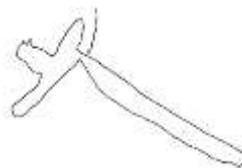




つばさ なんばー
tsubasa No.168



あけましておめでとうございます！書道^{しやうどう}で作品^{さくひん}をつくりました。

書道^{しやうどう}パフォーマンス^{ぱうおーまんす}のようすは

こちらのQRコード^{きーあーるこーど}を読みとってご覧ください！ →



自立^{じりつ}ステーション^{すてーしょん}つばさは、どんなに重い^{おも}しょうがいをもっている人も

その人らしい自立^{ひと}が実現^{じりつ}できる^{じつげん}ように支援^{るよ}するステーション^{しえん}です。^{すてーしょん}

ほんねん ねが
本年もよろしくお願ひいたします！

さくねん みな たいへん せ わ さくねんさいご だ かいほう
昨年も皆さんには大変お世話になりました。昨年最後に出させていただいた会報にも

けいさい かつどう なか であ たいせつ ひと わか
掲載させていただきましたが、つばさの活動の中で出会った大切な人とのお別れ

ころ なか たいへん おも きょうりよく あ ささ
やコロナ禍で大変な思いをたくさんしてきましたが、みんなが協力し合い、支えあって

かつどう かつどう はじ ことし がつ ねん め
活動することができました。つばさも活動を始めて、今年の4月で29年目になります。

かた であ たいせつ ひとり おお ちいき じりつ
いろんな方との出会いを大切に、一人でも多くのしょうがいしゃが地域で自立して、

さべつ かつどう がんば おも
差別がなくなるように活動をこれからも頑張っていきたいと思っています。

ねん しえん ねが
2023年もご支援いただけますようよろしくお願ひいたします。

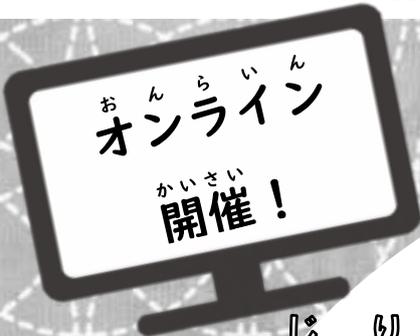


じりつすてーしょん つばさ だいひょう ふじよし
自立ステーションつばさ 代表 藤吉さおり



え ながおか
絵：長岡しづき

自立生活に関心をもっている重度しょうがいしゃが、地域で自立して生きるために必要なことを学ぶつばさ生活塾。すでに自立したしょうがいしゃが講師となって、介護、制度、人とのつながりなど様々なテーマで開催！



後期4回目！
つばさ生活塾

自立生活を実現する

パワーの源

～心のバリアをこえて～

今回は、自立生活を実現するために一番大切なものは何か、

重度しょうがいしゃのご夫婦の結婚・出産・子育てを描いた

ドキュメンタリー映像を観て、

交流学习を行います。原動力となるパワーの源を、

共に学び一緒に考えましょう。

自立に関心のある方はどなたでも参加できます、ぜひご参加下さい。

(予定していた内容を少し変更しました)

日時: 1月28日(土)
午後2時～3時30分

ミーティングID: 899 9026 7743
パスコード: 466928
リンク: <https://onl.la/t4fkWLK>



★字幕が必要な方や、ズーム参加が難しい方はご相談ください。

2023年の抱負

今年こそは喫茶店のことを
やりたいと思います

折笠 富子

つばさの代表になることです

わかもののサポートがしたい
佐藤 遼太郎

今年はずきぎのよう
に

飛び跳ねたいと思います
木村 英子

つばさのみんなと、旅行に行く

渡部 暖

写真を撮りに色々な場所
に

出かけた
神山 来地

つばさでの活動がんばりながら、

神宮球場に通う！
藤吉 さおり

りようをがんばります。

けんこうをがんばります。
長岡 しづき

食生活改善を継続・持続できる

ようにならざる
金井 誠

貯金をなるべくする

（飲みたくないのにお酒を飲まない）
池田 敦也

元氣澆刺

浅見 二加

白砂糖を控える・夜12時までには寝る・

車を買う
年男 清水 海斗

みんなで元気に子育て

黒田 香菜子

筋肉をつける

水上 由良

よく聞く、よく見る、声を出す

藤木 晴美

体重を8kg落とす

長澤 広太郎

貯金

細川 航平

急がずゆったり参ろうか！

小池 君子

健康に過ごす
 年女
 五十嵐 幸枝



健康に気をつかう
 石橋 明幸

思いやりの心を忘れない
 高野 さくら

安全運転を心がける！ 感染対策して若者と
 色んな場所に出かけたい
 相澤 誠

楽しさを追求する
 上村 麻美

脊柱管狭窄症を克服する！
 木村 雅紀

しかいをいっぱいやる
 渡邊 愛唯

自立の練習がんばる
 マラソンがんばります
 新谷 翼

コロナにひつかからない良い年に
 なるように願います。ラジウダサナーヤカ

心も体も元気である！
 村田 千夏

出来る限り遊ぶ
 佐々木 啓剛

今年はお前授業や生活塾に参加して、つばさのひと
 沢山関わる一年にしたいです！！
 藤原 日向

かかわった人の生活を豊かにできる
 ような介護を心がけます
 立花 秀斗

日々精進
 北村 有唯

社会人として仕事に専念
 したいと思えます！
 加藤 旺生

遼太郎さん・金井さん・暖さんと少しでもしたこと
 ないこと、したいことを一緒にしていきたい。
 末久 亮太郎

体重4kg UPする
 比護 大晴

はる とうとうせい
春から高校生！！！！！！

こんにちは!! ^{わたなべ}渡辺あいです!

^きつばさに来て5年たちました!

^{じりつ れんしゅう}自立の練習をしにつばさにきています!



^{こうこうせい}高校生になって^{がんば}頑張りたいことは、^{ふらわーでざいん}フラワーデザインです。

やりたくてきょうしつにいてさべつされました。とてもいやでした。

あたらしいきょうしつをみつけました。あたらしいところがみつかってよかったです。

いろんなところにいきたいです。^{でいずにーらんど}ディズニーランドにいきたいです。

まよってしまうのでいろんなおかしをたくさんつくりたいです。

これからも^{じりつ}自立のれんしゅうがんばります。



^{ちいき まつ}地域のお祭りや、クリスマス会で

^{しかい}司会をやる ^{あい}愛唯さん

ちゅうがっこう じゅぎょう おこな 中学校で授業を行いました！

お世話になっている大学の先生からのご紹介で3年ほど前から、川崎市の東橋
中学校1年生の総合学習の授業をさせていただいています。今年も10月31日か
ら11月28日まで連続で4回授業をさせていただきました。以下それぞれのグループ
に分かれての報告です。

● 身体しょうがいチームA

車いす体験をやりました。まだ中学校1年生と言うこともあるので小学生の気分が抜
けていない生徒もいるかもしれませんが先生から言われていたので、身構えていまし
たが話をちゃんと聞いてくれて良かったなと思います。3回目の授業の時に車椅子で
ライブ会場に行ったとき困ることと言う課題を与えて考えてもらったところ、大人で
は思いつかない事がいろいろ出てきて私も感心する意見が出てきました。
例えば…「ライブ会場に入る時、車椅子の人と歩ける人のレーンを分けて会場に入っ
ていけば一緒に来た歩ける人と一緒に入場することができると思った。」や
「ユニバーサルデザインタクシーが会場まで到着できるようにすれば良いのではない
か。」や「前回の話で藤吉さんが乗れるならジェットコースターに乗りたいたから駅から
会場までのジェットコースターで行けたら楽しいかなと思いました。」などユニークな

いけん まじ かんが ころな りもーと
意見も交えていろいろみんな考えてくれました。コロナのことがあったので、リモート
でおこなったり実際に学校に行き行って車椅子体験や、知的しょうがいの人たちと
こみゆにけーしょん と じゅぎょう く かえ なか せいと たち
コミュニケーションを取るなど授業を繰り返していく中で生徒さん達もしょうがいしゃ
たい いしき すこ か かん ほんらい ちい とぎ
に対する意識が少し変わったのではないかと感じました。本来であれば小さい時から
おな がっこう い じゅぎょう あそ けんか
同じ学校に行き行って授業をしたり、遊んだり、ときには喧嘩をしたりなどできたらもっと
もっとしょうがいに対しての先入観がなく過ごせるんではないかなと思いました。また
ことし じゅぎょう おも ねん くみ みな
今年も授業ができたらいいなと思っています。1年6組の皆さんありがとうございました。

た。(藤吉)



● 身体しょうがいチームB

このチームでは全4回のうち、自己紹介や、マッシュ食の説明、どんな介護が必要か伝
え、もし遼太郎さん、来地さん、暖さんが教室にいて一緒に授業をしたら、どん
な配慮があれば一緒に授業を受けられるか？という課題を出して、みんなで話し合っ
てもらいました。国語や美術の時間に必要な配慮、移動教室や着替えがある場合はど
うするか？掃除を一緒に行うにはどうするか？など細かいところまでイメージしなが
ら、工夫をして発表してもらいました。

わたなべだん かんそう
●渡部暖 感想

こ どもたちの 発表がわかりやすかった。
かんが えてくれた 配慮が良かった。
じぶん はなし はうまく 伝えられたと思う。
しょうがいのある人と一緒に授業する、と
いうことを 考えてもらえてよかった。

さとうりょうたろう かんそう
●佐藤遼太郎 感想

ちゅうがくせい はいりよ よ
中学生の 配慮が良かった。こうい
う配慮があれば普通学校に行ける
かもしれないなと思った。暖と来地
と一緒にできて良かった。

かみやまらいち かんそう
●神山来地 感想

ちゅうがくせい はっぴょう
中学生の 発表はわかりやすかった。
こんかい ぜんぷりもーと じっさい い
今回は 全部リモートでしたが、 実際に行
って授業できればよかったなと思いまし
た。また 授業したいと思いました。



ぐるーぷ わ 4つのグループに分かれて、スライドを
つか 使って発表してもらいました！

ちてき ちーむ
●知的しょうがいチーム



ひびいたちばな^{ちてき}に^{ちーむ}行きました
せいかさんたちとこり^{ちてき}しな^{ちーむ}アールデー^{ちてき}を
しました

アールデーにおかれました
せいかさん^{ちてき}イン^{ちーむ}ビュウ^{ちてき}を^{ちーむ}おりました
イン^{ちてき}ビュウ^{ちてき}の^{ちてき}あはれ^{ちてき}せいかさん^{ちてき}が^{ちてき}せいか^{ちてき}さん^{ちてき}たち^{ちてき}の^{ちてき}ビュウ^{ちてき}を
はじめました

えん^{ちてき}アール^{ちてき}み^{ちてき}たり^{ちてき}も^{ちてき}じ^{ちてき}アール^{ちてき}み^{ちてき}たり^{ちてき}い^{ちてき}さん^{ちてき}な
ほら^{ちてき}ほら^{ちてき}アール^{ちてき}く^{ちてき}おりました

さいごの^{ちてき}せいか^{ちてき}アール^{ちてき}び^{ちてき}を^{ちてき}し^{ちてき}て^{ちてき}おりました

よく^{ちてき}お^{ちてき}け^{ちてき}ました

し^{ちてき}も^{ちてき}も^{ちてき}も^{ちてき}も^{ちてき}よく^{ちてき}お^{ちてき}り^{ちてき}か^{ちてき}す^{ちてき}く^{ちてき}お^{ちてき}け^{ちてき}ました

いい^{ちてき}もの^{ちてき}を^{ちてき}さ^{ちてき}く^{ちてき}ア^{ちてき}く^{ちてき}お^{ちてき}け^{ちてき}ました

せいか^{ちてき}さん^{ちてき}たち^{ちてき}に^{ちてき}か^{ちてき}ん^{ちてき}し^{ちてき}て^{ちてき}ア^{ちてき}

ほん^{ちてき}とう^{ちてき}に^{ちてき}あ^{ちてき}り^{ちてき}ア^{ちてき}ら^{ちてき}う^{ちてき}ご^{ちてき}ざ^{ちてき}い^{ちてき}ます

ちてき ちーむ
知的しょうがい



いんくるーしふいきょうくで
 ちやうがのこのふとにけんじよしやと
 しよりかいいしやの いっしょにまなぶきょう
 いくをおしえた。わたしがしやうがっこう
 のるねんのときにつくしきやうにはいりま
 した。わけられた。たいへんだった。
 わけるいみがわからなかった。
 ながあかしつき

ちやうがのせいがい
 まらぬのふかじようがじた
 いっしょにききようするのがいたのレ
 ほすたーがくりがいたのし
 むらつくりがいたのし
 ちやうがくせいがいまじめにちたからよった

あらやつばき
新谷翼



きふ さんじょかい いん かつた
寄付・賛助会員となっていた方
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 いし かつどう つか
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
いただいております。つばさも設立から29年目を迎え、少しずつではありますが、
ちいき みなさま し だんたい
地域の皆様に知っていただける団体となりました。
こんご か しえん ねが もう あ
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。

そえだよしあき とさかゆみこ はまのまさる さのしょうこ いたうひでこ
添田芳明さま 登坂由美子さま 浜野勝さま 佐野章子さま 伊東秀子さま
いわもとみさこ いかいみどり なかのざとしえ こばやしやすえ
岩本美砂子さま 井海緑さま 中野里利江さま 小林康恵さま

じゅんぶどう
(順不同)

へんしゅうこうき
編集後記

しんねん さくねんちゅう みなさま たいへん
新年あけましておめでとうございます。昨年中は皆様に大変
せわ ことし ころな ま うさぎ
お世話になりました。今年はコロナに負けないようにウサギの
ひやく とし おも ふじよし
ごとく飛躍する年にしたいと思います。(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

はっこうしょ
発行所

しょ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
編集

じりつすてーしょん だいひょう ふじよし
自立ステーションつばさ 代表 藤吉 さおり

〒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 ほんか えん かいひ ぶく
Eメール tsubasa@age.jp 頒価100円(会費に含む)