



10月！でも、もうすぐに11月になります。ポーポキは、この時期にハロウィーンを楽しんでから、秋を楽しみます。あなたもそう？

Popoki's Hot News!



「ポーポキのマスクギャラリー」動画！

<https://www.youtube.com/watch?v=BjT1ZjVUsm8&t=3s>

「ポーポキのおうち」動画

<https://www.youtube.com/watch?v=l8OCzg64oH8>

「ねこのポーポキとピースぱくぱくをつくりましょう！」

<https://youtu.be/FoT4pCWWRnQ>

NEW! 次頁
をどうぞ!

「一言の平和」コーナー

ポーポキのお友だちの**ちあきにゃん**は、次の「一言の平和」を送ってくれました。

次ページにありますので、ご覧ください。

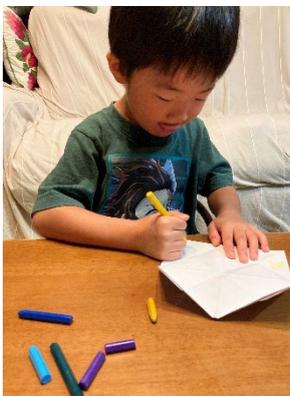


あなたは今日、どんな「平和」に出会いましたか？ぜひお聞かせください。

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

平和の一言 Piece of Peace

上南智暁（うえみなみちあき）です。4歳です。
お母さんと一緒に、“ねこのポーポキと一緒に「ピースぱくぱくをつくらう！」”の動画をみて「ピースぱくぱく」を作りました。



ポーポキのお話を聞きながら、平和のにおい、色などについて考えました。
僕の考えた平和は・・・

平和のにおい…にゃんこ(猫)のにおい
平和の色…白(雲の色)
平和の味…バナナの味(バナナが好きだから)
平和の音…水の音
平和の感触…ふわふわのタオル

楽しかったです！

一緒にピースぱくぱくを作ってみて

今回、息子と一緒にピースぱくぱくを作成しました。
“平和って何？”ということ、動画を見ながら一緒に考えましたが、4歳には少し難しかったようです。

4歳なりに考えた平和の五感を、ひとつずつ理由を聞きながら書き出して、ピースぱくぱくを作りました。動画を見ている間も、ピースぱくぱくを作成中も、終始ノリノリで楽しく作成していました。

親子で平和について話し合う良い機会になりました。

上南紀子



完成です！！

9月号の「ポーポキ通信」に書かれた「ヒロシマデイ」の記事の感想

*先月の通信に載っていた記事（もりにゃん）を読んで、感想を送ってくださったポーポキ友だちがいます。原爆のことを語り続ける意義をみんなで考えたいと思うので、ここに掲載します。お二人に感謝！

今年の「広島デイ」で、「にんげんをかえせ」を観たとあり、私も大学の授業（日本国憲法の平和主義を中心に取り上げていました）で、このビデオを毎学期学生たちと一緒に視聴していたことを思い出しました。この授業では、被爆者の方を招待してお話を聞いていたのですが、話に来て下さった被爆者の方が、これまで10フィート運動から作られた映像の中でも、「にんげんをかえせ」が一番よくできていると言っておられたのが印象的でした。私も、広島・長崎の被爆のことは、大学に入るまで、さほど知る機会もなく、気にもとめていなかったのですが、大学の時の友人のお母さんが、広島で被爆したこと、そのとき大切な家族を失ったこと、毎年8月6日になるとテレビで平和式典を観ながら涙を流していることなどを聞き、初めて被爆の実態に触れることができました。私が憲法を仕事にするようになったのは、このときの経験も土台になっています。

「「ポーポキ通信」をありがとうございました。

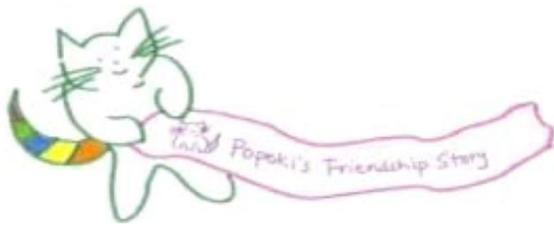
「広島デイ」レポートを興味深く読ませていただきました。

フィルム「にんげんをかえせ」が10フィート運動で買い戻された映画フィルムから作られたことを初めて知りました。一緒に活動している胎内被爆者の方は、母親の胎内で3ヶ月の時に、8月6日に爆心地付近にいた父を亡くされました。同じタイトルの峠三吉の「人間を返せ」という詩を、彼はいつも涙ながらに朗読します。彼にとっては「父を返せ」という想いなのでしょう。

ところでろにゃんは、谷口稜暉さんと直接お会いして貴重な体験をされているんですね。谷口さんの、長崎平和式典での被爆者代表のメッセージを今でも忘れません。若い人たちが、このような活動を続けてくださることが、未来への希望です。」

うるにゃん





Popoki's Interview

Mereoni にゃん

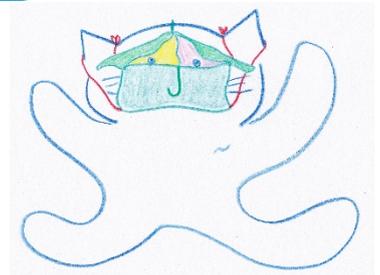
*新しいシリーズとして、いろいろな場所でパンデミックを体験しているポーポキの友だちに状況を聞くことにしています。今回は、ペンちゃん和ポーポキのインタビュー！



こんにちは、
ポーポキ！元
気？大丈夫だ
った？

元気だよ、ペンちゃん！
あなたは？体温計を持って
いるようだが、マスクは
しないの？

心配なくていいよ。持つ
ているけど、今はちょっと
おやつにサカナを食べてい
たの。コロナ中の暮らしは
どうしているの？



もちろん！楽しみに
している！ペンちゃ
んも入れてね。

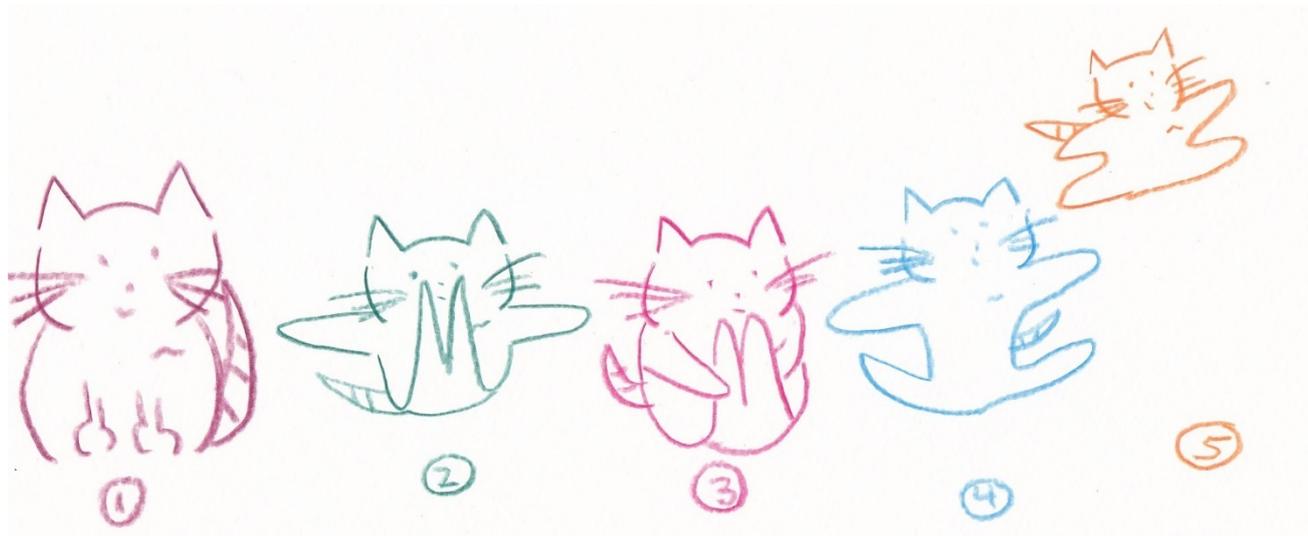
聞いてくれて、ありがとう。実は、ぼく
の暮らしは本になるの。「ポーポキのマ
スクギャラリー～コロナ禍でアートを通
して日常の安心を探る～」。来年の2月
にでる予定だけれど、待っててね！



ポーポキちゃんの簡単ポガ教室

Lesson 162

今月のテーマは、腹筋！



1. まず、いつものように、美しく座りましょう。
 2. では、あお向けになりましょう。腰をしっかり床につけたまま、足をあげて、手を広げましょう。そしてキープ... 1...2...3...4...5...6...7...8...9...10! 下ろして、また上げてくりかえしましょう！
 3. 次は、同じ姿勢から、足をあげて手を中に持ってきてから、足を下ろし手を広げる。足は床まで下ろさないようにしてね。10回？もう1セット？
 4. オッケー！ 最後は仰向けのまま床で手と足を広げましょう。そして、おなかの上に手と足があうように持ってきてから、元に戻す。これも10回？もう1セット？
 5. 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：11月20日 イベントの後 Zoom 会議 16:15～*

***リンクが毎回同じ。必要な方はメールでポーポキに聞いてくださいね

11.20 健康と平和ワークショップ（兵庫医療大学・オンライン）14:00～

次ページみてください

12.18? ポー年会

ポーポキの友だちからのおすすめの本等

- ・『りょうくんのすすむみち—学校に行けない君たちへ—』作・絵 かねしろ みゆき、学研 2019年。
- ・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。2019.7
- ・アレキサンダー ロニー&桂木聡子(2020)「被災体験後「今」を表現する：絵から読み取れる被災ナラティブ」『国際協力論集』27(2)、17-32 (2020年1月発行) http://www.lib.kobe-u.ac.jp/infolib/meta_pub/detail
- ・Alexander, Ronni (2021) "The Meaning of Art in Disaster Support: Stories from the Popoki Peace Project" 『Journal of International Cooperation Studies』, 28(2), 1-22. http://www.lib.kobe-u.ac.jp/infolib/meta_pub/detail



第11回ワークショップ 「健康って、なに色？」

Workshop: "What color is Health?" @ Hyogo University of Health Sciences

あなたも 平和のねこと一緒に
健康と平和について
感じたり、考えたりしませんか？



平和って何だろう？健康って何だろう？

普段何気なく聞いたり見たり感じたりしていること。

ねこのポーポキと一緒に平和や健康の観点から暮らしを見直してみませんか？
あなたの健康づくりは、なに色？みんなで一緒に考えてみよう！！

日時 2021年11月20日（土曜日）14：00～16：00

オンライン参加型ワークショップ！ Online Active Workshop!

対象 どなたでも参加できます。Open to all

定員 30名 30 participants

※申し込むと、参加URLを送ります When you register we will send a link.

Zoom開催となります

スケジュールProgram

13:50 受付Registration

14:00 「ポガ」タイム Poga ※ポガ：ポーポキのヨガ

14:05 ワークショップ①「ポーポキ、健康って、なに色？」

Workshop 1: Popoki, what color is health?

15:10 ワークショップ②「日常の健康づくりってどんな形？」

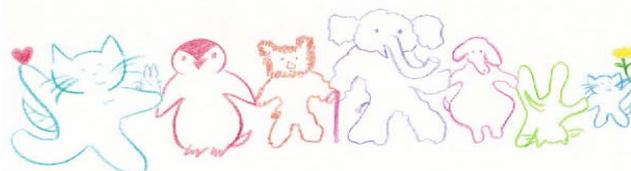
Workshop 2: What is the shape of everyday health promotion?

15:50 まとめ、発表 Conclusion, presentations

16:00 解散 Dismissal

* オンラインだけれど、小グループで話したり、絵を描いたりします！ It's online, but we will engage in small group discussion, drawing, etc.!

* お一人お一人にあった動きをしますので、どなたでも参加できます。
We will fit each person's needs, so feel free to come!



ポーポキ・ピース・ネットワーク

あなたも 平和のねこと一緒に
健康と平和について
感じたり、考えたりしませんか？

メール送信先: chi-ki@ml.huhs.ac.jp
兵庫医療大学 地域連携実践ステーション

申込方法 メールにてお申し込み下さい。(上記のアドレスへ)
内容 氏名・メールアドレス・連絡先お電話番号をお知らせください。
Registration: Send e-Mail (above) with your name, mail address, contact address and phone number

問合せ先 兵庫医療大学 地域連携実践ステーション
電話 078-304-3013 (受付時間: 平日9時~17時)
担当者 兵庫医療大学 薬学部 桂木聡子
For information contact Satonyan



Popoki in Print ポーポキ通信のバックナンバー<http://popoki.cruisejapan.com/archives.html>

- アレキサンダー&桂木 「被災体験後「今」を表現する：絵から読み取れる被災ナラティブ」国際協力論集 27(2) 2020.2 pp.17-32. http://www.lib.kobe-u.ac.jp/infolib/meta_pub/detail
- 「ポーポキのミニ平和映画祭」「こくしのまど 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」「ひとと抄」『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⑯(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・チャレンジ情報 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・メンバーの宇留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



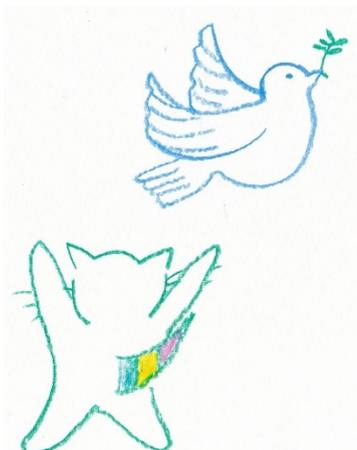
私にとってポーポキ

みちにゃん

ポーポキは ”平和のたね” のたねまきネコ
心の中にたねをまく

ポーポキは ”平和の苗” の水まきネコ
自分の中の平和にきづく

ポーポキは ”平和の苗と苗” のつなぎネコ
心の平和が平和を紡ぐ





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カ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「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!