

1995 年 8 月 10 日 第三種郵便物認可（毎週 1 回水曜日発行）

2022 年 7 月 19 日発行 SSKS 増刊通巻第 8531 号



つばさ なんばー
tsubasa N o.165

永フェスに向けて、
オリジナル曲の練習をしています！ ↓



↑
ふたりの心を合わせて叩く
八丈太鼓を生演奏します！

じりつすてーしょん
自立ステーションつばさは、どんなに重いしょうがいをもっている人も
その人らしい自立が実現できるように支援するステーションです。

だい かいながやま ふ え す て い ば る しゅつえん し 第23回永山フェスティバル出演のお知らせ



ねんぶ かいさいけつてい
3年振りの開催決定！！

じりつす てーしょん しゅつえん
自立ステーションつばさ出演！！



しやしん ねんど
※写真は2019年度のものです。

ひ ねん がつ にち ど
日にち：2022年9月24日（土）

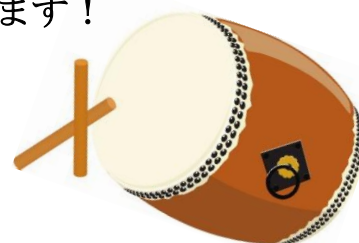
しゅつえんじかん ご ご じ ぶん ご ご じ ぶん
出演時間：午後1時50分～午後2時10分

しゅつえんばしょ べ る ぶ ながやまこうみんかん かいほ ー る
出演場所：ベルブ永山公民館5階ホール

たまし す おも たいこ りず む の うた
多摩市に住むしょうがいしゃそれぞれの想いを太鼓のリズムに乗せて歌にした
り、バンド構成によるオリジナル曲、また、障がい者差別解消法を沢山の方に知
って頂く為に作ったダンスや歌なども披露します！

ぼしょ やがいかいじょう かんせんしょうたいさく ため ほーる かいさい
場所がいつもの野外会場ではなく感染症対策の為、ホール開催となりました
が、その分いつもとは違う映像を使った新しい演出で発表します！

みな ぜ ひ こ
皆さま是非、お越しください！！



つばさ ボランティア、メンバー大募集!!

自立ステーションつばさはどんなに重いしょうがいをもっている、
その人らしい自立が実現できるように支援する団体です

自立の家

施設や親元から離れ、地域で暮らしたいと望むしょうがい者を対象に、自立生活の練習の場を提供しています。自立を望むしょうがい者大募集中!

まちづくり

バリアチェックや学校での講演会、防災への取り組みなどを行い発信しています。また、地域で生きていくための制度の実現など、行政への働きかけも行なっています。

つばさ生活塾

しょうがいしゃ運動の歴史や制度の勉強会、地域でのイベントなどを定期的で開催しています。一緒にしょうがいしゃの現状を学んでみませんか。

まいう

特別支援学校に通うしょうがい児が、幼いうちから地域社会に触れ、社会経験を広げて主体性を養い、卒業後の進路として作業所や施設ではなく、自立生活を選択できるよう毎日放課後活動をおこなっています。また宿泊体験も実施して自分で生活する練習を一人一人に合わせて取り組んでいます。一緒に活動したい若者、スタッフ募集中!

介護ボランティア

自立生活をしているしょうがい者の自宅での生活を、短い時間でもお手伝いください。経験がなくても大丈夫。見学もできます。興味がある方はまずご連絡ください☆

つばさ太鼓

しょうがい者とけんじょう者が太鼓の両面を叩きます。お互いの関係を深めていくための太鼓です。地域のお祭りなどにも出演しています。一緒に太鼓を叩いて交流しませんか? 練習見学歓迎!

自立ステーションつばさ 連絡先

《Tel & Fax》042-389-6491

《Mail》tsubasa@age.jp





だい だん せいかつじゅく 第5弾つばさ生活塾 きんせんかんり かんそう ～金銭管理～感想



がつ にち ずーむ せいかつじゅく かいめ かいさい
8月27日（土）zoomにてつばさ生活塾5回目を開催しました。

こんかい てーま じりつせいかつ かね
今回のテーマは自立生活をしていくためにはどれだけのお金がかかるかや、すでに
じりつせいかつ ひと まいにち かけいぼ しょうかい
自立生活をしているしょうがいしゃの人に毎日つけている家計簿の紹介をしても
らいました。

さんにん ひと しょうかい かね ちが さんか いただ しせつ
三人の人に紹介してもらいましたがそれぞれやり方が違い参加して頂いた施設
ひと じりつ ひと さんこう
の人や、これから自立をしようとするしょうがいしゃの人たちの参考になったので
はないかと思います。私も自立したばかりの頃は日々つけていたのですが、毎日
うご お いま かけいぼ かね じぶん
の動きに追われて今ではつけていませんが、家計簿をつけることでお金を自分で
かんり じぶん かね じぶん まも たいせつ あらた おし かい
管理すること、自分のお金は自分で守るという大切さを改めて教えてもらった回
になりました。

ひ せいかつじゅくぜん きしゅうりょう さんか みなさま
この日をもってつばさ生活塾前期終了となります。ご参加いただいた皆様あ
りがとうございました。後期は10月29日（土）2時から4時zoomにて『自分を語る
～多摩から宮崎へ！つながることは力になる～』と題してつばさで自立練習をし
て現所在地元宮崎でしょうがいしゃ団体を立ち上げ活動されている山之内俊夫さんをお
迎えして講演していただきます。詳細については次号の会報でお知らせします。
こんご じりつすてーしょん ねが
今後とも自立ステーションつばさをよろしく願いいたします。

ふだん かけいぼ
普段どうやって家計簿をつけ
ているのか、生中継で
しょうかい
紹介してくれました！



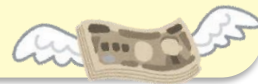
じりつせいかつ せんばい
←自立生活の先輩、
とみこ かけいぼ
富子さんの家計簿です！

ふじよし
藤吉さおり



以下、参加者の
皆さんからの感想です！

・今回は、かけいぼのやりかたをズームでしようかいました。お金のつかいかたもせつめいしました。かけいぼのつけかたは、みんなそれぞれちがいますが、しーちゃんのかけいぼ、りょうたろうのかけいぼ、みんなまいにちつけています。3にんのかけいぼは、おんなじではないとわかってほしいと思いました。（折笠富子）



・お金の収入、支出についての説明が分かりやすかったです。実際に家計簿をつけている人の話も聞けてよかったです。改めて勉強になりました。

（参加者Nさん）



・人によって生活保護でもらえるお金も変わってくとは思いますが、けっこうかつかつで、節約していくのが大事なんだなと思った。精陽学園の人たちの話をきいて、自分で自由に使えるお金はなくて、職員？先生？が管理しているときいて、自立していないとお金の感覚ってやっぱりつかみづらいなと思った。

（相澤誠）

・じりつしたときにひつようなおかねがイメージできた。せつやくしないといけないとおもった。むだづかいをしないで、おかねをためていきたいとおもった。

（神山来地）

・ぼくはかけいぼをつけていて、たかい、やすいなど物のねだんがわかるようになった。

これからもかけいぼをつけようとおもった。

（佐藤遼太郎）

・自立に必要なお金や、家計簿など管理のやり方について、ピンポイントで話をわかりやすく聞けるのは、とてもいいなと思いました。参加して下さった方々やつばさの若者も、自立生活って具体的に何したらいいのか、自立の練習では何をするのかイメージするためにも、こういった企画は大切だと思いました。また、金銭管理に関連して、必要だなと思ったことは実際に自分で買物などお金を使う経験です。本物のお金を自分で持って行き、いっぱいあって迷っちゃう商品から値段など見たりして自分で選び出し、初めて会う他人である店員さんとコミュニケーション取りながら支払いをする経験、ドキドキする緊張感、まわりの視線、残金で他の物が買えるか計画性や先への見通し、ときには失敗して買いたいものが買えない経験など。イメージしにくいお金の管理を、経験とリンクしながら、少しずつ段階的に学んでいく、日々地域社会の中でリアルな経験を積み重ねていくことがとても重要だなと改めて思いました。（瀧澤威晴）



かつどうほうこく 活動報告



はたけ び こまん なす
つばさ畑では、ピーマン、ナス、
きゅうりなどたくさん
しゅうかく
収穫できました！



3月

- 16日（水） 車椅子研修、嚙下研修
映像ミーティング
- 18日（金） 総会ミーティング
- 19日（土） 馬引沢ウォークラリー
- 21日（月） 生活塾企画 可山優零さん
「自分を語る～自立とは迷惑をかけること
迷惑は豊かにつながる」講演会
- 23日（水） 総会ミーティング
- 24日（木） つばさミーティング
- 26日（土） 新谷翼くん成人お祝いパーティー
- 28日（月） 総会ミーティング
- 29日（火） 20時間研修
映像ミーティング
- 30日（水） たいこ練習 @ ゆう桜ヶ丘



れんしゅう ようす
練習の様子



がくせい
学生さんに車いすで街中を自走
する体験をしてもらいました！



4月

- 1日（金） 外出企画 みんなでお花見 @ 多摩東公園
- 2日（土） つばさミーティング
- 4日（月） 法政大 講演会 打合せ
- 5日（火） 総会ミーティング
- 6日（水） たいこ練習 @ ベルブ永山
つばさミーティング
- 7日（木） 選挙の勉強会
- 9日（土） たけのこ堀り
- 12日（火） 法政大 授業の練習
- 13日（水） たいこ練習 @ ヴィータ
つばさミーティング
- 14日（木） 法政大 授業の練習
- 15日（金） 法政大 授業の打合せ
- 16日（土） つばさ生活塾第1弾
「藤吉さおり 自分を語る」
つばさミーティング
- 18日（月） 総会ミーティング
- 20日（水） 法政大授業 練習
つばさミーティング
- 22日（金） 法政大 三井ゼミ授業 講師
- 25日（月） 若者ミーティング
- 26日（火） たいこ練習 @ ヴィータ
- 28日（木） ハンドメイド作品作り
- 29日（金） ハンドメイド作品作り
ガーデンシティ オリエンテーション
つばさミーティング
- 30日（土） ガーデンシティ 準備





5月

- 1日（日） ガーデンシティ準備
ガーデンシティオリエンテーション
- 2日（月） ガーデンシティ ミーティング
- 3日（火） ガーデンシティこども祭り1日目
あつとたまセンター
@多摩センター
- 4日（水） ガーデンシティこども祭り 2日目
- 5日（木） ガーデンシティこども祭り 3日目
- 6日（金） 法政大 授業への参加
- 7日（土） 法政大 三井ゼミの打合せ
- 9日（月） 総会ミーティング
- 10日（火） 法政大 車椅子体験の下見
- 11日（水） つばさミーティング
- 13日（金） 法政大 三井ゼミ 車椅子体験
- 16日（月） 若者ミーティング
- 17日（火） パルテノン多摩 下見
- 18日（水） 法政大 三井ゼミ打合せ
- 19日（木） つばさミーティング
- 20日（金） 法政大 三井ゼミの打合せ
- 21日（土） つばさ生活塾第2弾
「人間関係づくり」
- 24日（火） つばさミーティング
- 25日（水） 法政大 三井ゼミの打合せ
- 26日（木） 多摩市役所とリーフレット作成の話
- 27日（金） 法政大 三井ゼミ 講師として参加
- 28日（土） 竹灯籠づくり @キッチンとまりぎ
第29回つばさ総会
- 30日（月） たいこ練習 @唐木田福祉センター



法政大学での
授業の様子



6月

- 1日（水） つばさミーティング
- 3日（金） 都立大 授業の練習
多摩市役所とP R動画作成の話
- 6日（月） 都立大 授業の練習
つばさミーティング
- 8日（水） 都立大授業 講師として参加
- 11日（土） たいこ練習
あつとこったかいとりこみゆにていせんたー
@乞田貝取コミュニティセンター
- 15日（水） つばさミーティング
- 18日（土） つばさ生活塾第3弾 「制度を学ぶ」
- 20日（月） 介護される体験
- 21日（火） つばさミーティング
- 29日（水） つばさミーティング
- 30日（木） 法政大 授業の打合せ

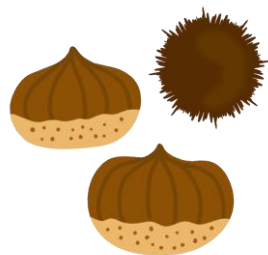
7月

- 2日（土） 市制50周年イベントの練習
あつとデーター
@ヴィータ
- 4日（月） パルテノン多摩
スタッフさんと打合せ
つばさミーティング
- 6日（水） 都立大インターンの打合せ
- 9日（土） 市制50周年イベントの練習
あつとデーター
@ヴィータ
- 11日（月） 法政大 授業のリハーサル
- 12日（火） 法政大授業 講師として参加
- 15日（金） つばさミーティング
- 16日（土） 市制50周年イベント練習
あつとべるぶながやま
@ベルブ永山
- 20日（水） 市制50周年イベントリハーサル
あつとパルテノン多摩
- 22日（木） つばさミーティング
- 29日（金） つばさミーティング
- 30日（土） つばさ生活塾第4弾
「インクルーシブ教育について学ぶ！」



1995 年 8 月 10 日第三種郵便物認可（毎週 1 回水曜日発行）

2022 年 9 月 21 日発行 SSKS 通巻第 8574 号



き ふ さんじょかい いん かつ
寄付・賛助会員となつていただいた方

ありがとうございました

まいつきみなさま かんぱ じりつ いえ い じ かつどう つか いただ
毎月皆様からいただいたカンパは自立の家の維持や活動に使わせて頂いておりま
す。つばさも設立から 28 年を迎え、少しずつではありますが、地域の皆様に知っていただ
ける団体となりました。今後とも変わらぬご支援をよろしくお願い申し上げます。

あ そ たいいちさま たけだまなぶさま とさか ゆ み こさま さいとうりよう じ さま
阿曾太一様 武田学様 登坂由美子様 斎藤 良 次様

ほりもとたろうさま え ば と さ ち こさま くろいともこさま い で と み え さま
堀本太郎様 江波戸佐知子様 黒井朋子様 井出富榮様

いしだいちろうさま お がわよしみちさま ながおかえいこさま な わ な つ こさま じゅんふどう
石田一郎様 小川喜道様 長岡栄子様 那波奈津子様（順 不同）

ほかたすう かつ き ふ いただ
他多数の方からご寄付 頂 きました。



へんしゅう こう き
編集後記

がつ はい あつ ひ つづ たいちよう きせつ お わたし
9 月に入っても暑い日が続き、体調が季節に追いついていない私です。

さて、き じ にもありますが、がつ か ながやまふ え す て い ばる ひら
記事にもありますが、9 月 24 日に永山フェスティバルが開かれます。

ことし ねん かいさい いま しゅこう か みな つた おも ちか
今年は 3 年ぶりの開催で今までとは趣向を変えて皆さんにお伝えしようと思っています。お近くに
お住まいの方はぜひお越しください。（藤吉）

へんしゅう ぱ そ こ ん
編集・パソコン

ふじよし かないまと あいざわまこと たかの
藤吉さおり 金井 誠 相澤 誠 高野さくら

はつこうしょ しょうがいしゃだんたい い きかんこうぶつきょうかい
発行所 障害者団体定期刊行物協会

とうきょうとせた が や く そ し が や
東京都世田谷区祖師谷 3-1-17-102

へんしゅう じりつ す て - し ょ ん だいひよう ふじよし
編集 自立ステーションつばさ 代表 藤吉 さおり

〒206-0023 たまし まひきざわ れすと ごう
多摩市馬引沢 1 - 1 6 - 4 レスト 9 6 1 0 2 号

でんわ あんどぶあつくす
TEL & FAX. 0 4 2 - 3 8 9 - 6 4 9 1

いー めーる はんか えん かいひ ふく
E メール tsubasa@age.jp 頒価 1 0 0 円(会費に含む)