

ぶかぶかの法人理念は

- 1) 障がいのある人たちといっしょに生きていく。
- 2) 健康な命を未来に引き継ぐ。

の二つです。

## 1) 障がいのある人たちといっしょに生きていく。

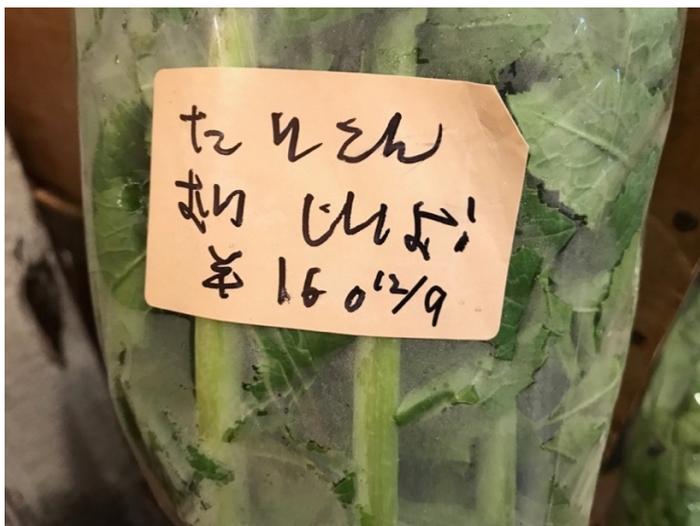
ぶかぶかは、何もしなければ取り残されたかも知れない障がいのある人達といっしょに街の中でお店をやり、社会を楽しく、豊かにするものをたくさん作ってきました。理屈っぽい話抜きに、彼らといっしょに生きていくと楽しいね、いっしょに生きていった方がいいね、と思う人がぶかぶかのまわりにどんどん増えてきました。持続可能な未来がここから見えてきます。（文中の「ぶかぶかさん」はぶかぶかで働く障がいのある人達のこと）

ぶかぶか三軒長屋(右からパン屋、お惣菜屋、アートスタジオ)



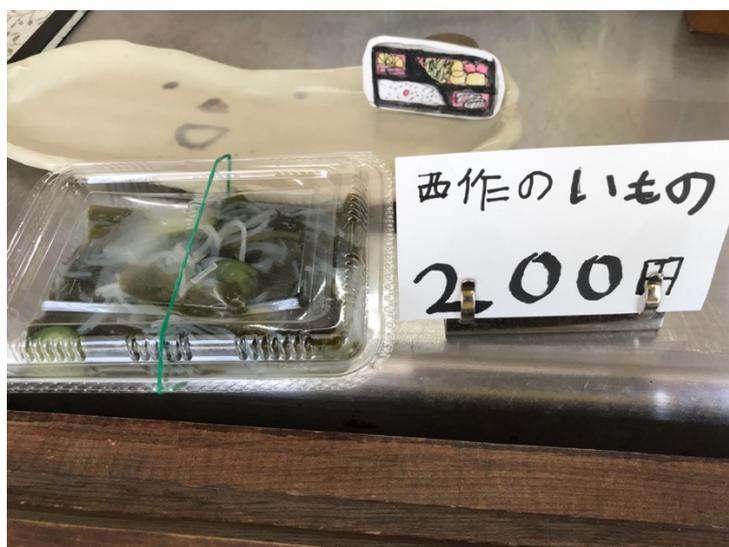
## ●お客さんもぷかぷかさんとのおつきあいを楽しむ

パン屋の店先ではときどき畑の作った大根などの野菜を販売しています。ある日、その大根のラベルに「たいこん」と書いてありました。ぷかぷかでは、「これまちがっています、直さない」とはいいません。「あ、おもしろいじゃん、今日はこれで行こう」となります。



「大根下さい」とお客さんがきました。「すみません、今日はたいこんです」といいます。お客さんもよくわかっていて、ラベルを見て、「ああ、今日はたいこんね。じゃ、たいこんください」と楽しんでます。お客さんとのそういう関係がぷかぷかにはあります。

こんなお惣菜が出ることもあります。



お客さんは一目で納得してこれを楽しんで買っていきます。お客さん達は買い物をする中で、自然に彼らといっしょに生きていく楽しさを実感しています。

そんな関係がこんな笑顔を生みます。



子どもたちも笑顔になります。



子どもたちが大きくなって、社会を担うようになった時、どんな社会を作ってくれるのだろう、と楽しみです。持続可能な未来を子どもたちが作ってくれます。

## ●小学校で人権研修会

近くの小学校から人権研修会を依頼された時は、芸達者なふかぶかさんを三人ほど連れて行きました。太鼓の名人、ダンスの名人、暗算と記憶の名人の三人です。太鼓の名人は日本フィルハーモニーのチェロ奏者と共演するほどの名人で、その日はソロの演奏でしたが、子どもたちを圧倒しました。



ダンスの名人は自分でダンスを踊ったあと、子どもたちも誘ってみんなで楽しくダンスをしました。

暗算の名人が登場した時は、暗算の得意な生徒と先生に5人ほど前に出てきてもらい、トレーに乗せた10個ほどのパンの値段をふかぶかさんと競争で暗算してもらいました。スキャンするほどのスピードで暗算するふかぶかさんの圧倒的勝利でした。

記憶の名人は、2年生の教科書に出てくる『ふきのとう』という作品を朗読しました。名人の年齢から計算すると30年ほど前になった教科書です。それをついさっき習ったかのようにスラスラ朗読したのです。2年生の生徒はもちろん、先生も朗読なんかできないので、みんなほんとうにびっくりしていました。

障がいのある人たちはいろんなことができない、だから私たちが何かやってあげないといけない、といったイメージが一般的ですが、そんなマイナスのイメージを見事にひっくり返した人権研修会でした。

障がいのある人達との新しい関係がここから始まります。「やってあげる」といった関係ではなく、彼らからいろんなことを学ぶ関係です。子どもたちがそういったことに気づいたこと、そのことがその日の大きな成果でした。持続可能な未来がここから始まります。

## ●大学でワークショップ

大学で共生社会について授業を頼まれた時は、ふかぶかさん達と一緒に行ってワークショップをやります。感性豊かな学生さんがどんどん変わってきます。

腕相撲



笑いの階段



## 体で形を作る



「こんなに自由に生きてていいんだ」と感想を書いた学生さんがいました。一緒に演劇ワークショップをやり、ふかぶかさんの発想の豊かさに驚いた学生さんもたくさんいました。

障がいのある人たちといっしょに生きる意味がよくわかったと思います。何かを教えるというよりも、彼らから学んだことの方が多かったと思います。社会に出たあと、この体験が、障がいのある人達と一緒に持続可能な未来を作る上で、確実に役に立ちます。

## ●パン教室

パン教室は楽しくパンを作りながらふかぶかさんと出会います。







たくさん子どもたち、大人達が、楽しいパン教室の中でぷかぷかさん達と出会いました。「ともに生きる社会を作ろう」とお題目を唱えるのではなく、こうやって具体的に出来る場を作ることこそが、持続可能な未来を確実に作っていきます。

#### ●区役所で人権研修会

あちこちの区役所で人権研修会を頼まれます。そんなときはぷかぷかさん達と一緒に行きます。人権に関する抽象的な話をするのではなく、人権がないがしろにされることの多い障がいのある人達としっかり出会う研修会です。

一緒に手をつないで走ること、それは誰にとっても楽しい時間です。たったそれだけでふかふかさんと出会うことができます。



思いっきり力を入れる中で、相手と出会います。



演劇ワークショップの中で、ぶかぶかさんの表現の豊かさに出会います。



ぶかぶかさん達のおかげでどんどん自由になっていきます。



## 参加した人達の感想

- ・短い時間でしたが、一緒に泣いたり、笑ったり、とても楽しい時間でした。
- ・みなさんの素直に自分を出す姿が、本当にキラキラしていました。
- ・同じグループになった女性のメンバーに「区役所にも障害のある人はいるの？」「あなたはどんな障害があるの？」といきなり聞かれ、すごく新鮮でした。僕は歩行障害があるのですが、ダイレクトに聞かれることが年々減っていく中で、「おお！」という気持ちをもたらしました。今度ふかぶかに行ってみようと思いました。メンバーのみなさん、ありがとう！
- ・みなさんの屈託のない笑顔でほんわりとした気持ちになりました。
- ・自由な開放された気分になる瞬間がありました。
- ・ふかぶかさん達の持っている想像力や素直さは自分もこれから見習っていこうと思いました。
- ・人権についてふかぶかさんとふれあうことで、より身近に深く考えることができました。
- ・ふかぶかさんとのワークショップが楽しかった。「いっしょにいた方がトク！」はその通りだと思った。
- ・いっしょに生きる、暮らすことの大切さをあらためて感じました。
- ・「関わってみると、世界観が広がってトク」という表現は、とてもよいと思いました。

得るものの多い人権研修会だったと思います。行政の人達が変わることは、持続可能な未来を作っていく上で、とても大事なことです。今回はとても手応えのある人権研修会だったように思います。

## ●演劇ワークショップ

ぶかぶかさんと地域の人達で演劇ワークショップをやっています。6ヶ月かけて芝居を作り、大きなホールの舞台で発表します。一目で「障がいのある人たちとはいっしょに生きていった方がいいね」と思えるような舞台を作ります。これは障がいのある人たちといっしょに作り上げる新しい文化とっていいと思います。





### ●アートワークショップ

地域の子ども達や大人達と一緒にアートのワークショップを行います。アートを通して地域の人達がぶかぶかさんと出会います。彼らの持っている発想の豊かさ、自由さに出会います。彼らがいると、社会が豊かになることがリアルにわかります。





## 2) 健康な命を未来に引き継ぐ。

ふかぶかは、健康ないのちを未来に引き継ぐことを理念として掲げています。いのちが健康でなければ、健康な未来を描けないからです。

健康ないのちを未来に引き継いでこそ、持続可能な未来を描くことができます。健康ないのちは、健康な社会を作ります。未来を生きる子どもたちには、健康ないのちと、健康な社会を生きて欲しいと思っています。

そのためにふかぶかは、パン屋、お惣菜屋、食堂では安心、安全な食材を使い、みんなのいのちを傷つけないように細心の注意を払っています。

福祉のお店によくある「障害者が作ったから買ってあげる」という関係ではなく、「おいしいから買う」という当たり前の関係をふかぶかは作っています。「おいしい」というのは普遍的な価値であり、その価値こそが持続的な未来を作っていきます。

### ●パン屋

パン屋では国産小麦、天然酵母でパンを作っています。天然酵母はあこ天然酵母と、干しぶどうを発酵させた自家製天然酵母を使っています。自家製天然酵母はハード系のパンを作ります。塩は天日製塩で作ったものを使っています。添加物は一切使いません。生地には牛乳、たまご、バターなども使いません。アレルギーの子どもにも安心して食べて欲しいからです。材料で使う野菜は、農薬を使わないふかぶか農園、でんぱたの畑（ふかぶかの運営する生活支援事業所）、地域の農家さんが作っている野菜を使っています。

保育園に配達するロールパンは、小麦粉、酵母、塩、少量のきび糖、菜種油、水だけで作っています。甘いもので飾ったパンが多い中、子どもたちにはシンプルなロールパンで小麦粉そのもののおいしさを伝えたいと思っています。未来を作るのは子どもたちです。環境に負荷をかけないシンプルなパンこそ、持続可能な未来を作ります。



## ●お惣菜屋

食材・調味料は、なるべく生活クラブのものを使用。野菜に関しては、農薬を使っていない地場の野菜を使用するようにし、旬の恵みをいただけるようにしています。ぶかぶか農園、でんぱた、グリーン（農業をやっている生活支援事業所）さんの野菜も利用しています。

召し上がっていただく方々の健康を考え、出汁(椎茸・昆布・鰹節)を丁寧にとることで、調味料を少なく薄味に仕上げることが出来るように心がけています。使用する味噌も惣菜で手作りをしています。

お弁当箱に関しても SDGs の精神の元、プラスチック容器から竹バガスや麦バガスを使用した地球に優しい容器に変更しています。

## ●楽しいお弁当

高齢者の配食サービスに持っていくお弁当の帯はぶかぶかさん達（ぶかぶかで働く障がいのある人達）が楽しい絵を描いています。



こんな帯があると、お弁当の時間が楽しくなります。お弁当の時間が楽しくなることは、幸せなことだと思います。ふかぶかさん達はその幸せな時間を高齢者の方達にプレゼントしているのです。

お弁当食べたあとも、この帯だけはちょっと捨てられないな、と思うくらい楽しい帯です。こんな絵を描く人は社会にいた方がいいよね、と素直に思えます。

たかが弁当の帯です。でも、この小さな帯が、障がいのある人達への偏見、思い込みをひっくり返してしまうほどのチカラを持っています。障がいのある人達を「取り残さない」ではなく、「いた方がいい」と思いが前向きになります。それは障がいのある人たちもいっしょに生きていく持続可能な未来を作るチカラだと思います。

## ●焼き菓子

焼き菓子のラベルはふかぶかさん達が作っています。これがあることで楽しい焼き菓子になっています。おやつ時間が楽しくなります。暮らしが豊かになります。ここからこの社会を持続させていこう、という気持ちが生まれます。



## ●区民祭り

区民祭りでは区役所の依頼で地産地消のブースを担当し、お惣菜部門で地場の材料を使っておから煮を作り、お祭りにやってきた人達に配布しました。ブース自体もぷかぷかさん達と一緒に楽しくデザイン。こんな楽しいブースはほかにありませんでした。地場の材料を使うレストランの地図もぷかぷかさん達と製作し、ブースの横に展示しました。この地図は後日、区役所のロービーに展示されました。



彼らといっしょに生きると楽しいね、というメッセージをこのブースを通して発信できました。何よりも、彼らがいると暮らしが豊かになることが伝わったと思います。暮らしが豊かになることは、持続可能な未来を推し進めるいちばんの原動力です。