



第 87 号

発行所

NPO法人上田市
身体障害者福祉協会
事務局 386-0012 上田市中央3-5-1
上田市ふれあい福祉センター内
発行人 吾妻博夫
編集人 光りの友編集委員会
印刷 スズキ総合印刷

令和六年度 通常総会開催される

理事長 吾妻博夫

六月八日(日)九時半より、ふれあい福祉センター

大会議室に於いて、十名のご来賓をお迎えし、三十九名の会員参加のもと、令和

六年通常総会が開催されました。

開会の言葉に続き、十八名の会員物故者の霊に黙祷を捧げ、ご冥福をお祈りしました。



本年度の表彰は、「役員・支部役員」として百瀬久美子様・小林和子様・工藤修士様、「障がいのある夫を助け模範の受賞者」は城下支部の西川かつ代様、「本会員にして模範の会員」は中塩田第二支部の石井美恵子様。それぞれ表彰状と記念品を授与致しました。また、長年にわたり協会の広報・各種印刷物にご協力頂

いておりますスズキ総合印刷様には感謝状と記念品を授与させて頂きました。

受賞者を代表して西川かつ代様から謝辞を頂きました。ご来賓の皆様方よりのご祝辞は、上田市長 土屋陽一様、衆議院議員 神津健様、参議院議員 羽田次郎様、上田市社会福祉協議会会長 宮之上孝司様から頂きました。

ご来賓のご紹介後休憩に入り、塩尻支部長 春原哲夫様、神科第二支部 金沢文子様を議長に選出し再開。令和六年度事業報告・決算報告は会計監査報告の後に賛成多数により承認を頂きました。令和七年度事業計画・収支予算案は原案通り

る役員選考委員会を三月に開催、改選役員選考結果は選考委員長の宮島敏夫氏より報告がありました。理事長 吾妻博夫、副理事長 石井貞一、理事 高木津留子・西川洋美・若山昭夫・小林睦子、監事 横沢瑛・鈴木智恵子。以上が承認され新体制でスタートしました。また、百瀬久美子理事が退任となりました。今までご尽力を頂き心より感謝申し上げます。

た。しかし、皆様の地域社会を見た時どうでしょうか。障がい者が社会の一員として平等に受け入れられ、障がいの有無に関係なく共に自立共存できる地域社会でしようか。日頃の生活で不合理的な事、不便を感じる事、こうしてほしい事、これらは私たちが声を出さなければ人々は気付いてくれませんし、何も改善されません。一人ひとり小さな声でも、障がい者の仲間が結束し、まとまれば大きな声となります。地域が自立共存できる場所となるよう広く仲間を集い、共に行動し歩んでいきましよう。今後とも会員・関係者の皆様のご支援ご協力をお願い申し上げます。

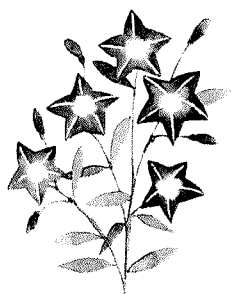
末筆ながら、会員・ご来賓のご健勝とご多幸を祈念申し上げます。

スローガン

一、みんな等しく安心・安全に暮らせる社会を求めて頑張ろう
一、みんなで手を携えて困難を乗り越え、自己実現を目指そう

可決承認されました。役員改選については、定款第十六条によ

り「障害者総合支援法」が改訂施行され、障がい者が安心して地域生活を送るための支援体制が強化されました。さらに障がい者への特別配慮が義務化されまし



通常総会に寄せて

議長 春原 哲夫

コロナ禍も明けて、令和六年度の上田市身体障害者福祉協会の通常総会が、上田市長はじめ、ご来賓の皆様をお迎えして大勢の会員参加で盛会に開催されました。

私と金沢様に議長にとの指名があり、二人で務めることになりました。

出席数は会員数の二分の一以上であることを確認し、議事録署名人・記録者を指名し議事に入りました。事業報告、決算報告、監査報告と進み、特に質問もなく拍手で議決されました。引き続き令和七年度の事業計画、予算案と進み質問等もありませんでした。ところが、議決の拍手を求めるところを飛ばして、各議案の案の字の消去へ進めてしまいました。その後、金沢様と交代し、役員改選、紹介、新理事長・退任挨拶と進めて頂きました。初めてのことで失敗もありましたが、議長という大役を務めさせていただき良い経験になりました。

令和六年度理事長表彰
受賞者(ご芳名(敬称略))

【本会役員・支部長・専門部長・支部役員としての受賞者】

……表彰状

百瀬久美子(泉田支部)

小林 和子(泉田支部)

工藤 修士(東塩田支部)

【本会会員にして特に模範となり支部長の推薦による受賞者】

……表彰状

石井美枝子(中塩田支部)

【障害の夫・妻・家族を助けて特に模範の受賞者】……表彰状
西川 かつ代(城下支部)

【本会会員及び会員以外にして本会のために寄与、援助した者】

……感謝状

スズキ総合印刷

(浦里支部)



受賞者謝辞

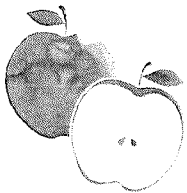
賛助会員 西川 かつ代



令和六年度通常総会において表彰していただきありがとうございます。ありがとうございました。

協会の行事におきましては、四季折々の企画を心掛けて頂き、私たちを健康に明るく楽しませてくださり、心より感謝しております。協会の皆様、会員の皆様のご協力のもと、ほほえみひとつで元気になります。これからより一層豊かな人生を生きて行けますようがんばります。

このように表彰していただき大変恐縮しております。ありがとうございます。



当協会ホームページ



各部活動報告

総務部

部長 石井 貞一

会員の高齢化や会員の減少は、当協会が抱える大きな問題です。これまでもいろいろな機会をとらえて新規会員の勧誘など図ってきましたが、決定的な解決策とはならず会員の数は減り続けているのが現状です。

今後とも本会が障がい者福祉に寄与するため、この課題に本気で取り組んでいきます。具体的には、会員・家族が参加しやすく、楽しい催しや活動を増やしていきます。一方で、障がい者である故の悩みや困り事に積

極的に寄り添い、障がい者の代表として行政や企業に問題を訴えていきます。そして多くの人に本会のことを知ってもらえるよう努力を続けます。

福祉厚生事業部

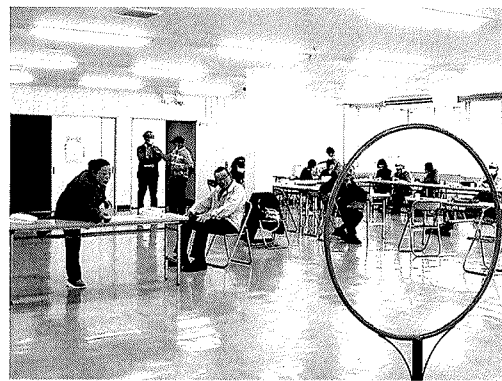
部長 西川 洋美

福祉厚生事業部では、今年1月21日に会員家族お楽しみ会を行いました。スマイルボウリングと頭の体操「クイズ」をスライド板を使って行いました。皆様はほとんど正解されました。喫茶もあり、楽しいひとときを過ごされました。

今年も上小地区障がい者スポーツ大会を実施予定で二回の実行委員会を行いました。

5月24日上田城跡体育館でポッチャの大会が実施されました。当協会からは15人の参加があり楽しくできました。5月31日はフライングディスク、輪投げ等行いました。

また、今年も塩田自然運



を行ってきたのかをお金の面から知っていただく内容となっております。

また、本会の財務状況の透明性を確保して、これからの方向性や資金の課題などを会員の皆様と共有することを目的としております。

「お金の流れ」を上手に把握して効果的な資金繰りや協会の活動に生かれますよう進めてまいりたいと思っております。よろしくお願い申し上げます。

広報部

部長 若山 昭夫

や校正に好き勝手にモノを言ってきた報いを受けたのかもかもしれません。かくなる上は覚悟を決めて、諸先輩の築いてきた実績に学び、「光りの友」がよりいっそう読みごたえのある広報紙となるよう努力します。

そのためにも、部員の皆さんに存分にアイデアを出していただくと共に、広く会員の方々の声を受け止めて紙面に反映させていきたいと思っております。皆で作った「光りの友」が会員相互の絆を一層深め、さらに地域の人々の心に届くよう努めていきます

動公園プールの売店を担当しますので、6月14日にプール当番会議を行い、商品の買い付け手配に動き始めました。7月3日に開店準備、7月5日オープンです。色々あるスケジュールの中で動いています。大変です。

会計・資金部

部長 高木 津留子

会計・資金部では、年度末に一年間の収支のまとめとして収支決算書を作成しております。総会資料に掲載されており、効率的な運営・活動ができています。一年間どのような活動



専門部 女性部

部長 小林 睦子

今年度の活動も、例年通り交流会二回とクリスマス会を予定しております。

前年度の二回の交流会では、マスク着用も自由になり久しぶりにお茶とお菓子をいただきながら講師の方々の



お話を聞きました。

今年度の活動も青年部と協力して進めて参りたいと思います。あの話を聞きたい！作ってみたい！やってみてみたい！等、何かご要望がございましたら、是非ご提案くださいますようお願いいたします。

皆様と一緒に楽しい交流会にしていきたいと思います。

青年部

部長 伊藤 力雄

ご縁あつて上田身障協に入会させていただき、青年部の部長を拝命し一年が経過しました。身障協での私自身の役割、または青年部としての具体的な活動の確

立については、まだまだ時間がかかりますが会員のみなさんに喜んでいただけるようなイベントや講習を実施していきたいと思っております。

具体的な内容としては（予定）、

① 地域の若者・学生ボランティアの方々と一緒に交流（通年）

② 高齢の方を対象とした認知症や介護の講習会

③ 歌やお話などのイベント

青年部には新たに数名の方が入会していただきました。大変ありがたく感じます。それと同時に障がいや世代関係なく青年部の方々と協力をし、活動を少しでも多く行えたらいいと思います。

上田地域には沢山の身体障がいをお持ちの方がいらっしゃると思いますが、入会する方が少ないというのが今の最大の課題でもあります。上田身障協の活動を多くの方に知っていただき、入会したいという方や共に尽力してくださる方が増えるよう努力してまいります。

定期総会に初めて参加して

西部支部 若林 賢一

今回、副理事長の石井さんからの勧めもあって、初めて総会に参加させていただきました。

動である親睦旅行は六月に一泊で上山田温泉で実施されるので、日帰り旅行は富岡製糸場の見学を秋ごろ開催予定とのことであります。

十時前に会場に着きましたが、駐車場は既に満車状態で、会場に入ると既に来賓の祝辞が始まっています。上田市長をはじめとして、そうそうたる来賓の方が出席されていたのは驚きました。来賓祝辞の後、来賓の皆さんが退席され、十五分程度休憩の後、通常総会が開始されました。

その後、役員改選があり、主な役員の方は再任されるところに、新たに若山さんが理事に選出されました。吾妻理事長より、「今年度は会員の皆さんの心配事について、何でも相談できる『よろず相談』事業に力を入れていきたい」とのお話があり、若山理事からも「寅さん」映画の上映会紹介もあり、盛りだくさんの総会でした。

議長選出後、令和六年度事業・収支の説明がありました。協会の主たる収入が市内にある飲料の自販機と夏季の塩田のプールの売店の売り上げだと聞いて正直とても驚き、事業活動を円滑に実施していくには必要不可欠なものであると痛感しました。

その後、令和七年度の事業・収支計画についての説明がありました。主たる活

感想としては、会員の減少と高齢化の進展を踏まえ、自販機の売上げ増強策の提言や上田市内にある高校・大学の学生さんとの交流会、上田市・協議会との連携強化により会員の増強に尽力したいです。



第51回 上小障がい者スポーツ大会

東塩田支部 渡邊 悟

五月二十四日(土)に、ボッチャとパン食い競争をしました。Bチームが優勝できてとてもうれしかったです。来年もできたらスポーツ大会に出たいと思っています。とても楽しい一日でした。

自分はボッチャをやったのは初めてなので緊張しました。でもだんだん慣れてきてよかったです。

戸倉上山田温泉

一泊旅行に参加して

丸子支部 関本 梅子

上田市身体障害者福祉協会に入り、一泊旅行は「戸倉上山田温泉福寿草」。私は初めての参加でした。

朝の天気はよかったのですが、出かける時は雨が降っていました。所々で待つている人々を乗せ目的地に向かいました。

上山田温泉福寿草に着き、部屋は石井栄子さんと一緒にになりました。夜の宴会で一日が終わりました。

二日目は県立歴史博物館、

あんずの里物産館に寄りました。小学生も見学していて、館内で先生の説明を聞いていました。それによると、今から約百三十年前には大きなナウマン象がいて、人は穴の中に住み、八ヶ岳に縄文の村があったそうです。



当時の人々の暮らしや時代の流れなど、私には想像できません。昔の人の中にも優しい人や意地悪の人がいたのでしょうか。

原始・古代・近世エリア、近現代エリアとあり、長野県にもゾウがいたなんて昔の人の生活は大変だったと思いました。歴史を学べて、この年になって勉強できてうれしくなりました。

その後あんずの里物産館で昼食・買い物しました。昼食は、お腹が空いてなかったで、おやきとアイスクリームを食べました。お土産を買っていると、工藤さんと杏の試食をしました。とてもおいしかったです。

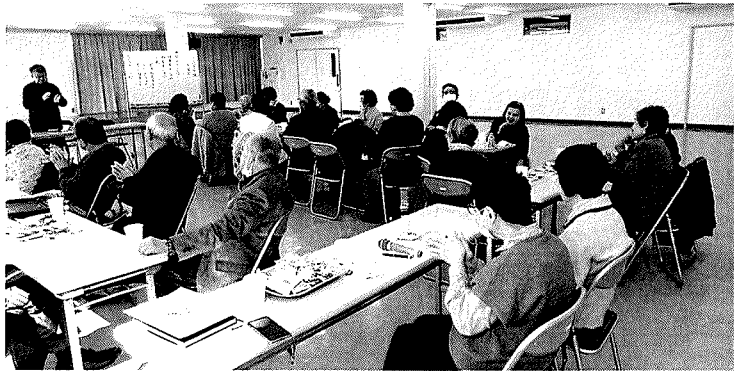
この旅は、役員さんをはじめ皆様のおかげで楽しい旅になりました。本当にありがとうございました。ありがとうございました。

本会会員家族 交流会に参加して

西部支部 エ藤 巖

家族交流会では体験発表を楽しみにしていました。女性二人の交流体験は、普段では聞くことができない内容でした。

満州で生まれ、そこからソ連に攻められ逃げる様子が話され、私も涙が出ました。大変な苦労をして日本に帰ってきたそうです。人それぞれ生まれも環境も両親も違う中、頑張つて生き



ているそうです。

もう一人の方の体験は、農家に嫁ぎ農業をやり大家族の面倒を見たそうです。そんな中で夫が亡くなり、四人の子供を結婚させ、家を建て、自治会の役員、地域社会、また踊りの責任者、その他数々のことをやり、すべてを前向きにがんばっているとの事でした。

私は二人の女性の話を聞いて、自分もすべてに信念を持つてがんばろうと思いました。

いつも笑顔、そして感謝の心で毎日を送ることを目標に、これからも人生楽しんでいきたいと思いました。人はそれぞれに好きな人、嫌いな人がいますが、それを顔や態度に出さなければ誰ともうまくいくと思います。

最後に、交流会の参加者全員の皆様に支部名と自己紹介と一言をやっていたいただきました。ありがとうございました。

本会 会員研修会

総務部長 泉田支部 石井 貞一

これまで役員を対象にしていた研修会を、六年度は対象を全会員に広げ、二月十日に開催しました。

今回は信州上田医療センター脳神経外科部長の大屋房一先生を講師に迎え、「いつもと違う頭痛と脳の病気の話」というテーマで講演いただきました。身近に起こる頭痛もそれほど気にしなくてもよいものと重大な病気の前兆かもしれないものと分けられること、またその原因や対処方法など詳しくお話しいただきました。

当日は予想を超える三十名以上の参加がありました。講演後の質疑も多く出されて、このテーマへの関心の高さを感じることができ、充実した研修となりました。



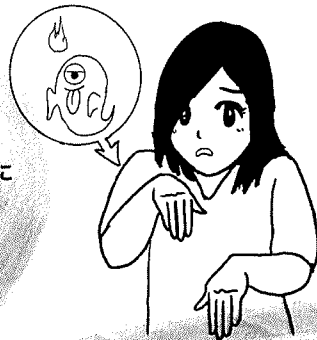
しゅわ
手話
ユナ
男と女
対策を万全におこなってください。

牧内 智子



まつ
祭り

太鼓をたたくように
両手の人差し指を
肩の前で交互に
動かします。



おぼけ

両手を顔面辺りで
たれ前へぶら下げます。

前理事長が県知事賞受賞

理事長 吾妻 博夫

「堀内清様、県知事賞受賞おめでとうございます。」

皆様もご存知のようにNPO法人上田市身体障害者福祉協会の理事長を長年に渡り務められ、身体障がい者の福祉向上に尽力された堀内清さんが、二月六日長野県庁西庁舎に於いて県知事賞を受賞されました。堀内さんは包容力のあつた心で、誰とも親しく接し、共に語らいながら障がい者の福祉向上、支援に邁進されておりました。現在の不安の多い多様化した社会において、「ふれあいと絆」を大事にしなが、豊かな知見と洞察力により障がい者の差別の解消、地域での自立共存に努力を惜しまず奮闘している姿は、いつも我々仲間に見え、希望と勇気を与えてくれました。これからも協会の相談役として助言をお願い申し上げます。



ご多幸を心から御祈念申し上げます、お祝いの言葉とさせていただきます。

知事賞受賞に感謝

堀内 清

去る2月6日、小雪降る中を吾妻理事長の車に乗せて頂き県庁に行きました。佐久協会の女性部長と二人が知事賞を受賞しました。この受賞は、理事長はじめ事務局と役員、また会員の皆様の推薦があつたからと心より感謝しております。

平成25年に井沢理事長が在職中に逝去され、後任に不束者の私が選出され、その後令和4年までの10年間務めさせて頂きました。在職中はいろいろなこともありましたが、役員と会員の皆様のご協力により任期を全うできたと感謝しております。今年には戦後80年となりますが、当協会も75年です。昭和25年4月に傷痍軍人が集まり発足したと聞いております。私は平成7年に入会。当時の会長は中村均様でした。会員も千五百人もいました。中村様の前の第六代会長の笠原正太郎様は長らく務め、国より勲五等瑞宝章を受彰しました。

平成16年3月22日にNPO法人が設立され、会長が理事長と変わりました。私は職業がドライバーでしたので輸送部担当でした。そして事業部、副理事長、理事長となりました。年々会員が減少していくのが悩みでしたが、皆さんの協力のおかげでやつてこれたと思っています。

先輩の皆様は何人か他界しましたが、私は健康で過ごすことができます。これもご先祖様と父母のおかげと毎朝仏壇に手を合わせお参りしています。人は誰かに助けて頂き生きていくものですが、私もこれからは助ける側で頑張っていきたいと思っています。

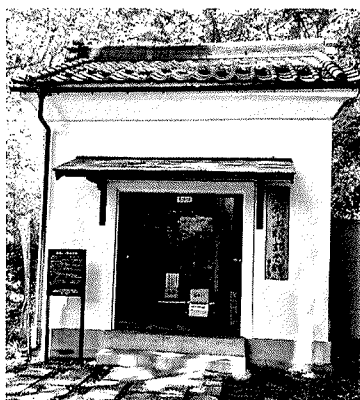
シリーズ 上田の散歩みち 7

「赤松小二郎」④

神科第二支部 中曾根 孝一

前回英国歩兵練法について解説をいたしました。この本を教則にして明治時代の軍隊の訓練方針がなされたという事が想像できます。

幕末世情が混沌とする中、小二郎は憂国の情やみがたく、慶應2年(1866)8月幕府に「口上書」を提出、この中で長州藩征伐は勝算がないと述べ、門地格録に全くとられず広く有能な人材を登用し、さらに海陸兵制を改革刷新して富国強兵につとめることが肝要だと説き、慶應3年5月17日には、越前藩松平春嶽(前政治総裁職)にも建白書を提出している。その中で国家改造案として①人材を選んで内閣を置き、官吏は家柄によらず人選し、また上下両局に議政局(議會)で決議。②全国の主要都市に大学等を設置して人材を育成。③農民に特に重い税負担の公平化。④西洋諸国にならう形での貨幣改革。⑤政府に直属する軍隊の創設などを述べている。特に国会の創設の提言は、坂本龍馬の「船中八策」より早く、日本における最初の議会政治の提唱でもあつた。また、この建白と前後して「幕薩一和」のために奔走もしていた。



この時期に洋学所を京都府津藩黒谷本陣で開いていた会津藩士山本覚馬(2013年NHK大河ドラマ「八重の桜」主人公新島八重の兄)と知り合い教授を依頼されるが、当時薩摩藩内で「薩摩塾」を開いていたためこれを断り顧問を依頼され就任する。この時一緒に顧問に就任したのが英学者の「西周」であつた。

協会クラブ紹介

❖マレットゴルフクラブ

❖グランドゴルフクラブ

❖カラオケクラブ

身障協のクラブ活動は、年々衰退してきて現在は三つです。

人数も多く活動回数も年間16回を予定する一番活発なクラブは、「グランドゴルフクラブ」です。四月から十月までの八ヶ月間、第二と第四火曜日に行っています。場所は上田市陸上競技場です。昨年までは堀内

前理事長が代表者でしたが、今年から春原哲夫さんが代表に就任しました。皆さん和気あいあいと楽しんでいらそうです。



が二人もいるし、八十歳代後半の人が三人ですから、超高齢であつても楽しめるクラブです。四月から十一月まで毎週金曜日午前九時から十一時まで古舟マレットゴルフ場でやっています。

西川洋美理事が代表者です。

最近人数が増えてきたのは、「カラオケクラブ」です。

一時はやめちやおうかと悩んだそうですが、ビッグ中央店二階の「まねき猫」を会場にしてからは、徐々に会員が増えたそうです。正会員でなくても賛助会員も受け入れて

いるのが良かったです。屋内

での活動なので、季節や天候に制約されることなく、一月から十二月まで毎月第二月曜日に集まっているそうです。午前十一時から午後二時まで、ゆつくりと歌を楽しんでいるとのこと。

いずれのクラブも身障協

会員さんのご入会を「大歓迎です」と、両手を広げて

待っているそうです。

事務局だより

いつもより早い夏が訪れ、厳しい暑さが続いています。体調を崩さないよう気を付けてお過ごしください。

事務所は、

月・水・木 9時～17時

火・金 9時～12時

土・日・祝日はお休みです。

また、不定期でお休みの

場合もありますので、

お越しの際

は電話や

メールでの

確認をお願い

いたします。

す。



文芸らん

川柳

金井 真田丸 (東御市)

後期です 若いと言われ美容室

お月様母がお世話になりました

爺ちゃんに会いに来ました迎え盆

会員消息 (おくやみ)

生前の協会へのご協力に
感謝申し上げます

ご冥福をお祈り申し上げます

東 部 支 部	等々力隆二様
	竹田 末雄様
南 部 支 部	木下 邦男様
西 部 支 部	加藤 文子様
	岩岡とみ子様
塩 尻 支 部	工藤 行則様
小 泉 支 部	西沢 明人様

(2024年11月26日～2025年7月10日受理迄)

編集後記

今年の梅雨は例年になく猛暑が続く、皆様いかがお過ごしでしたか。涼しい秋風が吹くまで体調を崩さず頑張ってください。

本紙も発行を重ねることに各種行事などに積極的に参加いただいた原稿が増えました。ありがとうございます。交流の場を大切にしたいです。まさにみんなの手を携えての自己実現ですね。

お忙しい中、原稿をお寄せいただいた方々、ありがとうございました。

(横沢 瑛)

