



ゾンビ道場とは
 作者自身の承認欲求の充足、病状の確認及び人生の反省の為に発行しているフリーペーパーです。副作用として、躁病相の悪化、活動昂進、貪欲な承認欲求の発生などがありますが、大丈夫です。

作っている人 Tokin
 イラストレーター、アーティスト。双極性障害、解離性障害を患っている。ハロキティが尋常でなく好き。

INFORMATION

■11月15日(日)
 「COMITIA 114」
 有明・東京ビッグサイト東2・3ホール
 11:00 ~ 16:00

自主制作漫画のイベントです。漫画?絵本?の冊子と、ポストカードなどを販売します。サークル名: endless nap プース番号: み10b

■12月12日(土)
 「カウンター達の朗読会」
 新宿・ネイキッドロフト
 東京都新宿区百人町1-5-1 百人町ビル1F

障害やトラウマなど、それぞれ生きづらさを抱えた詩人2人が、ミュージシャン&ライブペインティングと共に「生きること」をさらけだして叫びます。

OPEN 18:30 / START 19:30
 前売/予約 ¥1,500 / 当日 ¥2,000 (共に飲食代別)
 ご予約はローソンチケット(コード: 39657)または会場への電話&ウェブ予約にてどうぞ!

出演: 成宮アイコ (こわれ者の祭典) 高原りょう (大衆文藝ムジカ主筆) ライブイベント: Tokin 音楽: タマフジカ、川瀬由紀子

COMIC

季刊「Be!」(アスク・ヒューマンケア発行)にて当事者研究的なマンガを連載しています。ほぼゾンビ道場のような感じなので楽しいです。詳細は「季刊 Be!」で検索!

COLUMN

フリーペーパー専門店 OnlyFreePaper のブログにて不定期にコラムを書いています。onlyfreepaper.com

GOODS

吉祥寺 cafe/gallery terrace にてポストカードや小さい絵を販売させて頂いています。

ゾンビ道場 vol.17

2015年10月19日発行
 を希望して作っている

web <http://tokin.info>
 Twitter @Tokin0528
 mail mail@tokin.info

バックナンバーの郵送、定期購読のご用命も承ります。メールにてご一報くださいませ!

気がつけばもう来る秋の心配ですが、もう来ている。もう来ている。前回の発行から、大体3ヶ月くらいあいてしまいました。毎月500部を発行し、数十人の読者をほこる全国誌が、こんな事では良すぎません。なので言訳をすることにします。いいわけ? この3ヶ月くらい、何を考えたかというところ。何も考えなかった。という感じでした。なんか怖くなっちゃったんですよ。なんというか、心理的な問題とかね、考え人のため、疲れるじゃないですか。って思っ、なんかイヤイキ、楽しく生きてたね。

すっきり間があいてしまいましたね。

要は、そのくらい割り切られてるんじゃないかな。でも考えてはいたんです。

ゾンビ書かないとなあ。と。

そこでさあ、自己開示、自己開示、って思うの、自傷行為っぽくないですか。そこで、自己開示、たくな自分大切にしようと思っ、書いて書かずに

いました。何も話したくないという気持ちも大切にしようと思っ、たから、それを話したくなっ、てしまっ、それをきっかけにああ、やっぱり自分語りしたいなあと思っ、発行しました。



一言で広がる宇宙...
精神
衛生

あれもこれもと世知辛い世の中でわが心は広く
宇宙のようです!! という感慨を
双六で表現することに
してみました。

START



先述の
ように
「ゾンビ道場」
を書く気が
起きない
ことについて考え

友達に「あなたの素直
はステキ。私はすぐ格好
つけてしまう」と言ったら



カウチー達の
朗読会

満員御礼と
なり。感無量。
作品で、たか-
を伝えられた
と嬉しいこと
出来るのは
本当に幸せだ。
次回は
12月12日
だよ。
(うら面をCheck)

どうしたらいいか
教えてよ
トキちゃん
リストカット
したなら
わかる
でしょ?!

HELP!

友達の家族が
自傷をしていて
そのことを
相談された。



↑...この絵、私ですか?
こんな発言、私しましたか?
た、けつ...
してました!!

主治医にゾンビ
道場を見せる

オブラートに
つつめよ!!!



リストカットの
あとがある
けど
もう...
私は私を
生きるの
のだ。

自分の中で
タガが外れて
今年から
半端での
服着ることを
解禁した!!



アコちゃんを2人で、デモの
フラカードを作った。
絵についてたくさんコメントを
もらって、作品が持つ魔法を
使えたようなモチキになった。



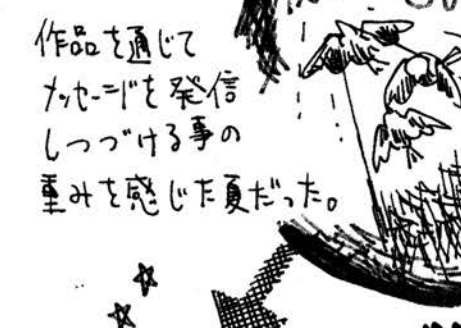
フライヤーを
描かせて頂いた。
お芝居を見に行く。
社会的なメッセージが
強くて、感動する。
応援したい。



うっ気味になり、メールで
「なんか(具合が悪いと)
言いにいく」と変換したら
「良い肉喰って」と出て
きた。



I have a pen!!
転じて躁にならぬ。
英会話のホロディキスト
にハマる。



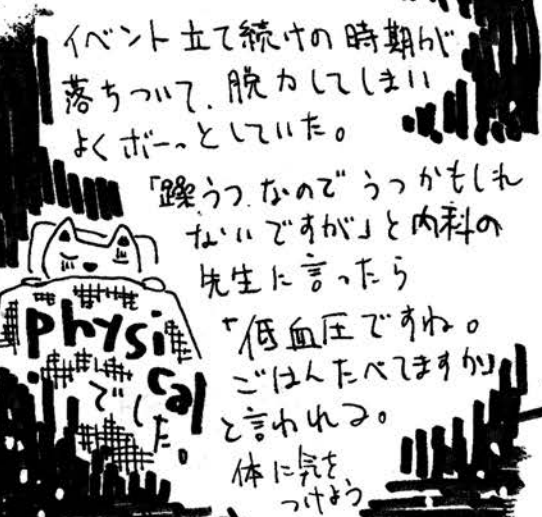
作品を通じて
たか-を発信
しつつある事の
重みを感じた夏だった。

展示 Life2015 展
そんな夏だったので
「切り拓くか」と
テーマに、社会と
向き合う、人々の力を
小鳥にこめて絵を描いた。



コンタ
オリナルの絵本とマンガを
売った。全然売れなくて悲しい。
初めて「そんなんだよ〜!」と友達(同人歴が長い)
にはやまされたので、11月のにまた出します。

でも前より
英語が
わかるようになった
から
よかった。



イベント立て続けの時期が
落ちついて、腕かきしまし
よくボーとしていた。
「躁うつなのでうつかもしれ
ないですが」と内科の
先生に言ったら
「低血圧ですか。
ごはん食べてますか」
と言われる。
体に気を
つけよう

社会的弱者とか
マイノリティの問題に
ついて考えるが、
絵を発表し
ながら暮ら
しているような
私は「俺様本
か、こい人
見えてしまうん
だろう」と言たう



か、こい...
どうい
うことだ。



GOAL!
とほい
え
みんな、私を
かきつけて
...

たばり、ものを
作る、という
のは、自分に
一番大切に
精神安定
につながる
ので、
この音を
作ることに
しました