



めむろ町民活動支援センター  
「ひと」が見える・「まち」が見える

# めむコミ

MEMURO COMMUNICATION

2024年秋冬号



vol.5

## 特集

見えにくい困りごとに  
寄り添いたい

### ◆リレーコラム

小林 弘美さん  
(ホッとルーム)

◆まちなか取材 とびある記  
新嵐山の今！  
活動団体取材レポート



ホッとルーム



猫のおうち



嵐山ハイカース



ピースネット・メモオロ

# 特集 「障がい」は個人にあるもの？ まわりにあるもの？

## 見えにくい困りごとに寄り添いたい

「発達障がい」は外見ではわからないため、周囲の誤解から、当事者や当事者家族が困っていることがあります。  
地域に住む自分たちがもつと理解していけたら良いのでは、と障がい当事者ではない住民が活動をしています。



イベント参加者には感想や想いを青いハンカチに書き記してもらい、最後にはそれを繋ぎ合わせて旗にしています。

「発達障がいのある人もない人も、安心して暮らせる芽室になったらいいよね」との思いから、町民有志によるグループが生まれました。  
その名も「めむろブルーハンカチプロジェクト」。

国連の定めた「世界自閉症啓発デー」と連動し、日本では厚生労働省が4月2日から8日を発達障がい啓発週間としてしています。この期間のシンボルカラーは「癒し・希望」の意味を込めたブルー。そこに「幸せの黄色いハンカチ」をかけ合わせてプロジェクト名としました。

4月の啓発週間にあわせて展示イベントやお話を開催、地域住民発信の活動として、町・子育て支援課の協力も得てきました。

発達障がいへの地域理解を深め、個人や地域が考える機会を作っています。

めむろ町民活動支援センター主催の講座で「良い話し合いの場を作る方法」を学んだ受講生が主なメンバーです。対話の場として開催した2022年の談話会が、発足のきっかけでした。詳細は下段へ。



プロジェクトのホームページはこちら▶



### 2023年 春

### 2022年 秋

▼プロジェクト発足のきっかけは、発達障がいをテーマにした談話会でした。ゲストに当事者家族として八嶋利永子さん※、当事者として三浦潤一さん※をお招きし、日々の出来事、学校や就労などの話を聴きました。地域の理解が広がるために何かできないか、思いが募りました。  
※4ページで紹介。



▼町の協力のもと、当事者、保護者の方々にアンケートの協力をお願いし、「日々のエピソード」、「こんなまちになったらいいな」、「みんなの夢」について尋ねました。回答いただいた内容は、芽室町のまちなかをイメージしてジオラマ風になりました。

▼作成した展示物は、4月の啓発週間にあわせて中央公民館に設置しました。談話会ゲストの八嶋さんから、子どもの発達特性に添う「便利グッズ」をお借りして展示しました。



▼展示イベント参加者に感想を書いてもらった青いハンカチは繋ぎ合わせて旗にしました。町の協力を得て、5月には庁舎前にて掲揚しました。7月には子育て支援課とも意見交換会を開催しました。



知らない事が多かったです。

人の話を聴くことで、気づけることがたくさんありました。

もっともっと一人一人のことを知りたい。

当事者、支援者の話も聞いた。生きづらさを抱えている人の思いを知り合える貴重な場でした。

ラベリングしないというのは発達障がいを持っていない人でも重要なことだと思う。

障がいについて触れてはいけないような空気や、知られたくないという思いがある。

価値観・理解は、人に押し付けるのではなく人から学ぶもの。知りたい人も、知ってもらいたい人も、自分から相手のことを学ぶこと、知ることが大事。

## めむろブルーハンカチプロジェクトのイベントに参加した人たちの声

これまでのイベントに参加した方から寄せられた声をご紹介します。地域の人、当事者、当事者家族など、様々な方が関心をもって集まっています。

※一部表現を編集しています。

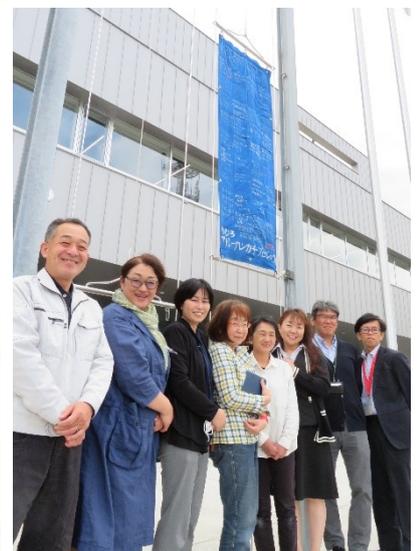


## 2024年春

▼5月には、今年初のイベント参加者の声を書かれた青いハンカチを繋ぎ合わせた旗をお披露目し、参加者同士で交流する場を開きました。興味をもった中学生・高校生も一緒に活動しました。

▼2023年と同様、4月の啓発週間に中央公民館で展示を行いました。

▼日ごろ発達障がいを持つ方の支援をしている前田司紗さん（シーグラスめむろ教室）、館盛隼人さん（障がい福祉サービス事務所オークル）から話を聞きました。参加者同士で「私たちにできることは？」「こんな町になつたらいいな」を話し合いました。



## 知ってよかったこと

めむろブルーハンカチプロジェクトのメンバーに、活動をとおして「知って良かった」と思ったことを伺いました。

**出かけ先**のスーパーで見かけることもある子どものかんしゃく。保護者の方が何もしていないこともあるけれど、それは**あえて何もしていない場合**も。「話す・触れるも刺激になるので、落ち着くまで待っている」「なんとか言葉で伝えようとしている」…そんな親子の成長の場面だと思って、そっと見守ることも大事だと知りました。(Kさん)



自分とは考え方が違うのかな…と思っていた人にも**様々な背景がある**と想像するようになりました。踏み込んで良いのか悩む話題でしたが、「知ってもらいたい」と思っている当事者や家族がいることがわかり、「知りたい」という想が強くなりました。一方で障がいを隠して暮らしている人にも出会いました。みんなが心地よく暮らすためには、障がいであるかを気にするのではなく、**お互いに少しだけ接し方の工夫**をすることが大切だと思います。(Tさん)

発達障がいの特性について、**周囲の理解があるかどうかで当事者の暮らしがだいぶ違う**ことを知りました。子どもたちは、いろいろな特性の子と一緒に学校生活を過ごしていることから、「イヤーマフをつけているのは大きな音が苦手だからだね」というように自然に受けとめています。大人の私たちも、そうありたいと思います。(Oさん)



## 知ってほしいこと

当事者ではない地域住民発信のめむろブルーハンカチプロジェクト。「他にない活動」と2022年の談話会ゲストは、今もプロジェクトとの関わりが続いています。ゲスト2人の活動について、紹介します。



最新情報はこちら

発達の気になる子どもの親の会  
**発達サポートHope** 八嶋 利永子 さん



芽室と帯広で、定期的に保護者の茶話会を開催しています。1人で悩まずに、どんな時でも誰かと繋がりに続けてください。



最新情報はこちら

地域づくりに向けた当事者・家族の会  
**SEEDとかち** 三浦 潤一 さん



当事者や家族に向けて、対等に思いを語り合う集まりを開いています。地域に向けては、障がいについて学ぶ場を開催。フィンランド発の軽スポーツ・モルックを取り入れた交流の場では、**当事者も地域の方も一緒に楽しみ、ともに過ごす機会**を作っています。

# リレーコラム

芽室にお住まいの〇〇さんから見える、芽室の“今”をご紹介します。今回は・・・



ホッとルーム  
部屋主・小林 弘美さん

## 子どもの選択を

## 笑顔で見守りたい

〇〇

私、「不登校」って言葉好きじゃなくて。

「不」って否定する言葉。学校に行かない選択をしただけで何も悪くない。

私も学校に行かない選択の二児の親だからこそ思うのです。どの選択であつても子どもは笑ってなくちやいかん！ 選択の理由は色々あれど、子どもたちの今！「こー！」は笑顔で笑っていて欲しいのです！

## 子どもの登校の悩みを話せる親のお部屋

『ホッとルーム』は第2金曜10:30-12:00、第4金曜18:30-20:00に中央公民館で開催。子どもたちのお部屋『ホッとルームJr.』は月1回不定期開催で、ものづくりなどの「お楽しみ」も企画しています。



ものづくりの「お楽しみ」も。この日はボールペンアート！

最新情報は  
こちら！



@HOTTOROOM.HOTTO.JR



だから『ホッとルームJr.（ジュニア）』は楽しい事にセンサーを働かせ、子どもたちと楽しむ事に全集中です！（笑）



バスケットボールで遊ぼう！



巨大しゃぼん玉で遊ぼう！

(町民活動支援センター主催「ぬくもり暮らし展」にて)

そりゃね、親だつて笑いたいですよ。でも最初は悩むんです。ずっと一生懸命なんです。時にしんどいんです。

だからこそホッととして自分に優しくして欲しい。頑張る自分も悩む自分も、みんなそのまままるっとOK♪

なんです。

疲れたらいつでも

立ち寄れる「ホッと

ステーション」(みんな

の停車駅)を目指して

これからもお部屋を

開き続けます。

お茶を飲みながら  
ホッ！



そして・・・子どもたちには笑顔であつて欲しい。子どもが見る親の顔は笑顔でありたい。

そう願つてそうなれない時も絶対にある。そんな時は「頑張ってるね自分♪」って自分を

抱きしめてあげましょうね。だつて本当に頑張ってるんだもの。

張ってるんだもの。

様々な道を通り過ぎてきた先輩たちとも、

元気スキルを伝授してくれるプロな方々と

も繋がる心強いお部屋。それがホッとルーム

です。

ひとりじゃないですよ。私たちがいます。

## 新嵐山の今!

暮らしの中にある地域の人と人との繋がりを、写真をとってお知らせします。今回は少し足をのびして新嵐山へ。4月から展望台と遊歩道が、6月から北側の一部エリアやフォーレストハウスが開放されました。

6月  
クリーン  
アクション  
プロジェクト  
for新嵐山



“楽しみながら環境整備するイベント”が町民有志によって6月に開催されました。代表の大塚玲奈さんが「官・民・地域の人たちが集まって、子どもも大人も一緒に、町の財産である新嵐山の魅力を再発見、再認識して、郷土愛を育むことができれば」との思いで協力の輪を広げました。(2024/6/16)



のらの会中司光子さんによるガイドツアーも。立派な水芭蕉を見ることができました。



拾った枝で作品づくりや、町内農業者・飲食店の協力を得て、焚火で焼き芋、ポップコーン、パンの提供もありました。



この日は日高山脈もくっきり見えました!

景色がご褒美!

9月  
嵐山  
ハイカーズ



土日は登山、自転車など、いろいろな方が訪れています。林の中を行くので、日差しも強風も避けて歩けます。

毎週土曜10:00に、新嵐山ふもとの南側駐車場に集合。集まった人たちで林道を歩き、12:30前には解散しています。事前申込不要、雨天中止、雪のシーズンはお休み。お気軽にご参加ください。※問合せ☎62-0413

(めむろ町民活動支援センター)

あ!きのこ!



# 活動団体取材レポート



## ピースネット・ メモオロ

代表・高橋浄さん  
☎090-6694-5763  
町民の戦争体験を聴き取り、『わたしの戦争体験記』発行、図書館貸出有



十勝の戦跡を調査した内容をまとめ、パネルにしています。そのパネルが第2次世界大戦について学ぶ芽室中学校3年生の授業で活用されました。大橋一博先生の「教科書に掲載されない身近な地域の話から実感をもってもらいたい」との思いから、コミュニティスクールコーディネーターへ相談、実現しました。会で保管している物品も展示しましたが、そのうちの1つがある生徒の曾祖父のものでした。生徒たちにとって、ぐっと身近に感じる機会となりました。



## アーリー アーチェリー

代表・成瀬あかねさん  
☎080-8808-0836  
月曜 19時～20時半  
(月2～4回程度)  
健康プラザ



伝統的な幅広い世代でトラディショナルアーチェリーを楽しんでいます。補助装置のない伝統弓を使い、歩きながら射たり、風船割り等、自由度の高いアーチェリーで、五感を研ぎ澄ます訓練になります。バランスの良い体幹づくり、姿勢改善、集中力を養う、ストレス緩和などの効果があり、自分のペースで練習できます。日本では珍しいスポーツです。1回子ども100円(夏季200円)、大人200円(夏季300円)で参加できます。初心者には弓矢の貸出有。



## 読書感想文を 書こう！ 応援隊

代表・小池和枝さん  
町の読書感想文コンクールの審査員を務めてきた地域の人を中心に結成



「年々応募数が減る中、何もしないままで良いのだろうか」「読書感想文は、その本が“大切な1冊”になる経験。多くの子もたちに取り組んでもらいたい」との思いが発端で、夏休みに図書館でイベントを企画しました。「書き方を教える講座」ではなく、「子どもの話を聴く」という対話形式で小学生9名が感想文を書きました。参加者からは「楽しかった。またやってほしい。わかりやすく教えてもらったから、とっても書きやすかった」との声が寄せられました。



## 猫のおうち

掃除・エサやりのボランティア、猫の引き取り手を募集。  
めむろ町民活動支援センターまで☎62-0413



6～7人のボランティアで10年ほど、捨て猫の保護活動を続けています。猫が好きという共通点で出会い、それぞれの得意を活かして、キャットウォーク用階段、積雪しても屋外を回遊できるワイヤーネットのトンネルなども手作りしています。猫の預り・譲渡はボランティア仲間の繋がりの中で行っています。猫を預けた方には譲渡先が決まるまで、1日100円をいただいています。週1回でも掃除やエサやりの協力ができる方、猫を飼いたい方も募っています。

## センターだより

「めむろ・ぬくもり暮らし展」(めむろ町民活動支援センター主催)のイベントデーの様子をご紹介します。  
(2024年7月28日 中央公民館にて)  
多くの方にご来場いただき、地域で活動している方との交流の時間となりました。



コーヒーやお蕎麦の提供も。



作品づくり、デッサン体験で、初めて会う地域の人とも楽しい時間を過ごせました。



玄関ではシャボン玉で親子で遊ぶ姿がありました。

### 【発行:めむろ町民活動支援センター】

様々な分野の住民活動を支援する施設です。「豊かに暮らしたい」「町・地域社会をもっと良くしたい」と願う芽室町民の自発的な活動を応援しています。

- 町民の自主的な活動や、まちづくりに関する情報を知ることができます。
- 活動を始めたいとき、仲間がほしいとき、お気軽にご相談ください。
- コピー機・印刷機・会議室などの設備を利用できます。  
※設備利用の際は登録ください。  
※町内会・子ども会・老人会は登録不要で利用いただけます。

◆住所 〒082-0013 北海道河西郡芽室町東3条3丁目1番地  
芽室町中央公民館1階

◆電話番号 0155-62-0413 ◆FAX番号 0155-62-0414

◆メールアドレス [katsudou.center@cotton.ocn.ne.jp](mailto:katsudou.center@cotton.ocn.ne.jp)

◆開館時間 月～金(除祝日・お盆・年末年始) 9:30～17:00

◆めむろ町民活動支援センターは、特定非営利活動法人まちづくりプラットフォームめむろが芽室町から委託され、運営しています。



MEMURO\_KATSUDOU



月1回程度  
イベント情報発信



ホームページ

『めむコミ』は  
公共施設など町内各地に  
設置しています。  
ホームページからも  
ご覧いただけます。