



【古吉野の花壇で咲いている椿の花】

# 山小屋便り

## 2月号

**February 目次  
2026**

2026年2月5日 発行

0 2	二十歳の節目、穏やかな気持ちで―― なのはなファミリーで迎えた成人式	そな
0 8	津山加茂郷フルマラソンへ向かって 走りはじめました！	この
1 0	筋肉も心も喜ぶ！ 雨雪の日はサーキットトレーニング	かのん
1 2	家族で味わった、とんど焼き	ゆうは
1 5	すずめと太陽―― 藤井先生のアコースティックギター教室、 今年もスタート！	あや
1 6	初めての版画教室	みゆ
1 8	寒さのなかで、甘くなる！	すにた
1 9	桃の剪定大作戦！	りな
2 1	ダンプの上から見た景色―― 永禮さんとの落ち葉集めへ！	のりこ
2 4	お母さんを登場させて、新・昔話を作ろう！	ほのか
2 9	新たなドramaたちの『マリーゴールド』 和田さんのドラム教室発表会!!	よしみ

発行 なのはなファミリー  
岡山県勝田郡勝央町石生 495  
☎ 0868-38-3571  
URL <https://nanohanafamily.jp>  
編集者 かに





二十歳の節目、穏やかな気持ちで――  
なのはなファミリーで迎えた成人式

そな

なのはなファミリーで摂食障害  
なファミリーのお父さん、お母さ  
ん、みんなに支えてもらつて、感

謝の気持ちでいっぱいです。おかげで私は、二十歳の門出を迎える

あゆちゃん、まえちゃん、さや  
ねちゃん、あゆみちゃん、撮影チー  
ムのみんな。立ち仕事も多くて  
大変なはずなのに、嫌な顔一つせ  
ず、いつも明るく穏やかな空気の  
中で、撮影を続けてくれてありが  
とうございます。一瞬一瞬が、本  
当にかけがえのない大切な宝物に  
なりました。

りありがとうございました。相川さんの優しさを、たくさん感じた時間でした。相川さんが、お正月のときに言つてくださつていたように、なのはなファミリーの夢であるソーシャルフィールドを、一緒につくり、盛り上げていける関係が、相川さんとなのはなファミリーの間にあり、相川さんが、なのはなファミリーの一員のようになります。

A large group photograph of approximately 100 people, including students and faculty, posed in front of a building with a traditional tiled roof. The group is arranged in several rows, with some individuals seated in the front and others standing behind them. They are dressed in a variety of traditional Japanese kimonos in various colors and patterns, as well as Western-style suits and ties. The overall atmosphere is formal and celebratory.

成人お祝い撮影を、  
チームのみんなを中心に、連日たくさんてきて、その間も、本当にたくさんのお祝いの気持ち、温かい気持ちを分けてもらいました。

■みんなのおかげで、  
今が作られている

七

初めは、どんな衣装を着て、撮影を進めていきたいか、その作戦会議から始まりました。カッコいい風に撮りたいか、可愛い風にしたいか、自分好みのものにしていくこう！ と、チームのさやねちゃん、かのんちゃん、ゆきなちゃんが一緒にになって、モチーフにした画像を探してくれました。パソコン室に行き、それに沿った衣装と一緒に探しました。

「これを着てみてほしい！」  
「絶対、これは○○ちゃんに似合うと思う！」

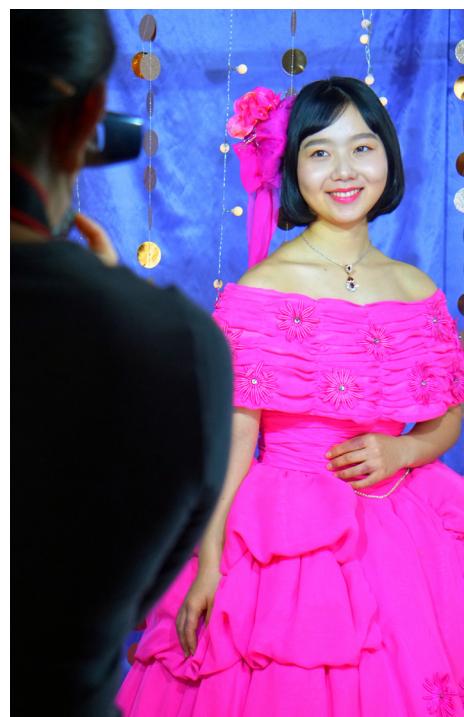
みんなが、成人を迎える三人の、お姉ちゃんであつたり、妹であつたりして、理解してくれていてるからこそ、理解のある関係だからこそ、その空気もすごく温かくて、和やかな空間でした。着たいドレ

本当に、たくさんの家族の、たくさんの愛情を感じられた期間でした

（前ページからの続き）  
スを選んでいると、まさにプリンセスのような気分でした。

次の日からは、幸せの撮影ラッシュでした。いつもの、みんなの寝室であつたはずの居室が、一気にドレスルームに部屋替わり。メイク道具や衣装、小道具、照明、カメラなどが並び、その光景は、まるで本物のモデルさんの撮影風景さながら。

撮影の三日間は、あゆちゃん、さやねちゃん、まえちゃん、あゆみちゃんが、惜しみなく本気で、丁寧にメイクをしてくれたり、ヘアアレンジをしてくれました。この衣装と髪型に似合うアクセサリーはどうか、と吟味しながら、みんなが考えてくれて、恥ずかしい気持ち半面、こんなにも綺麗に着飾らせてもらえることが



3人に似合う、いろいろな衣裳や背景で写真を撮りました！



嬉しくてたまらない気持ちと、大切な人たちにこんなにも大事にしでもらえている時間が嬉しくて、気分は最高潮でした。（笑）

カメラの前に立つと、照明を照らしながら、「可愛いねー」と、みんなが絶えず声をかけてくれ、あるときは、外の撮影にも行きました。その日は、陽の光が温かくて、撮影の日程も、「その日が

また、撮影にいました。



唯一暖かい日だから、この日に外撮影にしよう」と、決めてくれていたようでした。

外に出てみると、照明用の光とはまた違う、自然光があると、写真の雰囲気がガラッと変わりました。笑いが絶えず起こっていて、ずっと明るい空気でした。

ゆうはちゃん、りなちゃんがカメラに映る姿が、本当に綺麗で、可愛くて、二人の姿を見ているだけで癒されて、何度も涙が出そうになりました。一人が二十歳の門出を迎えたことが、かけがえ



撮影の合間には、みんなが、成人のムービー撮影も進めてくれていました。どんな撮影をしていったのか、詳細は分かりませんが、一部、私も撮影に呼んでもらいました。

「演劇練習で楽しかったことを一言で考えてください」

とだけ言わせていて、体育館に行くと、しばらくして、コンサー

みんなに伝えるためのものだったのですが、その予行練習だけで涙がぽろぽろ出てきて、胸がいっぱいになりました。

す 本 入 は な も て が た が く

トでの妖怪のメンバー、主要役者のメンバーが集まり、みんなから、成人のお祝いの言葉を受けました。



勝央町二十歳の集いに出席しました。

■成人式当日

成人式前日は、音楽室で寝ました。次の日の起床は、五時十五分で、早くから着付け・ヘアメイクをするためです。りなちゃん、ゆうはちゃん、撮影チームのみんなに囲まれて寝ました。

私は心配性なので、早めに

A medium shot of a woman with short dark hair, smiling broadly. She is wearing a white button-down blazer over a dark top and dark trousers. To her left, the edge of another person's kimono is visible, featuring a vibrant pattern of red, yellow, and green. The background includes a light-colored wicker screen and a shelf holding a small woven basket.

A medium shot of a woman in a traditional Japanese kimono, smiling and waving her hand. She is wearing a white kimono with a vibrant pattern of red, green, and gold. The background shows a window with a view of a garden.

A tall, slender wooden screen or room divider with a red ribbon and bow tied to its top center.



村上さんより着付けを教えていただいた子たちが、3人に振り袖を着付けていきました。



まず初めに、メイクをしてもらいました。予行練習をしたときに使ったメイク道具を、箱にまとめました。

ん、河上さんに見守つてもらひながら、少し緊張感のある中で、準備が始まりました。

着付けを教える  
着付け

えていただきました。  
おきました。

本番もスムーズに、綺麗に着付け  
る人がいてくれていることが、本  
当に嬉しいことだなと思います。  
した。こんなにも大事にしてくれ  
協なんて一切なく、細部までこだ  
わり抜いて、美しく綺麗に着せる  
ために、着付けをしてくれていま  
した。



りなちゃん

村上さんによく着付けを教わり、一日間は、みつちりパソコン室で、丹念に、本当にたくさん練習をしてくれていました。私たちより、緊張をしていたかもしれません。妥協なんて一切なく、細部までこだわり抜いて、美しく綺麗に着せるために、着付けをしてくれました。こんなにも大事にしてくれる人がいてくれていることが、本当に嬉しいことだなと思います。

(前ページからの続き)  
使う順番の書かれたメモも入つて  
いました。みつきちゃんは丁寧に、  
バランスを見ながら、ビューラー  
をする際はいつも、「痛くない?」  
と聞きながら、優しく進めてくれ  
ました。

あゆちゃん、あゆみちゃんは、  
村上さんによく着付けを教わり、一日  
間は、みつちりパソコン室で、丹  
念に、本当にたくさん練習をして  
くれていました。私たちより、緊  
張をしていたかもしれません。妥  
協なんて一切なく、細部までこだ  
わり抜いて、美しく綺麗に着せる  
ために、着付けをしてくれていま  
した。

をしてくれました。

私も常に、こうした優しい気持  
ちを持ち続けられる人でありたい  
です。

夕食には、立派な鯛と、岸本家  
のひでゆきさんから、かにグラタ  
ンもいただきました。まことちゃん  
が、温かいまま食べられるよ  
うに、鯛を焼いてくれました。ふ  
ぎて、その時間が本当に温かかっ

たです。

わふわの身が、すごく美味しいかっ  
たです。

成人を迎えた人の中で、尾頭付  
きの鯛を食べているのは、この三  
人だけだと思います——と、冗談  
交じりにお父さんは仰っていて、  
貴重なお魚をいただけることが、  
とてもありがたいことだと感じま  
した。



そなちゃん

りゅうさんは、撮影期間、何度も、すつとハンドクリームを手に  
出してくれたり、車の乗り降りで  
も、お母さんが毎度補助してくれ  
たり、相川さんが傘をさしてくれ  
たり、お姫様気分をたくさん味わ  
させてもらうとともに、みんなの  
優しさ、気の遣い方を、お勉強さ  
せてもらつたようにも感じます。  
おもてなしする心は、本当に素敵  
なものだと思います。

たです。

りゅうさんは、撮影期間、何度も、すつとハンドクリームを手に  
出してくれたり、車の乗り降りで  
も、お母さんが毎度補助してくれ  
たり、お姫様気分をたくさん味わ  
させてもらうとともに、みんなの  
優しさ、気の遣い方を、お勉強さ  
せてもらつたようにも感じます。  
おもてなしする心は、本当に素敵  
なものだと思います。



ゆうはちゃん

なんでこんなにも残酷なのか。

どうして周りの人たちは前に進ん  
でいるのか。どうして私だけ、  
一人穴の中に落ちていって、取り  
残されてしまっているのか。

誰の姿も見えない暗闇の中で、  
一人叫び続けていました。助けて  
ほしい、けどもう助けないでほし  
い。もう生きていきたくない、け  
どちゃんとした生き方をしたい。

自分の役目を全うできる、曲がつ  
た価値観のない場所から、すべて  
一から人生をやり直したい。どう  
願つても、どうあがいても、叶い  
ようもない願いでした。

だけど、今、分かることは、当  
時、前に進んでいるように見えた  
人が、みんな前に進んでいたとは  
思っていました。

(次ページへ続く)

## 二十歳の節目

私たちには、幼少期に受けた傷が  
もととなり、利己的な考え方や、  
利己的な仕組みの中で生きていら  
れないと思つっていました。摂食

障害になつて、生きることを拒ん  
で、いつそ死んでしまえればいい  
と思つっていました。

だから人生をやり直したい。どう  
願つても、どうあがいても、叶い  
ようもない願いでした。

だけど、今、分かることは、当  
時、前に進んでいるように見えた  
人が、みんな前に進んでいたとは  
思っていました。



## 【なのはな写真館】

成人を迎えた3人をお祝いして、  
なのはなファミリーのみんなで写真館を開きました！





## 津山加茂郷フルマラソンへ向かつて 走りはじめました！

ここに

年末年始の熱が、やっと冷め  
きつたと思えば、次は成人式があ  
り、大忙しの一月。やっと日常生

活に戻ったと思う頃、マラソン練  
習が始まりました。

なのはなに来て、いろんなイベ

ントの話を聞かせてもらう中で、心配していたのが、四月にあると聞いたフルマラソンでした。学校

の行事の中でも、一番と言つてい  
いほど嫌いだったマラソン大会。  
四十二・一九五キロという長い道  
のりを、何時間もかけて走ると聞  
いて、来たばかりの当時の私は、  
「絶対に走れない」「走りたくない」  
と思っていました。

それでも、月日が経つにつれて、少しずつ体力もつき始めると、だんだん楽しみな気持ちに変わつていきました。

練習スタートの前日には、お父さん、ランニングフォームや靴を見てもらつたり、走る姿勢も教えてもらつたりして、ドキドキしながら当日を迎えました。

やりました。外は晴れていたけれど、体育館の中は冷えていて、まだ身体が固まっていたので、しっかり身体を伸ばすことを意識してやりました。ラジオ体操をするのも久しぶりでしたが、やっぱり朝に身体をしっかりと伸ばすと、気持ちがいいなと思いました。



### ■フルメニュー初日！

私は初めてだったので、ペアを組んでやりました。三点倒立は、一人では今までできたことがなく、支えてもらひながら、なんとか立てたのですが、まっすぐ伸びるのがとてもきつく、まだ支えてもらわないと、グラグラして怖いなと思いました。

その後、交代して、まことちゃんと私がやるのを、支える側になつたのですが、まことちゃんは、支えがなくとも、ずっとぶれないまま、きれいな姿勢をキープできていた、すごいなと思いました。いつか私も、支えてもらわなくともできるように、これから頑張りた





(前ページからの続き)  
いです。

それから外に出て、身体の準備を整え、靴ひももしっかりと結んで、ついに、みんなでスタートします。初日から十一日間は、梅の木コースで、二・五キロの道のりです。

みんなで二列に並んで走っています。最初は、風もあって、少し寒いなと思っていたのですが、時間が経つにつれて、どんどん身体がぽかぽかしてきて、じんわり汗ばんでくるのを感じました。それから、風を受けながら走るのが気持ちよくて、「一二! 一二!」と、みんなで声を掛け合いながら走るのが、楽しかったです。

それでも、やっぱり久しぶりに長い距離を走ったこともあって、坂道はきつかったです。最後、もう少しというところで、古吉野のはなに帰る道の、黒大豆の畑のところで、周りが一気に開けて、そこから見えた景色が、とてもきれいで、キラキラして見えました。

そこを通り過ぎると、あつという間に、なのはなに帰つてきました。

初日は、自分で思つていたより



も、楽しく走ることができたと思いましたし、きれいな空気の中で、きれいな景色を見ながら練習できるのが、うれしいなと思いました。

## ■江戸走り

次の日、朝起きると、身体が完全に筋肉痛で、バキバキになつていました。なのはなに来て、コンサートのダンス練習を、みっちりした次の日のことがよみがえつて、筋肉に効いているのが、うれしくありました。

その筋肉痛も、何日も走り続けていると、だんだん治つてきて、走る身体になつてきているのを感じましたし、毎日走つていると、その日の天気や気温によって、走

りやすさが、全然違うこと、肌で直接感じるようになつていきました。

しかし、日に日に毎日となると、正直、寒いこともあって、少しぶつめニューに対しても、マイナスの感情になつてしまつた時もありました。それでも、走り終わると、身体がぽかぽかになり、みんな走り切れる達成感もありました。

休日には、お仕事組さんや、りゅうさんとも一緒に、長い列で走れたり、落ち葉集めがあつて、永禮さんとも走れたことは、自分のモチベーションアップにもつながつて、とてもうれしかつたです。

梅の木コースが続く中、途中で、お父さん直伝の「江戸走り」も、

よしみちゃんから教えてもらいました。

面白い走り方だなと思いま

した。面白

い

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

な

(前ページからの続き)

う間に、梅の木コースの最終日が来てしました。この日は土曜日で、お仕事組さんや、りゅうさんも一緒に走れたことが、うれしかったです。

それから、この日は、練習が始まってから、初めてのお題回しがありました。実際にやつてみると、やっぱり楽しさが全然違つて、初日のお題は「フルマラソンに向けての意気込み」だったのですが、考えながら走ると、坂も、あつという間に走り切つてしまつたように思いました。

みんなが一人ずつ、自分の名前を言つたあとに、お題の答えを



言つていくのが、リズムも良くて楽しかつたですし、それぞれの答えが聞けるのも、うれしかつたです。

それからは、お母さんのお誕生日会があつたり、雪が降つて、サークットトレーニングになつたりして、二日ぶりのランニングで、奈義コースを走ることになりました。距離は、四キロと長くなる代わりに、坂道がなく、平坦な道が続くと聞いて、ドキドキしながら、奈義コース初日を走つてみました。

すると、私は、とても走りやすく、坂道がないだけで、こんなにも楽に感じるんだなど思いました。田んぼ道や道路を、ずっと走るので、景色も開けていて、周りを感じながら走るのも、梅の木コースとは、また違つていいなと思いました。

でも、やっぱり距離は長いので、途中で、とても暑くなつてきてし

まい、服装も、少し考えながら走つてきたいです。

お題回しもあり、この日は、「最近のうれしかったこと」でした。みんなのうれしさを聞かせてもら

えて、自分のうれしさも聞いてもらえるのが、さらにうれしさ倍増無理なく頑張つて走りたいです。まだ少し不安もあるけれど、みんなが楽しんで、本番を走り切れます。このコースには、心臓破りの坂があると聞いて、内心とても

怖いのですが、自分のペースで、気分よく走り切れました。奈義コースの次は、石生コースです。このコースには、心臓破りの坂があると聞いて、内心とても体力を、つけていきたいです。



## 筋肉も、心も喜ぶ！

### 雨雪の日はサークットトレーニング

かのん

四月に開催される、津山加茂郷

いきます！  
体幹トレーニングでは、プラン



以前、なのはなに来る前の過活動の時期にも、こうしたプランクなどをしていました。ですが、そのときは、全く楽しくなくて、孤独でした。今は」というと、物理的にも、心も、一人ではなく、みんなでしていると、とっても楽しいです。みんな、目標に向かい、お互いのために身体をつくつている雰囲気が、とても温かくて、満たされた気持ちでいっぱいにな

(次ページへ続く)

(前ページからの続き)  
り、本当に、みんなで身体を鍛え  
る時間が好きです。

ふー！ 体幹トレーニングが終  
わつただけで、冬とは思えないほ  
ど、身体がぽかぽかです。ぽかぽ  
かしたところで、次はいよいよ  
体育館でサークットトレーニン  
グ！



### ■ サークットトレーニング

サークットトレーニングは七種  
目あり、それを一チーム三、四人  
で、一分ずつ、順繰り回していく  
ます！

まずは、一種目目から！ 内容  
は「三十秒間、もも上げをしたあ  
とにダッシュ」。

思いつきりダッシュ！

三十秒もも上げからの、思いつ  
きりダッシュは、最高に気持ちが  
いいです（笑）

二種目目に入るまで、ほんの数  
十秒、余る時間があります。その  
とき、たまたま体育館の端っこに  
いるので、一気に全体の、鍛えて  
いる風景が見えます。その風景を  
見たとき、何か、嬉しい気持ちが  
込み上げてきました。

こうして、仲間と、一つのマラ  
ソンという目標に向かい、身体を



鍛えていけることが、とっても幸  
せで、仲間となら、何でもできそ  
うだ！ そう思いました（笑）  
二種目目は、手を頭の後ろに組  
み、前に足を出す運動です！

これも、また一種目目とは違う  
ところが、鍛えられているのを感じ  
ました。一分間で目標を決めて  
やつてみたのですが、そうすると、  
とっても楽しくて、「自分の限界  
を突破していこう！」という、明  
ひたすら、もも上げをしていて  
きついけれど、一緒に回るチーム  
の人と、少し冗談を言つたり、小  
さく「ファイト！」と言い合いな  
がら、もも上げをする時間は、自  
然と笑顔になつて、とても楽しく  
て、気持ちいいです！ 三十秒経  
つと、「ピーー！」と笛が鳴り、  
思いつきりダッシュ！

それと、自分は、競争心が出て  
きてしまう部分がありました。で  
すが、目標を決めることで、競争  
する気持ちや、「自分が」という  
ような気持ちが、吹き飛んでいき  
ました。私は私で、自分の筋肉と  
るい気持ちになれました（笑）

三種目目は、ボールを足に挟ん  
でジャンプ！

個人的には、これが一番、筋肉  
が喜んでいます。自分の筋肉を、  
仲間と、チームの子と一緒に鍛え  
て、限界を乗り越えていくのが樂  
しいです。本当に、一人じゃない  
からできることだなと感じます  
(笑)

一分間終了の笛が鳴り、次の  
チームの人にボールを渡す際、次  
の人も、とてもキラキラした笑顔  
で、ボールを受け取ってくれます。  
みんなのキラキラした笑顔を見る

のが、三種目目の、小さなお楽し  
みだなと思っています（笑）

四種目目は、踏み台昇降！  
一、二、一、二、のリズムで、台  
のことが、自分にとつて気づきで  
ありました。そのことを気づか  
せてもらったのも、この二種目目  
だつたなと思います（笑）

三種目目は、ボールを足に挟ん  
でジャンプ！

個人的には、これが一番、筋肉  
が喜んでいます。自分の筋肉を、  
仲間と、チームの子と一緒に鍛え  
て、限界を乗り越えていくのが樂  
しいです。本当に、一人じゃない  
からできることだなと感じます  
の時間が、とっても楽しくて、幸  
せを感じました（笑）

五種目目は、腹筋を鍛えます！  
目標は、三回。とても、腹筋  
の筋肉が喜んで、鍛えられていく



みんなで、火を燃やすために必死にあちこち、須原さんがプロアーをかけてくださると、一気に火が大きくなりました。

「ファイヤー!!」

そんな声が起ころうほどの勢いで、豪快に燃えていく火がきれいです、目が離せません。

みんなが楽しめるように、みん

今年は、須原さんが、よく火が  
燃えて、みんながより楽しめるよ  
うにと、秘密兵器を用意してくれた  
炎を操る秘密兵器。その名も、ブ

うなど思いながら、とんどの中に  
入れました。



なの笑顔を、たくさん引き出して  
くださる須原さんに、感謝でいっぱいです。

秘密兵器を使い、火が安定してくると、頃合いを見計らつて、各々が書初めを火に投じ始めました。

た。それぞれの昨年を表す一字と、今的心情を書いた書初め。この日の朝まで食堂に飾られ、みんなの気持ちを共有してきた、想いがぎゅっとこもった書を、火にくべていきます。

紙の灰が、空高く飛んでいくと、字が上達するといわれているそうで、みんなで、一人ひとりの書を、「上がれ！」と祈るような気持ちで見守りました。



たりもしました

みんなの力を借りながら、いい方向に進んでいく。まさに、なのはなでの生活そのもの。みんなの

気持ちが、すごくあたたかくて、みんなで「上がれ！頑張れ！」  
と言いながら、書を投げ込んで

いつた時間が、嬉しかつたです。  
お仕事組さんや、そのとき東京  
出張に行つてくれていたみんな、

りゅうさんなど、その場にいらしゃった人たちの書初めも、燃やしていきます。投げ込む瞬間は、自分のものよりも緊張しました。無事に空高く舞つてくれると、「やったよ！」と、自分のものよりも、うれしくなりました。

須原さんの秘密兵器のおかげもあり、飛ばなかつた人はいないのではないか、というほど、ほぼ全

A group of people are gathered outside a building with a red-tiled roof. One person in the foreground is holding a small white board with some writing on it. The scene appears to be a casual meeting or a community gathering.



■炎のそばで

一息ついて、とんじを見つめる  
と、炎は、少し落ち着いていて、  
静かに竹を飲み込んでいました。  
若々しく、つやのある若竹を、真っ

とてもきれいで、見とれてしまい  
ました。

激しく燃える炎、そよ風に揺らぐような、穏やかな炎。炎にも、いろいろな表情があり、どれも、不思議と心が癒やされるような魅力を感じました。

て、とんど焼きの墨を額につける  
と、無病息災で過ごせるそうです。  
私は、なつちゃんについていただ  
きました。

みんなで火を囲み、とんどじ焼きを楽しんだ後のお昼ご飯は、とんどの火で焼いた、鏡餅入りのぜんざいでした。なのはなのおぜんざいを食べたら、もう他では食べられない、そう思うほど、なのはな（次ページへ続く）

(前ページからの続き)  
のおぜんざいは絶品です。



なのはな産の小豆で炊いたあんこと、台所さんや、おとちゃんがみんなで搗いた鏡餅入りのおぜんざいが、美味しくないわけがありません。やさしい甘さが、口いっぱいに広がり、幸せがふくらんでいきます。

そして夜には、あちらこちらから、「高く飛んだよ！」と、お仕事組さんに、とんど焼きのことを伝える声と、取つておいた墨を額につけた、お仕事組さんの姿がありました。その場にいられなくても、楽しかったことを、みんなで共有して、みんなで楽しい思い出にしていく感覚がして、あたたかい気持ちになりました。

「寒い日に、外に出て、何が楽しいのだろう」  
そう思いながら、遠くの火を見つめていました。  
ですが、なのはなでのとんど焼きは、私が経験してきたものとは、全くの別物でした。みんなと、すぐそばで感じられる位置で、炎を囲んで、お正月の感謝を想つて、一生懸命、扇ぎながら、飾りや書



私の住んでいた地域には、三メートルほどの竹を組んで行なう、とんど祭りがあり、とんど焼きは、何度か経験したことがありました。けれど、大きすぎて、ただ遠くから見ているだけでした。お正月飾りを燃やす意味も、墨をつけるということも、とんど焼きの楽しさも、何も知りませんでした。

日本の伝統的な文化を、こうして家族と楽しみながら、一つひとつ経験させていただけた。本当に、ありがたいことだなと感じました。

目の前にある、美しい炎。みんなの気持ち。

なのはなでのとんど焼きは、心も身体もあたたかくなる、幸せなひとときでした。

初めてを燃やし、灰が上がりしていくことを、全力で喜んで。額に墨をつけ合って、笑い合いながら、無病息災を祈つて。

こんなに楽しいものだとは、思つてもみませんでした。なのはなで、初めて、本当のとんど焼きを経験することができたと思つています。

日本の伝統的な文化を、こうして家族と楽しみながら、一つひとつ経験させていただけた。本当に、ありがたいことだなと感じました。

日本の伝統的な文化を、こうして家族と楽しみながら、一つひとつ経験させていただけた。本当に、ありがたいことだなと感じました。

## 味噌づくりのはじまり

2月は味噌づくりの季節です。今年は、なのはな産コシヒカリで米糀を作り、大豆と一緒に樽へ仕込みます。2月4日には、第1回目の仕込みも完了しました！





お正月を過ぎて、今年も私たちの大好きな時間、藤井先生が教えてくださるアコースティックギター教室、今年もスタート！

あや

ターレッジが再開されました。また、温かくて楽しい時間を過ごせることが、とても嬉しいです。



今回の課題曲は二曲。映画『すずめの戸締まり』の主題歌『すずめ』と、押尾コータローさん作曲の『太陽のダンス』という曲です。まずは、全員で弾く曲、『すずめ』の練習から始まりました。

『すずめ』という曲は、イントロ部分だけ耳にしたことはあつたのですが、曲全体を聴くのは初めてでした。嵐のような静けさや、雨の後の雲がぱつっと垂れるような、そんな繊細で、透明感のある曲だなと思いました。

楽譜を見ると、音数が多くて、リズムも取りにくそう……。ですが、今までの曲も、藤井先生が教えてくださって、弾けるようになつたので、この曲も絶対に弾けるようになる！と思いました。



頭を悩ませるくらい難しいので、知っているメロディーを奏でられるようになると、楽しくて、やる気も倍増します。音楽を聴くことも、もちろん好きなのですが、それ以上に、自分の手で演奏できる楽しさ、音を再現できる楽しさは、大きいなど感じました。表現の場を、たくさんいただけていることが、ありがとうございます。

先生が、練習のたびに、弾きやすい指番号を考え、楽譜に書き込んで持ってきてくださることが、本当にありがたいです。弾きやすいように、良い音が鳴るように、アドバイスをくださる先生の優しさが、とても嬉しいです。

今は練習中で、原曲の透明感や繊細さはなく、雑味があつたり、ただ音符を追つているだけ、とう演奏になってしまっているのですが、これからブラッシュアップをして、心に優しく染み込んでいくような演奏ができるようになります。

もう一つの課題曲、『太陽のダンス』は、今にも女の子がサンダルを脱いで、海に駆け込んでいきそうな曲だなと思いました。コンサートで、まえちゃん、さやねちゃんが演奏していた『Tension』を作曲された、押尾コータローさんの曲だと教えてもらいました。

押尾コータローさんの曲は、技法がすごい、というのを聞いて、

(前ページからの続き)

樂譜を見る前から、難しそうだな、という予感がしています。ですが、新曲のたびに、その時の自分より高いハードルを設定してもらつて、そこに向かつて、がむしゃらに進むことが、すごく楽しいです。また、なのはなのみんなに、演

奏を聴いてもらう機会があると思うので、理想を高く持つて、音の

イメージを持ち、自分の演奏の幅も、心の幅も、広げていきたいで

す。

藤井先生、今年も全力で、楽しんで、ギターに向き合うので、ご指導よろしくお願ひします！

## 初めての版画教室

みゆ

とある夜の集合のあと、かにちゃんが、私を含め、六人の子の

名前を呼び、「このあと集まつてください」と声をかけてくれました。私は、「なんだろう、私何

か失敗したのかな？」なにかの駄目出しだろうか……」と、少し不安になりました。

六人がそろつて、かにちゃんから出た言葉は、

「今集まってくれたみんなで、藤井先生の版画教室で次の作品を作れたら嬉しいです！」



あさんをモデルにしたいと考えました。でも、協力を頼むのは難しかなと思いました。

デッサンを始めるとき、枝があらゆる方向に伸びていたり、つぼみも、小さいものから、今にも花が咲きそうなものまで、たくさんあります。

自分の今のテーマは、「生きること」だと感じ、生命力を感じるものを探したいと思いました。そして、「これにしよう」と決めました。それは、梅の花枝でした。

自分が剪定した花枝。剪定したときは、つぼみのままでしたが、今は少しずつ花を咲かせてきました。命が芽吹いたような気がしました。命が芽吹いたような気がして、本当にきれいです。白い梅の花。ガクは、うつすらと赤みがかつ

ませんでした。緻密に、繊細に、集中力を使う作業は、自分には向いていないし、無理だと思いま

た。

でも、何もやらないで断るよりは、やってみて、どうしてもできなかつたら、お父さんに相談してみようと思い、「はい」と返事をしました。

本当に映えます。枝は、茶色いものから濃い緑色のものまであります。派

### ■版画教室

そして、一月二十九日の木曜日。版画教室の日。夕食後、五年生教室に集まりました。そこには、藤井先生がいらっしゃいました。かにちゃんが、

「今回、初めてのうたなちゃんと、みゆちゃんです」と、先生に紹介してくれました。

先生は、優しくほほえんでくれました。



その後、藤井先生は、版画を作っていくにあたって、どんなことを大事にしているかを話してくださいました。

「人に見せようとすると、欲が出る。自分の自然体も大事です」

構図の調整や、どの角度にするのか。センターに対象物を置くのか、センターを外すのか。真正面か、斜めにするのか。その角度によつて、大きく表現が変わることも教えてくださいました。

例えは、風景画で水車があつたとして、全体を表現するのか、その一部を切り取って版画にするのか。ありきたりの題材を、自分の版画として、どう表現するのか。

「版画には、版画の対象物がある」と言われたことでした。普通の絵とは違い、版画で表現できるものと、しにくいものがある、とのことでした。

(前ページからの続き)

A man with grey hair and glasses, wearing a tan vest over a dark long-sleeved shirt, is leaning over a young woman with dark hair, who is wearing a blue ASICS jacket. They appear to be working on a project together at a wooden table. The man is holding a small electronic device or tool. In the background, there is a framed picture on the wall and some shelves.

あつた、お花の版画に心を奪われました。派手な色は、まつたく使つていないので、目を引くものがあり、薄いピンクと、グレーがかつた背景に、うつすらと緑色が浮きていて、その花の可憐さを、美しく表現していました。

■魔法の言葉



「こここの枝の部分、まつすぐすぎ  
るかもしれない。この二本の枝の  
まつすぐさが、全体の絵をきつく  
しているかもしれない。実際は、  
まつすぐかもしれないが、少し  
カーブを入れたほうが、バランス

私は、さつそく、白黒の下絵に、  
色鉛筆で色を付けていきました。  
「生きてくるね、分かりやすくな  
る」

がいい」と教えてくださいました。私は、（そ  
うか、版画にしたとき、出来上  
がつたときの全体のバランスが  
大事なんだ。ただただ、そのまま  
を描くだけじゃダメなんだ）

「もし、許されるんであれば、何時間でも付き合うよ」  
と、冗談っぽく話してくださいました。

藤井先生、本当にありがとうございます。

## 寒さのなかで、甘くなる

すにた



大根、カブ、セロリ、白菜にブロッコリー。キャベツ、そしてネギ……。

今、私たちの畑では、たくさん冬野菜たちが、それぞれの出番を待っています。

ある朝、外へ出でみると、視界に入ってきたのは、一面の「白」でした。

どこを見渡しても、雪、雪、雪!! そんな心配をしながら、雪を向かいました。

でも、畑に着いて驚きました。野菜たちは、ちつとも負けていませんでした。

一面の雪景色はとても綺麗で、凜と冷えた空気を吸い込むと、伸びやかな気持ちになりました。「野菜たちは雪に埋もれて、凍えていないかな?」

そんな心配をしながら、雪を

かつたのです。

大根もカブも、自分の大きな葉を精一杯広げて、まるで笠のように雪をしのいでいました。葉に守られた場所だけ、ぽつかりと雪が積もっていない。野菜たちが、自分

をしずつ、少しづつ、美味しくなるよう手をかけています。私たちの口に、「柔らかいセロリになつてね!」と声をかけながら手入れする時間は、とても愛おしい時間です。

今はまだ、理想の柔らかさへと近づいている成長の途中にあります。が、ハウスのビニールをこまめに開け閉めして温度を調節したり、丁寧に水をやつたりして、少しずつ、少しづつ、美味しい手をかけています。私たちの口に、「柔らかいセロリになつてね!」と声をかけながら手入れする時間は、とても愛おしい時間です。

ネギ畑には、まだまだ五百本以上の中、ネギたちが、真っ白な帽子を被ったように雪をのせて並んでいます。その光景が何とも可愛くて、ネギ畑を見るたびに、嬉しい気持ちになります。

そして、今年は茎ブロッコリーとブロッコリーを育てています。茎ブロッコリーは、もう収穫が始まっていますが、ブロッコリーは、これから収穫が始まるところです。

こうして、美味しい野菜が食卓に届くまでには、たくさんの人の手がありました。

毎日、水をやつてくれる人。肥料をやつて手入れをしてくれる人。そして、台所で愛情を込めて

こんなに大きな野菜が収穫できることが、本当にありがたくて、嬉しいことだなと思いました。

また、外の雪景色とは対照的に、ビニールハウスの中でも、大切な野菜が育っています。

それは、瑞々しい香りが自慢のセロリです。



さつそく収穫してみると、中から出きたのは、ずつしりと重く立派な大根やカブ!

厳しい寒さの中でも、自分が凍つてしまわないように、野菜たちはじつと耐えながら、自分の中に、ギュッと甘みを蓄えていたのです。冬を越すための準備を、野菜たちなりに一生懸命していたんだなと思いました。そのおかげで、



さつそく収穫してみると、中から出きたのは、ずつしりと重く立派な大根やカブ!

厳しい寒さの中でも、自分が凍つてしまわないように、野菜たちはじつと耐えながら、自分の中に、ギュッと甘みを蓄えていたのです。冬を越すための準備を、野菜たちなりに一生懸命していたんだなと思いました。そのおかげで、

こうして、美味しい野菜が食卓に届くまでには、たくさんの人の手がありました。

毎日、水をやつてくれる人。肥料をやつて手入れをしてくれる人。そして、台所で愛情を込めて

(前ページからの続き)

調理し、食卓を色鮮やかに彩つてくれる人……。

いろいろな人の温かな手があることができます。

みんなで野菜に愛情を注ぎ、一緒に土に触れて作業すること。そこには、一人では気づけない発見や、ワクワクするような楽しさが、たくさん詰まっています。みんなと作業をしながら、冬野菜を見守っていく一瞬一瞬は、私にとって、何より大切な時間です。

そして、冬の楽しみといえば、食卓をボカボカに温めてくれる料理たち！



## 桃の樹、大剪定作戦！

りな

くださいました。

十二月から二月は、落葉樹が休眠している時期で、剪定の絶好のタイミングです。桃や柿、栗、梅……、なのはなファミリーには、たくさんの種類の果樹があり、数を数えると、数百本が植わっています。それらの樹の剪定を、大勢のみんなと、精力的に進めています。

去年までは、少人数の限られた人で、剪定を進めていたけれど、今年は方針を変え、多人数で、一気に進めています。また、永禮さんが来てくださり、チエーンソーで切るような大枝の伐採も進めて

### ■道具も増えて、楽しく

一巡目は、多人数で、直立した徒長枝だけを、どんどん切つていきました。徒長枝というのは、真高くなつた大枝を、どんどん永禮さんが切り落としてくださりました。中には、断面が手のひらサイズの枝もあり、大剪定です。

これまで、十二段の脚立の一番上に乗らないと、先端に届かないほど背が高くなつていた桃の樹も、大剪定後は、背が少し低くなり、内側まで光が入つて、とてもすつきりしました。チエーンソーでの大剪定を終えて、次は、二回に分けて、細かい枝の剪定を回り

お鍋や豚汁、けんちん汁。湯気の向こうにある具材は、すべて私たちが収穫してきたばかりの野菜たちです。

雪の中で甘みを極めたネギや白菜、大根。一口食べるたびに、その美味しさに、心がホットと解けます。野菜は、私たちには欠かせないものです。

心を込めて、みんなで畠の手入れを、頑張っていきたいと思いま

い、本当に大事な存在です。

これからも、最高の状態の野菜たちが、たくさん収穫できるように。みんなで美味しいただける

ように。

心を込めて、みんなで畠の手入れを、頑張っていきたいと思いま

す。そのため、迷うことなく、次々に切つていくことができました。今年、多人数で剪定を進められるように、お父さんが、新しい剪定ばさみを、たくさん購入してくれました。以前から使っていた剪定ばさみと、メーカーは違つても、形狀はそつくりでした。新しい剪定ばさみで枝を切つてみると、親指くらいの太さのある枝も、片手の力で、すんなり切ることができ驚きました。切れ味は抜群で、切り口もきれいで、剪定が、とにかく楽しく感じました。道具が良いと、効率も上がり、楽しさも倍増します。

今の切れ味が長く保たれるように、毎日、剪定後は、剪定ばさみや、のこぎりのメンテナンスをしています。樹を切ると、刃が木くずやヤニで汚れてしまします。そのままになると、こびりついて取れなくなります。でも、お湯につけて、歯ブラシでこすると、きれいに汚



(前ページからの続き)

れが落ちて、新品同様の、ピカピカな刃になります。水気をしつか

り拭いてオイルを吹きかけて保管します。さびないようにするためです。

これまで、少人数で一ヶ月かけていた剪定が、道具がそろい、多人数でできるようになつたというのは、画期的でした。また、多人数だと、半日で一つの畑を終わらせることができたり、進みが早く、作業をしていても、モチベーションが上がり、効率も上がつたような気がします。一巡目は、丸四日ほどで終わりました。

一月二十八日から、二巡目をス  
タートしました。二巡目からは、



今冬は桃、柿、栗、梅とたくさんの果樹の樹形を整えるために大規模な剪定を試みていますが、どの作業でも永禮さんが剪定や枝運びを助けてくださいました。

少し人數を絞つての剪定でした。  
一月中に、二巡目までを終わらせ  
る、という目標を持つて進めまし  
た。

A vertical photograph showing a close-up of a large tree trunk and its sprawling root system. The bark is rough and textured, with many exposed roots and branches. The lighting highlights the intricate patterns of the wood grain and the texture of the bark.

の樹形を整え、どの作業で  
さいました。

いて、どこを切ったほうがいいのか、枝が重なっているかなどが、とても見やすく感じました。一巡回目では、のこぎりを使っての剪定も多かつたけれど、二巡回目では、大枝を切ることは、ほとんどなく、剪定ばさみを使った、細かな剪定が主でした。

二巡回も、一本の樹に、複数人で取りついていきました。すると、一本につき、十五分ほどで終わらせることがで、そこを進

せることができるので、次々に進んでいく感覚が、とても楽しく感覚じました。

## ■良い結果に

かたくなり、整理されたように見えました。少し、散髪をしているような気分でした。樹が整つていいのが、とても気持ちよかつたです。

いごもとは遠いレギュラーな手入れでもあつたので、今後の桃の成長が、とてもドキドキします。これから、桃の樹の良い成長につながつたらいいなと思います。



は、摘蓄が始まります。摘蓄も、とても楽しみな気持ちになります。



ダンプの上から見た景色——  
永禮さんとの落ち葉集めへ！  
のりこ

なのはなの多くの人が楽しみにしている落ち葉集めを、今年も行ないました。第一回目は、一月二十日。この日の作業発表で「落ち葉集め」と聞いたときには、「やったー！」と心が浮き立ちました。



替え、外に出ると、永禮さんの笑顔とダンプが待っていました。あおりが、永禮さん手作りの新しいものに変わっていました。ピカピカのダンプで出発です！

この日の気温は、最低気温はマイナス三℃、最高気温は五度。寒さがこたえるけれど、落ち葉集めにはもつてこいの日です。去年の経験からも分かるのですが、落ち葉集めをしていると、汗をかくほど身体が温まるのです。行き先は大井が丘。車で三十分近くかけて行きます。普段あまり遠出をすることがないので、この行き帰りもドライブ気分でワクワクします。大井が丘に到着すると、「いよいよ始まるぞー！」と、ますます気持ちが高



私は去年は、てみで集める役割と、大忙しです。ある程度集まつたら、移動して、また同じことを繰り返します。

私は去年は、てみで集める役割しかできませんでした。ダンプの上に乗ってみたい！ 鋤簾で集める作業も楽しそうだなあ！ という気持ちはあつたのですが、その頃はまだ体力がなくて、ダンプの上に上がる自信も、鋤簾で手早く集める自信もありませんでした。でも、「今年こそは！」という思いがありました。最初は、「やつてみたい」と言う勇気がなく、集める作業に専念していました。集めているうちに、楽しさで、つい夢中になっていましたが、やっぱり上つてみたい！ という気持ちが抑えられず、思い切って言つてみました。みんなが喜んで、笑顔で上がらせてくれました。ドキ



## ■ダンプの上で

あります。



(前ページからの続き)  
ドキしながら上つてみると、ダンプの上から見る景色は、下で見る景色とは全く違いました。とにかく「気持ちいいー!!」「嬉しいー!!」という気持ちでした。ダンプが移動するときも、高みからみんなの

受け取るほうも「ハイ!」と元気よく受け取り、最後はお互いが「ありがとう!」「ありがとうございます!」と言つて別れます。そんな温かいやり取りが絶え間なく続き、私は終始、嬉しくて幸せな気持ちでいっぱいでした。

待っている間は休んでいるわけではなく、せつせと落ち葉を踏み固めます。落ち葉がふかふかで、まるでトランポリンの上で跳ねて

いたを先導してくれます。本当にありがとうございましたあと思います。この日は、つばめちゃんが、「白色腐朽菌」という、ネオニコチノイドを分

いる気分でした。跳ねるのはとても楽しいのですが、足の筋力が必要で、私はすぐに疲れて、みんなのペースについていけません。でも、

「フルマラソンを走るために、これは良いトレーニングになる! 落ち葉を踏み固めると同時に、筋トレにもなって、一石二鳥だ!」と思い、せつせと踏み固めました。踏んでいるうちに、汗ばんできます。えつこちゃんは、着ている服を一枚、一枚と脱いでいきます。みんなは、両足で高く高く、何度もジャンプしていて、すごい体力です。私は両足ジャンプはできなければ、片足ずつ踏んでいきます。みんなと「一! 二!



(次ページへ続く)

笑顔が見え、山の景色が見られて、移動する感覚も楽しくて嬉しい、子どものようにはしゃいだ気持ちになりました。

ダンプの上で待っていると、てみに落ち葉を山盛りにして、みんなが笑顔で走ってきてくれます。そんな良い顔をしたみんなが、「ハイ!」と言つて渡してくれます。

受け取るほうも「ハイ!」と元気よく受け取り、最後はお互いが「あ

りがとう!」「ありがとうございます!」と言つて別れます。そんな温かいや

りがたいたなあと思います。この日は、つばめちゃんが、「白色腐朽菌」という、ネオニコチノイドを分

けする働きがあるとされている菌を、発見してくれました。落ち葉の下の方に、白く板状のものが一

面にありました。これが「白色腐朽菌」だそうです。ネオニコチノイドは、ミツバチの感覚能力を失

してしまった。そのことに、ホツトし、嬉しくなりました。落ち葉を頂くお礼に、ゴミもきれいにしていました。そういうことが当たり前にできる、みんなの気持ちが嬉しいなあと思いました。

落ち葉集めをしていると、落ち葉に埋もれてゴミが出てくることがあります。これをどこに持つていくか、と思つていたら、さくらちゃんが、ゴミはゴミで固めてくれていました。そのことに、ホツトし、嬉しくなりました。落ち葉を頂くお礼に、ゴミもきれいにしていました。そういうことが当たり前にできる、みんなの気持ちが嬉しいなあと思いました。

## ■貴重な出会い?

しかつたです。

二日目は、午前、午後とも落ち葉集めに行きました。永禮さんが、どこに落ち葉がたくさんあるかを、あらかじめ下調べし、私た

ちを先導してくれます。本当にありました。これをどこに持つていくか、と思つていたら、さくらちゃんが、ゴミはゴミで固めてくれていました。そのことに、ホツトし、嬉しくなりました。落ち葉を頂くお礼に、ゴミもきれいにしていました。そういうことが当たり前にできる、みんなの気持ちが嬉しいなあと思いました。

落ち葉集めをしていると、落ち葉に埋もれてゴミが出てくることがあります。これをどこに持つていくか、と思つていたら、さくらちゃんが、ゴミはゴミで固めてくれていました。そのことに、ホツトし、嬉しくなりました。落ち葉を頂くお礼に、ゴミもきれいにしていました。そういうことが当たり前にできる、みんなの気持ちが嬉しいなあと思いました。

落ち葉集めをしていると、落ち葉に埋もれてゴミが出てくることがあります。これをどこに持つていくか、と思つていたら、さくらちゃんが、ゴミはゴミで固めてくれていました。そのことに、ホツトし、嬉しくなりました。落ち葉を頂くお礼に、ゴミもきれいにしていました。そういうことが当たり前にできる、みんなの気持ちが嬉しいなあと思いました。

帰りにも、またなおちゃんの事務所の前を通り、その時は、みんなでなおちゃんコールをしたり、なおちゃんと握手会をしたりして、一緒に暮らしている人なのに、ここで会つてみると、なおちゃんはさながら本物のスターでした。こんなにも熱烈に、出会いを喜び合えるということが、本当に嬉しい、温かい気持ちでいっぱいになりました。



最終日は、私はうたなちゃんと一緒に、永禮さんのダンプに乗せてもらいました。行く道中では、永禮さんの面白くて楽しい話をたくさん聞かせてもらい、うたなちゃんと二人で、涙が出るほど笑いました。永禮さんは、優しいからでした。午後の始めに、突然、税理士事務所が大井が丘にある、ということを、私は全く知りませんでした。午後も落ち葉集めに来ましたが、立派な字で、きちんと表札までありました。なおちゃん、格好いいなあ！と思つていて、中からなおちゃんが出てきたように、心が躍りました。なおちゃんも、私たちに会えて喜んでくれて、とても嬉しかったです。



(前ページからの続き)  
この日は、午後も落ち葉集めに行き、嬉しい出会いがありました。なおちゃんです！なおちゃんの税理士事務所が大井が丘にある、ということを、私は全く知りませんでした。午後の始めに、突然、「ここがなおちゃんの事務所だよ」と教えて、びっくりしました。よく見ると、立派な字で、きちんと表札までありました。なおちゃん、格好いいなあ！と思つていて、中からなおちゃんが出てきたように、心が躍りました。なおちゃんも、私たちに会えて喜んでくれて、とても嬉しかったです。

帰りの道中では、永禮さんのアルバムを見せてもらいました。赤ちゃんの頃の永禮さんや、若い頃の少し不良っぽい永禮さんや、娘さんとの幸せそうな姿があり、途中からは、なのはなのみんなの写真がたくさんありました。永禮さんが、私たちのことを、本当の家族のように思つてくださつているんだなあと感じて、とても嬉しい気持ちになりました。

帰つくると、ダンプに積んだ落ち葉を、崖崩れ前の広場に下ろします。後ろのあたりを外し、落

この落ち葉が、落ち葉堆肥となつて、これから野菜や果物を育てる時に、大活躍してくれます。みんなで楽しく落ち葉集めができることに感謝し、自然の恵みに感謝し、これからも良い野菜を作つていただきなあと思います。

ち葉を触つてみると、カチカチです。思い切りパンチをしてみても、形は崩れません。ダンプの荷台が傾いていきますが、なかなか落ち葉は落ちません。どんどん傾斜が大きくなり、垂直に近づいていく！と思つた瞬間、ようやく落ち葉が直方体の塊となつて、ドサッと落ちました。その光景も圧巻で、みんなと見られて嬉しかったです。

ち葉を触つてみると、カチカチです。思い切りパンチをしてみても、形は崩れません。ダンプの荷台が傾いていきますが、なかなか落ち葉は落ちません。どんどん傾斜が大きくなり、垂直に近づいていく！と思つた瞬間、ようやく落ち葉が直方体の塊となつて、ドサッと落ちました。その光景も圧巻で、みんなと見られて嬉しかったです。

## お母さんを登場させて、新・昔話を作ろう！

ほのか

大好きなお母さんへ。日頃の感謝の気持ちを込めて、昔話を送り 謝の気持ちを込めて、昔話を送り 登場させて、新・昔話を作ろう！』



お母さんの誕生日会では、日本の昔遊びをしたり、ソフトボール大会をしたり。お母さんの提案のもと、みんなで童心にかえって目一杯楽しめます。

今回は、みんなが好きだった昔話をアレンジした、本格的な劇に挑戦しました!!



かぐや姫の罪。それは、感情を持つてしまつたこと。その罰として地上に墮とされた。平安時代から続く有名な昔話ですが、その冒頭の設定は極めてシリアルで、強烈なインパクトを感じました。ちさとちゃん演じる美しいかぐ

のチームです。

かぐや姫の罪。それは、感情を持つてしまつたこと。その罰として地上に墮とされた。平安時代から続く有名な昔話ですが、その冒頭の設定は極めてシリアルで、強烈なインパクトを感じました。ちさとちゃん演じる美しいかぐ

一月二十三日は、なのはなのお母さんの誕生日です。二十五日の日曜日、それぞれのチームに分かれ、自分たちが好きだった昔話にお母さんが登場したらどんな話になるかを考え、それぞの昔話や童話を、オリジナルの劇にして、お母さんのお誕生日をお祝いしました。それぞれのチームで印象に残った場面を、ストーリーのダイジェスト版としてお届けします。

トップバッターは、『かぐや姫』

や姫。ピンク色の浴衣や黄緑色の帯を駆使した、いかにも平安時代の十二単のような、存在感のある衣装でした。

不老不死の冷たい月の世界は、私が感じてきた殺伐とした空気にも似ているなど感じました。隣のお屋敷の庭師・ゆかりさんにお会

い、かぐや姫が自分の使命に気づいていくというストーリーは、原作のような切なさも感じました。

最後は、かぐや姫に求婚に来ていた帝たちが、ゆかりさんの美しさに魅了されて求婚するというオチで、とても面白かったです。

最後には、そなちゃん演じる、なのはなのお母さんが現れ、猿が反省して仲間になるという展開でした。そこで、心に残った台詞がありました。

猿が蟹からもらつたおにぎりは、利口心（の象徴）で、柿の種（次ページへ続く）



### ■さるかに合戦

続いてのチームは、『さるかに合戦』。

このチームの見どころは、何と言つても、猿役のすにたちやんの演技でした。胸筋にかけてボリューミーな毛皮の衣装は、本当にジャングルへ行つて擬態できそうな「ザ・猿」という衣装でした。表情豊かに、おにぎりや柿を蟹から奪い取り、おいしそうに頬張る猿さんに、釘付けになりました。

のぞみちゃん、ゆりちゃん、おとちやんの蟹も、とってもキュートでした。

(前ページからの続き)

は利他心。猿はどちらも食べた。利己心を知っているから、利他心が分かる。不器用で、うまくやれない猿も、お母さんと出会つて希望を持ち、これからは優しくあると決心し、仲間になつていくという姿が、どこか他人事とは思えませんでした。

### ■因幡の白ウサギ

三つ目のチームは、『因幡の白ウサギ』。

素敵なお姉さんがいると思ったら、それはまことちやんでした。

いつもは台所のエプロンと三角巾で、ぴしっとしているのですが、スカートにハイヒールを履いて、いつもとは違う雰囲気がとても素敵でした。

ここちゃん演じる白ウサギが、「けんぼ」（お父さん）と出会い、なのはなへやつてきました。そこで、ゆかりさん（お母さん）に出会い、ウサギは縁結びの神様になつた、というお話でした。ウサギが一人で航海を失敗する姿や、過信や失敗を後悔する姿も、これまた自分と重なつてしましました。

### ■ヘンゼルとグレーテル



四つ目のチームは、『ヘンゼル



とグレーテル』をミュージカル風にした劇でした。私もその一人として、お母さん、「ユカリーナ」役として舞台に立たせてもらいました。

今日に至るまで、仲間と作り上げていく過程が幸せでした。それがやりたいものを持ち出して、つなぎ合わせていきました。

歌いながら台詞を言つたり、踊つたりすることは初めてでしたが、リーダーのまなかちゃんを中心にお、効果的な演出を考えて練習しました。

初めは、やりたいことはたくさんあつても、時間があまりないために、本当にそれらが実現するのか、机上の空論で終わるのではないか

と練習しました。

小道具もそろつたところで、練習に集中することができます。

みんな、練習から全力を出して演技をしていて、それぞれの持ち味が生かされた、きらきらした表情が、今も目に焼き付いています。

そして、あつという間に本番を迎えるました。

メロディーです。



オープニングのあと、継母とヘンゼルとグレーテルが森へ出かけるシーンでは、QUEENの『Lazing on a Sunday Afternoon』という曲を替え歌にして、動きをつけました。

うたなちゃん演じるヘンゼル、ゆうなちゃん演じるグレーテルの、継母（まなかちゃん）との掛け合いがとても可愛く、耳に残る

いかという懸念がありました。魔女の菓子の家も、製作が間に合ったのか……というところも、不安でした。前日の土曜日、一日準備の時間をもらい、そこで私は急成長を遂げました……!!

前日の午前中に、初めて最初から最後まで通すことができ、形になりましたときは、すごく嬉しかったです。お菓子の家も、去年のコンサートで使つたリトルトリーの小屋を土台に使わせてもらい、上からパーツを貼り付けて作りました。

メロディーです。

森に捨てられたピンチを、ユ力リーナに助けてもらいます。ワインターコンサートのパロディ要素も散りばめた、コミカルな要素に、笑いが起きました。

そして、何と言つても目が離せないのは、魔女の登場シーンです。えつこちゃん演じる魔女が、「サクソフォンアンサンブル・シャンソネット」の曲に被せて、替え歌で登場します。えつこちゃんワールド全開の、オペラ的歌唱力が会場を包み込みました。

「屋根はサクサク～特大メロンパン～♪」

お菓子の家は、お母さんの好物

（次ページへ続く）

(前ページからの続き)

でできています。お腹が空いてたまらないヘンゼルとグレーテルは、喜んで魔女のごちそうを食べるので……。

やがて、魔女が本性を現します。ヘンゼルをまるまる太らせてから食べるため、おいしい食べ物を与えるようとするのですが……!?

QUEEN の『The Fairy Feller's Master Stroke』に合わせて、魔女と闘います。

そこで、ユカリーナ登場!

「古畑を剪定した桃の枝で、魔女の目を眩ませるのよ!!」

お母さんが、古畑の桃の木を剪定してくださいたときに切った小枝。その小枝を魔女に差し出して、目の見えない魔女に、それをヘン

ゼルの腕だと思わせるのです。原作の『ヘンゼルとグレーテル』の良さをそのままに、なのはな要素を付け加えて、さらに面白い展示になつていきました。

大事に育てられず、魔女を退治しても、結局帰る家はないまま……というヘンゼルとグレーテルの心境も、自分たちと重なりました。

ユカリーナが、このお菓子の家に住むことを提案してくれます。

自分たちで道を切り拓いていく。仲間を増やして、畑を作つて、お店屋さんを開いて……そうして、

ソーシャルファイールドを作つていい!!

そんな決意、向かつていく未来、

お母さんへの気持ちを、みんなで表現しました。

私は今回、お母さん（ユカリーナ）役として、台詞を言わせてもらいました。配役を決めるとき、みんなに決めてもらつたの

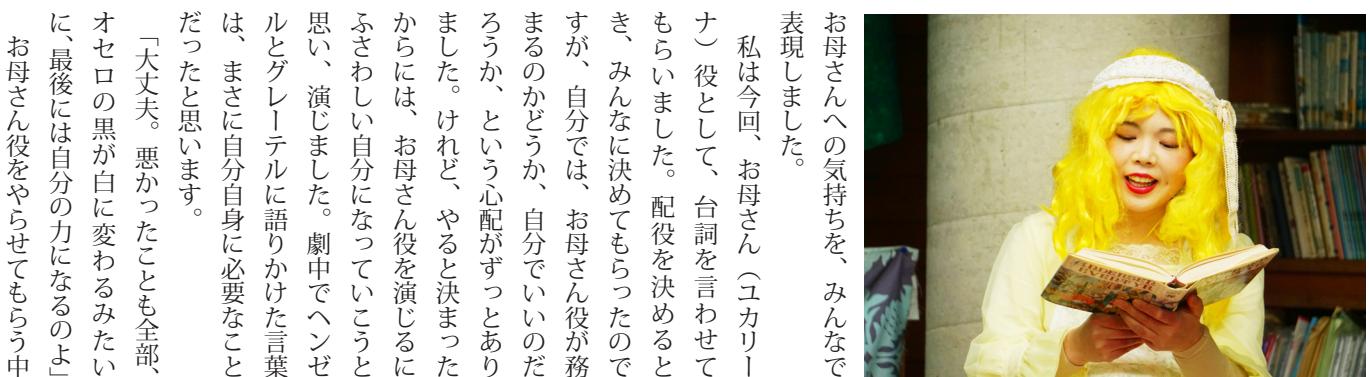
で、「お母さんだつたら、どう考

えるのだろうか」と、みんなで考

えて、気づかせてもらうことが何度もありました。普段から、心の中に、いつもお母さんの考え方を置いて、なのはな気持ちで生活

したいと思いました。

（次ページへ続く）



(前ページからの続き)

あゆみちゃん演じるお母さんが  
竜宮城に招かれ、鮮やかな衣装の  
魚たちが歓迎します。



ヤツヤの衣装を着て、あゆみちゃんと、たけちゃんと一緒にダンスを披露していました。

たけちゃんや、たいちくんも、大人に混じって、しつかり演技していく、とても可愛かったです。そんな和やかな雰囲気に、温かい気持ちになりました。

■ かちかち山

■かちかち山

■ かちかち山

そんな和やかな雰囲気に、温かい  
気持ちになりました。

「どれみちゃん演じるおじいさんは、とても優しい人で、サツマイモ畑を荒らしたタヌキに、「わしの作るサツマイモは、おいしいだろう」と優しく声をかけ、タヌキの傷を手当していました。タヌキ（りゅうさん）が、大学芋を食べたいと言えば、それを作り、優しく寄り添うおじいさんが、本当にどれみちゃんのようだなど思って、ちょっと感動してしまいました。

続いては、これまた印象的だつた……『三枚のお札』のチームです。

三枚のお札

負子(柴刈りのときに背負うもの)須原さんが作つてくださつた背は、リアリティと迫力があり、日本昔話の世界観が、実写版として忠実に再現されているようを感じました。

最後には、お母さんの打ったホームランが、タヌキを沈める泥舟に激突して、おばあさんは、とうとうタヌキを仕留めることを諦めました。

それで、タヌキを憎らしく思つたおばあさん（ゆずちゃん）は、タヌキを仕留めようと、さもざまな手を打つのですが、偶然近くにいたお母さん（りなちゃん）に、妨害されてしまします。

まえちゃん演じる山姥の迫力に、会場に悲鳴が起きました。手には、血のついた包丁を握りしめていました。



みはぢやん演じる「おつかさん」の  
お札で、小僧さんたちはピンチ  
を乗り切り、改心します。おつかさん  
さんの神器・剪定ばさみで、山姥

ベースをうまく使って、本当に山中を駆け巡っているかのような演出が、すごいなと思いました。本当に、この小僧たちには、この山姥たちに食べられてしまうのではないかと、演技だということを忘れるほどの迫力で、目が離せませんでした。

小僧さんと山姥の追いかけっこが始まりました。図書室の、数

■わらじべ長者

『わらしべ長者』でした。

一人の貧乏な、ある男(なおぢやん)は、ある日、阿弥陀様のお告げを聞きます。

「掴んだ物は、離すでない！」



(前ページからの続き)

一本の藁を掴みました。そこから、物語が動き出しました。

ある婦人（しなこちゃん）の子どもが、その男の藁を欲しがり、男は藁を差し出しました。その代わりに、その婦人お手製のおむすびをもらいます。そのおむすびが、もう本当においしい……!! といふ、なおちゃんの表情が印象的でした。ゆうはちゃんと演じる、ゆかりさんと出会い、男は、物々交換の旅をします。

次に出会うのは、着物姿の美しい女性、ゆりかちやんでした。行き倒れになっていたところを助けられると、そのお礼に、女性は紫色の布を男にかけてくれました。

行く先々で出会う、馬（のりこちゃん）、侍（さとえちゃん、なるちゃん）の助けとなり、一本の藁しか持つていなかつた男は、やがて、広々とした屋敷と、広大な土地を手に入れます。

一人では持て余してしまって、この土地に、男は戸惑いました。ゆかりさんは、今まで出会つてきた人々に呼びかけ、「それぞの才能を生かして、ここで働くかないか」と、仲間集めをします。

婦人は、焼き出しの能力を生かして、台所でみんなを笑顔にする。女性は、センスの良さを生かして、衣類をコーディネートする。侍は、刀を平和の武器に変え、刀を振るつて草刈りをする。ときどき、鍬に持ち替えて開墾をする。もう一人の侍も、田んぼを作つて、お米を収穫する。馬は、みんなの夢を乗せて走つていく。

そして、この物語の続きを、自分たちが作つていく……!!

もう遠い未来の話ではない、ソーシャルフィールドに向けて走り出す、みんなのきらきらした表情、やる気に満ちた意思を感じて、感動しました。みんなの存在が強く、みんなで、それぞれができることをしながら、同じところを目指して走つていきたいと思いました。



に」をみんなで聴くことができました。

「過ぎた日々の峡谷をのぞき込む暇はもう無い」

「君は走つている 絶対走つてる  
確かめるすべもない  
遠い遠い距離の中で

一人ずつ 一人ずつ  
僕たちは全力で共鳴する」

お母さんの力強い歌声に、勇気が湧いてきました。

今回、みんなで作った昔話も、決して、ただの昔話ではなく、思い描いた未来を、みんなで実現させれるんだという気持ちが、さらに強くなりました。

改めて、お母さん、お誕生日おめでとうございます。なのはなで、これからも、みんなと成長していきます。



物語に触れながら、また、お母さんのことを思いながら、仲間と作った時間が、かけがえのない宝物の時間でした。お母さんだつたら、こうするだつう、こう思うのだろうなど、みんなで考へたとき、それは、自分の中にはなかつた発想だつたかもしれない、と、はつとさせられることもありました。

お母さんのような女性になつて、いきたい。お母さんの仲間として、誇りを持つて生きていきたいと思ひました。

改めて、お母さん、お誕生日おめでとうございます。なのはなで、これからも、みんなと成長していくことを願っています。

新たなドライバーたちと、なのはなバンド――

## 和田さんのドラム教室発表会!!

よしみ

夢のような時間でした。ドラム教室の発表会が大成功で終えられ、とても嬉しかったです。

一〇二五年四月から始まつた、

和田さんのドラム教室。先生の和田さんが、毎月、隔週の金曜日に

なのはなファミリーへ来てください

り、約一時間半の練習を積み重ね



ドラム教室が始まつたときの私は、ドラム経験がほとんどなく、メンバー全員が、ほぼ初めてという状態でした。そんな私たちに、和田さんは、基礎の基礎から一つひとつ、丁寧に教えてくださいました。最初は、エイトビートを叩くだけで精一杯という感じだったのですが、課題曲が、あいみょんの『マリーゴールド』という曲に決まってからは、今日の発表会を目標に、みんなで練習に励んできました。

今日の発表会で演奏した『マリーゴールド』という曲は、

「ドラムの基本がすべて詰まつていて、みんなにとつて一番の練習になるはずだから」と、和田さんが、私たちのために選んでくださつた曲です。ドラムの楽譜は、和田さんが、私たちのために手書きで用意してくださいました。初めてドラムの楽譜を見たときは、「見たことのない暗号が、たくさん書かれている?!」と、あまりの難しさに衝撃を受けましたが、和田さんが、私たちのペースに合わせて、ちゃんと叩けるようになるまで、何度も何度も教えてくださつて、本当にありがたかったです。一曲、初めて三人で一緒に通して叩けたとき、とても嬉しかったのを、今でも覚えています。

### ■発表会へ向けて

ドラム教室の発表会に伴い、今まで、たくさん的人が力を貸してくれました。

今年に入つて、和田さんが、発表会をして、なのはなのみんなに演奏を聴いてもらおう! できれば、生バンドでできたらいいね!」と話してくださいり、そのことを、

「ドラムのメンバーと曲を合わせたとき、その完成度に、「本当に、本当になのはなバンドのみんながすごい! かつこいい!」と、改め思いました。

昨日は、午後から、バンドメンバーのみんなが、会場となる音楽室の片付けや、楽器のセット、配線を一緒にしてくれて、あつとう間に、配線して演奏できる状態まで用意できるみんなが、かつこよかったです。また、かにちゃんが、ドラムのチューニングなどの調整を見ててくれて、自分では、知識や技術が足りなくてできないところを助けてくれました。

中でも、一番嬉しかったことは、かにちゃんが、黄色パールを修理してくれたことです。黄色パールは、和田さんが、なのはなファミリーに、昔プレゼントしてくださつたドラムセットの一つなので、少し前から、黄色パールの

音楽室の飾り付けや衣装は、ち  
さとちゃんが一緒に考えてくれ  
て、マリーゴールドカラーの黄色  
とオレンジをベースに、飾り付け  
することができ、みんなからも好  
評で、嬉しかったです。  
自分が心配に思っていたこと  
が、みんなの力で、一つひとつ、  
見事に解決していきました。  
そして、一月二十三日、ドラマ  
教室発表会当日。発表会は、夜に

前ページからの続き)  
バスドラムの部品が故障してしま  
い、これまで、別のドラムセット  
を使っていました。でも、かにちゃ  
んが修理してくれて、発表会を、  
黄色パールも使って演奏できるよ  
うになり、本当にありがたかった  
なあと思います。



■マリーゴールド

んと、たくさん合わせができて、ほんとしました。

最後には、和田さんも入ってくださいって、ドラム四台と、なのはなバンドでの『マリー・ゴーランド』を演奏しました。和田さんが、真ん中の黄色パールに座つて、ドラムを叩かれていると、前に座つていたみんなが、和田さんの演奏する姿に、釘付けでした。和田さんの力強いドラムの隣で、自分も叩かせていただいていると、自分も、さらに気持ちが高まりました。

が終わつたあとに、みんなが大きな拍手をしてくれて、アンコールもいただき、全部で三回、「マリー・ゴーランド」を演奏することができました。発表会という形で、みんなに聴いてもらえて、嬉しかつたです。

本当に、たくさん的人に助けてもらつて、実現できたドラム発表会でした。

んな、やつぱりすごいなあ！」  
と、びっくりされていて、バンドメンバーのことを褒めてくださつていて、私も嬉しかつたなあと思ひます。和田さんが、楽器やバンドのお話をたくさんしてくださつて、楽器のことが分かるバンドメンバーとだから、さらに話が盛り上がりついていて、私も、その場に一緒にいられて嬉しかつたです。本番前に、バンドメンバーと和田さ

「すごい！ なのはなバンドのみ  
が、  
でも、和田さんが来てくださって、  
バンドメンバーと一緒に練習をで  
きる時間をしていただきました。バン  
ドメンバーと私たちの演奏を、初  
めて聴いてくださった和田さん

さ、嬉しさのほうが大きかつたです。

演奏中、ふと前を見ると、お母さんと目が合って、お母さんの優しい笑顔を見た瞬間、涙が出そうなくらい、幸せな気持ちになりました。今日、一月二十三日は、お母さんのお誕生日で、お誕生日に合わせて、ドラムの発表会もできて、お母さんのお祝いもできて、嬉しかったです。

「教室アソシハレ三人で演奏しまし  
た。目の前に、お父さん、お母さ  
ん、なのはなのみんなが、ぎゅつ  
と集まつて座つていて、すごく緊  
張もして、手が震えたけれど、み  
んなが、キラキラした目で見てく  
れていて、みんなの笑顔や、あた  
たかい空気に、緊張よりも、楽し



和田さんから、ドラムの魅力、バンドで演奏することの楽しさを教えていただきました。また、自分にとつて、新しいことへ挑戦できる機会にもなり、私は、ドラムが大好きになりました。和田さんが教えてくださる、ドラム教室の時間が、とっても楽しかったです。

今日は、幸せな時間をありがとうございました。発表会が、大成功で終えられて、嬉しかったです。

ミリィの『マリィゴーランド』を実現してくれた、バンドメンバーのみんな、素敵な演奏を、ありがとうございました。

# —ダイジェスト写真館—



ゆうはちゃん、りなちゃん、そなちゃんが成人を迎えました！



村上さんによる、振り袖の着付け教室

凛とした笑顔で節目を迎える3人をみんなで目一杯お祝いした、宝物の日でした



心も身体も強く！フルメニュースタート

フルマラソンへ向けて積み重ねます

和田さんのドラム教室発表会！



永禮さんと落ち葉集めへ！

お母さんへ贈る、昔話

卒業生からもプレゼントが届きました



実は…餃子づくりも楽しみました！

大相撲初場所！私たちの小さな弟、たけちゃんが大好きな相撲観戦をしました！