

秋田県内在住の産業カウンセラーの皆さん、こんにちは！ 回覧板春号をお届けします！

## リレー投稿『思うこと』-21-

### 生け花と私

佐藤 妃富美

今年は雪どけも早く、暖かな日が続いた。花が咲くと賑やかになり嬉しい。

私は熱しやすく、冷めやすい性格なのだが、花が好きなので趣味として始めた生け花が、15年ほど続いている。友人に誘われたのだが、最初のころはさほど熱心ではなく、ゆるゆるとしたお稽古だった。それが良かったのかもしれない。そんな私であったが、最近お花に向き合う姿勢が変わった。

仕事で辛い思いが何日か続いていた。そんな時、お花のお稽古があった。重い気持ちで、できればお稽古なんてお休みしたいという気持ちであった。しかし実際にお花を見ると心が和んだ。この個性的に曲がった枝を生かしてあげたいな。その枝と花と葉を調和させるには、どんなふうに生けたらいいのかな。などと生けることに向かい合っていたら、すっかり辛い事など忘れてしまっていた。状況は何も変わらないのに、心は軽くなっていた。そしてまだ頑張れるような気がしてきたのだ。

私は池坊の先生に師事している。池坊の花伝書に「花を挿すではなく、花をいけるという言葉は、花を美しく生かし、いける人もともに生かされていることを意味する。」とある。私はお花に向き合うことによって、生かされているのかもしれない。

また、池坊では花を生ける時、点と線と面を大切にする。点と線と面を表す花材を組み



合わせると、良い作品になるという。例えば、カスミソウの花とヒペリカムの実が点で、レモンリーフやアレカヤシの葉が面を表す。スチールグラスや柳などの枝は線を表す。このように点、線、面の要素を持つ植物を3点、組み合わせさせてみてほしい。生け花の心得がなくとも、いつもの花瓶に、いつもとちょっと違った感じに生けられて楽しめると思う。

私はこの点と線と面。自分の人生にも当てはまるような気がする。点は自分自身であり、パーソナルなところ。葉は職場や家族、趣味の仲間、友人などコミュニティーの塊。そして線は面と点を繋ぐ役割である。個人の周りにはいろんなコミュニティーがあり、それらが繋がり調和する。これらのバランスがうまくとれると、個人として耀くだけでなく、個人が他を輝かせ、他が個人を輝かせる。そうやって自分の人生という作品を、作り上げているように思うのだ。

鉋が小気味よい音で私の迷いを断ち切る。



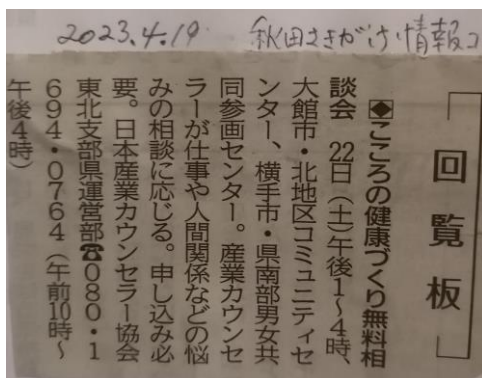
未熟な私にも花は黙って咲き、黙って散ってゆく。ものを言わない花だが、共に生きているものとして、花と心を通い合わせてゆきたい。そしてこれからも花の心、人の心を大切に歩んでいきたいと思う。



## 県運営部・学習グループなど活動状況

- ◆ 2023 年度こころの健康づくり無料相談会（秋田県自殺対策補助事業）が、4 月 8 日秋田会場を最初に始まる。

今年度からこれまでの秋田市、横手市の 2 か所に加え、大館市でも定例開催を計画し、県内 3 か所で開催します！



- ◆ サキホコレ会定例学習会

日時：3 月 5 日（日）13 時～15 時

会場：南部男女共同参画センター

参加者：7 名

担当：赤沼紀美子さん

テーマ：「話しっこするべ」

一人一人が主体となり、それぞれが興味を持つ案を出し合い、熱い会となりました。



- ◆ 相談員のための事例検討会

～自殺予防相談員育成講座～

日時：2 月 26 日（日）9 時半～16 時半

会場：秋田県総合保健センター研修室 2

参加者：19 名

講師：シニア産業カウンセラー浅沼知一氏

テーマ：事例検討会を有益に行う為には？

守秘義務を含む重厚な講義と、全員で向き合った 3 件の事例検討。深い学びの時間でした。



- ◆ 秋田ふれあいこまち会定例学習会

3 月 4 日（土）zoom 開催

「ネガティブケイパビリティ」

市立秋田総合病院精神科 水俣健一先生

4 月 15 日（土）総会 事務局長に水野さん就任

5 月 13 日（土）「就業体験」

若者向けキャリアシュミレーションプログラム

会員 渡部昌平さん（県立大学）

- ◆ 新年度スタート！

一気に、桜が開花🌸し、

何かと気忙しく感じますね。

資格は取得したけど・・・そういう皆さん!!

秋田県運営部は、皆さんの近くで活動しています。

いつもお待ちしております。気軽に声掛けてね!!



秋田県運営部への問い合わせなどにご利用ください。

運営部長連絡先 080-9259-6005

メール jaico\_akita@yahoo.co.jp

スパムメール防止のため、●を@に置き換えてご利用ください