



特定非営利活動法人京都市肢体障害者協会
理事長 木下文男

新年あけまして
おめでとうございます

平成28年の新春を皆様と共に迎えることが出来て嬉しく思います。

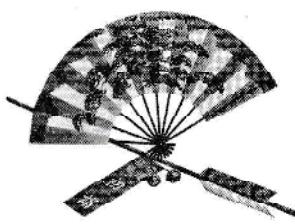
昨年より当協会員の減少と高齢化による新旧の役員の交代により、副理事長を中心とした担当者のご尽力により、運営が出来ています。

さて、平成28年4月1日より、障害者差別解消法が施行されます。この法律は、障害を理由とする差別の解消の推進に関する基本的な事項や、国の行政機関、地方公共団体等及び民間事業者における、障害を理由とする差別を解消するための措置などについて

平成28年の新春を皆様と共に迎えることが出来て嬉しく思います。

昨年より当協会員の減少と高齢化による新旧の役員の交代により、副理事長を中心とした担当者のご尽力により、運営が出来ています。

さて、平成28年4月1日より、障害者差別解消法が施行されます。この法律は、障害を理由とする差別の解消の推進に関する基本的な事項や、国の行政機関、地方公共団体等及び民間事業者における、障害を理由とする差別を解消するための措



定めることによって、すべての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現につなげることを目的とします。又、合理的配慮の基本的な考え方は障害者の特性や具体的な場面、状況に応じて異なり、外様かつ個別性が高く、相互理解が必要になります。

皆様のご支援、ご協力をお願いします。

特定非営利活動法人京都市肢体障害者協会

理事長 木下文男

新年を迎えて



発行日 平成28年1月1日
発行所 〒601-8321
京都市南区吉祥院
西定成町35
京都市洛南身体障害者福祉会館内
NPO 法人
京都市肢体障害者協会
TEL 672-3615
一部 20円

俳句

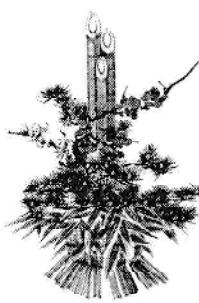
氏神の

石段数え

若葉

初詣

その他、飛賞に8名が選ばれました。和やかな雰囲気の中で事故もなく終了することが出来、体育委員ボランティアの皆様に感謝いたします。



フライングディスク大会

11月1日に開催しましたフライングディスク大会では準備など何かとお世話になりました。

障害者団体も高齢化して参りましたが、スポーツを通じてお互いが励ましあい、助けあいの精神を養い、福祉の向上を推進して参ります。

開催日時 27年11月1日
参加人数 74名

開催場所 洛南身障福祉会館

優勝 左京区肢体障害者協会
2位 南区肢体障害者協会
3位 上京区肢体障害者協会
4位 右京区肢体障害者協会
5位 山科区肢体障害者協会
6位 中京区肢体障害者協会
7位 伏見区肢体障害者協会
8位 下京区肢体障害者協会

1位 吉田 隆二（西京区）
2位 木下 文男（山科区）
3位 松本 美智子（右京区）
ブーピー賞 秋谷 幸枝（南区）
10枚 10枚 20枚 21枚 25枚 22枚 33枚 33枚

○個人戦

○団体戦

高齢者・障害者の方の住宅改修・一般リフォーム
福祉用具レンタル・販売

株式会社 千石

〒615-0922 京都市右京区梅津前田町62番地

TEL 075-864-4499

FAX 075-864-4488

URL <http://www.sengoku-kyoto.com>

徐々に晴れる絶好の日和となつた。今年もリフトバスを含む2台で、神戸方面に向かつた。

神戸には案外近くて1時間で到着。最初の見学地は白鶴酒造資料館。(菊正宗酒造より予定変更)。昭和40年中頃まで清酒醸造に使われていた本店1号蔵を改造して開設された。まず館内のビデオ館で白鶴酒造の歴史が上映された。別の部屋では昔ながらの酒造工程が保存されていて、等身大の人形が配置されていた。又2階には、昔ながらの酒造の多くの道具が展示されていた。その後、楽しみにしていた生原酒を試飲できるコーナーに向かい、幾つかを試飲してほろ酔い気分になつた。

次に向かつたのは防災未来センター。大きな建物が最初の印象。まず、20年前に阪神淡路大震災を体験された方々の語り部のお話を聞く。被災状況と先々に起こり得る震災に対する減災グッズの話。その後、四階のシアターでは特撮とCGを駆使して、大型映像と大音響で地震の凄さを体験。あまりの恐怖で耳をふさぐ人や映像を見られない人もおられた。3階では

に無事帰着。

今回は、今年からバス代が大幅に値上げとなり、それに付けて参加費も上がり、一方で当事者の高齢化で、参加者が大幅に減り今後の大きな課題となつた。

厚生委員 川端正彦

免疫力を低下させるいちはんの要因は、加齢ですが、それ以外にも、食生活、ストレス、環境状態などの影響で、高まつたり、弱まつたりします。

特に、ストレスの増大や、過激な冷暖房、有害物質による環境汚染など、免疫力を低下させる要因が増加していきます。

また、唾液のなかには、免疫力を高める成分も入っていますが、

れるシステム、その主役となるのが免疫細胞で、主に血液のなかの白血球に含まれていると医師から学びました。

この免疫系システムは、1日24時間休むことなく働いていますが、さまざまな要因でその力は変化します。

ぐに元気になり、軽い力で程度なら、自然に治る「回復力」があります。また、病原体や、ガン細胞をやつけて、身を守る「防御力」も備わっています。

この回復力や、防御力、すなわち、免疫力であり、こうした力を十分に発揮できるようコントロールするものが「免疫系」と呼ばれます。

よく「免疫力」が低下すると病気にかかりやすいといわれますがそもそも、免疫力とはどのようなものでしょう。

現代人の 免疫力は **低下気味**



が減って唾液の分泌量が少なくななるなど、免疫系システムをよい状態に維持しにくい状況にあります。日々の疲れがなかなか回復できないようだと、すでに免疫力が低下しています。

そのまま放つておくと大きな病気にもつながりかねないので、自分の健康管理はしっかりと管理し自分にあつた適度な運動と、バランスのとれた食事をして、新しい年を楽しく迎えましょう。

中島
巖

余り噛み碎く必要のない軟らかい食品や、加工食品を食べる事が増えたため、噛む回数

永年の信用・まごころのご奉仕

花火レポート

公益社

本社／京都市中京区烏丸通三条下ル☎(075)221-4000
フリーダイヤル☎0120-00-4200 <http://www.koekisha-kyoto.com>

◆ 舞 優 式 場 ◆	
北プライトホール	(堺川紫明) 京都市北区紫明通堺川東入ル (075)414-0420
中央プライトホール	(五条大和路) 京都市東山区五条通大和大路 (075)551-5555
南プライトホール	(堀川八条) 京都市南区堀川通八条下ル (075)662-0042
西プライトホール	(五条西大路) 京都市右京区五条通西太路西入ル (075)322-0042
山科プライトホール	(五条外環) 京都市山科区五条通外環状線東入ル (075)595-0042
烏丸プライトホール	(因幡薬師) 京都市左京区烏丸高辻南入東入 (075)315-7724
宇治プライトホール	(宇治横島) 宇治市横島町(京都文教大学前) (0774)20-0042
大津プライトホール	(大津駅前) 大津市朝日町(丘1丁目) (077)523-0042



10月15日 南区老連の文化芸能祭にコーラスやわらぎが出演しました。区老連の三浦会長は日頃から南肢体協の老人会「互楽会」に気を配って下さっています。その会長の「コーラス出てみないか」というお誘いに、私はすぐ「やります」と答えました。会場は龍谷大学響都ホール！伴奏はグランピアノ！観客は300人！

「ワーグー！」出る出るという感じです。曲は練習を重ねて自信をもつて歌える3曲です。車椅子の人あり、椅子に座る人あり杖の人ありできっと皆さんにはびっくりされるだろうと思い、歌う前に私達は障害者団体のコーラスですが楽しく歌っていますと、コメントしました。私も初めての大きな舞台でドキドキしましたが、本番に強くなりました。私も初めての大きな舞台でドキドキしましたが、本番に強くなりました。本当にすばらしいピアノ伴奏をして下さる藤原先生の伴奏に乗つて、17人の声がひとつになり会場に流れました。本当にうれしかったです。終つて舞台の袖に引き上げた時、良かつたヨ良かつたヨと声をかけてくれました。ロビーに出るところを受け付の人達が、コーラスの中で一

二つの祖国より

戦後70年が過ぎようとしています。正月にふさわしくない題名ですが、70年間平和に過ごせた事を祈念してこの原稿を書きます。社会派作家・山崎豊子の長編小説です。実話に基づいて書かれています。アメリカに生まれ、アメリカ人として育てられた日系2世たち。しかし日米開戦は彼らに残酷なことを教えてくれた。最近は我

番良かつたよと言つてくれました。創設以来6年、思いがけない発表の場を得て本当に良い思い出になりました。これからも皆で仲良く楽しく歌つてまいります。

森岡久恵



本当に生きるべきか、アメリカ人として生きるべきか？ロサンゼルスの邦字新聞（加州新報）の記者青年とその家族の運命を通して、戦争の嵐によって身を2つに切り裂かれながらも、愛と祖国を探し求めた日系人たちの悲劇を浮き彫りにする感動の物語です。アメリカへの忠誠を示すため、米軍兵士としてヨーロッパ戦線に散った末弟・そして、日本軍兵士として出征、次弟。自らも米軍少尉として南太平洋配属された長男は血を分けた弟と戦場で出会うことを恐れていた。戦争はこの一家の絆を引きちぎり、彼らのささやかな希望も夢も呑み込んで荒れ狂う。祖国とは何か？国を愛するとは何か？徹底した取材で描く衝撃的ドラマ！

東京裁判法廷に白熱の攻防戦が繰り広げられ、焦土の日本に判決が下る日も間近い。戦勝国と敗戦国、裁く者と裁かれる者いずれも我が同胞なのだ……：

私はこの本を読んで戦争は何も戦場で戦うだけではなく、人々の絆まで断ち切ってしまう事さえあることを教えてくれた。最近は我が國の指導者は憲法9条の一部を改正して同盟を結ぶようにしてます。一番の被害者は国民です。賛成多数で決めず、時間を掛けずに審議をするべきだと私は思う。しかし我が国は何もかも輸入に頼らなければならぬ宿命です。シーレーンを守らなければ何も輸入や輸出が出来ない。そこへ近隣諸国から挑発行為が出てきますので、無視する事が出来ない。他には色々有ると、思いますが。とにかく70年前の過去には戻つて欲しくはないです。

山科区 西 昭男

京仏壇京仏具・お仏具ご修復 ご本堂内装・お納骨壇

創業229年 お仏壇仏具づくりただ一筋に



京仏具

京仏具

<http://www.kobori.co.jp>

本店/〒600-8159 京都市下京区烏丸通り正面にある
フリーダイヤル0120-27-9595・FAX075-341-4128
Yahoo!ショッピング <http://store.yahoo.co.jp/kobori/>





右京区肢体障害者協会では、毎年秋に体幹機能訓練事業と社会見学を兼ねて日帰り旅行を行っていますが、日帰りで行ける範囲が行きつくして同じ様な所になってしまふので、今年は一泊の旅行にして少し足を延ばして見ようと言いう事になりました。

11月15日朝8時半、四条大宮バス停を出発。南ICより高速に乗り、途中2回の休憩をして轟山高原にて昼食となりました。轟山高原では丁度紅葉の見ごろと思つていきましたが、少し遅かつたようでした。でも日曜日であつたせいか多くの観光バスが止まり団体の多かつた事。

11月は蟹のシーズン山陰地方で

秋の体幹機能訓練事業



屋でエックリしてから各温泉に入り、ここは夕日が綺麗で有名なホテルでしたが、あいにくのくもり空で湯船に浸かりながら眺めは出来ませんでした。18時半から宴会に入り色々な料理とお酒に堪能しました。少ししてからカラオケが始まりましたが、歌の上手な人は最新曲を希望されますがあいにく通信カラオケで無く何年か前の曲ばかりでした。でも平均年齢からみると丁度合って入るのかも？大いに盛り上がった処でお開きとなり各部屋に戻り2次会をされ処もありました。

11月16日は絶好の行楽日和となり、出雲大社へ昨年式年宮が済んで少しは人出は落ち着いているかな？と思つていましたが中々？観光バスが次から次と来て案内をして頂く方も私達のペースには

合つてくれませんでした。縁結びの神様ですが男女の縁だけではなく色々な縁を願う處。皆色々な願い事やお札・お守りを買っていました。此の大社では参拝方法が他と違う事を教わりました。その後出雲勾玉の里見学や昼食・買物等をして皆、各バスの止まる処で買い物をされるので、下のトランクは一杯になっています。

出雲玉造ICから高速に乗り途中3回休憩を入れ19時頃京都へ帰着出来ました。予定ではもう少し早くと思つていましたが、平日なのに高速で渋滞に遭い少し遅れ迷惑をお掛けしました。最後お別れする時に皆さんのが喜んで頂き計画をした者にとつては喜んでいます。

右京区肢体障害者協会

不思因應体障言者甚多

に5年半かかり、980kg集まりました。皆様の善意でゲットした車椅子は京都市福西小学校に寄贈されました。次は車椅子代目にチャレンジしたいと言う希望でした。写真は渡部さんと寄付された車椅子。



仕事を探している若者諸君、 来たれ！

当事業所では、障害のある方で、働く意欲のある、実習や講習を受けたい方の登録を募集しております。事務所内には、ハローワークと同じ求人票もあり、ゆっくりと面接していくだけです。また、当事業所独自の講習会等も開催しておりますので、ハローワーク、ショップパークとの複も可能ですので、お気軽に御来所ください。

京都市障害者職業能力開発等支援事業所 (洛南身体障害者福祉会館 2階)

TEL/FAX 075-672-3615