

千代田区のボランティア活動とご近所福祉活動情報が満載!  
ちよだ社協のスペシャルなフリーマガジン

TakeFree

♥ Volunteer  
ボランティア

ちよだ  
ご近所かわらばん

合併号 2019



スペシャルインタビュー

奥山佳恵さん

- ご近所ふれあいエピソード [特別編]
- 千代田区の福祉施設・機関 紹介マップ
- あなたもできる笑顔のサポート

テレビ番組やブログで見かける、明るく太陽のような笑顔が印象的な奥山さん。子育てをされての思いや、心の動き、周囲の方との関わりについてお話しいただきました。

ブログを、10年以上続けています

面白いことファーストなので、書かずにいられなくなるんです。私は割と失敗することが多いので、失敗を皆さんに笑っていただいたらドジがドジでなくなるという意味でも書いています(笑)。リアル子育て日記としても使ってきました。その時にしかない子どもの可愛さや面白さは、書き留めていないと忘れてしまうので。長男は、モノを捨てるときに、なかなか捨てられない子でした。歯ブラシ1本も、抱きしめて「さようなら」って言わないと捨てられなくて。「さよなら歯ブラシ」みたいな話があるんです。こんな可愛いことを、今は憎たらしい長男が言ってたんだと(笑)振り返る要素にもなるので、続けて良かったなと思います。

「変わらない子育てがここにある」

次男の美良生が生まれて、ダウン症があると分かったときに、困ったなあと思ったことがありました。そのことを世の中の皆さんにお伝えすべきかどうかということです。それは、美良生が恥ずかしい存在とかではなく、本人の承諾を得ないまま、美良生の特性を世界中の人にお伝えすることで、本人が生きづらくなるんじゃないかと。親だからといって勝手に、美良生のことを伝えることが正しいのかどうかの答えが出ませんでした。あとは、ダウン症の子って成長がゆっくりなんです。美良生の事を正しく記録して皆さんにお伝えすると、「なんでまだ立たないの?」「まだ歩かないの?」と疑問を持つと思うのです。必然的に美良生の話題が出なくなり、美良生のことを隠しているような気持ちになる。それはなんか違うなあ、ということで、ブログをちょっとだけお休みしたことがあります。

ダウン症だと告げられた時はすごくショックで、言葉は悪いですが、ダウン症の子と付き合っていけるのか、自信は全くなかったです。とんでもないモンスターがやってきたような気持ちになりました。でも、一年半くらい生活して、家の中を見渡したとき、とんでもないモンスターはどこにもいなかったんです。そこには、ニコニコ笑っている赤ちゃんがいるだけ。その時主人と、「怖い、恐ろしい存在なん



奥山佳恵さんと美良生くん

かじゃなかったね」と言い合いました。生活してみたら、変わらない子育てがここにあると実感できました。それで、ブログの中で美良生の事を紹介しました。一番伝えたかったのは、「案外、普通だった」ということです。「ダウン症=恐ろしい生活が始まる」と思っている方がいるとしたら、私たちの経験を通じて、それを少し軽減できたかなあと。

ブログにコメント欄がありまして、多くて50件ほどコメントをいただくんですけど、美良生のことを紹介した投稿のコメントが5000件を超えました。その中で一番多かったご意見が、同じダウン症の子を育てているお母さん、お父さんから、「私たちも思っていたより普通だったと思っているんです」というご意見だったんです。「同じ思いをしている人がこんなにいるんだ」ということに背中を押してもらえました。

一歩でも多く外に出よう!

ダウン症のお子さんを持つ、アメリカの作家・社会活動家によって書かれた「オランダへようこそ」という詩があります(※本誌裏表紙に掲載)。障がいのある子どもを育てることを「夢だったイタリア旅行が、飛行計画の変更で突然オランダ旅行になったようなもの」と綴られています。その詩を初めて読んだとき、号泣しました。私は一生オランダの中で暮らし続けて、憧れのイタリアや、今までのイタリアの友達にはもう二度と会えないんだと思っていました。でも、実際はそうではなくて、私の領土が広がったんですね。イタリアもオランダも手にすることができて、世界観が広がり、イタリアの方にオランダの友達を紹介することもできる。「うちの子、オランダで生ま

れました」って、イタリアに連れて行くことができる。最初はみんな私と同じように驚き、身構えるけれども、私自身が美良生を知ってきたのと同じように、みんなにも美良生を知ってもらい、当たり前のように「佳恵ちゃんちの子」として見てもらっています。

それは地域についても一緒に、例えば商店街でお買い物をして、商店の方と知り合いになってしまえば、地域の子になると思うんです。「今日も元気だねえ」とか、「大きくなったねえ」って。うちの子も声をかけてもらっています。私が美良生を一年半育てて、「大したことないなあ」と思ったように、地域の方も「いて当たり前の子」と思ってくださればいいですね。

ダウン症の子もいろいろで、美良生の特性としては、おしゃべりは比較的上手なんですけど、身体能力が遅くて、3歳くらいまで歩かなかったんです。で、私はどうしたかというそれを悲観することもなく、まあそのうち歩けるだろうな、とのんきに構えて。美良生を小脇に抱えて、私が出かけたいからあちこち出かけました。「まだ歩けない美良生くん」をみんなに知ってもらえて、いざ歩けたときは地域の方も「歩けるようになったね!」って喜んでくれた。

心配事や悩みや、「この子に特性があるな」と思えば思うほど、一歩でも多く外に出ることをオススメします。外に出ると、風穴が空き考え方も広がります。いろんな風に当たって、いろんな光に当たって、風当たりが強いときもあるかもしれないけど、違う風が吹くときもあるし、いろんな気づきももらえる。勇気が必要なことかもしれないけど、表に出たほうが、心が変わると思います。傷つくこともあるかもしれないけど、こんな温かい考え方もあったんだということにも出会うし、それは出てみないと分からないことですね。

「人」を知れば、障がいは見えなくなる

これを言うと皆さんに強がりとか、現実逃避と言われることもありますが、私の実感として、今でも日々暮らすごとに、障がい児を育てているとは思っていないんです。それは私が美良生という「人間」を育てていると思っているので。障がいはいろいろあるんだと思いますが、障がいとして捉えるのではなくて、出来るところと出来ないところというように捉えています。美良生のおかげでいろんな特性を持った方にお会いする機会ができて、知れば知るほどその人の障がいって見えなくなるなと実感しています。



美良生くん

車いすに乗っていて、人工呼吸器をつけて、わりと見た目が重篤な障がいをお持ちの女性と知り合いました。最初は身構えてしまいましたが、お話ししたら「お酒飲む」って言うんです。失礼ですけど、そんなに大変そうなお体でお酒って飲めるんですか?と伺ったら、「胃ろうもやっているんだけど、胃からも酒を飲

む」って。胃ムリエを目指しているって仰るので(笑)、実際に胃からお酒を飲むところを見せてもらったんです。管からビールが入っていくのが見えて、「胃ごしがいい」って(笑)。2杯目が日本酒で、「胃ごしが熱い」とか言ってもものすごく面白くて、あつという間に仲良くなりました。定期的に彼女の家に集まって、飲み会をするんですが、私には彼女の車いすや人工呼吸器は目に入って来ないんです。ただの「胃ムリエ」には見えない(笑)。大笑いしてバンバン肩をたたいて、あんた面白いねーって話すんです。これが、「その人を知る」ことなんだなと思いました。



美良生くん

目の前の困っている人は、未来の困っている自分だと思えます

ボーイフレンドに車いすユーザーの筋ジストロフィーの男の子がいて、鎌倉に紅葉を見にいこうと誘ってもらって、デートしました。帰り道に印象的だったのが、鎌倉から帰るのに、乗り換えが必要だったら「この駅で降ります」と駅員さんに最初に言わなくてははいけないんです。駅員の方がスロープを用意してくださること自体はユニバーサルな温かいことだけれども、「僕たちはブラリ途中下車の旅ができない」って仰っていて、すごく歯がゆいなあと。まだまだ、みんなと一緒に同じ思いで暮らすには、工夫がいるなあと思いました。

私たち誰もがゆっくり時間をかけて少数派になっていくと思うんです。高齢になって車いすユーザーになったり、事故にあつて、ある日突然少数派になることもあります。ちょっとした段差で転んでしまった時に、「石畳じゃなくてフラットな道があればよかった」って思うよりも、少数派の人が暮らしやすい仕組みやサービスを作っておけば、ゆくゆくは「暮らしやすさ貯金」として自分に返ってくるのではないのでしょうか。目の前の困っている人は、未来の困っている自分だと思えます。このことは、いろんなことができない美良生に教えてもらいました。

これを読んでくださっている方の中にはいらっしやらないと思いますが、もし、「できない人はこちらに」とか、「やっぱり分けた方が世の中暮らしやすいんじゃないか」、「生産性が上がるんじゃないか」っていう考えをお持ちの方がいらっしやったら、あなたは事故にも合わず、ボケない自信はあるんですかとお聞きしたいです。私にはそういう考えはないんですね。日常生活の中で物忘れとか、できないこととか、きっと誰もが増えていくと思うんです。その中で、相手の困りごとを想像したり、困りごとを自分事と捉えて行動していけたら、誰にとっても暮らしやすい世の中になると思えます。

# ご近所ふれあい エピソード

特別編

千代田区で四歳から過ごし、今年二十歳になった鈴木俊太郎さん。母の英莉那さんと、二人を見守ってきた地域の皆さんに対談していただきました！

## 「千代田区の成人式に参加しました」



蒲生さんと一緒に♪

**俊:** 今年の成人式に参加して、会場で中川さんに会ったよね。

**英:** 区内の小学校の普通級に入学したいと希望したときに、たぶん無理だろうなと思っていました。でも面接に行ったその日に、面接官だった校長先生が俊太郎に黄色い帽子をかぶせてくれて、「入学おめでとう！」「お母さんはいつでも堂々としていなさい」と言ってくれて…すごくいい先生に出会えたなと思いました。

**中川:** その時、鈴木さんは真っ赤なスーツを着て行ったんでしょ？

**英:** 他区の方から、「普通級に入れるのは絶対無理」と言われ、「負けていられるか」という想いで(笑)。事情があって、3年生の途中から千代田小に通い始め、そこで支援員だった蒲生さんにお会いしました。

**蒲生:** 転校してきた当初、なかなか教室に入れなくて、廊下にあった金魚の水槽の横で一緒に座り込んでたね。その何日後、教室の入り口のそばの椅子に腰かけられるようになって。何かのきっかけで教室に入れるようになった。俊太郎さんの性格だから、すぐにお友達ができるとは思っていたけど、同じ学年の子と仲良くなったよね。

**英:** 蒲生さんにぴったりくっついて、甘えん坊だったと思うよ。



お泊り会の時に、パン・ドゥーシュの前で。

谷さんに、Social Good Roastersのコーヒーをプレゼント!



**俊:** あんまり覚えてないな〜(笑)

**英:** 今でも学校イベントの際、子どもを預かる部屋に行くとき蒲生さんがいて。地域の子育てに本当に長い間、関わってくださっています。

区内の学校に通って、何が一番楽しかった?と尋ねたところ、お泊り会だったそうです。一番町のお風呂屋さん「パン・ドゥーシュ」に行くと、それが楽しかったみたい。九段小学校では、上級生が下級生の面倒を見るような雰囲気がありました。休み時間が終わって俊太郎がずっと動物を見ていると、6年生の子が背負って連れてきてくれたりして。

## メロンクリームソーダの思い出

**英:** 進路のことなど、何かあると中川さんに必ず相談させてもらっていました。

**中川:** 私としては相談を受けているという気は全くなくて、一緒に考えていこうという感じでした。

**英:** 中川さんはいろいろ後押しをしてくれました。中学校に入学する時もすごく悩みました。他区の学校を見学したり、ああでもない、こうでもない。最終的には中川さんが、「麹町中にしたら」と。実際入学してよかったです。

**俊:** 麹町中は、6階の大きなプールにいったあと、階段で降りて教室に戻って、給食があって…。

**英:** 食べることがメインだね(笑)。制服も学ランで格好良かったよね。中川さんのすごいところは、「何か困ってることない?」って聞いてくれるのではなくて、俊太郎に「メロンクリームソーダ飲まない?」って、誘ってくれた(笑)

**俊:** 中川さんのことは、メロンクリームソーダのおばさんと言っていた(笑)

**中川:** 成人式の時も、メロンクリームソーダで乾杯したね。

**英:** いつもお茶を飲みながら、普通の会話の中からいろいろと聞いてくださり、支えていただきました。

## 「してもらう側」ではなく、「する側」に!

**英:** 谷さんと知り合ったのは、中学を卒業した頃。青少年委員会の事業で「ひがた探検隊」というのがあって。

**谷:** 青少年委員が、大学生・中高生のボランティアと一緒に、子どもたちをひがたに連れていくという事業です。年に4回、ひがたを歩いたり、カニや魚をとったりします。

**俊:** 海苔すき(生海苔を干して板海苔にする)もする。太陽で乾燥さ

せると、バリバリ!と音がします。その音をみんなでも聞きました。

**谷:** その音を聞けるのは稀なよね。

**俊:** その後、作った海苔で海苔巻きを作ってみんなで食べました。

**谷:** 俊ちゃんのご飯好きだからさ、パクパク食べるよね(笑)

**英:** 俊太郎はボランティアとして参加しています。何か「してもらう側」にいるのが当たり前でしたが、谷さんが「動けるんだから働くの当たり前でしょ!」って。その言葉がすごく印象的でした。「してもらう側」ではなく、「する側」にもなれるんだ!と。海苔すきの時に、力がある工程があるんですね。その工程をけっこう張り切ってやったりとか。谷さんが「俊ちゃんこれやって!」って声かけてくれるから。

**谷:** 私誰でも使っちゃうから(笑)

**英:** 対等なんですよ、谷さんは。そういう方と巡り合うことって、少ないんですよ。それが自然にできることが、すごい。

## コーヒー屋さんで働いています



**俊:** 仕事、すごい大変!

**中川:** すーごい大変でも、それが楽しいんだよね。

**俊:** そうだね(笑) たまたまお金で、嵐のCDとDVDを買いました!翔くんがすごい好き。テンション上がる!

**蒲生:** 働いて得たお金で、好きなものを買えるって、素晴らしいことね。

**谷:** まだまだ子どもだと思ってるのに、働いて、大人になっちゃって…。

**英:** 職場の仲間とも声をかけあ



鈴木 俊太郎さん (すずき しゅんたろう)

九段幼小、千代田小、麹町中に通い、現在は一般社団法人ビーンズSocial Good Roasters千代田に勤めている。20歳になり、千代田区の成人式に参加。嵐が好き。昨年、麹中祭でドラム演奏を披露。



鈴木 英莉那さん (すずき えりな)

俊太郎さんの母。お堀の会前代表。千代田区で15年野菜の販売、また麹中ファームの手伝いもしている。千代田区青少年委員。



蒲生 好永さん (がもう よしえ)

約十年前、千代田区次世代育成推進委員会の委員に参加。地域で子育て家庭を支える「子育て支援」の重要性を認識。その後、俊太郎さんも通った千代田小の3組(特別支援学級)の生活・学習指導員として3年間関わった。



谷 真理子さん (たに まりこ)

麹町小学校ワーク・わく・クラブ(学校休日土曜日のワークショップ)代表。俊太郎さんとは、青少年委員に所属していた頃からのつながり。



中川 典子さん (なかがわ のりこ)

子育て中に、永畑道子さんの「PTA歳時記」を読み、PTA活動の初期(1952年発足)における、学校でのP(保護者)と(先生)の子どもたちに対する真剣な取り組みに感銘を受け、PTA活動に参加。その後、青少年委員をつとめ、現在は教育委員として、学校教育の中で、自分には何が出来るかを考え続けている。

うことも職場の皆で一緒に考えながら、勉強してる。今度ぜひ飲みに来てください。

**英:** 最近は区内のサロンで利用してもらったり、企業さんに活用してもらったりしているみたいです。

**俊:** 今度俺が働いてお金が貯まったら、皆さんにご馳走します! デートしましょう。

一同: カッコいいー!(笑)

## これからの夢、チャレンジ!

**俊:** 僕はずっとドラムの練習もしています。去年は、卒業生として麹町中学校の文化祭で、演奏をしました。演奏が終わった瞬間に、「俊太郎ー!」「アンコール!」って声をかけてくれて嬉しかった。これからの夢は、ディズニーランドで働くこと!

**英:** 嵐の曲を演奏したら、みんな歌ってくれてよかったね! 麹町の先生が、「1組(特別支援学級)の生徒たちの誇りになった」って言うてくれたこともよかった。他のクラスの先生も、演奏を盛り上げるように歌っている生徒たちの姿を見て、普段生徒が見せない姿を引き出ししてくれたと言っていました。お互いにとっていい経験になったと思います。

**蒲生:** 3組で支援員として関わっていた時、子どもたちの将来が気がかりでした。でもこうやって立派に成長した俊太郎くんの姿を見ていて、本当に嬉しいし、地域で子どもたちを見守り育てることの良さを感じました。

**中川:** 困ったこと、困難なこと、苦しいことなどを抱えている立場の人と、関わりを持った組織やまわりの人たちが、問題を自分のこととして共有し、同じ立場で考え、解決していくのが、ダイバーシティ時代の福祉の第一歩だと思います。そこから、優しさ、嬉しさ、楽しさも共有できたら、素敵ですね。

**谷:** これからの俊太郎くんの事を、すごく楽しみにしています。チャレンジ精神旺盛な俊太郎くんの夢が叶ってほしい。私たちは俊太郎くんの応援隊です!



# 千代田区の福祉施設・機関 紹介マップ

ナビゲーター



★鈴木 俊太郎さん  
(すずき しゅんたろう)  
九段幼小、千代田小、麹町中  
に通い、現在は一般社団法人  
ビーンズSocial Good Roasters  
千代田に勤めています。



★水野 礼那さん  
(みずの れな)  
千代田区在住。現在、文京区に  
ある、未来教室 楷樹(かいのき)  
サークルに所属しています。俊太  
朗さんとは、長年の友達です。



## 障害者福祉センターえみふる

〒101-0062 千代田区神田駿河台2-5  
TEL:03-3291-0600/FAX:03-3291-0608  
Email:emifuru@chime.ocn.ne.jp



知的・身体・精神の3障がいを対象とした福祉サービスを一元化した施設です。えみふるとは笑みがあふれるという意味。センターでの活動を通じて障がいを持った方が地域での自立生活を充実し、笑顔になれるよう様々な支援をしています。

## 特定非営利活動法人ホープ

〒102-0071 千代田区富士見2-3-7  
タカオビル101  
TEL:03-3221-4266/FAX:03-6912-3234  
Email:office@hope-npo.org



障がい者・高齢者が在宅で安心して生活できる社会を目指し、個別支援や手話講座など様々な事業を行っています。ボランティア活動、ボランティアの受け入れも盛んで、地域のために活動したいという方、大歓迎です！



## 子ども発達センター さくらキッズ (特定非営利活動法人こどもの発達療育研究所)

〒101-0048 神田司町2-16  
神田さくら館6階  
TEL:03-3256-8162/FAX:03-3256-8160



区内在住の小学1年生までのお子さんの発達に関して、気がかりなことや心配なことについて専門職員が相談に応じる子育て支援施設です。お子さんの興味や力に合わせたプログラムで、楽しく通いながら、健やかな成長と発達をお手伝いをします。



## 社会福祉法人緑の風 ジョブサポートプラザちよだ

〒102-0074 千代田区九段南1-2-1  
千代田区役所3階  
TEL:03-3263-1841/FAX:03-5211-2816  
Email:cm-info@chiyoda-midori.jp



主に知的障がい者の就労支援や、個別の生活状況に合わせた作業活動を提供しています。区役所や近隣企業から受注する仕事はもちろん、区役所1階のパン屋さんからも焼き菓子製造や企業への出張販売・配達を請け負うことや、施設外での植栽メンテナンスやオフィス清掃なども取り入れ、地域に溶け込んだ支援をめざしています。



## 一般社団法人ビーンズSocial Good Roasters千代田

〒101-0054 千代田区神田錦町1丁目14-13  
神田テラス2F  
TEL:03-6811-0895/FAX:03-6811-0896  
Email:sgroasters@beanshelper.jp



コーヒーの焙煎を事業にした新しいスタイルの福祉作業所です。コーヒーの焙煎、テイクアウトコーヒースタンドの運営、企業のオフィス向けオリジナルブレンドの販売などを通して、障がい者が輝き、活躍できる職場になることを目的としています。



## ぴかいち(一般社団法人D&A Networks)

〒102-0093 千代田区平河町二丁目12-4  
フジビル2階  
TEL:03-3239-0686/FAX:03-3239-0687  
Email:pikaichi@d-and-a-networks.jp



「利用する子どもたちにとって一番に輝ける瞬間がたくさんできますように！」という願いを込めて、児童発達支援・放課後等デイサービスを行っています。個別プログラムから集団プログラムまで、「遊び」を通して「生きる力」を育みます。



## 障害者よろず相談MOFCA(モフカ)

〒100-0003 千代田区一ツ橋1-1-1  
パレスサイドビル1階  
TEL:03-6269-9755/FAX:03-6269-9754  
Email:info@mofca.net



障がいのある方、障がい者手帳を持たない心の病や発達障がいのある方、引きこもりの方に加え、そのご家族の方なんでも相談できる窓口です。



## 丸の内オフタイム倶楽部

千代田区在勤のAさん。ボランティアをしているという同僚に「丸の内オフタイム倶楽部」を紹介されました。



障がいのある方たちとの交流っていうけど、どんな感じなんだろう。資格や特技もないし…。

そんなAさんが「丸の内オフタイム倶楽部」に参加してきました！

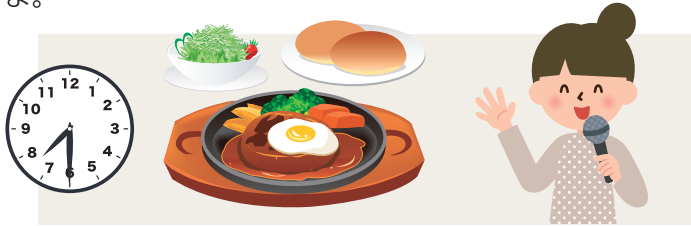
### オフタイム倶楽部のメンバーにお話を聞いてみました

#### ●一回の参加者数は

平均30名前後の方が参加しています。

#### ●メンバーはどんな人たちですか

個性豊かなメンバーが多く、いろいろな趣味を持っています。趣味の話をつきかけに一気に仲良くなることが多いですよ。



食事も終わるころ「ひと言タイム」がはじまり、各自の近況報告を話します。Aさんは先週行った箱根温泉の話をしました。「どうやって行ったの?」「そこ僕も行ったことあるよ!」など、好奇心旺盛なメンバーが目を輝かせて聞いてきました。



「丸の内オフタイム倶楽部」は、障がいのある方が仕事帰りに何気なく集まれる場所として設立されたグループです。

### 丸の内オフタイム倶楽部

- 参加費:食事代2,000円/回(2019年9月現在)
- 見学希望の方は、ちよだボランティアセンター(03-6265-6522)にお問い合わせください。



メンバーは、都内で働いている個性豊かな方々とボランティアさんです



場所は東京駅直結の老舗レストラン「ポールスター」。メンバーの皆様のパワフル&フリーダムな空気とモダンな雰囲気新鮮です!

### メンバーの皆さんにもお話を聞きました



笹谷さん

何も気負うことなく気軽に参加できます。きっと楽しい時間になります。



鈴木さん

友人と良い会話ができ、気持ち良くいられて気持ちよく帰れる場です。



鈴木さん

元気がもらえる場所。来たままを受け入れてくれる場所。癒しの空間です。



中谷さん

『ひと言タイム』では、たまに歌いだす人もいて大爆笑です。

最初はかなり緊張しましたが、親戚の家に遊びに行ったような感覚で過ごせました。ボランティアといっても特別なことはせず、一緒に食べておしゃべりしているだけでもいいですね。また行きたい!



# 手話サークル 千代田一麦会(いちばくかい)

千代田区在住のBさん。アニメ映画がきっかけで手話に興味を持ちました。



手話で会話できたらカッコいだろうな。

『千代田一麦会(いちばくかい)』っていうサークル、仕事帰りに寄れそうだな。行ってみるか。



まずは集まったメンバーでコミュニケーションをとります。



各クラスに分かれて手話教室が始まりました。

## 一麦会の見学にお邪魔しました!

「千代田一麦会」は、手話を通じて健聴者とろう者(聴力に障がいのある方)、お互いをつなぐ架け橋になるように、との願いを込めて作られたんだって。

手話未経験の僕は指文字から始めるんだって。これなら簡単にできそうだな。



手話って難しそうって思っていたけれど、今回は簡単な自己紹介ができるようになって、とても気持ちよかったよ。旅行などの交流イベントも楽しそうだなあ。

## メンバーの皆さんにもお話を聞きました

まずは入会10年のベテラン、伊藤さん「仕事とも家族とも違う世界があるのはありがたいですね。」「ろう者の方は、びっくりする位ストレートな言い回しで伝えることができます。慣れないときはとても驚きました。」

入会1か月の坂井さん。時々、初心者クラスで講師もしています。

「札幌から上京するまで若い人たちの手話しか知りませんでした。東京の手話や年配の方が使うような手話を知りたいと思い、入会しました。様々な手話で会話をするのが楽しいです。」



伊藤さん

「オレンジデイズ」がきっかけで興味を持ちました!  
手話の第一印象は「きれいだな」です。



坂井さん

仕事帰りに気軽に立ち寄れるのもポイントですね

手話サークル 千代田一麦会 (URL:<http://www.ichibakukai.com/index.html>)

■活動日:毎週水曜日 19時~20時30分

■会費:2,500円/年(4月1日~翌年3月31日まで) ※見学は3回まで

■見学希望の方は、ちよだボランティアセンター(03-6265-6522)までお問い合わせください



## グループ「あいあい」

先日、視覚障がい者体験に参加したCさん。  
視覚障がい者のサポートに興味を持ちました。



千代田区にも視覚障がいの方をサポートするグループがあるんだ!

グループ「あいあい」の活動に参加させてもらいました



私が横にいたから安心して過ごせたって言われてうれしかった!



### グループ「あいあい」 代表 辻さんからのメッセージ

「あいあい」ではボランティア活動を通じて障がい者の方に喜んでもらえたり、また逆に元気を頂いたり、色々な事を教えて頂いたり実感できる機会が多くあると思います。地域の結びつきも少なくなってきた中で、人との絆を大切に自分を成長をさせる機会と捉えて参加して頂けると嬉しい限りです。

### グループ「あいあい」

- 2~3か月に1回、平日の夜間に会合を開催。実際の活動は会で相談の上決定。
- 会費:1,000円/年(2019年9月現在)
- 見学希望の方は、ちよだボランティアセンター(03-6265-6522)にお問い合わせください。



サポートしてくれた人の存在が本当にありがたかったなあ

グループ「あいあい」は、2003(平成15年)年、視覚障害者、ガイドヘルパーボランティアが話し合いグループとして設立されました。グループ名はあい(目=EYE)、あい(愛)、二つの愛を重ねたものです。

現在、視覚障がい者の方の割合は約4割弱ほど。晴眼者(視覚に障がいのない方)のボランティアと一緒に一泊旅行、音楽会、映画会、落語鑑賞などで交流しています。



こんなにワクワクしたのは何年ぶりだったかなあ。

活動に参加したばかりの頃は、視覚障がいの方の事を”知っていたつもり”で緊張することもありましたが、メンバーのみなさんに助けていただき、今では楽しく活動しています。最初は支えようと思って入ったのに逆に支えられていたことも多いです。参加するたびに新鮮な驚きがあります!



# NPO法人 親子はねやすめ

## 買うだけでできる人助け!



ボランティアしてみたい、けれど時間がない…  
もっと簡単にできないかな

そんな君、このグッズをどう思うかい?



かわいい!  
どうしたの  
このグッズ?



去年、「NPO法人 親子はねやすめ」という区内の団体を支援するために販売していたチャリティーグッズだ!

出典: JAMMIN合同会社ホームページ

“羽を休めるようにほっと一息つく”そんなイメージで作られたグッズは当初思っていた倍以上の反響があったと代表の宮地さんが語っていました。

売り上げは、医療的ケア児のきょうだいが気兼ねなく遊べるようなイベントの運営資金になったとのこと。



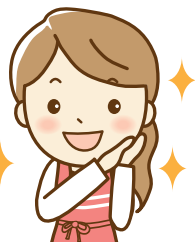
私の子どもと  
同世代なんだ…



重い病気や障がいで24時間365日医療機器が手放せない子ども(医療ケア児)と、ケアのため休むことができない家族やきょうだい。「親子はねやすめ」はそのような家族のためにイベントを企画したり、社会とつなげて関心を持ってもらうためにPRをしたり、そんな活動をしています。

これらのグッズをデザインしたのは、チャリティー専門のファッションブランド「JAMMIN」。1週間限定で、社会的問題を支援する様々な団体のコラボレーショングッズをつくっています。 <https://jammin.co.jp/>

気になったデザインや団体さん  
を見つけて支援するのも楽しい!



支援の方法はお金だけではないっ!



SNSでいいね!をするだけで、  
当事者のみなさんの励みになります

少しでもこの家族の力になればうれしい

NPO法人 親子はねやすめ

親子はねやすめ



ホームページ(<https://www.haneyasume.org/>)

フェイスブック(<https://www.facebook.com/haneyasume.org>)

ツイッター([https://twitter.com/npo\\_haneyasume](https://twitter.com/npo_haneyasume))





# オランダへようこそ

エミリー・パール・キングスレイ

私はよく「障がいのある子を育てるのってどんな感じ?」と、聞かれることがあります。そんな時私は、障がい児を育てるというユニークな経験をしたことがない人でも、それがどんな感じかわかるようにこんな話をします。

赤ちゃんの誕生を待つまでの間は、まるで、素敵な旅行の計画を立てるみたい。例えば、旅先はイタリア。山ほどガイドブックを買いこみ、楽しい計画を立てる。コロシウム、ミケランジェロのダビデ像、ベニスのゴンドラ。簡単なイタリア語も覚えるかもしれない。とてもワクワクします。

そして、何カ月も待ち望んだその日がついにやってきます。荷物を詰め込んで、いよいよ出発。数時間後、あなたを乗せた飛行機が着陸。そして、客室乗務員がやってきて、こう言うのです。「オランダへようこそ!」「オランダ!」「オランダってどういうこと??

私は、イタリア行の手続きをし、イタリアにいるはずなのに。ずっと、イタリアに行くことが夢だったのに]

でも、飛行計画は変更になり、飛行機はオランダに着陸したのです。あなたは、ここにいないではありません。ここで大切なことは、飢えや病気だらけの、こわくてよごれた嫌な場所に連れてこられたわけではないということ。ただ、ちょっと「違う場所」だっただけ。

だから、あなたは新しいガイドブックを買いに行かなくちゃ。それから、今まで知らなかった新しいことばを覚えないとね。そうすればきっと、これまで会ったことのない人たちとの新しい出会いがあるはず。ただ、ちょっと「違う場所」だっただけ。イタリアよりもゆったりとした時間が流れ、イタリアのような華やかさはないかもしれない。でも、しばらくそこにいて、呼吸をととのえて、まわりを見渡してみると、オランダには風車があり、チューリップが咲き、レンブラントの絵画だってあることに気付くはず。

でも、まわりの人たちは、イタリアに行ったり来たりしています。そして、そこで過ごす時間がどれだけ素晴らしいかを自慢するかもしれないのです。きっと、あなたはこの先ずっと「私も、イタリアへ行くはずだった。そのつもりだったのに。」と、いうのでしょう。

心の痛みは決して、決して、消えることはありません。

だって、失った夢はあまりに大きすぎるから。

でも、イタリアに行けなかったことをいつまでも嘆いていたら、オランダならではの素晴らしさ、オランダにこそある愛しいものを、心から楽しむことはないでしょう。

公益財団法人日本ダウン症協会発行

子育て手帳『+Happy しあわせのたね』より転載

出典:Emily Perl Kingsley/翻訳・佐橋由利衣

copyright ©1987 by Emily Perl Kingsley

Used by permission of the author. All rights reserved.

## ●ちよだ社協の広報活動●

あなたも  
ボラダーに  
変身!



毎週火曜日は「千代田でつなメール」(メールマガジン配信中)

QRコードで  
簡単登録

メルマガでしか知ることができない!? 千代田区の地域活動やボランティアの最新情報を配信しています。登録はこちらから簡単にできます。

<http://i-magazine.jp/bm/p/f/tf.php?id=chiyodashakyo>



### ■「ちよだ社協だより」

◎発行:年4回(4・7・10・12月)

ちよだ社協の「はあと」を伝える情報誌。千代田区社会福祉協議会の事業をわかりやすく掲載。※区内の各施設でご覧いただくか、新聞(朝日・読売・日経)各紙にて折込配布(一部地域除く)



### ■情報マガジン「ボランティア」

◎発行:年6回(偶数月の25日)

ボランティア団体や施設等のボランティア募集情報、助成金情報、参加者の声などをお届け。ボランティア情報ステーション(区内約400箇所)で無料配布中!ボランティア希望者には個別送付可。



### ■「ご近所かわらばん」

◎発行:年3回(5月・9月・1月)

ちよだ社協は、区民の皆様と協力して、地域の支え合い活動「ご近所福祉活動(町会福祉部活動)」を進めています。この取り組みや地域の情報をお伝えしています。区内各施設でご覧ください。

