



この会報は、共同募金の配分を受けて発行されています。

令和4年3月末日 発行

やまびこ

No.264

発行

公益社団法人
埼玉県手をつなぐ育成会
理事長 高野 淑恵

〒330-0063 埼玉県さいたま市浦和区高砂2-15-3 母子福祉会館内
Tel. 048-833-0444 Fax. 048-833-0400
E-mail:saitama@teotunagu.jp
ホームページ <http://www.teotunagu.jp/>

定価50円
(購読料は
会費に含む)



「白鳥の歌・・・」

公益社団法人
埼玉県手をつなぐ育成会
理事長
高野 淑恵

平素よりご支援ご協力いただいております皆様、心より御礼申し上げます。また、医療従事者の皆様により感謝申し上げます。

コロナ禍でほとんど事業ができません。いま、令和3年度も終わってしまいました。令和4年度こそ、少しでも状況が好転してほしいと思います。

コロナの終息のために世界中が一丸とならなければいけないはずの今、ロシアの一独裁者の狂気によって、たくさんの方の無辜の命が奪われています。絶対に戦火を拡大させてはなりません。絶対に独裁者の狂気を容認してはいけません。他人ごとと思わず、過去の過ちを繰り返さないために断固として、「戦争反対！」の声を上げましょう。ベトナム戦争やイラク戦争のあと、帰国した米兵の多くが心を病み、派兵前の日常生活に戻れず苦しみました。戦争は人の中の善なる心を壊し、非人間的の全てを剥き出しにさせます。いったん剥き出しにされた非人間的な部分は、人間がここまで残酷非道

になれるのかと思うほど魂を破壊します。それが戦争の狂気です。そして真つ先に犠牲になるのが障害者など社会的に弱い立場にある人たちです。それを思うととても胸が痛みます。

この会報が皆様のお手元に届く頃には、ウクライナの人々の顔に少しでも笑顔が戻っていますようにと願ってやみません。

コロナが蔓延してから、世相が一変しました。ウイルスでたくさんの方が亡くなりました。将来を悲観して自ら命を絶った人も驚くほどたくさんいました。その中には演技者として才能にあふれ、キラキラ輝いて見えた人たちもいました。天与の才と引き換えに得たものは、人一倍繊細な心と短かすぎる命の時間であったのでしょうか…。

真つ暗な深淵の中に踏み込む時、最期に見たものは何だったのだろう、最期に発した言葉は何だったのだろうと思います。自分自身が我が子の障害に押し潰されそうになつて、何日も何カ月もじつと深淵をのぞき込んでいたことを思い出すと、今、障害のある息子に生かされていることが奇跡のように思えます。思い通りになる人生なんて決してありませんし、哀しいこともつらいこともありますが、だからこそ嬉しいこと楽しいことがより一層の幸せに

感じられることを知ることができました。

どうか、自ら命を絶たないでください。生きてください。

古くからヨーロッパに「白鳥の歌」という伝説があります。白鳥は死ぬまぎわに最も美しい声で鳴くということです。深い森の奥にある湖に浮かぶ一羽の白鳥。湖面には煙るような朝霧が立ち、瀕死の白鳥がほっそりと長い首をのけぞらせ震わせながら、哀しく美しい最期の一声をあげます。再び静寂が訪れたとき、白鳥は、懸命に生きたその一生を終えるのです。この伝説から芸術家や音楽家は、人生の最期に最高のものを遺すといえます。私は遺せるものは何もないですが、最期の時に何を思い、どんな言葉を発するのかと思うより、むしろ瀕死になる前に、一つでも、後悔や心残りを減らしておかなければ、と思うのです。

という訳で、今年度もグループホームの土曜日曜祝祭日に「日中支援加算」を付けてくださいと言いつつ、重度の知的障害を持つ人だつて、休日自分の好きなように、好きな場所で過ごす権利があります。「休日は移動支援を利用してホームにいなければ良い」なんて、障害者の人権を無視しています。「本人の意思を尊重せよ」という権利条約の主旨とも矛盾していますよね！

成人を祝う会

秩父手をつなぐ育成会

令和4年1月16日(日)

秩父手をつなぐ育成会では今年も「成人を祝う会」を開催しました。

新型コロナウイルス感染症の流行の為、やむなく規模縮小・飲食なしにせざるを得ませんでしたが、なんとしても成人の式典だけはやろう！と決めました。

記念写真を撮り、久しぶりに友人や恩師と会い、和やかに会が進みます。成人の人たちは、一人ひとり立派にあいさつをしてくれました。

「毎日仕事をがんばっています」「お父さん、お母さん、今まで育ててくれてありがとうございます。学校を卒業して2年、しっかりした。」

学校を卒業して2年、しっかり



した話しぶりに子供たちの成長を感じられ、会場は温かい気持ちに満ち溢れました。

規模は小さくても知恵を絞り皆で話合うことで、心のこもった会にできたのではないかと考えております。



成人によせて

入団手をつなぐ親の会

真田 里美

陽司も、ようやく二十歳になりました。なってみるとあつという間違ったような気がするのですが、落ち着いて振り返ってみると毎日毎日、たくさんの人の手助けがあつて、ここまで来ることができました。

2歳半の時、重い知的障害、自閉傾向もあることが分かって、「と

にかく同じ環境の先輩ママに話を聞かなくちゃ」と思って、福祉課の人にお願ひしたところから、先輩ママとのつながりができました。先輩ママたちとの出会いは気持ちの支えとなり、「助けてくれる人がいる」という気持ちで、子育てに取り組みました。

4才くらいの時に、家族でブルーベリー狩りに行った先で、運動会のピストルが聞こえたら、驚いてダッシュで坂道を下って私から離れていったことがあり、「陽司は誰も頼りにもできない状態で生活しているんだ」と理解するまで、時間がかかりました。

狭山特別支援学校の小学部に入り、放課後デイサービスのほしえつとで、放課後の時間を預かってくれ、母が仕事を辞めることなく続けられ、社会的に自己実現ができたのは、忙しいけれど日々のエネルギーの基となつていと思います。

親の会との出会いも大きな安心につながりました。所々で話を聞いて下さったり、話をしてくださったりしたベテラン先輩ママの存在は大きいです。たくさんの方々に手伝ってもら

いながら、ここまで大きくなった陽司!! 本当ありがとうございます。今では、食洗機が皿を洗い終わった途端、お皿についているしずくを拭ききれないけれど食器棚に入れてくれたり、洗濯機の終了ブザーが鳴った途端、洗濯物を取りに行き、しわがあるけれどハンガーに掛けてくれて、ベランダに干してくれたり、家事を手伝ってくれます。(何せせっかちなので、雑なのが玉に傷です。)

自己流が大好きで、アドバイスは聞く耳がなかなか育たないですが、二十歳にもなったし、少しずつチャレンジできるようになってほしいと願っています。

まだまだたくさんの方々に支えられて生きていくのだと思います。動きが派手な陽司ですが、今後どうぞよろしく願ひいたします。



療育キャンプ事業

避難所体験会

久喜市栗橋手をつなぐ育成会

令和4年1月22日

久喜市鷲宮西コミュニティセンター

参加者41名(支援者含む)

目的

・地震を中心とした災害の恐ろしさや、備えの必要性を学ぶ。

・「自分の身は自分で守る」ということを認識し、避難リュックやヘルメットを準備・身に付けられるようにする。

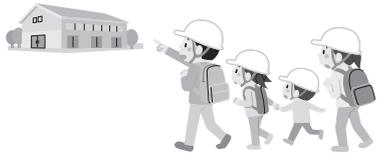
・避難所の生活を体験し、安心して避難所生活が送れるようにする。

避難所体験会に参加して

正田 輝子

去る1月22日鷲宮西コミュニティセンターのホールにて、講師の防災士藤原様をはじめ、ボランティアの方、久喜市福祉課、消防防災課、社会福祉課の職員の皆様方の多大なるご協力の下、避難所体験会を執り行うことができました。

藤原様には、数回に渡る打ち合わせ



せや準備のご協力をいただき、参加者への注意喚起を念入りに行い、コロナ禍にも関わらず、無事終えることが出来ました。当日は、各自ソーシャルディスタンスを取り、家庭ごとに配慮しつつ、各自、避難リュックを背負い、ヘルメットや防災頭巾等で頭を守る等、実際の避難を想定して臨みました。さらに、テント、緊急簡易トイレ、ベッドの設営と片付け等を、本人たちも含め、全員の協力で行えました。



火を使わずともカレーとご飯を温めるヒートパック、暗い中で灯り役割をするペンライト、水を入れたペットボトルのランタンの体験をしました。又、新聞紙で、スリッパ、お皿等を各自で作ったり、新聞紙で暖を取ったりする方法を学びました。さらに、避難所用トイレは、色水を流し排泄の最初から最後までを模擬体験でき、貴重でした。



更には、熊本地震倒壊のビデオの視聴の際には、大変心が痛み、私達の住んでいる地域にも必ずや到来するであろう災害を予測せずにはいられませんでした。私自身、実家は福島県浜通りで、11年前の3・11に未曾有の大災害を経験し、災害を大変身近に感じずにはいられません。地震大国の日本に住んでいる以上、いつ我が身に降りかかるかわかりませんが、災害がいつ到来しても、出来る限り落ち着いて対処出来るように、物理的な物や心の準備の重要性を感じました。「自分の身は自分で守る」の心をベースに、被害を最小限に抑えられるような心構えを持ち続けたと思います。

最後になりますが、親子で大変貴重な体験をさせていただきました、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

手をつなぐがん保険

一社団法人 全国手をつなぐ育成会連合会の 会員の皆様へ

障がいのある方とそのご家族をワイドにお守りする保険です

なぜ障がいのある息子はがん保険に加入できないのでしょうか?*

久保会長とぜんち共済社長の根本が「手をつなぐがん保険」に対する思いを対談形式で語っています。また、又村事務局長による加入方法のご案内もあります。動画を是非ご覧ください!

動画はこちらから <https://youtu.be/MU8w5l8Byk>

手をつなぐがん保険に興味を持たれた方は下記お問い合わせ先(取扱代理店)に資料請求をお待ちください。

※お問い合わせ先(取扱代理店)

ぜんち共済株式会社
 〒102-0073 東京都千代田区九段北3-2-5 九段北3252/6-4階
0120-322-150
 TEL: 03-6910-0850 / FAX: 03-6910-0851
 URL: <http://www.z-kyojai.com/>
 MAIL: gan@z-kyojai.com
 (営業時間 平日9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く))

たった1分 スマホでカンタン資料請求
 ※QRコードはメンバーシップの登録履歴です。

取扱代理店
東京海上日動火災保険株式会社
 公設第一東東京公設課
 〒102-0014 東京都千代田区三春町5-4
 TEL: 03-3515-4126(営業時間 平日9:00~17:00)

2021年3月作成 20-TC10720

特長1 代理手続き 代理告知が可能
 障がいのある方向けプラン

特長2 告知対象 疾患の緩和
 障がいのある方向けプラン

特長3 “親なきあと”に 備える補償
 障がいのある方向けプラン

*この広告は、「手をつなぐがん保険」の概要をご紹介するものです。ご加入には必ず、必ず「フロント営業担当者様」までお問い合わせください。「手をつなぐがん保険」は団体総合生活保険のサブシステムです。ご不明な点等がある場合は、代理店までお問い合わせください。

家族支援事業部会

ノルディックウォーキング 体験講座

令和3年12月16日(木)

埼玉県育成会に集合

狭山親の会 ノルディックウォーキング講師の井村桂子さんのご指導で体験講座が開催されました。

まずは身長にあわせて、グリップ位置の調節。自分サイズにセツトします。そして入念に準備運動。無理のないストレッチをゆつくりと。体がほぐれた状態でスタートしました。2本のポールを交互に地面について歩くことで、上半身も使い全身運動となります。通常のウォーキングと比較すると消費カロリー20%程度。



酸素摂取量が12%程度。心拍数8〜10%程度アップする有酸素運動。4点歩行になるので足腰への体重負担が軽減されます。

「もっと遠く前にポールを付いて、付いたら押し出すように歩いてみて!」と指示をいただき、歩いた途端、急に全身の筋肉が動き出した感覚になりました。併せて、いかに姿勢悪く

水分補給を所々で摂取しながら、浦和の県庁、裁判所周辺。高層マンションや、商業施設の並ぶ街並みを楽しみながら、約2時間ほど歩きまわりました。普段は、土手を歩いているので、全く違った感覚でとても楽しく気持ちよかったです!と参加者の声。

ストレッチを入念にして終了。皆笑顔で片付け後、解散しました。寒さがゆるぎ、心地よくやわらかな日差しの下、気分よく運動と距離

離をおいてのお話や、情報交換ができたりで充実した時間となりました。翌日、普段運動しているつもりでも、腕から肩にかけて、だるく重くなっており、無駄に力が入った状態だったのだと感じました。参加者から、全身が痛いその後日多数連絡があり、効果を実感しました。

冬季オリンピックでノルディック複合が28年ぶりのメダル獲得で話題になりましたね。

参加者が各会に戻り本人さんの運動の一つとして、提案いただけると、親子で心身とも健康を保つ運動としてよいのではと思っております。

指導いただきました井村さん!ありがとうございました。

事務局 渡邊

あとがき

我が家の小さな庭の片隅に、露のとうの芽が出ているのを見つけました。毎年何個か芽を出すのですが、一度に4個芽が出ているのです。この冬は厳しい冬でしたが、少し暖かくなった途端に春を見つけ嬉しくなりました。

早速その晩、天ぷらにしてほろ苦い春を味わいました。

《広報部 山中幸枝》

二〇二二年三月末日発行(二六四号)

公益社団法人 埼玉県手をつなぐ育成会

未来あんしんサポート NEW 2020年7月より第一フロンティア生命の一時払タイプの生命保険の取り扱いを開始しました。

「知的障がい」や「自閉症」等の障がいのあるお子さまのために「親なきあと」をサポートするご提案です

障がいのあるこの子が お金の管理をできるか心配... この子が経済的に 困らないようにしてあげたい。 残したお金をこの子が 使い切れない時のことも考えておきたい。

「生命保険」と「信託」が「親御さまの想い」を 確実に未来へのこします

「未来あんしんサポート」は、(株)ジェイアイシーが ご提案する生命保険と生命保険信託をあわせた サービスの総称です。

お問合せや資料のご請求はこちらへ 未来あんしんサポートに関するお問い合わせ ジェイアイシー生命保険信託相談ダイヤル 通話料 無 料 0120-580-503 受付時間:月～金(祝日・年末年始を除く)9:00～17:00

●未来あんしんサポートについて、詳細は「未来あんしんサポート リーフレット」をご覧ください。●株ジェイアイシーは「個人情報保護方針」と題するプライバシーポリシーを策定し、これに基づいて個人情報の取扱いを行っています。その内容は、株ジェイアイシーのホームページにてご確認ください。●当資料は、2020年7月1日時点のお取扱い内容に基づき作成しています。

【生命保険募集代理店・信託契約代理店】 株式会社ジェイアイシー 本社 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-11 新宿三井ビル2号2F ホームページ www.jicgroup.co.jp

【所属信託会社】 みずほ信託銀行株式会社

【生命保険引受保険会社】 第一フロンティア生命保険株式会社 または FWD富士生命保険株式会社 登録No.FWD-C3476-2006