

参加団体の声



◇境港市精神保健福祉ボランティア団体「あい愛」
子どもから大人まで楽しんで良かった。活動のPRになってうれしい。

◇F & Y 境港（障がい福祉サービス事業所）
たくさんの人に買ってもらえてうれしかった。これを機会に名前を知ってもらえると嬉しい。

◇お菓子屋くればす
たくさんの人に出会えて感謝。とてもわかりやすい講演だった。

◇境港市精神障がい者家族会「まつば会」
「あい愛」と助け合いながら参加できて良かった。たくさんの人に感謝。

◇福祉の店「浜っ子」
バザーの反響がよかった。来場者も何らかの形で協力しようという思いがあったのではないかと感じた。

◇境港市女性団体連絡協議会
・上道町婦人会
・さかいみなと更生保護女性会
・境港市連合母子会
・創作カフェ
・みもぎの会
たくさんの人と出会えたことで会話ははずみ楽しいひとときとなった。とてもよい催しだった。



♪歌でつながろう 「そのまま」♪



合唱グループ紹介



思い出を歌う会
素敵な講演会に参加できて嬉しい。また機会があれば参加したいですね。

シンフォニー少年少女合唱団・シーサイド☆音魚人
合唱曲の「そのままが良い」という歌詞が胸にしみました。みんなで歌って、それがより一層心に響きました。



女声合唱団 沙羅
こういった取り組みに参加できたこと、興味や知るきっかけになることが良かったです。みんなで歌え、繋がることを感じました。

中浜コーラス
身近にあるたくさんの方々の病気に對して、どのように関わることができるのかを、紙芝居、ピアノやコーラスを通して、学ぶことの大切さを感じました。



レンゲソウの思い歌い隊
みんなが今回の講演会の趣旨に賛同して参加できたことが良かったです。感動しました。

森下滋さん（ジャズピアニスト・作編曲家）
朝丘雪路のジャズアルバムのプロデュースを担当。編曲や演奏などジャンルを超えて活躍中。横浜生まれ。小学校から高校まで米子市在住。



リラックスして演奏できました。楽しかったのが一番だけど、この講演会がうつ病予防のきっかけとなってくれればと思います。

舞台の上でも、来てくださった方の反応がわかるものですね。あたたかいものがありました。何より、大雪の中、これだけの人に出迎えていただいたことに驚きました。

だらず様の説法
紙芝居には松村さんがデザインした「だらず様」が登場。だらず様は過去や未来にとらわれ、うつ病で悩んでいる青年に対して、不安や悩み事の最後に「と思った」「という考え」と付け加えてみよう。感情に流されずに今を生きていることができる。不安は自分が作り出した幻だ。さらにこんな提案も。
悩みを思い浮かべ、葉っぱに浮かべて流していくイメージトレーニングするといいたろう。

こころの成長

「キンモクセイの薫るころ」の紙芝居では、リストラされ一人



松村さんデザインの®「だらず様」

市民団体も参加
境港市内の多くの団体がうつ病対策に役立てるならと、ボランティアでバザーや展示、合唱に参加しました。

合唱「そのまま」

6団体の合唱グループ約80人が合同で自殺対策キャンペーンソング「そのまま」を歌い、あなたは一人ぼっちではない、あなたはあなたのままでいいとメッセージを届けました。

2月18日（土）に文化ホールで「いのちとこころの講演会」が開催されました。市民ら約350人が参加し、紙芝居と演奏を楽しみながら、自分を大切にするところやうつ病予防への理解を深めました。

おんがく紙芝居で講演

『うつ病』予防のヒントを



松村宏さん（イラストレーター・紙芝居師）
映画「おくりびと」「どろろ」で画コンテを担当。新聞や雑誌に時事や風刺漫画など多数発表。米子市在住。

