



2024年1月3日

NALC Holland Newsletter vol.14



2023年は、コロナの危機感も薄らぎ、人々の生活に活気が戻ってきた年でした。NALC Hollandの活動にも活気が戻ってきました。本部、東部での恒例のポットラック、木曜会、ダンス、児童館、そして10月にはJACOP主催の文化祭も盛況でした。AmstelveenのZonnehuisでのシニア交流会も軌道に乗りオランダ人社会地域に貢献できるボランティア活動の広がりも始まりました。

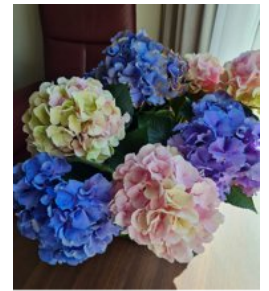
残念なことに、役員をされていた長田幾子さんが、2023年9月にお亡くなりになりました。長田さんにはオランダに異動になった時より仕事関係でJCCを通してお世話になり、その後も引き続きいろいろなアドバイスをいただきました。NALC Holland 設立準備期間中にもいろいろと知恵をいただきました。

長田さんの偲ぶメッセージが寄せられています。このあとの2～4ページに紹介されていますのでご覧ください。

NALC Holland 代表 岩崎 国治

～～ 長田幾子さんを偲んで 河南笑子 ～～

長田さんの皆さんへの最後の言葉は「ありがとー。元気です。というのほうそ。でもさ。今までは皆さんありがと。それだけ。はい。大丈夫。」でした。最後までポジティブに、私たちを置き去りにして遠いところに行ってしまった。 「老兵は去るのみだよね。」 「死んだら魂はどうなるのか誰にもわからない。この世に帰ってきて教えてくれた人がいないから。でも〇〇さんや〇〇さんには会えるよね。」と言って旅立たれました。

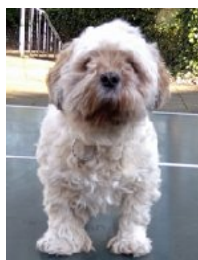


本当に最後まで家族や周囲の方々に気を使い、周りに彼女独特の和を提供してくださる人でした。最後の時期になると、自分の家に一人でいると、息子にも夜など私が一人になってしまうと心配するから。彼ら家族に迷惑をかけてはいけない。ホスピスで最後を迎えたいと早期から計画し最後まで終活してご自分をあっけなく葬ってしまわれました。ホスピスの室内も無機質でお花も写真も置きたくないといわれていましたが、あまりにも寂しいと思いアジサイやカンパニュラの優しい色の花をお部屋に持って行きました。

最後の最後まで8月にフェーン市の新聞（桜公園の有料化が取り沙汰されている）を枕元に置いて気にかけていらっしやいました。その話題は2～3回話しました。ちょうどその頃、私は桜公園の成り立ちを日本サイドや大使館から問い合わせを受け、長田さんに色々お話を聞きました。本当に長田さんは35年間の生き字引でした。桜公園を見るたび思い出すことでしょう。35年間一生懸命事実上JCC事務局の長として働きながらも局長の肩書を名乗らず邁進されました。



2023年4月



愛犬のあいちゃん



入院先でお隣の方に長田さんが折って差し上げた折鶴。不自由な手で苦労しながら折る様子にお隣さんは感銘を受け、ご自分が天国へ旅立つ時にはこの鶴さんも一緒に連れていかれたそうです。

さて私と長田さんのつながりはJCCがらみからでしたが定年退職を待ちかねて、「NALC」と「ふるさとハウス」にまず最初に手伝ってもらえるように声をかけたのが強い絆になりました。今はもう私の右側に長田さんがいらっしやらないので右腕をもぎ取られたように寂しい思いをしています。しかし我々は彼女の人の人柄とボランティア精神は引き継いで行かなければなりません。彼女がやられてきたことなど到底まねできないと思われる方々も彼女が自然体にされていた、周りの方との会話を大切にしおしゃべりだったとか、ポットラックで一緒に食事をする、お部屋を使ったら必ず率先して掃除されていたとか、ボランティア精神は引き継ごうではありませんか。ポットラックにはよくケーキを焼く型にバラ寿司を作ったり、お稲荷さんを作ったりしてくださったもので、懐かしい長田さんのお母さんの味です。またもう一度食べたいものですね。合掌

～～ 長田幾子さんを偲んで 東雅子 ～～

長田さんには長い間、とてもお世話になりました。いつも周りの人たちに気を配り、繋げ、その輪を拡げておられたと感じます。JCCでのお忙しいお仕事を退職されてのんびりされるかな、と置いていたら今度は日本人コミュニティのために活動を開始され、すごいな、と思いました。ナルクの運営でもご一緒させていただき、多くのことを学び感謝しています。心より御冥福をお祈り致します。

日蘭の友好親善に貢献された功績が「外務大臣表彰」という形になり、在蘭日本大使館のHPに記載がありますので、引用いたします。きっと「やめてやめて、そんなの出さなくていいわよ～」と手をひらひらさせながら言われるだろうな、と思いますけど、素敵な笑顔の写真と共にお届けします。

2017年9月13日、大使公邸において、猪俣大使は、長田幾子・元在蘭日本商工会議所（JCC）事務局次長への外務大臣表彰授与式を行いました。長田氏は、在蘭日本商工会議所の設立初期から長きに亘り事務局の一員として日蘭間の経済関係及び友好親善の促進に貢献した功績を認められ、外務大臣表彰を受賞しました。

在オランダ日本国大使館 websiteより

https://www.nl.emb-japan.go.jp/itpr_ja/20170629_commendation.html/



2024年、世界で戦争がなくなりますように！

この秋に里帰りした際、ほぼ毎日平和公園を散歩していたのですが、朝夕問わず、平和を願う世界からの人々がこの公園に集まってくださっていました。1945年8月に爆心地となりましたが、長い年月の間に平和を求める市民、平和を願う世界の皆様からの祈りで、世界一平和な場所になっていると感じました。

松原佳代

(写真：原爆の子の像)



暗い日々、明るく過ごせるように、12月の木曜会で、クリスマスリースを作るワークショップをしました。

河南笑子

～～ 長田幾子さんを偲んで 信恵ペータース ～～

長田さんがこの9月にお亡くなりになり、いまだに信じられない気持ちです。

私は最初は何もわからないで、現主人とは学生の時に知り合い、その延長でオランダに縁があってやってきましたが、最初に住む場所もWageningenという大学街で、通常の日本人が多く住むAmsterdamとは遠く離れており、たまたまホテルオークラのお知り合いがあって、そこからJCCでお勤めされていた長田さんをご紹介いただき、「もしお仕事をなさるならお力になってもらえますよ」ということでした。

幸いというもおかしいのですが、元々英語通訳だったために不定期でお仕事のオファーがあり、そうこうしているうちに家族でアメリカに住むこととなったり、また一旦はオランダに戻ってきたのですが、また再び今度は日本に行って住むことになり、としているうちに子どもたちの将来や教育を考えて再度オランダへ戻ってきて、それ以来定住しております。

そして様々な方達とお知り合いになってゆくのですが、その都度何故か長田さんにお世話になることが多く、親身になってアドバイスをいただきました。

その上、「日蘭シルバーネット」時代には副代表という肩書きで、日本企業との橋渡しを長田さんにしていただいたり、また自身の「NPOオフィス：アミューズ企画」を立ち上げた際には数々のヘルプをしてくださいました。

邦人会のないオランダでJCCにお勤めだった長田さんは陰日向になり在蘭の日本人のためにご尽力されてきた偉業を思うに、プライベートもほとんどなかったのではないかと思えるほどのご活躍ぶりでした。

そしていつも穏やかで物腰の柔らかいそのお人柄が滲み出るような立ち居振る舞いでありました。

今でも目を閉じるとあの微笑みが浮かび、それとお声が聞こえてくるような気が致します。どうか心安らかに私ども後輩を見守り続けていてくださいませ。

ナルク東部活動報告 2023年

11月5日、前ナルクオランダの会員、現在は東京都内の地域包括支援センター等でご活躍の佐野光秀さんに日本での介護について、オンラインでお話を伺いました。参加者は17名（含：非会員10名）でした。

ご家族の看取りの様子もお話し下さり、参加者からは在日の老家族の世話、支援の依頼先、介護施設の種類、その料金など、様々な質問が飛び交いました。

編集部注：佐野さんの活動の様子はニュースレター11号（2021年6月）でもご紹介しています。

<http://nalcholland.nl/nalc-holland-news-letter/11%E5%8F%B7-june-2021japanese/>

第3回 シニア交流会 報告

2023年11月21日（火曜日）14：00～15：00

Bovenkerk Zonnehuis Amstelveenにて。

シニア6名（オランダ人と日本人）を、日本人5名（NALC 会員3、非会員2）で訪問しました。

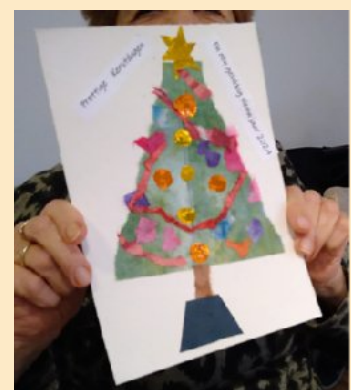
テーマは、「和紙を使って、ちぎり絵で🎄クリスマスカード制作」です。

特別に用意された静かなお部屋の中、大きな机の周りに日本人とオランダ人が交互に座りまず、簡単な自己紹介から始まりました。お名前は？ 若い時の仕事は何をしていましたか？ 今日は何日ですか何曜日ですか？ などの質問で認知症の程度の観察をしました。それによりさらに、ここに来る前はどこに住んでいましたか？何の仕事をしていましたか？年齢は？ など。お互いに慣れて来たのでワークショップの後に会話を持つことができました。以前のワークショップに参加された女性が一人いらして、とても和気あいあいでした。



- ・方法：事前に各人用に材料をお皿に用意しておく。できるだけ和紙をちぎるのは参加者に任せるように。ハサミで形どったものは事前に準備しました。ちぎることとノリでカードに張り付けるのは各人が行うこととしました。時間は1時間ですが それぞれ私が示したパーツが出来上がるのを見ながら進め、確かめ合い、ほめ合いながら行いました。
- ・考察： できるだけ時間を有効に使うよう準備をしておくが、個人の人格が出るよう、あまり手伝わない。会話を大切にする。時間の配分に注意する。今回は二つ準備していたが、後の会話時間を長く取ったり、お片付けを皆でしたりすることも考慮できた。

河南笑子



“手放すのではなく、別の形で抱きしめ続ける”

自閉症とその他の障害（身体的、知的）を持つ若者の住居施設（グループホーム）が完成しました。



2023年4月に自閉症のでこぼこを象徴する“パズルのピース”という名前で親主導の住居施設が完成し、16人の中度から重度の障がいを持つ若者が生活を始めました。近年では自分たちで理想の福祉を実現したいと望む親が主導になり、施設を作るのは人気傾向にあります。実際には多くの労力と年数を要するプロジェクトであるのですが、親の情熱が塊となって社会の様々な物を動かし、各地で素晴らしい施設が完成しています。私たちのライデンの施設完成までには7年の時間を要しました。



施設のエントランスに飾られたキルトの贈り物『パズルのピース』



家族が植えた大切なお花に、水まき。

私の娘（18歳）は自閉症、重度の知的障害があります。2年前にその原因である世界で29人しか見つかっていない遺伝子の異常が見つかりました。オランダの手厚いケアに支えられながらも、苦労を重ねて娘を精一杯育ててきました。ただ、どうしても重度の娘のケアが優先されて弟たちに手がかけられず悩んでいた時に、学校の親の会の仲間からこのプロジェクトの話聞いたわけです。最初はまだ娘を手放すには早すぎるという気持ちでしたが、住居は私たちの家から見える場所に建築予定で、ケアの内容も信頼でき、これ以上の

選択肢は後先ないのではないかと参加を決めました。オランダの施設入居までは数年のウェイティングを経てやっとというのが現状で、そろそろ年齢的に将来の住居探しを始めるように言われる時期でもありました。

親主導で作られた施設といっても、親だけでできるものではありません。市役所から施設建設の許可をもらい、建築、ケアは他の団体にお願いします。流れとしては、現在住居不足問題を抱えるライデン市に、現在は使われていない学校の広い土地をたった16人の為の住居とすることに許可をもらい、建築は市営住宅を管理するSleutelsが大家さんとして担ってもらうことになりました。福祉団体のASVZは親主導のプロジェクトの運営経験が豊富で、トリプルCという方法論を使って障害のある人々との信頼関係を大切にして関わっているのでケアの質も安心できる為ここをパートナーとして選びました。

いざプロジェクトが始まると、親はとにかく資金集めです。親の中には政治家としての経験があったり、資金集めの方法に詳しい方もいて、多くの資金集めの試みが実を結んで結果的に目標額に達することができました。その資金で屋根の上に太陽パネルが敷き詰められました。また、関わってくれた多くの企業が大変協力的で、資金を出してくれるだけでなく、建築会社が無料で自転車倉庫を建築してくれたり、化学会社が建物へのペンキを寄付し、それを全ての部屋に社会奉仕として社員自分たちの手で塗ったりしてくれました。

アーネムなど遠方からライデンまで駆けつけてくださった方もいて、ペンキにまみれた皆さんの手で娘の部屋が彼女の大好きなピンクの色に塗られる様子を見て、胸がいっぱいになり涙があふれたものでした。また、ライデンの女性マラソンは参加費が施設の建築に寄付され、走る皆さんのスローガンが“パズルピースの為に“というもので、ここまで障がい者へのスティグマがなくいいのかと私の価値観を覆されるような体験でした。もちろん車いすと歩きで住居予定の若者も親も参加させていただきました。その時に貰ったピンクのメダルは娘の宝物になりました。このように例を挙げればきりがなく、結果としてこちらが感動するほど社会から目に見えた温かい支援を受けることになりました。

また理事として、親とは関係ない方々がボランティアとして関わってくれています。福祉施設や政治に詳しい方々で裏で施設運営がスムーズに行くように様々なバックアップをしてくれています。現在も理事は親とASVZの関係をよくするためにミーティングには心を砕いて参加してください。

建築が進むにつれて、親とASVZで多くのミーティングを重ねて、子供たちの福祉の予算について等、実に多くのことを話し合ってきました。ミーティングの場所は親の一人にライデン大学職員がいたので、懐かしい講義室を使わせてもらいました。ライデン大学では法律事務所より寄付された大量の家具も建築完成まで保管して頂きました。親それぞれに担当があり、庭、家具、レクリエーション、福祉、ニュースレター、資金集め、面接などそれぞれが忙しく参加してきましたが、オランダの親の子供の未来にける情熱と時間を全く惜しまない姿勢に、疲れはしないの？と何度も驚かされたものです。思えばそれ程、親にとって子供のケアは最優先事項であるのです。この様にして関わる中で、16人の子供たちは他人の子

ではなく、私たちの子供 (onze kinderen) という呼び名になり、32人の親は、私たちの子供を見守る親戚のような関係になりました。そこでやっとこの施設のテーマである“手放すのではなく、別の形で抱きしめ続ける”というケアの実現に至りました。



完歩後のレオナと私。
メダルは彼女の宝物。



施設オープニングの招待状
をご近所さんのポストへ

2023年の4月、退職予定の市長の最後との仕事として、子供たちの施設のオープニングが行われました。施設は地域の周りとの調和のある建物に仕上がりに、建物内では音に敏感な自閉症の特性にも配慮されています。庭には親が4000の花々を植えて管理しており、少しでも自分たちで野菜やハーブを育てたり、トランポリンやブランコも近所の商店街から寄付で頂いて、美しく心安らぐ場所となりました。入居者はそれぞれの繊細さを持ち合わせており、環境の変化が苦手です。まだ住み始めて半年なので入居者は完全に慣れたとは言えませんが、入居者全員がこの生活をとてとても気に入っているというのが現実です。何か問題があると、“ここに住んで喜んでいない子供はいるだろうか？”と問いながら子供たちの幸せを優先して、様々な問題を解決しています。私は毎日娘の部屋に行くのですが、私たちの子供の様子を見るのが大きな喜びになっています。この子供たちが少しでも成長することを願って、幸せな姿を見守り続けて行くことが、私たちの生涯続く生き甲斐となるでしょう。

平田クミ子

2024年 シニア交流会のお知らせ

2023年3月より計4回、AmstelveenのBovenkerk地区にある高齢者施設Zonnehuisにてシニア交流会を行いました。2024年も是非引き続き交流会を継続してほしい、と施設担当者よりご連絡を頂き、現在先方と今後の交流会について調整しております。



施設の高齢者の方たちに楽しんで頂ける交流会ができ、本企画継続に繋げることができたのも、ボランティアでご参加してくださった多くの方たちのご協力のおかげです。どうも有難うございました。

2024年の交流会の日程について、下記決まりましたのでお知らせ致します。

2か月に一度、第4週火曜日、計6回（予定）

1月23日、3月26日、5月28日、7月23日、9月24日、11月26日

時間：13：45 - 14：45（片付けを含め最大15時まで）

2024年の交流会は、各回の世話役を決め、その方にテーマなども考えて頂き、交流会をリードして頂けるような進め方にできればと思っております。

- ・1月23日は河南さんが世話役をお引き受けくださることになりました。
- ・3月26日は大塚が担当の予定です。
- ・5月、7月、9月、11月の世話役にご興味がある方は是非ご連絡ください。

参考までに下記が2023年の活動です。高齢者の方たちが楽しめる、下記のような面白い企画アイデアがございましたら是非お知らせください。

3月：自己紹介、日本語で名前を書いてみる

5月：折り紙（子供の日に合わせて、兜、鯉のぼりを折ってみる）

7月：お習字体験

9月：施設側の都合でお休み

11月：ちぎり絵でクリスマスカード作り

2024年も引き続きのご支援、どうぞよろしくお願い致します。

ナルクの皆さんと一緒に楽しくボランティア活動ができれば嬉しいです。

大塚 千恵子

2023年 ポットラックの様子

2月26日 出席3名。

- ・ 新しい会員さんが一人増え、早速ポットラックに来てくださいました。
- ・ シニア交流会について：火曜日の3～4時、隔週にBovenkerkの施設Zonnehuisを訪問し、複数の高齢者を対象にNALCの会員が対応し、オランダ語で会話するというものです。認知症のある方々が入居されています。月に1度でも結構ですので、火曜日の午後A'veenに来られる方、どうかご連絡ください。

3月26日 出席4名。

- ・ シニア交流会について：認知症対策で入居者の方の興味ある話を聞き出しアクティブにして頂くのが目的です。私たちが話すのではなく入居者の方々が話ししやすい時間をもつということです。この活動に興味のある方は担当の大塚さんにご連絡ください。
- ・ 在蘭邦人シニアで、糖尿病など生活習慣病にり患している人や関心のある方たちは多いですから、この人達を対象にポットラックでワークショップできないでしょうか？ という意見がありました。

4月30日 出席2名。

- ・ 新役員の方がおいでになったので、役員会などのお話をしました。

7月30日 出席3名。

- ・ 文化祭の出店について。どら焼き、桜餅、おにぎりの案がでてきました。そのほか可能性がある方はお知らせください。
- ・ 最近のボランティア活動について。ネモ茶房での庭仕事 この季節は枝の剪定とツタを根っこから抜く仕事をしています。もしお手伝いができる方はご連絡ください。
- ・ BOVENKERKでシニア交流会を大塚さんがリーダーで2か月ごとにされています。ぜひご協力を！
- ・ 総会について：8月20日です。ネモ茶房の2階で総会のあとポットラックで茶話会をいたします。
- ・ 会員のお一人は、この夏、本帰国されます。

8月27日 出席3名

- ・ 文化祭の連絡事項、売り物の値段設定、大きさの標準化のためお二人にどら焼きを作って持ってきてもらい試食しました。

9月24日 出席2名

- ・ 10月21日文化祭の準備について。出店（どら焼き、バラ寿司、桜餅など）で買い物客にNALCの広報とアンケートを取って此れからの活動の質と活動の輪を広げ、新会員を勧誘する。アンケートの内容を検討しました。無記名で男女は問う。年齢も大まかに問う。オランダ在住歴。などから具体的にどういうボランティアをやりたいか、また支援してもらいたい事案を探していきました。（例）庭掃除、家事、簡単な日曜大工、休暇時の家の見守り、子育て支援、買い物代行同行、非営利団体へのボランティア、オランダ施設でのボランティアとして散歩時の車椅子押し、シニア交流会、など。

10月29日 出席5名

- ・ Oさんの思い出やそのお人柄や私のPCに入っている写真を見ながら入院から亡くなるまでのお話を皆さんで共有いたしました。
- ・ 時間預託について：日本に報告されるポイントとNAC追加活動の違いやポイント申告について話しました。これからもボランティア活動を広げて会員も活動しやすいようにしたいと思います。
- ・ 現在NEMO茶房でさんはカウンターで働いていらっしゃいます。KさんNさんは庭管理をしています。庭掃除をできる方を探しています。
- ・ また、こういう支援をしてほしいという案件があれば河南までご連絡ください。

11月26日 出席4名

- ・ 新会員Sさんの出席がありそれぞれの自己紹介やNALCの時間預託ボランティアの説明を行いました。Sさんは駐在派遣のご家族の方ですがオランダ社会でのボランティアも考えておられ、11月21日のシニア交流会に参加されました。ご自身は日本でEUMOの通貨の提唱者であり人間社会でも第3社会（Third place）でのつながりの必要性を実行していらっしゃいます。これを機にNALCHollandと日本とのつながりを説明し駐在の家族の方にも広報を強くしていきたいと思います。

12月30日 出席3名

- ・ シニア交流会について。場所：高齢者施設Zonnehuis（Amstelveen）
2023年の活動は計4回でした。
3月 自己紹介、5月 折り紙、7月 習字 自分の名前を筆で書きましよう
11月 ちぎり絵クリスマスカードづくり
- ・ 2024年も是非引き続き交流会を継続してほしい、と施設担当者より連絡があり、現在今後の調整中です。参加ご希望、興味のある方は大塚さんまで。
～2024年の交流会の日程（予定）～
1月23日、3月26日、5月28日、7月23日、9月24日、11月26日
時間：13：45 - 14：45



ナルク『Bunka-sai文化祭』参加レポート



去る10月21日、アムステルフェーンのSAKBで行われた、JACOP主催イベント『Bunka-sai文化祭』に、ナルクも出店参加しました。



『Bunka-sai文化祭』は今年で二度目の開催。当日は午前中の雨ふりにも関わらず、JACOPの報告によれば…900人近くの来場者を記録。バザーあり、カフェあり、身体を動かすワークショップに、芸術系ワークショップ、プレゼンあり、バリエーションに富んだ日本の美味しい食べ物出店あり、子供から学生、大人まで様々な国籍の来場者で賑わいました。

ナルクとしては、ナルクの活動を広く知ってもらうための広報活動の場として、また新会員さんの勧誘の機会として、イベントに参加しました。

役員4名を中心に、事前準備～出店。また、当日は更にボランティアとして、ナルク会員さんからも二名（うち東部からお一人）Tさんはナルクの食品販売の売り子として、またNさんは、会長のIさんと共にテント張りや会場の見回りなど文化祭のイベント全体の運営裏方のお手伝いとして、大活躍してくださいました。

出店内容としては、どら焼き（白あん、粒あん）、おはぎ、ちらし寿司、ドクダミ茶等を手作りで用意し、売り出しました。

やはり、日本の食べ物の人気は高く…50個ほど用意したどら焼きは初めの30分で売り切れ、ちらし寿司、おはぎも12時には盛況、完売となりました。

当初のナルクの参加目的でありました、ナルクの活動広報と新会員さんへの勧誘は、大々的、とはいかなかったものの…二名の新会員さんの加入がありました。（祝！）

普段直接的な交流のチャンスの少ない会員さんと、一緒になってこのような機会に和気あいあいと活動し、またその他の日本人コミュニティとの関わりのなかで、イベント感を味わえるのは、なかなか楽しいものです。

ボランティアとして参加して下さった会員のTさん&Nさん、（そしてスペシャルサンクスRさん）またイベントを企画運営して下さったJACOPのスタッフの皆さま、お客様として足を運んで下さった皆さまにもこの場を借りて、お礼を申し上げます。どうもありがとうございました。

もし興味をお持ちの会員さんがいらっしやいましたら、また来年の出店の際には、ぜひ奮ってのご参加お待ちしております。

（文：K-NN）

Colofon

発行 NALC Holland URL: <http://nalcholland.nl>

担当：東、松原

連絡先：masako@telfort.nl / 06 2425 2523