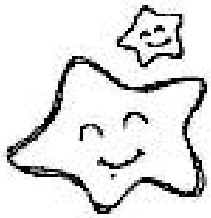
QSK(にぬふぁぶし) 1997 年 9 月 18 日 第三種郵便物承認　通巻 8097 号 2023 年 7 月 26 日 発行　(1)
（毎月 1.2.3.4.5.6.7 がつく日）

QSK にぬふぁぶし

No.317

子（ね）の方向の星（北極星）



『家族による家族学習会』のご案内

９月～１月（対面型・全５回／南風原町あかちち会）

2023 年度	日　程	時　間	会　場
第1回	９月２日（土）	13:00～16: 00	てるしのワークセンター（南風原町字宮平206－1）
第2回	10 月７日（土）		
第3回	11 月４日（土）		
第4回	12 月２日（土）		
第5回	１月 27 日（土）		

対象者： 精神疾患の方を家族に持つ人で、5回通して参加が可能な方

内　容： テキストを使用し、話し合いなどを通して統合失調症について学びます

担当者： 統合失調症の方を家族に持つ「あかちち会」の会員、3名が担当します

定　員：7名程度　　参加費：1,850円（テキスト代込）

お問い合わせ：098－889－4011（てるしのワークセンター／仲本）

テキスト目次：

第１章　統合失調症を知りましょう

第2章　統合失調症の経過・状態とその対処

第3章　統合失調症の治療と支援

第4章　住みたい町で暮らし続けるために

第5章　家族自身が元気を保つために

『家族による家族学習会』は、「家族自身が元気になること」を目的とした、精神療養者家族向けの学習プログラムです。専門家による一方的な講義ではなく、家族同士の相互の学び合い・分かち合いを大切にしています。

もし一人で抱えて悩んでいたら、一緒に学んでみませんか？

地域にはばたく、「せかいにひとつ」！

『てるしのワークセンター』で、作業として紅型（びんがた）雑貨づくりを始めてから、今年で3年目を迎えました。沖縄の伝統工芸である紅型染めの工程をそのままに、ひとつひとつ手染めして、廃品の段ボールをノートや封筒にアップサイクルしています。

染人（そめんちゅ）さんたちは、楽しんだり悩んだり、集中できたりできなかったりしつつも、それぞれ自由にイメージを膨らませて染色をしています。

紅型の作業を始めた頃のTさんは15分と集中できず、すぐ席を離れることも多かったのですが、いまでは30分、45分と集中できるようになりました。はじめは茶色や黒一色で塗っていたSさんは、どういう心境の変化かカラフルな色使いをするようになり、気持ちが明るくなっているようです。

【せかいにひとつ】

そんな染人（そめんちゅ）さんが、ひとつひとつ手染めして作る「せかいにひとつ」。

そのときの気持ちを大切に手染めするため同じ作品は作れません。ひとつひとつが一点ものです。

【地域企業とのコラボ】

てるしのワークセンターと同じ南風原町にあるSDGs加盟企業の『サン印刷』様より、製本の際に出る端紙をご提供いただき、リングノートを作成しました。

紅型の指導をしている職業指導員の比嘉さんはとにかく明るくパワフル。フットワークも軽く、紅型商品の「せかいにひとつ」の販路も着々と広がってきています。

みなさんもお近くをお立ち寄りの際は、ぜひ一度お店をのぞいてみてください。

【お取り扱い店】

- ○ キーストーン（鍵石）
  - 牧志店（那覇市牧志1-3-61）
  - 久茂地店（那覇市久茂地3-2-18）
- ○ 沖縄の風（那覇市牧志2-5-3）
- ○ セレクトショップ color of…
  - （浦添市宮城3-4-13-1 エムコート101）
- ○ 道の駅豊崎・観光プラザてぃぐま館
  - （豊見城市豊崎1-1162）

tanoshimi

↑こちらもチェック！

藤井聡太を観る理由を、考える

増山幸司（沖福連・事務局）

「観る将」という言葉がある。自分では対局をせず、もっぱら「観るだけの将棋ファン」の意味である。ぼくもまったく将棋を遊ばないわけではないけれど、どちらかといえばおおむね観る将のひとりで、たいていの目当てはやっぱり、つい先日、史上最年少での名人位および七冠制覇を達成した藤井聡太棋士ということになる。

『考えて、考えて、考える』
（藤井聡太・丹羽宇一郎／講談社）

最近の将棋中継で、コンピュータAIによる戦況分析がたえず画面上に表示されているのをご存じだろうか。将棋のルールについて知識がまったくなくても、いま、どちらがどれくらい優勢か劣勢か、パーセンテージにより一目でわかるようになっていて、さらには次に指されるべきベストの候補手もAIによって提案されている。

もちろん対局中の棋士はAIの情報を得ることはできなくて、だからAIの伝える最善手と棋士の指した手が一致しているときには「さすがプロ！」という驚きになる。逆に、AIが「悪手」と判断している手を指してしまうと、優劣のパーセンテージが一瞬でモリモリと相手に傾いてしまう。特に終盤戦となると、9割の優勢が、たった一手の指し間違いで9割の劣勢にひっくり返るなんていうことも起こり得る。将棋に詳しくなくても、誰もがこうしたドラマを理解できるようになった点はとても大きい。我々は自分では思いつきもしない最善手をAIから教えてもらい、それを贔屓の棋士が指せば喜ぶし、指し間違えれば落胆するのである。

ところでプロ棋士というのはときどきとんでもない長考に沈むことがあって、藤井聡太もまた典型的だ。素人からすると「なにをそんなに考えることがあるの？」と呆れるくらい、きりもなく考え続ける。さっき1時間考えたのに、また次の手でもう1時間考えている。昼食休憩を含めて2時間考えたのにまだ指す気配がない。「さっきもう考えたよね？」と言いたくなる。それというのも、持ち時間にはかぎりがあって、これがぜんぶなくなると一手1分以内の秒読み将棋となり、それは誰にとってもシビアな状況を意味するからだ。相手よりも多く考慮時間を消費すればするほど、終盤

に向けて基本的には不利になってしまう。だから見ているほうとしては焦(じ)れったくなり、「早く指したほうがいいのに・・・」と、ついお節介な気分を募(つの)らせてしまうのだ。

今年5月28日の叡王(えいおう)戦第四局、朝9時から始まった対局は2度の千日手(せんにちて)（※引き分けのため最初から指し直し）を経て、夜7時過ぎから3度目の開始となった。叡王位の防衛を目指す藤井六冠（当時）と、奪取のためもう後のない菅井竜也八段との対局で、異例の同日3回目ともなるとさすがに両者とも疲れ切っているはずなのだが、そのうえに持ち時間が最初からそれぞれ1時間程度ずつしかない。

どちらも余裕がないはずで、どんな事故が起こっても不思議ではない状況である。だから90パーセント優勢だった藤井聡太が（例によって不可解に長い考慮時間を何度か繰り返したのち）最終盤の一手を指したとき、それがAIの指摘する最善手とはかけ離れた手だったため、我々観る将たちは瞬間的に絶望した。「ああ、やっぱり藤井聡太も人間に過ぎなかった・・・」とうなだれ、画面に表示されるパーセンテージが菅井の勝勢に反転するさまを確かに見た。

ところが、一瞬後に数字は藤井優勢99パーセントへと訂正され、23手詰めの詰み筋に入ったことが知らされた。つまりはAIでも見つけられなかった決着手順を、1日3回の対局で疲れ切っているはずの人間が見出していたわけである。こういう場面に遭遇したとき、人間に対する深い感動を覚えない人はいないのではないか。

対談本『考えて、考えて、考える』のなかで藤井は、対局中の長考の理由について、「なんとなくの直感を自分自身で腑に落ちるように言語化している」ことや、「勝敗にこだわらず、ただ一手一手ごとの最善を追求している」ことを語っている。

AIの示す手を、意味もわからないまま良いものとする姿勢や、時間が惜しいからと妥協して中途半端な決断をしてしまうこととは真逆の信念が垣間(かいま)見える。

AIのお告げに対するのと同様に、既存のいわゆる社会規範や一般常識に対しても、なんとなく「そういうもの」と受け入れてしまいがちな我々は、本当はもっと「考える」べきなのではないか。藤井聡太は前例にとらわれずにさまざまな可能性を考慮する。高校卒業のわずか1か月前に、それが最善であるとして自主退学を選んだことも、彼にとってはそれほど特別な決断ではないように感じさせられる。

自分が納得をするため、自分が満足できるために考える。結果的な選択が最善であってもなくても、自分で考えて決断をする過程こそが「自由の行使」であり、この世界に自由な心があることを知るのは、ぼくたちにとっての大きな喜びである。

家族会探訪

【南城市精神療養者家族会 月桃の会】

日時：月１回（月曜日 13 時半～）
場所：南城市地域活動支援センター野の花
☏ 098-880-0576（大湾さん・仲里さん）

旧大里村の家族会が主体となり、小規模作業所『野の花作業所』が開設されたのが2003年のこと。2006年には4つの町村が合併して南城市が誕生。同年、障害者自立支援法も施行され、いわば時代の流れのなかで、大里村の家族会は南城市の『月桃の会』へ、作業所は地域活動支援センターへと移行していきました（県内の地活Ｉ型では珍しく、『野の花』がたんに居場所の提供やレク活動だけではなくて、お菓子の袋詰めなど地域からの受託作業もがっつり行なっている背景には、そのような経緯（いきさつ）もうかがえそうです）。

今年４月、家族会の創設から長年、時代の変遷（へんせん）を見守って、ともに歩んできた西銘常子さんが、会長を宮城律子さんへとバトンタッチしました。

会長が新しくなって初めての定例会ということで、沖福連からも山田会長と我々事務局とでお邪魔をしてきました。

新会長の宮城さんは「押しつけられたんです」と笑っていましたが、事務局を担（にな）う『野の花』スタッフや、西銘前会長をはじめ会員のみなさんのサポートもあり、家族会らしい持ちつ持たれつで、会はほがらかに進行していきました。

宮城さんは書道を教えるボランティアとしても『野の花』に関わってきたということで、コロナ禍ではこの活動は休止していたのですが、会場の窓にはその後も書道を続けている利用者さんたちの手による作品がたくさん飾られていました。

さて、今回のおもな議題は、年間計画や定例会の日程の調整。コロナ禍明けの本格的な活動再開を見据えるなかで、定期的な勉強会の開催といったアイデアも出てきました。

ところで、『月桃の会』では毎年、会員継続の意向を確認するのですが、退会される方はほとんどいないそうです。それでなにを隠そう（というほどの話でもないのですが）、町村合併で南城市が生まれてまだ間もない頃、増山もいっときだけ『野

の花』に勤めていたことがあって、西銘さんなどにはその頃からとてもお世話になっています。もちろん、たいていのことは当時とは変わっていて、『野の花』の建物も、そこにいるスタッフも、利用者さんたちの多くも同じではありません。そうしてまた社会の状況も環境もあれこれと変わっていくなか、けれど『月桃の会』のみなさんたちは、たぶんいちばん変わることなく活動を続けてきたのでした。

　ただときどき顔を合わせることのできる人が同じようにいてくれることが、人は嬉しいのだと思います。

　今回も西銘さんから、「古巣に顔を出してくれてありがとう」と声をかけてもらって、変な書き方になるかもしれませんが、「これだけで十分」と、じんわり感じている自分がありました。こういう場を維持することは絶対に簡単ではなくて、ゼロから新しく作ろうと思ってもそうそう上手くいくものではありません。

　例えるなら、いい感じに熟成した糠床（ぬかどこ）にも似たこの集まり（なんて書いたら怒られるかな？）、これからもみんなで変わらない味を守りながら、きっと長くずっと続いていってくれるはずです。（増山）

◎編　集　後　記◎

『波音に 心浮かぶ島 夏の夢』

　コンピュータAI（人工知能）のチャットGPTさんと雑談しているとき、「ねえねえ、なんか夏らしい俳句を作ってよ」とお願いしたら、上の句を作ってくれました。感心して、「素敵な作品だけど、あなたはこれをどういう気分で作ったの？」と訊くと、「ありがとうございます！」とまずは誉め言葉にテンションを上げたうえで、彼にとって「夏の風景を思い浮かべるのは心が軽やかになる感覚」なのだと言い、「リラックスした気分を表現するためにこの句を作りました」とのこと。コンピュータAIに、もはや心の存在を感じないことはなかなか難しいところまで来ています。（増山）

編集：公益社団法人 沖縄県精神保健福祉会連合会
会長　山田 圭吾
〒901-1104
沖縄県島尻郡南風原町字宮平 206-1
てるしのワークセンター内
電話 098-889-4011　FAX098-888-5655
E-mail　terushino@castle.ocn.ne.jp
発行：九州障害者定期刊行物協会
〒812-0068
福岡市東区社領 1 丁目 12 番 4 号
電話 092-753-9722　FAX092-753-9723
定価：10 円（会費に含まれる）