

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.114  
2017年5月22日発行

栃木障がい者の自立をめざす会 《会員数 現在 232 名》 発行者 中山 全央  
【事務局】 社会福祉法人 なすびの里内 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 0282(51)2178  
FAX 0282(51)6548  
E-mail info@mezasu-kai.com  
HP <http://mezasu-kai.com/>



ロゴマークです

HABATAKE

栃木障がい者の  
自立をめざす会



料理教室の様子



第31回 定期総会開催



## 目次

- ★各種行事の様子
- ☆会長挨拶
- ★第31回定期総会報告
- ☆社会参加促進事業報告
- ★役員会報告
- ☆妙唱寺大黒天出店報告
- ★千エコのレシピ
- ☆お知らせいろいろ
- ★編集後記

## 会長挨拶

「思いと願ひ」

中山 全央

自立をめざす会総会31回を終了してふと思つことを述べさせていただきます。

31年前の4月29日の創立記念日は晴天でした。木々の芽吹きが進み栃木市文化会館会場の木々も青葉が目立ちました。会場には栃木市では初めての父母、兄弟、支援者で作る障害者団体であつたためか、新聞記者の取材も受けたことを覚えています。会場は多くの参加者が集まり、設立総会は成功裏に終了しました。

そつした中で設立趣意書に『栃木市に土着し村づくりをめざす』を掲げていましたので、目新しく奇異なものとして皆様から興味を持たれていたことを覚えています。しかも活動課題として、入所施設をめざしてほしいとの要求もありましたが、先進国の現状を鑑み、やはり、作業所づくりに取り組みましたし、資金作りと会員拡大を積極的に行いました。それから、自ら作る社会福祉法人の設立と就労施設づくりに取り組んだことは承知の通りです。

当時、会費で運営する団体はなく、多くが補助金を受け取り運営していました。こうしたことも、特徴的な活動スタイルでした。

今日私たちは、社会福祉事業の一翼を担いつつ、栃木市障がい者等スポーツ・芸術活動事業を推進しています。これは地域で生活をしている障害者の余暇活動を支援する事業でもあります。中でも「栃木市カラオケ大好き交遊会」は、運営ボランティアの協力と地域のカラオケ愛好家、さらには地域事業家のご寄付等から運営しています。

私は、「コミュニティ作り」としてこの小さな活動を深めていきたいと心を新たにしました次第です。

できればごつした私たちの活動を応援してください。

総会終了後の交流会の様子です



動物のお医者さん

栃木市箱森町51-41

TEL0282-23-3236

# 栃木中央動物病院

# 第二十一回定期総会報告

平成二十九年四月二十九日(土)なすびの里食堂ホールに於いて、第二十一回定期総会が開催されました。栃本市(副市長赤羽根正夫氏)をはじめ、栃本市社会福祉協議会(常務理事 臼井春江氏)、社会福祉法人なすびの里(理事長 殿塚治氏、施設長渡部眞江氏)、なすびの里家族会(会長三室優氏)、この法人おひさまクラブ(齋藤弘光氏)、この法人障がい者の一人暮らしを考える会(理事長川俣禎康氏)の来賓の方達をお迎えすることができました。お忙しい中、ご参加いただきありがとうございます。主な内容は、次の通りです。

## ① 二〇一六年度事業報告及び事業総括について

・昨年度は栃本市主催のカラオケ大好き交遊会を栃本市文化会館大ホールにて実施。  
・恒例となっている母狩りを実施、売上はゆうの家事業所へ寄付。  
・財政活動であるバザーについては、会員

も年齢を重ね、活動が停滞してきている。この法人取得については進められず。

## 【社会参加促進事業総括について】

・車いすダンス、料理教室、写真教室を含め計三十九回実施、延べ二二七八名が参加となった。

・ダンス教室も少しずつ参加者が増えている。写真教室では、栃本市のバスを借用し、真岡

鉄道(SU)に乗車するなど大変好評であった。調理教室は、予算の関係上年一回となっているが毎回好評である。

・栃本市カラオケ大好き交遊会は、当初不安もあったが、参加者も定員を超えるほど応募があり、また参加された方からも好評であった。障害者と一般市民を繋ぐ活動としても意味があり、継続したい。

## ② 二〇一六年度決算報告について

・総会資料に基づき栃木障がい者の自立をめぐらす会及び社会参加促進事業決算報告について説明があった。

## ③ 二〇一六年度会計監査報告

・監査報告について会計監査簿田数雄氏より伝票、帳簿及び現金について適正に処理されている旨、監査報告が行われた。

## ④ 二〇一七年度事業計画(案)について

・様々な事業に取組む中で、支援学校等の保護者より将来への不安や悩みを聞く機会が増えた。そのようなことも踏まえ活動を進めたい。  
・自立の会創立三十周年式典を実施予定。予算を計上。

・なすびの里グループホーム・生活介護事業の建設費(備品等)への取組みとして絵画展の実施(十一月三日～五日)  
・当会の今後の展望として顧問との懇談。

## 【社会参加促進事業】

・第一回栃本市カラオケ大好き交遊会の実施。  
・写真教室として、栃本市のバスを借用し日光～足尾(わたらせ渓谷鉄道)への旅行を計画。

⑤ 二〇一七年度予算(案)について  
・自立の会創立三十周年式典として予算を計上。(百五十万円・記念誌含)

二〇一七年度予算(案)について、次のように質疑応答が行われた

【質】本部予算の中に栃本市社会福祉協議会からの補助金があるが、昨年終了したのでは。

【答】歳末助け合い補助金は終了したが、ボランティア活動の補助金は継続しているため計上しています。

## ⑥ 二〇一七年度役員(案)について

◎顧問

古井 康文  
佐々木 剛

◎会長

渡部 眞江

◎副会長

中山 全央  
松本 和哉

◎会計監査

星 健一  
嶋中 智恵子

◎会計

薄田 数雄  
奥貫 久美

◎事務局長

石川 美由紀  
高瀬 茜

◎事務局員

鈴木 美知子  
中田 恵梨香  
前原 隆司

# 社会参加促進事業報告

## 料理教室 開催



2017年2月26日(日)

寺尾公民館の調理室・研修室をお借りして、今年度最後の料理教室が行われました。初めて参加してくださったご家族が3組もいらして、総勢32名でした。ありがとうございました。

今回のテーマは世界旅行とでも申しませうか?各国を旅するように、各地の食材を使った料理が並びました。

まず、日本からは愛媛の旬ないよかんを使った「いよかんとベビーリーフのサラダ」

沖縄の黒砂糖を使った「黒糖ムース」

タイのスイートチリソースを使った「鶏肉のマヨチリ」

日本の酢飯ではなく、「ごま油を使った」韓国風の巻き」

しかも牛肉をメインにした大人用とツナマヨ炒りたまごが入った子供用の2種類です。調理が着々と進行し、今度はのり巻きだ!とはしゃぐ仲間たちでしたが、具がはみ出てうまく巻けずに難しかったと思います。周りの手を借りながら巻けた太いのり巻きの味は格別だったことでしょう。みなさんお米一粒も残さずに「ロツ」食べてしまいました。

毎回、品数も多く凝った料理を、パバツと作りあげてしまう講師の嶋中智恵子先生には感謝しております。ありがとうございました。

レシピは機関紙はばだけやホームページでもご紹介しておりますので、ご覧になり参考になさってください。

次回は9月24日(日)の予定です。お楽しみに!参加申し込みをお待ちしております。

## 役員会報告

平成29年度 第1回役員会を5月13日に行いました。

また、毎月の役員会以外に、「栃木市カラオケ大好き交遊会2017」実行委員会も、8月開催にむけて毎月話し合いを行っています。



オリジナルサプリ

# れもん薬局

宇都宮市緑1-2180-14

028-684-1631

## 妙唱寺大黒天 出店報告

4月1日(土)・2日(日)

以前は1月に行われていた妙唱寺の大黒天ですが、今年からは4月になり、桜の咲く中行われました。春を感じながら、自立をめざす会では、うどんと蕎麦の出店をしました。

皆様のご協力のおかげで、30,600円の売り上げがありました。ありがとうございました。



### 《機関紙はばたけへの広告を募集します》

日頃より、栃木障がい者の自立をめざす会の活動を応援、また、ご協力くださりましてありがとうございます。

当会の活動は、会費、栃木市、栃木市社会福祉協議会からの運営費補助や会誌発行等の援助などで運営させていただいておりましたが、昨今では社会福祉協議会からの補助金等が削減され、はばたけ発行、発送に際し、大変厳しい財政事情となっております。

つきましては、ご賛同いただけます皆様からのご支援を賜り、年間4~5回発行するこの機関紙はばたけへ広告を掲載したいと存じます。

**1枠(約4cm×8cm) 年間契約(年4~5回発行) 10,000円**

ご連絡をお待ちしております。詳細は改めてご連絡させていただきます。

自立をめざす会事務局 TEL 0282-51-2178 石川



# 「千代」の料理やスイーツの簡単レシピ

今回も、料理教室を行って大好評だったレシピをご紹介します。

## 春のケーキ？ 菜の花のケーキ寿司



材料(18センチの丸型)	
ご飯	2合
寿司酢	60ml
☆菜の花ツナ	
菜の花	1束
シーチキン	小1缶
マヨネーズ	大さじ2
しょう油	小さじ1
☆錦糸卵	
卵	2個
砂糖	小さじ1
塩	少々
片栗粉	小さじ1
サラダ油	適量
☆蒸しえび	~100g
☆きゅうり	1/2本
☆プチトマト	3個

- 1、寿司用にご飯を炊き、寿司酢を混ぜる。  
菜の花は塩少々入れた熱湯でゆでる。水にさらし固く絞り荒みじん刻む。油を切ったツナとマヨネーズ、しょう油を混ぜる。
- 2、錦糸卵を作る。卵をボールに割り入れよく混ぜる。砂糖、塩、片栗粉を入れて混ぜ、薄く油をしいたフライパンで2枚焼く。冷めたら千切りにする。きゅうりは薄い輪切りに切る。(写真は半月)
- 3、型にラップを敷く。  
半量の寿司飯を型に敷き詰める。(意外としっかりめに！)  
菜の花ツナに2/3量を寿司飯の上に均等に重ねる。その上に残りのご飯を入れ、ギュッと平らなお皿などで押さえる。  
ラップを持って型からはずす。
- 4、円全体に錦糸卵を散らす。  
中心から残りの菜の花ツナ、エビ、きゅうりの順に飾る。
- 5、アクセントにプチトマトを飾るとキレイ！  
(写真はパプリカ粉末をふりかけています。)



寿司飯を作る時は炊き立てのご飯に寿司酢を混ぜて下さいね！  
菜の花は苦味がありますが、マヨネーズを加えることで苦味が和らぎお子様にも食べやすいです。

# 《カラオケ愛好者・応援団 みんな集まれ》

障がい者も健常者も、カラオケ大好きな方は、お集まりください。

## 栃木市 カラオケ大好き交遊会2017

栃木市障がい者等スポーツ・芸術文化活動事業

入場無料

日時 平成29年8月11日 金(山の日)

CC9放送予定

場所 栃木市栃木文化会館・大ホール

開場時間

9:00

主催 栃木市



栃木障がい者の自立をめざす会

後援 (順不同:3/24現在)

栃木県  
栃木市教育委員会  
栃木市社会福祉協議会  
栃木市障害者施設協議会  
栃木市手をつなぐ育成会  
障がい者の一人暮らしを考える会  
栃木ライオンズクラブ  
栃木市医師会  
下都賀都市医師会  
NHK宇都宮放送局  
下野新聞社  
読売新聞宇都宮支局  
東京新聞宇都宮支局  
朝日新聞宇都宮総局  
産経新聞宇都宮支局  
毎日新聞宇都宮支局  
栃木ケーブルテレビ  
カラオケまねきねこ



司会進行  
永井 壘さん  
下野市出身  
歌ものまねタレント  
「リンク栃木ブレッ  
ク スエンタメ」MCや司  
会業で活躍中。



アシスタント  
サトウヒロコさん  
壬生町出身  
シンガーソングライター  
T.Vドラマ主題歌や  
SKE48へも楽曲提  
供中。



ゲスト  
伊吹 和矢さん  
栃木市出身・演歌歌手  
アスタウンディングソング  
栃木市観光協会推薦曲  
「魅せます栃木」でおな  
じみ(カラオケ配信中)、毎年  
新しい歌を歌っている。



ゲスト  
五家 英子さん  
栃木県内を中心に歌手  
活動やチャリティコン  
サートの収益金で、社  
会福祉協議会を通じて  
毎年新しい歌を歌っている。



ゲスト  
NEGOTIATE NOW  
出演交渉中  
NEGOTIATE NOW

とち介も  
来場あるよ!  
Tochisuke arrives!

9:00~9:30  
出演予定



©2014 栃木市 とち介

歌おう、心の歌を  
—— はばたけ、舞台の上で!

障がい者と市民の地域交流を目的に、栃木市栃木文化会館大ホールで歌える「カラオケ」です。  
参加資格は特にありません、皆様の参加をお待ちしています。

連絡先 「栃木市カラオケ大好き交遊会2017」実行委員会・事務局 ■ TEL : 0282-51-2178 ■ FAX : 0282-51-6548

# お知らせ

〈ご協力と参加のお願い〉

## 《車椅子ダンス教室》

うわばきをご持参ください

時間 13:30～15:30

場所 栃木市大平健康福祉センター  
ゆうゆうプラザ多目的ホール

- \* 平成 29 年 5 月 21 日(日)
- \* 平成 29 年 6 月 4 日(日)
- \* 平成 29 年 7 月 2 日(日)
- \* 平成 29 年 7 月 16 日(日)
- \* 平成 29 年 8 月 6 日(日)

連絡先 : TEL・FAX 0282(51)2178  
Email info@mezasu-kai.com

## 自立をめざす会 活動報告

- 4 月 1～2 日 ・妙唱寺大黒天 出店
- 8 日 (土) ・役員会
- 9 日 (日) ・カラオケ大好き交遊会  
2017 第 4 回実行委員会
- 22 日 (土) ・役員会
- 29 日 (土) ・第 31 回定期総会
- 5 月 13 日 (土) ・役員会
- 14 日 (日) ・カラオケ大好き交遊会  
2017 第 5 回実行委員会



## 《2017 年度分会費納入のお知らせ》

◎今年度の会費納入に  
ご協力ください  
(振込用紙同封)



お問合せ

自立をめざす会 TEL 0282-51-2178  
FAX 0282-51-6548  
Email info@mezasu-kai.com

## 第 2 回 栃木市カラオケ大好き交遊会 2017

- 8 月 11 日(金・祝) 9:00 開場 9:30 開始
- 栃木市文化会館 大ホール

《仲間たちも出るよ。みんな応援に来てね》

### 編集後記

「栃木障がい者の自立をめざす会」第 31 回定期総会が滞りなく終了しました。皆様のお力添えのおかげと一同感謝申し上げます。ありがとうございました。今年度は設立 30 周年の記念行事も計画中です。夏には第 2 回栃木市カラオケ大好き交遊会 2017 も開催します。何かご質問等ございましたら、お気軽に事務局までご連絡ください。お待ちしております。

石川