

# 「頑張れ」って言わなそうな感じにひかれ

なぜチャレジョブセンター熊谷を選ばれましたか？

見学に来てこの施設長さんと話した時「頑張れ」と言わなそうな人だと思って思ったんです。実はその前に通っていた別のところでそれを言われてしまって、体調をくずしちゃったんです。「頑張れ」という言葉に伸びしろがあるって意味ならば違ったんでしょうけど、私はそのとき自分ではすごく頑張っていたつもりだし、これ以上どう頑張れってことな



※調子がすぐれないときは朝マックをたのしむ

って言われている気がして。ここに通所してよかったですと感ずることは？

職員の方にいろいろ相談できたり、話したいことを話せたり、そういうことも含めて、自分のペースで楽しめているところですね。

正直、やめたいと思ったことは？

ないんです。でも、あえて言えば、体調が悪くて行けない時期があったんですけど、やっとなり落ちて「さあ行くぞ」と思ったのに「長々と休んじゃったけど行ってもいいのかな」なんて余計なことを考えたときはありましたね。

訓練を通じて成長したなと思うことは？

集中力が上がったことですね。あと忍耐（にんたい）力もついたかなって思います。例えば、相手に対して感情的な行動をとらないとか、

あとは体調がちょっとすぐれない程度なら通所してみるとかです。世の中の人がみんな「頑張れ」って言うわけじゃないんだなって、わかったことも大きいですね。

大変だなんて思うことは？

あんまりないんです。あえて言えば、ここに来るのが大変なときがありますね。来ちゃえば楽なんですけど、調子が悪いと、ありもしないことを考えちゃうときがあるんです。バスの中でなにかやらぬことが起こるんじゃないかと。もちろん、そんなことはないんですけど、そんなふうに調子がすぐれないときはちょっと工夫をしています。朝マックしたりスタバでホワイトモカのベンティ（特大サイズ）を頼んだりするんです。そうすると私の場合、乗り換えられるとわかったんです。（続く）

## コラム「自問自答」

（筆者：結城雪）

「生きていてよかった。そして、これからも生きていける」。本気でそう思った。人間とは不思議（ふしぎ）なもので、どんなに辛（つら）いことがあっても必ず生きていてよかったと思えるときがある▼「娘さんをくたささい」。目鼻立ちの整った、かわいい4か月の子猫を本気で飼いたくなった。あの子との初対面といったら、それはもう運命であった。人間で例（たと）えるなら『ハリポッター』のハーマイオニーのような優美（ゆうび）さ、一目で恋に落ちた▼いままで、雷雨（らいう）のような時期もあった。しかしそれは、いま思えばゲリラ豪雨（ごうう）でしかなく、一瞬（いつしゆん）であったように思う。どんなに辛い雨も、必ず上がるのだ。わずか4か月の子猫でも、教えてくれることがあるのだ▼これから、また雲行きがあやしくなって激しい雨が降るかもしれない。服がぬれるかもしれない。だが、とりには猫がいる。人間、生きる理由はなんだっていい。生きてさえいれば。私は、それが猫なのだ。

## コラム「自問自答」

（筆者：黒猫）

心に余裕がないとできない。「おはようございます」。一日の初めに人に会ったときの言葉、あいさつである。世間では当たり前だが、私にはできないときがある▼私は今まで人と同じことをしているつもりでもなぜか、指摘される。理由を聞くと「何か違和感（いわかん）がある」と言われる。モヤモヤしてしまう。対処法を聞こうものなら「自分で考えなさい」となる。そのくり返しでトラウマになり、自信が持てない。言動に矛盾（むじゆん）はない？相手のことを考えている？話のネタが少ない？それとも合わない？要領（ようりゆう）が足りない？悪（わる）い？とにかく人間関係を円滑（えんかつ）にしようと思死だ▼職場ではまず、仕事ができるようになることだ。一方、休憩時間などは、気持ちよく過ごすために、少しは雑談（ざつだん）も必要だろう。仕事でミスをしたためにも伝達（でんたつ）は欠かせない▼理想は、どんなに忙しいときでも一言二言、話せることだ。仕事にムダ話（むだわ）はどうかと思うが、何事もいったんは受け入れられる、心の広い人になりたい。

# 自分の「強み」がわかりません

自分のできないことや苦手なことはいっぱい頭に浮かびますが、強みや長所となるときは浮かびません。仮に自分の強みだと思っても、世の中では大したことないと思うし。自分の強みになるような個性なんてないんじゃないかと、ネガティブになってしまいます。

旅人A…私も、ときどきそういったことを考えてしまうよ。でも、そんなときは名言を眺めて自信を取り戻しているんだ。とっておきの名言を紹介するよ。

ライナス…欠点？これが欠点だって？これはみんな個性だよ。旅人B…『ビーナッツ』のライナスじゃないか。この子、いいこと言うね。そう、個性が分からなくなったら、欠点や弱みを



ライナス「これはみんな個性だよ」 ※出典: gocomics.com

## その悩み あの人だったら、どう語るか

探せばいいと思う。欠点や弱みは、言うなれば人の突き出た箇所だから、まずはそれを探す。そして、欠点や弱みは、プラスに言い換えれば長所や強み。あの子の八重歯だって、その子のおしゃべりだって、弱みとしか認識していない人はあまりいないんじゃないかな。それでも欠点イコール長所と思えなければ、身近な人に聞いてみるといい。案外、予想しなかった答えが返ってくるかもしれない。私のとっておきも紹介させて。

実業家H…欠陥（けっかん）の多い人間は、特徴も多い人間だ。

旅人A…これだよ！だから、相談者さんのネガティブになってしまおうところすら、じつは個性かもしれないよ。慎重、とか心配りするタイプ、とか。

旅人B…それに、私はこう思う。みんな自分自身を普通だと思っている。仮に自分を普通だと思って勘違（かんちが）いしているとしても、それでさえうらやましいよ。私は変わり者でずっと通ってきたから。でも、その変わっている部分さえ長所や強みだったら、本当に普通とはわ

【対話文：結城雪】

## ビー散歩



手作りのチョコレートタルト。チョコレートは250gと多めに使いました。ゼラチンや砂糖、水、ココアパウダー、生クリームを混ぜ、過熱して作るグラサージュでツヤが出るようにコーティングしました。チョコレート部分はやや硬かったです。グラサージュを作るのが特に難しく感じました。（賀藤 祥子）



味が強かっただよ

## 【気まぐれ欄】 今月のおすすめ本【Book Review】

※読書好きメンバーによるおすすめ本の「書評」です



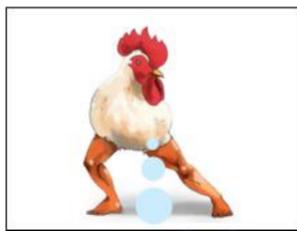
『精霊の守り人』 著者：上橋 菜穂子 出版社：新潮社（新潮文庫） 発行日：2007年3月28日 【評者：結城雪】

「短槍（たんそう）使いのバルサ」と「新ヨゴ皇国（こうこく）の皇子（おうじ）チャグム」の壮大な逃避行（とうひこう）の物語。今作は完全なファンタジーであるが、読みやすさは随一（ずいいち）。用心棒（ようじんぼう）の女性・バルサは、思いもよらぬことをきっかけに皇子チャグムの母から精霊（せいれい）の卵（たまご）を宿（よ）すことになったチャグムを守ってほしいと頼まれる。それを引き受け、帝（みかど）（みかど）の追手（おっせ）や魔物（まもの）からチャグムを懸命（けんめい）に守るバルサ。それは、宮（みや）（みや）の中（なか）しか知らないチャグム、そしてバルサの運命（うんめい）をも変える大冒険（だいぼうけん）となる。人生（じんせい）に悩む（なや）む人に読んでほしい。望まぬ運命（うんめい）の答えは、ここにある。

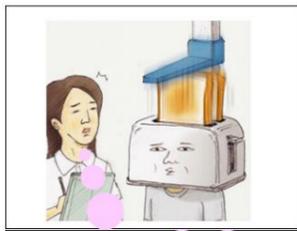
## 【気まぐれ欄】 今月の『クスツと』マンガ

※お笑い好きメンバーによるツッコミです！

【コメント作者：はりべじ】



クリスマスの一番おいしい部位は、食わせなかせw



食パンって、こがすとちぢむことに気づいてないな…