

私達は障害者が地域の人々とともにいきいきと生活していける「村づくり」を進めています

はばたけ



Vol.100
2014年4月15日発行

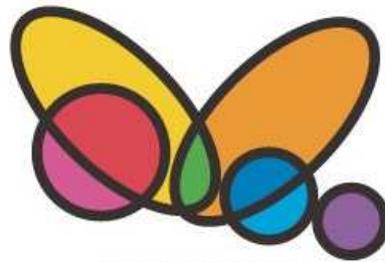
栃木障がい者の自立をめざす会 《会員数 現在231名》 発行者 中山 全央
【事務局】 社会福祉法人 なすびの里 TEL 0282 (29) 6111
【栃木市障がい者等スポーツ・芸術文化活動事務局】 TEL/FAX 0282 (51) 2178
e-mail info@mezasu-kai.om



HABATAKE
NPO 法人 はばたけ

デザイン
コンセプト

単純な形の組み合わせで、法人名である「はばたけ」を表現しました。二つの大きく広げた翼は、「障がい者」と「NPO法人はばたけ」や「障がい者」と「社会」との関わりや支援をイメージし、共に共存し、愛情・支援を受けながら理解が広がり、より大きな「はばたき」になることを願ってデザインしました。



HABATAKE
NPO法人 はばたけ

デザイン
コンセプト

複数の丸や楕円は、障がい者やスタッフ、健常者や社会、企業、行政などを表し、それらが重なり合い(協力)しながら、障がい者にとっての明るい未来が実現する事を鮮やかな色調で表現しました。そして、障がい者が自立し、はばたく事を願って翼を広げて飛び立つ形に仕上げました。



HABATAKE
NPO 法人 はばたけ

ロゴマークプラン

どのロゴマークがいいですか？

現在、機関誌「はばたけ」のロゴマークを検討しています。将来的にNPO法人を取得した際にも使用できるようにデザインされています。

目次

- ★ロゴマークプラン
- ☆会長挨拶
- ★栃木市長挨拶
- ☆渡部施設長挨拶
- ★一人暮らしを考える会会長挨拶
- ☆会員の方からのお願い
- ★妙唱寺大黒天報告
- ☆社会参加促進事業報告
- ★役員会報告
- ☆会員紹介
- ★きょうされん物販報告
- ☆千エコのレシピ
- ★クロスワード
- ☆お知らせ
- ★編集後記

「はばたけ」100号発行

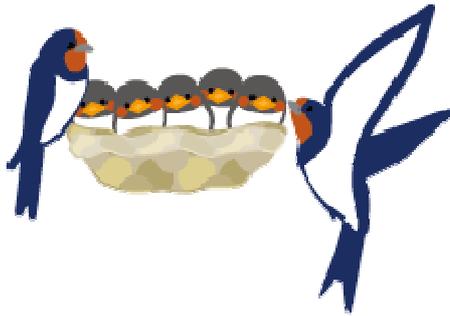
栃木障がい者の自立をめざす会
会長 中山 全央

桜咲く、春満開の中で「はばたけ」は発行一〇〇号をむかえます。これは、本会の大きな区切りとなりますが、ここまで栃木市や栃木市社会福祉協議会、さらには社福）なすびの里のご支援を賜り、また、会員皆様の会費で運営発行をしてきたことを考えれば、地域の皆様に支えられる活動を通してこそ、私たちの願いである地域に土着して障害者の生活を支え、働く場所の建設、住む場所の建設などを実現できた証でもあります。

障害が重くても人として生き抜ける活動を支援し「はばたけ」をとおして、学び実践し続け、もう少しで創立30年を迎えることにも感慨深いものがあります。

さて、今日まで年4回発行をめざして会員との心を繋ぐ大切な会報としてはばたけいってきたわけですが。当初はわら半紙でボールペン刷りから始まり、ワープロソフト、一太郎やワードなどのソフトを駆使してのカラー印刷まで、七名近くの担当者によって引き継がれ今日まで発行され続けました。表題の文字は元副会長の新沢さんの毛筆で「はばたけ」が次第に、ワープロ文字となりましたが、多くの方々の思いが、満載されたものとなっています。子供を寝せな

がら、頑張ってくれたTご夫婦には、この礎を作っていたいただきましたが、現在は小さな二人の子育てをしているやはりTさんが発行責任者となっている事も奇遇です。これからの「はばたけ」が、障がい者を支えるに足る、会報として、他施設の紹介や、イベント、当会の歩むべき方向性を指し示す羅針盤となることを願っています。



「はばたけ」100号 発行

栃木市長 鈴木 俊美



このたび、栃木障がい者の自立をめざす会機関誌「はばたけ」の記念すべき一〇〇号が、発行されますことを心からお喜び申し上げます。

また、中山会長を始めとする会員の皆様におかれましては、日頃から本市の福祉行政を始め、市政各般にわたり多大なるご理解とご協力を賜り深く感謝を申し上げます。本市におきましては、「すべての人がいきいきと暮らせるやさしさあふれるまちづくり」を基本理念とした「栃木市障がい者福祉計画」を推進し、誰もが健康で安心して生活できるように、市民と行政が一体となって福祉のまちづくりを進めているところでございます。

このようなか、栃木障がい者の自立をめ

〈記念誌に寄せし〉

社会福祉法人 なすびの里

ゆうの家事業所 施設長 渡部 眞江

さす会では、三十年近くにわたり同じ悩みを持つ親同志や地域の方々と共に手を携え、地域イベントへの参加や学習会の開催等、様々な活動を展開されており、このことは、まさに本市の障がい福祉活動の原点とも言え、その活動に改めて感謝と敬意を表する次第でございます。

特に平成二十四年度から貴会に事業委託しております「障がい者等社会参加促進事業」では、車椅子ダンス教室や写真教室等を開催され、多くの方に参加いただき障がいのある方などのスポーツ・レクリエーション・芸術文化面における社会参加活動に大きく寄与されております。

市としましても、障がいのある方もない方も生きがいを持って社会参加をし、栃木市に住んで良かったと心から思えるまちの実現に向け、さらなる福祉サービスの充実に努めてまいりますので、今後とも皆様の、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、栃木障がい者の自立をめざす会の益々のご発展と会員の皆様方のご健勝、ご活躍、そして機関誌「はばたけ」の発刊により、会員の皆様や地域の方々との絆が、さらに強まりますことを、心からご祈念申し上げます。

障害者の権利条約が二月十九日に日本国内で発効されました。第十条の「生命に対する権利」、第十九条の「自立した生活及び地域社会への包容」、第三十条の「文化的な生活、レクリエーション、余暇及びスポーツへの参加」は、障害のある人も障害のない人と同等の権利を持ち、障害の有無にかかわらず何人たりとも侵すことができない大切なもので、それが当たり前の社会をつくろうということです。

東日本大震災で全住民の二倍の死亡率が障害のある方だったといわれています。被災により自宅に帰ることも許されず、仮設住宅で不自由な生活を強いられる方々。原発事故により家族が離れ離れの生活を強いられる方々。どこで誰と住むのかは、今や多くの国民の共通の願いです。またさまざまな文化に触れ、豊かな余暇を過ごすことは個人の生活に彩りを与え、社会全体に良い影響を及ぼします。

このように、障害者権利条約は、障害者に視点を充てるということ実は障害がある人だけのものではなく、すべての人々の権利を守ることにつながります。

ゆうの家事業所が開所しこの四月で十三年目に入ります。この間、障害福祉サービスの開始・廃止を行政権限とした措置制度から年収金額に応じて自分が受けたサービスの値段に同じ一割を請求される障害者自立支援法への制度転換により、法人・職員・利用者・家族も厳しい岐路に立たされました。法人経営の困難さ、職員の膨大な事務量の増加、利用者の重度重複化に伴う支援の難しさ等です。

ゆうの家事業の活動として、就労関係ではやりがいのある仕事の内容づくり、工賃引き上げ、就労支援を重点になど「自分らしい作業の獲得」をめざし、作業部門を拡大してきました。地域支援ではグループホーム設置、地域の障害児を持つ親の願いにより日中一時(障害児学童)支援をスタートさせました。今後は、住まいの場づくりとして、利用者や家族の高齢化等の伴う「終の棲家」づくり、新たな働く場づくり等が課題となります。

社会福祉法人なすびの里は、栃木障害者の自立をめざす会の活動の中で立ち上がりました。今後も法人の後援会的役割を担い「地域で生きがいのある生活保障」「障害者の働く権利保障」「家族と障害者のライフスタイルに応えられる生活」づくりに向けて連携して歩むことを期待します。

「100冊をたたく」 「会の方々の歩み」 「妙唱寺大黒天」

障がい者の一人暮らしを考える会

会長 川俣 禎康

手塚 弥太郎

創刊一〇〇号おめでとうございます。心よりお祝いを申し上げます。

栃木障害者の自立をめざす会の歴史が感じられます。

さて、私は障がい者の一人暮らしを考える会の川俣と申します。

自立をめざす会さんには、いつもお世話になっております。

今後、お互いに交流などを深めて、良



『はばたけ』発行一〇〇号おめでとうございませう。

『はばたけ』を読んでいて常に感じることは、『栃木障がい者の自立をめざす会』に

集う皆様方の連携・団結がひしひしと伝わってくることに集結しているすべての人が

視線を同じにして計画し、実行されていることにいつも深い感動を覚えております。

イチゴ狩りなど何回か参加させていただいてありますが、今後皆様方の創造力を生

かして益々諸事業の発展とお互いの成長に大きく寄与されることを祈念いたします。



平成二十六年一月十八日（土）、十九日

（日）の二日間、自立の会の恒例イベント、二十年以上もお世話になっている妙唱寺大

黒天祭りにうどん・そばのを出店をしました。

大黒天祭りはとても寒い時期のイベントともあり、暖かいうどんやそばはとても好評を得ています。自立の会特製のめんつゆ

になすびのうどんやおそばの相性は良く、また昨年からのなすび食堂の絶品天ぷらのトッピングもあり、相性は抜群です。今年は

ご近所のお子様たちも沢山食べてくれました。

毎年の事ですが、本当に寒い中、お手伝い下さった皆様ありがとうございます。また、お上人はじめ妙唱寺のご家族の皆様、

大変お世話になりました。

（前原）

【二日間の売上は三万五千円でした】



社会参加促進事業報告

「写真であそぼう」

ワークショップ開催

平成二十六年二月二日（日）
独立行政法人国立高等専門学校機構 小山市
業高等専門学校のご協力をいただき、栃木
市倭町にあります小山高専サテライト・キ
ャンパスにおいて、ワークショップを行
いました。

デジタルカメラのABC



総勢二十三名が四つのグループに分かれ
て着席。まずは「デジタルカメラのABC」
と題して、サトーカメラの佐藤様より、電
源を入れるところからの使い方講習を行っ
ていただきました。カメラの持ち方や逆光
時のフラッシュの有効な使い方、マクロ撮
影の仕方等とても勉強になりました。特に

「優しくシャッターを押し、カシャッと鳴
っても三秒停止させる」ことがコツとの説
明に、今までの失敗はこれで解決！とい
うほど納得しました。カメラって、大変奥が
深いですね。

パネル制作に入ると、各グループごとに
考えながら、思い思いの「とちぎの四季」
を作っていくきました。大きな写真を大胆に
切るといのは結構難しいものですが、制
作が進むにつれて、思い切り作業している
様子がとても楽しそうでした。

パネル制作



蔵に飾ろう

Aグループ
・ 男体山を中心に、山と湖を工夫して立
体的にしました。

Bグループ
・ テーマ別に貼ってみました。
・ たくさんある写真をどこに並べるか難
しかった。

Cグループ
・ 自分の写真を切り抜いて貼りました。

・ 「にぎやかな蔵の街」を作りました。
・ 時間がなくなりそうだったので、ペンで
描くことにして、パネルを埋めました。
Dグループ
・ ネコちゃんの動きを考えて、お話をつ
くりました。
・ 細かいところを切るのが難しかったです。
・ マジックで隙間を塗りました。
等々、たくさんさんの思いを聞くことができ
ました。

皆さんが、今までの活動の中で自分達が
撮影してきた写真等を使い、お互いに協力
して、一枚の大きなパネルを作り上げたこ
とは、とても素晴らしい経験になったと思
います。終始笑顔だったことがとても嬉し
いです。

またボランティアとして参加してくださ
った方々には、細かい作業や声かけ等、順
調に進むよう心配りをしていただきまして
心より感謝申し上げます。

次に私達が考えるのは、この集大成とし
ての展覧会を開催すること。実現させたい
と思います。そのために、今後の活動にお
きまして、変わらぬご協力、ご支援のほ
どよろしくお願い申し上げます。

平成二十六年度も、皆で一緒に笑顔にな
れるような活動を企画したいと思えます。
何かご意見ご希望がありましたら、どしど
しお寄せください。お待ちしております。
前回大人気だった『料理教室』を五月下
旬に計画中です。どうぞお楽しみに。

役員会報告

役員会で話し合われた内容をご報告させていただきます。

◎第九回役員会（二〇一四年一月十一日）

【はばたけ発行について】

●一〇〇号の内容について

・編集委員の確認 委員長 高瀬
副委員長 石川

・原稿依頼 菅井氏 先日会い、原稿依頼済み

・栃木市長 はばたけのバックナンバーを数枚同封し、依頼文書を出す。

・他は検討する

・クロスワード懸賞 松本・前原

・締切 二月十四日まで

【妙唱寺大黒天について】

（一月十八・十九日）

・十八（土）そば・うどんの出店

星・前原

・十九（日）そば・うどんの出店

星

わたあめの出店 中山

【社会促進事業】

●写真教室ワークショップについて

・当日スケジュールの確認

・サトーカメラの店員の方にカメラの

使用方を教えてもらえるよう依頼済み（松本）
・講師の選出 中山・松本・高瀬の誰か

【資金作りについて】

●オーラルピースについて

・天然由来の口腔ケア用製剤（歯磨き&口腔ケアジェル、マウススプレー&ウォッシュ）

・一本1000円でバックマージンが、三五〇円

◎第十回役員会（二〇一四年三月八日）

【はばたけ発行について】

●一〇〇号の内容について

・原稿が集まらず困っている

・三月二十四日発行をめざすため、三月十四日原稿締切厳守

・総会四月二十九日のお知らせを載せる

●景品について

・イチゴ（4P×5箱）（なすび）

・アサヒのサプリ半年分（松本）

・ワクチン犬・猫どちらでも無料券

二十本（中山）

・他、出していただけの方を募る

●100号に封入するもの

・法人ニュース

●会費未納の再送をする

・今年度の会費の未払いを確認する

【社会促進事業について】

●二〇一四年度スケジュール決定
・料理教室 三回↓公民館等の広さを確認。なるべく広い調理室はないか、

・十一月十四・十五・十六日
とちぎ秋まつり時の企画を練る
↓一般向けにカメラ講習はどうか

【補正予算について】

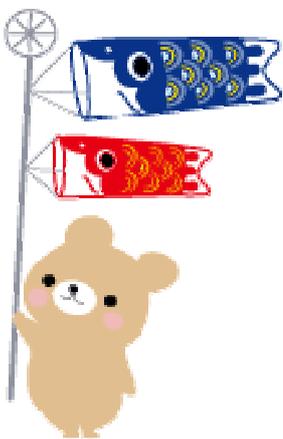
・三月末締めに対して、検討する（事務用品・インク、トナー・動画アップ・通信費等）

【資金作りについて】

●オーラルピースについて

・頑張って広めましょう

・一本一〇〇〇円でバックマージンが三五〇円





1、自己紹介

栃木市内で内科を開業している江口と申します。10年ほど前のことですが、ヒョンなことからわが家に仔犬が来ることになり、ヒョンなことからその仔犬が中山先生にお世話になり、やれなすびの問診だ、やれなすびのBBQだ、やれ餅つきだ・・・ いつの間にか囑託医的な存在になっております。これからもどうぞよろしくお願いいたします。

2、最近楽しかったこと

なすび関連では去年のBBQかなあ。なすび意外では昨年秋の県医師会野球大会で2本もヒットを打ったことでしょうか。

3、はまっていること

自宅とクリニックにバラがいっぱいあります。冬の植え替え・剪定、春・夏・秋の消毒・水やり・肥料やりで大変ですが、キレイに咲いたときにはうれしくてたまりません。今度見にいらしてください。



きょうとれん物販報告

(夏物販・冬物販・バレンタイン)

今年度も、多くの会員の皆様にきょうとれん物品活動にご協力頂きありがとうございます。ございました。

前回、冬物販の報告では目標を達成しておりませんでした。季節の味使いを含めると目標達成となりました。また、バレンタインにつきましても、目標を超える事が出来ました。会員の皆様には、活動へのご理解と共に継続して注文していただける事に改めて感謝いたします。

一つひとつの注文への感謝の思いを忘れず、また、一人でも多くの理解者を増やして行けるようご協力のほどお願い致します。

◎夏物販

目標金額 八五〇,〇〇〇円

売上金額 七四九,〇九九円

◎冬物販

目標金額 九五〇,〇〇〇円

売上金額 九六〇,八八〇円

◎バレンタイン物販

目標金額 一五〇,〇〇〇円

売上金額 一七四,八三〇円

「千工」の料理やスイーツの簡単レシピ

今回は以前に料理教室を行って好評だったレシピをご紹介します。

☆もちっとピザ☆

【材料（4人分）】

じゃが芋（男爵）	400g
塩	小さじ1/2
片栗粉	40～50g
こしょう	適量
ピザ用チーズ	好きなだけ
ツナ缶	小1缶
ピーマン	1個
刻みのり	適量
好みでマヨネーズ	

じゃが芋はビタミンCがたっぷり(^o^)
茹でてでも損失はわずか！
食物繊維やカリウムもたっぷりと含まれています。(*^。^*)

【作り方】

1. ジャガイモは皮をむき、4等分に切り、水にさらす。鍋にジャガイモを入れ、ひたひたの水を入れ、10分ほど柔らかくなるまで茹でる。
2. 1のジャガイモの茹で汁を捨て、ボールにジャガイモを入れマッシャーでつぶす。ジャガイモが熱いうちに、塩、こしょう、片栗粉を混ぜ、こねる。（こねるとモチ状になってきます。）
3. オーブンの天板にオーブンシートを敷く。その上に2の生地を広げ、打ち粉（小麦粉）をしながらローラーなどで、1cmほどの厚みになるまでのばす。
4. 生地を広げたら、刷毛で醤油を塗る。その上に、ピザ用チーズ、油をきったツナとピーマンを散らす。（好みでマヨネーズをトッピングしても！）
5. オープントースターまたは200℃に温めたオーブンで10～15分ほど焼く。
6. 刻みのりを散らしてできあがり。



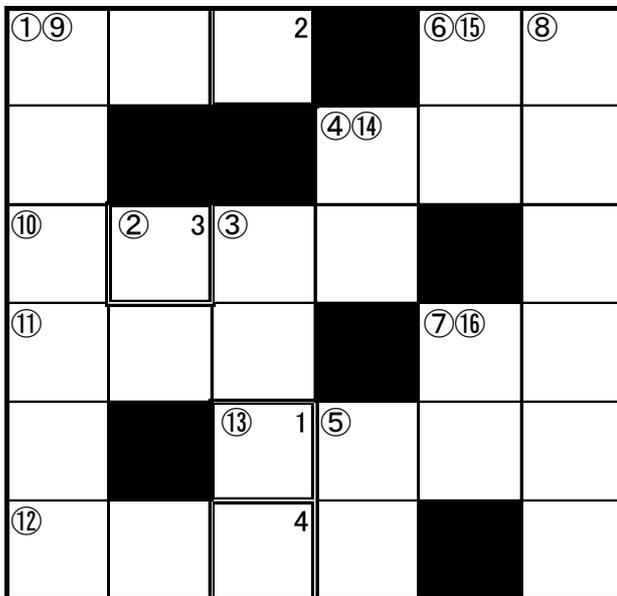
機関誌 100号記念

クロスワード懸賞パズル

パズルを解いて豪華賞品をゲット!



ヒントをもとに言葉を探し、同じ数 所に当てはめてみよう!!



【info@mezasu-kai.com】

上記メールアドレス宛に、①氏名、②住所、③ご連絡先、④ご希望の商品を明記のうえ、⑤キーワード〇〇〇〇にお答えいただき送信して下さい。

当選者は次号はばたけ 101 号にて発表いたします。

【プレゼント】

①犬・猫ワクチン無料券 (20 本)
栃木中央動物病院様より

②アサヒサプリ Dear Natura 半年分
(1 名)

れもん薬局様より

③とちおとめ (3 箱)

社会福祉法人なすびの里様より

【ヒント】

●縦列のヒント

- ①当会の後援施設の名前は？
- ②おめでたい時に出る魚。〇〇の御頭付き？
- ③雨が降っても水が溜まらない。〇〇〇〇が良い。
- ④〇〇が鋭い。空き〇〇。
- ⑤修練によって身に着けた技術など。〇〇達者。
- ⑥英語でゴールド。
- ⑦メロディにのせて言葉を発する事。
〇〇が上手いね。
- ⑧栃木障がい者の自立を目指す会の略称。

●横列のヒント

- ⑨新潟県の地名。有名なスキー場があります。
- ⑩B1~B12 まである栄養素。〇〇〇〇B1？
- ⑪日本語では雑音？英語で言うと？
- ⑫調査によって数量データを取る事。
〇〇〇〇をとる。(難しいです…)
- ⑬頭に毛の無い鷹(タカ)は？
- ⑭〇〇〇者。在庫を〇〇〇する？
- ⑮メスは地味だけど、オスは派手な鳥。よく近くの森で見かけますね。
- ⑯世界一有名なカードゲーム。
あがるときに叫ぼう〇〇!!



お知らせ

第 28 回

栃木障がい者自立をめざす会

定期総会開催のお知らせ

日 時: 4月29日(火)

9:30 会場

10:00 開会

12:00 バーベキュー

場 所: なすびの里 生活介護室

主な内容: 2013年度事業報告

2014年度事業計画 等

車椅子ダンス教室のお知らせ

日 時: 平成26年5月11日(日)

13:30~15:30

平成26年5月18日(日)

13:30~15:30

平成26年6月1日(日)

13:30~15:30

会 場: ゆうゆうプラザ(大平) 多目的ホール

連絡先: TEL/FAX 0282(51)2178

Email info@mezasu-kai.com

ホームページ <http://mezasu-kai.com/>



料理教室のお知らせ

日 時: 平成26年5月25日(日)

10:00開始

場 所: 栃木市寺尾公民館 調理室

参加費: 無料

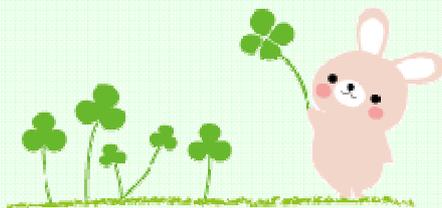
【エプロンと三角巾をご持参ください】

講 師: 管理栄養士 嶋中 智恵子氏

締 切: 5月10日・定員30名

連絡先: TEL/FAX 0282(51)2178

Email info@mezasu-kai.com



栃木障害者の自立をめざす会

活動報告

1月	11日(土)	役員会
	18日(土)	妙唱寺大黒天 出店
	19日(日)	”
		車椅子ダンス教室
2月	2日(日)	写真教室(写真であそぼう)
	16日(日)	車椅子ダンス教室
3月	2日(日)	車椅子ダンス教室
	8日(土)	役員会
	16日(日)	車椅子ダンス教室

編集後記

とうとう記念すべき100号を発行することができました! 編集者としては大変な大役で毎夜原稿の夢を見るほどでした。ようやくぐっすり眠れます・・・この号を通して色々な方のご尽力で自立の会は、支えられているのだなぁと改めて感じました。 今後は更にこの会の活動をPRするとともに、皆様により多くの情報を発信できればと考えております。

高瀬