所のエアコン掃除  
結構汚れていましたが  
がんばりました！

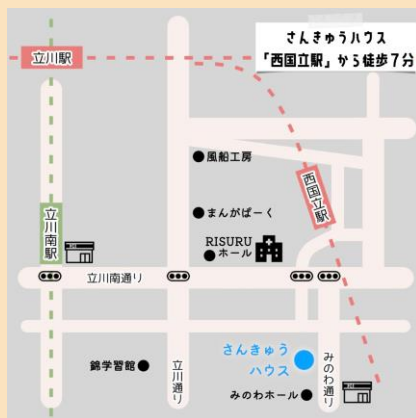
事務所和室スペースより  
外を望む  
とてもいい景色です！



## 「のんすく」開催場所 アクセス

### 立川・さんきゅうハウス

立川市羽衣町3-14-13



JR南武線「西国立」駅より  
徒歩約6~7分  
みのわ通り沿い  
JR各線「立川」駅  
モノレール「立川南」駅より  
徒歩20分程度

### 国立・芸術小ホール

国立市富士見台2-48-1



JR南武線  
「矢川」もしくは「谷保」駅より  
どちらも徒歩約10分  
もしくはJR中央線「国立」駅より  
バス乗車約10分  
「市民芸術小ホール・総合体育館前」  
バス停から徒歩すぐ近く

## 各種メディア紹介

ゆとりあるHP  
<https://yutreal.com/>



LINE  
@458audwt



Twitter  
@yutreal\_



Instagram  
yutreal\_



発行 / 特定非営利活動法人ゆとりある

〒190-0003 東京都立川市栄町5-13-2

TEL 042-806-0282 MOBILE 070-8377-8891 (代表・久下沼)

E-mail [info@yutreal.com](mailto:info@yutreal.com)