

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^一
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！↓



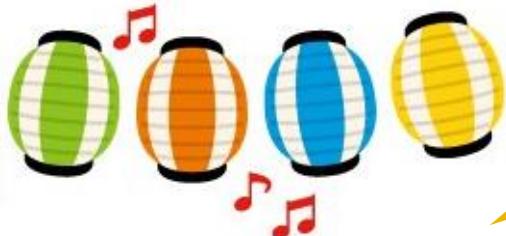
↑
ふたりで心を合わせて叩く
ハラ太鼓を生演奏します！

じりつすてーしょん
自立ステーションつばさは、どんなに重いしおうがいをもっていても
ひと じりつ じつけん
そのへ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。

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

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 かいさいけってい
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！！



※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 おもたいこりづむのうた
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
ぱんどうせい おりじなるきよく しよう しゃさべつかいしょうほう たくさん かたし
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
いただためつくだんすうたひろう
って頂く為に作ったダンスや歌なども披露します！

ばしょ やがいかいじょう かんせんしようたいさく 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
ぶん ちがえいぞうつかあたらえんしゅつはっぴょう
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あがいをもっていても、
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
たいと望むしあがい者を対象に、
自立生活の練習の場を提供していま
す。自立を望むしあがい者大募集
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

しあ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
に開催しています。一緒にしあがいし
やの現状を学んでみませんか。

まい

特別支援学校に通うしあがい児が、
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
行なっています。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

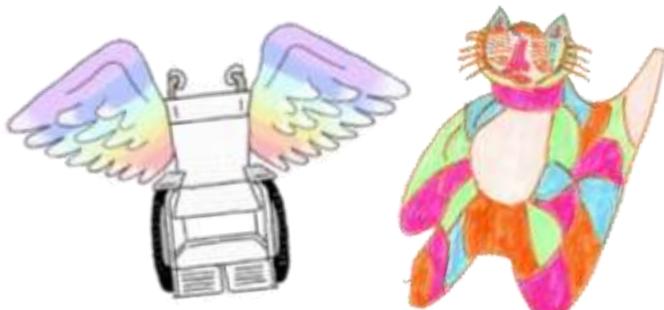
自立生活をしているしあがい者の
自宅での生活を、短い時間でもお
手伝いください。経験がなくても
大丈夫。見学もできます。興味があ
る方はまずご連絡ください☆

自立ステーションつばさ 連絡先

《Tel & Fax》 042-389-6491
《Mail》 tsubasa@age.jp

つばさ太鼓

しあ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！





だい だん せいかつじゅく 第5弾つばさ生活塾 ～金銭管理～感想



がつ にち ず一む 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 て一ま 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 かけいば 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。

さんいん ひと しおりかい かた 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 かけいば 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
たま みやざき ちから だい じりつれんしゅう
～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
げんざいじもとみやざき だんたい た あ かつどう やまのうちとしお
て現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
むか こうえん しょうさい じごう かいほう し
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お願ひいたします。

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



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



ふじよし
藤吉さおり

いかさんかしゃ
以下、参加者の
みなさんからの感想です！

・今日は、かけいぼのやりかたをズームでしようかいしました。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るとは思うが、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よなと思った。

（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。参加してくだ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いたい物などお金を使う経験です。本物のお金を自分で持つて行き、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と改めて思いました。（瀧澤威晴）

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



かつどうほうこく 活動報告



かつ
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ニ
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



する体験をしてもらいました！
学生さんに車いすで街中を自走



かつ
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 若者ミーティング
25日(月)	たいこ練習 @ヴィータ ハンドメイド作品作り
26日(火)	ハンドメイド作品作り
28日(木)	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
29日(金)	ガーデンシティ 準備
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 @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 三井ゼミに講師として参加
28日(土)	竹灯籠づくり @キッチンとなりぎ 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PR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 @乞田貞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

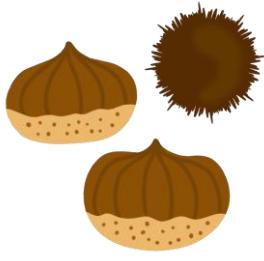
7月

2日(土)	市制50周年イベントの練習 @ヴィータ
4日(月)	パルテノン多摩 スタッフさんと打合せ
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 @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 @ベルブ永山
20日(水)	市制50周年イベントリハーサル @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ぼう！」



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 寄付・賛助会員となつていただいた方 かた



ありがとうございました

まいつきみなさま 每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、地域の皆様に知つ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ひ申し上げます。

あそたいいちさま 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 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 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 かた きふ いただ
他多数の方からご寄付頂きました。



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

きて、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
す かた こ ふじよし
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 かないまこと 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
発行所

しそうがいしゃだんたいていきかんこうぶつきょうかい
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 じりつすてーしょん 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

たまし まひきざわ
〒206-0023 多摩市馬引沢1-16-4 レスト96 102号

でんわ あんどふあつくす

TEL & FAX. 042-389-6491

いーめーる Eメール tsubasa@age.jp

はんか えん かいひ ふく
額価100円(会費に含む)