

千曲・坂城地域 自立支援協議会だより

ふみづき 号
＜令和5年7月発行＞

編集・発行 千曲・坂城地域自立支援協議会

事務局 千曲・坂城障がい者（児）基幹相談支援センター

住所 千曲市戸倉2388番地 千曲市ふれあい福祉センター2階

TEL : 026-275-0548 FAX : 026-214-3013

E-mail : cs-soudan@bh.wakwak.com URL : <http://cs-soudan.pupu.jp/>

自立支援協議会長 ごあいさつ

少しずつ「withコロナ社会」に世の中慣れてきたと思っていたところ、後を追うように物価高という難題が発生しました。食材料費や燃料費、光熱水費は驚くばかりで私たちの生活を直撃しています。いつになったら、どうしたら経済が好循環していくのか、私たちが今考えること、今出来ることについてSDGsの基本精神に学びながら考えていく必要がありそうです。

自立支援協議会は「障がいのある人たちの地域生活を支え、誰もが安心して暮らせる地域づくり」を理念に掲げて活動をおこなっています。2022年度の千曲・坂城地域自立支援協議会は「見える化」を推進、広報活動を充実して成果をあげてきました。2023年度は更に一歩進めた活動として、コロナ禍で失いかけた「人と人との繋がり・人と社会の繋がり」を意識した取り組みを考えていきたいと思ひます。

新体制になった基幹相談支援センターや各部会との繋がりを大切に、更には行政や関係機関との連携を強化し、何より協議会活動が皆様の身近に感じてもらえるようチームとして様々な課題に取り組んでいきたいと思ひます。

千曲・坂城地域自立支援協議会
会長 安藤正幸



千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センターより

千曲・坂城地域自立支援協議会の事務局は基幹相談支援センターが担当しています。今年度最初のお便りですので、基幹相談支援センターについて改めてお伝えさせていただきます。

基幹相談支援センターは、障がいのある方やそのご家族等からの最初の相談窓口として、地域の障がい福祉に関する相談支援の中核的な役割を担う機関です。障がいの種別（身体・知的・精神）や障害者手帳の有無は問いません。障害福祉サービスを希望される方、あるいは必要と思われる方へ、障害福祉サービス等の情報提供及びサービスにつなげる支援も行っています。また、協議会運営を通じて関係機関などの連携を強化するという役割も担っています。今後も皆様のご意見・ご協力をいただきながら、より良い地域づくりを目指してまいります。

新所長 あいさつ

令和5年4月1日付で千曲・坂城障がい者（児）基幹相談支援センターのセンター長に就任いたしました中澤と申します。

中村前センター長から受け取ったバトンの重み・責任を痛感する日々ですが、足りない所は皆様のお知恵・お力をお借りしながら、精一杯務めさせていただきます。協議会運営では、千曲・坂城の地域らしさを大切に、更なる躍動を目指して、皆様と一緒に取り組んでいければと思ひます。どうぞよろしくお願い致します。

中澤 範子



前所長より ～新旧交代 仕込みから熟成へ～

千曲・坂城障がい者（児）基幹相談支援センター長を、この3月で退き、新たに中澤新センター長にバトンタッチをいたしました。これまで、皆様の貴重なご意見やご協力をいただき、自立支援協議会の運営ができましたこと、改めて深く感謝いたします。

協議会は、仕込みから、熟成に入ってきました。今後も、協議会のいろんな味が出せるよう、もう少しお手伝いさせてください。よろしくお願ひします。

中村 美恵子



令和5年度の自立支援協議会 年間予定

4月

10日 相談部会
26日 生活部会

8月

23日 こころ部会
29日 はたらく部会

12月

6日 こころ部会
13日 生活部会
14日 はたらく部会
20日 運営委員会

5月

10日 こども部会
17日 こころ部会
26日 運営委員会

9月

5日 さん・さんネット部会
6日 生活部会
7日 相談部会
13日 こども部会
21日 地域連絡会

1月

17日 こども部会
25日 相談部会
31日 Nimo包括検討委員会
さんきゅーあーと展
(さん・さんネット部会)

6月

1日 さん・さんネット部会
7日 医療的ケア児等委員会
14日 はたらく部会
27日 地域連絡会
28日 Nimo包括検討委員会

10月

3日 運営委員会
24日 さん・さんネット部会
25日 Nimo包括検討委員会
26日 はたらく部会

2月

14日 生活部会
15日 はたらく部会
20日 さん・さんネット部会
21日 こころ部会
27日 地域連絡会

7月

5日 こども部会
11日 さん・さんネット部会
12日 生活部会

11月

8日 こども部会
全体会

3月

26日 運営委員会

医療的ケア児等委員会が開催されました

6月7日（水）に、千曲市総合教育センターおおとりプラザにて第1回医療的ケア児等委員会が開催されました。これまで、こども部会の中でも医療的ケア児の支援が課題に挙げられ勉強会を開催してきましたが、医療的ケア児に焦点を当て継続して話し合っていく協議の場が必要との要望があり、3回の検討委員会を経て今回の委員会設置となりました。

第1回委員会には、訪問看護や保健センターからも多数ご参加いただき、30名を超える皆さんで自己紹介と日頃の業務で感じている思いや地域課題について共有しました。

また、委員長の選出が行われ、稲荷山医療福祉センター医療相談室の小林祐子さんをお願いすることになりました。

《小林委員長より》

今年度より医療的ケア児等委員会の委員長を務めさせていただくことになりました。医療的ケア児等の「等」には「者（大人）」になられた方も含まれています。

医療的ケアと聞くと何となく、関りを難しく感じてしまうかもしれませんが、ケアを受けながら地域で日常生活を送っている方です。医療的ケアを必要とするご家族は孤独にケアをしていることも多いです。地域の子、地域の方として、まずは知り、地域での支援を考える場になれたらいいなと思っています。



< 第1回委員会の様子 >



小林 委員長

令和5年度の自立支援協議会でご活躍いただく

地域連絡会代表・各部会長の皆さんから一言をいただきました♪

相談部会 牧部会長
(しょう相談支援センター)



相談員の多くは、一人ひとりのご相談者様の人生を真剣に考え、どうしたら希望されている生活になるのかと、日々悩み、奔走しています。しかしながら、相談員自身の相談は、なかなかしづらく、苦しみ、時には辞めるという選択をされる人がいます。

相談員は、ご相談者様を中心にした地域のコーディネーターであり、福祉サービスには必要不可欠な存在です。今年度は、そんな相談員が笑顔で、元気に活動できるように部会活動にしていきます。

はたらく部会 西山部会長
(しょう×ちくま)



令和5年度はたらく部会の部会長を務めさせていただきます、しょう×ちくまの西山です。

障がいのある方が自分らしく、役割を持って、生き生きと生活していける、そんな地域になれば良いなと思っています。

千曲・坂城地域では、工賃向上、作業確保、一般就労への移行など色々な課題があります。今年度はテーマを絞り、部会員の皆さんと活発な意見交換をしながら、部会を盛り上げていきたいと思ひます。

よろしくお願ひ致します。

生活部会 高橋部会長
(ともいきライフ月影)



今年度より部会長を務めさせていただきます、上田明照会ともいきライフ月影の高橋と申します。

今年度、生活部会のテーマは「障がいのある方が、この地域で暮らすために必要な障がい福祉サービスについて考える」です。

先日の第1回生活部会の中でも、テーマに則したグループワークを行ないました。参加される事業所の皆様と情報交換や共に学びを深めていければと思ひています。宜しくお願ひ致します。

こども部会 中澤部会長
(けいあいフレンズ)



昨年度より引き続き部会長を務めさせていただきます。今年度はこども部会が関わる活動の中で『医療的ケア児等委員会』が発足に至りました。第一回の開催の際に当事者の方からは「やっとできた」「念願がかなった」との声が聴かれました。この声には「やっとできた、うれしい!」という思いと同時に「ようやくできた…もっと早く…」という思いが含まれたものでした。

課題に向き合う場ができたことを一歩前進と前向きにとらえつつも、まだまだ解決に至らない課題について、しっかりと見据え取り組んでまいりたいと思ひます。一年間よろしくお願ひいたします。

こころ部会 大村部会長
(いなりやま福祉会)



今年度、こころ部会の部会長を務めさせていただきます、いなりやま福祉会相談支援事業所の大村です。

こころ部会では「精神障がいのある方が、生きいきと暮らすための地域づくりを目指して」家族会、民生委員、訪問看護事業所、相談事業所、保健福祉関係者等様々な精神障がいのある方に関わる方々が集まり、今後は当事者の方も参加していただきながら地域課題の解決に向け、「Nimo包括検討委員会」とも連動して取り組んでいきます。

さん・さんネット部会 瀬尾部会長
(いなりやま福祉会)



「いつにする?」「どこでやるのか?」「テーマは何がいいかな?」…などなど第3回目となる『さんきゅーあーと展』の企画が動き出しました。

今年度は【ひこばえの会(ピアの会)】の皆さんが企画から参加してくださるということで、さん・さんネット部会がさらにパワーアップ!

障がいのあるなしに関わらず、この千曲坂城地域で活動するすべての人が参加できる作品展を目指して頑張ります!

地域連絡会
山田代表
(坂城町社協)



本年度地域連絡会の代表となりました、坂城町社会福祉協議会の山田です。地域連絡会は、主に各専門部会から寄せられる地域課題の整理や調整を行うことに加え、権利擁護や虐待防止、様々な研修の企画について話し合う場として、昨年度より組織されたものです。メンバーは、部会長、行政、基幹相談支援センター、副代表の小金澤様(千曲市社協)など、この千曲坂城へ熱い想いを抱き日々業務に携わってくださる方々です。地域課題解決を少しでも一歩前に進められるよう、メンバーで活発な意見交換や協議を行いたいと思ひます。不慣れではありますが、関係者皆様とともに歩んでまいりたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。

横の繋がりの強化で地域力を高め より良い地域づくりを目指しましょう!!

♪」 みんなに届け わたしたちの「声」・「想い」♪」

令和4年度のこころ部会研修会への参加がきっかけとなり、千曲・坂城地域のピアの会「ひこばえの会」が立ち上がりました。6月20日にCoCoレストさんで行われた定例会にお邪魔してお話を伺いました。

Q. 3月に開催された「ひこばえの会」はどんな内容だった？

「まずは集まってみよう」を合言葉にみんなで考えました。
第1部は体験談の発表が中心、第2部は会の名前を考えたり、
チーム対抗戦の紙コップリレーゲームでとても盛り上がりました。

Q. 参加してみてどうだった？

- ・ 集まるって良いな、話せる場があるって良いなって思った。
- ・ みんなと握手したい気持ちだった。最後に歌を歌ったのも良かった。
- ・ 病気があっても危なくない。偏見を持ってはダメ。とても楽しかった。



Q. 次の予定は決まっているの？

- ・ 8月にみんなで美味しいものを食べて楽しく過ごす「残暑払い」を開催する予定です。
- ・ 今日は、どんな料理を用意するかとか、何をしたいか、チラシ作りについて、みんなで話し合いました。
- ・ 美味しい〃唐揚げ〃や〃餃子〃、〃シュークリーム〃が食べられそう！ スイカ割りができるかも…。

Q. 8月の「残暑払い」に向けて一言お願いします

- ・ コロナが落ち着いて集まれるようになったので、親睦を深めたい。
- ・ 食べ過ぎないように注意したい。でも食べよう！
- ・ おもしろおかしく、みんなが笑顔で、みんなが中心にいられる会になるといいな♪

ひこばえの会の「残暑払い」楽しみです。

今は少人数の開催ですが、軌道にのってきたら広く周知して大勢の方に参加してもらいたいとのことでした。ひこばえの会の活動の様子など、また協議会だよりで紹介させていただきますね♪ ありがとうございます。

豆知識のコーナー

ピアの会 : 「ピア (peer)」は英語で「仲間」や「対等者」「同僚」を意味します。
障がいや病気など、共通する困難な経験や悩みを抱える人同士で体験を共有したり、
情報を交換し支え合う活動を「ピアサポート」と言います。

ひこばえの会 : 令和4年度こころ部会で開催したピアサポートについて学ぶ研修会に参加した当事者
の方を中心に立ち上がった千曲・坂城地域のピアの会です。
3月に第1回が開催されて、参加者全員で会の名前について考えて、沢山の候補の
中から多数決で「ひこばえの会」に決まりました。

※ ひこばえ … 切り株などの根元から新たに生える芽のことを「ひこばえ」と呼びます。
樹木が自ら蘇生する力、森が再生する生命力の象徴として使われることが多いようです。

基幹からのお知らせ

～ 新メンバー紹介 ～

4月より基幹相談支援センターでお世話になっております本多と申します。
相談業務に携わることは初めての経験になりますが、
地域の皆様と関わる中で色々勉強させていただきながら、
業務に励んでいきたいと思っております。協議会は「さん・さん
ネット部会」の担当をさせていただきます。
よろしくお願いいたします。 相談員 本多 将之

7月より基幹相談支援センターにて事務担当としてお
世話になっております半田と申します。
障がい福祉という新たな場で心機一転、日々努めさせ
ていただきたいと思います。
よろしくお願いいたします 事務員 半田 朋美

～ 今年度もよろしくお願いいたします！！ ～