

# 富山県障害者社会参加 推進センターだより

## 第 38 号

編集・発行

富山県障害者社会参加推進センター  
〒930-0094 富山市安住町5-21  
富山県総合福祉会館(サンシップとやま) 3階  
Tel (076) 444-0213 Fax (076) 433-4610  
E-mail  
fjp25520@nifty.com  
ホームページ  
<https://www.toyamashin.jp/>

令和6年1月1日に石川県能登地方を震源とした地震が発生しました。

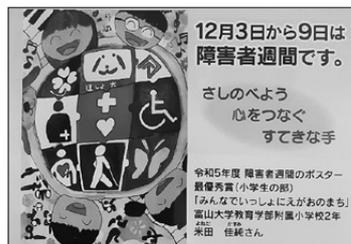
亡くなられた方々には衷心よりお悔やみを申し上げるとともに、被災された方々にお見舞い申し上げます。被災地の皆さんの安全と一日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

### 令和5年度障害者週間キャンペーン実施

社会参加推進センターでは、障害者週間が始まった12月4日(月)に広く県民の方々に理解していただくため、富山駅前南口広場において、県障害福祉課、健康課の県職員及び加盟団体の協力を得てPR活動を行いました。障害者週間のポスター・最優秀賞をデザインしたポケットティッシュと、福祉作業所にて作成した小物類をセットにし、今年はコロナ感染症が5類になったため従来どおり手渡しを主として1000個配布しました。



富山駅前広場にて



最優秀賞ポスターをデザインしたポケットティッシュ図柄

### 令和5年度地域障害者作品展開催

令和5年度の地域障害者作品展を県内4箇所(氷見市プラファショッピングセンター・滑川市民交流プラザ・砺波市苗加苑・富山市大沢野ウインデイ)において開催しました。

この事業は、障害者施設や障害者団体、また、社会参加推進センター事業のワークショップ【陶芸教室・ほんわかアート教室】での作品を展示し、多くの県民の皆さんにご観覧いただきました。



氷見市プラファショッピングセンターにて

### 第29回富山県障害者絵画展開催

10月7日(土)～9日(月)、第29回富山県障害者絵画展を富山市アピアショッピングセンター2階ハッピー広場で開催しました。今回は県内の福祉施設や個人から74点の作品展があり、多くの方々にご観覧いただきました。



富山市アピアショッピングセンターにて

## 結婚相談事業「出会いと語らいの集い」開催

過去3年間はコロナ禍のため中止となっていました。9月16日(土)総勢30名が参加し、4年ぶりに婦中町やまふじぶどう園において開催しました。

当日は天候にも恵まれ、鈴なりのぶどうの下で昼食をほさみ、久しぶりに交流を深めてきました。



婦中町やまふじぶどう園にて

## 令和5年度「心の輪を広げる体験作文」および「障害者週間のポスター」募集事業

毎年12月3日～9日は「障害者基本法」により「障害者週間」と規定されており、富山県では毎年「心の輪を広げる体験作文」や「障害者週間のポスター」を県民から募集しています。

令和5年度の体験作文の最優秀賞は、中学生の部では富山市立速星中学校2年川崎楓愛さんの「手話で広がる私の世界」、高校生の中では富山県立南砺福野高等学校1年吉田翠さんの「自分の声で」、一般の部では牧田恵実さんの「闘い」が選定されました。

また、ポスターの部の最優秀賞は、小学生の部では富山大学教育学部附属小学校2年米

田佳純さんの「みんなでいっしょにえがおのまち」、中学生の部では射水市立小杉南中学校2年長谷川奈南さんの「共存」が選定されました。

なお、「心の輪を広げる体験作文」・「障害者週間のポスター」の最優秀賞作品は、富山県代表として内閣府へ推薦し、牧田恵実さんが内閣総理大臣表彰を、米田佳純さんが佳作をそれぞれ受賞されました。

### 「心の輪を広げる体験作文」最優秀賞

#### 「中学生の部」

#### 「手話で広がる私の世界」

富山市立速星中学校 二年 川崎 楓愛さん  
「ねえねえ、あっちゃん。今度私の誕生日なんだけど。私の誕生日、一月十二日。」  
「はいはい、わかったよ。」

耳の聞こえないあっちゃんと、手話で会話をする。拙い私の手話を、あっちゃんは一生懸命読み取ってくれます。私もあっちゃんと話したく、覚えた手話を使ってあっちゃんに話しかける。手話サークルでのやりとりだ。

小学校二年生のとき、学校の音楽会で、手話を使って歌を歌った。その時に初めて手話の存在を知り、手を使って話ができるなんて凄い、と思い、手話に興味を持った。もっと勉強したいと思ったので、手話サークルに行った。

「私の名前は川崎楓愛です。」最初に教えて

もらった手話だ。私は、へええ、名前ってこうやってやるんだ！と驚いた。早速あっちゃんに使ってみた。すると、あっちゃんがなにかやっている。通じたのかな？「あっちゃんは、よろしくお願いますとやっているんだよ。」とサークルの人が教えてくれた。やったあ、通じた。その時の嬉しさは今でも覚えている。それからサークルに通うごとに、色々な手話を覚えていった。

小学校五年生のとき、もっと勉強したいと思い、手話講座を受講した。そこでは、手話だけでなく、聴覚障害者について学び、最も大事なことは表情だということも教わった。

六年生のときには、手話の世界を感じたことをテーマに手話を使ってスピーチをした。多くのろう者の方に伝わったようで、大きな拍手を頂いて、嬉しかった。これが自信に繋がって、手話検定試験にもチャレンジしている。

サークルに通う色々な人と話ができるようになった。他愛のない日常の話から、ゴールデンウィークや夏休みに旅行に行った話など、多岐に渡って話をしている。ろう者の方の話を一生懸命読み取り、向こうも私の話を真剣に読み取ってくれているようで、質問されたり、嬉しい内容のときには一緒に喜んでくれたり、残念な内容のときには励ましてくれたりしている。

毎年冬には、手話コーラスに参加し、障害がある方と一緒に手話で歌を歌い、多くの方

に手話を知っていただき、興味を持ってもらえるような普及活動を行っている。手話のイベントのときには、観客にお手本を見せつつ呼びかけて、会場一体となって手話コーラスを行っている。観客のみなさんは最初はぎこちないが、老若男女みなさん笑顔で手話を一緒にやってくれる。手話を覚えるのは大変だけれど、充実感でいっぱい。

「はい、誕生日プレゼント。」

誕生日の日に、あっちゃんは私にプレゼントをくれた。プレゼントをくれたことも嬉しかったが、私の手話を通じていたことが何よりも嬉しかった。

私は、耳が聞こえなくても、手話を使えば会話ができることを知った。耳が聞こえなくても、手話を使えば歌を歌えることを知った。障害がある人、ない人関係なく、コミュニケーションがとれ、互いを尊重しあえることを知った。最近、テレビで手話による通訳をよく見かけるようになった。店や、ホテルなどで筆談で対応できることを表す筆談マークも普及してきた。手話はれっきとした言語だ。しかし、手話を言語として身近に感じている人はまだまだ少ないのではないだろうか。

手話の魅力をもっと伝えるために、手話をもっと広まっていくように、そして互いをもっと支え合えるように、今後も、ろう者の方と共に活動を続けていきたい。

## 「自分の声」 「高校生の部」

富山県立南砺福野高等学校 一年 吉田 翠さん  
自分だけではなく周りも変わることの意味がある。

小学2年生のときに、私は障害のある友達Aちゃんと出会いました。Aちゃんは、障害をもっていたので、私たちの教室ではなく特別学級で過ごしていました。私は、時間が空いたときにAちゃんのいる特別学級に足を運び、会話やカルタなどで遊んでいました。

私は障害をもっているAちゃんと話したりすることは、障害をもっていない友達と同じように接することができるよう楽しいことでした。

ある日、「よく変な人と話せるね」と周りから言われました。私は、この言葉を聞いたときにとても悲しくなったことは、今でも覚えています。私は、自分だけが障害のある人を受け入れても意味がないと気付きました。

そこで、周りの人たちも障害のある人を受け入れてもらうことが大切だと考えました。

私は、クラスメイトにも障害がある人も受け入れてもらうためになにかを考えました。先生と相談してカードゲームや体を使ってできる遊びをすることにしました。私は、休み時間を使ってAちゃんと交流する機会を作りました。

クラスで「Aちゃんと交流する機会があるか

らぜひ参加してほしい。」と、お知らせをしました。想像どおりクラスメイトの反応は薄かったので誰も来ないと思っていました。しかし、時間になるとクラスメイト全員が特別学級にきて交流会に参加してくれました。クラスメイトのみんなもAちゃんと話したりゲームをしたりとても楽しそうでした。

今回のAちゃんとの交流する機会はただ楽しんでもらうことが目的ではありません。参加したクラスメイト全員が障害のある人に対して差別をしない・見た目で決めつけないということを理解してもらおうことが目的でした。

クラスメイトが「障害」に対しての考えが交流会の前と後で変化があったのかを確かめるためにアンケート用紙を作りました。質問内容は「過去に障害のある人に偏見をもっていたことはあるか」「交流したことで障害のある人に対して考えたこと」この2つの質問をしました。

アンケートの結果、過去に障害のある人に偏見をもっていたことがあったと答えた人がほとんどでした。しかし、交流したことで障害のある人との関わり方について考え直していかないといけないと感じたと答えた人。障害のある人もない人も関係なく差別しない。自分や周りの思い込みが全て正しいと思わない。という意見が多く書かれていました。

私は、このアンケートの結果をみて自分だけでなくクラスメイトも少しずつ「障害」に対しての考えかたが変化していると実感しました。

交流会をした次の日から、私のクラスメイト自身で、Aちゃんのいる特別学級に行き一緒に遊んだりしていました。また、障害のある人達との関わり方について真剣に考えることが多くなりました。「障害」という言葉だけで「あの人は普通ではない」。決めつけることはしてはいけないということは今後の生活でも必要になってくると思いました。

私が小学生のときに体験したことから今、改めて考えたことがあります。それは、障害のない自分たちが普通ということは間違っているということとです。一人ひとり顔や性格が違っていることは当たり前です。なので、人間に対する基準や普通は存在しないと思います。自分と違う顔や性格をしているから「仲良くなりたくない」と感じてコミュニケーションをとっているのではないのでしょうか。自分とは違う良さを受け入れてお互いに尊重できる関係になっていくと思います。障害のある人も一人ひとりの良さがありません。だから私たちは、障害のある人たちの良さを見つけていくことが大切だと思います。障害のある人たちの良さを将来、仕事に生かせるような環境を作っていく必要があります。そのために、障害のない人たちが行動するべきだと考えます。障害のある人達とお互いに支えあって生きる事が当たり前な環境にしていくことが今、私たちに求められているのではないのでしょうか。

## 「闘い」

### 「一般の部」

牧田 恵実さん

私は精神障害者である。しかし障害者だからと言って恥ずかしさを感じることはない。なぜか？必死に闘っているからである、病気と。

病気の症状がでたのはいきなりだった。通学電車から降りると私がどこにいるのか、どうしたら学校に行けるのかわからなくなり、すぐに家族に「助けて！」と電話した。父が迎えに来てくれてパニックで動けなくなっていた私の手を引いて家まで連れて帰ってくれた。その後もいつの間にか学校を出たもの自分がどこにいるのかわからなくなり泣いている私を当時担任だった先生が迎えに来てくださったこともある。そのようなことが度々起きたため学校の先生方も心配してくださり大きな病院での検査を勧められた。検査を受けに行くと、すぐに入院を勧められ入院することになった。そして検査の結果はおそらく統合失調症ではないかとのことだった。

「統合失調症」それは百人に一人はかかると言われる病。この日から私と病気との闘いが始まった。私の症状は様々で、いきなり男の人の声で「死んでしまえー」と幻聴が聞こえてきたと思えば次は味覚と嗅覚がおかしくなり更に妄想も加わり「食べ物の中に毒が入っている！」と必死に看護師さんに「食べたらだめだ！」と訴え、その後しばらくは食事をとること

ができなくなり、点滴のみの生活となった。また、入院中にいつもは病室で寝ているはずなのに朝起きたら保護室にいて、「なんで私の部屋にいるのですか？」と看護師さんに聞くと、「本当に覚えていない？昨日の夜中にいきなり暴れ始めたのよ」と言われとても驚いた。そんな目に見えず記憶もない病気と闘ってきた。とはいえこれは私一人の闘いではなかった。私には家族がいた。私を元氣付けようと焼き肉屋へ連れて行ってってくれた。私を笑顔にしようと旅行に連れて行ってってくれた。そんな家族と過ごすうちに体調も安定し始め、家族以外の人と話す余裕が出てきた。そんな時、母から一つ提案された。「障害者手帳持つてみない？」というものだった。提案されて気づいた。私は障害者なのだ。私は障害者。だから今まであんなに辛い思いをしてきたのだ。そう考えると合点がいった。だから障害者手帳を持つことを決めた。手帳を持つことで自分自身の中でまだくすぶっている「障害者」である自分ときちんと向き合い認めることができると思っただからだ。

デイケアという心のリハビリ施設にも通い始めた。そこには様々な心の病気を持つ人がたくさんおられた。そしてそこでは世間話だけでなく「今こんな症状が出て困っているのです」と家族以外の方とも病気で困っていることに対しお互い遠慮なく助けを求めることができた。自分の中でそのような助けを求められるようになって

たのも小さな前進だと思っている。

以前友人に「精神科」に通っていると言うと「お前廃人になったんだな」と言われた。悔しかった。私は必死に病氣と闘っているのに、そんな私を「廃人」という一言でまるでダメな人間。一人では何もできない人間だとレッテルを貼られたように感じた。それからは一生涯懸命病氣と闘ってはいるものの周りには病氣になったことは隠すようになった。そしてこれ以上私を傷つけないと母は私の交友関係について、とても慎重になり、同級生などと会うのも止められるようになった。そんな中一人だけ「家に呼んだら？」と母が勧めてくれた友人がいた。彼女を障害者になってから初めて家に呼んだことは覚えていて。だが何を話したのかは定かではない。しかし彼女の言ったたった一言。「めぐ、すごく頑張ってるね。」この一言に涙が止まらなかった。「大丈夫？」「辛そうだね」よりも何十倍も救われた。その友人とは今でも時々会って話をしたり、毎年桜の季節はお花見へ行ったりしている。「廃人だな」そして「頑張ってるね」どれもたった一言。その一言が人の心をこんなに大きく動かすのだ。

私は今一人暮らしをしている。と言っても望んで一人暮らしを始めたのではない。父と母が癌で亡くなってしまったからだ。八年前父は家族やヘルパーさん、訪問看護師さんと力を合わせて家で闘病生活を送り家で息を引

き取った。そして三年前母はコロナウイルスが流行りだしたころに何か月も入院し、コロナウイルス対策で面会も制限され、会いたくても会えない時期があった。母は癌が進行し、先が長くないとわかってから障害を持っていて一人では生きて行けないだろうという私とどう心中しようか本気で考えたそう。でも、母が入院している間に毎日一つずつ家事を覚えていく私を知って「めぐがここまでできる子になったとは知らなかったわ。少し安心。」と心中の話は流れたそう。でもやはり母の中で心配は消えなかったらしく入院中に書いたのだろう。母は涙が止まらない程元氣が出来ることを書いた素敵なメモを残していつてくれた。その中の一つ、私の心を奮い立たせる一言が書いてあった。

「めぐ、ひとりだけど、ひとりぼっちじゃないから！」

その通りだ。毎日一人暮らしは寂しいと言っていた私には大好きな姉がいる。私には笑顔がかわいい友人がいる。私にはいろんな相談にのってくださるデイケアの皆さんがいる。他にも主治医の先生やカウンセラーの先生など。こんなにも多くの人に支えられながら今私は障害と闘っている。こんなにも心強ううれいことがあるのか。だから負けない。逃げない。正々堂々と病氣とそして障害者として自分自身と向き合おう。支えてくださる人たちに恥じぬよう。

そして最後にこれだけは忘れないでほしい。障害者がなんだ。健常者がなんだ。みんな闘いながら生きているのだ。仕事や病氣、けが。そして人生とともに。

## 身体障害者のひろば

昨年5月にコロナ感染症が5類に見直しされ、富山県身体障害者福祉協会では、計画していた事業については外出自粛による会員の体力低下や認知症の発症を予防するため、以下の事業を実施しました。

### 令和5年度山岳歩行訓練会開催

8月30日(水)～31日(木)の二泊二日で、会員35名が参加し、歩行訓練会を開催しました。初日は、リニューアルされた福井県勝山市・恐竜博物館を見学し、実物大の恐竜やその骨格など目を見張るものが展示されていました。(この恐竜博物館の見学については、スマートフォン等で事前の予約が必要です。)

また、二日目は越前松島水族館・東尋坊・蓮如上人記念館を見学してきました。



### 第3回カローリング競技練習会開催

9月21日(木)富山県総合体育センターにおい

て、会員18名参加の下、富山県カローリング協会の指導を受けて練習会を開催しました。

コロナ禍で3年間大会は中止となり、勘を取り戻すため練習会としましたが、今年は本格的に大会を開催したいと思います。

●第50回ボウリング大会

10月7日(土)富山地鉄ゴールデンボウルにて会員44名が参加し、第50回障害者ボウリング大会を開催しました。

この大会は、障害別(上肢の部・下肢の部・体幹の部・オープン)で順位が決まるため、参加者の皆さんは、真剣に競技を楽しんでおられました。

●女性健康指導教室

(テーブルマナー教室)開催

10月13日(金)環水公園のほとりにある「ラ・シヤンス」において、



女性会員32名が参加し、おいしいフランス料理を口にしながら、ナプキンやフォークの使い方などのテーブルマナーを学んできました。

●障害者女性健康指導教室(料理教室)開催

10月31日(火)黒部の生地コミュニティセンターにおいて、女性会員22名が参加し、料理教室を開催しました。当日はヒラメのさばき方を予定していましたが、ヒラメが獲れず、急遽カンパチのさばき方体験教室に変更になりました。皆さん楽しく受講してきました。



●第2回リハビリ教室開催

11月14日(火)〜16日(木)2泊3日で水見市「ひみのはな」において、初日は温泉療養を主とし、2日目の午前中は23名が参加し、今年オープンした富山県栽培漁業センター見学と民宿「興市郎」にてかまぼこ絵付体験をし、午後からは「ひみのはな」において、ほんわかアート教室「ふくろう」作りをしてきました。



●第36回身体障害者福祉大会開催

12月3日(日)サンシップとやまホールにて、第36回富山県身体障害者福祉大会を多くのご来賓のご臨席を賜り、会員及び関係者総勢125名参加のもと盛大に開催しました。

当日は、会長挨拶後6名の功労者と1団体の表彰式を行い、ご来賓からの祝辞、心の輪を広げる体験作文の朗読、そして協会からの令和5年度の国・県に対する要望事項について読み上げられ、参加者からの承認を得ました。また、本大会においては、従来実施していたアトラクション「越中富山玉すだれとマジックショー」を4年ぶりに開催し、無事大会を終了しました。



サンシップとやまホールにて



久しぶりのアトラクション

●障害者女性健康指導教室

(フラワーアレンジメント教室)開催

12月27日(水)サンシップとやまにおいて、総勢27名が参加し、正月用の花飾りとしてフラワーアレンジメント教室を開催しました。

オアシスに大菊・おたふく南天・カーネーションなどを生け、講師より今年も皆さん「才能あり」との評価を受けました。

【お問い合わせ先】

一般社団法人富山県身体障害者福祉協会  
富山市安住町5-21サンシップとやま3階  
TEL (076) 432-6331  
FAX (076) 433-4610



視覚障害者のひろば

社会福祉法人  
富山県視覚障害者協会だより

●「富山県視覚障害者協会創立八十周年記念式典」の開催から

前身である「富山県愛盲協会」が一九四三年（昭和18年）に設立されてから今年で80年。「富山県視覚障害者協会創立八十周年記念式典」が12月10日（日）、高志会館を会場に開催されました。

協会がその一歩を踏み出したわずか2年後の昭和20年、富山市が一夜で焼け野原となる大空襲の惨事に見舞われましたが、戦後の身体障害者福祉法制定を前に、一九四八年（昭和

23年）、「富山県盲人協会」と改称し、会は再発足しました。一九六五年（昭和40年）には法人格を取得して「社団法人富山県盲人協会」、さらに、一九七七年（昭和52年）にはかねてから念願の社会福祉法人となり、富山県視覚障害者福祉センターの経営にも携わって現在に至っています。なお、現富山県視覚障害者福祉センターは当初の西田地方町から一九八七年（昭和62年）に新築移転したもので、引き続き会員の活動拠点や点字図書館等、その役割を果たしています。



この80年の歩みを振り返りますと、視覚障害者の人権を守り、地域で自立した生活を送るための地道な運動を積み重ねてきた歴史であったと思われまます。人が人として当たり前の生活を送ることを先人は目指され、引き継がれてきたことにより視覚障害者の今日があるとも言えましよう。これまでの先人のためまぬ努力に敬意を表しますとともに、これまで、そして今も富山県視覚障害者協会の活動にご理解とご支援を続けてくださる多くの皆様に深く感謝いたします。

●令和6年度前期の

主な事業計画(予定)をお知らせします。

- 5月19日 福井県 第51回北信越グラウンドソフトボール大会
- 6月2日・3日 熊本県 第77回全国視覚障害者福祉大会
- 6月9日 (福)富山県視覚障害者協会定期会員総会
- 7月7日 ボランティアと利用者交流会
- 8月25日 第73回点字競技会・第24回パソコン競技会
- 9月7・8日 視覚障害者と家族激励大会並びに研修会
- 9月29日 第50回富山県視覚障害者球技大会
- グラウンドソフトボール、サウンドテーブルテニス

以上の事業の他、文化・スポーツ・家庭生活を支援する各種教室、点字・パソコン・歩行指導、点訳・音訳ボランティア養成・研修事業等、視覚障害者の社会参加促進活動を通して実施しています。

【お問い合わせ先】

〒930-0077  
富山市磯部町3丁目8番8号  
TEL (076) 425-6761  
(福)富山県視覚障害者協会事務局まで

聴覚障害者のひろば

●手話言語の国際デーをアピールするブルーライト!

9月23日は2017年12月の国連総会で決議された「手話言語の国際デー」。6年目となった今回も2022年に続き、世界ろう連盟の「ブルーライト・チャレンジ」に連帯し、全日本ろうあ連盟は「『世界そして日本を青色に!』のちの輝き 手話言語に光を」チャレンジプロジェクトとして、全国の公共施設等を、



世界ろう連のシンボルカラーであるブルーにライトアップするよう働きかけました。全国のおよそ314自治体がこれに応えました。富山県でも、前年度と同じく4自治体が応じ、6カ所でライトアップが行われました。小矢部市は、先端だけにライトアップした前年度と打って変わり、クロスランドおやべのタワー全体をブルーライトで照らし、とнами野に住んでいるろう者は感動していました。

●能登半島地震、被災地の聴覚障害者等に届け! 取り急ぎ救援物資の支援

1月1日に起きた能登半島地震で甚大な被害をうけた聴覚障害者及び手話関係者は約20名。その方々を支援するために1月4日に聴覚障害者災害救援中央本部及び石川県聴覚障害者災害救援対策本部、北信越ろうあ連盟との話し合いを持ちました。ライフラインが寸断され、厳しい避難生活を余儀なくされた状況を踏まえ、まず石川県を除く北信越4県よ



り救援物資を届けることを確認し、翌日より行動を開始しました。富山県は水、ランタン、毛布、カイロ、寝袋など避難者のニーズに合わせて購入し、1月6日の早朝に石川県聴覚障害者センターに届けました。同時に支援金集めの行動を始めました。道路の寸断のため救援物資の搬送は大変な状況。一日も早く安全・安心な生活を送れるようにと願っています。

●今年度はポスターでPRしました!

「富山県手話普及活動促進事業」ご利用のお知らせ

富山県手話言語条例にもとづく富山県手話普及活動促進事業が富山県聴覚障害者協会に委託されています。県内の企業、社会福祉法人や社団法人、NPO法人、自治会、PTAなどの団体からの依頼に応じ、ろう者と交流し手話を学んで頂くための「出前手話講座」を実施しています。

さらなるPRのために「出前手話講座」のこ

利用チラシをコンビニに配布した昨年度に引き続き、今年度はポスターを450枚作成し、県内のコンビニ「セブンイレブン」「ローソン」、スーパー「アルビス」に配布しました。ポスターをきっかけに地域あるいは会社等にて手話の学習・普及の学習が広がって欲しいですね。

手話普及活動促進事業「出前手話講座」に関する問い合わせは次の通りです。

【お問い合わせ先】

社会福祉法人富山県聴覚障害者協会

富山市木場町2-21

TEL (076) 441-7331

FAX (076) 441-7305

メール info@tomichokyo.or.jp

ホームページ

http://www.tomichokyo.or.jp/index.html

知的障害者のひろば

富山県手をつなぐ育成会

「令和6年能登半島地震」において、犠牲になられた方のご冥福を心よりお祈り申し上げますとともに、被災された皆様に心からお見舞い申し上げます。

富山県育成会では現在、支部代表者及び個々の学齢期会員に向けて、被災状況や避難状況、また、困りごとや不安なこと、避難で気が付いた事などをお伺いしています。

福祉避難所の周知や開設、運営、障害福祉サービスの特例的な利用（避難所などへの支援提供）など、今後、共に考えていくことが多々ありますが、まずは御自身とご家族の安全を第一に、お過ごしいただきたいと思えます。

なお、1月18日（木）には全国手をつなぐ育成会連合会より、久保顧問、佐々木会長、又村常務理事が陣中見舞いに来県され、四方育成会理事長等と被災状況の確認と意見交換を行いました。

● 親から地域社会へのバトンタッチ

「松の木プロジェクト」事例集作成中

「私が亡くなったら、子どもは誰に託せばいいの？」

「子どもの将来が心配でたまらない」

富山県では、知的障害者の7割が親（きょうだい）と暮らしています（2割が施設入所、1割がグループホーム）。今、世話をする親が高齢となり、障害のある本人たちも長生きになって、地域に多くなった老障家庭が「親なき後」問題に揺れています。

この6年間、私たちは、成人した本人たちが地域で安心して生きていけるよう、「親から地域社会へのバトンタッチ」を合言葉に勉強会を進め、親なき後の不安を、「出口（住まい）」、「引継（成年後見）」、「安全（地域）」の3つに集約しました。

そして、仲間同士での勉強会で気づいたのは、子育ての目標は「子どもの社会自立」であ

ること、もう一つは、問題が多発しがちな「学齢期から成人への移行」「社会自立の時期」「親の高齢化」だけではなく、様々な年代において、親も子も多くの壁にぶつかることでした。

そこで私たちは、これまで出会い、悩んできた経験を集めて、次に続く親たちに向けた「事例集」を作ろうと思いい立ちました。

事例は育成会会員から広く集め、障害のある子どもの年代毎に、次のA～Fに分けました。

- A. 成人前にやっておきたいこと
- B. 成人後、20歳代で始めたいこと
- C. 30歳代にやっておきたいこと
- D. 40歳代は、親亡き後を考えよう
- E. 50歳代は共依存に注意
- F. 思い立ったら、始めよう

事例を通して、年代毎に出会いがちな課題に向き合い、一人で悩まず、仲間とともに考える「対話方式」のガイドブックとなつていきますので、誰もが活用できます。

私たちは多くの情報があっても、納得ができませんと行動には移せません。大事なものはひとりで分かったつもりより、仲間とともに考える方が「納得」につながるということです。

2月下旬には、このガイドブックのお披露目セミナーの開催を予定しています。

- ・日時 令和6年2月24日（土）午後1時～
- ・会場 富山県民会館8階バンケットホール

（事前に参加申込をしてください）

障害者の「社会自立」の悩みを、多くの皆さんに知って頂くことが願いです。

ガイドブックが有効に活用され、本人の自立と、親子の安心につながっていくよう、取り組んでいきたいと考えています。

### 【お問い合わせ先】

一般社団法人 富山県手をつなぐ育成会  
〒930-0094 富山市安住町5番21号  
TEL (076) 441-7161  
メール [toikusei@minos.ocn.ne.jp](mailto:toikusei@minos.ocn.ne.jp)  
ホームページ <http://toyamaikusei.jp/>

## 精神障害者のひろば

### ● 孤立する家族への支援

2023年11月に、2023年度・家族による家族学習会が終了した。参加者は、地域で孤立する精神疾患を罹患した人の家族である。

連続5回の全講座を終了したみなさんは一様に元気を取り戻し、明るい表情で、参加して良かったと感じてもらえた。

この家族学習会は公益社団法人全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)とNPO法人富山かれんの共催で「精神障害者家族のピアサポート推進事業」として毎年行われている。

参加された家族の皆さんは、様々な思いを抱えている。病気のこともっと知りたい、当事者とどう関わればいいのか困っている、

他の人たちはどんなふうに暮らしているのか知りたい、などである。

家族学習会は、一方的な講義ではなく、定められたテキストを全員で輪読し、そこに書かれた内容に関連した各自の体験や思いを語り合う形式を進める。専門的な研修・訓練を受けた家族会員が間に入り、病気についての対応の仕方や正しい知識への理解を深めてゆく。必要によっては福祉の専門窓口へ繋ぐこともある。準備した我々も、かつてはひどい混乱の時期を経験してきている。家族自身の体験から得た知識や工夫を共有することで、家族会を通して、笑顔を取り戻してきた。

精神疾患を抱える家族学習会は気の滅入るような、暗いイメージに思われがちだが、実際はまるで違う。大変賑やかである。家族の置かれている境遇や体験が次々と出てくる。集まった家族はお互いの苦労を語ると同時に、「話せた」「聞いてもらえた」ことだけでも今後の生活の力につながる。頼れる社会資源もない中で、精一杯頑張ってきたことをみんなが理解し、充分、ねぎらいの言葉をかける。

家族学習会は、正しい情報とともに、家族自身の体験に基づいた知識や知恵を共有し、家族同士の支え合いの場を提供する。じょうずな対処を学び、精神疾患を持つ当事者と共に「家族自身が元気になること」が大きな目的である。

富山かれんでは下記の時間帯で家族相談を受け付けております。

- ①電話相談 月～金曜日 10:00～15:00  
☎076-461-7110
- ②精神障がい者家族相談員紹介  
日常生活の悩みや家族にできることなど、生活相談に応じる家族相談員を紹介しています。
- ③家族相談会  
毎月第2土曜日午後2時～4時

サンシップ富山(富山市安住町5-21)において家族相談員による相談会を開催しています。必ず電話、LINEにてご確認ください。秘密厳守、相談無料です。

富山かれん公式LINEはこちら↓



### 【お問い合わせ先】

特定非営利活動法人  
富山県精神保健福祉会連合会事務局  
〒930-0085  
富山市丸の内2-3-8 桜井ビル3F  
TEL・FAX (076) 461-7110

