

さいたま市障害者社会参加推進センターだより



ぱらネット

第41号



～コロナの先へ 学びあう希望～



令和3年度 さいたま市障害者社会参加推進センター



生活訓練4事業・家族教室7事業開催
中止5事業(コロナ感染症拡大のため)



令和3年度 社会参加推進センター開催事業報告

事業名	開催日 / 場所	参加者数	テーマ・内容等
生活訓練 (身体)	8月7日(土) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	中止	障害があってもありのままに生きたいんです！ ～自分の今を前向きに生きる～ 講師：鳥越 勝氏 ベッカー型筋ジストロフィー
家族教室 (身体)	8月21日(土) 浦和コミュニティセンター 第14集会室	63名 Zoom50名	ロービジョンとは？ 大切な目の話、ロービジョンケアとは 講師：江口 万祐子氏 武蔵浦和眼科クリニック
生活訓練 (精神)	10月9日(土) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	27名	ともに作ろう みんなの輪 PART14 よりよい人間関係をつくるために～PART 4～ 講師：相川 章子氏 聖学院大学教授
家族教室 (身体)	10月17日(日) 大宮ふれあい福祉センター 301-303会議室	32名	地域で生き生きと ～5年後、10年後の自分と地域を考える～ 講師：宇野 潤氏 理学療法士
家族教室 (身体)	11月21日(日) 浦和コミュニティセンター 音楽室	中止	みんなで楽しもう ～障害がある人もない人も一緒に歌ったり踊ったり～
生活訓練 (身体)	11月22日(月) 大宮ふれあい福祉センター 301-303会議室	50名	視覚障害者の安全な歩行を考える 講師：小山奈美氏 国立障害者リハビリテーションセンター 荒木 俊晴氏
家族教室 (身体)	11月13日～1月15日 全8回 浦和コミュニティセンター 第14集会室	18名 18×8	中途失聴者・難聴者・家族のための手話教室 講師：小林 和子氏 ※コロナ感染症拡大のため2回中止
生活訓練 (身体)	12月5日(日) 与野本町コミュニティセンター 多目的ルーム(小)	46名	聴覚障害者のための特別講演 講師：那須 英彰氏 手話ニュース 砂田 アトム氏 日本ろう者劇団
家族教室 (知的)	12月11日(土) 浦和コミュニティセンター 第13集会室	40名 Zoom65名	成年後見？意思決定支援？結局どっちが使えるの？ 講師：又村 あおい氏 全国手をつなぐ育成会連合会常務理事兼事務局長
家族教室 (精神)	12月19日(日) 下落合コミュニティセンター 多目的ルーム	71名	「統合失調症治療の大切な考え方」 講師：竹林 宏氏 土呂メンタルクリニック院長
家族教室 (身体)	令和4年1月16日(日) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	32名 Zoom26名	高次脳機能障害者の社会参加を促進する 地域支援について 講師：曾田 玉美氏 目白大学保健医療学部教授
家族教室 (身体)	1月25日(火) 大宮ふれあい福祉センター 301-303会議室	中止	要介護認定と障害者支援区分の認定について 講師：秋山さゆり氏さいたまケアステーションうらしん 高橋 清子氏 埼玉福祉事業協会理事長
生活訓練 (身体)	2月6日(日) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	47名	オストメイト(人工肛門・人工膀胱)のための医療講習会 講師：辻仲 眞康氏 自治医科大学医師 永松 幸子氏 包括支援センター諏訪の苑
家族教室 (知的)	2月10日(木) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	中止	知っておくこと、しておくこと 講師：藤井 奈緒氏 「親なきあと」相談室関西ネットワーク代表理事
家族教室 (精神)	2月13日(日) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	40名	リカバリーを支える当事者との対応 講師：藤田 茂治氏 訪問看護ステーションりすたーと所長
家族教室 (知的)	2月18日(金) 埼玉県障害者交流センター ホール	中止	障害のある子どもを持つ親として 一人の人間として“当たり前”に生きる 講師：田中 智子氏 佛教大学社会福祉学部教授

※ 16 事業開催予定 開催 11 事業・中止 5 事業

令和3年度 さいたま市生活訓練等 事業について

昨年度、さいたま市障害者生活訓練等事業を担当いたしました、さいたま市保健福祉局福祉部障害支援課地域生活支援係の矢島と申します。

皆さま方におかれましては、日頃より本市の障害福祉施策に多大なるご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

本事業におきましては、障害のある方々の自立や社会参加の促進を図ることを目的に、貴協会に加盟している各障害者団体が考案した企画のもと、障害のある方及びそのご家族等を対象とし、日常生活に必要な訓練・指導、障害の理解に関することや家族の役割等についての講演会を行っております。

令和3年度の生活訓練等事業については、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、

16企画うち5企画が中止となりました。また、開催する場合であっても会場定員の半数という人数制限を設けての縮小開催といたしました。しかしその中で、企画いただいた各障害者団体におかれましては、会場開催に加え、ZOOMを活用したオンラインの同時開催等、柔軟な開催方法により実施いただき、合計141人の方がZOOMで視聴し、より多くの市民の方々がご参加いただける機会をつくることができました。

今後につきましては、いまだ収束の見通しがつかないコロナ情勢を考慮し、開催形態等について、よりよい方法を模索しながら本事業を実施してまいりたいと思っておりますので、引き続きご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

さいたま市保健福祉局福祉部
障害支援課地域生活支援係

矢島 優

オストメイトのための 医療講習会

「最新の医療事情と介護ケア」をテーマに2月6日、医療講習会を行いました。参加者は、47名で実施することができました。

私たちオストメイトは、癌治療の結果、人工肛門及び人工膀胱の障害者になりました。癌を患ったので、再発や転移を危惧しております。そのため、がん治療の最新情報が不可欠であります。

毎年、年4回の医療講習会においてさまざまな情報を共有したいと思ひ、計画しております。また、会員は年々高齢化が進み、障害を持ちながら介護サービスをどのような形で受けたらいいのか、困っているのが現状であります。

今回の医療講習会では、自治医大付属さいたま医療センターの辻伸先生の「最新の医療事情」と題して、最新の医療現場から

の講演をしていただきました。いつ再発や転移になるか、恐れているときに予防や治療の最新情報を得ることができて安心することもありました。

介護サービスの講演では、今後の介護について、新鮮な情報を得ることができました。

日本オストミー協会

埼玉県支部

支部長 大沼 博良



ともに作ろう
みんなの輪 PART 14

皆さん、こんにちは。さいたま市精神障害当事者会ウィーズの稲葉晃と申します。いつも大変お世話になっております。

さて、ウィーズは、2021年10月9日(土)、聖学院大学の相川章子先生を講師にお招きして、「よりよい人間関係をつくるためにPART4」をテーマに生活訓練を行いました。今回はコロナ禍もあり、会場の設営

上、例年好評のグルーブワークを行うことができませんでした。さらに今回は、会場を午後の時間帯しか取れなく、準備の時間を考慮すると、限られた時間の講演しか行えませんでした。しかし、先生は、そのような条件下の中、大変実りある講演を行っていただきました。

今回は、自他の境界を表す「バウンダリー」と「ピアサポート」が大きなテーマだったようです。講演の後半は、質疑応答で、話が「リーダー論」にまで発展し、私は正直タジタジでした(笑)。来年度も、おそらく相川先生にお話ししていただくと思いますが、早くコロナ禍が収まってまたグループワークできることを祈りつつ筆を置きたいと思えます。ありがとうございます。

精神障害当事者会

ウィーズ事務局次長

稲葉 晃

視覚障害者の
安全な歩行を考える

今年度の生活訓練では「視覚障害者の安全な歩行を考える」というテーマで講演と実技を交えて、国立障害者リハビリテーションセンター自立訓練部の2名の先生のご指導をいただきました。

色々なデータを交えて視覚障害者の白杖を利用しての単独歩行の現状や白杖の紹介、メガネや単眼鏡などの視覚補助具や日常生活用具の紹介などがありました。

実践では、白杖の持ち方と振り方、誘導のされ方の基本を解説していただきました。

改めて、視覚障害者の安全な歩行のためには、視覚障害者への理解やバリアフリーの進んだ社会であることはもちろんですが、視覚障害者自身が白杖を持って安全な歩行や誘導のされ方、自分に合った用具の使用を見直すことで自ら事故を防ぐ

ことに繋がっていくと感じました。

日頃、視覚機能訓練の機会が少ないため、実際に国リハの先生の講演は貴重でした。

さいたま市には、視覚障害者の自立訓練ができる施設がないので、日常生活の相談から生活支援に至るまでの一貫した支援体制が整うよう働きかけていかなくてはと思います。

さいたま市

視覚障害者福祉協会

藤崎 明美



さいたま市精神障害当事者会 ウィーズ
代表 山本 純子氏



「家族教室」に参加して思うこと

精神家族教室に土呂メンタルクリニック院長の竹林宏先生をお招きして12月19日、講演会を開催し、「統合失調症治療の大切な考え方」をテーマにお話を聴き、71人が聴講しました。

統合失調症は一人ひとり症状が異なり、違うペースや経過をたどって回復に向かうと言われています。

竹林先生は平成30年4月にクリニックを開業。地域で本人・家族に寄り添う訪問診療もされています。講演内容は①回復と寛解②重症度と回復過程③治療に関して④リハビリについて⑤質問への回答—でした。

⑤については、事前に各家族会から質問を集めて、それを基にした講義形式となりました。先生のお話はとても具体的に平易な言葉で分かり易く感じられました。

また、講演の冒頭にテーマに

対するポイントとして「一人を抱え込むのではなく、より多くの味方を増やして、一緒に考えて悩み、試行錯誤をして改善して行きましょう」と話され、その後の講演はポイントを意識しながらお聴きすることで、これもだいぶさびついた脳を活性化することができました。

私の関心があつた統合失調症の重症度と回復の関係性は他の疾患とは異なり、回復を阻む要因がいくつもあり、相関関係は見られないようです。中々難しい病であると思ひ込み、家族の当事者への対応はどうしても近視眼的になりがちですが、視点を変えるなどして見方を変えて見ることの大切さを改めて感じました。

さいたま市精神障害者家族会
連絡会もくせい家族会

田口まり子

「リカバリーを支える当事者との対応」(精神家族会教室主催)をテーマとした講演会が2月13日、講師に訪問看護ステーション「りすたーと」所長の藤田茂治氏をお招きして開催し、40人が聴講しました。

りすたーとは、精神科に特化した独立型の訪問看護ステーションです。WRAPの視点を看護に取り入れ、本人に直接会って訪問看護を何で受けたいか(理由)、どうなりたいかの確認をとる。訪問看護の内容を本人に確認せず、契約する事例があります。将来像の行き違くなるので話し合いは大切です。本人とともに歩んでいくものです。



訪問看護の役割など家族と確認して、その場しのぎにならないように。当事者に話してもらうことで関係性が大切。信頼を得ること、そのためには、趣味の話をして一緒に屋外で行動する。話すだけでは関係性は作れない。本人に将来像や希望を聞く。体験の中からなりたい自分像を聞きとる。孤立しているとリカバリー(回復)が遅れる。

訪問看護で看護師が話せる関係を作る。できないことを指摘しない。できることに着目。できないことを責めない。欠点に意識がいくが、克服するには注意しない。修正は困難。本人に伝えることを我慢する。趣向は本人の価値観から伝わる。価値観はネガティブかポジティブで変わる。行動を変化させると良いです。

「WRAP」 W《元気》、R《回復》、A《行動》、P《プラン》の略称です。

さいたま市精神障害者家族会
連絡会浜砂会

鈴木 義男



高次脳機能障害者の 社会参加を促進する 地域支援について

私たちは、高次脳機能障害当事者が「はじめの一步」を踏み出し、共に「これからの道」を歩み続けられるよう支え合う活動をしています。令和3年度さいたま市障害者社会参加推進事業「家族教室」は、第6波が拡大し始めたコロナ禍に配慮し、目白大学さんのご提案による「会場とオンラインのハイブリッド開催」を、1月16日、浦

和コミュニティセンターで開催。会場では、高次脳機能障害当事者として就労している当事者の体験談を交え、一人でも多くの高次脳機能障害当事者の社会参加が実現できるよう、目白大学作業療法学科教授の會田玉美先生のコーディネートによるトークセッションを行い、その様子はオンラインでも配信されました。会場とオンラインで、高次脳機能障害者の社会参加を促進する地域支援を考えることができたのは、ハイブリッド開催のおかげです。

外出することが難しい高次脳機能障害当事者にとって「オンライン開催」は歓迎されたようで、会場と併せて約60名の方々にご参加いただき、語り合うことができました。互いの立場を分かり合うことができたのは、「これからの道」を歩み続けることに勇気付けられ励まされたことと思います。

高次脳機能障害

さいたま これからの道

大鳥 浩二

笑いで手話の奥深さ 実感しよう

今年度も「生活訓練事業」と「家族教室」を開催しました。生活訓練事業の講演テーマは「笑いで手話の奥深さ実感しよう」。講師は那須英彰氏と砂田アトム氏にお願いしました。

講演では、お二人の軽妙なトーク、テンポのよい掛け合いが心地良く伝わってきて、内容も心に響くものがありました。聴者の世界で、例えば落語のように「聴いて楽しむ」娯楽があるように、ろう者の世界にも「手話を見て楽しむ」ことが増えると良いと思っています。

家族教室では前年度に引き続き、中途失聴者・難聴者・家族のための「手話教室」を開催しました。受講生は18名でした。手話を表現するのにまだまだ慣れない様子ですが、講師の手話を一生懸命に真似ていました。

中途失聴者・難聴者が手話の必要性を感じ、学ばれようとして

いることがよく分かりました。手話教室は全10回の開催予定でしたが、まん延防止等重点措置の発令で、残念ながら8回開催したところで終了になりました。来年度は中止や中断などなく、最後まで十分に学習ができればと思っています。

さいたま市

聴覚障害者協会

青山 淑子



**成年後見？
意思決定支援？
結局どっちが使えるの？**

昨年はコロナ禍の影響で開催できなかった「家族教室」をハイブリットで12月11日、浦和コミセンで開催しました。

講師に全育連常務理事の又村氏を招き、ZOOMからの参加と会場での参加を募って、コロナ感染対策を思い付く限り準備して開催できました。ネットからの参加は事前申し込みが65名。会場参加は40名弱になり、多くの方がネットでの参加を希望している現状を確認しました。ネットの環境を整える為に、WiFiを2台用意する▽ネットに詳しい方に協力して頂く▽講師と詳細を確認するーなど以前にない準備の難しさを感じました。

参加者の多くの方は聞き取りが良く、分かり易かった事を感じて頂きました。中でも障害のある人の印鑑登録について課題

があることが質疑から出ました。さいたま市手をつなぐ育成会として、会員にアンケート調査を行い、現状を把握して解決策に繋がれるように活動を進めています。

「家族教室」を開催した中で最多の参加者数になる講演でした。講演内容に興味があることとハイブリット開催でオンライン参加が出来たことで、興味を持って頂いて参加者数が多かったと感じられました。

さいたま市

手をつなぐ育成会

黒澤 篤子



**地域づくりと介護予防
について**

さいたま市身体障害者福祉協会も少子高齢化が多くなり、今後の活動に支障をきたすことになってきました。障害があっても住み慣れた地域で、いつまでも生き生きと元気に自分らしく暮らしていきたいでしょう。

令和3年10月17日、さいたま市ふれあい福祉センターで、生活訓練の一環として、社会福祉事業団の理学療法士の宇野潤先生を講師に招いて、講演とリハビリ体操を行いました。

当日は雨天のため、参加者は32名でしたが、なんで介護予防なの？日本高齢化、健康寿命のために、みんなが百歳体操、楽しく脳トレ、お口の健康に関して有意義なお話をしていたいただきました。

講演後、リハビリ体操を熱心に指導していただき、会員



の皆さまが普段使わない筋肉を動かして、良い運動になりました。

もしできれば、パート2として行いたいと思っております。何名から質問があり、先生からのご回答をいただきました。最後に、矢口副会長からの閉会の言葉により無事終了しました。

さいたま市

身体障害者福祉協会

会長 中野 勇

ロービジョンって何？ 大切な目の話

私の経験から突然視力を失った時に、心に傷を負い7年間引きこもっていました。

その時のつらい経験から自分と同じような目に合ってもらいたくありません。もし突然、病気が、事故、加齢などが原因で見えなくなったとき、誰にでもあり得る話なので、どうしたらよいかを皆さんに伝えたく、眼科医会に相談したところ、今回、浦和眼科クリニック院長である江口万祐子先生に手を挙げていただきました。



ロービジョンラボ代表
福迫 かずや氏



(白杖を使用した歩行訓練やパソコン教室など)を受けられることを多くの人に知ってもらいたい。とにかく、仕事はやめる必要はないということをお分かってほしいと思います。今後このような活動を続けていきたいと考えております。

ロービジョンラボ

代表 福迫 かずや



ヘルプマーク 啓発活動



編集後記

ロシアがウクライナへ侵攻してから、大分、経過しました。その間、マスコミは多くの映像と解説を放映しました。少しコロナの脅威がかすんでしまったような気がします。戦争もコロナも世界には深刻な問題です。バランスよく情報を入手したいものです。プーチン大統領は強引な主張でウクライナを我がものにしようとしています。犠牲になるのは善良な市民です。病院や劇場にまでロケットが撃ち込まれています。ロシア兵は本当にこの戦争が正しいと思っ闘っているのでしょうか？ 正しい正しさとはなんなのでしょう？ 罪のない市民を殺すことが正しいものだとしたら、そんなものはまがいものです。早くロシアはウクライナから撤退してほしいです。(竹内)

発行 さいたま市障害者社会参加推進センター

〒330-0801 さいたま市大宮区土手町

1-21-31-1 大宮ふれあい福祉センター4F

TEL 048-653-7271

FAX 048-653-7341

http://www.saitama-planet.com/

e-mail: saitamacity-handynet@

bz03.plala.or.jp

発行・編集人 中野 勇