

## 第10回 中部ブロック電動車椅子サッカー定期大会



電動車椅子サッカーはバスケットコートで、直径50センチのボールを使い4対4で競技をします。ルールは、ほぼサッカーと同様です。電動車椅子の操作さえできれば行えるため、様々な障害をもった方が参加できる数少ない競技のひとつです。

現在中部ブロック（長野県・愛知県・三重県・岐阜県・静岡県・石川県・富山県・新潟県）には14チームが活動しています。今大会ではこの14チームがトーナメントで戦います。

### ◆連絡先

信濃医療福祉センター内  
第10回中部ブロック電動車椅子サッカー  
定期大会実行委員会委員長 木村 和彦  
☎ 0 2 6 6 - 2 7 - 8 4 1 4  
FAX 0 2 6 6 - 2 7 - 7 9 3 6

期 日	9月22日（日）
場 所	岡谷市総合体育館
開 会 式	午前9時10分
試合開始	午前9時50分

あまり聞いたことのない競技だと思えますがこの機会にぜひご覧ください。

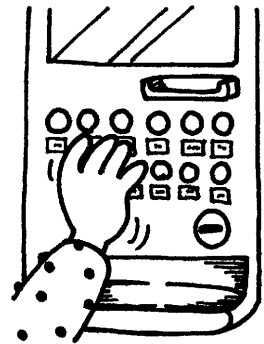


## 初心者対象 点字講習会 受講者募集!!

目の不自由な方からお話を聞いたり、簡単な点字を打ちます。  
お友達同士、親子で参加してみませんか。

期 日 10月12日、19日、26日（毎週土曜日）  
時 間 午後1時～3時  
場 所 岡谷市公民館 3号室  
定 員 15人  
受講料 300円  
申込み 社協まで ☎ 2 2 - 8 1 9 4 FAX 2 4 - 2 1 2 1

どこの公衆電話、  
自動販売機、銀行の  
キャッシュコーナーにも  
点字の表示があれば  
便利だけど！



## ふれあいの集い

～ぶどう狩りで

楽しいふれあいを～

障害者児と地域の方や、ボランティアと交流し、お互いの理解と親睦を深めましょう。

期 日 9月28日（土）  
時 間 午前9時30分～午後2時  
集 合 カノラホール前 午前9時30分  
場 所 土田園〔塩尻市〕  
参加費 1,000円〔入園料・昼食代〕  
定 員 130人  
参加費を添えて社協へ申し込みください。  
定員になり次第締め切らせていただきます。

## 障害者作品展

日 時 10月25日（金）午後0時～7時  
26日（土）午前10時～午後7時  
27日（日）午前10時～午後5時

場 所 岡谷市市民ギャラリー

中央町再開発ビル3階（旧おかや東急）

身障協会・手をつなぐ親の会・福祉作業所・こだま教室・革細工の会・諏訪湖畔病院グリーンハウス・ひだまりの家・希望の里つばさ等、障害者関係団体が障害者の自立と社会参加、生活訓練のために作った作品を展示・発表します。また、即売を行います。

大勢のみなさんのご来場お待ちしております。

ご協力よろしく申し上げます。





# ゼーダーと

## いつも一緒に

北沢とも江

盲導犬の食事やからだの手入れ、トイレの世話などは、使用者だけで行います。自分のパートナーのすべてを知っていることが、犬との信頼関係を強めるだけでなく、その日の健康状態や犬の気持ちなどを知る要因になるからです。

訓練を受けている協会の訓練方法によっても異なりますが、ゼーダーの場合は、食事は1日に2回、朝と夕方にドッグフードに水を200ccほど入れて与えています。

からだの手入れは、普段は熱いお湯で拭き、ブラッシングをよくします。月に1度か2度、シャンプーをします。ラブラドルは1年中毛が抜けていますが、特に春から夏にかけての換毛期には、毎日ブラッシングをしても間に合わないほど毛が抜けます。そのため、出掛けるときには洋服を着せています。人が集

まるところやタクシーの中では、なるべく抜け毛を落とさないようにマナーとして着せているのです。おしゃれで着せていると勘違いしている人が多いのですが、盲導犬との同伴を認めてもらうために考え出した、日本独自の申し合わせなのです。犬の方は余り喜んではいないように思われます。

トイレは、「ワンツー」という声かけをしないと排泄はいせつをしないように訓練されています。ウンチの場合は、トイレベルトというものをおなかに巻き付けてそこにビニール袋を取り付け、その中に排泄されるようになっていきます。ビニール袋はその都度使い捨てにします。

ゼーダーと出掛けるときには、小さな子どもを連れて歩くのと同じで、荷物がたくさんです。水や携帯用の食器、タオル、トイレの道具、敷物、洋服、長時間になれば餌えさも必要です。外出先で一番困るのはトイレをさせる場所です。ゼーダーは舗装された道路では決して排泄をしないので、草むらや砂利敷きの場所、土のあるところを探すのに苦労をします。

トイレといえば、人間の側にも苦労があります。水の流し方がトイレによって違うからです。足で踏む方式、レバーを下げる方式、ボタンを押す方式、センサーなど様々です。

これが憂鬱ゆううつとなつて、障害者の中には外出先ではトイレをしないという人が数多くいます。

最近は障害者用のトイレが多く設置されるようになりました。ゼーダーも一緒に入室できるので、私もよく利用しますが、この障害者用のトイレも水の流し方が様々です。私は、今までに3回ほど、間違えて非常用ボタンを押してしまいました。何か水の流し方がわかるような統一された表示があれば良いと思います。

盲導犬はロボットではありませんから、おなかもこわします。出掛けた先で下痢をしたり、電車の中で吐いてしまったこともあります。誰かのこぼした缶コーヒーの中身が、ゼーダーのダウンしている下にまで流れてきて、おなかが汚れたこともあります。そんなとき周りの人が教えてくれて、持ち合わせの新聞紙やティッシュペーパーなどを分けてくださり、ずいぶん助けていただきました。

その経験から私も外出するときには、新聞紙とビニール袋、多めのティッシュペーパー、そして、緊急に下痢を止めるための整腸剤を持ち歩くようになりました。外出は楽しいけれど、何が起こるかわかりませんから、決して気は抜けません。

## わたしたちの生活改善

日常生活の中で見栄や外見にとらわれなくて心のこもったお付き合いを大切に、古くから残る良い風習や伝統を受け継ぎ住みよいまちをつくりましょう。

### 改善事項その3（結婚祝いについて）

- ①披露宴の祝儀は1万円位とする。（会費制が望ましい）
- ②披露宴は出来るだけ簡素にし、料理は食べきり、引き出物（記念品を含む）などは廃止することが望ましい。
- ③衣装は華美にならないように努める。

### （その他一般のお義理について）

簡素に行い謝意は礼状で表す。

☆区や、隣組で申し合わせがある場合は、慣行どおりとする。

☆この改善事項は近親者を除くものとする。

岡谷市生活改善実行委員会（事務局・市社協内）

## 相談窓口のご案内

	開設曜日・開設時間	開設内容
①福祉総合相談	(月～金) 午前8:30～午後5:15	福祉に関するあらゆるお問い合わせを受け付けます。
②心配ごと相談	(月・金) 午前10:00～午後4:00	日常生活上困ったことや心配ごとに対して助言、援助を行います。
③ふれあいおしゃべり電話	(月～金) 午前8:30～午後5:15	ちょっとした悩みごとを聞いたり、話し相手として電話で受け付けます。
④ボランティア総合相談	(月～金) 午前8:30～午後5:15	ボランティアに関するあらゆるお問い合わせを受け付けます。
⑤家庭介護相談	(月～金) 午前8:30～午後5:15	介護をされていて困ること、わからないことに対し、助言を行います。

※①②は保健福祉総合相談室（市役所2階 ☎23-4811内線1268）で受け付けています。

※③④⑤は市社協事務局（市役所2階 ☎22-8194）で受け付けています。

## 結婚相談

開設場所・電話	開設曜日・開設時間	開設内容
岡谷市婦人の家 ☎22-4149	(水) 午前10:00～午後5:30	結婚相手を求めている方、ご相談ください。

☆秘密厳守 ☆相談料無料 お気軽にご相談ください。

- 福祉基金へ
  - 小口陽一様 田上文俊様 呉本公一様
  - 小口周一様
  - 美容室アドバンストヘアールアライズ様
  - 菊間流舞踊研究所様 中島英幸様
  - 童画館通り商業会様 竹村 純様
  - 宮澤一男様 武居哲彦様 林斗志幸様
  - 横川寿美枝様 花岡三郎様
  - 匿名1名様
- ボランティアセンター
  - ・使用済み切手
  - 岡谷図書館様 イルフ童画館様
  - 問下地区社会福祉協議会様
  - 勝目淑子様 関 静成様
  - おかのや会様
  - 匿名4名様
  - ・使用済みプリペイドカード
  - 中島善男様 宮下春雄様
  - ・車いす
  - (財)信越特定郵便局長協会
  - 特定郵便局長会岡谷部会様
  - 紙おむつ・尿とりパット
  - 小口茂治様 宮坂しづか様
  - 衣類・タオル・布団カバー
  - 匿名1名様
  - 宮坂しづか様

尊い善意をありがとうございました

平成14年6月1日～平成14年7月31日

# クイズ

だけの方、お子さんのス  
話題を募集しています！  
課まで。

お盆が過ぎたら、急に涼しくなりました。運動などするにはちょうどいいですね。ちょっと疲れたら、広報クイズで一休み。

## あなたに 挑戦！ No.202 広報クイズ

問1 イルフ童画館や駐車場棟を含めた中央町再開発地区の名称は何？

- 答え ①中央スクエア  
②オカヤスクエア  
③イルフスクエア

問2 東海地震の防災対策強化地域に指定された市町村はいくつ？

- 答え ①263 ②264 ③265

問3 平成14年4月1日現在の岡谷市の一般行政職員の平均年齢は？

- 答え ①38歳2月 ②39歳2月  
③40歳2月

ヒント…特集を読むと・・・。

### ◎前回の答え(8/1)と当選者

問1 - ③33回 問2 - ①1日  
問3 - ②10時

正解総数20通(応募総数22通)の中から抽選で、山田美和さん(長地柴宮3)、下酔尾純子さん(今井)、柳澤三和子さん(川岸上4)、大矢富子さん(山下町2)、小林敏子さん(本町2)に記念品をお送りします。

### ◆広報クイズ応募方法

はがきに、答えの番号、住所、氏名、年齢、電話番号をお書きになり、広報クイズ係《〒394-8510 岡谷市役所(住所不要)》まで。9月20日の消印まで有効。ひと言書きそえてくださると嬉しいです。(ひと言は15日号の「みんなの声」のコーナーへ掲載させていただく場合があります)

## 市民しポーター だより

古田幸子さんのナヨナヨレポート⑩

### 『ひよこの広場』



市民レポーター

ふるたさちこ  
古田幸子さん

二人目が産まれて、一人も二人も同じだろうとたかをくくっていたのが大間違い。また、上の子が幼稚園へ行き始めたので、余裕の生活に戻ってくるかと確信していたのが大はずれ。  
水ぼうそうなど流行の病気に片っ端からかかり、幼稚園どころか病院通いの毎日。登園できる日にはお便りをよく見て、手製の水でつぼつや、袋など持ち物を確認。忘れ物をすると子どもがかわいそうなのは、という圧迫で胃痛が走ります。仲良く兄弟で遊んでいるからと家事をすれば泣き声が聞こえ、遊んでいたおもちゃは片付けず…。飲食、おやつ、オムツなど全てに手がかり、その日の夕ごはんの間に合わないときさえあります。仕事を持っている方を見習わねばと鼓舞してみても、結局前記の繰り返しの日。  
長々と日ごろのグチになってしまいまし

たが、今回はそんな私のためになりそうなの「ひよこの広場」へ取材にでかけました。  
5月から始まった社会福祉協議会の子育てサロン事業ひよこの広場は、田中小学校内にある「ふれあいプラザ田中」で月2回午前10時～午後3時まで、3か月～3歳の乳幼児を抱える親子を対象に開かれています。協力員の方が紙芝居や絵本を読んでもくさり、いろいろなおもちゃや絵本もあり、とても良いと思いました。子どもを遊ばせようとか、お友達をたくさん作ろうといった目的で来ている方がほとんどですが、お母さん同士の会話を聞いていると、私と似たような状況で、取材よりも同志がいたことに満足して帰ってきました。  
育児に不安や悩みはつきものですが、私のように子育てに行き詰った方が「ひよこの広場」を相談の場として利用されると良いのではないのでしょうか。



## ヤングナウ YOUNG NOW

No.151



### 将来、自分のお店を持ちたい

せき ころい  
石 國磊さん  
(大栄町1)

市内中華料理店「湖苑」の  
コックさんで中国遼寧省出身  
の石國磊さん。(インタビュー  
は支配人の郭さんかくさんに通訳し  
ていただきました。)

👉 **お仕事は何年目?**  
「湖苑」では、4年目です。  
ここでコックをするために、  
那須のホテルで1年間日本  
人の口に合う中華料理を勉  
強しました。

👉 **中国でコックさんだった?**  
はい。中国のホテルでコッ  
クをしていました。料理は  
専門学校で勉強しました。  
中国には主に4つの料理が  
あり、「湖苑」は広東料理な  
ので勉強になります。広東  
料理は油が少なく、さっぱり

りしていて飾りがきれいで  
すが、難しいので1、2年  
では簡単に作れないです。

👉 **日本での仕事はどう?**  
一緒に働いている人たちも  
仲が良く楽しいです。ここ  
では自分の味が出せ、本格  
中華料理が作れますので、  
料理の腕が磨けます。仕事  
が楽しいので疲れないです。

👉 **休日は何してる?**  
よく諏訪湖へ散歩に行きま  
す。あと昔から金魚が好き  
で飼っていましたが、岡谷  
でも寮で水槽に飼って世話  
をしています。

👉 **将来の夢は?**  
料理の腕をもっと磨いて、  
自分のお店を持ちたいです。

### “秋の交通安全運動”

秋の交通安全運動が、今月下旬9月21日から30日まで行  
われます。私は運転もしますが、歩行者であることのほう  
が多いです。そこで、岡谷の全歩行者を代表  
してお願いがあります。

私の願いはとてもシンプルです。ス  
ロー・ダウン！（スピードを落として！）  
私は、大通りに並行する狭い道沿いに住  
んでいます。この道は、大通りが混んで  
いるときや、信号を避けようとする車の  
近道として使われています。ただ、ドラ  
イバーのみなさんは、この道は制限速度  
が30キロであることや、あらゆる年代の  
歩行者がたくさんいることを忘れてい  
るようです。小学校の児童は通学に、お年  
寄りたちはお買い物に、それぞれこの道  
を利用しています。私や妻が娘を保育園  
に連れて行くとき、必ずと言っていいほ  
ど、スピードを出しすぎた車がぎりぎりの  
所を通り過ぎて行きます。これは危険です！  
もちろん、私の家の前の道だけの問題ではありません。ま  
だ自動車が道を走る前から存在しているあちこちの小さな

道でこのような問題が起こっています。このような道は、  
かつて歩行者と荷車を牽いた馬のための道でした。自動車  
のための道ではなかったのです。今や歩行者は道の端に引  
かれた白い線の狭い内側へと追いやられ、時  
には排水溝の上や、壊れたコンクリートの上を歩かなくてはならなくなってしま  
いました。

自動車と人間は、安全に道を譲り合う  
ことができるはずだと私は思います。し  
かし、自動車には、スピードをせめて時  
速30キロ以下に落としてもらわなければ  
いけません。そこまで遅くすれば、排水  
溝やでこぼこがあるために、道の端を歩  
いていられない歩行者に気づき、止まる  
余裕ができます。また、ドライバーであ  
る私たちは、中央に線が引かれて2車線  
に分かれていない道は、もともと自動車  
のために作られた道ではないということ  
を意識するべきでしょう。私たちは、道の端  
を歩いている歩行者のために、例え時速40  
キロ制限の道であっても、30キロにまで落とすべきです。歩  
行者のみなさん！私たちの道を取り返しましょう！

## Hello! Everyone!

国際交流員の

エリック・リンドブロムです



No. 40