

障連協にゅーす

第 44 号

発行日 2018年11月20日
 編集 NPO法人
 旭川障害者連絡協議会
 発行者 松山 伸
 住所 旭川市宮前1条3丁目3番7号
 旭川市障害者福祉センター
 「おびった」3F
 電話 0166-31-2226

■障連協にゅーす 44号目次

- 1 平成30年度旭川市障害者スポーツ記録大会
- 2 スポーツ記録大会風景

2. 3. 地震被害(ブラックアウト)
- 4 障害者週間記念事業・編集後記

旭川市障害者スポーツ記録大会

平成30年10月28日(日)旭川市障害者スポーツ記録大会がおびったを会場に開催されました。今年は晴のち雨の中、開催となりました。参加者人数はその為か若干減りました。

先ずは的ボッチャを見ると各チーム共激戦でした。的の中心部にボールを入れる、狙いが難しそうです。障害によってランプスを利用し、本人も楽しんでいる。その時の笑顔、本当に楽しかったのでしょうか。何にでも参加出来る事に元気が出るのでしょうか。次に卓球を見ると昨年と違い、若い人が増えた感じです。玉の速さも気合が入って、見る人も「頑張れ」と声が聞こえました。どちらも負けまいとする気持ちが伝わって応援する方も真剣です。次にゴロ卓球バレー(視覚障害者用競技)、座位3対3で試合します。球と違い音の出る玉をネット代わりに木板の下5cm位の下を思いっきり打って相手に玉を取りづらくさせるか、相手も負けずに打ち返し、相手のミスを楽しんでいます。子どもでも楽しんで出来るゲームです。選手達も真剣です。勝って笑顔、負けてガッカリ、応援している方もハラハラでした。次に水泳競技場へ、窓から見る選手達の姿がうらやましく、また本当に障害者なのかと思う位元気に泳いで頑張っていました。次にフライングディスク、ディスクを投げる時に、ちょっとコツがあるようです。アキュラシーゴール(丸い輪)の中を通るようディスクを投げているんですが思うように入らず、頭を傾げたり、アキュラシーゴールに入ってニッコリ、笑顔がとてもステキでした。終りに各競技の選手達、皆さんは意志が強く、どのような障害にもくじけない姿に応援している私達は感動しながら見ていました。又、毎年、高校生、大学生のボランティアの皆様、長時間、お手伝いを頂きありがとうございました。怪我人も出る事なく幸いでした。

全体を見て感じた事、車椅子利用者、思うように動かない手、足の悪い方達へ一生懸命にプレイしている姿に感動しました。来年の旭川市障害者スポーツ記録大会を今以上に記録が出るように体に気を付けて皆さん頑張りました。

平成30年度旭川市障害者スポーツ記録大会 競技結果

■サウンド・テーブル・テニス

優	勝	宮里 正二	
準	優	勝	高久 由美子
3	位	加藤 智津子	

■卓球の一般の部

優	勝	石川 慶	
準	優	勝	上西 勝美
3	位	水野 達也	

■ボッチャの部(3人~6人1チーム編成)

優	勝	清水 実、菊地 正江、野田 一男 (旭川ろうあ協会A)	
準	優	勝	源 知都、島田 涼平、平田 美喜子 (ぼぶら事業所A)
3	位	佐野 明、畠中 篤、富樫 佑介 (旭川美景園A)	

■フライングディスク男子の部

優	勝	佐藤 芳則	
準	優	勝	志賀 敏男
3	位	菊田 祥吾	

■ゴロ卓球バレー(3名1チーム)

優	勝	丸山 周三、五十嵐 広平、松山 伸
---	---	-------	-------------------

■フライングディスク女子の部

優	勝	吉田 英子	
準	優	勝	藤原 綾子
3	位	平山 未央	

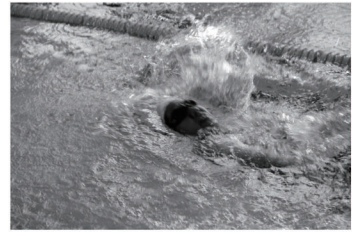
■水泳(4名×25m混合メドレーリレー)

優	勝	高橋 和勢、山田 実果 森川 聖也、尾形 空美 (旭川スインパル)	
準	優	勝	佐藤 楓、清水 厚喜 中川原 暁、青柳 伶奈 (あいべつ校SC)
3	位	佐藤 美笛、江連 陽穂 稲場 嵐、本間 英樹 (旭川あかし水泳サークル)	

■水泳100mリレー(25m×4名)

優	勝	谷口 直樹、物井 香澄 南 亮太、高島 秀斗 (Uチーム)	
準	優	勝	浅井 佑太、荒川 直紀 山名 涼太、高田 弘毅 (旭川AフレンズA)
3	位	隠岐 義人、寺田 圭吾 廣瀬 大二郎、太田 浩史 (エンジョイスイミング)	

旭川市障害者スポーツ記録大会 風景



胆 振 東 部 地 震 体 験 談

「突然 起こった地震」

グループホーム住まい、知的障害 T.M 20歳代

夜中、突然、地震が起きました。正直、びっくりしました。

こんな時、どうしたらいいか考えました。 とりあえず、高校の時の避難訓練で学んだ「体をかくす」ことを実行しようと思いましたが、数日前、車との接触事故で右足を骨折していてベッドの隣にある机の下へ移動に時間がかかっている間に地震がおさまりました。僕は、ホッとしてまた眠りにつきました。起床時間の6時に起きた時には、まわっていた扇風機が止まっていたので「なんだろう？」と思って電気をつけてもつかなかったので停電に気付きました。

グループホームの廊下を覗いてみたら世話人さんと管理者がもう来ていて「指示があるまで部屋で待って」と言われました。その後、管理者から「お話があるので、ホールに出てきてください」と指示がありました。「地震の影響で信号が止まっているので、今日1日外出禁止、仕事、受診はお休みします」とのことだった。僕は、仕事のある人、病院受診のある人は大変だと思いました。

電気はお昼頃、復旧しました。北海道では、あんまり地震が起きることがなかったので考えたことがなかったのですが、これが一人暮らしだったらどうなっていたらと思うととても不安で想像もつきませんでした。

「災害時の備え」(在宅医療)

内部障害 一人暮らし借家2階住まい H.S 60歳代

私は小腸機能障害(普通の食事は不可)の為、特別な栄養を毎夜間12時間継続的に在宅で経鼻在宅経腸栄養法を行っています。

夜、ボトルの熱湯消毒、栄養剤を微温湯で溶かし、表面麻酔を管に付けて鼻から十二指腸まで(60cm位)挿管します。絆創膏で管を3ヶ所固定し、翌朝、抜管して、ボトルの熱湯消毒、輸液ポンプの充電。※輸液ポンプはAC100Vで充電します。その為、水、ガス、電気とすべてインフラが揃っていないと治療を行う事が出来ません。

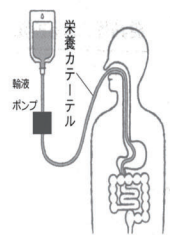
1日に4回の服薬、夜間、経鼻在宅経腸栄養、ほぼ24時間、薬の依存した生活、8週間に一度の外来で点滴治療(抗TNF- α)を受けています。

他に耳鼻科、皮膚科、循環器内科、整形外科、鍼・マッサージと受診をしています。

最低2週間分の薬は常に確保しておくことが望ましいと思います。おくすり手帳も一緒に。

今回の震災でブラックアウトによる停電が起きました。在宅医療(人工呼吸器、輸液ポンプ等)、電動車イスを使用している人たちに取って電気は命綱だと思います。インターネットで検索すると車から「インバーター」という装置でAC電源が取れる事が分かりました

今回は秋に停電が起きましたが、冬に起きる事を想定して、カセットガスストーブ、カセットガスボンベ、インバータを購入しました。断水予報が発令されたら、風呂に水を貯めて置くこと。2Lペットボトル4本位、LEDライト、携帯ラジオ、ビニール袋、新聞紙、非常用トイレを日頃から備えて置くこと。



「震災を経験して」

自宅一階一人暮らし、下肢障害 Y.O 50歳代

今回の厚真町の激震が原因で、発電所の可動が止まり

北海道全域にわたる停電（ブラックアウト）が発生しました。旭川は今までこのような長い時間での停電体験がなく、季節的にも厳寒時期でなかったのは幸いであったとつくづく感じました。厳寒時期であったならば、ストーブも点かなくなり暖をとる対策なかったので自力で行うことの困難さを実感しました。また、断水やガスの供給が止まらなかったのも助かりました。

仮に断水があったとして給水所での受取りや運搬のことを考えても簡単にはいかないであろうと思いました。

避難場所の生活も出来るかは定かではありません。

「地震被害」（ブラックアウト）

自宅1階一人暮らし、聴力障害 T.S 70歳代

平成30年9月6日、朝3時頃ベットが横揺れ2回で地震と分かった。

その後、停電に、我が家はその夜9時に部屋が明るくなった。地域によっては、2日間、電気、水も止まった所もあり、オール電化の家庭は困った事でしょう。

一人暮らしの高齢者は、2晩も停電で淋しくて、電気がついた時は、ホットして涙が流れたと話していました。マンション住まいの家庭はエレベーターも止まり、4階以上は水も階段で運ぶ事に大変だったと聞いています。お互いの安否を気遣いながら、地震、台風による水害は本当に怖いです。

今は各家に1台はあると思われる車ですが、多くのドライバーは避難するにも信号が止まると外へも出る事が出来ない状態だったのでは、と考えられます。

在宅医療を受けている人によっては自分で注射している人もいます。

注射する為に消毒が必要です。在宅医療を受けている人は物品が足りたか、でしょうか？ とても気になります。

オール電化の人は、私の家にカセットボンベあるかと、朝5時に取りに来ました。コンビニへ行っても、「おにぎり」もないと言ってました。

災害は、いつ来るかは誰にも分かりません、命は自分で守る。という事のでしょうか？

弱い障害者はどうなるのか、心配事は増えるばかり、皆さんで協力しながら考えてみましょう。

レクリエーション お茶会

紅茶会に参加して（旭川中途難失聴者協会）

平成30年9月12日、10時～12時30分迄、参加費+交通費2,000円 貸切車40分位で、当麻町紅茶教室、旭恵理子先生のお宅へ、先生から紅茶の美味しい入れ方の話を聞きながら、紅茶と一緒に頂く美味しい手作りのお菓子が並んでいました。紅茶は3回お変わり、その都度、味が違います。参考のために、紅茶の名前と手作りのお菓子をお知らせします。「紅茶」1.インド（ダーズリンファーストフラッシュ）2.インド（アッサムセカンドフラッシュ）3.スリランカ（ルフナ）おやつ◎くるみゆべし◎リモンチェッロのパウンドケーキ◎ショートブレッド◎ティーゼリー◎サンドイッチ どれも素晴らしかった。紅茶は色々あるんですね。

今迄、本当の紅茶の味を知らずにいた自分が、恥ずかしかった。先ずは香りを楽しみ、色も違い、味も違う。新茶は少し、渋みあり。紅茶の味わい方、紅茶に合うおやつなどを聞き勉強になりました。

車の中でも皆さん皆さん楽しそうに、口語、筆記でのおしゃべり、新人さんも仲間と共に楽しんでいました。私も、ルンルン気分でした。先生宅の周辺に2回、熊が現われた事があるという話を聞き怖いわー、これからも大丈夫かと心配です。帰りは都合の良い所で降りして頂きありがとうございました。大変お世話になりました。



平成30年度 旭川市

障害者週間記念事業

『1人ひとり かけがえのない命』

障害がある人もない人も みんな輝く存在です
お互いを認め合い支え合いながら
未来を築く共生社会を実現しましょう

日時 平成30年12月2日(日曜日) 午前10時30分～

場所 旭川市障害者福祉センター「おびった」
(旭川市宮前1条3丁目3番7号)

入場
無料

記念講演

演題 1 映画上映「夜明け前」

～呉秀三と無名の精神障害者の100年～

2 パネルディスカッション

司会進行 北村典幸氏

旭川市キャラクター
ゆっぴりん



旭川市シンボルキャラクター
おさこい



僕たちもでるよ！
会いに来てね

アトラクション

手話合唱

旭川大学・旭川短期大学部
手話サークル「ド・レベ」



バンド演奏

AICE
旭川医療センター



キッズチアダンス

SHINES
(シャイニース)



よさこいソーラン

旭川YOSAKOI
ソーランチーム



- 事業所作品展即売会(2階体育館) 当日午前10:30～午後4:00(但し、講演等の時は販売休止とします)
※11月20日(火)～11月30日(金) 1階ロビー午前10:00～午後5:00に販売しています。但し月曜日・祝日は休館日です。
- 加盟団体・事業所パネル展示(2階)・旭川市総合庁舎1階 11月30日(金)～12月7日(金)

主催：旭川市／後援：社会福祉法人 旭川市社会福祉協議会
事業実施法人：特定非営利活動法人 旭川障害者連絡協議会
住所：旭川市宮前1条3丁目3番7号 旭川市障害者福祉センターおびった事務局：電話/FAX31-2226

編集 後記

▼最近めっきり寒くなり、外ではコートやジャケット。室内にいてもストーブが必需品になりました。特に寒がりの私にとっては辛い季節になってきました。9月に突如起こった胆振東部地震が

もしこの時期に・・・と思うと身震いしますが。そうならないようにも「備えあれば憂いなし」です。災害に備えて、日頃より準備は万全に。

K・K-T