

昨年十二月二十日、

「南相馬メンタルヘルス対策講座」(JKSK主催)に東京から出席しました。六月から計四回、ストレスマネジメントやチームづくり、プロジェクトデザインについて、講師で、JKSK理事長の大和田順子さんと理事の川西由美子さんから学んだ受講者が、二カ月の自主活動を経て発表をしました。主に地元の女性が参加した講座の最終回。大震災と原発事故で被災され、「このままではいけない」「未来に向けて何かをしなければ」という気持ちを何らかの行動に移したいという思いが高まっていました。

# 東北復興日記



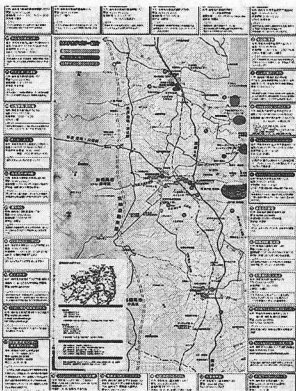
南相馬メンタルヘルス対策講座に参加  
小山脩さん

123

「何をどうしたらいいかわからない」などと暗中模索を繰り返した状態から、「自分たちが必要としているものを」「自分たちができることを」

## 再生へ「できること」探る

「何をどうしたらいいかわからない」などと暗中模索を繰り返した状態から、「自分たちが必要としているものを」「自分たちができることを」



「何をどうしたらいいかわからない」などと暗中模索を繰り返した状態から、「自分たちが必要としているものを」「自分たちができることを」

「何をどうしたらいいかわからない」などと暗中模索を繰り返した状態から、「自分たちが必要としているものを」「自分たちができることを」

り、その熱い思いと強い絆がうかがえました。南相馬が再生し、元気になる起爆剤になってゆくように感じました。そして、ふと南米の少数民族ケチュア族に伝わる、山火事発生時に一羽のハチドリがとった行動、そしてそれを嘲笑う森の仲間たちに話すハチドリの一言が劇的なドラマを引き起こす、「ハチドリ」といわず、「ハチドリ」といわず、という寓話を思い出しました。

この連載は、東京のNPO法人JKSKと、被災地の女性たちが協力して復興に取り組む「結結プロジェクト」の協力を得て、掲載しています。