

戸山サンライズ

特集 障害児者と家族支援

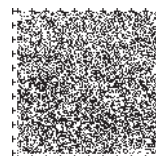
スポーツ 見えない壁だって、越えられる！
～視覚障害者・聴覚障害者・盲ろう者を対象としたクライミング～

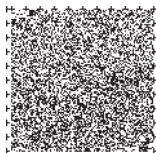
レクリエーション 障がい者青年学級

グラビア 第34回 障害者による書道・写真全国コンテスト 結果発表



全国障害者総合福祉センター





←これは、SPコードです。
専用読み取り装置の使用により、誌面の内容の音声出力が可能です。

第34回障害者による書道・写真全国コンテスト

写真部門 金賞「微風」

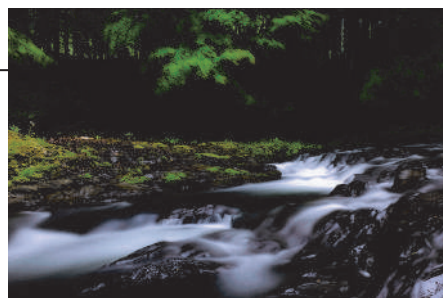
北海道 久保 克美

(作品PR)

クリン草と溪流を撮りに行ったのですが、時期が遅かったです。雨が降りそうになり帰ろうと思った時、風が吹き、木の葉がゆれてきて、これだと思って撮った一枚です。

(寸評)

スローシャッターで、木の葉の揺らぎと川の流れ、人間の想像力を超えた自然の光景が幻想的な情景が見事に表現されています。露出を少しアンダーにして幻想的風景に仕上げています。



このコンテストは、障害者の文化活動等の推進を図ることで技術の向上、自立への促進並びに積極的な社会参加を目的として、(公財)日本障害者リハビリテーション協会(全国障害者総合福祉センター)の主催により毎年開催されているものです。第34回を迎えた今回のコンテストでも、全国各地より151点(写真部門)にのぼる素晴らしい作品がよせられました。

目次

2020年冬号

■特集：障害児者と家族支援

- 障害児・者ときょうだい支援——田部井恒雄 1
- 年間行事を通して心臓病児者とその家族の幸せのために寄り添いたい—塚原 久美 4
- 家族支援としてのきょうだい児支援——五十嵐菜々子 8

■スポーツ

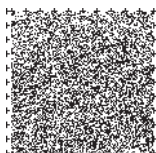
- 見えない壁だって、越えられる！
～視覚障害者・聴覚障害者・盲ろう者を対象としたクライミング～—木本多美子 11

■レクリエーション

- 障がい者青年学級——松田 泰幸 14

■グラビア

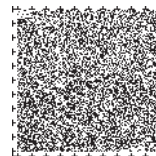
- 「第34回 障害者による書道・写真全国コンテスト」結果発表——18



障害児・者ときょうだい支援

全国障害者とともに歩む兄弟姉妹の会

田部井 恒雄



障害児・者の問題を考える時に、その家族との関係抜きにこの問題を考えることは出来ません。一方、家族と言うと親の事だけが考えられがちですが、きょうだいも大事な家族です。そして、きょうだい同士の関係は、互いの人生に大きく影響します。理想は、きょうだい同士が、それぞれその人なりの自立した生活をしつつ支え合うことです。

しかし、障害のないきょうだいも、様々な辛い思いをするために、この理想のようにならない場合が少なくありません。本稿では、きょうだい同士がそれぞれ充実した人生を送れるような、障害のないきょうだいに必要な支援を考えます。併せて、きょうだい同士の自立についても考えます。



(絵 あべ ひろみ)

*以後、障害のないきょうだいを“きょうだい”と書き、障害のあるきょうだいを障害児、障害者、障害児・者と書きます。

*障害児・者の家族への支援、きょうだいへの支援という事が国レベルで考えられるようになったのは、2008年（平成20年）に、厚労省が主宰した「障害児支援の見直しに関する検討会」の報告です。その継続として2014年（平成26年）には「障害児支援の在り方について」という報告書が出され、その中で障害児のきょうだいへ

の支援が重要であると述べられました。

* 当会では、会員を中心に「障がいのある人の“きょうだい”についてのアンケート」を実施しました。現在そのデータを分析し“きょうだい”の課題などについてまとめつつあります。そこから分かったことも含めて書きます。

（１）“きょうだい”が育ち生きる中での辛い思い

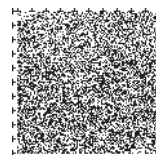
障害のある子供が生まれると、親はショックを受け、始めはその事実を中々受け入れることが出来ないことがあります。そしてその子育てが始まると、特に母親はその子供を一人で抱え込み、すべてがその子を中心に回り始めます。その結果“きょうだい”が後回しにされることが多いのです。成長すると、社会の中で様々な辛い思いをするようになります。親との意見の相違も出てきます。それらの事を年代ごとに考えてみます。

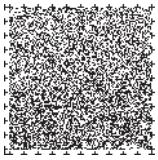
（幼少期） *親の愛情を感じたい時期です。

○親にかまって欲しいのに、後回しにされたり忘れられたりして、親の自分への愛情を疑ってしまうことがあります。

○障害児に物を壊されるなど“きょうだい”が困ることをされても、親は障害児に注意するのではなく、“きょうだい”の不注意などのせいにされることがあります。

○しかし“きょうだい”は、親の大変さを理解しているとともに、自





分を「良い子」と認めて欲しい等のために、その気持ちを親に話すことが出来ないことが多いのです。そのためもあり、親は“きょうだい”の気持ちに気が付かないことが多いのです。

(学齢期・思春期) * 将来への影響が大きい時期です。

○学校で学友などからの「いじめ」に苦しむことがあります。

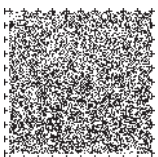
○親から障害児の世話を当たり前のように頼まれることもあります。特に、自分がしたいことがあるのに頼まれると、自分は何のために生まれてきたのかと納得がいけないこともあります。

○友達から、家族でレストランに行ったなどと聞いても、自分は家族では行ったことがない等、障害児がいるために自分の家族は普通の家族と違うことに気が付き悲しくなることがあります。

○友達と家族の話をしているときょうだいの話になった時、障害児がいて大変だと話すとその場が白けてしまった。だから、もう障害児がいることは話さない、と言う人もいます。その結果、孤独感を感じる人が多くいます。まれですが、大事なことから逃げてしまうような姿勢が身についてしまうこともあります。

○思春期になると、誰でも将来の事を考えるようになります。障害児はどうなるのか、自分は障害児にどのように関わらなければならないのか、等が大変心配になりますが、親も含めて誰も教えてくれる人がいないことが多く、不安がつります。特に、自分はどんな仕事につけばいいのか、結婚できるか、親が障害者を世話できなくなった時はどうなるのか、等が大きな心配事です。

○親の姿勢に疑問を持つこともあります。障害児がなかなかできないことがある時に親がすぐに手伝うこ



とがよくあります。“きょうだい”は「もう少し待てば自分でできるのに」と思います。障害児が人に迷惑をかけた時も親が誤ったりする場面を見ると「だから迷惑をかけることがいけないと分かるようにならないのだ」と思うなど、障害児の「自立」に対して親より客観的です。それは、自然に将来の事を考えているためかもしれません。

○親に、過度の期待をかけられることもあります。

「障害児には期待できないから、お前は一流大学に行け、医者になれ」などと言われてしまうのは辛いことです。

○上記のような状況の中で、まれですが、引きこもってしまう人もいます。

(青年期) * 社会に出てからの課題が現実になる時期です。

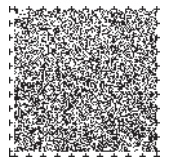
○障害者関係の仕事につく人の割合が多いことは事実です。親から期待されてという場合もありますが、自分で望んでと言う人も少なくありません。実家からあまり離れないような仕事を選ぶこともあります。

○結婚については、多くの方は普通に結婚しますが、障害者があるために結婚に結びつかない人もいます。相手の理解とともに、相手の家族の理解が難しい場合があります。結婚しても実家からあまり離れないような相手を選ぶこともあります。自分から結婚をあきらめたり、望まない人もいます。

○親亡き後と言うより、親の支援なき後（親が世話ができなくなった時）が現実味をおびてきた時に、親にその心配を話しても「大丈夫」と言って取り合ってくれないことが少なくないようです。

(熟年期) * 親はすでに無く、“きょうだい”が親に代わって障害者に関わる時期です。

障害者がどのように自立しているかが最も大事なことです。



○“きょうだい”も「もし自分がいなくなったら・・・」つまり「きょうだい亡き後」が心配になる人も少なくありません。自分の子供にまで頼めない、ということです。

○自分は一切関わらないという人もいます。もちろんそれで良いと思います。障害者は社会が支えてくれます。しかし、その人の本心は辛いものがあるのではないのでしょうか。

(2) “きょうだい”に必要な支援

“きょうだい”は上記のように各年代で様々な辛い思いをします。



それを軽減したり、理想を言えば“きょうだい”であることをプラスにとらえることができるようになるために、どのような支援があると良いのでしょうか。主に“きょうだい”たちとの語り合いを通して感じたことは次のようなことです。

①一番は、特に幼少期の親の理解です。自分も親に愛されているという事を実感できることが重要です。毎日少しの時間でも親と語り合うなど親を独占できる時間を持ったり、障害児を人に託している間に親と外出したりすることなどで

②親の中には、高齢になっても障害者から自分の手を離そうとしない人が少なくありません。このような場合は、障害者も親から離れることができないことがあります。親と障害者の「共依存」と言えます。親が頑張ってきたことを“きょうだい”は理解しています。しかし、それでは親の支援が亡くなった時に最も辛いのは障害者です。親は、障害児・者の世話だけが生きがいにならないように、また自分だけで頑張ることがないように、必要な支援を受けることが



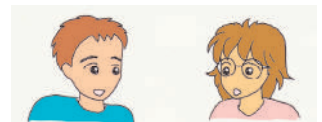
重要です。同じ立場の親の仲間とつながることも大切です。

③自分は一人ではないという事を実感できる場があることも大切です。自分と同じ悩みを持っている“きょうだい”との出会いです。

私たちのような大人の「きょうだいの会」では、様々な“きょうだい”としての悩みなどを語り合います。初めて参加した人のほとんどが「このように安心して自分の悩みを話せたのは初めてだ。とても気持ちが楽になった。もっと早くこのような仲間に出会っていれば良かった」と言います。体験に基づいた制度などの学習会や専門職の会員に相談もできますので、課題の具体的な解決策が学べます。

子供の頃に、親の会や学校などが主催して、子どもの“きょうだい”の集まりがあると、自分は一人ではないことが実感でき、その年代にあった学習の機会があれば、辛い思いは早期に軽減されます。

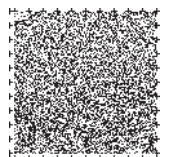
④学校などでは先生が理解者となってくれて、いじめや家庭で



の悩みなどを聞いてくれたり、親に話をしてくれると気持ちがとても楽になります。

⑤学校で障害への理解を深める学習を積極的にしたり、障害のある子供との交流の場やインクルーシブな教育があれば理想的です。

⑥障害児・者の自立に向けて、親や学校の先生、社会に出れば支援者などが積極的に支援することは、障害児・者にとっても“きょうだい”にとっても、欠かすことのできない支援です。特に、先生や支援者がこれらのことを理解し、親の気持ちを支え、信頼関係を築いたうえで、親に適切な助言をすることが重要です。



年間行事を通して心臓病児者と その家族の幸せのために寄り添いたい

全国心臓病の子どもを守る会
岡山県支部 塚原 久美

全国のみなさまこんにちは！今回は全国心臓病の子どもを守る会岡山県支部の4つの主な活動を通して、患者家族との関わりをお伝えします。

みなさん岡山県のこと知っていますか？岡山は瀬戸内海に面した温暖な気候で、桃太郎で有名な県です。B'zの稲葉さん、やブルゾンちえみさんや千鳥、スケートの高橋大輔選手、ゴルフの渋野日向子選手などの出身地です。そしてみなさんが毎日のように使っているマスキングテープも岡山県が発祥なんです。

また『晴れの国おかやま』とうたっている岡山県に起きた2年前の西日本豪雨では大きな被害を受けた地域もあり、全国の皆様から温かいご支援をいただき、ありがとうございました。

それでは、全国心臓病の子どもを守る会とその岡山県支部の紹介をさせていただきます。

全国心臓病の子どもを守る会とは

- ・1963年創立
- ・心臓病児・者本人とその家族が会員
- ・内部組織として15歳以上の患者で心臓病者友の会(心友会)をつくり、活動をしている
- ・「医療制度の改善と社会保障および教育制度の充実と患者と家族の幸せのため」活動を行う
- ・交流、学習、啓発、国や自治体への働きかけ
- ・45都道府県50支部約3600世帯(2020年1月現在)(50支部のなかに岡山県支部が含まれています)
- ・月刊機関誌「心臓をまもる」の発行

- ・相談活動
- ・書籍、ハンドブックの発行

岡山県支部

- ・1974年結成
- ・岡山大学病院、倉敷中央病院を中心として高度な医療が受けられる
- ・会員は約200名。岡山県在住及び半数が青森県から沖縄県まで
- ・年間の主な行事は四季を通して4回
春：支部総会 夏：療育キャンプ 秋：慰霊祭 冬：クリスマス会
- ・毎月一回支部報を発行

支部総会

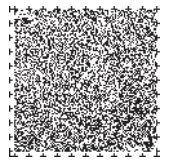
1年の行事は支部総会から始まります。

午前中は会計や活動などの報告を行い、午後からは勉強会をします。社会保険労務士の先生に「障害



倉敷中央病院 大家先生講演会

年金」についてわかりやすく教えていただいたり、病院の先生を招いて、先天性心疾患の子どもが大人になれる時代になり、問題となっている「移行期医療」について現状等について講演していただいたり、と、その年によってテーマは様々ですが、岡山県支部の支部総会で聴くにはもったいないような、もっと大きな会場でもっと沢山の皆さんに聴いていただきたい、とても充実した学びの時間を過ごします。



親が総会や講演会の間、子ども達は学生ボランティアと一緒にクッキーを作ったりしています。いろんな形のクッキーを焼いて可愛くラッピングして、講演会が終わった大人達にプレゼントしてくれます。可愛い子ども達からのプレゼントに一日中椅子に座りっぱなしで疲れた大人達の顔もほころびます。

療育キャンプ

岡山県支部での一番大きな行事です。毎年8月最終の土・日・月の2泊3日で行います。

会員家族の他に、病院の先生方、看護師さん、学生ボランティアもたくさん来てくれます。毎年100名を超える参加があり大型バス2台で大移動という年もあります。

療育キャンプの目的は次の4つです

- ①病児が主役になれる
- ②いつも我慢している兄弟姉妹ものびのびできる
- ③親の精神的不安を減らす
- ④会員同士の親睦を深める

①病児が主役になれる

運動制限のある心臓病児にとって学校行事は我慢が多く、見てだけの参加、ということも多くあります。でも守る会の行事なら大丈夫！病児者のために考えたゆったりとしたスケジュールなので「やったらダメ」なことはないのです。また「キャンプ」とはいえ冷房のきいた涼しいホテルに宿泊します。病児も走り回っています。医師や看護師もいるので「少々のことならなんとかやる！」と親もおおらかな気持ちで見守ることができます。



みんなプール大好き

②いつも我慢している兄弟姉妹ものびのびできる

病児が主役になるのはもちろんですが、健常な兄弟姉妹もみんな一人一人が主役です。健康で生まれてきた兄弟姉妹はつい我慢をしてしまうのです。病児は通院、入院が多く、また日常生活でも両親は知らず知らずのうちに病児に目が向きがちです。入院すればお母さんは病児の付き添いで病院です。兄弟姉妹はたとえ優しいおじいちゃんおばあちゃんがいてもやはり寂しい思いをしています。たくさん我慢をしています。「我慢してね」なんて親は言っていないのに我慢してしまうのです。そして溜まった我慢が思春期の頃爆発してしまうことであるのです。だから兄弟姉妹のケアはとても大事です。ボランティアのお兄さんお姉さんと思いきり走り回ったり一緒に花火をしたり、一緒にお風呂に入っ て 一 緒 に 寝る・・・学生ボランティアに甘えて楽しく活動します。



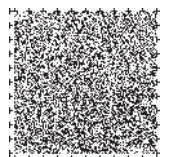
ボランティアさんとアイス作り

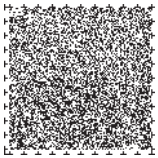
③親の精神的不安を減らす

親の負担も減らしたい。そんな思いもあります。ただでさえ毎日仕事に家事に忙しいのに病児者を抱え、ときに兄弟関係に悩み、精神的な不安も大きい親御さんにもリラックスして楽しんでもらいたい。そんな思いで療育キャンプは行われます。料理や洗濯、掃除などの家事からの解放も魅力のひとつだと思います。

④会員同士の親睦を深める

日頃なかなか顔を合わせる機会のない会員同士療育キャンプで会えることを楽しみにしています。でも最初からではありません。初参加の時は不安を抱え緊張しています。でも心配ご無用なのです。病児を抱





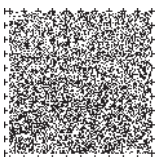
える家族同士すぐに打ち解けて仲良くなれます。ある年ではお父さん達を集め『父会』をしました。日頃子どものことをお母さんに任せっきりのお父さん。我が子の病名もしどろもどろ・・・そんなお父さん達自己紹介から始め、日常のこと、家事や悩みについてなど段々と話も盛り上がり、すっかり仲良くなり、「また父会をしたい！」という声が多く上がりました。

また、看護師さんは入院している時のしんどそうな病児しか見ていないので、走り回る病児を見て「こんなに元気になったんだ！」とびっくりすることもしばしば。初めての学生ボランティアはみんな元気すぎて誰が病児者で誰が健常児かわからない、名札の色分けでやっとわかる、という方が多いです。元気ではあるけれど、病児者には胸に大きな傷あとがあります。学校行事等でお風呂に入る時、一人だけにある大きな傷あとが気になっても、療育キャンプでは皆にあります。だから皆で「頑張った証だね！」と胸を張ることができます。

スケジュールを2泊3日にすることで、2日目は移動もなくゆっくり過ごせます。

プールに入ったり、夏祭りでボランティアさんが作ってくれた色んなゲームをしたり疲れた人はお昼寝も。

数年前は魚のつかみ取りをしました。川の水をせき止めて獲った魚はお母さん達がさばいて塩焼きにしてみんなで食べました。車いすで川に入れない子には大きなたらいに魚を入れて獲りました。「普段



塩焼きおいしかったよ



魚獲ったよ～

魚は嫌いで食べんのに今日は2匹も食べとったわ～」お母さんのうれしい感想も聞こえてきました。

夜は花火やバーベキューをします。ゆったりとしたスケジュールと言いながらもりだくさんですね！

そして大人たちのメインは夜の懇親会です。

子ども達は学生ボランティアが男の子部屋、女の子部屋に分かれて一緒に寝てくれます。親は先生方と懇親会。「こんなことで悩んでいるんだけど、どうしたらいいでしょう…」「来年小学生になるんだけど今から準備しておくといいことってありますか？」などの質問に先輩ママさんからのアドバイスもあります。また体のこと、手術のこと、薬のこと等先生方が適切なアドバイスをくださいます。

みんなで深夜まで話は尽きません。

帰り際「楽しかったね～！また来年会おうね～！」学校の違う子ども達はそう約束して別れます。でもその「来年」が来ないこともあります。心臓病児者のつらい現実があることも忘れてはなりません。

だから今年の夏の楽しい思い出をたくさん作ってもらおうのです。

慰霊祭

毎年11月3日に慰霊祭を行っています。

慰霊碑は平成7年に岡山県の真ん中に位置する吉備中央町に建てられており、全国的に1年で一番雨の少ない日だとされているこの日に集まり、亡くなった方々の慰霊と会員の親睦を深めます。

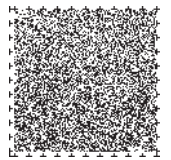
医学の進歩は日進月歩。でもどんなに医学が進歩し



慰霊碑



思い出を語ります



でも力尽きる命があります。その子達の『がんばり』でまた医学が進歩していきます。慰霊祭では、今までに亡くなられた病児者79名の名前を刻んだプレートを出し、ご遺族が思い出を作文にして語り、全員で献花をします。参加者の中には「療育キャンプには楽しいから行きたくなるけど、療育キャンプ行くより慰霊祭にお参りに行かんとおえん」と言う方もいます。お参りの後、午後からは皆さんでお弁当を食べ、ビンゴゲームをして親睦を深めます。慰霊碑のあるこの公園は県内の多くの会員がいる岡山県南から車で1時間くらい北にあり、ドライブがてら少し早めの紅葉も道中の楽しみでもあります。

クリスマス会

12月には楽しいクリスマス会です。

午前中は学生ボランティアを中心にゲームをします。夏の療育キャンプですっかり仲良しになったボ



パン食い競走ならぬお菓子食い競走

ランティアのお兄さんやお姉さんに会えるとあって子どもたちはクリスマス会をとても楽しみにしています。一緒に会場の飾り付けをして、始まる前からテンションが上がります。午前中めいっぱい楽しんだ後のお昼ご飯は各家庭から持ち寄りの一品でのランチバイキングです。サラダ、チキン、ちらし寿司、カレー、コロッケ、肉料理、ケーキ、クッキー、果物…。家庭の味が並びます。お母さん方は食べながらも「この作り方教えて～」と交流の輪が広がります。おなかいっぱいになった午後はプ



病院の男の先生手作りのスイーツ

レゼント交換や、ビンゴゲームを楽しみます。そして最後は参加してくださる病院の先生扮するサンタさん登場！子ども達だけでなく大人にも、参加した人全員にサンタさんからプレゼントをもらいます。昨年のクリスマス会ではサンタさんへの質問コーナーもあり

Q「サンタさんはどうやってそりを飛ばしているのですか？」

A「隣のトナカイさんが引っ張ってくれているんだよ」

Q「サンタさんは何でプレゼントをくれるの？」

A「みんなの喜ぶ顔を見たいからだよ」

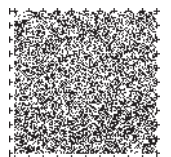
等々たくさんの質問に丁寧に答えてくれました。



サンタさんからのプレゼントをもらいます

これら4つの主な行事を通して、たくさんの笑顔とその笑顔を見守る家族の笑顔。この穏やかで楽しい時間がこの先もずっと続きますように。みんながずっとこの笑顔で過ごせますようにと願ってやみません。

全国心臓病の子どもを守る会岡山県支部はこれからも病児者とその家族の幸せのために、楽しい行事とともに家族に寄り添い支え合い、笑顔あふれる活動をしていこうと思っています。



家族支援としてのきょうだい児支援

公益財団法人東京YWCA 社会福祉第1事業部
子育て・発達支援課 五十嵐 菜々子

東京YWCAには、地域拠点の板橋センターを中心に活動する「障がい児『きょうだいの会』」があります。この中には、親同士の情報交換の場「いどばた」、きょうだい児（障がい児を兄弟姉妹に持つ子ども）が主役の「きらりんこ」、家族みんなで楽しむ「ふぁみりんこ」の3つがあり、家族支援の視点をもって展開しています。

障がい児を育てる家族の生活は、身体的な介助や家庭で取り組む生活訓練、コミュニケーションの練習、こだわりに障らないような配慮等、障がい児のことが優先になりがちです。きょうだい児も様々な面で協力します。見たいテレビ番組もきょうだい児が「これは嫌い」と”判定”したものは見ない、家族のレジャーの行先はきょうだい児が行けるところに決まってしまう、送迎について行って受診や療育の間ずっと待っている…このような中で、きょうだい児は「もっと甘えたい」「もっと自分を見てほしい」という思いを抱えている場合もあります。親も、日々の生活に追われながら、きょうだい児に過度に我慢をさせていないか、きょうだいの障がいのことをいつ、どのように伝えたらよいのか等、様々な迷いを抱えています。ですが、きょうだい児のことを気軽に相談できる場は障がい児支援の場や親の会等にはあまりないのが現状です。

当事者である親の願いから始まった活動

東京YWCAの「障がい児『きょうだいの会』」は、若い障がい児ときょうだい児を育てるお母さん3人の自主活動から、東京YWCAが引き継ぐ形で始めた活動です。

同年齢の子どもに比べて聞き分けが良く、その反面すごく甘えたがる、

そんなきょうだい児の様子が気にかかったお母さんたちがきょうだい児支援の講演会に出かけ、きょうだい児支援の活動を自分たちも始めようと語り合ったり、学び合う会を始めました。きょうだい児支援を安定して継続した形で実施していくためには親による自主運営では限界がある、と考えたお母さんたちから運営を託したいと依頼され、その強い願いを受けて2003年に東京YWCAの事業となりました。2004年の6月にきょうだい児のための「きらりんこ」がスタートし、9月には「ふぁみりんこ」が行われました。

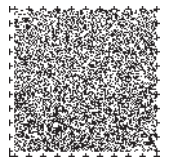
<活動内容>

親同士の情報交換の場「いどばた」

きょうだい児との向き合い方、きょうだい児と障がい児とのきょうだい関係、子育ての仕方が違うことで生じる戸惑い等について、親同士が語り合い、情報交換をする場です。平日の昼間や「きらりんこ」のお迎えの時間に合わせた時間に開催しています。

どのようにきょうだい児の話を聞いたり甘えさせる時間を作るか。きょうだい児の友だちを家に招くとき、障がい児と一緒に迎えるか用事を作って出かけた方がよいのか。同じ学校に就学させようか、別の学校にした方がきょうだい児の環境等を考えると良いのか。友だちにはきょうだいのことをどう伝えたら良いのか…。ここでは、日々の迷いを吐露したり、他の親の対応からヒントを得たりすることができます。

カウンセラー等の専門家は入らず、親同士対等な立場で、話題によって話し手になったり聞き手になってアドバイスをしたりと、お互いに励まし合い、支え合う関係ができます。



きょうだい児が主役「きらりんこ」

「きらりんこ」は、5歳以上を対象にしており、毎回概ね小学6年生までの子どもたちが10名前後参加しています。プログラムの内容は室内での多彩なゲーム、工作、調理やお菓子作り、外出等、毎回様々です。

きょうだい児は、幼い頃からきょうだいのことを見てきたので面倒見が良かったり、障がいのあるきょうだいの分も、と勉強や運動を頑張っていたりする子も多く、学校でもいわゆる優等生であったり、友だちのまとめ役になる子も多いようです。自分にプレッシャーをかけて頑張りが過ぎてしまっている子もいます。

ここではきょうだい児に、ひと時日常から離れて、子どもらしく思う存分の底からスカッと楽しんで欲しい、と願ってプログラムを行っています。気分が乗らないときは無理にプログラムの参加を勧めず、傍らでみんなの様子を眺めることもOKにするなど、一人ひとりがここではなるべく我慢せずにのびのびと過ごせるような配慮をします。

きょうだいの障がいの種別や、障がいについての理解（何となく気が付いている子、親からしっかりと告知されている子、そうでない子）等の背景は一人ひとり異なるので、敢えて勉強や話し合い等の時間は持っていません。

プログラムの計画や進行は、学生や社会人のボランティアのリーダーが担っています。リーダーたちは学校の先生や親とは違う、お姉さん・お兄さん的な立場で子どもたちと対等に関わり、一人ひとりの子どもをしっかりと受け止め気持ちに寄り添います。最近は、自身もきょうだい児で、きょうだい児のために何かしたい、とリーダーとして



きらりんこ：段ボール迷路を作成中

活動に参加する方もいます。

家族で楽しむ「ふぁみりんこ」

「いどばた」に参加するのはどうしても母親が中心になりがちという中で、お父さんも巻き込んで家族みんなで交流する場を作ろう、と始まったのが「ふぁみりんこ」です。最近は、春の大型連休中にバーベキューをするのが恒例となっています。

お父さんたちが火の番と焼き手を担い、子どもたちもお母さんのリードのもと、下ごしらえを手伝います。「きらりんこ」のリーダーも参加し、皆で大いに食べて一緒に楽しめます。普段はなかなか交流の機会を持っていないお父さんたちはここで連絡先を交換し合い、後日飲み会をしたりして、ネットワークができています。

ここにはもちろん、障がいのあるきょうだいも参加します。きょうだい児たちにとっては、一緒に「きらりんこ」で遊んでいる友だちにも障がいのあるきょうだいがいるということを自然と受け入れる機会ともなります。

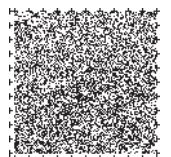
大人は大人同士で話が盛り上がり、子どもたちは子ども同士（障がいの有無に関係なく）でリーダーと一緒に駆け回ったり、とそれぞれののびのびとアウトドアで楽しめます。障がい児を連れて、家族単体では尻込みしがちな野外でのバーベキューも、みんなで協力し合うことで楽しむことができます。

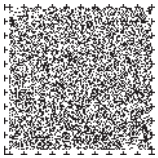


ふぁみりんこ：新緑の中でバーベキュー

多様な仲間との豊かな交流が子どもと家族の力に

東京YWCAの「障がい児『きょうだいの会』」は、障がいの種別も子どもの年齢（乳幼児～成人まで）も





幅広く、多様な家族が集います。他の家族と出会うことで「自分たちだけではない」や「こんな大変さもあるのか」と共通点や違いに気づき、視界が開けた気持ちになった、という家族の声もあります。子どもの成長につれて生まれる様々な悩みにも見通しをつけることができます。

きょうだい児にとっても、大人になるにつれ、子ども時代を振り返って「仲間や自分を支えてくれる人がある」と思えることが人生を歩んでいく力につながります。先日成人を迎えたきょうだい児から、小さい頃に「きらりんこ」で友達と一緒に遊んだことや、きょうだいの障がいについて愚痴を言い合ったことが記憶に残っていて、良かったなと思っている、という声も聞かれました。

組織が運営する強みとボランティアの支え

この活動の運営には、東京YWCAのキャンプや青少年活動、子育て支援のノウハウが活かされています。同じ板橋センターの中に児童発達支援センター「東京YWCAキッズガーデン」があることで、障がい児も含めた家族全体をサポートする環境があることも強みです。事務局や広報、ボランティアのコーディネートは職員が担い、各地域拠点を活動で使うことができます。

安定した財源がないのは他の団体と同じで、この活動はボランティアが支えています。東京YWCAの会員は活動の立ち上げに協力し、それ以来、親を支え続けています。また、会員とボランティアが主催するバザーと一般寄付により活動費用の一部が支えられています。「きらりんこ」のボランティアリーダーは、子どもたちが安心して思う存分楽しめるよう、事前に打ち合わせや下見を重ね、責任感を持ってプログラムに臨んでいます。

最後に～家族を丸ごと支援すること

「きらりんこ」できょうだい児が楽しんでいる間、親は障がい児とじっくり過ごすことや、自分自身や家族のことを見つめる時間ができます。きょうだい児、障がい児、親それぞれが満足し気持ちが解放され、家族がまた明日から元気に毎日を送ることができます。また、「いどばた」や「ふあみりんこ」での出会いを通して、孤軍奮闘だった子育てから、

一緒に歩む仲間を得ることで家族がエンパワーされます。

東京YWCA「障がい児『きょうだいの会』」は、これからも、家族が前に進むことを助ける存在でありたいと願って活動を続けていきます。

<親の声>

山下 奈津子さん

(きょうだいの会立ち上げメンバー)

健常のきょうだいの子育てに不安や迷いを感じ仲間の母達と情報を集めていた頃、大人になったきょうだいの方達が「人知れず我慢を重ねているきょうだい児にも支援が必要。同じ立場の仲間との出会いが必要」と声を上げ始めました。この板橋にもきょうだい児の為の活動を！自分達の子の代だけで終わらせてはいけない活動！…そう考えた時に相談すべきところはYWCAでした。あれから17年。ここで過ごした初期の子ども達は次々に成人し自分の道を自分の足で歩き始める年齢になりました。

「自分だけじゃない」「ここに来たら懐かしい顔に会える」根底にその思いがあるからこれからもきっと進んでいけるはず…大人になった元きらりんこの子どもたちの晴れ晴れとした顔をみるとそう感じる今日この頃です。

<ボランティアの声>

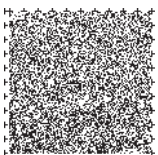
寺島 輝さん

(「きらりんこ」リーダー)

「きらりんこ」にリーダーとして参加して3年が経ちます。毎回、子どもたちに全力で遊んでもらえるよう、事前のリーダー会で楽しさと安全を兼ね備えた計画を綿密に立てます。プログラム終了時に「まだ帰りたくない！」と駄々をこねる姿を見ると「楽しんでもらえてよかった」という安堵感と、心地よい疲労感があり、リーダー冥利に尽きます。私は「きらりんこ」の子どもたちと同様にきょうだい児です。きょうだい児であることに劣等感はなかったけれど孤独感は抱いていたと思います。その孤独を埋めてくれる、もしくは気持ちを発散させてくれる「きらりんこ」の意義の大きさに、リーダーとしてのやりがいや楽しさを感じています。

<この活動についてのお問合せ先>

公益財団法人東京YWCA 板橋センター
〒174-0043 東京都板橋区坂下1-34-25
Tel 03-5914-1854 FAX 03-5914-1852





見えない壁だって、越えられる！

～視覚障害者・聴覚障害者・盲ろう者を対象としたクライミング～

NPO 法人モンキーマジック
木本 多美子

2008年夏からの1年間、私は障害者を対象としたスポーツや余暇活動に興味を持ち、セラピューティック・レクリエーション（Therapeutic Recreation/以下、TR）を学びに渡米しました。TRとは疾病や障害等何かしらの問題を抱える人々に対し、意図的・計画的にレクリエーション等を提供し、自分らしい余暇を充実させ個々の健康や生きがいを促進することを目的にしている分野です。その範囲は、医療・福祉・日常社会生活の分野に渡ります。

米国滞在1年の終わりには、野外活動を障害のある方に提供する団体で3か月間のインターンシップを行わせていただくことができました。そこには、知的障害、肢体不自由、視覚障害、発達障害、高次機能障害の大人や子ども等の他に、貧困の子どもたち、少年院にいる子どもたちなど、様々な人たちがやってきて、キャンプやクライミング、カヌーなどの活動を楽しみ、身体と心を使い、人と関わり、自然に触れていました。

野外活動のような冒険的な活動を活用したプログラムを「冒険教育」や「冒険セラピー」と言います。インターン中には非日常の中に身を置き自分自身と向きあうきっかけを得て、これまでの自分を振り返り、未来への新しい可能性を感じる人と何人も出会うことができました。また、同じ障害や問題を抱える人たちとの関りは、体験活動や生活を共にすることでより一層の共感やお互いを支え合うきっかけになっていることを感じました。

現在私は「NPO 法人モンキーマジック」にて障害者クライミングの普及に従事しています。モンキーマジックは「見えない壁だって、越えられる！」をテーマに、障害者クライミングの普及を通じて、人々の可能性を広げることを目的として活動しています。ある一人のクライマーが28歳の

時に進行性の目の病気を発症しました。でも、少しずつ視力を失う中でもクライミングは続けていました。「自分が続けられているのならこのスポーツは他の見えない人たちにも楽しんでもらえるスポーツになり得るのでは？」と考え、2005年に障害者クライミングを普及するこのNPO 法人モンキーマジックを設立しました。

本稿では、視聴覚に障害のある方のクライミングの広がり、その可能性についてお伝えできたらと思います。

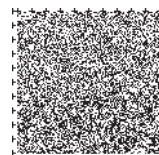


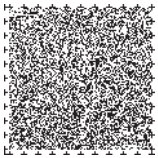
■クライミングのルールと楽しさ

まずは、クライミングについて知っていただくのに、ルールやその魅力をお話しします。

クライミングは安全確保の上、手や脚など人間が本来持つ能力だけを用い、自然の岩や人口の壁を登るスポーツです。2020年の東京オリンピックの競技としても注目を浴びています。モンキーマジックでは「自然の岩」「人口壁」のどちらも活用していますが、街中で簡単にアクセスできるため、人口の壁を活用することが多くなっています。高さ4m程度までの壁や岩をロープなしで登るクライミングをボルダリングといい、安全確保のために分厚いマットが敷かれています。さらに高く登る場合はロープクライミングと呼ばれ、安全確保にロープを活用します。

人口壁についているホールドはルートによって使っているものと使ってはいけないものが決まっており、何を使ってもいいというわけではありません。そのルートはホールドの色が同じにデザインされ





ていたり、色の付いたテープがホールの隣に貼ってあり、目で見て分かるようにデザインされています。

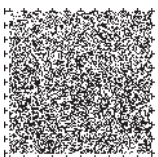
そのルートをスタートからゴールまで、どこに足を置いて、次はどれをつかんで、どう持つかなど、パズルを解くように頭も使い、全身を使って攻略していきます。大会やコンペでなければ、速い必要もなく、そもそも誰かと競う必要もなく、自分のペースで登ることができます。ゴールをつかんだ時の達成感、前につかめなかったところが一手でも進めた時の充実感がクライミングの大きな醍醐味です。また、障害があってもなくても、同じ場所、同じルールで楽しむことができるので、障害のあるなし関係なく一緒に楽しむことができるのも、クライミングというスポーツの魅力だと感じています。



■視覚障害者のクライミング

私たちモンキーマジックが一番初めに開始したのが、視覚障害者向けのクライミング講習会でした。今でも私たちのスクールやイベントに一番多く参加されているのが視覚障害者の方々です。彼らは見えなくても手足を使って登れます。ただ、壁に取り付けられたルートが識別することができません。そのルートの認識は、目が見える人が次のホールドの「方向・距離・形」を言葉で伝えます。例えば「(左手で持っているホールドから)2時の方向、遠く、右から持ちやすい(ホールド)」のように伝えています。

法人設立当初は「障害のある人にそんな危ないことはさせられない」と理解されるのも難しかったのですが、少しずつ視覚障害者の方々々がクライミングに触れ、その魅力に多くの方がはまっていました。そんなある日、参加者の一人が「もっと登りたい。自分たち視覚障害者はモンキーマジックのスクール以外に登ることはできないものだろうか」と気持ちを伝えてくれました。街中にクライミングジムも増えてきて、一般的には自分のタイミングで楽しめるスポーツになってきました。私たちスタッフがいないとやれないスポーツ、という

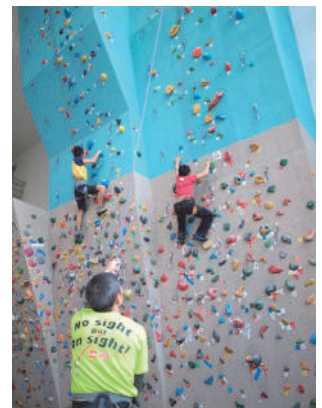


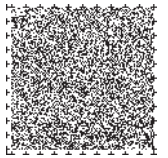
壁をどうにか乗り越えたいと考えました。

2012年、視覚障害のある人とない人と一緒にクライミングを楽しむ「交流型クライミングイベント」を開始しました。見えるクライマーと見えないクライマーの出会いのきっかけを作り、ここで出会った人たちが家や会社が近かったり、気の合う人たちが誘い合ってクライミングに出かけてくれたらいいな、というそんな想いで開催を決めました。「健常者の人たちがどれだけ集まってくれるだろう？」という不安が当初は大きくありましたが、蓋を開けてみると実際は、健常者の参加者もこの機会を気に入ってくれました。「登る時のナビ(ルートを言葉で伝える)役が上手くいって、見えない人が登れた時に、自分もすごく嬉しい気持ちになれる」「そもそも視覚障害者の人と出会うきっかけがなかったけど、一緒に登ることで友達になれた」というような感想をもらい、その後の交流型イベントに健常者の人たちも継続して参加してくれ、その結果色んな人たちが声をかけ合って、クライミングに出かけるように発展していきました。

■聴覚障害者のクライミング

この交流型クライミングイベントには、視覚障害だけではなく様々な障害者の方々も参加してくれるようになっていきました。その中でも早い時期に「俺も参加していい？」とお申込みしてくれたのが、聴覚障害者の男性でした。私たち自身、手話もできなくて不安もありましたが、まずは参加をしていただくことにしました。ルールや説明事は事前に紙に書いてまとめておきました。その後は、ペンと紙を使ったりジェスチャーや指差しでコミュニケーションを進めました。ルールが分かれば同じ壁のルートを登り、一緒に楽しむことができました。この聴覚障害者の男性が、その後他の聴覚障害者の友人にも声をかけ、聴覚障害者の人たちにも広がっていきました。見えない人と聴こえない人がそれぞれ工夫をしてコミュニケーションすることで自分以外





の障害の理解や障害は違っても共感する部分があることに気付く場にもなっていました。さらには、聴こえない人が見えない人の手引きをしたり、健常参加者や見えない人たちも手話を覚えたりする自然発生的な交流が生まれていきました。

■盲ろう者のクライミング

「目も見えない耳も聴こえない盲ろう者もクライミングはできますか？」と、2013年に「特定非営利活動法人東京盲ろう者友の会」の方に相談をいただきました。やり方を考え、助成金を取り、実際に盲ろう者の方の参加を募りました。相談いただいてから約2年後に1シーズン5回の盲ろう者の方だけを対象（定員5名）にしたクライミング講習会を2シーズン開催することができました。

当日のプログラムは、盲ろう者お一人お一人に通訳者がつき、クライミングの器具がどういうもので、どういうことが危険で、どういうことが安全であるかを丁寧に伝え、触ってもらい、安心して挑戦してもらうことを心がけました。壁を登り始めると基本的にはアドバイスや情報を伝えることができません。腰に軽くて長い紐をひっかけて、その紐をツンツン引っ張ることで「ゴールです」「止まってください」「下ろしますよ」という合図を伝えるように工夫しました。盲ろう者のクライマーからは「ロープを張ってください（安全確保をしてください）」「下ろしてください」という合図を手や首の動きで伝えてもらうこととしました。ルートは、壁に紐を張って手で触って確認することも考えましたが、まずはどのホールドを使ってもいいので、色んな壁の傾斜で一番頂上まで登ることを挑戦していただくことにしました。

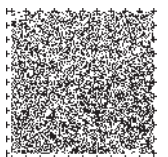
ご参加者の中には、人生の途中で見えない・聴こえにくい状態になった86歳の盲難聴の男性もいらっしゃいました。隣で大きな声で伝えると聞き取りができる方です。難聴の方のためにトランシーバーの準備もしました。ところが、この男性は慣れてくるとトランシーバーを使わず、さらには補聴器も外して登りたいとおっしゃいました。その理由は「自分の登りに集中したいから」とのこと。ロープがあり安全であることをしっかり理解した上で、下からの声ではなく、自由になって自分の心や思考に耳を傾けるという形で、クライミングを楽しんでくださいました。

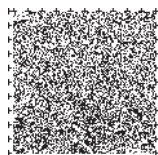
正直なところ、盲ろう者の方のクライミングは大掛かりな準備や人手が必要になり、また経費がかかることもあり、気軽にいつでも楽しめる場所までは至っていないのが課題として残っています。今でも「楽しかった」「自分もやってみたい」そんな声が聞かれ、2020年にも開催を予定しているところです。見えなくても、聴こえなくても、「冒険」を求める気持ちは一緒であり、そういう場や機会を創ることが大切だと感じています。

■交流型クライミングの全国的な広がり

前述した2012年に東京で始まった「交流型クライミングイベント」は、モンキーマジック主催の形で横浜とつくばにも広がりました。また、この東京での活動を参考にして、交流型クライミングの場が全国にも広がりを見せ、2020年現在北は札幌から南は熊本まで、全国13か所（札幌、函館、甲府、名古屋、富山、大阪、松江、岡山、広島、高知、徳島、福岡、熊本）でも開催されています。これらは私たちモンキーマジックが直接運営をしているのではなく、地域の方々にお任せしそれぞれの特色を持って自主運営をしてもらっています。私たちは、立上げのお手伝いと困ったときの相談役、情報共有の場の提供を行う役割を担っています。2019年には、13ヵ所合わせて128回のイベントが開催され、延べ1,532人もの方が参加しています。その内障害のある人は延べ445人でした。

夢は全国すべての都道府県に交流型クライミングの環境が整うこと。そこから、障害の有無は関係なく一緒に笑顔で楽しめる豊かな社会が広がっていくことを目指して広げていきたいと思っています。





障がい者青年学級

とびたつ会支援者
松田 泰幸

概要

町田市障がい者青年学級は、町田市教育委員会生涯学習センター（まちだ中央公民館）の主催事業として実施されています。現在、166人の何らの障害をもつといわれる青年・成人が、70人余りの有償ボランティアスタッフ（以下、「担当者」と、3つの学級に分かれて、5月末から3月初旬の月2回、年間16回程活動しています。

公民館学級 第1第3日曜日 まちだ中央公民館
ひかり学級 第1第3日曜日 ひかり療育園
土曜学級 第2第4土曜日 まちだ中央公民館
※活動時間は、いずれも10時～16時

青年学級の始まりは、親からの要望によるものでした。都内ではすでに1963年に「すみだ青年教室」がスタートしていました。町田でも「学校をでても行くところがない子どもたち」「就職しても差別され、バカにされだまされる子どもたち」が「なんとか非行にはしらないために、月一回でもいいから青年たちのつどいを開いてもらいたい」（1979年実践報告集4）という要望が、当時の福祉事務所に提出され、それを聞いた職員が、当時、働く青年の青年学級を実施していた社会教育課に働きかけて、社会教育課の主催事業として、福祉事務所が協力する形で1974年11月に活動がはじまりました。この仕事を担当した大石洋子氏は青年学級を始めるにあたり、大学に通い障害について学んだり、家庭訪問をして障害をもつ人々の状況を把握しようとしたそうです。そうして始まった活動は20人でのスタートでした。

2014年12月には、町田市役所エントランスを会場に、40周年記念集会

を開催しました。

目標と活動の流れ

青年学級の目標は、「生きる力・働く力の獲得」です。「仲間づくり（自治活動）」「生活づくり」「文化創造」を活動の柱として実践しています。一日の流れは、次のとおりです。

10時00分～

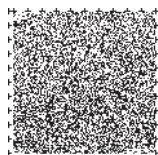
朝のつどい＝全体会 全員で挨拶をして、連絡事項の共有、大きな声で歌をうたいます。

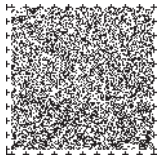
10時30分～

コース活動＝各学級とも5、6のグループに分かれて活動しています。1つのグループは、10人から15人ぐらいです。1985年にコース活動がスタートしてしばらくは、「音楽コース」「劇ミュージカルコース」「健康からだづくりコース」「自然コース」「ものづくりコース」「生活コース」を基本にグループが作られていました。2018年度の公民館学級では、文部科学省の「学校卒業後における障がい者の学びの支援に関する実践研究事業」を受託し、障害をもつ人の思いを社会にアピールする活動に取り組んだことから、「コンサートづくりコース」が生まれました。自治活動を重視していることから、コースの選択、活動の内容についてもすべて、参加者の要望を尊重し決めていきます。活動の内容については、グループのテーマに応じて、参加者全員で年度はじめに議論をして、決めていきます。

昼食（みんなで同じ弁当を食べます）をはさんで、15時30分までコース活動に取り組めます。

15時30分～





帰りのつどい＝1日の活動を終えて、全員で集まり、活動の様子を報告しあったり、今後の活動を確認したりします。もちろんここでも歌をうたって活動を締めくくります。

16時00分～

班長会＝コースの代表が集まって、合宿や日帰り旅行、クリスマス会などの全体会、成果発表会など全員で取り組み活動について話し合います。

2018年度の活動内容

各学級の特徴的な取り組みを紹介します。

【公民館学級】

〈わかそよづくりコース〉

過去のコンサート「若葉とそよ風のハーモニー」の映像を見る。太鼓奏者新倉さんのコンサートに参加。わかそよ実行委員会を7回開催（翌年度の第19回若葉とそよ風のハーモニーコンサートにつながる活動となりました。）

〈みんなのたいせつなことば（楽器・音楽）コース〉

「感謝の手紙」を書く、うたづくり。

〈ひまわり（ものづくり）コース〉

七夕飾りづくり、ペットボトル工作、国際版画美術館「市民店見学」、調理、粘土工作フィンガーペイント（大きなひまわりの絵の作品で、翌年度のコンサートのポスターに利用）

〈くらしコース〉

調理実習、仲間の職場見学（ダリア園）、パン作り、作文の発表、仕事についての話し合い、うたづくり「いつまでも友だち」。

〈ハッピー生き生き！スポーツコース〉

ボッチャ、ハイキング（恩田川、相原界隈、草戸山）、フリスビー、バドミントン

〈夢のあかり（劇ミュージカル）コース〉

ストーリーづくり（やまゆり園事件をモチーフにしたもの）、歌づくり。

【ひかり学級】

〈エキスポ（スポーツ）コース〉

ボッチャ、ペットボトルボウリング、エクササ

イズ、おやつづくり。

〈おまかせ芸術コース〉

カレーづくり、てるてる坊主・太陽の絵、ちぎり絵（七夕飾り）、描画、ハロウィン創作、クリスマスツリーづくり、イノシシ描画

〈レッドスターズ（音楽）コース〉

楽器演奏、ハンドベル、新曲づくり、CDづくり、ライブコンサート

〈みんなの未来コース〉

カレーライス、フルーツヨーグルト、ムース、ハンバーグ、マッシュポテト、コーンスープ、クリスマスケーキ、ラーメン等調理活動

【土曜学級】

〈流れ星・ダンス班〉

ダンスストレッチ、職場見学

〈スマイルイベント班〉

イベントづくり（クリスマス会のプロデュース）

〈ものづくりブリヂストン班〉

ハンバーグ、かまぼこ、ビーフシチュー、写真たて、段ボール工作

〈秋桜班〉

好きな音楽をもちより共有

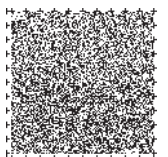
うたづくり

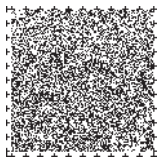
青年学級に集まる仲間で、どんな活動をしたのかを話し合いながら、時には担当者もいっしょに意見を出し合いながら、活動を作っています。その中でも青年学級の特徴としてうたづくりがあります。2018年度報告集に掲載された参加者の声とそこから作られた歌を掲載します。

【ひかり学級レッドスターズのうたづくり】

KKさん「北海道の地震があった。（北海道に行った）〇〇さんは元気かなと思った」「福島原発も同じ。津波とか障がい者が亡くなるような悲しいことはやめてほしい」

TRさん「職場で職員が私たちのことをやさしくはしているけど、どこか





対等ではない。社会生活というかそういう大変さの中で生きていくには、対等な仲間の存在とか、やさしいところをみんなでわかちあうて行くことが必要。」

OSさん「みんなぼくらは生きていてもしかたないんじゃないかなんて考えている人もいますが、ぼくらはぼくらなりに人生をがんばって生きていて、夢だってあるし、世の中ではなくて、自分とはなにかということを考えているのでそれは言いたいことの本质です。」

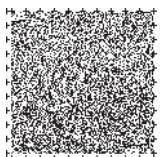
GSさん「のろいと職場でいわれるのがいやなのですが、ぼくはこういうペースで生活しているので、それを大切にしてほしいです。ぼくらは自分の人生を悲しいと思っていないし、当たり前で生きているだけなので、当たり前の生活をもっとみんなとわかちあえるような歌にしてもらいたい」

「大切なこと」

仕事場でときどき さみしい思いうる
やさしくしてくれる けどどこか対等じゃない
グズグズしていると いわれることがある
ぼくのこんなペース もっと大切にほしい
ぼくらは自分たちの人生を 悲しんでない
みんなと同じように 当たり前で生きている
ぼくらはぼくらなりに 自分のことを考えて
がんばって生きている 大きな夢だってある
※大切なこと 一人の人として認めてもらうこと
大切なこと 優しい心みんながわかちあうこと
大切なこと 今あなたに伝えたい

ニュースでときどき かなしい思いうる
北の国の地震 みんなどうしているだろう
悲しいことばかり もうやめてほしい
いろいろあるけれど 楽しく生きてゆきたい
一人で過ごしていて ちょっとさみしい時もある
辛いこともあるけれど みんな話聞いてくれる
ここにはゆっくりと 心をいやしてくれる

※（繰り返し）



第19回若葉とそよ風のハーモニー

このような自分たちの歌をつくることは、1986年ごろから始まったといわれています。初期は歌謡曲を歌ったりしていましたが、学生を中心とした担当者から歌声運動でうたわれた歌を紹介したりするようになり、やがて参加者の言葉を基にした歌を作りようになりました。そして、1988年に、「自分たちの思いを社会にアピールしよう」と町田市民ホールを会場に始まったのが「若葉とそよ風のハーモニー」コンサート(以下、「わかそよ」)です。

2019年5月に開催した第19回目のコンサートは、前述したように文部科学省の「学校卒業後における障がい者の学びの支援に関する実践研究事業」を受託し、障がいをもつといわれる青年・成人の思いを社会に伝える活動を組織的にこなう過程をプログラム化することに取り組みました。

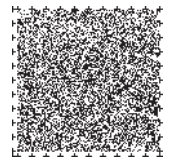
2004年に青年学級の卒業生がつくる本人活動の会「とびたつ会」が誕生すると、わかそよの呼びかけや実行員会の開催はとびたつ会が主導するようになっていました。それを2018年度は青年学級の活動に位置づけ、公民館学級のコンサートづくりコースが中心となって、各学級持ち回りで実行委員会を全7回開催し、内容を検討していきましました。

プログラムは、第1部ミュージカル、第2部は、①風になる会(2018年公民館事業「うたの教室」からできたサークル)、②とびたつ会、③土曜学級、④ひかり学級、⑤公民館学級、⑥フィナーレでした。それぞれの学級、団体がコンサートのために話し合い、形にしてきた思いをセリフとパフォーマンスと歌で表現しました。約600人の観客からも多くの感想をよせていただきました。

コンサートを終えて、とびたつ会の稲村宏美さんがコンサートにかかわった思いを書いた作文から歌をつくりました。

「ラリルレロンでハッピー」

同じ時を 過ごせることの幸せ



同じ時を過ごす 仲間とハッピー
仲間と話をする時」 みんなで力をだしあって
ひとつのものをつくる時 大きな声でうたう時
よろこびわかちあう時 みんなで乾杯する時
ララララーラ リリリリーリリ
ルルルルールル レレレレーロン
いろんなところで感じます

同じ時を 過ごせることの幸せ
同じ時を過ごす 仲間とハッピー
ライフスタイルが変わっても
離れ離れになっても
たがいにおもいあう時
熱い友情になみだして
深まったきずながあれば
心はつながってられる
ララララーラ リリリリーリリ
ルルルルールル レレレレーロン
そんなふうに思っています
なかまといっしょに ラリルレロン

青年学級では、生活の場である家庭（グループホームなど含む）、仕事の場である職場から事業所（社会や作業所）から距離を置いて、社会の出来事、身近な出来事等々様々なことを話し合い、それを歌にしてみんなで共有し、発表しています。こうして、また明日からの生活を豊かにするエネルギーにしています。

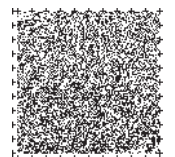
父母会

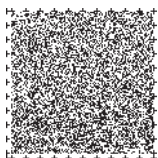
青年学級には活動当初から父母会が組織されました。現在、月1回役員会が開催され、職員と情報を共有しています。財政の厳しい時期に青年学級や担当者会議の回数が減らされそうになった時や、職員の配転についてなど、事あるごとに市や教育委員会に働きかけを行い青年学級が安定して実施されるように尽力いただいています。かつては、実際に買い物の経験のなかった参加者のために、買い物学習を父母会のお手伝いで実施してい

ました。最近では、合宿時の食器の片付けや、わかそよコンサートの開催にご協力をいただいています。また、毎年学習会にも取り組み、近年は高齢化にともなう、グループホームなどを利用した地域での暮らしについて学んだり意見交換をしています。父母会とも協力しながら、充実した活動をめざしています。

参照

町田市障がい者青年学級実践報告集2018年度第44号
(2020年1月、町田市教育委員会生涯学習センター)





第34回 障害者による書道・写真 全国コンテスト 結果発表

「障害者による書道・写真全国コンテスト」は、障害者の完全参加と平等をスローガンとした1981年の国際障害者年を記念して、1984年に東京（新宿区戸山）に設置された全国障害者総合福祉センター（戸山サンライズ）が主催するもので、障害のある方々の文化・芸術活動の促進と技術の向上、またそれらの活動を通じた積極的な自己実現と社会参加の促進を目的に1986年から行っております。

今年度の第34回コンテストには、全国から書道部門804点、写真部門151点（うち携帯フォトの部21点）、合計955点という多数のご応募をいただきました。作品を出展していただいた皆様、ご協力くださいました関係各位にこの場を借りて厚く御礼申し上げます。

作品のレベルも年々向上し、今回も審査は非常に難航いたしました。そのような中から、審査員の先生方の目に留まる素晴らしい作品を制作されました入賞者の皆様のお力には心より敬意を表します。ここに入賞された方々をご紹介します、入賞作品と審査員の寸評を掲載いたします。

審査総評

（書道部門）

一年後の2020年にはオリンピックとパラリンピックが東京で催されます。参加選手の候補選出の動きも急となっています。また今年はラグビーの世界大会が日本で開催され、日本の活躍に日本中が興奮の坩堝と化しました。来年の盛り上がりが目に見え、障害者の皆様も大いに楽しんだことと思います。そして苦しい練習の積み重ねが大きな花を咲かせるのだと明日へのエネルギーを頂いたことと思います。今できることを今実行することの大事さは書においても一緒です。

一本の線を引く辛い苦しい練習の後、思い通りの表現ができた時の充実感や達成感が何よりのリハビリの妙薬となるでしょう。

今回の作品群を拝見しますと重度の障害にもかかわらず懸命に取り組んで表現された力作も多くありました。力強い線の作品、体の揺れを筆に託しながら紙一杯に纏めた構成力に富んだ作など、練習現場に立ち会っているような臨場感溢れる作品群でした。

また心に湧き出る情景を筆墨にて表現された作などは、心を揺さぶる強い精神力やゆるやかな心の動きを楽しげに筆を動かして見る者の琴線に訴える作が多くありました。一方非常に洗練された伸びやかな作も目に付きました。

練習は裏切らないことを念頭に一層のリハビリに励み書を楽しむまで頑張りましょう。

（写真部門）

第34回障害者による写真全国コンテストにたくさんのご応募をいただきありがとうございます。身近な光景から雄大な自然まで全国各地の作品が集まり、楽しく拝見させていただきました。

写真は、文化、言葉の違いを越えて、撮影者が、美しい、かわいい、すごいと感じたことを自分だけでなく人に伝えるための表現方法です。何を撮るか、何を表現するか、何に感動して撮影したのかといった撮影者の感性が重要になってきます。構図が決まり綺麗な作品というだけではなく、多少主題が画面からハミ出したり画面が傾いていても、撮った時の感動が見る側の心に響く写真には強さがあります。今回は応募作品の中から、撮影者の感動、想いが見る側にストレートに伝わり共感できるような作品を中心に選びました。

写真もタイトルも自己表現です。見てわかるタイトルから撮影者が感じた想い、感動をタイトルにすることで、作品とタイトルが共鳴し、鑑賞者に撮影者が作品に込めた想い、感動がさらに豊かに伝わると思います。

写真表現は自由です。個性や感性を磨き、好奇心を持って、楽しく写真をたくさん撮りましょう。

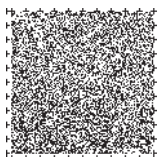
儀同 政一
（フォトグラファー）

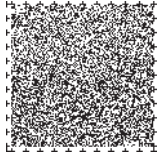
渡部 會山

（創玄書道会審査会員、毎日書道展審査会員）

審査員一覧（敬称略）

渡部 會山（創玄書道会審査会員、毎日書道展審査会員）
儀同 政一（フォトグラファー）

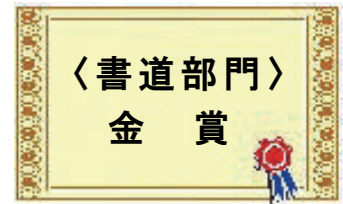




「玲瓏」
青森県 齋藤 玲南
大変自信に満ちた運筆で書かれています。玲は書き慣れた文字だからでしょうか、柔らかな伸びやかな線です。瓏は弾ける線が作品に動きを与えて見事な作となりました。



「萌（物事が起こりそうに成る）」
宮城県 青山 良子
大きく空間に捉えた運筆が軟毛の特性を十分に引き出して和らぎある線となりました。紙面構成に配慮された潤滑と墨色が春の息吹を想わせる一幅の線となりました。



「聞聲悟道」
静岡県 森嶋 三男
何と手慣れた言風でしょう。余分な力の抜けた運筆は永い習練の賜物です。澄んで伸びやかな線は作品に奥行きと品格を感じさせます。この自然体が書の極致を現しています。



「母」
滋賀県 成松 治人
自由に紙面を飛び交う筆の軌跡が美しい。特に右側の柔軟な線は作品に動きと温かな情感を醸し出しています。優しいイメージがよく出た心象風景の作品です。



「生活」
滋賀県 松本 晃英
懸命に筆を動かそうとする強い意志を感じさせる作品です。「活」の偏（サンスイ）の力強さに圧倒されます。書は心の動きそのものですがこの作品筆者の心が強く出ています。



「志」
香川県 藤本 都志代
筆法的に大変優れた作品です。腕から余分な力を抜き大きく運筆して大きくそして伸びやかに表現されています。特に左右の払いの大きさは見事で作品を大きく見せています。



「山溜穿石」
札幌市 木村 郁子
線に濁りが無く温和な線です。自然な運筆が平安な心を出しています。鐘の音の響き直表を思わせる書き振りでゆったりと平明な心の動きがよく出た佳作と言えます。



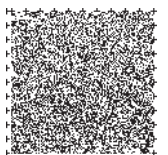
「令和」
仙台市 佐藤 芳江
新元号を外連の無い運筆で書き上げています。力強い転折や縦画の充実した線を見る時、この線を引くまでの永い時間を想わせる作品です。文字の結構法を筆中のものとしています。

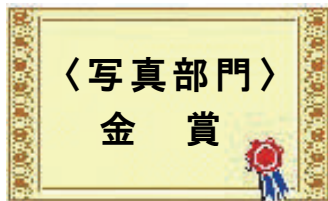
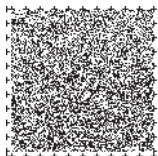


「織女招牛星」
岡山市 裏戸 咲希
五文字をバランス良く纏めています。唐の楷書の法をよく掴んで書いています。「牛」の縦画はこの作品を大変高度なものとしています。伸びやかで若さが溢れています。



「亥」
広島市 阿部 浩子
この強さ！大変見応えのある作となっています。上下動のリズムがこの作の命です。それにより生き活きた線になり懐の広い結体となっています。左に引く線の妙に魅かれます。





「微風」

北海道 久保 克美

スローシャッターで、木の葉の揺らぎと川の流れ、人間の想像力を超えた自然の光景が幻想的な情景が見事に表現されています。露出を少しアンダーにして幻想的風景に仕上げています。



「朝もやにつつまれて」

福島県 穴戸 嘉司

逆光で美しい朝もや、花に朝日があたり、早朝の美しい風景がドラマチックに表現されています。構図、露出、紋りが幻想的風景を強調しています。



「愛」

長野県 岡村 和人

綺麗な色のトンボですね。ハスの蕾でトンボのペアリングの瞬間を望遠レンズで見事に捉えています。背景をぼかすことでトンボを強調しています。



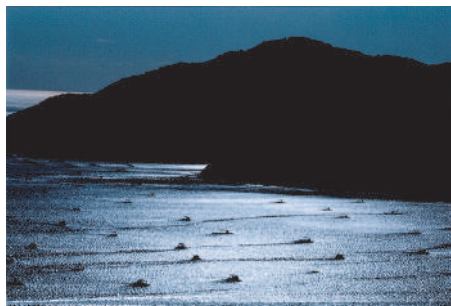
「火の粉の雨」

愛知県 片山 友美

花火をスローシャッターで滝の様に見事に表現しています。手筒花火の威力に負けないよう踏ん張って打ち上げている人物をシルエットにして表現しているのが成功しています。



「20... 30 宮島フィナーレ」
岡山県 串田 征海雄
社殿を背景に打ち上げ花火を長時間露光で撮影したこと、美しく迫力のある作品になりました。良い撮影ポジションを確保出来ましたね。



「美しい海」

徳島県 川田 幸弘

朝日に輝く海に浮かぶ多数の漁船と背景の山がシルエットになり幻想的に美しく表現されています。撮影者の感動が伝わってくる作品です。



「なかよし」

香川県 住田 洋一

イチゴを食べている4人の女性の満面の笑顔が素敵に撮影されています。撮影者との人間関係の良さが素敵な笑顔になっているのですね。素敵な笑顔に癒されます。



「見て！」

仙台市 佐藤 笑美子

可愛いお孫さんに対する愛情が伝わってくる作品になっています。カメラを意識せず集中して遊んでいるお孫さんの笑顔が素敵です。ほっこりする作品になっています。今後もお孫さんの成長の記録を撮影して下さい。



「にこにこ君」

仙台市 早川 スミ子

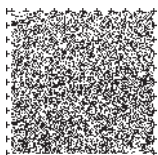
家事や運動のお世話をしてくれるお兄さんと撮影者との信頼関係が素敵に表現されています。お兄さんの笑顔が私たちも笑顔にしてくれます。

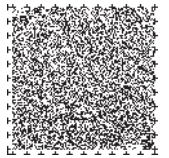


「迫力（ど真ん中祭り）」

名古屋市 市川 貞夫

躍動感が溢れ、迫力のある「ど真ん中祭り」の踊りを見ている撮影者の感動が表現されています。上を少し切り、足の踏ん張りまで入れると、更に迫力が伝わってきます。





「瞬」

青森県 奥崎 竜世

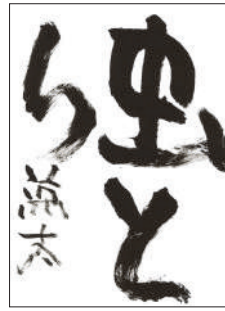
重心を上部に置き重厚な縦線でしっかりと受け止めて纏め上げた快作です。一面を太く内に傾け最終の縦画をやや左に倒してバランスを取った力は見事な構成力と言えます。



「祭」

宮城県 高橋 頼人

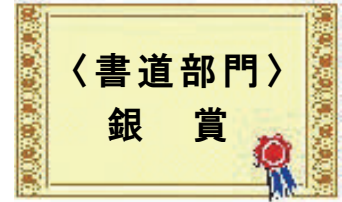
ゆっくりと動いた上部としっかりと打ち込んだ強固な下部との調和がよく取れています。下部の広々とした空間は神輿を担ぐ祭りの姿を想わせて楽しい作となりました。



「虫とり」

石川県 熊野 涼太

兜虫なのでしょうか。丸い頭の大きな虫を墨量たっぷりの活き活きとした線で楽し気に大きく元気に書いています。名前もしっかりと大きく書かれ作品に生気を与えています。



〈書道部門〉

銀賞



「花火」

岐阜県 奥村 明俊

清澄感に溢れた伸びやかな線が魅力的です。直筆での線は一本芯の入った強さを出しており、外連味の無い運筆と相俟って清々しい風情を感じさせる作品となりました。



「湖山」

滋賀県 上田 秀子

力感溢れる動きで紙面一杯に書き上げています。どっしりとした「山」が作品全体を引き締めています。二文字作品は軽重や大小の比率が難しい所を上手に纏めています。



「めいじん」

大阪府 長尾 一輝

丁寧にそして大胆にと細やかな筆使いを見せたい好作品です。下二文字に見る空間での呼吸の繋がりや充実した活き活きとした線となりました。名前もしっかりと書いています。



「青」

兵庫県 橋本 直染

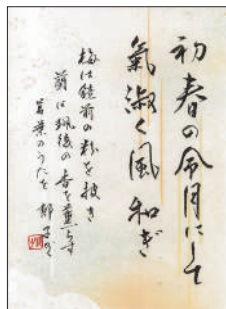
古文字の形態を借りながら独自の解釈による大胆な表現です。墨を筆一杯に含ませて萌え出る草のイメージを出した上部が大変効果的で文字の原始性をよく出しています。



「迫力」

奈良県 長澤 正子

気合いの入った迫力満点の作品です。障碍に負けない心の強さを十分に引き出しています。隷書体の特性をよく掴んで表現しています。「力」の表現に苦労の跡が窺え頭が下がります。



「初春の令月」

山口県 高橋 郁子

新元号の基となった萬葉集をやや硬めの筆ですっきりと書いています。命名の由来部を大きく他を小さくと上手に纏めています。大字の伸びやかさは余裕を感じさせます。



「如左右手」

徳島県 近藤 君子

大きく伸びやかな書線は作品を大きく見せています。特に下部二文字の大きさは見事です。執筆に際し脇を開けた余裕ある運筆がこの大きさや伸びやかさを出しています。



「とんぼ」

香川県 濱本 香織

キラキラと夕陽に羽を輝かせながら羽ばたく赤とんぼのように、煌めきのある線が大変魅力的な作品となりました。強い心を持って明るく生きる姿が目に見えます。



「夢」

沖縄県 長堂 寿里

墨の匂いに導かれた自然な筆の動きは伸びやかで艶やかな線を出しています。最終画のすっきりと大きく腕を振った線に墨の命が乗り伝わったかのような美しさです。



「絆」

札幌市 岩間 智恵子

行書は穂先の捻転によりリズムが生まれますが、この作品上手に穂先を活かしています。また傍の最終画は直筆で高く抜き去った伸びやかな線は自信に満ちています。



「汗」

広島市 石原 浩

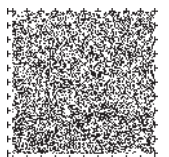
拭っても拭っても落ちる大量の汗でしょうか。今年の夏は本当に暑く大きな水滴に共感を覚えます。文字の原始性を想わせる力強いタッチで書かれた大胆な表現の作品です。

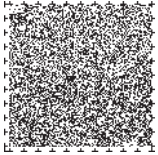


「山歩きのお誘い」

福岡市 真崎 多喜子

硬筆は毛筆と異なり強弱や太細の差が出し難いのですが、筆致が柔らかく気持ちの連続性を十分に出した流れの美しい作品に仕上がっています。名前が美しいですね。





〈写真部門〉 銀 賞



「うなぎ漁」

北海道 梅村 忠雄

夜行性のウナギの稚魚シラスウナギを捕獲するため、二隻の漁船から水面に向けられた集魚ライトのオレンジ色の光が水面に反射し、幻想的な光景になっています。この光景を撮影したときの作者の感動が伝わってくる作品です。



「わらび取りのばあちゃん」

山形県 渡邊 富貴夫

里山に暮らす老人の蕨採りの情景を、老人の生活に寄りそった生活感のある作品が素敵です。



「暑いよ、水あそびたい」

群馬県 星河 英雄

暑い日、噴水のある水場でつい服を脱ぎ、水と戯れる子供が、2本の噴水の間に立った瞬間を見事に捉えた作品で、子どもの笑顔が伝わってきます。



「青春」

埼玉県 渡辺 和博

日差しが強い日に、白い建物に入り楽しそうに会話している二人の情景と青い空のコントラストが大変美しい作品になりました。



「みなとみらいの美夜景」

神奈川県 小松 均

みなとみらいの夜景を、水面に写り込んだ建物、青い夜空にそびえる近未来的横浜ランドマークタワーを広角レンズでフォトジェニックに捉えた作品になっています。露出、絞り構図もベストです。



「投網する漁師」

岐阜県 坂井 明二

投網の、網の位置、漁師の位置、背景の燃えるように赤く染まった紅葉が水面を染める情景を感動的に捉えた大変美しい作品に仕上がりました。



「里山に春がきた」
広島県 古濱 美知子
コンパインに乗った農家の人を右に、見事に咲いた桜の巨木が水田に写り込んだ情景を左に配置し、大変美しい里山が表現されています。撮影者の感性がにじみ出た作品になっています。



「どうやって運ぶ？」

大分県 元木 敬一

面白い情景を発見しましたね。自分より大きな虫に必死に食らいつく虫がどの様に運ぶのか興味津々な作者の気持ちが表現されています。タイトルに作者の率直な気持ちが出ています。



「雪の中の踏切」

広島市 森島 基裕

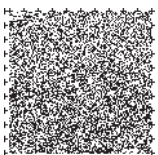
雪で真っ白い情景に、右に列車を、左に黄色い踏切、赤が効果的に表現されています。作者の狙いが伝わってくる作品になっています。

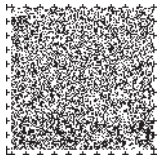


「ニャンかご用ですか？」

福岡市 矢野 瑞穂

撮影者を警戒している目、それに反応して手を出した猫の一瞬を見事に表現しています。





「化」

青森県 大久保 勇雅

「化」には変わるという意味があり自己変革の意を大きく大胆に書いています。すっきりと立った人を想わせる縦線の温かく伸びやかな線は心の想いを十分に表現しています。



「一 (イチ)」

岩手県 佐藤 陽生

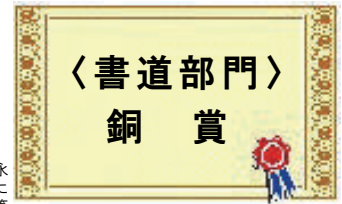
墨を含んだ筆が書き上げた太さや長さなどは視覚で確かめなくとも表現できる見本でしょうか。動体感覚の向上という目標が窺える作品です。遅速の変化もある見事な線になりました。



「佳妙」

岩手県 桑山 喜久子

ゆっくりと穂先の感触を確かめながらも永年の練習の成果でしょうか。「妙」は見事に書けています。遅速、遠勢など基本的な用筆法が掌中のものとして見事な作品に仕上がっています。



「あしびきの」

岩手県 松橋 藤江

ゆるやかに円転する穂先が語る書線の流れは伸びやかで美しい潤湯を出しています。仮名特有の散らしも自然で時折見せる呼吸の乱れは年齢を考えれば一興と思います。



「雄飛」

岩手県 福島 成悟

一本一本の線を大切にそしてしっかりと書いています。熱い想いを書線に文字にと託しています。表現方法として造像記のような力強く素朴性の高い書風で書かれた作品です。



「奏」

岩手県 竹沢 諒晟

力強い線、すっきりと紙を切り去るような鋭い線、遠くに伸びる線などを見せて奏であるという文字の内に調べを込めています。元々神に捧げる意を持つ文字を丁寧に書いています。



「お盆は家族みなでお墓参り」

秋田県 長谷川 愛美

墓参りは先祖の御魂に心を込めて祈ることですので文意に沿った真剣な筆使いで書かれています。平仮名のすっきりとした澄んだ線はそのような心の動きがよく出ています。



「クリ」

東京都 松坂 衣里子

紙一杯に書かれた栗！ガッチリとした大きな木に栗の実が沢山付いているのを想わせる作品で、甲骨文字などのような原初の体(象形文字)の姿態を思わせる文字です。



「雲海」

滋賀県 村田 和子

送筆に迷いが無くすっきりと漲りのある線で纏めています。余分な力を抜き去った無意識での運筆で、雲海の景色が自然と心に浮かび来たかのような雰囲気を楽しんでいます。



「人」

滋賀県 中西 煌希

筆に墨をタップリと含ませ余分な力を抜いてゆっくりと筆を運んで明るく伸びやかな心温まる太い線となりました。小さなことに拘らない心の広さを感じられる作品です。



「穂」

奈良県 下中 真佐代

軽快な送筆は天に向かって力強く立つ青々とした穂先の生命力を想わせる清々しい線となりました。筆と心体が一本化した作品で書的に大変高度なものとなりました。



「令和」

奈良県 西本 伊作

左右へ大きく腕を振り大きな空間を掴んでいます。脳を開けることにより伸びやかで余裕ある線となって見事な書となりました。未の縦画も充実したものとなっています。



「虫」

島根県 原田 稔広

文字を書くことは平衡感覚が重要視されますが、ハンデに負けず見事な文字となりました。適度な右肩上がりの横画などは美意識の高さを窺わせます。下部の渴筆の力強さが一際光っています。名前も堂々と書けています。



「なし」

徳島県 久岡 さな江

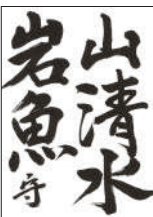
平仮名は曲線主体でいかに直線的に運筆できるかに成否がありますが、見事な「な」となりました。上手に穂先を回転させる直線の力が見事で美しい線となっています。



「雪告豊 雪は豊を告ぐ。大雪が降ればその年は豊年である」

香川県 秋山 昌美

何物にも動じないどっしりとした揺るがない豊かな線が文意を一層高めていて見事です。この線を生み出すエネルギーはマグマのように大きく熱いものを感じます。



「山清水岩魚」

熊本県 林田 守

紙面に流れる銕いのない清々しさに魅かれます。この情感を醸し出す力は無理のない自在な筆の運びでしょう。二行目の伸びと豊かで美しい線は何とも言いえない美しさがあります。



「岩」

宮崎県 岩見 遥菜

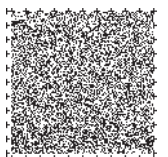
山が崩れやがて小石になっていくという悠久の時の流れを想わせる字形です。中央の剛直な横画は全体をよく引き締める見事な線となって作品に生命を与えています。

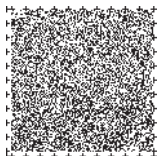


「海」

宮崎県 阪本 富美恵

何か歌が聞こえてくるような大きく広い海です。自由闊達に筆を動かした伸びやかな線で書き上げています。楽しくなければ活き活きとした作品は生まれないと思わせる作品です。





「星」

宮崎県 谷口 正弘

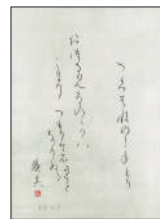
夜空に輝く星の光はどこで生まれたかと思つての作でしょうか。最終面のどっしりとした厚みある線は星の発する光を受けている自分への讃歌なのでしょう。見事な線です。



「亥」

札幌市 近藤 元昌

突進する元気な猪を想わせる力強く左右へ抜き去った線は作品に動きを与えて広がりを見せています。長い横線のゆるやかで雅味ある線は作品を高度なものとしています。



「古今和歌集」

仙台市 柴崎 優美

高野切一種のリズムが散見されゆったりとした呼吸が作品に溢れています。穂先を上手に使用した抑揚が自然なリズムを生んでやや小振りながら流れの美しさを出しています。



「青雲之志」

さいたま市 池澤 恵美

大きく構えて淡々とした書き方が文字に和らぎと伸びを与えています。特に「志」の線の深さや抑揚、筆意など行書の極致を見る思いが強く明日への希望が膨らみます。



「白露」

相模原市 笠井 志津子

行書や草書は意先筆後のリズムが大切で空間での呼吸の連続性を求めますが、軽やかな踊りのステップを見るような歯切れのよい線が紙面を縦横に駆け回っている佳作です。



「リズム」

静岡市 山本 貴士

大太鼓があり小太鼓があり、フルートがあるような色々な異なる点や線が白の空間で生き活きと踊っています。紙面中央の線は窓ガラスを垂れる雨滴のような流れを感じます。



「融和」

浜松市 伊藤 京子

草書を自在な筆を用いて自信を持って余裕の用筆を見せています。大きく動いた線は紙面の白黒を調和の取れた作品に造り上げています。永年の習練の高さを想わせる作品です。



「あじさい」

宮城県 梅津 幸太

雨のしずくが日の光にきらきらと輝く紫陽花を印象的に捉えられています。望遠レンズを使い、絞りを開け、背景にきらきらとした丸い光を写し込む「玉ボケ効果」がこの作品を素敵な作品に仕上げています。



「花」

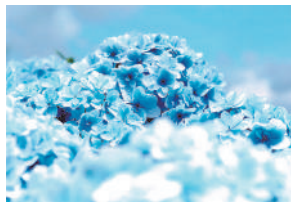
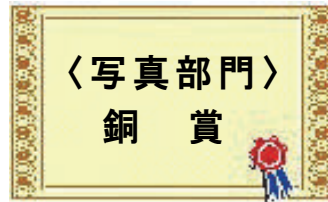
光りが良く入る部屋で生け花が表現されている作品です。撮影者の美しい光を想い



「整列」

福島県 湯田 政弘

ゆらゆらと泳ぐ二匹の金魚の大きな目が印象的に捉えられた作品になりました。素晴らしい瞬間を撮影できました。



「青・青」

福島県 村松 市夫

前ボケを使って奥の紫陽花にピントを合わせ、主題を明確に撮影しています。明るく撮ることで、ふんわりとした優しい紫陽花が表現されています。



「紅葉」

長野県 重田 正次

日に照らされ輝く紅葉が、美しく湖面に写り込み、鏡合わせとなった光景に目を奪われます。別世界のような光景の作品となりました。



「渡らずの鉄橋」

静岡県 北村 弘美

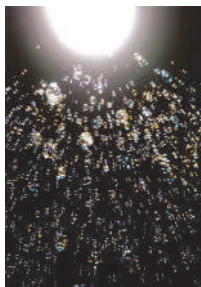
飯田線のS字鉄橋、通称「渡らずの鉄橋」のS字の緩やかなカーブを走る列車をハイアングルで撮影したことで視線が列車と線路に引き付けられます。背景の樹林帯が山の深さを感じさせます。列車がS字の川の位置にあると更に良くなります。



「木もれ日」

愛知県 牧原 和敏

キラキラと光る太陽を正面から撮る（逆光）ことで、木洩れ日が霧を照らし美しい光景となつて現れるとともに、樹木の影が大地に写り込み清々とした空気感のある作品になりました。



「海」

三重県 伊藤 元泰
燈火に向けたシャボン玉を、海中で生物が呼吸し出した気泡をイメージさせ、太陽に反射しキラキラ輝く光景は、命を感じさせる素敵な作品になりました。



「村神楽」

山口県 佐藤 ちよ子

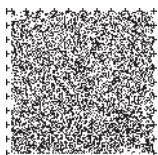
手の動きと画面いっぱいの神楽のお面が美しく力強さを感じさせ、画面構成に優れたインパクトのある作品になりました。

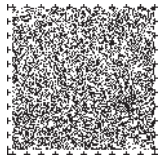


「秋の始まり」

徳島県 古川 恭梧

青空を背景に首をしな垂れたひまわりを見上げるように撮影し、暑さの中にも秋の訪れを感じさせ、作者の想いが伝わる作品になりました。

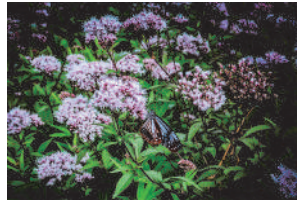




「自撮り 笑顔」

徳島県 秦野 裕介

外食に行き、楽しそうな笑顔の自撮りできました。少しブレていますが、このブレた顔と手の動きが楽しそうな雰囲気を醸し出しています。



「遠くから」

徳島県 伊藤 愛記

長距離を飛行中、大好きなフジバカマの花の蜜を一生懸命に吸っているアサギマダラに射す光が素敵な作品に仕上げました。



「カマキリ」

徳島県 河野 和真

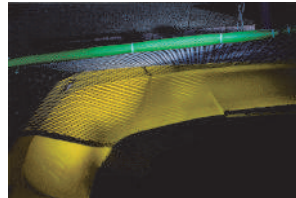
前脚を伸ばし虫を待ち伏せをしているカマキリの緊張感が伝わってきます。カマキリにスポット的に当たっている光が作品を強めています。



「あすたむくん」

徳島県 荒木 龍太郎

2体の「あすたむくん」の遠近感を強調するため2本の白いラインが生きています。左奥の親子連れが効果的です。



「ボート」

徳島県 原 亜季江

ボートの一部分に当たったネットの影が、光りと影の世界を作り、フォトジェニックな作品になりました。



「派手な化粧でどけ」

香川県 坂本 登

ひょうきんが由来の「ひょうきん祭り」に奇抜な化粧と衣装で愛らしく楽しそうに参加している若者を暖かく見守っている。ほっこりとする作品に仕上がっています。



「山鹿灯籠踊り」

熊本県 碓 敬

山鹿灯籠踊りで浴衣姿で舞っている女性をシルエットに灯籠の光を山型に配置して幻想的な作品に仕上がっています。



「夏の漁港」

沖縄県 金城 元昭

人影がない港に青い空に浮かぶ白い雲が夏の暑さを強調し素敵な作品になっています。



「いちずに咲く」

広島市 小西 由美

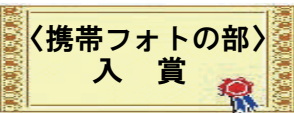
背景を黒くぼかし花を明るく浮かせるように撮影したことで素敵な作品になっています。



「秋の風景（夜）」

広島市 花ノ木 清孝

ライトアップで真っ赤に染まった紅葉と奥の月光が効果的で屋間と違った幻想的な作品となりました。



「携帯フォトの部」入賞



「おばあちゃんを作ったスイカ」
群馬県 利根 有里子
祖母が子どもや孫のために丹精込めて作ったスイカを前に並べて、嬉しそうな笑顔が素敵な作品です。



「お姉ちゃんと秋の海」

山梨県 五味 洋一朗

秋を迎えた海岸に女性が一人、曇天と白のブラウスとピンクのスカートが秋らしい爽やかさと同時に寂しさを感じさせる作品になっています。



「れお君！切るよ〜！」

仙台市 伊藤 怜央

いつも通っている心優しい床屋さん和撮影者との信頼関係が作品に現れています。床屋さんの素敵な笑顔が私たちも笑顔にさせてくれる暖かい気持ちになる作品です。



「黄昏」
堺市 和田 浩典
黄昏時、夕日が真赤に空を染め、夕焼け色に染まる水面が無限に変幻する光景に魅了されました。作者の感動が伝わる作品です。

戸山サンライズ（通巻第284号）

発行 令和2年2月10日

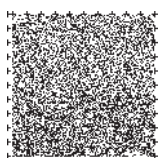
発行人 公益財団法人 日本障害者リハビリテーション協会 会長 炭谷 茂

編集 全国障害者総合福祉センター
〒162-0052 東京都新宿区戸山1-22-1

TEL. 03 (3204) 3611 (代表)

FAX. 03 (3232) 3621

http://www.normanet.ne.jp/~ww100006/index.htm





会員数
26.8万人
(2018年度末現在)

福祉・介護職員の 福利厚生は ソウエルクラブに おまかせください

ソウエルクラブ(福利厚生センター)は…
社会福祉事業・介護保険事業に従事する方の福利厚生を全国で展開し、スケールメリットを活かすことにより、個々の法人では実現が難しい充実したサービスを提供しています。

01
加入
メリット

- 職員のリフレッシュやストレス解消
- 職員の就労意欲の向上
- 職員のチームワークの構築
など

02
掛金

職員1人当たり毎年度1万円
※非常勤職員向けに5千円コースも
ご用意しています。

03
ソウエルクラブの
10大
サービス

生活習慣病予防 健診費用助成金	慶事のお祝い品 (結婚、出産、入学)	弔慰金
4,120円 助成	1万円 または 5千円 の 商品券を贈呈	・ 会員死亡 60万円 (就業中の死亡は180万円) ・ 配偶者死亡 10万円
健康生活用品給付	永年勤続記念品	資格取得
毎年全会員に給付	勤続5～30年(5年刻み)及び 35年以上の退職時に贈呈	5千円相当の記念品
ソウエルクラブ“クラブオフ”		
ホテル、レジャー施設、飲食店など 7.5万件 以上の優待サービスが利用可能		
クラブ・サークル活動		
1人あたり 1,000円 助成		
会員交流事業 (都道府県ごとの各種イベント)		
割安な参加費		

資料請求は
こちら

<法人・事業所のご担当者の皆さまへ>

ご希望の方には、ソウエルクラブのサービス内容をコンパクトに
まとめたパンフレットを送付いたしますので、お気軽に下記宛てにご連絡ください。



社会福祉法人 福利厚生センター

<https://www.sowel.or.jp>
 詳しくは ソウエルクラブ で 検索
 TEL ☎0120-292-711 または、お電話でお問い合わせください。
〒101-0052 東京都千代田区神田小川町1-3-1 NBF小川町ビル10階

