



Happy New Year
希望、笑顔と平



2020
和の一年となりますよう

に！

今年もよろしくお祈いします！

ポーポキ・ピース・プロジェクト・Popoki Peace Project

ポーポキの目標 2020年！

1. 非暴力で平和な世界の創造のために積極的に行動します！
2. 今までの友だちを大切にしながら新しい仲間をつくり、一緒に学び合い、行動し、そしてつながりをいっそう確かなものにします！
3. 東日本大震災の支援活動を継続し、ほかの支援はできる範囲でします！
4. 平和と健康、安全、安心についての取り組みを継続し、深めます！
5. 身近な世界にも遠くはなれた世界にも関心を持ち、情報を共有する。考えたことや見聞きしたこと、感じたことについて報告し合い、共有し続ける！
6. 周囲の人にもよろこびを提供し、みんなで喜びを分かち合います！



1月！新しい年になりました。ポーポキは、暖かい布団の中で新年を迎えました。みなさまは、どのようにして新しい年を始めたのでしょうか？いい年になりますように！

Popoki's Hot News!



Coming up!

2月に東北でポーポキ友情物語活動！
3月17日 持ち寄りパーティ No.3
川原畑洋子さんやほかの人とおしゃべりし、
一緒に SHAKE HAND 活動

「一言の平和」コーナー

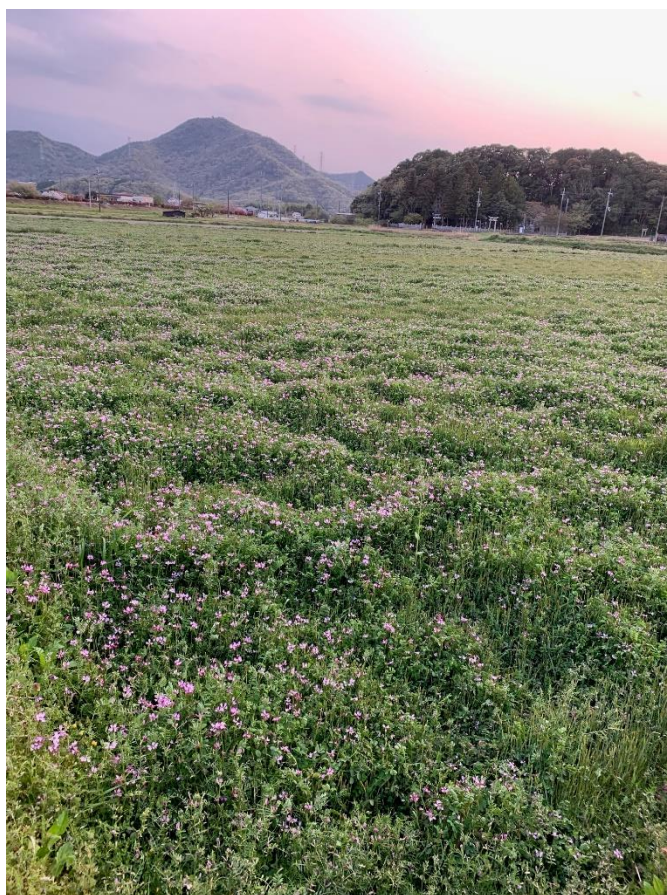


ポーポキのお友だちのひでにゃんは、次の「一言の平和」を送ってくれました。

農作業していて、のどかな農村風景、いつも思っています！「天高く舞うヒバリのさえずり」

あなたは今日、どんな「平和」に出会いましたか？ぜひお聞かせください。

ポーポキのメール [ronniandpopoki \(at\) gmail.com](mailto:ronniandpopoki@gmail.com) !



写真：ひでにゃんの田んぼ

2020年1月17日 25年目に思う

ろにゃん

ときどき、鳥になる。
大きな空から広い世界を見つめる。

ときどき、ネコになる。
歩ける限りの世界を見つめる。

ときどき、ねずみになる。
穴の中から世界をみつめる。

ときどき、自分になる。
肩書もカッコウもデバイスも捨てて、
心のまま、大切なことを見つめる。
生きること。愛すること。笑うこと。
誰かの手をとること。

25年前のあの日。神戸から鳥もネコもネズミも逃げた。
怖い。孤独。不安。
暗い、寒い部屋でせんべいをかじったときの硬い音。
いつの間に顔を濡らした涙の塩味。
電気もなにもない街の不気味な静けさ。
あの日のことは、体も心も忘れることができない。

あの日、あなたはどこにいた？
あの日、あなたはまだ生まれていなかったのね。
あの日、あなたは遠く離れたところにいた。
あの日、ここにいたのね。

今日、私は鳥にもネコにもネズミにも自分にもなる。
あなたの話も、私の話も、ほかの生き物たちの話も
みんなであの日の神戸を話し
みんなで学びあい、みんなで思い出す。
みんなで希望を持って、みんなで明日を生きる。



平和と健康を考えるワークショップ

ありぱんにゃん

12月21日、私たちは「ポーポキと一緒に平和と健康を考えるワークショップ」を開催しました。このワークショップは健康と平和について参加者みんなで考えていこうと兵庫医療大学で毎年開いています。しかし、今年は台風19号のため11月に予定していたものが延期になって、この日になりました。台風19号は各地に大きな被害を与えました。そのことは、この日の私たちに今回のテーマや安全について、より深く考える大きなきっかけとなりました。



健康と平和を考える上で、ポガは欠かせません。さとにゃんのポガで、私たちはリラックス、頭もすっきり！準備を整えました。そこから、私たちは健康と平和に関するたくさんのことを考えていきました。まずは、いろいろな絵や写真を見て、その写真は健康と平和、どっちを連想させるか考えていきました。その次は、ポーポキの絵本の読み聞かせ。「健康って何？」「健康と平和は関係ある？」ポーポキが私たちにそんな質問を問いかけているように感じられました。

その後には、さらなる難問、「避難袋には何を入れていくか」を考えていきました。ここではまず、私たちはくじを引いて、赤ちゃんやベジタリアン、ネコといったいろいろな役割を演じ、その上でいろいろな人たちが一緒に住む環境で、災害時に避難袋に何を入れて逃げるかを考えていきました。私は外国人の役を演じました。「外国人だから和食ばかりでなく洋食も欲しい」と言ったら、グループのメンバーはそれを受け入れてくれました。でも、メンバーにはベジタリアンの人だったので、私たちはお肉を持っていくことを控えました。また、健康意識の高いメンバーは、あまり健康的でない食べ物を持っていくべきでないとも言いました。避難袋には入れられる量に限界があります。そんな中で、私たちは生き残るためには何を持っていくべきなのか、真剣に考えました。ようやく書き終えたあと、他のグループと見せ合いっこをしました。それぞれの避難袋の中には非常食や缶詰がメンバーの個性に合わせて入っ

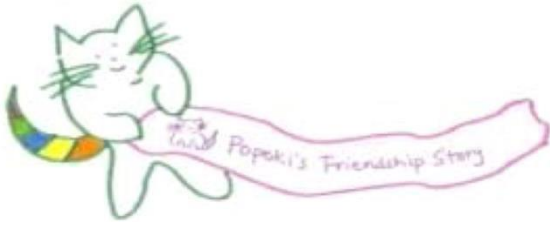


ていました。中には、お菓子や果物、お酒、ユニークなところは牛を一頭袋に入れていたグループもありました。最後にろにゃんはワークショップのまとめで、ちょっと口に入れたらそれだけで気持ちがほっこりするもの、そんなものを1つ入れていってもいいのかもしれない、と言っていました。ユニークなものもいくつか入っていましたが、もしかしたらそれらはそのグループの心の健康にとって大切なものだったのかもしれない。



今回のワークショップは、健康や平和が何か、みんなが改めて考え直す良い機会になりました。私にとって健康は、もちろん栄養素をバランスよくとることが大事、でもそれだけじゃなく安心できる状態でなければ、元気がなくなるし、健康でもなくなってしまうと思います。逆も然りで、健康でなければ安心や平和な気持ちにもなれないと思います。それは、今回の台風やこれまでの災害で避難を余儀なくされた人たちも同じだと思います。自分の家で生活ができなくなった人たちが、どうすれば健康と平和を手に入れることができるのか、私たちも考えていかなければいけません。





Popoki's Interview

きわにゃん

今月は、1995年1月17日の阪神淡路大震災を体験したポーポキの友だちのきわにゃんが、その時のことを書いてくれました。

20秒

1995年1月17日、午前5時46分。

20秒ですべてが変わってしまったあの日を知らない人が、神戸でも多くなって来ているようです。

その年の秋、高校総合文化祭で、神戸の高校生達は、こう歌いました。

私たちは問いかける あの日以来毎日問いかける
これまで何を大切にしていたのか
これから何を大切にしていけるのか

20秒で、あまりにも多くのものが崩壊し、失われました。

でも、あの日々、神戸の街では、見知らぬ人もみんな仲間でした。

あそこで水をもらえるよ、パン売ってるとこ知ってるよ、ここのバス今日から通るよ。

大渋滞でノロノロ運転のバスは、重いリュックを背負った人で満員。座っている人は「どうぞ！どうぞ！」と、膝に積み上げ、

立っている人は前のひとのリュックを支えてあげていました。

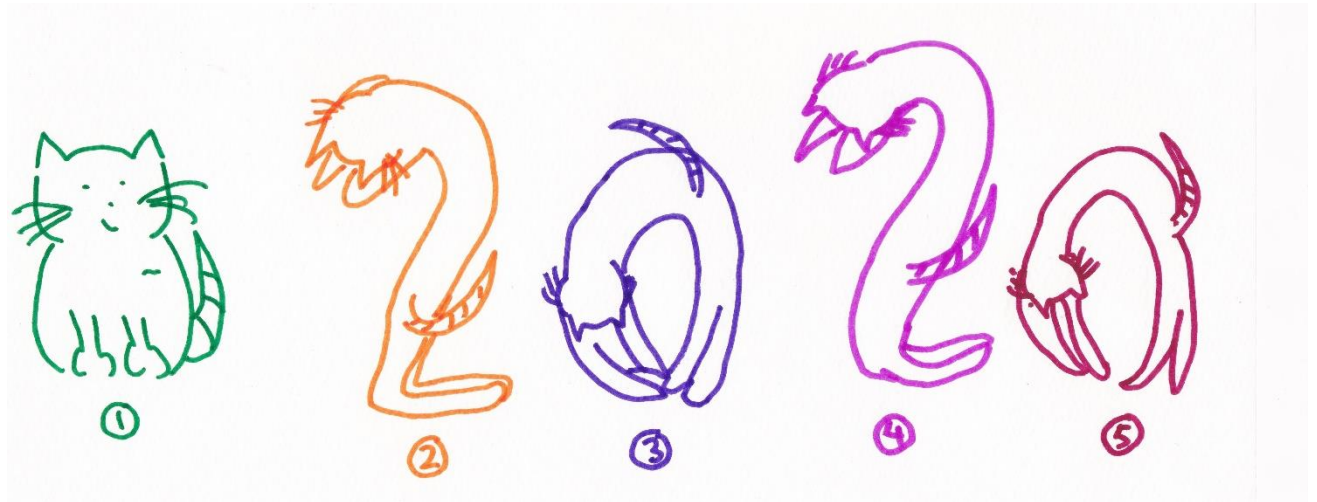
あの日々に、私たちは「20秒で崩壊しないもの」「これから大切にしていけるもの」を見つけた、と思います。

25年目の神戸には・・・？

ポーポキちゃんの簡単ポガ教室

Lesson 141

今月のテーマは、新年！



1. まず、いつものように、美しく座りましょう。
2. では、膝を床につけましょう。腰をまっすぐにしながら、うしろへ。肩甲骨や肩を丸くして、腕を前へ伸ばし、「2」をつくります！
3. 次は、立ちましょう。上半身を丸めながら、足に手が付けるようにして「0」を！
4. そして、もう一度「2」を！しっぽを立ててね。
5. 最後にもう一度「0」！できてもできなくてもがんばりましたね。では、「できたポーズ」をどうぞ！

お疲れ様でした。少しリラックスできましたか？毎日、深呼吸・笑・リラックス、そしてポガを最低3分間練習しましょうね。

一緒にいかが？



次回のポー会：2月28日 19:00@灘薬剤師会

2020.1.22 震災復興支援・災害科学研究推進室第8回シンポジウム : 神戸大学百年記念館 六甲ホール 12:30~ ポーポキもですよ！

2020.2.7(夜)~10日 ポーポキ友情物語活動@大槌町、大船渡市

2020.3.17 14:30~16:30 絵と絵本と医療と災害の持ち寄りパーティ Part 3 川原畑洋子さん、ほか。会場：あす・ぱーく (神戸市灘区中本郷町5-1 大和公園内)。

ポーポキの友だちからのおすすめの絵本

- ・大槌町 『生きる証 岩手県大槌町 東日本大震災記録誌』 監修 大槌町教育委員会、ほか。2019年7月。

東京の皆様へ：

ポーポキの友だちいとにゃん写真展@早稲田大学！2月25日、26日。31号館303・304号で、震災直後から故郷・大槌町を撮り続けてきた伊藤陽子さん(68)、倉堀康さん(36)の写真展「がんばっぺし おおつち」が開催される。

Popoki in Print

ポーポキ通信のバックナンバー：

<http://popoki.cruisejapan.com/archives.html>

- 「ポーポキのミニ平和映画祭」「こくしのみど52」『神戸青年・Kobe YMCA News』No.652 2017.7-8
- ESD Digital Archives, Kansai Council of Organizations for International Exchange <http://www.interpeople.or.jp>
- 関西国際交流団体協議会の「デジタルアーカイブ(WEB版の事例集)にポーポキ! <http://www.interpeople.or.jp>
- 『平和を考える絵本出版 被災者支援きっかけに』『神戸新聞』(貝原加奈 2014.4.25 28面)
- 「ボランティア 37 団体に助成 大和証券福祉財団」『神戸新聞』(2013.8.23 朝刊 地域経済 8面)
- 「原爆の熱線で焼き付いたー “人影”再現、非核誓う」『神戸新聞』(2013.8.7 朝刊 22面)
- 「被災 秘めた思い描いて」「ひと人抄」『読売新聞』(2013.2.16 夕刊 4面)
- 広岩近広 『安全』『安心』の社会は足元から、ロニー・アレキサンダーインタビュー 『毎日新聞』2012.10.29 (「今、平和を語る」、夕刊、1面)
- R. Alexander. “Remembering Hiroshima: Bio-Politics, Popoki and Sensual Expressions of War.” *International Feminist Journal of Politics*. Vol.14:2:202-222, June 2012
- 「ポーポキと一緒に作り出す平和の根底に9条がある」NO: 66 2012年5月12日[子どもと守る9条の会]
- 「布に希望 60メートル」阿久沢悦子 『朝日新聞』2012.1.21 (兵庫・29面)
- 「平和祈る声まとめ本に」斎藤雅志 『神戸新聞』2012.1.19 (伝える1・17 3・11、22面)
- K. Wada. “Conversations with Ronni Alexander: The Popoki Peace Project; Popoki, What Color is Peae? Popoki, What Color is Friendship?” *International Feminist Journal of Politics* Vol.13, No.2, 2011, 257-263
- S. McLaren. “The Art of Healing” (Popoki Friendship Story Project) *Kansai Scene*. Issue 133, June 2011, p.10. kansaiscene.com
- R. Alexander. (2010) “The Popoki Peace Project: Creating New Spaces for Peace in Demenchonok, E., ed. *Philosophy after Hiroshima*. Cambridge Scholars Publishing, pp.399-418
- 「省窓」『神戸青年』No.606 2011.1.2 p.1
- No.1 「『ポーポキ、平和って、なに色?』の背後にあるもの」(連載) とさぼりライフ第19号 2010.10:4
- 堀越健志「シリーズ:こくさいのまで⑮(パレスチナについて)『神戸青年』No.604 2010.9-10
- 「みんなでやれば、何にかが変わる!」THE YMCA No.607 June 2010, p.1
- [ヒロシマと世界: 被爆地の声 非核と平和、復興と再生、許しと命の尊厳訴え] http://www.hiroshimapeacemedia.jp/mediacenter/article.php?story=20100312140608602_ja
- 2010.3.15 中国新聞 ヒロシマ平和メディアセンター
- FM COCOLO 76.5 ‘Heart Lines’ 2010.1.9 Interview: Ronni on Popoki in Palestine
- “Human Rights, Popoki and Bare Life.” *In Factis Pax Journal of Peace Education and Social Justice* Vol.3, No.1, 2009, pp.46-63 (<http://www.infactispax.org/journal/>)
- 西出郁代 「ポーポキ、平和って、なに色? ロニー・アレキサンダーを迎えて」『PPSEAWA』(日本汎太平洋東南アジア婦人協会) No.63 2009.12, p.5.
- 「友情」第2号 2009.11 伊丹市国際・平和交流協会 年間事業報告 pp.1-2
- 「ともに・・・」No.29 2010.1 家庭と保育所、学校園、地域を結ぶ在日外国人教育情報誌 ポーポキ・ピース・チャンレジ情報 p.12
- 区民情報誌「なだ」2009.12, p.2. ポーポキ・ピース・チャレンジ情報。
- 「『ポーポキ、友情って、なに色?』」「私のいち押し」奥田光子 THE GAIDAI 2009.7.17 No.243 (関西外大通信)
- 「友情って・・・考える絵本」朝日新聞「生活」(阿久沢悦子) 2009.7.2
- 「友情を考えて人間と、ねこと、そして自分と～」れ組通信 RST/ALN 2009.6.28 No. 259, p.11
- 「カティング・エッジ」第35号 2009.6 (北九州市立男女共同参画センター「ムーブ」)「新刊紹介:『ポーポキ、友情って、なに色?ポーポキのピース・ブック2』(レベッカ・ジェニスン) p.3
- 「猫を通して平和を考える 絵本の第2弾を出版」(斎藤雅志) 神戸新聞 2009.4.21
- 「ポーポキ、平和ってなに色?」KOBE YMCA NEWS「神戸青年」2009.3.1 No.593 p.2
- 「ポーポキ、ゴミってなに色?」KOBE YMCA NEWS「神戸青年」2009.1.1 No. 592 p.2
- 「友だちになってくれませんか?」RST/ALN 2009.2.22
- ラジオ番組の中のポーポキ!!! プロジェクト・メンバーの宇宙賀佳代子さんがラジオ番組で紹介してくださいました。ぜひお聞きくださいね。 <http://www.kizzna.fm/> 録音番組。(リンクは現在無効)
- やさしいから人なんです展パート20 実行委員会『世界人権宣言』ひょうご部落解放・人権研究所 2008. 10 500円。詳しくは: blrhyg@osk3.3web.ne.jp
- 「KFAW カレッジ ロニー・アレキサンダー氏 講演会」エイジアン・ブリーズ/Asian Breeze No.54 October 2008, p.8 (アジア女性交流・研究フォーラム)
- 「ピースセミナー in 熊本 あなたにとっての「平和」とは?」Kumamoto YMCA News 10; Vol.437 October 2008, p.1
- 神戸新聞「人権宣言 兵庫から発信 全30条 イラストで表現 地元ゆかり 6名がパネル制作」2008.10.8 10





私にとってポーポキ

やこにゃん

わたしにとってのポーポキはコミュニケーションの先生です。言葉にできない、だけどなにかをしたいという伝えるのが難しい思いを、ポーポキは伝えてくれます。そばにいたいけど、迷惑だったらどうしようという気持ちも、ポーポキはらくらく乗り越えて、人にそっと寄り添います。

ポーポキがくれたうれしかったことがたくさんあります。ポーポキがいたから、大槌町の方々とおはなしができ、素晴らしい時間を共にすることができました。また、留学中ポーポキ・シャツを着てジョギングをしていたときには、道行く方々に声をかけてもらいました。「がんばれ、ポーポキ」と笑顔で言っていたいたり、車の中から「ピース」とエールを送ってもらったりしました。

わたしがポーポキにいてほしいと思うところはこどもたちのそばです。自分がだれかを傷つけないよう、誰かが誰かを傷つけないよう、また自分が傷つかないよう、誰かが傷つかないよう、何が暴力であるのかを知って、それについて「いやだ」や「助けて」を言えるようにすることは、とても大切なことだと思います。でも、暴力のことを知ったり思い出したり考えたりすることは怖いかもしれません。そんなときポーポキがそばにいてくれればと思います。ふわふわで優しいポーポキがよりそって、こどもたちを安心させてほしいと願います。



写真：ジョギングが楽しいだいきな道、カンタベリー（イングランド）

ご協力お願いいたします！



ポーポキ・ピース・プロジェクトは、『ポーポキ、平和って、なに色？ポーポキのピース・ブック1』（エピック、2007年）、『ポーポキ、友情って、なに色？ポーポキのピース・ブック2』（エピック、2009年）、『ポーポキ、元気って、なに色？ポーポキのピース・ブック3』を題材に、全身で平和の意味を探り、一人ひとりの「発見」を平和の創造に役立てようとする小さな平和活動団体です。また、2011年に起こった東日本大震災をきっかけに活動をしており、『ポーポキ友情物語 東日本大震災で生まれた私たちの平和の旅』という本を2012年1月に発行しました。2006年に設立されて以来、日本国内外で幅広く平和のためのワークショップなどの開催を続けてきました。活動の資金はすべて本の売上や寄付によって行っています。

これからも平和を考えるためのピース・ワークショップ、読み聞かせ、ピースキャンプ参加、ポーポキのピース・ブックの翻訳（『ピース・ブック1』は既に10か国語に翻訳されている）、『ポーポキのピース・ブック3』の執筆などの活動を中心に活動を続ける予定です。定期例会「ポー会」を月に一度のペースで開催しています。一緒に活動なされたい方はぜひご参加ください。（ポー会の開催については、ポーポキ通信の「ご一緒にどうぞ」の欄をご参照されたい。）

また、こういった活動に対してのご協力、ご支援をぜひお願いしたいと存じます。本の購入・寄付・本についてのコメント、感想、注文などについては、popokipeace@gmail.com へお問い合わせください。

なお、本についての問い合わせや注文は、お近くの書店、アマゾン、あるいはエピック（TEL: 078-241-7561・FAX: 078-241-1918）へどうぞ。

ポーポキ・ピース・プロジェクト [popokipeace\(at\)gmail.com](mailto:popokipeace(at)gmail.com)



<http://popoki.cruisejapan.com>

郵便振替口座番号 00920-4-280350

ゆうちょ銀行 店番099 店名099店 当座 口座番号0280350

口座名 ポーポキ・ピース・プロジェクト神戸

ポーポキ平和募金は一口 1500 円 何口でも結構です。



THANK YOU FROM POPOKI!