

## 『諦める』ってもったいない!



たつしる あやこ  
達城 あや子さん

芦屋市身体障害者福祉協会 会員  
お笑い英会話(身障協会/月1回)

### 『出来ない』を『出来る』に変える楽しさ

文字を認識できなくなってから、新聞や読書を諦めていた私が音声図書のことや広報あしやが音声で聞けることがわかるまで、4年もかかりました。私と同じようにいろんなことを諦めている方々もたくさんいるのではないかと、そんなつながりの空白部分を何とかできないだろうか、と思っていたところ、芦屋市身体障害者福祉協会(以下「身障協会」と言う。)からはがきが届き、会員の方々が積極的に活動していることを知りました。私にも何かできることがあるのではないかと思い、身障協会に入会しました。

英語が得意で、以前から、英会話の教室を開いていましたが、テキストの文字が認識できない状態になり、「これまでかな」と思っていた頃、身障協会で英会話のクラスや個人的に依頼をいただいたことで、英会話を教え続けることができるとみなさんに教えていただきました。活動を続けてきたからこそ、もらったプレゼントだと感じています。

「無理」「難しい」「できない」と言われていることを会の仲間と共に少しずつ埋めていきたいと思っています。

### 外に出ることが出会いのきっかけです



今後は視覚に障がいのある人に旅の情報や楽しく安全に生活できるような情報を発信していきたいし、障がいがあることで、英語が苦手になっている中学生がいたら、お手伝いをしたいと思っています!

私の場合は視覚に障がいがありますが、身体に障がいがあるということは、不安やあせりが常にあるということです。しかし、それを軽くしてくれる情報、用具、人との出会いも常にあります。

今していることを続けるため、してみたいことをあきらめないため、自分だけで考えないで、外に出ていくことが大切です!

### 目が見えにくい・見えない方々へ...

私でも何か  
できることないかな...

本が音声で  
聞けたらなあ...

スマホの使い方を  
教えてほしい

毎日の生活の中で『こんなことがあればいいのに』『これが簡単にできないかなあ...』と思ったことはありませんか。生活の中で役に立つ情報、楽しい情報をお伝えいたします。

何かお困りのことがあればお気軽にご連絡ください!一緒に解決まで考えます!

連絡先: 達城 あや子【お問い合わせ先 ☎(0797)35-5315】



# 第5回市民が創る福祉プロジェクト展を開催しました。

平成28年3月13日(日)に「認知症にやさしいわがまち芦屋」をテーマに市民が創る福祉プロジェクト展を開催しました。当日は73人の参加がありました。楽しい雰囲気の中で、認知症の予防に関するお話や脳トレを行い、認知症に関する理解を深めました。



お話「予防とこれからの認知症ケア」  
講師:伊藤 米美 先生



講話の後のリフレッシュ  
ラジオ体操



みんなで桜の花を咲かせよう!!  
みなさんの手をお借りしました!



認知症に効果のある脳トレ

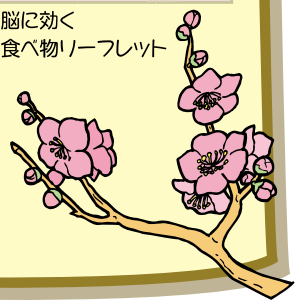


認知症に関する情報コーナー



桜が完成しました

脳に効く  
食べ物ノーフリート



## わがまちベンチプロジェクト ~1町に1台~

わがまちベンチプロジェクトは、まちの中にひと休みできる場所がほしいという市民の声を受けて、誕生したプロジェクトです。

様々な場所にベンチを設置することで誰かと声を掛け合うような地域のつながりをつくり、地域福祉を推進していく活動です。

この度、平成28年3月29日にあしや霊園内に2台のベンチを設置いたしました。

今後も「ベンチの里親」になってくださる方を募集しております。詳しくは下記アクションプログラム推進協議会までご連絡ください。

あたたかいまちづくりを  
お手伝いいたします。

### 編集後記

第4号のテーマ「男性の地域デビュー」では、地域で活躍する男性に焦点を当ててインタビューを行いました。地域の活動に目を向けると、お話を伺ってみたい活動、グループがまだまだあることが分かりました。そこで、今号は「地域デビュー」の特集第2弾として発行することにしました。

皆さんの身近にもある“こんな活動あるよ” “私たちの活動を紹介し

てほしい”というお声をぜひお寄せください。

地域福祉アクションプログラム推進協議会

TEL (0797)38-2040

FAX (0797)38-2160

メールアドレス [jouhou@ashiya-action.org](mailto:jouhou@ashiya-action.org)

みなさんの声  
お待ちしております!