

【特集】

みんながいて、みんなが
みんながいて、みんなが



剣道と出会い、自信を持った宮澤佳佑さん
【山本剣道クラブ(杵原学校)】

宮澤さんは、3歳4カ月のときに発達障がいの
診断を受けました。

今月号の特集では、ちがいを強みにかえて、仕事
や剣道に打ち込む宮澤さんを紹介します。

みんなちがって、みんないい



顔立ちや身体の大きさ、得意なことや苦手なこと、みんな違うのが当たり前ですが、「周りの人と違う」ということに不安を感じるのはなぜでしょうか。地域で自分らしく暮らしている宮澤さんの事例を通して、みんながいきいきと暮らすことについて考えてみましょう。

● 問い合わせ／福祉課 障害福祉係 内線5714

”家族で発達障がいと向き合う“

宮澤 佳佑さん 23歳

自閉スペクトラム症、療育手帳B2(軽度知的障がい)

現実の受け止め

母 特徴を初めて指摘されたのは1歳6カ月児健診のときで、「言葉の遅れが気になる。」と言われましたが、私は「男の子だし。」と聞き流しました。

その後の健診で、医師にアトピーの治療について相談した折に、言葉の遅れのことや泣き叫ぶことも相談すると、言語聴覚士(ST)を紹介され、言語のリハビリがスタートしました。3歳4カ月で発達検査を受け、「自閉スペクトラム症」(広汎性発達障がい)と診断されました。結果を聞いたときは車で大泣きしました。

ひまわりでの気づき

母 こども発達センターひまわり

に通いだし、遊戯室でまぶたを切ったことからです。病院で大泣きし、両親二人掛かりでも手当てができませんでした。

ところが、翌日、ひまわりで「①消毒、②処置…」と順番を絵で本人に説明していただくと、本人は一切泣かず大人しく処置を受けられました。本人に合わせた関わり方の必要性を感じました。

うまくしゃべることができない本人に母が伝えた3つのこと

①自分はいましゃべれない、と相手に伝えてから話す。

②お友達とトラブルになっても手を出さない(ケンカの原因を聞かれても、状況を正確に言葉で説明できないから)。

③困ったことがあったら、先生に

SOSを出す(SOSだけは言えるように)。

本人の良さを人に分かってもらうために、母が本人に教えた4つの言葉

- ①ありがとう(感謝)
- ②ごめんなさい、すみませんでした(反省)
- ③分かりません、教えてください(困ったとき)
- ④お願いします(周りの人に頼むとき)

本人 このことはよく覚えています。こう教えてくれたから、今、仕事でも言えるのだと思います。

小学校恩師との出会い

母 小中学校では、入学時にサポートブック(本人の特徴や対応方法を母なりに書いたもの)を学校に預け、学級と特別支援学級を行き来しました。6年生のときに一度、友人関係に悩み、休んだことがありました。翌日登校すると、先生は「あきらめてほしくない。負

けないように頑張ってほしい。」と励ましてくれました。

本人 嫌なことがあると、そのときの先生の言葉がよみがえってきます。今でもその先生とは電話で話します。信頼関係があるからこそ素直に先生の言葉を受け止められました。本当にいい出会いでした。

剣道、師匠との出会い

剣道を始めて14年、努力の甲斐あって四段を取得し、今は子どもたちを指導しています。

母 剣道は小学校3年生のとき、弟と見学に行ったのが始めるきっかけでした。師匠が本人のペースで稽古を進めてくれました。当時、物事に集中できるのは10分が限界でしたが、足さばきを延々と繰り返ししていました。途中で私が止めに入り、その後、両親の後ろで腕を噛む姿を初めて見ました。負けず嫌いで努力家の性格から、本人は必死でした。

師匠 剣道を始めるとき、学校の先生には「とても無理。」と言われたのですが、私は諦めませんでした。その思いが通じてか、その先生は2〜3年間ほぼ毎晩、稽古を見守ってくれまし

た。なかなかできることではないので感動しました。彼の成長が私自身の指導の自信につながり、子どもは一人ひとり違うと実感しました。彼の剣道はキレがあり、飯田下伊那で同年代ではトップクラスのスピードです。毎日素振りを徹底的にやり続けた、彼の努力の賜物です。彼は教えることが得意で、今では子どもたちの指導者として、基本に忠実に指導してくれています。

本人 師匠や先生が理解してくれたから続けられました。



指導者歴50年の
山本剣道クラブ市村公勇さんと宮澤さん

高校から現在、温かく理解のある職場

母 高校は、社会に出るための力をつけるため、養護学校を選びました。そして、KOA株式会社に初めての障がい者雇用で就職できました。

本人 自動車やスマホなどに使われる電子部品(米粒より小さい)の出荷業務をしています。私の特性は上司や事務の方が理解してくれています。また、職場の皆さんは温かく、話しやすく、「困ったら言ってね。」と声を掛けてくれます。

私の採用から2年後にもう一人の障がい者雇用があり、今は同じ職場で働いています。

家族の絆

母 私が学んだことは、その子に合った環境でその子のペースで育てること、ほかの子と比べず、本人がやりたいことを親も勉強しながら応援すること、母親だけでなく、家族で支えることです。夫は発達検査などに立ち合い、弟は兄をサポートし、祖父母は私たちを温かく見守ってくれました。また、本人が自立できるよう、い

ろいろなところと一緒にいき、いろいろなことを一緒に見聞きして経験しました。

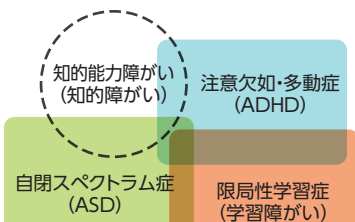
弟 兄は尊敬できる存在で、大切な家族です。兄がいてくれたから、自分も明るくなれました。剣道のこと、日常のたわいないこと、相談したいこと、お互いに何でも話します。

本人 家族をはじめ、私の周りの方々に感謝しています。たまたま障がいがあっただけだと思っています。私は、私より剣道の才能があつて、なんでもうまくできる弟を褒めるようにしています。以前は弟が私より剣道が強いことが悔しかったのですが、自分は自分と切り替えられるようになりました。周りの人と比べると、自分を出せなくなりそうですから。



発達障がいとは

脳機能の不具合によって引き起こされる、生まれながらの特性です。図1のように、主には3つに分類されますが、2つ以上の発達障がいを併せ持つケースや知的障がいを伴うことがあります。



【図1】

原因は

はっきり解っていませんが、遺伝的要因と出生前の環境的要因の両方が関係しているといわれています。決して、親の育て方や本人の努力不足が原因ではありません。

”最近よく耳にする「発達障がい」

該当する児童生徒の人数は

令和3年度に長野県教育委員会が実施した調査によると、県内の小中学校で発達障がいの診断・判定を受けている児童生徒は、9,432名(全体の6.12%)です。



本人に与える影響は

社会の無理解や周囲の誤解が原因の不適切な対応によって、不安や気分の落ち込みで心の健康を崩してしまう方が多くいらっしゃいます。



大切なことは、「みんなちがって、みんないい」の気持ちで、その人らしさを認めることができる地域社会に向かうことです。

多くの人にとっては「普通」と感じることも、感覚過敏の特性を持つ人は「耐えられないほど大きな音、目をそむけるほどまぶしい光、逃げたくなるほど強いにおい、刺されるくらいに冷たい水」と感じることもあり、身を守るための動作をします。
どのような工夫をすると過ごしやすくなるのか、一緒に考えてみましょう。



外出先で 目をつぶる、耳をふさぐ行動

なぜ親は厳しく叱らないんだ！
しつこいしつこいのか！
かんしゃくの最中に叱っても言い聞かせてもひどくなるだけです。周りの人は「そのうち治まるだろう」と、そっとしてくれると、本人も家族も助かります。少しの時間待ってあげることが多い、早く混乱から抜け出せることが多いのです。



買い物中に かんしゃくをとめない親

▼やむを得ない事情がありまして...▲
誤解されていることが多いです。いろいろな人がいること、まずは知ることから始めましょう。



いっしょに子育て、地域の身近な相談役

保健課 保健指導係 (☎0265-22-4511 内線5534、各自治振興センター保健師)

乳幼児健診のほか、市の保健師が身近な相談役として、子育ての悩み事、お子さんの運動発達、言葉の成長など気になることの相談もお受けします。

こども家庭応援センターゆいきっず 発達相談 (☎0265-22-4511 内線5345)

言葉の発達、遊びの発達、人との関わりの発達でお困りのこと、ご心配なことがありましたら、専門的に相談をお受けします。

こども発達センターひまわり (☎0265-23-6097)

地域でいきいきと暮らせることを目指し、一人ひとりの状況や要望に合わせた発達支援を行います。個別相談、グループ活動、保育所・認定こども園や学校への訪問を通じて、さまざまな職種によるチームで支援します。

教育委員会

- **こども家庭応援センター就学相談** (☎0265-22-4511 内線5342)
子どもの発達や教育で特別な配慮を要する児童生徒の支援に関する相談に応じます。
- **学校教育課 教育相談** (☎0265-22-4511 内線3721)
児童生徒の生活や学習に関する不安や悩みの相談に応じます。

福祉課 障害福祉係 (☎0265-22-4511 内線5715)

福祉サービスの利用や各種手当の手続きの窓口です。

(例) 小学生から高校生を対象に、学校の授業終了後や長期休暇に通う療育機能と居場所機能を備えた「放課後等デイサービス」が飯田下伊那に21カ所あります。

飯伊圏域障がい者総合支援センター (☎0265-24-3182) ※市の委託

18歳以上の方の発達障がい相談窓口



相手の表情や遠回しな表現をうまく理解できない特性がある場合は、人との距離が近すぎたり、嫌がられているのに気づかなかったりすることもあります。本人には悪気はなく、わからないだけ、ということが多いです。暗黙のルールでなく、遠回しではない言い方で伝えると良いでしょう。

わざとやっているのか!?

～人と一緒にいるときに～
思ったことをすぐ口に出してしまう、空気が読めない人

デジタル体験会inエス・バード デジタルを身近に



人工知能(AI)の世界を体験



レーザーカッターでコースターに絵が描けたよ
「デジタルの日」に合わせ10月2日、デジタルテクノロジーの体験会をエス・バードで開催しました。参加した市内の小学生とその保護者は、人工知能(AI)による画像認識のプログラミング体験や、デジタルものづくりに挑戦した後、エス・バード内の実験設備を見学しました。参加者は「デジタルならやりたいことができる!」とイメージが膨らみました。

長寿企業等顕彰 長年の地域貢献を顕彰



顕彰式典に参加された皆さん

市では、地域経済のさらなる発展に向け、長年にわたって事業を続ける市内の企業や団体などを顕彰しています。今年度は創業40~150年の10社をたえ9月30日、ムトスぶらざで表彰しました。

北田遺跡公園 縄文時代復元家屋改修



記念碑の除幕をした上久堅小学校6年生の皆さん

上久堅地区の皆さんが管理する北田遺跡公園では9月10日、改修した縄文時代の家屋が披露されました。この家屋は中に入ることができ、約4,500年前の暮らしぶりを思い浮かべることができます。



遠山郷でフィールドスタディ エコ・ジオの魅力学ぶ

子育て環境グループは竹灯籠作りに挑戦
学輪IIDAの企画によって、遠山郷の自然に着目したフィールドスタディが実施されました。大学生と高校生との共学によって進められ、参加した学生は、持続可能な社会の実現に大切となる考え方、取り組み方を探りました。

フィールドワークでは4グループ(観光産業、ジオツーリズム、下栗と暮らし、子育て環境)に分かれ、地域の皆さんと活動しながら、地域資源の価値や活用方法を現地で学びました。



上村のどんぐり隊(後列)の皆さんと

城下町飯田と飯田藩 飯田の歴史を展示



長野県宝に指定された迫力ある「飯田城絵図」



長姫神社のご神体、堀親昌像を特別展に合わせ公開(10/15・16のみ)

美術博物館で11月6日まで、特別展「城下町飯田と飯田藩」を開催し、当時のまま残る絵図や古文書、堀家の宝物「千鳥香炉」など、普段見ることのできない歴史資料を展示。城下町から飯田大火を経て防災都市へと再生したまちの移り変わりを紹介しています。

令和四年度 市政功労者表彰

市政の各分野で顕著な功績のあった個人や団体を表彰する
市政功労者表彰式を9月30日(金)に行い、市長から表彰状、感謝状を贈りました。

表彰状を受賞された皆さま

※敬称略、順不同 ※匿名を希望されているお1人は掲載を控えております。

お名前	務められた職など
伊藤 昇	教育委員会の委員
加藤 良一	監査委員
藤本 勝	自治会長
篠田 仁宏	自治会長
木下 博史	区長以上の委員
渡邊 義昭	上郷公民館の館長
小澤 伸好	丸山地域協議会の委員
梅村 栄和	交通指導員
池田 健一	文化財審議委員会の委員
長谷部 三弘	公民館運営審議会の委員
中村 誠	上郷野底山財産区議会議員
小林 聖	環境審議会委員
関谷 邦彦	美術博物館協議会の委員
長谷部 優	学校薬剤師
久保田 秀文	勤労者の福利厚生に尽力
下平 勤司(故人)	東野地区のまちづくりに尽力

感謝状を受賞された皆さま

※敬称略、順不同 ※匿名を希望されているお2人は掲載を控えております。

お名前	ご協力くださった内容
株式会社 ウォーターエージェンシー	多額の寄附
鼎地区まちづくり委員会	絵画の寄附
木下水引株式会社	水引工芸品等の寄附
国際ソロプチミスト飯田	多額の寄附
株式会社 三六組	多額の寄附
谷口醸造株式会社	水引工芸品等の寄附
株式会社中京メディカル	医療機器の寄附
野原ホールディングス 株式会社	多額の寄附
特定非営利活動法人 飯伊学生防犯対策支援協会	防犯教材の寄附
有限会社水引工芸せきじま	水引工芸品等の寄附
綿半ホールディングス 株式会社	多額の寄附
宮澤 直人	松尾地区まちづくり委員会会長
安田 完爾	鼎地区まちづくり委員会会長
岩崎 守倫	上郷地域まちづくり委員会会長

受賞された皆さま

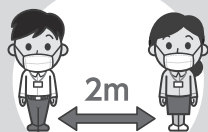
(当日の式典にご出席いただいた皆さま)







感染予防にご協力ください



人との間隔はできるだけ
2m空ける



できるだけ不織布
マスクを着ける



こまめに換気



手洗いと
手指の消毒



バランスよく食べ、
よく眠る

飯田市立病院 がん相談支援センター

がんと診断されて（診断前でも）心配なことや、
悩んでいることはありませんか？

がんの診断や治療のこと、治療費や仕事のこと、
不安で仕方ない…。

がんに関するさまざまな悩みに、専門の相談員
と一緒に考え、お応えします。

患者さんやご家族、どなたでもご利用できます
のでお気軽にご相談ください。

秘密厳守

相談無料



直通

☎0265(21)2010 平日 8:30~17:15

Vol.0022

市長室から

市長 佐藤 健

「前事不忘・後事之師」



もはや旧間に属します
が、8月に長野県市長会
総会が飯田市で開催され
た際、視察先に「満蒙開
拓平和記念館」を選びま
した。

当時国策として進めら
れた満蒙開拓の歴史を知
るにつけ、仮に自分自身
がその時市長であったな
ら、どのような行動・どの
ような態度を取っていた
か甚だ心もとない、といつ
も感じておりましたの
で、このような思いを他の
市長さんたちと共有でき
ればと思ったからです。

時あたかもロシアのウク
ライナ侵攻をはじめ国際
社会が不安定な状況とな
っており、結果的に時宜
を得た視察になったと思
います。

9月には、飯田市歴史
研究所主催の地域史研
究集会「満州移民と下伊
那から再考する」がオン

ラインで開催され、地元
のみならず全国から大勢
の方が参加されました。

私も一部を聴講しまし
たが、当時の世界情勢の
中でなぜ満州移民が行わ
れ、飯田下伊那から大勢
の人が赴くことになった
のか、その一端を知る機
会となりました。

終戦から77年、当時の
ことを知る方々が年々少
なくなる中で、歴史の教
訓を次世代に語り継ぐこ
とは、我々の責務である
と考えます。

そして、実際に体験し
ていない我々世代が語り
継ぐためには、資料や証
言、その調査研究の成果
を、単に「伝える」だけ
でなく、その場に身を置
いた自分を「想像し、考
えてみる」ことが大事な
のではないかと思います。

貴重な機会を得た、今
年の夏でありました。

学びの宝庫、飯田

～ 大学生からのメッセージ ～

No.94

飯田市の多文化共生

東洋大学社会学部1年

石川 ことはさん (埼玉県坂戸市出身)

5日間の東洋大学多文化共生フィールドスタディ研修では、さまざまな団体による多文化共生への取り組みを聞くことができました。全ての話で共通していたのは「話し合い、お互いを知ることが重要」ということでした。

外国籍住民と地域の人の関わりが薄いとお互いを知らないまま誤解をしがちですが、飯田市では日本語教室が大きな役割を担っていることが分かりました。日本語教室は、日本語を学ぶということはもちろん、積極的な交流会でお互いの文化を知る、地域の情報を知る、知り合いを作るなど、外国籍住民と地域をつなげる場所になっていました。また飯田市は、日本語教室を支援しているほか、民間団体は行政施策の検討会や会議、学校や教育委員会などの研修会に参加し、意見を述べる機会もあります。

飯田市は同じ多文化共生、多様性社会を目指す地域の諸団体と協働し、さまざまな立場の人の意見を受け入れる体制が整えられていることも地域の活性化を後押ししているのだと考えました。



先月の
牧内 萌さん(川路)
からのリレー



無趣味が趣味の私は、コロナ禍で増えたお家時間をスマホの動画を見ながらゴロゴロする毎日でした。

ある日、料理系の動画を見ているとそこには「お家で簡単手打ちうどん」なんて動画がありました。「小麦粉と塩と水だけでできるんだあ」と思いながら早速うどんを打つことに。「簡単簡単」と出来上がったうどんを食べてみると、これがなんとも微妙な味わい。

あまりの悔しさから休日は必ずうどんを打つようになり、今ではまあまあそこそこのうどんが打てるようになりました。

腕を上げて誰かに振る舞えるくらい上達したいです。

今がんばっていること

山内 宏さん(松尾)

毎月市民の皆さんに、

①私の健康法 ②感動したこと ③今がんばっていること ④まちづくりへの提言
以上の項目から選んで語っていただき、次の方にボタンタッチする「リレートーク」です。次はあなたの番かも…



水島透愛さん
(県中学校3年)

僕の中の「僕」と葛藤していく

僕は多重人格かもしれない。表には常に①の僕がいるが、裏にはたくさんの僕がいる。そこで困るのは夢だ。体は一つしかないなので、夢の数は限度がある。全員同じ夢なら楽だが、そうはいかない。

ある僕は「時計を修理する仕事をする。」と言っている。しかし、もう一人の僕はこう言う。「僕は将来作曲をしたい。」と。僕はどの自分で生きていけば良いかわからない。僕の本音はどれなのか。しかし、一つ明確に決めてある夢がある。

それは「できる限りたくさんの僕の夢を叶えること」だ。