

# みどりのアスパラガス



この度の台風 21 号及び北海道胆振東部地震により、被災された皆さま、多大なる影響を受けた皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。

北広島市内でも、地域により停電の続いた期間が大きく違ったようです。住宅への被害が大きかったところもありました。

会員の皆さまには、あの 9 月 6 日 3 時 8 分、お休みのところであったかと思います。

ご家族の皆さま、お仕事先での被害や影響は如何であったでしょうか？お怪我をされたり、体調を崩された方もいらしたかと思います。一日も早く回復され、日常を取り戻し、この被災からの学びを活かしていくように努めたいと考えています。

会長 加藤裕子

**各**種団体・機関が提供している災害情報は様々公開されています。一部をご紹介します。

## ◆北広島市ホームページ [www.city.kitahiroshima.hokkaido.jp/](http://www.city.kitahiroshima.hokkaido.jp/)

【トップページ→救急・防災→もしものときは→災害のときには】

- ・北広島市避難所運営マニュアル
- ・避難場所（指定避難所・指定緊急避難場所・福祉避難所・避難所マップ）
- ・北広島市避難マニュアル（市民用）

※以上が公開されています。改めて目を通してみては以下かでしょうか。

## ◆防災・支援ハンドブック

・厚労省 災害時の発達障がい児者支援リーフレット

国立障害者リハビリテーションセンター 発達障害情報・支援センター

災害時の発達障害児・者支援について <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

※是非一度ご覧ください。

## ◆災害時の心のケアについて

・国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所 ストレス・災害時心の情報支援センター

<https://saigai-kokoro.ncnp.go.jp/>

※一般向け・支援者向けの対応マニュアルが公開されています。



# 私たちはその時…



地震・停電の影響を受けた数日間、皆さんはどんな日を過ごしていましたか。

経験してみないとわからなかったことがありました。

その後の新聞報道で、腎臓病透析患者団体の方が「自分たちの命がとても危うい基盤に成り立っていることを思い知った」とコメントされていました。

身に詰まるコメントです。個々の自助と共助・仕組みが大事なのだと感じました。

この度の地震で、本当に怖い思いをしましたが、今なお不便な生活をされている方々がいる中、いつも通りの毎日を送れることをありがたく思います。まだ、余震が続いていますので、息子も毎晩「地震は？」と、私に聞きます。もう、大丈夫と言い切れないので、「今は、大丈夫だよ」と、言って休ませます。いろいろ言わないだけで、実は、相当怖かったのだろうなと思います。

電気が復旧するまでお風呂も入れませんでした。たびたび入院生活を送っている息子は、体を拭くことですんなり対応出来ました。思わぬところで役に立ちました。

今回は、水とガスが使えたのと、前日の台風対策で買い込んでいたことで、何とか耐えましたが、もしまた…と考えると、少しずつ買っておこうと思っています。それと、この機会に家具の上に乗っている物や、取りあえず箱に入れていた物が、本当にいるのか整理して、シンプルな生活を目指してみようかと思いました。

棚の本、ビデオテープなどが落ちました。

停電です。2時間後には仕事へ行かねばなりません。

グループホームでは、タイマーが止まり、ご飯は炊けていないし、IHなので火も使えないので、家から冷ご飯や、カセットコンロ(ボンベ)を運び、食事の用意をしました。

42時間後に電気がつきました。多くの事を電気に頼っていることを思い知りました。

普段起きない私が、かなりの揺れにビックリして起きました。娘が新しい懐中電灯を買った事がきっかけで、枕の下に置いていた懐中電灯で、身の回りを確認。

エレベーターが動かなくなり、移動が出来ない娘の為に、食事を配膳するなどはありましたが、ガス・水道などのライフラインが止まらなかったのが焦る事も無く過しました。

初めて土鍋で炊いたご飯も美味しく出来ました。それにしても、地震が真冬で無くて良かったです。

娘のモバイルバッテリーの常備の多さに改めて驚きました。

今回の地震で、自閉症の娘の日頃的特性から、見通しのつかないことがこんなにも不安なのだということを実感しました。

幸い、キャンプ・アウトドア好きの夫のスキルのおかげもあり、備えていた物が役に立ちました。

娘は、『停電⇒お部屋などの電気が付かない、テレビが入らない』ことは理解できても、ネットが使えずYouTubeが見られない事の理解が難しかったようです…が、諦めてくれました。電気を使わない「暇つぶしの楽しみ」を持っていて良かった！とつくづく思いました。

今回の災害で、私が仕事を休めず子供達を置いていかなければならなかった事で、子供達に携帯を持たせておけば良かったと強く思いました。

水とガスが使えたので、これ位で済んで良かったと思うのですが、冬だった場合、カセットガスで使えるストーブ等暖房器具、排泄処理用の物品など、急いで用意したいと思いました。

必要ないものとして、気持ちは有難いのですが、災害直後の遠方からの安否メールや電話でした。

地震だ！と思って起きて、私は2秒ぐらいベッドの脇で固まっていた。夫が息子を起こしている声を聴いて、慌てて階段をなんとか降りた。

不安な気持ちでテレビを見てると…カタン、と音がして玄関を見ると…なんと朝刊です。新聞屋さん凄いな！時間は動いている…と、あたり前の事かもしれませんが前向きな気持ちになれました。それでも停電と余震にしばらく私は怯えましたが、お陰様で息子の様子に大きな変化はなかったので、良かったです。

普段通りの生活を送れる事の有難みを感じました。もっと長い停電や避難所生活を体験することが今後あるかもしれません。ストレスを最小限に抑える工夫、心構えと準備をしなければならぬと強く思いました。

# 余暇活動(旧研修旅行) ご報告!

## 大倉山オリンピックミュージアムと円山動物園満喫ツアー



8月26日(日)日帰りで札幌市に出掛けてきました。参加者26名(12家族、うち対象(療育手帳取得者)13名)でますますの団体としての移動となりました。係としては二次募集も覚悟でしたので参加者が多いのは嬉しいかぎりでした。

リフトが雪のスキー場としてインプットされていたり怖かったりで乗れない方もいましたが限られたスペース内なのでイケルと思い計画したので良かったかと思えます。ミュージアム内は体験出来るものが多く、飽きるかと思っていたので時間を短めに設定してしまいましたがもう少し時間多くとっても良かったかと反省しました。昼食については足りない人もいたので参加費を上げて食事メニューのランクは下げなくて本当に良かったです。ダブル台風で天気だけは心配でしたが雨も風も平気で、少し台風の影響で湿った暑さはありませんでしたが無事行程を終えることが出来ました。活動費もオーバーしてしまうと思いましたがリフトに乗らない分と動物園駐車場満車の為止められず(業者以外予約出来ず)浮いた分で予算内に納まりました。結果オーライですがバスのドライバーさんを思うと心が…。参加者・係の皆さんのご協力ありがとうございました!

(本当に良い日程で恵まれたと思います。まさか災害に見舞われるとは思いませんでした。被災された方、余震、計画停電まだ長い道のりですが一步一步進んで行きたいですね。

被害に遭われた皆様に心からお見舞い申し上げます。)

國岡



先日の台風でどうなるかと心配していましたが、雨が降ることもなく大倉山オリンピックミュージアムと円山動物園満喫ツアーへ行ってきました。

大倉山オリンピックミュージアムでは、リフトに乗り展望台へ、息子は乗ったことの無いリフトに乗り、行きは緊張して顔が引きつっていましたが、展望台で景色を見て帰りのリフトでは余裕の表情で降りてきました。ミュージアムを見学し大好きなジンギスカンを食べ円山動物園に移動、園内をぐるりと見学してきました。

息子にとって一番の目的は、もしかしてジンギスカンだったのではないのでしょうか(笑)楽しい一日でした。

山本



## 親なき後のライフプラン

～親が元気なうちにやっておける手続きと金銭管理～Part2

日時▶▶ 平成30年11月17日(土)

AM10:00～12:00 開場 9:30

会場▶▶ 北広島市芸術文化ホール 活動室1-2

(北広島市中央6丁目2番地1)

講師: ファイナンシャルプランナー(AFP/2級FP技能士) 終活アドバイザー  
鹿野佐代子氏

昨年度、ご好評でした鹿野佐代子氏を講師にお迎えし、Part2としてご講演いただきます。どうぞ期待!

第51回全国肢体不自由児者父母の会連合会全国大会  
第31回全道肢体不自由児者福祉大会(函館大会)

ご報告

井上桂子

9月29日～30日に、函館湯の川(函館アリーナ)で開催された大会に参加してきました。近づく台風24号が気になり、前日に入りましたが、初日はお天気も良く、全国から会員が参加して盛大に開催されました。前回札幌における全国大会で好評だった「寸劇」。今回の函館大会では、函館父母の会「井戸端会議」の一場面で、「医療的ケア児の通学対応」「卒後の生活」「所得保障・住居保証」「福祉サービスの在り方」「地域医療」と、今まさに直面している日常からの問題提起は、とても共感できる事ばかりでした。最後に親父代表2人からも力強い「おやじの井戸端会議」の提案もありました。そしてそれを元に各分科会で話し合いました。

私が参加した第1分科会では、「地域で安心・安全に生活するために」というテーマで、全国各地の方々との活発な意見交流がなされました。討議の柱で有る「所得保障」は、「障害者基礎年金」と「生活保護費」の差について、制度上の課題にすることなく、国民的な討論の必要性が訴えられました。また「成年後見制度」には大きく分けると、法定後見制度と任意後見制度の2つがあります。さらに法定後見制度は、「後見」「保佐」「補助」の3つに分かれており、判断能力の程度など本人の事情に応じて制度を選べるようになっていくことが勉強になりました。

他にも「就労の場の確保」「グループホームの充実」等、多岐に渡る話題について話し合われ、しょうがい者本人も親も制度についての理解を深め、学び合うこと、訴え続ける事が大事だと思いました。

情報交換会は、マグロの解体ショー、コカコーラの抽選会、イカ踊りで盛り上がりました。

2日目は前日の各分科会各の報告後、札幌市子ども発達支援総合センター診療担当部長 松山敏勝先生の記念講演、大会決議文を採択して閉幕しました。

短いご報告ですが、大会決議文などは親の会のホームページに載せますので、よろしくお願ひします。台風の進路を気にしながらの参加でしたが無事に帰る事が出来て良かったです。



## 新年会のご案内

【日時】平成31年1月6日(日)

午前11時30分～午後1時30分

※受付は11時から

【会場】北広島クラッセホテル

12階 ノースエルフィン

住所 北広島市中ノ沢450-1

☎ 011-373-3800

1名の方が成人を迎えます。ビンゴ大会、マジックショー等で楽しみましょう。

たくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

ご案内・参加申し込みは各自配布、郵送します。

12月5日迄、田中(fax011-891-3359)迄お願いします。キャンセルは平成31年1月5日午後5時迄受け付けています。(葛西)

## ◇活動報告◇



8月9日 青空会・役員会

8月26日 余暇支援(大倉山・円山動物園)

8月31日 石狩圏域地域づくり委員会(加藤)

9月11日 社会福祉協議会 理事会(中川)

9月18日 手をつなぐ育成会理事会(加藤)

9月29～30日 肢体不自由児父母の会連合会  
全国大会・全道大会(井上)



★延期を予定しておりました施設見学は、今年度中の日程の再調整が難しいため、中止とさせていただきます。

※この会報は、会の趣旨に賛同下さる方々に、私たちの活動を広く紹介する目的で発行しています。他の目的に使用しないよう、また、破棄する場合は取り扱いにご注意下さるようお願いいたします。

◆会報担当 齊藤圭美 中川民恵 井上野花◆