

後半の講演会では、長野市国保大岡診療所の内場廉医師から「きょうからできる生活習慣病予防」と題して、講演をいただきました。



10月5日、長野市障害者福祉センターにおいて、47名の皆様に参加をいただき開催しました。前半の式典行事では理事長表彰の贈呈、来賓あいさつ、大会決議、大会宣言などを行いました。



丸山 顕さん（本协会会员）

☆本協会の役員（支部役員を含む）として、8年以上在籍し、顕著な功績があると認める者（1名）

**理事長表彰受表彰者**

**第56回長野市身体障害者福祉大会 盛大に開催される**

会報

第211号

発行者  
社会福祉法人  
長野市身体障害者福祉協会  
理事長 小林和夫  
〒380-0904  
長野市大字鶴賀276-10  
(長野市障害者福祉センター内)  
電話 228-3014  
フакシ 226-6263



主催者あいさつ

一 障害者一人個人の社会的障壁の除去を求める意思表示に対し、行政職員一人ひとりがその意思表示を

**大会決議**

◎SDGs理念「誰ひとり取り残さない」の実現に、積極的に取り組もう

◎「障がいのある人もない人も共に生きる長野県づくり条例」の啓発に努めよう

◎社会的障壁の除去を求める意思表示を社会（行政・事業者）へしっかりと伝えよう

**大会スローガン**

◎SDGs理念「誰ひとり取り残さない」の実現に、積極的に取り組もう



来賓あいさつ（荻原長野市長）

一 障害者に対する「災害時の個別避難計画」作成の進捗状況をお示しいただくとともに、早期の作成完了を要望します。

**大会宣言**

一 障害者に対する「災害時の個別避難計画」作成の進捗状況をお示しいただくとともに、早期の作成完了を要望します。

一 障害者福祉センター「集会室兼体育室」へ、冷房設備の設置を要望します。

一 障害者に対する「災害時の個別避難計画」作成の進捗状況をお示しいただくとともに、早期の作成完了を要望します。

た「障害者差別解消法」の改正法が令和6年4月1日に施行されました。改正法の施行に先駆けて、令和4年10月1日に完全施行された「障がいのある人もない人も共に生きる長野県づくり条例」は、施行から2年余が経過しました。

障害者という特性から生じるところの社会的障壁が多い今日の社会環境の中での障害者の日常生活は、障害者自身の人権がどうしても阻害されてしまう状況にあります。個人の意思決定に基づき今日の契約社会の中で、日常生活の安心・安全の確保が何よりも大切なことで、人権を保つ基盤になります。

障害者の人権が保障され、障害者が自由な社会生活を維持するためには、今日の契約社会の中で、障害者が自分自身で自由な意思決定をできることが重要であり、その意思決定が尊重される社会であることが必要です。スムーズに意思決定のできる支援体制の環境整備の拡充が必要であります。

障害の有無にかかわらず、個人の尊厳を尊重し認め合い、等しく暮らすことができる共生社会の実現に向け、私たちは一致団結して行動していくことを宣言します。

### 理事長表彰を受彰して

副理事長 丸山 顕

平成28年度から令和5年度までの8年間、朝陽支部長を務めてまいりました。この間、支部会員の皆様には大変ご協力をいただき、退任を悩みましたが、2年前にリウマチ多発筋痛症を、昨年9月には胸膜炎を患い、完治に至らなかつたこと、後任の支部長が見つからなかつたことから、令和6年3月31日をもって朝陽支部を解散いたしました。朝陽支部会員は、解散時37名で全員が本部会員へ移行しました。私は支部長として、協会本部からの連絡事項の伝達、会報の配布をまいりました。また、年1回、支部総会を開催し、支部の結束を図ってきました。在任中は、インフルエンザ予防接種者の補助金を創設しました。朝陽支部最後の仕事は、本年一月一日能登半島地震被災への支援金募集で37,670円を支部会員の皆様からご協力をいただきました。このように、当り前のことしかやってきましたので、表彰に値するのかわかりませんが、これから先は身体障害者福祉に貢献できるように努めてまいります。この受彰を糧に、健康に気をつけながら、トレーニングに励みます。ありがとうございました。

### 講演を聴講して

戸隠支部 西 正夫

講師の内場先生は、腎臓を患っている上、腰痛などがひどくて立っているのも大変な状態にもかかわらず、長時間、歯切れ良い声で、分かりやすく講演をしてくださいました。

「障害に負けてたまるか。障害と一緒に頑張ろう！」という、大きな声の一言が強く心に響きました。先生は、「サキベジ」の提唱者で、野菜を先に食べることで、食べ過ぎを避け、健康を維持できるということを専門的な事例を示して、分かりやすく説明しながら、私たちに訴えてくださいました。

そして、家族や子孫、周りの人達が健康で幸せな生活を長く続けられるように、というまとめの言葉が強く印象に残りました。先生のひたむきな姿に感激した講演会でした。



### 希望の旅に参加して

本部会員 久保田 篤

7月18日(木)、北志賀高原竜王ソラテラスへの「希望の旅」に参加しました。昨年はロープウェイが故障し、日程が延期となりましたが、今年は待ち時間も短く、スムーズに移動することができました。

ロープウェイを降車後、テラスから観ると、雲で山々が覆われていましたが、北アルプスの山頂が微かに見え、皆で写真を撮ったりし、思い思いに過ごしました。参加者の中には車いすの利用者もおりましたが、ソラテラスの職員が階段を登るのを手伝ってくれ、大助かりでした。建物内では協会ベテランのKさんと「健康に気をつけながら、協会の行事に参加し、会員同士での交流が元気の秘訣だね。」と話をしました。今回の参加者で初対面の方もいらつしやいましたが、親しく会話もでき、たいへん楽しかったです。梅雨明けの好天に恵まれ、穏やかな天気の日でした。これからも協会行事は参加したいので、よろしくお願ひいたします。

縁側から語りつく

「縁が和リレー」第22回

余暇教室はこんなところですよ

指導員 丸山 洋子

余暇教室の指導員を担当しています丸山です。

水曜日、金曜日の10時近くになると、通所生の皆さんが集まり始め、元気なあいさつで活気ある余暇教室の一日が始まります。

通常、午前中は連絡事項の伝達、健康チェックの確認、季節に応じた歌の合唱をしてから体操をします。途中に休憩をいれ、お茶を飲みながら、雑談を楽しみます。

毎年、お花見、七夕祭り、クリスマス会、節分、ひな祭りや誕生会を行っています。

また、春秋には市のリフト付きバスで屋外活動に出掛けます。行先、見学場所、昼食などは通所生の皆さんの意見を参考に決定します。リフレッシュできる至福の時間です。

余暇教室の通所生の皆さんはよく笑い、喋り、よく食べ、元気でパワフルな方々です。こちらがいつもパワーをもらっています。

余暇教室を一度、見学に来ませんか!! きつと、笑い声が聞こえますよ。



みんなで楽しくトーンチャイム

障害者福祉センターからのご案内

センターでは、各種教室・相談会を開催しています。その一部を紹介します。



① 機能トレーニング教室

- ・日 時 毎週火曜日 9:30～11:30
- ・対象者 身体障害者手帳所持者で運動機能維持を望む方
- ・内 容 柔軟性・基本動作訓練、筋トレ等

③ 点字教室

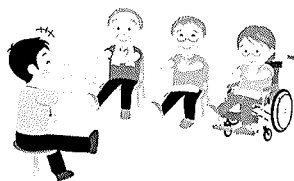
- ・日 時 毎週火曜日または木曜日の約1時間
- ・対象者 身体障害者手帳所持者（視覚障害者）
- ・内 容 点字の読み方等

② 余暇教室

- ・日 時 毎週水曜日または金曜日 10:00～15:00
- ・対象者 身体障害者手帳所持者
- ・内 容 基礎体操、運動、歌の合唱、レクリエーション等

④ パソコン相談会

- ・日 時 毎月第3木曜日 9:00～12:00 (うち約1時間)
- ・対象者 身体障害者手帳所持者及びその家族
- ・内 容 パソコン操作方法でお困りの方等広く相談に応じます。



⑤ 障害者相談会（ピアカウンセリング）

- ・日 時 毎月第3金曜日 13:30～16:30 (うち約1時間)
- ・対象者 障害者手帳所持者及びその家族

〈お問い合わせ・お申し込み〉  
センター事務局 (☎ 226-4884) へ

※長野市障害者福祉センターは、当協会が平成18年度から指定管理者として管理運営しています。

新春のつどい、参加者募集!

5年ぶりに「新春のつどい」を開催します。多くの方の参加をお待ちしています。

日時…令和7年1月9日(木)  
場所…ホテル信濃路(中御所岡田町)  
会費…6千円  
参加申込みは、12月13日(金)までに、電話で、協会事務局へ。

協会員の皆様へ

当協会では、協会員の募集を行っています。ご近所に身体障害者手帳をお持ちの方がいましたら、入会のお誘いをしていただき、増員にご協力をお願いします。

協会事務局電話番号 228-3014



希望の旅(1回目)



希望の旅(2回目)

### お知らせ ～車いすの貸出について～



当協会では、長野市内に居住し、心身の障害又は病気等により自力で歩行することが困難な方に、車いすをお貸ししています。

制度（車いす貸出事業実施要項）の概要は、次のとおりです。

- 利用期間 6ヶ月まで（更新は可能です。）
- 利用申請 「車いす利用申請書」を提出して

ください。なお、申請者本人の確認ができる書類（運転免許証等）を、持参してください。

○利用料 1ヶ月600円。ただし、利用者又は申請者（利用者と生計を一にする者に限る。）が本協会員の場合は、半額になります。

※詳細は、事務局へお問い合わせください。

### ジパング倶楽部特別会員について

J R東日本ほか、J R 6社の特急券等の割引を受けることができます。

- 対象者 男性60歳以上、女性55歳以上で身体障害者手帳をお持ちの方。第I種の障害者の方は、介護者も割引になります。
- 年会費 1,400円
- 特典（割引） 特急券、急行券、グリーン券、指定席券が3割引（乗車距離が201km以上の時。）  
新規加入は、3回目まで2割引  
4回目以降3割引
- 利用制限 1年間で20回まで  
4/27～5/6、8/11～8/20、  
12/28～1/6の期間は利用できません。
- 入会申込先 協会員：当事務局  
非会員：県身障協会



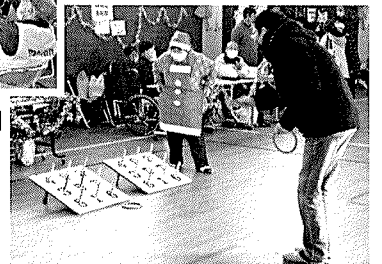
### クリスマスの集い、開催します

日時 12月8日（日）午後1時～午後4時  
場所 障害者福祉センター 2階 体育室  
内容 現在、実行委員会で検討中です。  
詳細が決まり次第、ホームページやセンター内掲示等でお知らせします。  
皆で楽しい集いにしましょう！



ステージ発表「麦っ子広場」

### 今年のクリスマス集い



スタンプラリー（輪投げ）



今年の夏は隣のC国では水害がひどく、日本は厳しい残暑が長くなりました。暑さというと、気温だけでなく、湿度が高いと熱中症の危険が高くなりますが、それでも皆様は何とか乗り切ったことと思います。

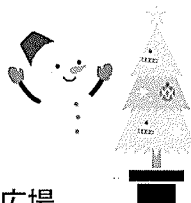
これから寒い冬がやってきます。皆様、お体には十分、お気をつけください。

編集委員 玉木 秀明

### 編集後記

### 行事予定

- ◆クリスマスの集い  
上記のとおり
- ◆新春のつどい  
前頁のとおり



### ◆ニュースポーツと歌声広場

日時・場所：2/16（日） 障害者福祉センター  
内容：ポッチャ講習会  
申込み：1/31（金）までに事務局へ

