



# 結局いつも通りの自分

鈴木  
一弘

過去に勤めていたアルバイト先にて、非常に興味を魅かれた仕事を見つけた。面接を行い、会社説明会も行い、会社を掃除したりとあらゆる業務をこなす仕事、総務職である。

自分自身、人を動かす仕事に興味がある。また、ものを伝えたりするのも好きで、過去にとあるインターンシップでのプレゼンにて、多くのダメだしを貰い、むかつくので夜遅くまで練習した結果、一番変わる事ができたと評価をしてもらった。それ以前は人前で話すことが大嫌いだったが今では違う。それに整理整頓も好きだ。総務の人達の仕事を見て、これは天職ではないのかと思ひ、その仕事に就くために資格勉強を始めた。

まずは総務3級という資格だ。総務職に就くためや今就いている人達に仕事内容の基礎を与える資格である。参考書を買ひ、バイトの休憩中や電車の中でも読むなどしていた。が、いつも通り途中で冷める。そう、「いつも通り」である。僕は机に向かって勉強ができない。マジメに勉強したのは一ヶ月くらいで、それから全くしなくなった。でもマジメに勉強していた頃に受験費用を払ったので、試験には行った。そして・・・合格した。合格最低点丁度である。ただ、この資格は合格率が半分を超えている。普通に勉強していた人なら簡単なのだろう。マジメな人には。

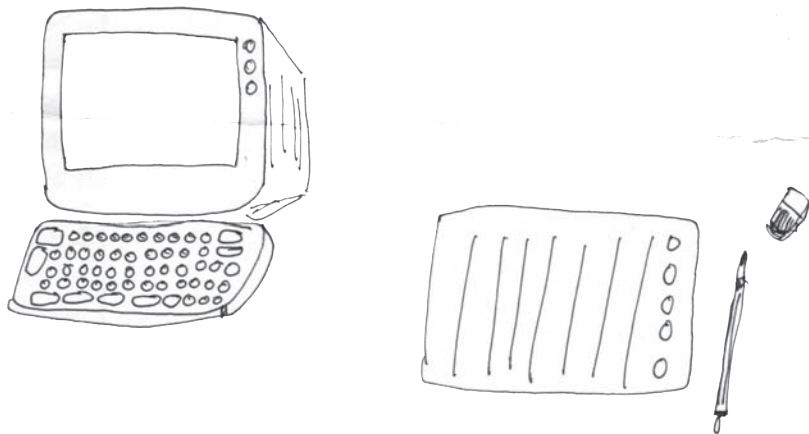
それからまた懲りずに簿記三級の資格を取ることにした。ただこれには別の思惑がある。今度は金を払い講座を申し込んでみた。確かに講座にはマジメに受けに行った、が、ビデオ講座である。眠くなり何度寝たことか。でもこの講座とてもわかりやすかった。それでも今度の資格はそうは簡単にいかない。模擬テストをやっても中々合格点までいかない。本来ならいつも通り熱が冷めるのだが、さすがに焦りを覚えたので、いつも通りよりまだマジメにやった。一日1時間くらい、長くても2時間ぐらいか、やらない日もあった。そしていつも通り試験前日ですらいい加減、遅くの仕事帰りでノー勉強。そんなんだからもちろん・・・合格した。受けた試験会場ごとに合格率が出るのだが、そこでは33%くらいだった。胸を張って言える事がある。俺はこの中で一番勉強をしていない。もうコレは自慢である。すみません。

とにかく俺は机に座っての勉強ができない。というより体を動かす方がまだ好きである。だから、別の仕事をしようと考えた。それが農業である。ものを作るのはいつも楽しい、俺のもう一つの天職だろう。

鈴木一弘 ひらかた農業道場受講生

未来農園にて約1年スタッフを勤め、現在はひらかた農業道場を受講中。朝型人間になりつつある。トラクターなどの農具操作が楽しい。けどかなりのイラチなのでいつかやらかしそうで怖い。でもまっすぐ綺麗に走れたときは嬉しい。講義の一環で初めて自分でトマトの苗を植えてみた。出来るかどうか楽しみである。

未来農園 販売@ココルーム前 だいたいいつも毎週土曜 14:00 から、とれたての野菜を販売している。(日曜日～水曜日くらいまで販売しています)



# 事務ってなんだ、仕事考

植田裕子

事務について文章を、ということだけれど、私は自分の仕事を事務とそうでないものに分けて考えたことがほとんどない。事務って？とあらためて検索してみたりすると、「机の上でできる仕事」とか、「組織の根幹に関わる重要な判断を伴わない仕事」などと出て来る。そう言われてもピンと来ない。ココルームでは、クローズドの事務所（事務をする所！）を持っていないから、カフェですべての仕事をしていて、デスクワークをしている横からお客さんやこどもから話しかけられ、注文が入ればお茶を入れ、バザーの方から声がかかれば会計をし、ちょっと大変そうな相談を聞くことも、喧嘩を止めることも、救急車を呼ぶことも、すべてはごっちゃになっている。

私の場合、仕事を整理しないことが、性に合っているのだと思う。今は、ぱっとこの原稿を書いてしまいたくて、ココルームのむかいにあるカマン！メディアセンターの二階に籠らせてもらっているのだけれど、こうして静かに机に向かう場がいつもの職場であったら、逆に私は何もできなくなってしまうだろう。自分の中はからっぽで、何も出来ないということばかりを、まざまざと感じるばかりだと思う。そして、これはいつも考えていることだけれど、企画を考えたり、助成金申請の書類を書いたり、記録をまとめたりする時に、カフェにやってくる人の動きや言葉がすぐ傍にあり、そこが自分の思うようにいかない場であることは、とても大切なことだ。現場と乖離することなく、いつ誰に聞かれてもいい言葉で仕事をするのが必然になる。

さて、これだけ様々な仕事は不可分なものだと言いつつも、頭をひねっていたら、これは事務かも、と思うような仕事をいくつか発見した。（それでもこれらが重要な判断を伴わない仕事だとは思えないが）住所録の入力管理をすること、発送のラベルをつくること、企画ごとの出納帳をつけること、源泉徴収のお金の管理をすることなどだ。これらの、他の仕事に比べたら割と機械的にできる仕事が、実はわりと好きだ。

私は、仕事をさばさばとこなしてゆけるような器用さを持たないので、「今日はまったく何も手につかないんじゃないか」という気持ちになることもある。そんな時に助けてくれるのがこれらの仕事だ。とにかく手を動かしていれば何か進めることができ、次第に片づく仕事に、「あ、何かちょっとくらいは他のこともできるかも」と、かなりちっぽけではあるが、自信が生まれて来る。そこでやっと、他の仕事に手をつけられるということがある。うまくいくことばかりではないが、助走を担ってくれるこれらに、私はずいぶん助けられている。

他にもこの、何も手につかない状況の時に使う技がいくつかある。（ばかみみたいな技も含まれる）もちろん小技など使わず、ただ集中する、とか、ともかくやる、とか、そういうことをぱっとできる人には憧れる。けれど、憧れつつそうはできない自分を、だめなりに動かすために、必死に見つけてきた技たち。まだしばらくはこれらにお世話になることになりそうだ。

そして、この原稿を書いてみてあらためて発見したことは、私が憧れるのは、今よりさらに事務も企画も家事も暮らしもいろいろなものが解けている状態だ、ということだ。効率よく、ファイルに閉じてゆけるほど、日常の様々は、区分けできるものではない。でも今はまだまだ、これをしている時にはあれはできない、となってしまうことが多い。もう少し年月を重ねて、もっと自然に流れるように暮らしと仕事をできるようになればなあと思いつつ、そうはできない自分を受け入れつつ（これが一番難しい！）ゆきたいと思う。

植田裕子 ココルームスタッフ

音楽が好きで劇場のマネジメントを学ぼうと大学に行き、なぜか現代アートやアートプロジェクトに出会う。「アートが社会にできること」を考える中で2006年、ココルームとの衝撃の出会いがあり、迷いに迷った末2011年1月よりスタッフに。

**カマメバザー開催中！** 変わったもの、面白いもの色々あります。

ココルームでは、運営費を補うためにバザーを開催しています。不要品で寄付いただけるものも、受け付けています。（引き取り出来ない場合もありますので、お問い合わせください）

# 質素な事務と忘れる事務

上田 假奈代

活動の資金がいつもギリ貧であるために、事務にお金をかけることができない。試行錯誤の結果、たとえば経理。伝票の整理方法。要らなくなった裏紙に伝票を一枚づつ貼ってリングファイルにおさめる。月ごとに整理するが年度が変わるときに、ファイルの分厚さにあわせて何冊かにまとめる。だいたい入金伝票は2冊、出金伝票は3冊程度におさまる。余ったファイルはまた再使用する。ファイルの背にはペンで紙にファイル名を書き込みセロテープでとめられたものがほとんど。なかには養生テープに直接ペンで書き込む。文字は大きく。テプラで印字するような面倒なこととはしない。事務のための事務はしない。そもそもテプラを持っていない。

経営難で始めたバザーにファイルや文房具類もよくいただく。そのため文具類の統一もできない。ばらばらのままなんとか使いこなしていく。無駄なお金は使わない。それでも物は増える。なるべく物の住所を定め、時間が経っても他の人がさがしやすいように、なるべく似たような用途の物をグループ化する。引き出しや箱、袋に物の名前を書いておく。それでも、どこに納めたかを忘れ、途方に暮れながら探し物をするることがあり、反省する。それを繰り返す。

さて、職場訪問すると、驚くほどきれいに整った事務所にであうことがある。整然と並んだ本棚、テプラで揃った書類ファイルが並んでいる書類棚。きれいな紙に整理された伝票は専用の伝票ファイルに収まっている。事務にお金がかげられるんだなと思う。几帳面に整った職場では緊張感を持って仕事ができるだろうが、うっかり失敗もできなさそう。かといって乱雑に散らかった職場も困る。持ち主しか崩せない山のような書類の、向こうにいる人の顔がみえないのも困りものだ。

ココルームではスタッフは決まった机がなく、カフェのなかで働くため、かなり身軽に仕事をしなくてはならない。そういうのをフリーアドレスと呼ぶそうだが、そんな名前が生まれる前からココルームはフリーアドレスだ。気分を

変えることができるのは利点だが、落ち着いて仕事に取り組みたいときには、向かいの事業所の誰もいない二階まで行かなくてはならない。

わたしはカフェの隅っこに場所をもらえていて、気配を消しながら仕事をすることが多い。手元にペンやホチキス、文房具類を並べているが、ハサミがよく見当たらなくなる。いまでは50センチほどのいただきものの緑のリボンでハサミは結ばれている。それでもハサミはなくなる。リボンのついたまま。

事務のための試行錯誤がつづいている。

あふれる物のなかで即座に取捨選択する。しかし、縁あって手元にある物はなるべく大切に付きあいたい。矛盾のなかで、キッチンのオレンジ色の電卓はサランラップに巻かれ、油で汚れてもすぐラップを取り替えられればいい。それでも数字が消えてしまい、ペンで書き足されている。こうしてこの電卓は十数年間カフェの売り上げを計算してくれている。

お礼状やすぐに済む頼まれごと、とくにお詫びはすぐに済ませるようにしている。相談事ややかかいごとはひととおり話を聞いたあと、自分のところやコンディションに注意をはらいながら、そのとき最善と思う対処をする。基本姿勢としてすぐに忘れる。ほんとうに忘れてしまう。忘れることは大事だ。矛盾のなかで生きるためにも忘れることはとても大事だ。

こうして、事務は身体感覚になってゆく。

反射、そして、忘却。

日々が積もってゆく。

上田假奈代

「ぼえ犬通信」が、最近わたしのパソコンでは「ぼえ犬痛心」になる。その文字を見るたびにちょっとチクッとして、ぼえ犬も齢をとって心臓でも悪いのかと心配してしまう。毎日来る安さんは著作権を屠殺犬と発音し、最近土佐犬と言う。ぼえ犬とどこか散歩にでも行ったのだろう。



現在、ココルームで絶賛報告書作成中！！



「まちでつながる 2013年度」

「釜ヶ崎芸術大学第2期」「ココルーム詩集」

「ひと花プロジェクト2013年度」

ココルーム10周年記念本も作成中です。乞うご期待！



# 事務と家事

山口 諒子

パチパチ、カチカチ、チチチチ、バックスペース、バックスペース。慣れない指使いでキーボードを押して、迷子になった画面を自分なりに探す。ふうー。。。あーもう分らん！！

「小手川さ〜ん」と泣きついてよく助けてもらう。パチパチ、カチカチ・・・目がチカチカしてくる。だんだん眼が重くなってきて、画面が点滅する。熱いお茶を飲んで一呼吸してみる。パチパチ、エンター。首がコリコリ、バックスペース、バックスペース、なかなか進まない画面の中の文字、喫茶店の中をぐるりと見渡す。私の仕事場。「こんにちわー」おっちゃんが入ってくる。他のスタッフの早いキーボードの音、手なれたリズムカルな音。

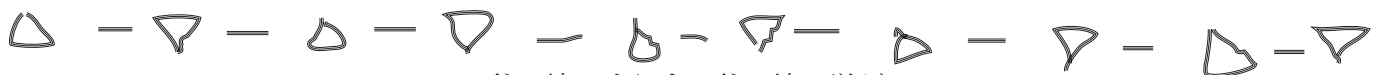
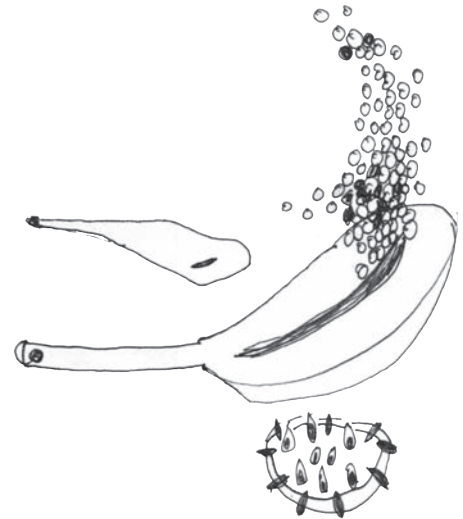
「今日は、あかんわー」と心の中で何回も叫んで「向いてないわー」とボソッとおっちゃんにぐちってみたり。ゆっくりゆっくりしながら文字が増えて見えるのを見ると安心する。時計の針が早く進んでるのを見ると焦る。「ご飯を大量に作る方がなんぼか楽やー」と、また心の中で叫んで、お茶でも沸かし直してみる。「米も洗ってセットしとこう」ついでにの家事が出てきて、あれもこれもやりっぱなしにならないように時計を見て、「はあー今日は時間ないやっ！！」パソコンの続きは、また明日にしよー。

「お先に失礼します。おつかれさまでした」と帰る支度をして保育園へ向かう。家で待っているお姉ちゃん2人。「今日のご飯は何にしよーかな」保育園児の息子に「何食べたい？」と聞いてみる。「ピザ！たこ焼き！」聞いときな

から「また、お休みの時なー」と即却下。「他は？他は？」と聞くと、「ご飯と、にんじんと。。。。」食材になっている。帰ってすぐに出来上がる切って鍋に入れて炊く煮物になる。洗濯をお姉ちゃんに入れて来てもらって皆でたたむ。「あー今日出来るのは、ここまでやなあー」と言いながら皆でお風呂に入ってもらう。その間に御飯も炊けていてお風呂から上がってくる子ども達が「いいにおいー、お腹すいたー」とびしょびしょのままのぞきに来る。「早く着がえてご飯食べよー」と急がす。今日も一日出来る事がこんだけやったなーと、隅っこに髪くずやホコリがつもってきている。

山口諒子 ココルームスタッフ

普段は、ちゃんよびで呼ばれたり、呼び捨てやったり、、、ココルームでは、諒子さんと呼ばれる。こそばかゆく恥ずかしかったが、慣れるとさん呼びは何だか大人に成長したんだなあ〜と、ふふうんと思える1980年生まれの諒子です。



釜ヶ崎にくらす、釜ヶ崎で学ぶ

## 釜ヶ崎芸術大学 2014年第3期、開校準備中

週に一回、木曜日に「自主ゼミ」開催中。

講師の推薦図書、美術「露地庵先生のアンボン潭」、天文学「眠れなくなる宇宙のはなし」、感情「脱暴力を呼びかける」、哲学「ためらいの看護」などなどをみんなで輪読しています。

今年で3年目を迎える「釜ヶ崎芸術大学」では、日雇い労働者の寄せ場があるこの地で、地域の人々を中心に多彩な人々と共に学び合う場をつくってきました。そして、「釜ヶ崎芸術大学 (Kama Gei)」が国際展であるヨコハマトリエンナーレ2014への参加が決まり、展示やオープンキャンパス、炊き出しカフェなどを行う予定です。ところがガーン！お金が足りません。初めて、インターネットを通じて支援者を募る、クラウドファンディングにチャレンジすることになりました。「Motion Gallery」さんで、3,000円から10万円までの範囲で支援金額を選ぶことが出来、金額に応じた特典があります。ネット上でクレジットカードで決済できます。ご協力お願いします！

モーションギャラリー URL →→→ <https://motion-gallery.net/projects/cocoroom>

# 事務とは business のこと

小手川 望

ばえ犬通信前号の「家事と事務」ではみごとにほとんどの原稿が家事の話ばかりになって、今度は事務の話しよう。ということになったのだが、自分のやっている仕事の中で「事務」ってなんだろう？と思うとよくわからない。それで事務を辞書で引く。「書類の作成など、主として机の上で取り扱う仕事」ふむ、なるほど。ワークショップの記録を書く、スケジュールを書く、経理をやる、助成金の書類を書く、報告書をつくる、などが入るかな。念のために、英語の辞書もひいてみる。

【机に向かう仕事】 office work, deskwork; 【実務職務上の仕事】 business.

そうか、事務とはビジネスなのか。それではここで、ココルームのビジネスについて考えてみたいと思います。

ココルームの場合、収入は大きな柱が3つある。カフェ収入、寄付金、助成金である。寄付金の中ではカマメでやっているバザーの割合が比較的大きい。3つの柱があるとはいえ、収入は毎年不安定で、季節になると必死に助成金の書類を書くことになる。ココルームのスタッフの給料はあまり高くない。それでもなんとか生きていくことは出来るし、毎日結構たのしく、美味しいものも食べることができる。収入が少なくてもやっていけるのは、昼夜にカフェでスタッフもお客さんも一緒に食べる「まかないご飯」で食費が浮くのと、バザーで日常に必要なものをまかなえるのが大きい。「まかないご飯」はココルームがまだフェスティバルゲートにあった頃から、安い給料を補うためもあって始まったと聞く。我が家のように、母子家庭で小学生の娘とふたり暮らしのうちでは、夕飯をココルームで食べさせももらえているのがとても大きい。一日の仕事が終わった後に夕飯を作り、こどもとふたりっきりの食卓を毎日過ごすことを考えると、ココルームの品数が多くてたくさんの人と食べるご飯はなんて恵まれた職場だろうと思う。

カフェの営業にしても、バザーの運営（リサイクルショップの経営と考えれば）、アートの作品にしても、どの業界の人からも、ときに「ふざけている、もっと真面目にやれ」といわれがちなのだけれども、真剣にその業界で食っていけるようにやる、ということは「当たり前」のやり

方でやるってことなんじゃないかな、とも思う。

スタッフはお給料が安くても楽しく生きていける方法があるから、やっていける。法人もひとつひとつの収入では運営できないほどの額だけど、3つ柱があるからなんとかやっていけている。カフェなのに、無料のお茶だけでもいい、とか、バザーで使いかけのシャンプーが売っていたりとか、アートだけど「どこがアートなの」といわれたりとか、わたしたちのやっていることは、どこかちょっと不真面目に見えるらしいけど、でも「普通」だと思っていたのに、ちょっとした「ズレ」に出会ったら刺激があって、いつもの見方が変わるんじゃないだろうか。出会ったり、見えていたのに見えてなかったものと出会い直したり、わたしたちの生きている世界は、すこしだけ見方をかえたらずいぶん新鮮なおもむきをたたえて、その少しだけずれた見方を手に入れると、自分自身も人にたいしても風通しが良くなっていくとを感じる。

当たり前を当たり前で終わらさずに、自分の中の小さな揺らぎを見つめてできるだけ言葉にしたり相手に伝える。危なっかしいバランスの上で、それでもひよひよいと飛び石を踏んでいくように、楽しくのらくら生きていこう。だって重要な art of life (生の技法) なのではないだろうか。そうしたことに実態を与えているのがココルームのビジネスであって、そのバランスはぐらぐらしながらも結構いい線いってるなーと思うのである。

ココルームのカフェは事務所も兼ねているので、カウンターやお座敷の机で事務作業をする事になる。パソコンに向かっている、おっちゃんから次々に話しかけられ、カフェの注文も入り、バザーのお客さんもやって来る。わたしはわたしの時間のどこまでが事務仕事なのかはいつもよくわからない。それも大事なバランスなので、事務（ビジネス）なのか事務じゃないのか分からないような境界線を今日も進んでいきたい。

小手川望 ココルームスタッフ

大阪に疎開してから早3年。しんどいときもありますが、だいたい毎日楽しく、あははと笑いながら暮らしています。一緒にきた娘の瑚春も東日本大震災当時は小1だったのに、もう小5！ 早いですねー。



## インフォショップ・カフェ・ココルーム

(ほぼ) 毎日、営業しています (10:00 ~ 19:00)

住所: 大阪市西成区山王1-15-11 御堂筋線動物園前駅2番出口徒歩3分

「ここは何ですか?」といわれますが、喫茶店です。

こもれびコーヒー、自家製しそジュース 400円 紅茶、アイスコーヒー 350円 他  
まかないご飯 700円、日替わりメニューで毎日、昼13時頃、夜19時頃やってます。

# おかあさん劇場ココルーム

沖田 都

「家事」ときくと、わたしは母の台所に立っている後ろ姿がまず浮かんでくる。次に、洗濯ものをパンパン叩いている姿。その次には、浴槽に上半身を突っ込んでゴシゴシ磨いている姿。母は専業主婦だったので、わたしは母親＝ずっと家にいるものと思っていた。父は消防士で、24時間交代の勤務だから、一日家にいて一日は帰ってこない。母の忙しさもそれによって左右されていた。わたしは小さい頃、小児ぜんそくで幼稚園の半分も行けず、いつも母と二人きり家で過ごした。本を読んだり、りんごを食べたり、カードゲームをしたり、特別退屈はしなかった。でも日が暮れてくると喉の奥がヒューヒュー鳴り、熱が上がってクターと寝込んでしまい、母を心配させていたことを強く覚えている。家事は休むことなく、進んでいた。

「事務」ときくと、オフィスが浮かぶ。数年間お世話になった会社のオフィスは、細長い部屋に机がずらりと並んでいた。朝、ポットにお湯をわかし、コーヒーを作り、簡単な拭き掃除をして、電卓と赤ペンで決まった作業に取りかかる。わたしは毎日同じことを同じ時刻にしていた。掃除は毎日同じ時間に清掃会社のおばちゃんが来てやってくれていた。わたしは自分の調子次第で、おばちゃんに「ありがとうございます」と言える日と言えない日があったりして、ストレスが溜まることもあった。ただただ毎日、同じことを同じ時刻にやるのが大事だった。

ココルームに来てから、決まった時間に決まったことをする、という感じはない。その時々によって、あっちに行ったり、こっちに行ったり、今いるところから少し遠くに声

を飛ばしたりする。だからスタッフは五感が敏感である。一つに集中するというよりは、できるだけ多くのものを感じとりながら存在している、といってもいいだろう。それは体力・気力があるものだ。(これって俳優の仕事だよ、とか心の中でほくそ笑む)

家事と事務は、いまわたしの視界に同時に存在していて、交ざり合っている。じっと身体に集中すると、やわらかくて温かな丸い何かが、心臓のあたりをコロコロと動いているように感じることもある。訪れるおっちゃんや子どもたちの姿が見えては、少し回転を速めて身体を熱くさせる。そして無性にぎゅっと締めつける。これはなんだろう、とずっと考えていた。もしかしたら“母”なんじゃないかなあ、と思いはじめている。

ココルームに来て、釜ヶ崎を知って、わたしは家事と事務が好きになれそう。普通にありすぎて目立たず、普通のスピードで普通にくり返されて、生まれては消えていく。小さいころ、わたしが寝ている間にもコロコロと動き回っていた母の姿が重なる。今日も、パソコンを叩く音やフライパンの油がはねる音を聞きながら、できるだけ身体を開いて、交ざり合う時間を大切に過ごしたい。

沖田都 ココルームスタッフ

ココルームスタッフになって6ヶ月。俳優をはじめて13年。釜ヶ崎という世界を知る劇場で、毎日ぜいたくな演劇三昧。北九州出身。

## 釜ヶ崎の まち歩き

English Community Guide Tour

is also available.

およそ 1時間 30分 / 1,000円 学生 500円

電話、メール、またはココルームに直接お申し込みください。



英語のまち歩きも対応できます。

Walking and Thinking 歩きながら考える

# EVENT PICK UP



ココルーム、カマン!メディアセンターでは、日々さまざまなゆるやかなイベント・勉強会・相談会がおこなわれています。お気軽にご参加ください。くわしくは、<http://www.cocoroom.org> をご覧ください。

## 釜ヶ崎氷志句会 かまがさきひょうしゅかい

月に一回、ココルームに集まってみんなで楽しく俳句をつくっていきます。参加者は10歳から80歳まで幅広く。正式な句会のやりかたにのっとり、投句、選句、披講とすすめ、つくった俳句は、近江八幡市の俳句結社氷志会の選句の対象にもなります。

2014年5月の作品の一部を紹介します

新茶のむ父の横顔もう老けず	むらさきの特に色濃き庭の隅	母の日や帰りの道に雨宿り	鯉のぼり幼子踊る震災地	虎の舞い幸繋げからむ竹林	人の手をいれねばならぬ竹林	たけのこはあたまをのぼす暗くても	しょうぶ湯に入ったたほっぺはゆでたまご	新緑のみどりのかずのその多さ	さばよむと四十も五十も一光年	ふりがなの雨降る坂で思いたす
こて	タカセ	タカセ	赤鬼	赤鬼	由良	にやにや	にやにや	sappi	かなよ	かなよ



## えんがわけんこう相談会

血圧をはかり、お口のケアを学びます  
会場：カマン!メディアセンター前  
日時：毎月第三水曜日 14:00~15:00  
6月18日(水)、7月16日(水)、8月20日(水)、  
9月17日(水)、10月15日(水)、11月19日(水)  
特別協賛：Asahi アサヒビール株式会社 助成：Asahi アサヒグループ芸術文化財団



## 釜ヶ崎芸術大学・自主ゼミ

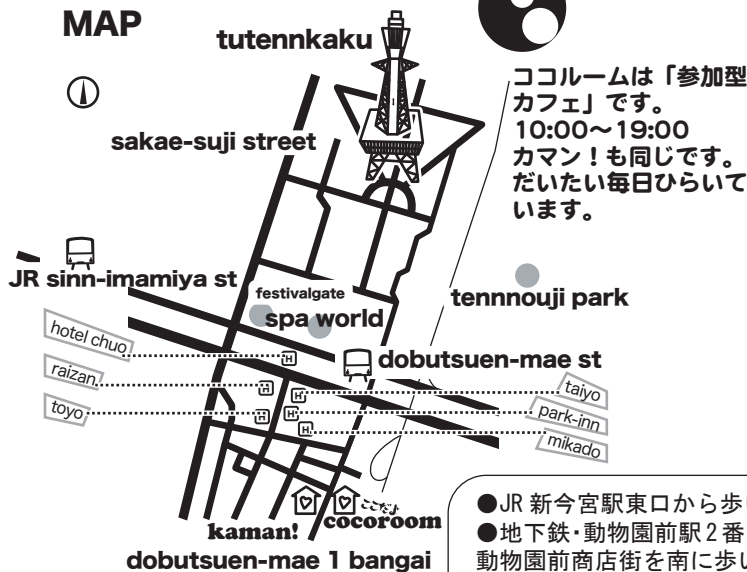
「本の読書会」  
日時：第2・4木曜日 昼3時から4時  
6月12日(木)・26日(木)  
7月10日(木)・24日(木)  
場所：ココルーム 参加費：無料・カンパ歓迎  
★どの本を読むかは、集まった人で決めます。  
聞いているだけでもOKです。



## 釜ヶ崎芸術大学

「詩」 6月13日(金) 会場：カマメ 昼2時から4時  
「篆刻」 6月20日(金) 会場：カマメ 昼2時から4時  
参加費：無料・カンパ歓迎  
釜芸部活「合唱部」  
日時：7月2日(水)、7月16日(水)、  
8月6日(水) 夜6時半~8時半  
場所：禁酒の館(予定)  
参加費：できれば500円~1000円  
難しければ無料でOK

### MAP



- JR 新今宮駅東口から歩いて7分。
- 地下鉄・動物園前駅2番出口から、動物園前商店街を南に歩いて3分。商店街に面しています。

## リラックス体操と瞑想の会

フェルデンクライスとインドの音楽瞑想  
会場：西成市民館2階和室  
講師：小手川望、花の宮祐三子  
日時：毎月1回~2回  
6月20日、27日(金) 14:00~16:00  
助成：大阪コミュニティ財団(大阪厚生信用金庫)

## ココルームでは、活動のための寄付をつっています。

三井住友銀行 天王寺駅前支店 普通1585265  
トクティエイリカツドウホウジンコトバトココロノヤ

郵便振替 記号 01090-5-48059  
cocoroom代表 ウエダカナヨ



特定非営利活動法人こえとことばとこころの部屋(ココルーム)  
Non-profit organization The Room for Full of Voice, Words, and Hearts (Cocoroom)

### インフォショップ・カフェ ココルーム

557-0001 大阪市西成区山王 1-15-11  
tel&fax.06-6636-1612(+81)  
info@cocoroom.org  
<http://www.cocoroom.org>  
The Information Shop & Cafe COCOROOM  
1-15-11 Sannoh, Nishinari-ku, Osaka, JAPAN 557-0001

### カマン!メディアセンター

557-0002 大阪市西成区太子 1-11-6  
info@kama-media.org <http://www.kama-media.org>  
KAMAN! Media Center  
1-11-6 Taishi, Nishinari-ku, Osaka, JAPAN 557-0002