

すぷりんぐ

会報 通算第13号 2018年3月発行

代表からの会報ごあいさつ

代表 牧野准子



新緑の季節が近づいてきました。春は別れもありますが、新しい出会いの時期でもあります。また、何かをスタートすることが多いことと思います。新しいことを始めるのは勇気とエネルギーが必要ですが、何か一つでも前に進んだりできたりすることが、自分への自信や次へのステップに繋がります。やろうか、やるまいか悩んでいる人がいましたら、勇気を出してチャレンジしてみませんか。失敗しても、チャレンジしたという行動に価値があると思います。また、失敗も必要で失敗するから次の成功があるのですよね。

さて、障がい当事者講師の会すぷりんぐでも、新年度の活動がはじまります。昨年度はたくさんの方から応援やご寄付を頂き支えていただきましたことを心から感謝申し上げます。また、会員の相互の情報交換や意見交換も続けていきたいと存じます。現在、すぷりんぐは皆、自発的に手伝ってくれるというボランティアの会員で運営しています。交通費も些細な経費も自己負担で、自分の時間をやりくりして関わってくれています。年会費が1000円ですから、工夫しながら運営をしています。自分たちで何かが出来ないかと有志で集まってできた会が「障がい当事者講師の会すぷりんぐ」です。失敗もつきもので、試行錯誤ではございますが、会員同士責めるのではなく、支え合う補い合える会でありたいと考えています。

今年も、会場の関係で少し規模が小さくなりますが、6月23日にスピーチマラソンも札幌市社会福祉協議会と共催予定です。スピーチマラソンでは、自発的に講師として皆さんの前で発表したいという方がスピーカーとして登場します。まだ経験の浅い方、初めての登壇の方優先です。障がい当事者の話をもっと聞きたいと思って頂けますよう、私たちも最善を尽くして参りたいと思います。ボランティアとして協力して下さい方もお持ちしております。新年度もどうぞよろしくお願いいたします。すぷりんぐに関わるのが社会へ関わることへの一歩にもなりますように。



▼意見交換会&茶話会報告▼



1月27日(土)札幌市ボランティア活動センター会議室にて約20名参加で意見交換会及び、茶話会が開催されましたのでご報告いたします。

何分、会場が空いていなくて10時から11時45分の限られた時間でしたので、時間が足りなかったと言うのが正直な感想です。

最初に参加者から近況報告等がありました。初めて参加の会員さんも来て下さりありがとうございました。会場の後ろには、寒いだろうからと副代表の山科さんが家からポットとサーバー付き紙コップ、飲み物などを用意してくれてドリンクコーナーも設置。茶話会のお菓子は事業部の河口さんがポケットマネーで買って用意をしてくれました。感謝です。その後、意見交換会が行われました。その中で出てきた意見を抜粋でお伝えします。

事務局より：2020パラリンピックに、バドミントン選手として選ばれる可能性があり練習三昧の中、事務局活動が続けるのが難しい状況です。一人では厳しいです。

会員①：通知方法がメールになった事自体は、問題はないと思います。郵便とメールとどちらもあることを、丁寧に説明する必要があったのではないかと。事務局と会員のコミュニケーション不足を感じます。

回答：会報で度々「経費の節約のためにメールに今後移行していきたい。メールではなくて郵送を希望の方は遠慮なく事務局に連絡下さい」と、郵便のどちらで通知するのが良いか、個人個人に選択してもらっています。移行期間なので迷惑をおかけしていると思います。

事務局からのお願いとしては、返信の必要なものは忘れずに返信して欲しい。返信がないと連絡事項が伝わっているのか分からないこともある。事務局の人数も限られているので、ご協力よろしくおねがいします。

会員②：12月の忘年会の日程について、昼間の時間帯にしたので参加者も少なかったし、会報に掲載するのではなく、別の連絡方法にして欲しかったです。

回答：経費節約のため会報と一緒に載せてしまい、ご迷惑をおかけしました。来年度からは、総会の時に全ての行事の日程を決めたらどうでしょう。今年度は、事務局が一新し不備が多くご迷惑をおかけしました。

会員③：前事務局長をしていましたが、新事務局長との引き継ぎ時間が足りなく、新事務局は大変だと思います。障がいの種類によっては、個々に対応するしかないこともあり、時間がかかります。新体制を皆で応援しましょう。

会員④：すぷりんぐを良くしたいという思いは一緒なので、皆で、発展させて行きましょう。

会員⑤：ここは、様々な障がいの人が一同に会する貴重な場所。色々な思いを健常者に伝えて行きましょう。噂話でなく、陰で言うのではなく、ここで話しましょう。

会員⑥：事務局長のパラリンピック出場を、皆で応援しましょう。

でも今後の事務局の体制がどう変わるのか、大きな問題だと思います。

会員⑦：事務局に学生などボランティアに入ってもらったらどうですか。

回答：様々な障がいの方がいるので、イベントのお手伝いは良いのですが、個人情報などのすぷりんぐ管理書類などがあるので事務局に入ってもらうのには良い面、悪い面があるので慎重になります。

メールも印刷も代表などの個人のサーバーやプリンターを使うこともあります。

会員⑧：個人情報が多いので、大勢で作業することの難しさがあります。

回答：新年度からは、手分けして作業する方向で考えます。事務局内でも役員メンバーの確認と、役割分担を再検討します。

もう一度意見交換ができたらいと思います。ご意見やご質問は是非、直接、事務局にお寄せください。すぷりんぐは、全員がボランティアです。役員も会員も同じです。時間や経費も自己の意思で協力しています。何かこうしてほしいと言うことがあれば、批判や陰で言うのではなくて、皆で補っていけるような会になることを望みます。是非、協力して手伝って頂ければと思います。



《町内会の災害時要配慮者救出避難訓練に参加して》

山本 文子さん

2011年3月11日東日本大震災。2016年熊本県大地震。どれも大変大きな被害をもたらした、沢山の人が避難所生活を余儀無くされました。避難所生活での高齢者や障害者の生活状況がメディアを通して流された時、私はもっと実態を知りたい。もっとちゃんと考えなければならないという気持ちに駆り立てられました。

私の夫は6年前脳出血で倒れて、失語症と右半身麻痺となり車椅子生活です。何をすることも考えるのはトイレです。車椅子対応トイレはどうなっているのだろうか?体を休めるスペースはあるのだろうか?ということが気になりはじめました。1昨年「すぷりんぐ」

の総会で避難所の話をしたところ、皆さんからアドバイスを頂いたり、札幌市の体制を教えて頂いたりしました。その中で、まず町内活動に参加して自分達の実態を知ってもらうこと。お隣さん同士で声を掛け合い助け合える体制を作ることが一番大切ではないか?という話がありました。

私は早速町内会の福祉委員に立候補して、「絆の会」の一員としてお手伝いをさせていただくことにいたしました。

私の住んでる町内会は36年前に設立されて、今は高齢者や一人暮らしの人が大半を占めています。

「絆の会」の会議の中で緊急避難の話しになり役員の中には話だけでは本当に本当に実際に障害の人を安全に避難させることが出来るのか?自分達は役に

立つだろうか?という疑問の声が出始めました。そこで何回も話し合い、6機関から9名「絆

の会」から9名が参加して、災害時要配慮者救出避難訓練を実施することになったのです。車椅子の夫を安全な避難所(小学校)へ助け出すということです。

* 災害時の想定

- ① 11月29日 午後8時
- ② 気象：気温0度 曇り
- ③ 災害：直下型地震(震度6弱)
- ④ 家屋被害：壁にひび割れ、居間の窓ガラス破損、暖房ストップ
- ⑤ 要配慮者の生活状況：家内で車椅子生活、運動性の失語(理解は概ね出来るがなめらかに話すことが困難)
- ⑥ 災害時の状況：家族は外出中、一人室内でテレビ観賞



* 訓練の流れ

- ① 訪問(地震発生15分以内に集合)、応答の確認
- ② 入室(玄関から)
- ③ 安否確認
- ④ 避難支援に来た旨を説明(妻に安否確認報告と避難先の伝達)
- ⑤ 防寒対応(窓ガラス破損、室温低下)防寒着、手袋、マフラーの着用、毛布は持ち出す。
- ⑥ 車椅子着席安全確認、常用薬を持つ
- ⑦ 室内移動
- ⑧ 戸外移動、階段は車椅子着席のまま後ろ向き毛布をかける
- ⑨ 避難所移動(平岡小学校)

今回の避難訓練の目的は車椅子生活をされている住民を災害時に安心、安全に避難支援するために近隣住民はどのような活動が必要かを訓練で確認し対応の向上を図る。といことでした。参加者の中には初めて車椅子に触る人、失語症で意識疎通が難しい夫との関わりに四苦八苦している人もいたようですが、これを機会に障害者と健常者という垣根を超えてお互いに助け合い、支え合っていける町内会になりそうな気がしています。参加協力した夫も皆様のお役に立てたということ、いつまでも嬉しそうに話していました。

心が温かくなって、大きな絆が生まれた一日でした。



・ お知らせ①

すぷりんぐ平成30年度 総会

4月28日(土) 13:30~15:00 社会福祉総合センター(札幌市中央区大通り西19丁目)
4階視聴覚室にて、障がい当事者講師の会すぷりんぐ総会を開催いたします。
同封の出欠回答はがきを必ず返送して下さい。欠席の方は委任状を提出のこと

3月31日(土)まで必着で忘れずにお願いします。

・お知らせ②

年会費について

年会費未納の方は、何度もご連絡を差し上げておりますが、残念ですが今年度を持って退会とします。今後、お知らせ等は行かなくなりますのでご了承下さい。

・お知らせ③

第3回スピーチマラソンについて

第3回スピーチマラソンを6月23日(土)13:30から開催予定です。社会福祉総合センターが大規模修繕工事のため使用できませんので、かでの2.7にて行います。よって規模を縮小してスピーカー10名くらいの予定です。改めて、スピーカー募集、ボランティア募集も合わせて先日ご案内いたしました。奮ってご参加下さい。



・お知らせ④

講演会のご案内

4月21日(土)午後14:00から エルプラザにて「バリアをバリューに変える～」(株)ミライロの岸田ひろ美さんの講演会があります。ユニバーサルマナーについてのお話しです。主催は北のユニバーサルデザイン協議会です。(株)ミライロの垣内俊哉社長は先日、テレビ番組「ガイアの夜明け」にも取り上げられていました。 お問い合わせは代表 牧野まで

・お知らせ⑤

北海道新聞に掲載

北海道新聞3月6日(火)朝刊生活面に「障がい当事者講師の会すぷりんぐ」の活動が記事として紹介される予定です

・お知らせ⑥

社会福祉協議会による《スキルアップ研修のご案内》

■この研修は社会福祉協議会障がい当事者講師養成講座の修了生のスキルアップ研修になります。修了生優先になりますが、受講生以外の方で受講希望の方は、ボランティア活動センターまでお問い合わせ下さい。

(011-623-4000 担当 原さん)

1回目 「想いを伝える話し方講座」(仮題)

日時：平成30年5月30日(水) 10:00~12:00

会場：社会福祉総合センター3階 第2会議室

定員：40名

講師：北海道総合福祉研究センター事務局長 池田 ひろみ 氏

2回目 「依頼者の立場から講師に伝えたい事」(仮題)

日時：平成30年10月~11月 14:00~15:30

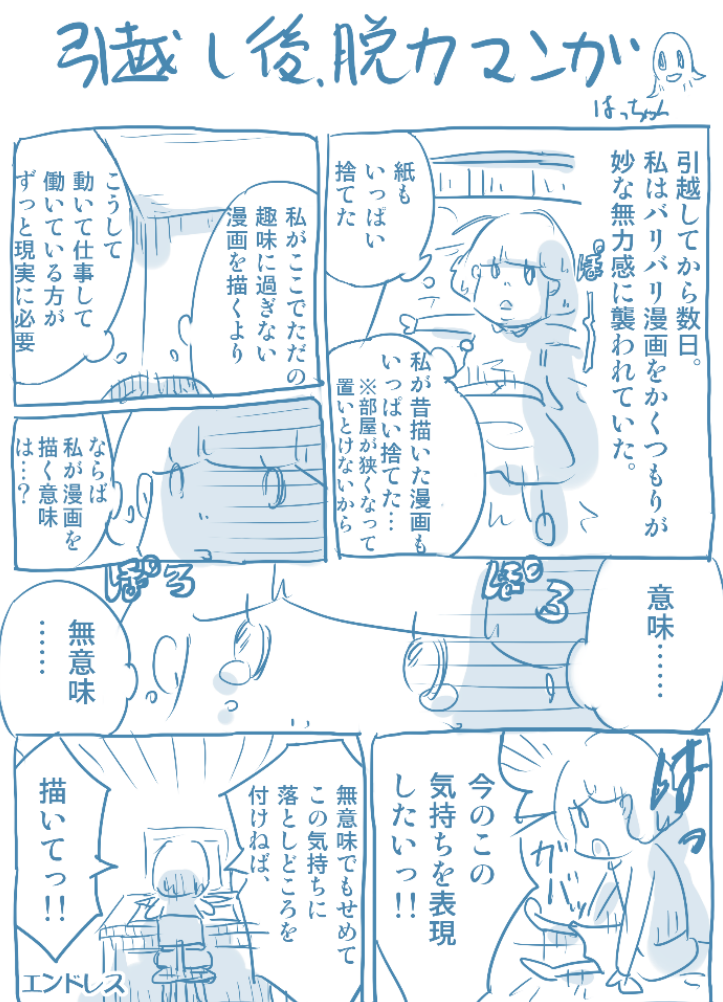
会場：エルプラザ(予定)

定員：40名

講師：札幌駅総合開発株式会社 職員



青木洋子さん作(すぷりんぐ会員) 4コマ漫画



発達障がいの子のはっちゃん、この4コマ漫画は、はっちゃんの日常生活のワンシーンを表現しています。この4コマ漫画の主人公のはっちゃんを通して、発達障がいがあるのか、知ってもらえたらと思います。

【4コマ漫画の内容】

今回の4コマ漫画は1つです。漫画のタイトルは『引越し後、脱カマンが』。

引越し後、思いっきり漫画を描くつもりが無力感に陥っていたはっちゃん。私がここでただの趣味に過ぎない漫画を描くよりも、動いて仕事をしている方が現実が必要と考えようになっていた。

そして「漫画を描く意味とは？」と自問自答した結果、はっちゃんの出した答えは「今の

この気持ちを表現したい！」と奮起し、ふたたび机に向かって漫画を描くのでありました。

《編集後記》

- ・ 3月に入り、桜や梅の開花情報が聴こえてくる季節になりました。北海道はまだまだ雪景色が続きますが、もう少しの辛抱です。桜や梅の開花情報が聴こえてくるのが待ち遠しいですね。
- ・ 地下鉄の駅事務所からヘルプマークをいただき、早速、鞆につけて歩いていると「大丈夫ですか?」「何かお手伝いすることはありますか?」と声をかけてくれる方々が多くなり、ヘルプマークの普及率を感じています。札幌市内だけではなく、全道的にもヘルプマーク、ヘルプカードの存在を知ってもらい、もっと身近なものとして感じて欲しいです。
- ・ 2018今年最初のすぷりんぐの会報の担当をさせていただきました。来月にはすぷりんぐ総会、そして6月にはスピーチマラソンが開催されます。今年度も活気あふれるすぷりんぐを目指して、皆様とともに歩んでいきたいと思えます。(め)

事務局住所が変わります！(我妻さんがパラスポーツ専念のため道外に転居します)

障がい当事者講師の会 すぷりんぐ事務局

〒063-0604 札幌市西区二十四軒4条3丁目1-1 2-603 (牧野宅)

TEL 011-895-2585 (寺地) FAX 011-644-0334

■電話での問い合わせは個人宅ですので、常識の範囲内の時間帯にかけることと長電話はご遠慮下さるよう、よろしくおねがいいたします。

ホームページ <http://spring-hokkaido.jimdo.com/>

フェイスブック <https://www.facebook.com/spring2013hokkaido>

メールアドレス spring.hokkaido@gmail.com



※新年度、すぷりんぐの活動を手伝って下さる方がいらっしゃいましたら牧野までご連絡下さい。お待ちしております。自宅でパソコン作業の出来る方も助かります。よ

- 障がい当事者講師の会 すぷりんぐでは、新しい情報も次々更新しておりますので、どうぞご覧ください。(ホームページ・フェイスブック担当 大谷 哲也さん)
- 2月に札幌市さぽーとほっと基金に、「障がい当事者講師の会すぷりんぐ」を団体登録いたしましたのでご報告いたします。
- 今年度、ボランティア保険の契約期間が3月末で終了します。4月からの加入をお願いします(総会の際に、会費と一緒に300円納めて頂いても構いません。団体で一括して加入いたします。個人で手続きの方は、各自ボランティア活動センターにてお願いします。すぷりんぐでは会員さんにボランティア保険加入を入会条件として義務づけております。ご理解下さい。
- 今後、パソコンのメールアドレスをお持ちの方には、メールにて会報やご案内を送付させていただきます。経費の都合上ご理解ください。(どうしても紙面でなくてはいけない方は、お手数ですが事務局までご連絡ください)