

つながりの輪を広げて 「障害者週間」 笑顔で過ごせる地域に

障害者週間は、障がいのある方への理解を深めるとともに、障がいのある方が社会、文化などさまざまな分野の活動に参加する意欲を高めることを目的としています。

町では、千曲市と連携し、平成 19 年に管内の当事者や事業者、市町などで構成する千曲・坂城地域自立支援協議会を設置し、障がいのある方もない方も、誰もが安心して暮らせる地域をめざして取り組んでいます。また、協議会では 6 つの専門部会を組織し、それぞれが地域の課題を共有し、目的実現に向けて活動しています。

その活動から令和 5 年 3 月に誕生した『ひこばえの会』についてご紹介します。

誕生の経過

「ひこばえの会」ができるまで、千曲・坂城地域には精神障がいのある方の当事者の会はありませんでしたが、令和 4 年度に千曲・坂城地域自立支援協議会の専門部会「こころ部会」で開催したピアサポート（※）の活動を学ぶ研修会に参加した当事者の方々が中心になって、令和 5 年 3 月に千曲・坂城地域の精神障がいのある方々を対象とした当事者の会「ひこばえの会」が誕生しました。

※ピアサポートとは、障がいや病気など共通する困難な経験や悩みを抱える方同士で体験を共有したり情報を交換し支えあう活動のことを言います。

活動

ひこばえの会は定例会の他に不定期でイベントも行っています。

第 1 回イベント（令和 5 年 3 月 23 日開催）

「言いたい事・話したい事あるよね」と題して、これまでの経験や今の自分が思うことを参加者で共有しました。緊張しながらも、自分の言葉で語られる一言一言には想いが込められていて、参加者も真剣な表情で聞いていました。参加者からは「集まるっていいな。話せる場があるっていいな」「病気があっても危なくない。偏見を持つてはダメ。とても楽しかった」と感想がありました。

第 2 回イベント（令和 5 年 8 月 22 日開催）

「残暑払い」には 25 名が参加し、おいしい料理と楽しい会話があふれました。食事の後は、チームに分かれてゲームやスイカ割りで盛り上がり、ゲームの後はデザートタイムもあって皆さん大満足で過ごしていました。参加者からは「初めて参加して、とても楽しかった」「選べるメニュー、どれも美味しかった」と感想がありました。また、イベントの企画から参加したメンバーは、「みんなでメニューを考えたり楽しかった」「買い物を担当して緊張したけど頑張れた」という意見がありました。

当事者の声

《赤坂雅文さん》

当事者同士だからこそ分かり合えることがあると思います。たくさんの方に参加してもらって、この会がみんなの“ひこばえ”になって、みんなで成長していけたら嬉しいです。

《北島直也さん》

もっと会員が増えていくと嬉しいです。今は不定期で開催している定例会ですが、会いたいときにいつでも行ける拠点ができると良いなと思います。そして、地域の方にも普通に接してもらえる場になったら良いなと思います。

information

ひこばえの会のイベント第 3 弾は令和 6 年 2 月を予定しています。興味のある方は、千曲・坂城障がい者（児）基幹相談支援センター（☎026-275-0548）にご連絡ください。

千曲・坂城障がい者（児）基幹相談支援センターでは、毎月、身体・知的・精神・発達各障がいに関する相談会を町内 2 会場で行っています。日頃悩んでいることや福祉サービスの利用などについてご相談ください。

詳しくは、町ホームページをご覧ください。

町 HP

