



ぴっぴだより

No.8. 2025. 10. 31

【心の平和について】

ここ一年ほど、『平和』について自分の中で考える『とき』を重ねています。

ぴっぴの子どもたちと過ごす時、小学校で『表現コミュニケーション授業』を行う時、家で家族と過ごす時、浅麓地域の人たちにお話を聴きにいく時、森で子どもや保護者の皆さんとワークショップを行う時、舞台を創作し公演をする時・・・。

「平和ってなんだろう？」それぞれの正義がある中で、世界で戦争が続いていて、心も身体も傷ついている人々に対して、何もできない私が、平和に向かって何かできることがあるのだろうか。

このちっぽけな私にできることって何だろう？私はどう生きていきたいの？
そんな問いでもあります。

子どもの頃から、自分の根っことして「世界が、大切な人が、平和でありますように」という想いは漠然とだけれど、ずっとあったように思います。家族というコミュニティの中でケンカもしながら、愛されて育ってきたからなのかもしれません。

今、大人になって、血がつながっていてもいなくても『大切な家族』が、私の周りにはいて、この土地で出逢ってきた人たちと新たにつながり始めて、大切な人たちがまた増えて。

私の『表現』を通して、出逢ってきた人たちと過ごす中で、みんなの身体と心が満たされればいいなという想いが自然と湧いてきました。

私自身が心地よく満たされる、という感覚を、森にたくさんもらってきたからだと思います。
安心と緩む感覚と。

学校の子どもたち・先生と関わるようになり、みんなすごくがんばっている、でも孤軍奮闘しながら苦しうだなと感じることが多いです。

『満たされる』には、心と身体が緩むこと、心を動かすこと、人と関わる上で弱音を共有できること、疲れた日は「疲れたね～」とねぎらえること、そして『自分のままで大丈夫と思える時間』が大切。

そして子どもが緩むためには、目の前にいる大人が緩むことがなにより大切だと感じています。

今、先生たちや地域の人たちと、日々起きて感じていることを、ポジティブもネガティブな気持ちも、ともに共有する時間を創り始めています。

びっぴの森では子どもたちが日々、笑って、怒って、泣いて、怖がって、感情を精一杯出し、心を動かしながら、生きています。

私は出逢った子どもたちから、怒りたい時は怒って、泣きたい時は泣いて、笑いたい時は思いきり笑う、ということを身体と心を通して、たくさん教えてもらいました。

子どもたちのように生きたいと思い、そのことを実行するようになり、今では、そのときに感じたことを、そのまま私も出すということが自然とできるようになってきました。

それは私自身を満たしてくれる大切なこと、でした。

家族にも、「いま、生理前だからイライラしてるのでよろしく」と先に伝えていきます。夫も子どもも、「あ〜生理前ね」とだいふ慣れてきてくれたようです（笑）。

毎日、仕事が忙しくて、うぎゃー！となりながらも、自分の満たされる時間を取りながら、時間も心もバランスをとって生きていきたいなと思います。

私の今の一番しっくりくる言葉は、『満たされる＝心の平和』。

私の中にある心の平和を出逢った人や自然とわかちあう。

シェアして、それぞれの心の平和が緩やかにつながっていく。そんな風に小さなつながりが少しずつ広がっていく、満たされていく「この小さなつながり」が、近くの人、そして遠くの人を想えるようになるという願いをこめて。

いつかびっぴの保護者の方たちとも、森でそんな時間を創れたらいいな。

：小林聖子

庭の恵みを食べよう遊ぼう楽しもう 11月

木々が赤や黄色とあざやかな色になり、風にハラハラと落ち葉の舞う季節になりました。いつとして同じ色はなく、なんと自然の色は豊かなのだらうと、樹上をみあげながら思います。今日は我が家の庭にある美しい紅葉、黄葉をする木々と、この時期ならではの我が家の庭の楽しみ方をご紹介しますね♪
冬を迎える準備も少しずつ進めながら、美しい秋をたっぷり堪能しましょう。☆



ガマズミ

美しい実は酸味、渋みが強いです。霜が降りる頃、甘くなり、鳥たちにも大人気。シロップやおつけものを色づけた後に使えます。

ヤマザクラ

ヤマザクラの赤い落ち葉を集めて草木染めを楽しみます。

染液は美しい落ち葉と同じ色。布はやさしいピンク色に染まります。



落ち葉で焼きいも♪

ダニコウバイ

黄葉

来年の春に芽吹く冬芽はアゲんと夏から準備されています。

ツリバナ

実はちっちとわれてオレンジの種が♪かわいいけど、アゲんと毒！

おち葉そうじにはくまでが便利♪

我が家の11月恒例♪

おち葉のプール

腰まで葉、1人で使ってホントに気持ちよさそう(笑)

たくさん遊んだあとは、花だんのホト根の上や火田になっぶりすきこんで...

霜対策 &

火田の肥料に♪

新米まつりお知らせ

🌾 稲刈りのごちそうカカカ! ありがとうございます! 🌾 感謝!

みなで稲刈りしたり収穫したてのひのひの新米を飯ごうで炊いて、この秋の実りを親子一緒にお祝いしましょう。

また、新米まつりの午後の部では、今年もヒンナヒンナまつりを開催します。ひのひの森にいろいろなお店がオープンします。

みなさんにお買い物をいただいた売り上げから、来年の20周年に向けた^{準備}資金に充てさせていただきます。

😊 ヒンナヒンナまつりの出店にご協力いただける方のミーティング...

日時 11月18日(火)

集合 9:00~9:15

お店閉店 15:00 ごろ

場所 ひのひの森

持ちもの ・水筒 ・必要な食器
・軍手
・大人ひとり1,000円の参加費



11月11日(火)までに、

大人の参加人数を黒板近くの紙にご記入をお願いたします
(祖父母のみなさまも大歓迎です!)

11/4(火)

14時~ バイブル
メインホール

✕ ニュー

- ・新米
- ・まゆさん特製
ふりかけ
- ・具だくさん
汁もの
- ・つけ合わせ
- ・新もち米で
おもち
(きなこやあんこ
など)