



** Aloha Wavish (アロハウェービッシュ)

チアダンスのグループ「地域のみんなに元気と笑顔を送ります!」 2月5日(土)リドレ横須賀前でのプレイベントに参加します。

┗ 横須賀カレーラボ

本格的なインドカレーもみんなに食べて欲しい! カレー 専門の「こども食堂」やチャリティーカレーを開催して いるグループです。世界のカレー談議に花が咲くかも♪ パネル展示で参加します。

峰 おもしろ科学たんけん工房

「子どもたちが自転車で行ける所にあまね く科学教室を!」理科の楽しさ面白さを 伝えるグループ。出前科学体験塾を開い ています。パネル展示で参加します。



□ -般社団法人**あんしん**ライフよこすか

メンバーは横須賀市内で活躍する不動産業・行政書士・弁護士・ 司法書士・保険業・税理士。高齢者生活支援、終活セミナー、 相談会などを積極的に町に出て開催している士業の専門家チー ムです。パネル展示で参加です。

上上横須賀建築探偵団

建物から地域の歴史を学ぶ会です。横須賀市 内にある主に戦前の建物を調査し、記録をし ています。みなさん町歩きの達人!お話を聞 けば横須賀の散歩が楽しくなりますよ。パネ ル展示で参加します。

■ こあじろの森くらぶ



「オンライン」も注目

♣ 横須賀三笠トーストマスターズクラブ

英語でのコミュニケーションとリー ダーシップを学習するクラブです。 どんな発表でしょうか。お楽しみに! パネル展示、会場での映像活動紹介 に参加します。



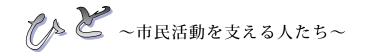
■ 春風会(AIで楽生社会)

人の連携やデジタルを活用したネットワークで健康 と医療を考える団体です。最新の医療状況などが聞 けるかも。オンラインでの参加です。

三浦市にある「小網代の森」で自然観察をおこなう団体。 小網代ウォークをしながらの文化的な交流と報告をまと めた会報誌は毎号楽しみにしているファンも多く、人気 があります。オンラインでの参加です。

- 戦争の体験話を次世代に「被爆体験を語り継ぐ会」
- ■M 伝統の歌唱を継承「**民謡・きみえ会**」
- **▶** 長沢のコミュニティカフェ**「サンカフェ広場**」
- 星空を見上げよう「北下浦みんなの家天体観測室友の会」
- 社交ダンスから車いすダンスまで「社交ダンス愛好家の仲間たち ♪ Harmony」
- り 見てると身体が動き出す「親切ダンスカンパニー」





よこすか片マヒ希望の会代表 妻沼 佑一さん

インタビューが終わると「ちょっと私を見てください」と言って一呼吸、右左右左の 10 歩ほど、障がいが消えてしまったかのような歩行を見せてくれた。よこすか片マヒ希望の会代表の妻沼さんにお話を伺った。

現役時代には信用金庫の外回り、いい時代だったという。53歳のとき脳出血を発症した。2ヵ月入院したが、大きな後遺症にはならなかった。リタイア直後 60 歳で 2回目の脳出血。リハビリ病院で、6ヵ月のリハビリを行ったが、片マヒの後遺症が残った。退院翌日から、デイサービスで歩行の訓練を日課とするようになる。

片マヒ克服を目標に、妻沼さんは試行錯誤を重ねた。 いくつものリハビリ施設を試したり、いろいろなとこ ろで勉強もした。

金沢文庫ピアーズで行われる当事者会を見つけて参加した。2年程通ううちに、横須賀在住の仲間ができた。「横須賀にも、当事者の集まりがあったらいい」という話になった。

妻沼さんたち 3 人、総合福祉会館で横須賀の障がい者団体について相談した。横須賀市肢体障害者協会というのがあると聞いたが、幅広い障がいを対象としている団体。横浜のように、細分化されたいろいろな障がい者団体があったらいいと思い 2011 年 6 月当事者団体「よこすか片マヒ希望の会」を設立した。「理想もないけれど、お金もいらない、おもしろおかしくやればいい」と思った。

会員はどうしても、経済的に厳しい者が多い。負担 を増やさないために、郵便局が4月と5月に行ってい る青い鳥ハガキの支給制度を利用したり、パンフレッ トの印刷では、理想科学(株)の支援を利用したこと もある。また、神奈県が行っている「福祉バス」とも しび号を利用して、年に 2回の日帰りのバス旅行 も7年続き、企画を楽し みにしている会員も多い。

横須賀で、障がい者の 全国大会があったとき、 妻沼さんは実行委員長を



務めた。打ち上げパーティーの席で、県立福祉大学玉 垣教授と知己なり、大学の授業を手伝うことになる。 毎年 11 月に教育実習を控えた 2 年生を対象とした授業に、臨床的技術習得のため患者自身の気持ちや体験を話している。絶えず新しい患者を含め、片まひ希望の会から 4 名が参加して、学生たちに話をするとモチベーションが上がる。「大学の授業に参加することによって社会と繋がる。障がい者自身も変わっていくことができる。いつか、地域でも、話をする場ができればいい、そうすれば、もっと地域ともかかわっていくことができるのではないか」と話してくれた。

3年前、現在の訪問リハビリの先生と知り合った。 それまで、いくつかのリハビリを試したが、なかなか、 健常者と同じようになろうという目標を共有してくれ るところはなかった。今は踵をまっすぐ着いて、右左 右左と安定して歩けること、正座で座ったりしたいと いう。「お風呂には、自分1人で湯船につかれるように なった。楽しいよ。」息子さん、娘さん夫婦は介護関係 の仕事に就いており、理解があり、車でいろいろなと ころに連れて行ってくれたりもする。奥さまと家族関 係に恵まれていると話す。「人生、人と人との巡り会い」 人との出会いを糧にして、妻沼さんの挑戦は続く。

(はこざき)

団体紹介

よこすか片マヒ希望の会

「障がいがあってもくじけず前むきに生きること」障がい者の自立支援を目的に会員それぞれが協力し合って、安全で安心な町づくりを考えたり、片まひに関する情報の発信をしています。



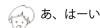


ぬまちゃ~~ん、トイレ貸して~~~!

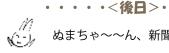
あ、のたろん、こんにちは・・って、すごい勢 いで行っちゃった



ぬまちゃんありがと~、また来るねーバイバーイ







ぬまちゃ~~ん、新聞読ませて!



あら新聞?珍しいわね。ここに5日分置いてある から自由に読んでね



助かる一!一昨日のテレビ欄を読もうっと



どうぞー・・って、何故一昨日のテレビ欄を・・



会いいたしましょう~

本日はここまで。また次回お

(小串滋彦)

ねぇ、沼ちゃん。サポセンって、市民活動サポート センターでしょ? それなのにトイレだけ使った り、新聞読んだり、ちょっと休憩したり。市民活動 をしてないのに使ってもいいものなの?



全然オッケーよ。トイレだけ借りられるとか、ちょっ と時間があるときに寄って休めるとか、そういう風に 気軽に入ってもらえるようにしているの。そうすれば、 市民活動自体に興味を持ってもらえるきっかけになる かもしれないし、いざ市民活動をしようと思ったとき にサポセンに来てもらえると思うんだ



なるほど! ぬまちゃん策士だね! 孔明も真っ青だ 他にも気軽に使えるよーって何かある?



そうだなぁ、キッズコーナーも利用票とか書かなく てもすぐに使えるよ。授乳室もあるしね



そうなんだー、のたろんもキッズコーナーで遊 ぶぅ!・・・って、おもちゃもビデオも何もない!!



あ、ごめん。今はコロナ対策でみんなしまってあるの



そうなのが。

その名も

「ねこ風呂ぜんざい」。

ネコ 面白 いいよ!のたろんゴロゴロ転がって遊ぶから!

 $\equiv (\omega)^{(\omega)} \equiv (\varepsilon:) \equiv (\omega) \equiv (:3) \equiv (\omega) \equiv (\varepsilon:) \equiv (\omega) \equiv (:3)^{1/12} \cong (0)$

ですね。 楽しみください といったところで、

をかたどった白玉団子を作って た風呂ぜんざい」。 その前に少し骨休めをして英気を養ってもらいたい おうと思います るという…可愛らしさ150 2月は「のたろん」 も大忙しの時期になりますし いそいそとレシピ動画と材料を確認して感じたの あぁ…お風呂はいいなぁ…癒されるなぁ これはもう作るっきゃ せっかくだし少しアレンジして 「のたろん」 しならぬ 『のたろん』 写真はのたろんジャ 「のた風呂ぜんざい」を作っち の声が聞こえて来そうな で作れるんじゃ ない! %のあったかスイー 「ぜんざい」 って感じです ーナルでお ない 「ねこ風呂 に浮か か?

ですね。 ぱりー うに 入ったり、 あったかスイー い日が続いておりますが、 して体を温めてますか? 甘 ホットココアやホッ やすいところです は冬場ならではの め 布団にくるまったりしますけども、 甘党です。 0 寒さに負けないスイーツの模索が ツも捨てがたいところです 休 皆さんは寒い時ってどのよ が 「あったかス

チョコレー 甘党的

1

やっ

に

は

和



第 12 回

の

サポセンスタッフ 2022 年の抱負 今年こそ手帳がうまく使 えるようになりたいです 月に1度のトレッキングで 運動不足を解消します! 0 元気でいたいわ~ 週に1回休肝日 0。 目指します! スマホマスタ ずばり!今年は キノコ狩りに 歩きますよ~ 行きたいな 00

サポセンは、福祉、まちづくり、文化、環境、国際、災害救援など、 あらゆる分野の市民活動をサポートする施設。 通常 9 時から 22 時、土日も開館。印刷や打合せなどができます

- ◆サポセン情報発信サイト「のたろんジャーナル」
- $\triangle E \times JV$ info@yokosuka-supportcenter.jp
- ◆サポートセンターのホームページ 「のたろん Web」は "のたろん" で検索♪

始まるわけですね、

毎度のことながら。

甘党として

また

またグーグル先生にレシピを探してもらっちゃ は楽しく作れるのがいいなぁ…と思いまして、

た。そしたらなんと…あるじゃないですか、

のたろん

5

いかがお過ごしで

甘党はお風

検索

情報誌「のたろん」新春号(通巻89号) 2022年1月1日 発行 横須賀市立市民活動サポートセンター

編集 指定管理者 特定非営利活動法人 YMCAコミュニティサポート 横須賀市本町 3-27 (京浜急行汐入駅徒歩 1分)

TEL 0 4 6 - 8 2 8 - 3 1 3 0

FAX 0 4 6 - 8 2 8 - 3 1 3 2

市民活動サポートセンターは、市民活動、ボランティア活動の打合せや作業、情報収集を 行なう施設です。ご利用の際は受付にて利用票のご記入をお願いします。