



巻頭  
「主治医からの発言の  
一生治りません」

メルヘンとナンヘル  
月刊 ゾンビ道場  
Tokin

表紙の絵

あれやこれやと活動しているうちに自分で自分の首をしめているかんじになってきたので描きました。私を生かすも殺すも、死ぬも生きるも、私したいなんですよ。あははははははは

発行者

イラストレーター 絵とまんがを描いてます。最近ライブイベントも始めました。絵を描くのはいくらでも出来ますが他の事が本当に何も出来ません。

活動情報

3月22日・高円寺 Club Mission's  
この日、出演するバンド、バクがキさんのSE映像の絵を描きました。一分くらいのムービーが流れます。



YouTubeにのせて頂いたよ

2/24に行ったバクがキさんのライブの様子がYouTubeに出ています。私のポイントの様子も映っています。さあ、クククろう!!!

バクがキ | けんぞく



吉祥寺のGallery/cafe terraceさんに、絵とホストカードも置いて頂いています。ありがとうございます。またのしいカフェなのでみんなで行こう!



次も出るよー  
http://tokin.info  
mail@tokin.info  
活動の情報はHPでよくおねがい致します

川柳道場何?



月刊「ゾンビ道場」は、躁うつ病、多重人格障害を持つ、イラストレーター、Tokinによるフリーペーパーです。うつで死んでも、躁で生き返る。これはなんというゾンビらぶりの「メルヘンとナンヘル(メンタルヘルス)」をテーマに発行してきます。

巻頭ニュース  
「生薬と付き合っ下ささい」  
マキが



去る、2月24日、いつものように、通院の為都内の某病院へTokin(28)は向かった。通常通り、薬を調整してもらった。いざ、彼女はなんとなく「躁うつ、治るんですか」ときいてみたのだ。すると医師はあやしいな笑みを浮かべ、沈黙した。Tokinは、ネットで知っていたので正直に「一生治らないんですか」と言った。医師は更に優しく笑い、こう言ったのだ。「あんまり言いたくないですが、一生薬と付き合っ下さい。」



あー、びっくりした。あー、へー、一生、マキが、そうですか。一生、マキが、よかったね。

今月の病状  
制作(絵)が割と忙しくて、とてうつでした。うつなんでしょうけど、たまに勢い付いちけうのどくろり寝込んでいる向もなく日々が過ぎていきました。うつでも絵は描けるので便利ですよ。処方にもアモバンという薬を入れてもらったらよく眠れるよーに。

今月の川柳  
デフォルトで左右の腕がグロ画像  
別に半そで着てもいいんですけども、世の中に悪いので  
評 自傷のあとがとも負持ち悪いことを認識できている、とてもわかりやすいです。せいで長そで着て隠して生きて下さいね。



未んが増え考ました。本気にはしないので下さい。ごめんなさい。本当。

# トで行く精神病にTRY!!

費用はたまたの **¥3,000**

あなたもあの病気に!! (医療費も含まず。キャッシュカード不可。)

持参頂くもの: 6畳の1Kアパートに入れば何ぞもいーです。ただし質に入られような金品は禁止致します。

「精神病、どんな感じ?」とわからない方にオススメのツアー! 社会勉強、ビジネススキルのUPとして、病気にチャレンジしませんか

10日間のスケジュール: まずは37度以上の風邪をひいたタリい状態でおこし下さい。(健康の管理は致しかねます)



スケジュールは一切ございませぬ。PCの持ち込みは可能ですが、全てのマイク、カメラ、FBフレンドとの連絡はとれません。ご持参頂いた金額¥3,000は自由に使えますが、それ以上は使えません。また、交通機関の利用は禁止させて頂きます。正体のわからない音、視覚等が発生する場合もございませぬ。ツアー後の健康の保証は致しかねます。

# 春 新生活へ向けて 精神を考えよう!!

春ですわ。新しい生活が始まります。春というのはいいものです。まず、寒くない。寒いというのは、動くのをよろこばせるので、うつになりやすいです。そんなと考えると春うつのは日光が差しているの、うつになりにくいぞ。

が、しかし うつになりやすいのも春ですわ。なぜか? ただの病人にとては、新生活なんか全くかんがえないからわ。そんな中で、ピカピカの学生とか春のキラキラしたモードを嫌が応にも味合わせざる気分と言ったらもう **119発爆発** 以外に表し様がありません。なんだよキラキラして。何だよ新生活、て。セッパロしたツラしてんじやねえよ。こっちは何も変わんぬんだけよ **花が咲いても病気は治んねえんだよ** ... というハロアーンがカンタンに想像出来ますよわ。



でも桜は脳に快感物質を出させるらしいので、花見に行くくらいは悪くないかもしれませぬ。くれぐれも花見でうかゆるすぎと躁転(うつから躁に変化する事)しないよ。ういね!! あと花見酒も危ないから気をつけてね! アルコールは程々に!!

## サンリオピューロランド♡♡♡♡

### フィナモンのバースデーパーティ!!

3月11日、サンリオキャラクターのフィナモンちゃんのバースデーパーティに行ってきました。事前に、ドレスコードが「フィナモンっぽい服」と知っていたので、私は前日に、アタマに付けるフィナモンの耳を制作。アタマはフィナモンのしっぽ型のフタ→和装のフィナモンを制作して、参加しました。

ピューロのバースデーパーティでは「3いあいタイム」とキーのがあり、7x8秒だけおろとキラキラ出来るので私は喜び付いて...と、8秒で「精一杯のうが」を伝えて来ました。また、クリエイターとして作者の方と写真も撮りましたよ♡



## 危機 新しい症状が!!

何かよくわかりませんが、手の平に汗を大量にかくようになった。これ、何なんですか? 月オレがティッシュが手放せなくなりましたよ。



# ライブイベントしごきだよ

告知通り、ライブ「ハロインティンク」を行って参りました。巻頭を読んだ方には99%びっくりすることがあるんだぜ!!

2月24日 アピオP40さん  
バクがキさんの背後にてハロインティンク。この日は、Vo.の20iちゃんのアピオPで、彼女の衣装にも、絵を描かせて頂きました。事前に絵のアピオPはバクがキメンバーと話し合いをしたので、順調に進行の絵は、Tokinohara-ho-hoで見られます。見事里子に出されました。おごい♡裏に段ボールを貼ったので断熱剤が、じやたんにはないで下さいね。すいませんとくどく言いましたごめんなさい。



2月29日 楽しいめ反対イベント  
この日は方法を変えて、詩人、葛原りょうさんの横で、詩の朗読に合わせて、絵を描いてはやる!!、描いてはやる!!と、なんかたかましいことをやってきました。激しい紙ははりのようなかんじ。またやりたいなあと思います。

2月26日 居酒屋 田人さん

この日付の意味が解りますか?! 本、病院の次の日です。「一生治らない」と言われた次の日です。正に「ピンチ」。この日は、朗読も行いました。朗読は2回目でしたが好評でした。絵は、ちくわ朋彦トリオさんの背後でハロインティンク。音楽の詩と、絵が見事にリンクして感動した! 楽しく描く事が出来、再びこの子も里子に出て行きました。「額、買うね〜!」と言われて私は小躍りした!