

# 第71号

令和5年5月発行

発行

一般社団法人宝塚市手をつなぐ育成会

〒665-0835

宝塚市旭町3丁目1番8号パレフルール101

TEL 0797(86)9883

FAX 0797(86)9299

Email

takarazuka.tewoikusei@gmail.com



**私たちは、宝塚市在住の知的障害児者の親の会です**

私たちの活動はホームページでもご覧になれます。 <https://www.takarazukaikuseikai.com>

令和4年度 知的障害疑似体験

## 宝塚すみれ隊の活動

- 6月22日 小林聖心女子学院高等学校
- 7月 1日 宝塚市立看護専門学校
- 7月30日 芦屋大学
- 8月 1日 福祉学習交流会
- 10月11日 川西市手をつなぐ育成会
- 1月12日 権利擁護サポーター養成講座
- 1月17日 第1地区民生委員研修会
- 1月28日 防災×福祉フェア
- 1月29日 R-net 研修会
- 3月11日 末広小コミュニティ第1部会
- 3月18日 活動してみたい人とボランティア・地域活動団体が出会う場

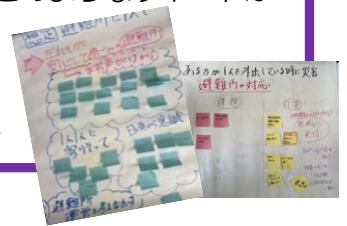


1月29日（日）R-net 研修会

「知的障がいを知る！

災害時避難行動に活かす！」

- 疑似体験の後、ワークショップでは災害発生時に知的障害のある人に対してどのようなサポートが必要か、周りの方にとってどのようにしてもらえると助かるのかなど話し合いました。



ワークショップではたくさんの意見が出ました



## 知ってほしいな私たちのこと



### も く じ

宝塚すみれ隊の活動	……	1
知的障害のある人とその家族の防災	……	2・3
災害時要援護者支援制度	……	4
非常食について	……	5
育成会についてのアンケート報告	……	6
理解と支援の輪	……	7
令和4年度の活動	……	8

# 知的障害のある人とその家族の防災

令和4年度は、自治会ネットワーク（R-net）、まちづくり協議会等の研修において、災害時の知的障害のある人への対応について意見交換をする機会がありました。そこで、災害に備えて日頃からできる事について宝塚市役所の都市安全部 危機管理室 総合防災課の方や社会福祉法人宝塚さざんか福祉会宝塚あしたば園の方にお聞きしました。

## 2つの自然災害について

宝塚市では、1995年の阪神・淡路大震災を経験されている方が多いので、災害と聞くと、多くの方が「地震」を連想されると思います。

しかし、災害は大きく分けて二つあります。「地震」と、大雨や台風による「水害」です。

大雨や台風は何日も前から天気予報で来ることが予想でき、あらかじめ安全な地域へ避難することもできます。

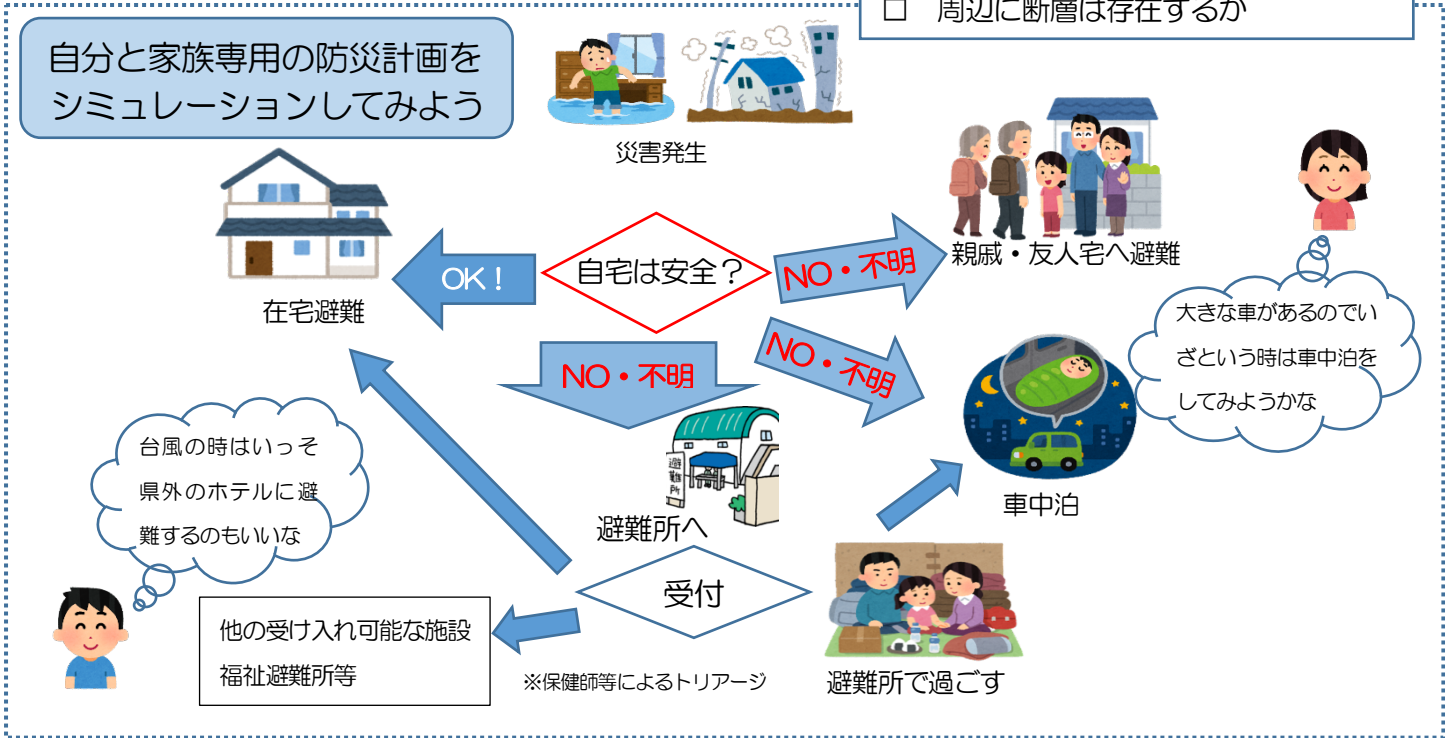
宝塚市のホームページや、ひょうご防災ネットを活用して、自分の家族構成や生活環境に必要な情報・判断・行動を把握し、「マイ避難カード」を作成しておく、いざという時に慌てず落ち着いて行動ができます。

一方、地震は突発事態です。

また、被害も広範囲に及びますので水害に比べ、より情報や助け合いが重要になってきます。

家庭での備えはもちろんですが、普段からご近所とのコミュニケーションを心がけることも防災にもつながります。日々の挨拶から、自分に合った方法で無理なくつながりを作ってみてください。

- 我が家のチェックリスト
- 浸水想定地域かどうか
  - 土砂災害警戒区域かどうか
  - 周辺に断層は存在するか



### 在宅避難を考える場合

- 何か必要か、備蓄チェックリストを作成
- 情報がどこにいったら得られるのかを事前に把握

### 自宅の外での避難を考える場合

- 避難所までの経路を歩いていけるか
- 身を寄せられる親戚・知人はいるか
- 車中泊できるような車は持っているか
- 非常時の持ち出しチェックリストを作成

子どもが落ち着くグッズ・筆談用の画用紙・感覚過敏  
に対応したグッズ等



たからづか防災マップには、地図以外にも防災情報ツール・マイ避難カード・避難行動判定フロー・持ち出し品リスト等情報がたくさん載っています！

配布場所：市役所総合防災課・  
市民相談課・各サービスセンター・  
サービスステーション



宝塚市「たからづか防災マップ」

ID 番号 1002000

Web 版たからづか防災マップ



## 避難先とエピソード

### <在宅避難>



自宅が安全と判断したならば、避難所よりも精神的に落ち着けるメリットがあります。

情報・物資の不足が予想されるので自分で行動する必要があります。

※情報が分からず、2~3日水をもらえなかった。

### <避難所>



情報・物資とも支援が行き届きやすい場所です。自宅が安全と分かるまでのあいだ、一時的に身を寄せるのに適した場所です。

※息子を母親が男子トイレに連れていくのが大変だった。

※子供と一緒に炊き出しの列に並べなかった。

※多動や奇声のため難しく、居場所がなく自宅へ戻った。

※文字情報が少なかった。

※印は熊本県特別支援学校知的障害教育校 PTA 連合会  
「平成 28 年熊本地震に関するアンケート調査」より抜粋

### <車中泊>



自宅が安全と分かるまでのあいだ、一時的に身を寄せるのに適した場所です。

エコノミークラス症候群の予防や熱中症・防寒対策が必要。渋滞や事故、緊急車両の通行の妨げになることに注意。避難所での車中泊は受け入れ有無等について事前に確認が必要です。

※車中泊で体力が衰え子供たちのストレスも大きかった。

事前に子供が落ち着くグッズを  
2~3個以上考えていたら安心



簡単に広げられるポップアップテントがあると、避難所でも自宅の空いたスペースでも気軽に広げられて便利



聴覚過敏がなくても、耳栓の備えがあった方が落ち着ける

万が一、家族と離れた時を考えてヘルプカード・安心手帳は常時持ち歩くのがベスト



### <宝塚市や兵庫県の防災に関するページ>

宝塚市「防災のページ」：ID 番号 1013056



宝塚市「マイ・タイムライン、マイ避難カード  
を作成しよう」：ID 番号 1031562



ひょうご防災ネット（スマートフォンアプリ）

iOS



Andoroid



### <その他マニュアルなど>

・「安心手帳」

全国特別支援学校知的障害教育校 PTA 連合会

もしもの時に役立つように本人の情  
報を書き込むことができます



・「防災マニュアルブック自宅サバイバル編」

埼玉県危機管理防災部危機管理課



家庭で取り入れやすい備えが  
まとまっています

・「やっぱりおうちがいいな」

熊本市子ども局子ども福祉部子ども発達支援センター

地震後トラウマで家に帰れない  
子どもたちのために



## 災害時要援護者支援制度

《宝塚市の災害時要援護者対象者》

- ①身体障害者手帳 1 級または 2 級
  - ②療育手帳
  - ③精神障害者保健福祉手帳 1 級
- 上記のいずれかを所持する方
- ④介護保険制度の区分が要介護 3、4、5 と認定された方
  - ⑤医療ケアを受けている方（人工透析など）

※災害発生時の支援について  
避難支援組織・支援者自身やその家族などの安全が最優先され、支援者に無理のない範囲で行われます。

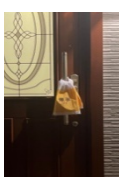
この制度は、災害時に自力で避難することが困難な方「災害時要援護者」対象者のうち、個人情報提供に同意された方の情報を、市が地域の避難支援組織（民生委員・児童委員連合会、届出のあった自治会やマンション管理組合など）に提供することで、実際に災害が起きた時、地域で安否確認や情報提供などの支援がスムーズに受けられるようにするための制度です。



### 『無事です』てぬぐいの使い方

要援護者の方に配布されているてぬぐいです。これは、素早く要援護者の安否の確認をするためのものです。自分の無事を知らせることで、支援者が少しでも早く次の要援護者のところへ行くことができます。

※災害時要援護者支援制度のお問い合わせは地域福祉課へ



## 非常食について



非常食について、社会福祉法人宝塚さざんか福祉会宝塚あしたば園の栄養士の方にお話を伺いました。



社会福祉法人宝塚さざんか福祉会では、各事業所に常温で食べられるカレーや鶏がゆ、フリーズドライの卵スープ、水、使い捨て食器などを備蓄されています（法人内2事業所では発熱剤・加熱袋も準備しているそうです）。家庭では好みのレトルト食品などを備蓄しておけば安心です。しかし事業所で個々のこだわりに合わせて備蓄しておくことは難しいです。

こだわりのある利用者が災害時に非常食を食べられるよう、日頃から給食で提供するなどの取り組みをされている栄養士の方もおられます。実際に食べる様子を見て、使い捨て容器が嫌で食べられない、プラスチックスプーンが苦手など気づくこともあり、改善策を考えることができるそうです。また、宝塚あしたば園では、パッククッキングという調理法で災害時でも食べ慣れた食事を作ることができるという取り組みもされています。

## ＜パッククッキング＞

ポリ袋に食材と調味料を入れ、電気ポットや鍋にお湯を沸かし加熱調理することができます。冷蔵庫に残っている食材で調理でき、袋から直接食べるので食器も汚しません。



かぼちゃの煮物



塩こぶとツナの炊き込みご飯

※調理するだけでなく、配給のパンやおにぎりを温めることもできます。



- 家庭で市販の非常食を備蓄する際には、試食をしてからにすると安心です。
- 嗜好品も備蓄に加えておくと、気持ちをホッと落ち着かせることもできます。



## つながろうわかりあおう

今回の取材で、災害時どう行動するかシミュレーションをしておく事がとても大切であるとわかりました。また研修会に知的障害のある人のことを知りたい、対応を学びたいと多くの方が参加してくださり、改めて自分たちは一人ではないと心強く思いました。

そして、自分たちの備え（自助）はもちろん必要ですが、普段から周りとのつながり（共助）も同じくらい大事だと感じました。つながりを持つこと、それは私たちのことを知ってもらうことから始まります、そのために育成会の活動はまだまだ続きます。

# 育成会についてのアンケート



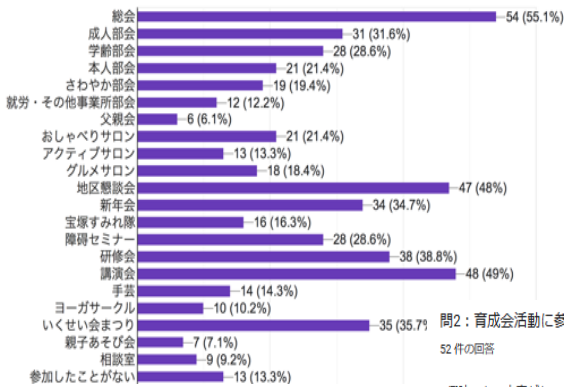
昨年11月に会員の皆様にご協力いただきました「育成会についてのアンケート」の結果についてご報告をさせていただきます。

育成会も新体制になり早3年。コロナ禍で思うような活動を行うことができず、皆様からお話を聞く機会も少なくなっていました。

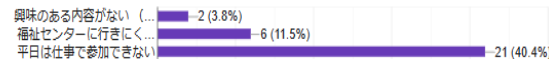
そこで「アンケート」という形でご意見をいただきました。ご協力ありがとうございました。

## 回答数100件（学齢21件、成人79件）

問1：2017年以降に参加したことのある活動すべてに☑をしてください。  
98件の回答



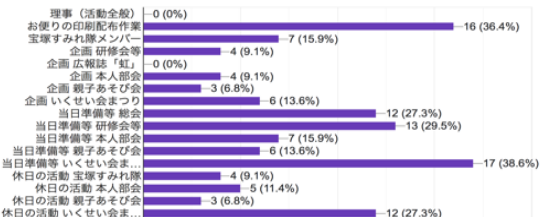
問2：育成会活動に参加できない理由に☑をしてください。  
52件の回答



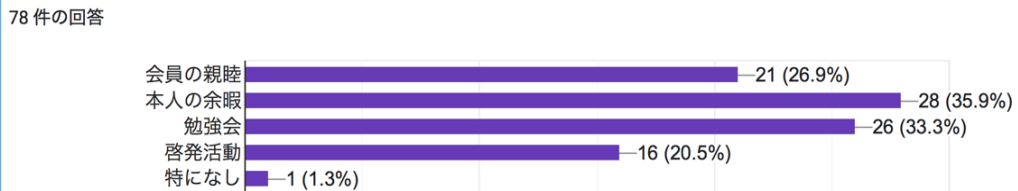
問3：育成会活動を手伝えますか、手伝えませんか。  
88件の回答



問3-1：問3で、手伝えると回答された方は、手伝える内容に☑をしてください。  
44件の回答



問4：今後の育成会に求めることは何ですか。1番に求めることに☑をしてください。  
78件の回答



### <育成会に求めること>

成人期の方は、「本人の余暇」という回答が1番多く、ついで「勉強会」「啓発」「親睦」  
学齢期の方は、「勉強会」が多く、「親睦」「本人の余暇」と続いていました。

本人の余暇として、本人部会の定期的な開催、ゲーム大会や映画鑑賞会、お花見、クッキングなど多彩な内容にすることで、たくさんの方が参加できるようにと考えています。育成会では音楽やダンス、体操など各種教室を開催しています。今年度からは料理教室も加わりました。

学齢期の方に向けては、親子遊び会を開催しています。親子遊び会は、「映画館に行く練習はできませんか?」という会員からの声で始まりました。映画鑑賞だけでなく、ほかにもお祭りや工作など企画しています。練習の機会と思ってぜひご参加ください。

今後、アンケートでいただいたご意見を参考に活動してまいります。皆様のご協力よろしくお願いたします。

## 先生募集中!

絵画、習字やフラワーアレンジメントなどなど  
あなたの得意なことを、



本人部会、親子遊び会で教えていただけませんか?



育成会事務局まで 0797-86-9883

# 理解と支援の輪

## ご寄付をいただいた方々

(敬称略)

ファミリー会	20,000 円
泰地 美千代	30,000 円
志儀 和恵	30,000 円

## 令和4年度受賞

～おめでとうございます～ (敬称略)

◇令和4年度兵庫県障害者福祉大会  
 就労20年表彰 吉田 純子  
 就労10年表彰 長友 光宏

## 協力会員



### 【個人協力会員】 (敬称略)

天野 金子	伊藤 勲	植戸 貴子
大勝 美智子	門 隆志	小西 徳子
新開 暁子	田中 こう	田中 正治
田邊 知子	玉谷 智美	袴田 淳之輔
横田 昌則	和久 有彦	

◇第48回宝塚市社会福祉大会  
 理事長表彰

障害者福祉功労者	柴田 瑞枝
	田村 浩子

地域福祉功労者個人	岡本 悦子
-----------	-------

児童福祉功労者	阪上 健治
---------	-------

理事長感謝

優良民生児童委員	松浦 シツ子
----------	--------

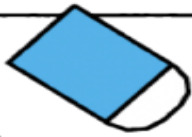
### 【団体協力会員】 (敬称略)

社会福祉法人 宝塚さざんか福祉会  
 社会福祉法人 宝塚いくせい会  
 宝塚市障害者(児)団体連絡協議会

◇公益財団法人兵庫県手をつなぐ育成会  
 理事長表彰 岡本 康代

知的障害者のためにと多くの皆様が様々な形でご協力くださいました。

ご支援ありがとうございました。



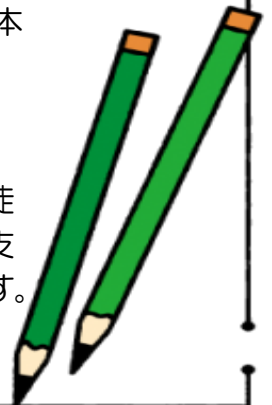
## 心のもも運動

市内の小中学校に呼び掛けて「こころのもも鉛筆」の販売をお願いし、令和4年度も各校よりたくさんのご協力を得て、59,572円もの還元金をいただきました。

鉛筆 2,313本、替え芯 48個、消しゴム 389個、赤鉛筆 483本  
 マーカーペン 112セット、ネームペン 273本、多機能ペン 117本

長年にわたり、皆様の温かいご協力に支えられた「心のもも運動」は、販売元より令和4年度をもって業務終了する旨の連絡を受け、残念ながら終了することとなりました。お小遣いで鉛筆をお求めくださった児童・生徒の皆様、お忙しい中、申込用紙の取りまとめしていただいた先生方・特別支援学級保護者の皆様、長年のご支援に深く感謝し、心よりお礼申し上げます。

長い間本当にありがとうございました。



## ＜令和4年度の主な活動＞

- 4月・研修会「成年後見制度について ～課題や今後の動向～」
- 6月・親子遊び会「描いたり、切ったり、貼ったり、みんなでアートしてみよう！」
  - ・学齢部会 卒業生のお母さんのお話（中学・高校編）
  - ・本人部会 ゲーム大会
- 7月・障害セミナー 映画上映「僕とオトウト」高木佑透監督の講演
  - ・さわやか部会 「我が子の高齢化について」
- 8月・本人部会 映画鑑賞会「ウォーターボーイズ」
- 9月・学齢研修会「一人ひとりの子どもへの理解と関わり方」



- 10月・本人部会 バスツアー「みかん狩り」淡路島
- 11月・講演会「障害者とともに働く ～手応えのある日々～」
- 12月・学齢部会「手作りアロマ1日教室」
  - ・親子遊び会「みんなで映画を見よう！」
  - ・本人部会「ドーナツにクリスマスデコ」
- 1月・新年会「宝塚アカデミー音楽団演奏会」
  - ・学齢部会「障害基礎年金の申請の仕方について」
- 2月・還暦のお祝い会
  - ・本人部会 「レッツダンス&ゲーム」
  - ・勉強会 「成年後見制度の今 ～国連の総括所見を受けて～」



おしゃべりサロン、父親会、各種教室、サークル等の活動も行いました。

つながろう♥わかりあおう

### 協力会員募集

宝塚市手をつなぐ育成会は、会員組織です。会員の皆様からの会費が活動の基盤になっています。協力会員になって私たちの活動を支援して下さい。一人でも多くの方の入会を心よりお待ちしております。

（障害をお持ちの方のご家族・ご本人以外の方なら、どなたでも「協力会員」として入会していただけます。）

● 協力会員年会費(個人) 1口 1,000円

※機関誌「虹」を年1回お届けします。

※ご入会いただける方は、☎86-9883までお問い合わせください

