

セルフヘルプグループ

明日に向かって共に支えあろう

皆さんは「セルフ・ヘルプ・グループ」という言葉を耳にしたことがありますか。それは「当事者会」とも呼ばれ、共通の問題や悩みを持つ人達が、共に支えあうために自主的につくったグループのことです。全国にネットワークができた大きなグループから、立ち上がったばかりの小さなグループまで、大きさも目的もさまざまです。今回は、町内にあるグループを紹介しましょう。

セルフ・ヘルプ・グループとは？

私達は、解決が困難な問題を抱えた時、同じ状況にある人達と語りあい思いを打ち明けあうことで、癒され元気づけられることがあります。患者会や障害者団体などに代表される「セルフ・ヘルプ・グループ」では、専門的な援助とは別に、こうした対等な関係の中での共感と情報交換が大きな意味を持ちます。あり

のままの自分を受け入れ新しい価値観を見出す手助けとなり、さらには、グループが社会に理解を促す啓発活動へと展開していきます。

セルフ・ヘルプ・グループには、難病や障害がある人達のグループ、薬物・アルコールなどの依存の問題を持つ人達のグループ、認知症の老人・自閉症や登校拒否の子どものサポート家族の人達のグループ、配偶者と死別するなど受け入れがたい境遇の変化を体験した人達のグループなど、多種多様なグループがあります。

町内にあるグループ

町内にもいくつかのグループが存在し、その内、今回紹介するグループは、社会福祉協議会（766・2525）の中に事務局を置き活動しています。昨年オープンした障害者福祉センターの設計にあたっては、各グループからの提案が生かされ、利用者が使いやすい施設になりました。



展示会に出展する絵を製作中(写真右上)ふれあい運動会で、ジャンケンゲームを楽しむ参加者達(写真中央)神戸ルミナリエを楽しむ父母の会(写真左下)



みんなで介護を考えよう
町介護者家族の会

家族の介護をしている人達が、より良い介護と介護する側の心の癒しを目的に2年前に結成しました。現在、会員数は55人。毎月第2水曜日(午後1時30分)同3時30分、社会福祉会館で例会を開催し、介護制度についての勉強会や介護用品の展示・介護の工夫などについての情報交換をしています。

9月には近隣の3市1町、ま

いながわ
松永 ひさみ 久保田 由美
特派員報告

ひとりで悩まないで

セルフ・ヘルプ・グループは、それぞれの問題に応じてその専門機関である教育相談室・保健センター・社会福祉協議会などで紹介を求めることができます。

また、ひょうごセルフ・ヘルプ支援センター（FAX078-452-3082）では、毎週月曜日の午前10時から午後4時まで、グループの紹介やグループの設立・運営に関する電話相談を行っています。

【町内で障害者相談会を実施】

毎月第4木曜日の午後1時30分から同3時30分まで、障害者福祉センターで身体・知的障害者の相談会を開催しています。同じ悩みを抱える各会の会員が、相談員となりアドバイスをしています。

また、共通する目的を持つ「手をつなぐ育成会」「身体障害者福祉会」「同父母の会」は、毎年障害者週間(12月3日、同9日)に、社会福祉協議会と共に街頭啓発活動を行っています。今年も同2日、ジャスコ猪名川店正面入り口で、地域住民に障害者への理解を深めてもらうための呼びかけを行う予定です。



た11月には阪神地区7市1町による「介護者家族の交流会」に参加するなど、他の会との情報交換にも積極的に努めています。

会長の林功さんは「誰もが必ず年をとり、介護の問題に直面します。現在、この問題を抱えていない人も、いつしよに勉強しませんが、12月14日の例会は川西市家族会と共に茶話会をします。初めての方も気軽に参加してください」と、話されました。

いきいきと元気に活動する

町内のセルフ・ヘルプ・グループ

暮らしやすい町にしよう

町身体障害者福祉会

33年前に結成した「町身体障害者福祉会」は、「同父母の会」「同聲陣(ろっあ)協会」を下部組織に含み、現在、18歳から80歳代の幅広い年代の90人が所属しています。会員達は、改正される障害者自立支援法などの勉強をしたり、医療や福祉などに関する情報交換をしています。また、サウンドゴルフや、毎年行うバスツアーで今年も明石大橋に行くなど、会員同士の親睦も深めています。

一方、障害者が日常生活の中で感じた不便の改善を、他の会と共に行政に要望してきました。日生中央駅前のアー

絵画作品を展示します 町手をつなぐ育成会

知的障害がある子ども達の幸せを願って、29年前に設立されました。現在、38人の障害者と、その家族が会員になり、生活の向上と自立を目的に活動しています。週1回の水泳教室の開催やバスツアー・県のスポーツ大会、また、町で行われるまつりやイベントにも積極的に参加し、ティーンズミュージックフェスティバルでは歌を披露する人もいました。「子ども達の自立のために、就労の場を見つけることと、グループホームを地域に設立することが目標です」と会長の奥西早苗さんは微笑まれました。

11月6日、「ふれあい運動会」を終え、午後から絵画製作に

取り掛かる会員達。テーブルに置かれた果物や花を、絵の具やクレパスで思い思いに描きます。これらの作品は、今月2日から同9日まで、中央公民館で開催する「いながわエイブルアート2005」で展示します。会では作品を多くの人達に見てもらい、障害者も町民の一員であることを知ってほしいと願っています。

まつりで地域と交流 町身体障害者福祉会父母の会

「同父母の会」は身体に障害がある子ども達が、地域で受け入れられ、いきいきと暮らしていけるようにという親の思いから、15年前に結成され、現在、会員数7人です。健康福祉まつり・ゆうあいまつり・いながわまつりでは、バザーや出店を行い、また活動内容などをパネル展示で公開し、地域の人達と交流を深めています。一方、阪神7市1町の連絡協議会では、養護施設をつくらうという運動にも取り組んでいます。

会長の織部良子さんは「障害がある人が、親元を離れても暮らしていけるような「自立の家」を地域につくってほしいです」と力強く語られました。

会では今月、神戸ルミナリエの美しいイルミネーションを見学に行く予定です。

後編集



11月6日にゆうあいセンターのドームで行われた、障害者達が参加する「ふれあい運動会」。そこには明るい笑い声と暖かい笑顔が溢れ、とても和やかな雰囲気でした。大きな

な困難を抱えていても、それを共に乗り越える仲間がいるから、皆さんすてきな笑顔なのではないでしょうか。今回紹介した以外にもさまざまなグループが存在します。改めて、人は支えあって生きているのだと感じました。

【いながわ特派員】