

呉市手をつなぐ育成会 ～4月号～

# 育成会だより



2024年(令和6年)年4月1日発行

呉市手をつなぐ育成会

会長 中川 潤二

〒737-0051

呉市中央5丁目12-21

呉市福祉会館3階

Tel(0823)24-2260

Fax(0823)24-2568

E-mail kure-teotunagu

@herb.ocn.ne.jp

<http://kure-teotunagu.org/>

障がい児者を守り,その福祉の向上を図ることを目的とします。



## 呉本庄つくし園 合同作品



もくじ

4月 5月の予定



- 表紙 呉本庄つくし園 合同作品
- P.2 「備える」 会長 中川潤二  
「令和6年 能登半島地震」義援金のお礼
- P.3 手をつなぎ生きる vol.8  
「初めてだらけの一年生」渡邊 亜希  
令和6年度 総会・懇親会開催のご案内
- P.4.5 連載 6 手をつなぎ生きる シナモンロール  
「次男との10年間をここに綴る 第6章」
- P.6.7 広島県はつらつ友の会  
令和5年度本人による本人のための  
相談会&交流会
- P.8 本人活動報告 お礼 お知らせ 編集後記

- 4月20日(土) いくせい太鼓 14:00～【呉つばき会館】
- 4月21日(日) 本人部会会議 10:30～【呉つばき会館】  
うたう会13:30～【呉つばき会館】
- 5月19日(日) 本人部会会議 10:30～【呉つばき会館】  
うたう会13:30～【呉つばき会館】
- 5月25日(土) いくせい太鼓 14:00～【呉つばき会館】
- 5月27日(月) 呉市手をつなぐ育成会総会・懇親会  
17:30～【呉森沢ホテル】

★次回発行は6月1日5.6月合併号です。





## 「備える」

会長 中川 潤二

先日、呉市で震度4の地震がありました。急にグラッときました。スマホの緊急地震速報はなりませんでしたから何の備えもありませんでした。

ちょうど孫の一人がインフルエンザにかかっている家にいました。私は立って動いていたのですがすぐには反応できませんでした。

ふと、孫がいることに気付き慌てて周りを見回しましたが姿は見えません。妻が「ちゃんと机の下に入っているよ」と教えてくれました。誰の指示でもなく素早く下に入っていました。私が突っ立っていたのは大違いの反応です。テレビを付けると少し遅れて震度4の情報が入ってきました。

5歳になったばかりの孫が園での避難訓練をよく覚えていて(身に付けて)ちゃんと命を守る行動をとれていて感心しました。園の指導に感謝です。

幸い大きな揺れではありませんでしたが、呉でも近くに活断層があるようです。いつ大きな地震がくるか分かりません。「備える」ことは大事です。

また、地震だけではなく、台風や大雨でライフラインが寸断されることはあり得ます。停電や断水については、経験済みです。

水や電気のありがたみはよく知っているはずなのですが、喉元すぎれば…もう一度確認する必要があります。

災害は突然やってきます。正しい情報をどう手に入れるか、水食糧などの備蓄の確認など、日常的にすることが大切です。私の場合は、薬の確認も要ります。備蓄したものの賞味期限の確認も要ります。我が家でも賞味期限の迫ったカップ麺を食べる日があります。

また、家族との連絡の確認も大切です。

東日本大震災の時には娘の看護のためにいつもとは違う所に行っていて、しばらく電話がつながらず勝手に心配しました。家族の動向を知っておくと安心です。

「備える」と言えば、災害ばかりではなく、近頃気になることがあります。「老い」です。

私は日本の男性の平均健康寿命を超えました。ただ、衰えを実感することが増えてきました。お風呂の栓をちゃんとせずつまらざるとお湯が出っ放し。昨日、朝ご飯何を食べたか？夫婦で会話していて「あれ」の多いこと。阪神の「あれ」ではなく、「あれ」で互いに分かったつもり。こちらの「備え」も本気で取り組む必要があります。

## 「令和6年 能登半島地震」にかかる義援金のお礼



育成会だよりでお願いしておりました、「令和6年度 能登半島地震義援金」は2月末で51,000円になりました。

広島県手をつなぐ育成会にお届けさせて頂きましたのでご報告いたします。

また、3月7日には呉聖園マリア園の園児さんが、直接育成会の方にメッセージと義援金を一緒に届けてくださいました。

ありがとうございました。



## 「初めてだらけの一年生」

令和手をつなぎ  
生きる vol. 25



渡邊亜希・亜望(あも)7歳

先日、小学1年生最後の授業参観日でした。45分間、飽き性で落ち着きのない娘のために先生がいろいろなプログラムを組んでくださって、本人も集中して楽しそうに過ごしていました。

「はい！」と手を挙げ発表する姿、ごほうびのハナマルをもらって誇らしそうな顔、普段自宅では見られない様子に成長を感じられました。

小学校生活ももうすぐ一年がたちます。

現在、坪内小学校の支援学級1年たんぼぼ組でがんばっています。

入学式では落ち着きがなく、じっと座っていただけなかったり、舞台上を走り回ったり、一瞬でこの先の学校生活が不安でいっぱいになりました。



毎日の決まったルーティンが崩れることや、急な変化に敏感な娘のために、先生がカレンダーの準備や、毎日毎朝スケジュールを作成して下さり工夫をしてくださいました。

それでも”いつもとちがう”ことに混乱して、廊下で泣いて暴れてしまい、先生を困らせることも多々ありました。毎日親子でいっしょに通学をしました。

秋頃から突然、学校に行きたくない日が続きました。理由は分からず、イライラがつのる日々でした。

引っ張って、怒って無理やり登校させることもありました。

どうしたらいいかももう本当に困っていましたが、小学校の先生、放課後等デイサービスの先生、支援員の方、みなさんに助けていただきました。

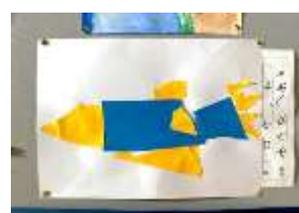
自宅まで来てくださったり、自宅用のカレンダー、朝のルーティンの絵カードを作ってくださいたり、タブレットで朝「おはようございます、わたなべさん待っていますよ」と、声かけメッセージもくださいました。嫌がる理由が分からない日が続きましたが、ある日突然自ら学校に行き始めました。もちろん行きたくなった理由も分かりませんでした。今では学校や放デイが休みだと逆に寂しがり泣くようになってしまいました…。

振り返れば本当に毎日が綱渡りのような一年でした。それでも娘はとても楽しそうに学校生活を過ごしていて、一年間助けていただいたみなさまには本当に感謝でいっぱいです！

2年生になっても、毎日楽しく登校してくれ  
ますように！  
(3月初旬投稿)



【がんばった作品づくり】



令和6年度 呉市手をつなぐ育成会総会開催のご案内



日時：5月27日(月) 場所：森沢ホテル

17:30～ 総会 懇親会



10才の誕生日前に、次男坊は遠くへ旅立っていきました。生後間もなく「結節性硬化症」と宣告され、共に過ごす時間を家族でたくさん作ってこられました。

見送った二日後、ご兄弟と一緒に山に登り、次男の名前を何度も何度も叫び…、でも決して返事はなく…家族で受けとめていくしかありませんでした。そして、静かに日常は戻っていきました。

### 【第6章】

次男がいなくなって、日常が戻ります。

夜になると長男と三男が外へ出て、空を見ながら「次男はあの星かね？あっちの星かね？」と探して、「多分今日はあの星じゃね」と言って家に入ってきます。きっとこんなことをしながら気持ちの整理をしていたのだろうと思います。

そんな平穏な暮らしを送っていましたが、葬儀から3週間程経ったある日、三男が「次男はいつ帰ってくるん？」と聞いてきました。そうか、年中という歳では人の死は理解できないか…と思うと同時に、私の心にドカッと大きな大きな黒い穴が開きました。

私は母親だから、大人だからと、次男の病気のこと、死んでしまったこと、ちゃんと理解しているつもりでした。でも、「何で帰ってこない？」「何で死んだ？」。ああ、次男に会いたい。深い深い悲しみが、私を襲ってきました。本当に会いたい。会いたい。「どうしたら会えるのか」と思った次の瞬間、「あっ。こんな時に、死んだら会えるとみんな思ってしまうんだ」。後追い自殺してしまう人の気持ちが生まれて初めてわかりました。昔、テレビのニュースで見る度に「何でそんなことをするのか」と不思議でたまりませんでした。この時の私にはわかってしまいました。

でも私は、自分も死んで次男に会いに行こうとは1ミリも思いませんでした。

なぜなら、死んで次男に会えるとは限りませんし、何よりまた長男に同じ悲しみを味わわせてしまうからです。そんなことはできません。

命は自分だけのものではありません。

いろいろな形で人は人に支えられ、人を支えながら生きているのだと思います。この日は、最後までしっかり頑張って生きてきた次男に恥ずかしくない生き方をしていこうと誓った日でもありました。

次男の人生は10年という短い時間でしたが、とても中身の濃いものだったと思います。この10年で、たくさんのことを経験させてもらって、たくさんの人に出会うことができました。その全ては今でも私たち家族の宝物です。次男には心から感謝しています。

たまに夢に出てきてくれますが、歩けるようになっていたり話せるようになっていたり、まるで「僕は元気にやってるよ」と伝えてくれているようです。うっかり現実の世界に現れてくれてもいいんですけどね。

あれから長い年月が経ち、長男は会社員となり、三男は大学生となりました。とても仲が良く、家の手伝いもよくしてくれる本当に優しい人間に育ってくれました。

次男が入院していた時、私の母が愛をもってこの2人を優しく、ときに厳しく育ててくれたからだと思います。

「ケセラセラ～なるようになる～」とよく口ずさみ、おしとやかながら芯の強い女性でした。そんな母は、2年前に他界しました。



息子たちは、今でもそんな母のことが大好きです。母にはいくら感謝してもきれない程たくさん助けてもらって、たくさんの愛を与えてもらいました。

親孝行も恩返しもできませんでしたが、その分息子たちやまわりの人たちに返していけたら良いなと思っています。と言っても、息子たちが本当に私を必要としていた時期にしっかり接してやれなかったことは今でも心に引っかかっています。

少しでも罪滅ぼしができたらと、息子たちの趣味や興味のあることには積極的に協力しています。

この話を事務局長にすると「罪なんてないよ」と言ってくださいましたが、なかなか罪悪感拭えません。大きく成長してしまった息子たちを抱きしめることも今となってはできません。私はただ、今できることをするだけです。

今まさに絶賛子育て中の方、お子さんのことをしっかり抱きしめてあげてください。

褒めた時、叱った時、一緒に笑った時、いつでも何でも良いです。

そしてお子さんに抱きしめてもらってください。心のエネルギーチャージになると思いますよ。



### 【後書き】

最後に、このような機会を与えてくださり誠にありがとうございました。文章を作成するにあたり相談に乗ってくださった方々、最後まで読んでくださった方々にも感謝申し上げます。

何の変哲もない私の10年間に綴らせていただきました。いろいろなことがありながらも家族・友人・医療関係者・学校関係者等々たくさんの方に助けられていたと、この文章を書きながら思い出させていただきました。

読んでくださった方の中には「これ一緒！」と思う部分がある方、「私は全然違うわ」と思われた方、いろいろな感想を持たれていると思います。その感想を伝えにでも、育成会をのぞいてみませんか？話を聞いてくれる人がいますよ。

もし困っていることがあれば、解決の糸口を一緒に探してくれる人もいますよ。

育成会は「つないでくれる」「つながれる」ところだと思います。

終わり

連載が終わりました。

次男と、また家族との時間を丁寧に過ごしてこられたシナモンロールさん。

子どもを見送り、残された家族と共に悲しみや寂しさを抱え過ごされたことと思います。今は元気に声をかけてくれています、当時は本当にしんどかったことと思います。

これまで多くの壁にぶち当たり、その時々を考えて考えて答えを導きだしてこられたシナモンロールさん。「子どものため」その大切な思いが、現在の子供達の学校生活にも反映されていることと信じています。

そして、「次男とのこの10年」を通して、私たちに「子どもたち」とどう生きていくのかをしっかりと教えてくださったように思います。また、この連載を書くきっかけを作ってくれたお母さまにも感謝いたします。「つながっていく、つないでいく」一人としてその思いをこれからも大切にしていきたいです。

連載中、多方面から感想をいただきました。頂いた感想はシナモンロールさんにお伝えしました。皆さんありがとうございました。

結びに「授かった命」がいつまでもつながっていき、幸せが続きますよう願っております。

【徳永】



ひろしまけん とも かい

# 広島県はつらつ友の会



## 令和5年度 本人による本人のための相談会&交流会

### 内容

2月25日呉の大和ミュージアムにおいて、令和5年度本人による本人のための相談会&交流会が実施されました。参加者は本人、支援者、ボランティアを含め100名程度でした。10時半から開会式がありました。その後、呉警察署の島原警部補による講演があり、交通安全や今、



多い詐欺への対処方法を聴きました。昼食は、呉中央棧橋ターミナル2階で、楽しく話をしながら食べました。昼食後大和ミュージアムに戻り交流会をしました。

相談会では、島原警部補と呉市の行政の方にも参加してもらい、会場の方からの質問に答えていただきました。職場での関係性、宗教の勧誘の関わり方、インターネット等で困っていることなどを相談されていました。参加者全員でテラスに出て集合写真を満面の笑みで撮りました。充実した一日でした。【事務局】

### 感想

呉うたう会 下花 透

大和ミュージアムで、育成会の相談会が行われました。私は、総合司会をしました。緊張したけど、ちゃんと言えました。講師の警察の島原さんのお話はとても勉強になりました。



開会宣言 呉うたう会会長

- ① 不審な電話がかかっても出ない！  
かかってきたらその番号は消す。
- ② 宗教に誘われてもついてはいけません。
- ③ 万引きは絶対にしてはいけません。
- ④ 信号が青に変わっても車を確認して渡る。



午後からの相談会



昼食は、中央棧橋ターミナルの2階でみんな一緒に楽しく食べました。午後からの相談会は、呉のマイク係の二人が頑張ってくれました。午前中トイレ休憩がなかったので、次回からはあったらいいと思いました。

当日は行政の皆さん、ボランティアの方々や事務局の皆さんありがとうございました。

# こうしかんそう 【講師感想】

くれけいさつしよせいかつあんぜんか  
呉警察署生活安全課

しまばら ゆう  
島原 由

## 本人による本人のための相談会&交流会を終えて

今回ご本人の皆さんにお話しさせてもらうにあたり、どんな内容にするか、資料作りから大変苦労しました。実際に話を始めてからも、理解されているのかどうか感触がわからず不安を感じながら話していましたが、皆さんが話の中で「絶対だめです。しません。わかりました」と反応を示してくれたことで、とても話しやすくなりました。



中には話全般が難しく理解できなかった方もいて残念でしたが、最後に「今日はありがとうございました。わかりやすくて、とてもためになりました」と丁寧に言っていただき、嬉しかったです。ありがとうございました。



お手伝いの皆さん



会場内の様子



はつらつ友の会 河野会長挨拶



呉育成会 中川会長挨拶



参加者そろって「1.2.3!」



# ほんにんかつどうほうこく 本人活動報告

たはら ひでとし  
田原 秀登志

がつ ほんにんそうだんこうりゅうかい かんそう はな あ  
2月にあった本人相談交流会の感想を話し合いました。  
ぼく さんか  
僕は参加できませんでした。みんな良い勉強をしたん  
だなぁと思いました。

つぎ ことし はんせい たなばた たんざく ねんがじょう  
次に、今年の反省をしました。七夕の短冊や年賀状を  
か じりつ ほん よ からだ  
書いたり、自立するための本をみんなで読んだり、体を  
げんき たいそう つく た  
元気にする体操をしたり、カレーを作って食べたり、いろん  
なことができました。

らいねん かい おも  
来年もためになる会をしたいと思います。



## サポートファイル結愛(yui)を書こう

～令和6年度の日程～

- 6月13日(木) ■11月18日(月)
- 2月7日(金) (10時～12時)

保護者がお子さんとの日々の関わりや病院、福祉施設、保育園、学校等で受けた支援内容などを書き綴り、「記録・保管」する広島県内統一のファイル形式の記録ノートです。

進級時・卒業後の進路・障害基礎年金の手続きを行うとき役立ちます。先輩の子育ての話を聞けるのも学習会の良い所だと思います。

※サークルや小グループ等での出前学習会や、個人学習会も可能です。ご希望の方は、呉市手をつなぐ育成会までご連絡ください。



## 青い鳥郵便葉書をご存じですか

青い鳥郵便葉書は、青い鳥をデザインしたオリジナル封筒に通常はがき20枚を封入したものです。

葉書のやり取りを楽しんでいただきたいと無料配布されています。



配布対象や受付期間など、詳細はお近くの郵便局窓口でご確認ください。

## ☆ありがとうございました☆

【順不同・敬称略】(3月20日現在)

ご寄付いただいた皆さま  
安芸南組仏教婦人会連盟

## 書籍紹介

～未来を変えた11の症例～  
発達障害は改善します



友和クリニック院長  
日本新経絡医学会会長 宇土 博 氏  
お問合せ先 呉市手をつなぐ育成会

## 編集後記

春の日差しにつくしが顔をのぞかせてきました。

毎年、息子と父親は西条の広島大学近くで、つくしをいっぱい採ってきます。

我が家のルールで、「採ってきた人がはかまをとる」ことにしています。

はかまを取ったつくしは水を張ったボールに入れて洗うと、水がきれいな緑色になります。まさに春の色です。

子どもが大人になった今、春の到来は春告げ鳥のぎこちない鳴き声や、満開の桜、春霞(黄砂)でも感じるようになりました。

大きなランドセルを背負った1年生の姿を懐かしく感じながら…それぞれの春を楽しみたいですね。あなたの春は何でしょうか。