

地域共生社会推進全国サミットが、今年の11月に加賀市で開催されます。地域共生社会とは「誰もが住み慣れた地域で世代や分野を超えてつながり、生きがいのある暮らしをともに充実させながら、安心して暮らせる社会」のことです。障がいの有無にかかわらず、誰もが生きがいを持てる地域づくりについて地域住民の皆さんと一緒に考える機会にできればと思います。

『地域共生社会推進全国サミット in かが』

～ともに支え合う健康で心豊かなまちづくり～

【日 時】令和7年11月20日（木）21日（金）

【会 場】加賀市文化会館（山代温泉北部2-68）

【参加費】加賀市民、加賀市に在勤・在学の方は無料

※市外在住者は3,500円

【プログラム内容】

1日目：基調講演、加賀市の事例紹介など

2日目：特別講演、災害や若者のライフデザイン

子どもの居場所などをテーマにした4つの分科会

ご当地グルメや特産品が大集合するサミットマルシェも！



※2日間通じてパネル展示があります
(悠久あゆみ会も参画！！)

-発行にあたって-

「アーモンド」は、障がいのある方が住みやすい地域になるための体制を整備する事業の一つとして、地域住民の方に向けて発行する機関誌です。アーモンドの発行にあたり、インタビューにご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。心より感謝申し上げます。障がいとは何か、障がいのある方の生活や、必要とする支援はどのようなものをお伝えすることで、障がいに対する理解を深めていただき、障がいや病気の有無にかかわらず、皆さんのが生活しやすい地域になればと考えています。

発 行 元： 社会福祉法人長久福祉会
地域活動支援センターかが
(石川県加賀市百々町81番地1)
地域活動支援センター機能強化事業

発 行 日： 令和7年10月

問い合わせ先： 地域活動支援センターかが (担当：橋本)
TEL 0761-72-4545
FAX 0761-72-7030



「こころ」で観るプラネタリウム

今回は、全盲でありながら、プラネタリウムの解説を担ってきた木下真由さんにお話を伺い、プラネタリウムに懸ける木下さんの想いや、今後の夢などについて教えていただきました。

Q. プラネタリウムの解説員を務めようと思ったきっかけを教えてください。

まず初めに、現在、私は光を少し感じる程度で、両目とも見えません。一人で出かけることは難しく、家族や支援者の付き添いが必要です。家事はヘルパーさんに手伝ってもらっています。そのような生活になって約11年になります。そんな私がプラネタリウムの解説員を務めたきっかけは、山中児童センターのセンター長から「プラネタリウムの解説と一緒にやってみたい？」と声を掛けられたことでした。センター長は、児童センターに来た視覚障がいのある子どもたちにも、星空を伝えたいと思っていたときに私と出会い、「木下さんならどう伝えるだろう」と思ったそうです。私は、星空のことを何も知らなかったので、「私が良いのかな」「私が務まるかな」と思ったのですが、それよりも、「私にもできことがあるかもしれない」という期待と、嬉しさが上回り、すぐに「一緒にやりたいです」とお返事しました。



Q. プラネタリウムの解説員をどんな想いで務めていらっしゃいましたか。

自分自身が想像できないものは、みんなも想像できないと思うので、どんな言葉だったらみんなが「こころ」で星空を感じることができるかを考え、星空が見えなくても想像しやすいように、センター長と相談し、時計の文字盤を使って解説するなどの工夫をしました。

星空を目で、心で観ている子どもたちの「わー！」という声が、とても嬉しかったです。



Q. 今後の夢について教えてください。

昨年の能登半島地震により、山中のプラネタリウムが壊れてしまい、今はプラネタリウムが閉館しており、淋しい気持ちです。しかし、山中のプラネタリウムの活動を知った方から、移動式のプラネタリウムの解説のお誘いを受け、昨年は、大阪で移動式のプラネタリウムの解説を行いました。またぜひ山中の子どもたちにも星を感じてもらいたいです。

もう一つは、子どもたちが目の見えない私とかかわることで、小さい頃から自分が見えないとはどういうことか、よりリアルに知ってほしいです。そして、そこから何か気づいたり、感じてもらえたたら嬉しいです。



Q. 地域住民の方に向けてメッセージをお願いします。

周りの人の言葉や過ごす環境によって、自分自身の障がいの捉え方が重くなるし軽くもあります。私は生活の中で難しいことがたくさんあります。そんな時、地域の方には「一緒に何かできることはありますか？」という声掛けをしてもらえると嬉しいです。世界中には、いろんな方がいます。「ちょっと違う」と感じることに対して、自分では気づかないうちに、差別をしていたり、偏見を持っていたりすることがあると思います。それは私も同じです。一度立ち止まって、どういうことが差別や偏見なのか、身近なところから考えることが大切だと思います。そして、「みんなそれぞれ違う」ということ、「障がいのある方が地域にいる」ということが、当たり前の世の中にならほしいです。 -1-

「悠々あゆみ会」の活動紹介

皆さん、「悠々あゆみ会」をご存知でしょうか？聞いたことがある方もいらっしゃるかもしれません、この機会に改めて詳しく知っていただけたらと思います。

悠々あゆみ会とは

加賀市で生活されている障がいのある当事者の方の会です。「悠々あゆみ会」は「障がいがある人もない人も一緒に歩んでいこう」「障がいがある人も臆することなくどうどうと歩いていこう」という思いから名づけました。

月に1回集まり、余暇活動を通して楽しく交流したり、地域での暮らしやすさや障がい理解についての話し合いをしたりしています。

😊今年に入って、外出する活動を再開しました。今回は、4月と6月に行った活動を紹介します！

✿お花見✿

今年の4月は、みんなで大聖寺ふれあい広場古九谷の杜までお花見に行きました。桜はほとんど散っていましたが、久しぶりの外での活動でみんなの笑顔が印象的でした。

お昼は、加賀こころの病院のレストラン「こもれび」の美味しいお弁当を食べながら、交流を楽しみました。

お弁当には、からあげや炊き込みご飯が入っていて、美味しかったです♪



久しぶりの外出する活動で、新鮮でした。お弁当を食べた後は、今年1年間の活動のスケジュールをみんなで考えました。

普段は、加賀市市民会館で、ニュースポーツやプラ板遊びなど楽しい活動を行っています♪



悠々あゆみ会ではメンバーを随时募集しています。

毎月第3土曜日に活動を行っていますので、気になる方は、お気軽にご連絡ください。まずは見学だけでも可能です😊

問い合わせ先：0761-72-4545
地域活動支援センターかが（担当：橋本）

🚌バスに乗ってユトリ珈琲へ🚌



😊 6月は、みんなで北鉄バスに乗って、ユトリ珈琲に行きました♪目的は3つありました。

- ① みんなで楽しく、美味しい物を食べよう！
- ② 自分たちもお互いのことを知り、支え合おう！
- ③ 地域の皆さんに楽しく活動していることを知ってもらおう！

行きは大聖寺駅から加賀温泉駅まで、帰りは加賀温泉駅から大聖寺駅まで、自分たちで時刻表や乗車料金を調べながらバスに乗りました。障がいの種別は様々ですが、一緒に外出することで、みんなそれぞれが新しい気付きを得ることができたのではないかと思います。

今回は、参加された方に、感想や地域住民の方に向けたメッセージをいただきました。

車いすがバスに乗れることを初めて知りました。

自分としては、視覚障がいがある中で、運賃や行き先が書いてある電子掲示板が読めず不便でした。

障がいのある方が、バスに乗ること自体少なく、障がいがあってもバスに乗れることが地域で認知されていないのではないかと思います。そのため、運転手の方に色々な確認をするのは勇気が必要で、当事者にとっては精神的な負担になると思います。

また、障がいがあろうとなかろうと、一人ひとり心配なことや難しいことがあると思います。障がいの有無にかかわらず、みんなが自分らしく生活できる地域になればいいなと思います。

私たちは、生活の全てに助けが欲しいわけではなく、障がいがある私たちも地域で生活しているということを温かく見守って欲しいです。

色々な悩みを抱えている障がいのある方は、よかったら一度悠々あゆみ会に来て、話をしてみませんか？

中出 篤志さん

みんなで、バスでユトリ珈琲に行って、楽しかったです。バスには初めて乗りました。乗れたことで自信がついたし、また行きたいなと思いました。

身体の不自由な方は、バスに乗るのも大変なんだなと思いました。身体の不自由な方がどこか出かけようとは思いにくいと感じました。また、勇気のない人は、周りにどう思われるかが怖くて、障がい者手帳を出せないのではないかと思います。

普段、特にスーパーで買い物をしているときに、地域の方は優しいなと感じます。店員の方は丁寧に対応してくださるし、お客様も優しい目を向けてくれているように感じます。

ただ、たまに、障がいのない地域の方と距離を感じことがあります。障がいがあるからといって、特別な存在ではないので、自分と同じ目線で接してほしいなと思います。ありのままの自分を受け入れてほしいなと思います。



M. Mさん