

# 「冬フェス」2019

東戸塚地域活動ホーム  
ひかり



# キラッキラ星

第29号

今年もひかりの恒例行事である冬フェスを開催しました。ゲストの皆さんと来場者の方々、一体となってイベントを盛り上げてくださいました。今回も、特別支援学校の先生方バンド#0、シンガーソングライターの森圭一郎さん、ひかり有志で結成したHIKARIバンドが出演しました。

ライブの他にも、ひかりのDEMパン、手作りスープ、だがしやしなの（駄菓子）、ラフォーレさくらの自主製品の販売も行いました。会場のバルーンアートはmignon（ミニヨン）さんに作っていただきました。皆さまご来場いただき、ありがとうございました。

## HIKARI☆バンド

齊藤理事長が結成したバンド「HIKARI☆バンド」も出演しました。メンバーは、日中活動を利用している宮下寛康さん、齊藤理事長、グループホームスタッフ、送迎ドライバー、ひかり職員、計5名。演奏中も息ピッタリでした。

### 齊藤理事長から・・・ Message

冬フェスのあとで、司会をさせていただいた相浦やよいさんから嬉しいコメントがありました。「ステージの前で楽しむ皆さんの姿をみていて、本当に自由を感じました！」と。歌うひと、踊るひと、とび跳ねるひと、思いおもいに楽器を鳴らすひと、満面のえがお、えがお。そうです、おっさんバンドも自由をともに感じたかったのです。

ボーカルを務めた  
宮下寛康さんからの感想

齊藤理事長からHIKARIバンドのボーカルをしてほしいと言われ、嬉しかったです。歌う曲も僕が決めました。学生時代、上菅田特別支援学校の文化祭で歌った思い出の曲をえらびました。TOKIOの「宙船」という曲です。学生の時は、最後まで歌いきることが出来なかったけれど、今回は全て歌いきました。とっても感動しました。

冬フェス本番では、僕が「ひかりのみんな全員集合！」と言うと、みんなが舞台に出てきてくれて緊張がほぐれました。緊張したけれど、とても楽しい時間でした。



## シンポジウム「戸塚で暮らす」

12/7（日）男女共同参画センター横浜 ホールにて、障害シンポジウムが行われました。

第一部 当事者のお話にて、佐々木真さんが登壇しました。いつも楽しいお話をしてくださる佐々木さん。普段なかなか聞くことができないお話を聞くことができました。当日、会場から鳴りやまないほど、たくさんの拍手でした！今回、当日の原稿を紹介します。

### 「戸塚で暮らす」 佐々木 真さん

皆さん、こんにちは。私は戸塚区名瀬町在住の左方マヒの第1級身体障がい者の佐々木真といいます。福山雅治と同年の50歳です。

私は、小学生の頃から肥満体型で、高校生の時には、血圧が高めと言われていたのですが、そのまま放置し、せっかく入った大学も1年もたたずに中退してしまい、20歳から飲食業界で働いていました。

2002年、33歳の時に結婚して、その年の暮れには第一子となる長女が、2004年の2月には第二子の長男を授かりました。

そして、2004年の10月、当時、ラーメン屋の雇われ店長をしていた35歳の時、店のトイレで脳出血で倒れ、滝頭の脳血管医療センターに救急搬送され、すぐに手術をしましたが、左半身が完全にマヒするという後遺症が残りました。それから車椅子生活となり、厚木・七沢の神奈川リハビリテーション病院の更生ホームで、リハビリを続け、3年半後の2008年に戸塚に戻って、当時、できたばかりの東戸塚の地活「ひかり」に通い始めました。倒れた時、まだ1歳だった娘と0歳だった息子はもう幼稚園児になっていました。

なので私は子供がいちばん可愛い時期と言われる2～3歳の頃を知りません。子供たちも自我が芽生えるその時期に父親と接していないので、今日、高2になった娘とも高1になった息子ともお互いにどう接すればいいのか分からず、会話もないのかもしれない。

ですが、娘は先月、修学旅行に首里城の火事の2日後に沖縄へ行き、お土産にサターアングギーMIX粉を買ってきて、家で揚げたサターアングギーをくれたので、とってもいい子です。直接ではなく、奥さんを介してですが……。息子は小学生の頃からサッカーをやっていて、高校でもサッカー部で頑張っています。

私が恵まれていると思うのは、優しい父がいることです。

父は働けない私の代わりに、毎月我が家の生活費を入れてくれます。本来であれば、来年80歳になり年金生活の父に私がお小遣いをあげるのが普通なのですが、私は50にもなっていないまだに親のスネをかじって、家族4人の生活費の面倒をみてもらうどころか、4年ほど前に名瀬に4LDKの新築一戸建ても建ててもらいました。ですから私の今の夢は、そんな優しい父が生きている間に恩返しをすることです。日頃のリハビリの甲斐あって、何とか最近やっと一人でバスに乗って駅まで行くことが出来るようになってきたので、まずは中途障がい者地域活動センター「とつかわかば」に通えるようになり、そこを足がかりに、何でもいいので、特例子会社に就職して、収入を得て、少しでも父親の負担を軽くしたいというのが私の夢です。

35歳で倒れて50歳まで……この失われた15年は今からでも取り返せると思います。

父親が元気で、私に援助ができていううちに何とか、社会復帰をする。これが私の目標です。

ご静聴ありがとうございました。



登壇を終えて……

昨秋、諏訪職員に男女共同フォーラムで、お話をしてほしいと頼れた時は、軽い気持ちでOKしたのですが、後から一人で5分喋ると聞き、愕然としました。M-1の決勝のネタ時間より長いじゃないですか。前日は緊張して胃が痛くなりましたが、当日は緊張せずに喋ることが出来て最後にアドリブで奥さんへの感謝を付け足してしまいました（笑）あんな大勢の人前で話をするのは、初めてのことで良かったので良い経験をさせてもらいました。



エフエム戸塚  
相浦やよい氏

## 戸塚区基幹相談支援センターがエフエム戸塚で紹介されました！

戸塚区基幹相談支援センターの芦名相談員が、エフエム戸塚のラジオ番組「ハグ・ザ・ライフ～生命を抱きしめよう」に出演し、パーソナリティーの相浦やよいさんのインタビューを受け、基幹相談支援センターの紹介をしました。



芦名相談員

### ◇何人の相談員の方がいらっしゃいますか？

・6名の相談員で支援を行っています。相談に来られた方には担当を決めて対応します。

### ◇基幹相談支援センターはいつできたのか、どのような活動をしているのか、教えてください。

・基幹相談支援センターは、障害者総合支援法に規定され、地域における相談支援の中核的な役割を担う機関です。横浜市では、各区にある社会福祉法人型障害者地域活動ホームに基幹相談支援センターを設置しています。

### ◇歴史について教えてください。

・社会福祉法人型地域活動ホームでは以前から相談支援を行ってきましたが、障がい者の方への相談支援体制の強化の一環として、H28年4月より、『基幹相談支援センター』としてスタートをしています。

### ◇どんな相談の内容があるのでしょうか？

・障がいのある方が地域で安心して暮らしていくために、また希望する暮らしを実現するために、様々な相談に応じています。日々の暮らし、働くこと、健康や医療、保育や教育、権利擁護・虐待、お金についてなど、様々な相談に応じています。

・先日お受けした相談では、障がいのある息子さんの将来について、ご家族の方からの相談がありました。経済的なこと（財産管理や限られたお金でのやりくり）、住まいの場のこと（親なきあとのこと）など、不安があるとのこと相談でした。セーフティネットとしての生活保護制度、財産管理については、成年後見制度についてご案内しました。ご家族からは、成年後見制度は障がいのある本人のことをきちんと理解してくれる方をお願いしたいとのこと希望がありましたので、障害のある方の成年後見の実績のある団体をご紹介しました。住まいの場に関しては、支援を受けながらの一人暮らしやグループホームに入るなど、色々な生活の仕方があることをご説明し、これから一緒に考えていきましょうとお伝えしました。

### ◇相談を受けるだけではなくて、同行するようなこともあるのか？

・状況によって、情報提供だけで終わる場合もあれば、一緒に同行して見学等を行い、振り返りをして次につなげていくような場合もあります。

### ◇相談はどのようにしたら良いのか？

・相談は、電話、来所、訪問などご希望に合わせて対応しています。きちんとお時間をとってお話を伺いたと思いますので、まずは基幹相談支援センターへご連絡いただければと思います。

### ラジオ番組 ハグ・ザ・ライフとは？

障がいがある人もない人も、安心して暮らせる街づくりを目指して、医療・介護・福祉の情報をお届けしています。毎回、当事者の方や福祉関係者、地域の方のインタビューや紹介があり、アットホームな雰囲気番組です。

### 戸塚区基幹相談支援センターについて

障がいのある方の地域の総合相談窓口です。

対象者：市内在住の障がい（疾病）のある方、

ご家族、地域の方、関係機関等

（年齢・障がい種別、障がいの診断の有無は問いません。）

窓口開所時間：平日9：00～17：00

相談方法：電話、FAX、来所、訪問などご希望に合わせて、ご相談に対応いたします。

所在地：戸塚区川上町4-9

（東戸塚地域活動ホームひかり内）

電話番号：045-828-2821

# わたしのお気に入り

職員コラムリレー

水戸 優月

休日は友人と興味のあるポップアップやイベントを覗いたり、買い物に行ったり、家では映画や雑誌を見たり、気合いを入れてご飯を作ったり、、、という感じなので、これです！と言えるものがなくて今回改めて考えてみたところ、ここ何年か購読している「Kitos.」という雑誌が思いつきました。あるひとの一日を追ったり、それぞれの悩みに効くレシピ集や、パジャマやインテリアの紹介ページなど色々なコンテンツのものが載っています。毎月決まった日に発売されるのではなく、不思議とそろそろ新刊読みたいなあと思った時に発売されるのでそんなところもお気に入りポイントです。これからも買い続けることをここに誓います！笑



## 新人職員紹介



### 2020年1月入職 関口 元

はじめまして。2020年1月より基幹相談支援センターで働かせていただいております。

関口 元（せきぐち もと）です。皆様の声をたくさん聞けるよう、また、先輩方のように皆様にとって身近な存在になれるように頑張ります。どうぞ宜しくお願いいたします。

余談ですが、娘が昨年生まれ、新米パパでもあります。

趣味は食べる事、サッカー観戦です。



### 関口さんってどんな人?????

こっそり、スタッフから聞いてしまいました☆

- とにかく「優しい」「誠実」  
穏やか～な感じが素敵なんです！
- 昔から「ひかり」に居るような  
.....あたたかい人
- サッカー大好き！！！！  
湘南ベルマーレサポーター
- お酒を飲むと、顔が真っ赤になり、  
笑い上戸です。
- イクメンパパ！娘さんにデレデレ～♪

### ひかりの自主製品紹介

日中活動部、カシオペアグループで作っているレジンの「えんぴつアクセサリ」です。レジン商品は他にもキーホルダー・ヘアアクセサリ等たくさんの種類があります。皆さん心を込めて作っています。

ショップ袋にもこだわりがあり、最近、マーブリングで作ったえんぴつアクセサリ用の袋も登場しました。



### 東戸塚地域活動ホーム

## ひかり

TEL:045-828-2820 FAX:045-825-3199

〒244-0805  
横浜市戸塚区川上町4-9  
E-mail: sp7r6499@star.ocn.ne.jp  
HP : http://www.y-hikari.jp

(アクセス)  
JR東戸塚駅改札を出て西口(右)へ。駅舎を出て左手つきあたりの階段を下り、横断歩道を渡ったところまで。

