



増刊HSK ステップ

石川県肢体不自由児協会
石川県肢体不自由児・者父母の会連合会

平成 26 年 12 月 26 日 発行
第 22 号

さわやかレクリエーション



風船バレー



ハンドアーチェリー



表彰式

平成 26 年 10 月 12 日 (日)、津幡町立津幡小学校でさわやかレクリエーションが行われました。参加者 54 人に明るく素敵なボランティア 5 人の方とフーセンバレーとハンドアーチェリーを行いました。フーセンバレーはチーム全員のタッチがないと相手コートに返せないこと、ハンドアーチェリーの賞品に跳び賞があった事で好評を得ました。どちらも笑顔が沢山見られて親子で兄弟で皆が楽しめました。ルールが分かりにくい、審判が厳しかった、ゆっくり出来る時間があつたら、というご意見もあつたようで、次回 (あるのかなあ・・・) に生かせたらと思います。

最後に参加して下さった皆様、ご協力して下さった皆様ありがとうございました。

津幡町父母の会 ラフ

☆ 第 4 7 回全国大会・第 4 9 回東海北陸地区ブロック大会 ☆

上記両併設大会が愛知県豊橋市で 9 月 6 日(土)、7(日)の両日に渡りロワジールホテル豊橋を会場として開催されました。

「住み慣れた地域で、共生社会の実現を目指して～どんなに重い障害を持っていても地域で普通に生きる～」をテーマに開会式、記念講演「障害者スポーツと Q O L」、基調講演「障害児(者)医療学寄附講座と医療的ケアについて」が第 1 日目に行われました。特に講演では医療・教育・福祉の支え、在宅医療や医療的ケアの捉え方、重症児者に対する家族を含めた支えの仕組み等の話がありました。

夜の情報交換会では、遠くの人が見えないくらい大きな宴会場で、三河万歳を始めとして多くの出し物の中他県の会員の方々と多くの交流が持たれました。

2 日目は地域医療・教育・福祉の現場・親亡き後の支援等それぞれの立場からの話題提供があり、その後フロアの参加者からの質疑が行われました。

来年の全国大会は、9 月 12 日(土)、13(日)「重度障害児者への支援～当事者の暮らしを支える支援のあり方」をテーマに、香川県高松市「サンポート高松」で開催予定。

・・・全国大会に参加して・・・

・高等部を卒業して 4 年、穏やかに過ごすことが出来ていてあっという間に過ぎていました。

全国大会に参加して保護者の悩みや親亡き後の話などを聞くうちに、石川の皆さんとも踏み込んだ情報交換がしたいなと思いました。全国大会でパワーを貰いましたよ！

ありがとうございました。

K・K



・今回が初めての全国大会出席でしたが、愛知県の父母の会の皆さんの大会を盛り上げようとする情熱と、突き上げるようなパワーに終始圧倒されました。

個人的には、さくらピアという福祉施設が、昨今の自然災害の実例に即して行った避難所体験を紹介した災害予防講演が心に残りました。

漠然と思っただけでしたが、具体的な実践報告を聞き、あらためて障害のある子どもとともに避難所で生活することの難しさや、“自助・共助”の重要性について考えさせられました。

2 日間で得られたいろいろな情報を、地域での活動に生かしていきたいと思います。

R・H

・全国大会に初めて参加し、私たちの子どもたちがよりよい生活を送るためにたくさんの人達が真剣に考え、支援してくれていることを改めて深く実感させられました。何事も当たり前ではなく親もフレッシュな気持ちを保ちながら楽しく明るい生活を送られるよう努力していこうと思うことができました。ありがとうございました。

K・M

・今回の大会に参加できよかったです。シンポジウム、基調講演、父母の会の寸劇と我が子の事を思いながら聞いていました。これからの参考にしたいです。
ありがとうございました。 H・H

・皆さまには親切にさせていただいて大変感謝しております！情報交換会では短い時間でしたが、とても楽しい時間でした。ありがとうございました。 A・N



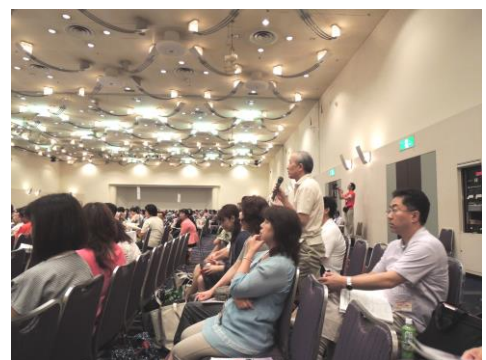
・医療的ケアなど、多くの情報得ることができました。また、他県のヘルプカードの取り組みも知ることが出来たので今後の参考にしたいと思います。 S・T



・情報交換会後、シンポジウムのパネリストのお話する機会がありました。学校在学中、卒業後も100%のケアと言う答えがあるわけではないが、7年その子のために努力し続けることを強く語られていた。 H・U

・講演・シンポジウムと貴重なお話が聞けました。親として何が出来て、これから何が必要かを改めて感じました。“目的達成のための方法を支援と考える”これが、頭に残っています。何かにつなげていけば良いと思いました。 R・F

・記念講演でロンドンパラリンピック日本代表加藤啓太さんの話がとても良かったです。就職活動で40社落ちたのち、NPO 法人を設立し障がい者の立場に立った支援事業をしているそうで、勇気と前向きなチャレンジャー精神に満ちていました。ボッチャでの活躍も、しっかり練習時間を確保し、アスリートとして頑張るとともに健常者アスリートを健常者アスリートの社会的地位の違いなどを改めて提起され、今後、日本の障害者スポーツへのいろいろな支援を広げていけたらと思いました。 Y・Y



・「障害があっても普通に生きる」のテーマの元、同じ人間として生まれた自分には何かを得て帰って、同じ作業所や訓練所の仲間になまって「ただいま」とだけ言うまいとの気持ちで大会に参加した。

広島のコナーでは、土砂災害での募金をしていたが、元気に立ち上がって頑張してほしいと思った。 Y・N



☆ 金沢市長賞を受賞して ☆

小林 富彦

25年以上協会役員を勤めたと推薦していただき、11月3日文化の日に金沢市長賞をいただきました。誠に有難う御座います。

思い返れば永い様で短い年月でした。昭和62年4月県養育院長として初めて理事会に出席の時、野瀬さんが「いやあ、よう若い人が来てくれた」と喜んで下さり、確かに当時髪もそれなりに有る40歳でした。自分達は卒業後の進路を心配している時、先輩方は親亡き後の心配をされていて、先を見た思いの違いに衝撃を受けたものです。養護学校として全国初の小規模作業所「たんぽぽ」を立ち上げ、がむしゃらに進んでいた頃でもありました。平成2年4月に「夢工房」がオープンし、会員の皆様にも大変ご協力をいただきました。

野瀬会長さんが旅立たれ、岡部会長さん、大寺会長さんと立派な方々に引き継がれ、さらに若くて素晴らしい松田会長さんの下、とても充実した会として歩んでいます。

お母さん方の活躍もすごく、一番の思い出は平成18年の全国大会です。皆様お一人お一人の団結力で最高の大会を開催できました。

受賞に当たり、これまでのいろいろな事を懐かしく思い出しております。

☆ 映画招待会開催 ☆

今年も例年通り、金沢兼六ライオンズクラブ様のご厚意により、8月24日（日）にユナイテッド・シネマ金沢にて映画鑑賞のご招待会がありました。今年の映画は、今年話題の「STAND BY ME ドラえもん」。200名以上の方々に参加いただき、映画会後にはアンケートを書いていただきましたので、少し紹介したいと思います。

◎毎年参加しています。新しい映画が見られるので、日頃、外出が難しい子にとってよい夏休みの思い出になります。ありがとうございます。

◎子ども達が初めての映画とあってとても楽しめました。貴重な体験ありがとうございました。このような機会をいただいて感謝しております。

多くの有難いご意見をいただいております。周りの人に気がねなく映画鑑賞を楽しむ。是非、続けていきたいと思っております。



☆ 金沢兼六ライオンズクラブ CN50周年記念大会出席 ☆

金沢支部長 高松 昌一郎

今年、金沢兼六ライオンズクラブ様が50周年を迎えられるという事で、記念式典に参加させていただきました。県内だけでなく、仙台、香川や富山など全国の姉妹ライオンズクラブの代表の方々も来られ、総勢500名を超える大変大きな式典でした。その際に、映画鑑賞ご招待会のお礼の気持ちを込めて感謝状をお送りしました。また、継続してこの事業を行っていただけるようお願いもしてまいりました。

金沢兼六ライオンズクラブの多くの会員の方々からも、これからも引き続き協力していきたいとの言葉もいただき、大変有意義な記念式典でした。

☆☆ バザーのお礼 *☆☆*

9月28日（日）に行われた「石川県障害者ふれあいフェスティバル」の福祉バザー用品の商品等をたくさんご提供いただき有難う御座いました。（感謝、感謝）

【ご寄付者】

公設花き市場運営協会様、北陸コカ・コーラボトリング株式会社様、中村真美堂様、松田郁夫様、紺井好美様、小林富彦様、野畠悟様、林和子様、

*★☆☆ 平成 26 年度 地域指導者育成セミナー開催 *★☆☆

上記のセミナーが、本年度もブロック大会開催県（愛知県）名古屋市で 11 月 15・16 日の 2 日間にわたり開催され、東海北陸地区 7 県より 30 名近くの会員が集い、当会より内灘町父母の会から 3 人の方が参加されました。

初日は成年後見制度についての講演の後、「肢体不自由児者と家族のための成年後見制度」のテーマでその必要性和どんな点で不必要か必要な身上監護、代理権や代理権行使の制限等について、2 日目は「相談支援について」について、不安に思うこと、利用計画作成の進捗状況、ニーズの反映や相談員の質等についてそれぞれグループ討議がなされた。



** 参加者の感想 **

◎成年後見制度は必要か必要でないかは、現在はまだわかりません。でも将来の選択の一つに加えられると。これから考えるきっかけとなりました。

相談支援員は、不足しています。誰もが子どもを良く知っている方に、利用計画を作成してほしいと願っています。我が家でもいま作成してもらっています。急いでいるわけではありませんが、書類等大変です。より良い生活を過ごせるためのものであってほしいと思います。

◎1 日目に制度が必要かどうかわが子に照らし合わせて意見を出し合いました。財産管理、身上監護という制度の目的はわかりましたが、実際わが子のことを理解してくれる人、将来を安心して委託出来る体制や人を求めている声が多かったです。

◎2 日目の相談支援事業については、確かに必要性があるのか、相談員の地域格差にはかなり問題があり、知識の質の良し悪しも関わり行政とのパイプ役はやはり親がやる等、まだまだ親の負担は軽減しないそうです。3 ヶ月に 1 度のモニタリングを通じてサービスの質の向上を計り、在宅において介護者の負担を軽減し無理のない介護ができるようなプランにしたいと思います。グループ討議方式で、参加者の思いや状況が良くわかり充実した時間を過ごせました。



☆…☆…☆…☆…☆ 活動報告 ☆…☆…☆…☆…☆

心理リハビリテーションの会全国大会（長野大会）に参加して

あゆみ療育の会 松本茂美

12 月 6 日～7 日の 1 泊 2 日で、長野市で開催された全国大会にあゆみ療育の会の代表として、5 名で参加しました。

今回のテーマは、「生涯にわたり動作法と向き合える環境づくり」ということで、各地での取り組みが紹介されました。動作法は主に特別支援学校で行われているため、卒業し年数がたつと保護者の高齢化などで続けることが困難になります。特に肢体不自由者にとって訓練は生涯必要です。毎日通っている作業所内で訓練を受けられるのが、理想的だと思います。

私の娘は、あゆみ療育の会に入り動作法の訓練を始めてから、もう 15 年近くになります。ゆっくりですが確実に変化しています。以前は歯に物が当たただけで反射的に力が入り強く噛みしめてしまうため、よく自分の指を噛んでしまい出血していました。今はもう自分の指をかむことはありません。5～6 年前には歯医者で治療の際に、奥歯に 2 センチ位の丸い棒をかまされて強引に口を開けさせられていましたが、今年は自分で口を開けて治療する事が出来ました。これは大変な進歩です。また、薬を飲む際にうまく飲み込まずにこぼしてしまうことがよくありましたが、これも今はまったくありません。他にもいろいろと変化があります。

このように 30 歳を過ぎても効果があるのはとてもうれしいですし、ずっと続けていける環境を整えるために親として努力していきたいと思います。全国大会でさらにその思いを強くして帰ってきました。

支部だより

★★ 金沢市父母の会 ★☆

金沢市の教育プラザ富樫とのコラボ企画「もぐもぐゴックン教室～咀嚼・嚥下に障害のある子ども達が美味しく食べられる食事について～」をテーマに、講師永井陽子さん、アドバイザーとして金沢こども医療福祉センターの可長先生をお迎えしクッキング教室を行いました。

第1弾は平成26年10月21日(火)「粉寒天を使用して簡単調理」～いろいろな飲み物を飲みやすく～

第2弾は平成26年12月9日(火)「おいしく食べやすい簡単クリスマス料理♪」と題し、咀嚼・嚥下に障害のある子ども達も食べ易いケーキ、ポタージュを調理し、更にいろんなソースで楽しく食べる工夫したクリスマスメニューを完成させました。



打ち合わせ風景



講師 永井陽子さん



講師 可長京子さん

《もぐもぐゴックンレシピ》第1弾

粉寒天でフルフルゼリー
りんごジュース

(材料) 100%りんごジュース 600cc
粉寒天 2g
りんご 1/2 個

(作り方) ① 小鍋にりんごジュースと粉寒天を入れて混ぜる。
②①にりんごをすりおろしながら加える。
③ ②を火にかけ、沸騰したら2分加熱する。
④粗熱をとって冷やす。

レモンサイダー

(材料)
粉寒天 2g
A 砂糖 大さじ1
レモン汁 大さじ2
サイダー 400cc

(作り方) ① Aを混ぜる。
② ①にサイダー200ccをいれレンジで1分加熱。
③②を底から混ぜてレンジで1分加熱。
④残りのサイダー200ccを加える。
⑤冷やす。

やわらかチキンHAM (4人用)

(材料) 鶏むね肉 1 かたまり
ポカリスエット 適量
きゅうり 1 本

(作り方) ①鶏むね肉はフォークで穴をあけ、ポカリスエットに半日漬ける。
②①のしるけを取り、ラップで巻く。(二重に)
③鍋に水を入れて沸騰させ、②を入れる。再び沸騰したら火を止めて、蓋をしてそのまま冷ます。
④冷めた鶏むね肉を薄く切る。
⑤きゅうりは、半分を付け合わせ、もう半分をペースト用にすりおろす。

豆腐マヨ (4人用)

(材料)
絹豆腐 1/2 丁 (150g)
サラダ油 大さじ4
酢 大さじ2
塩 大さじ 1/2
練りからし (大人) 適宜

(作り方) ① 豆腐を水切りする。
(レンジでラップなしで2～3分)
② ミキサーに①の豆腐・酢・塩を入れて回す。
③②にサラダ油を少しずつミキサーで混ぜながら加える。
④大人は練りからしを加える。

☆☆☆TOFUトライフル☆☆☆

フルーツきらら&チョコっとバナナ

(材料) 絹豆腐 150g ☆フルーツきらら (いちご・キウイ) 適量
 オリゴ糖または蜂蜜・砂糖 大さじ 2 ☆チョコっとバナナ
 スポンジケーキ 適量 (チョコレートソース・バナナ) 適量
 バニラエッセンス 適量

(作り方)フルーツきらら

- ① 豆腐クリームを作る。
 しっかり水切りした豆腐とオリゴ糖・バニラエッセンスを合わせ、ミキサーにかける。
- ② ①を二等分する。
- ③ いちご・キウイを刻む。
- ④ ボウルにスポンジケーキ→豆腐クリーム→刻んだいちご・キウイ→スポンジケーキ→豆腐クリーム→刻んだいちご・キウイの順に重ねる。
- ⑤ しばらくおいて、皿にボウルをひっくり返して、表面に豆腐クリームを塗る。

(作り方)チョコっとバナナ

- ① 上記の①にチョコレートソースを加える。
- ② いちご・キウイの代わりに、バナナをつぶす。
- ③ ボウルにスポンジケーキ→豆腐クリーム→刻んだバナナ→スポンジケーキ→豆腐クリーム→刻んだバナナの順に重ねる。
- ④ しばらくおいて、皿にボウルをひっくり返して、表面に豆腐クリームを塗る。

※今回載せられなかったレシピは
 次号で紹介します。



もぐもぐゴックン教室に参加して、今年も素敵なクリスマスメニューができあがりました。家族と同じものを食べさせたいと思う先輩ママのアイデアに毎回驚かされます。明るくて元気いっぱい先輩ママの姿は何も言わなくても「だいじょうぶだよ」と小さいお子さんを持つ後輩ママたちに語りかけているようで心強い限りです。ありがとうございます。これからも、子どもたちがおいしくごはんがたべられるようにリハビリを通して健康な身体作りを頑張ります。また、みんながおいしく食べられるメニュー作りお手伝いを続けたいと思います。ごちそうさまでした。

☆…☆金沢こども医療福祉センター 作業療法士 可長 京子☆…☆



ポイント

とろみ材の使い方

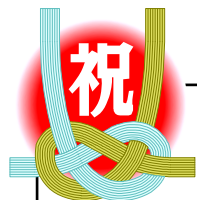
◎飲み物だけではありません。食事を食べやすくするためにも便利です。

- ・魚や酢の物・和え物などの野菜など、口の中でまとまりにくい食材には、とろみの粉を少量、お料理に直接ふりかけます。まとまりやすくなり嚥下しやすくなります。
- ・魚、肉料理などがばさつくときや、外出などでごはんが固いときなど“あん”を作るのに便利です。おつゆ・スープ・だし汁・ケチャップをうすめたものなどにとろみ材を加えて“あん”を作り、食べ物と混ぜて使います。

《～おねがい～》

最近のとろみ材は飲み物の味を変えることが少なくなり、おいしくなっています。年長になるに従って水分でむせやすくなるお子さんが増えます。軽い咳でも放置すると気管が炎症を起こしやすくなる、慢性的に咳き込みやすくなるなど、危険です。

とろみ材を使って、咳を防止し、元気に過ごしてください！



*** お知らせコーナー ***

「成人を祝う会」のお知らせ

平成27年1月18日(日)午前11時～午後14時30分社会福祉会館4階大ホールにおきまして、新たに成人となられた方をお祝する「成人を祝う会」を行ないます。

成人になられた皆さんの晴々とした姿を楽しみにしております。

当日は、記念写真やお祝いの記念品を用意して、該当の皆さんのご参加をお待ちしております。

愛の絵はがき好評にて完売！

.....26年度版.....

今年もまた「愛の絵はがき」と新たに「一筆箋」の販売をしました。

新たに作成したので様子見のため、絵はがき、一筆箋とも例年より少なめのためいつもより早く終了致しました。

御協力を感謝すると共に完売後の注文でご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。



「研修会」のお知らせ

これからの子どもの生活を考えよう！！（知ることは宝）

新たな知識が行動や考えの幅を拡げ、そこから人とのつながりの拡がりも増え、子どもの成長をより豊かな拡がりへの可能性へ・・・（どなたでもご自由に参加を）

研修会 「日常生活自立支援事業と成年後見制度」（仮題）

日時 平成27年2月18日（水）13:00～受付 13:20～14:50

場所 いしかわ総合スポーツセンター 2階 会議室 （金沢市稚日野町北222）

講師 金沢市社会福祉協議会

※ 日常生活自立支援事業・・・判断能力が充分でない方の権利を擁護することを目的とし、地域で自立した生活を支援する制度。（最近利用するケースが）

・・・内容として福祉サービスの利用支援、日常金銭管理支援（生活に必要な金のお出し入れ、公共料金、年金等）、日常生活での必要手続き（住民票、住居等契約手続き等）、書類等預かり（証書、通帳—金融貸し金庫等）

*** 皆様に感謝 ***

【ご寄付】 山口功勝様、藤 純慧様、佐藤昭典様
 蓑地純子様、酒元礼子様、村川利佳様
 小林富彦様、野島 悟様、樋口日出夫様
 ～ご寄付ありがとうございました～

◎会費納入へのお願い◎

多くの方の会費へのご協力のおかげで、ブロック大会や諸行事等いろいろ開催することができました。まだ、会費納入をお忘れの方は振込用紙等事務局に御座いますので連絡いただければ幸いです。今年も残り少なくなりましたが、明年もよき年でありますよう念じています。（事務局）

編集後記

12月に入り、雪が降り寒い日が続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？

今回は、金沢市で行われた「もぐもぐゴックン」のレシピを載せさせていただきました。とっても美味しいので、お忙しいとは思いますがお子様に作ってみてくださいね！そして、第2弾もご期待ください。

2014年～ありがとう。2015年もよろしく！

作成スタッフ一同

*** お問い合わせ・ご連絡 ***

お気軽にお電話ください。

編集人：石川県肢体不自由児協会

石川県肢体不自由児・者父母の会連合会

連絡先：〒920-8557（事務局）

金沢市本多町3-1-10

石川県社会福祉会館内

電話・FAX 076-224-6126

Eメール ishikawakenshiren@movie.ocn.ne.jp

発行人：北陸障害者定期刊行物協会

富山市今泉312

定価 50円

H S K 1994年8月4日
 毎月12回
 (1. 第三種郵便物承認
 3.
 5.
 8.
 10.
 13.
 15.
 18.
 20.
 23.
 25.
 28日)
 発行