

どんなに重い障害があっても地域で共に生きる社会を目指して

# ひまわり通信

VOL.22  
2026.01



いじも in Wonderland  
～新しい日常～

発行：特定非営利活動法人 ひまわり事業団  
静岡障害者自立生活センター





# 「人と人として、同じ時間を生きてきた。」

今年3月に奥村譲が退職します。

この事業団のはじまりから現在に至る、40年以上を見届けてきた生き証人奥村と、これからを担う理事長小久江が語る、これまでとこれから。

## 当時の様子はいかがでしたか？

### 奥村

当時のひまわり寮は、一言でいうとものすごいエネルギーがあったね。

社会への違和感や怒りをそのまま力に変えて生きていた。

すいきよでん りょうざんぱく

**水滸伝の梁山泊みたいだな、と。**

大学の講義より、ここで起きていることのほうが圧倒的に面白かった。

## 印象に残っている出来事がありますか？

### 奥村

1993年の、市役所への座り込みは印象深いね。

登録ヘルパー制度を求めて、年末に寝袋を持って集まった。

**年を越すつもりで市役所にいた。**

当時、介護は善意やボランティアに頼るものという空気が強かった。でもこの行動をきっかけに、

「お願いする側」から、「使っているもの」へ、はっきり変わった。

とても大事な瞬間だったと思う。

## 長い時間を振り返って、今、感じていることはなんですか？

### 奥村

この法人がやってきたことに、ようやく時代が追いついたってことかな。

今はどこも利用者主体というけれど、ここがずっと大切にしてきたのは、障害当事者が決定の中心にいること。

そこが失われてしまったら、他に埋もれちゃう。それに、

## あの頃は「分けない」関係が当たり前だったんだ。

昔は「障害がある人」「ない人」という区切りを、意識してなかった。

ただ、Aさん、Bさんとして一緒に過ごしていただけ。

事業が大きくなると、役割や立場で整理する必要も出てくる。でも、便利な分け方に頼りすぎると、大切なものが見えなくなる。その危うさを今、感じてるかな。

## 小久江からみた奥村譲とは？

### 小久江

障害があるとか、周りと違うとか関係なく、**知識で判断する前に向き合う。人として付き合えるか付き合いづらいか、その感覚で関わる。**

それができるのが奥村さん！

だから、みんな気軽に声を掛けられるんだよね。

## これからの事業団に大切にしてほしいことは？

### 奥村

事業としての安定も必要だけど、同時に誰でもふらっと立ち寄れる、この場所らしさを失ってほしくないね。

新垣さん(沖縄北部自立生活支援センター希輝々代表)が来所したとき、気さくに声をかけて回ってるのを見て、これだ！って思ったんだよ。

### 小久江

その気軽さは大事にしていきたいよね。ただの事業所ではなくて、**自立生活センターという開かれた場所である**ということ。そう在れるように頑張っていきたい。



写真：奥村、若かりし頃の介助現場にて創設者渡辺正直と。

## 最後にメッセージを

### 奥村

特別なことはしなくていい。

まずは**目の前の人と、ちゃんと向き合うこと。**

それだけで、世界は少し変わると思ってるよ。

### 小久江

3年後には50周年を迎えるけども、

**「自分らしくていい」と、心から思える場所であることが事業団としてやるべきことだ**と思う。

障害のある人たちに気持ちとしても、事業所としても寄り添っていきたいね。

—インタビューアー N.A

— 生き証人 —

おくむら

ゆずる

奥村 譲

— 次代を紡ぐ —

こくえ

ひろし

小久江 寛

創設期から、  
ともに歩んできた人。

法人の歩みを見つめ、  
次の時間を担う一人。



# ピープルファースト大会 in 神奈川

ピープルファースト大会の実行委員として、  
今回記念すべき第30回の横浜大会に参加してきました。  
日本全国と韓国、台湾から1157人の方々がみなとみらいに集まりました。



年に一回開催されるこの大会は、私にとってとても大切なものであり、久しぶりに会える仲間との時間やその中から得る安心感、存在感。会場で「下川さーん！」と声をかけられると、認められていると感じてとても嬉しいです。

ピープルファースト大会は、知的障害をもった当事者の  
「わたしたちは『しょうがいしゃ』であるまえに  
にんげんだ」

この言葉がきっかけになり、1991年カナダからアメリカ、  
そして1994年に日本へと広まりました。

今回の横浜大会では、神奈川県知事（元フジテレビキャスターの黒岩祐治氏）からまずはじめに基調講演がありました。

「津久井やまゆり園事件」について分かりやすく講演してくださったので、とても良かったです。地元の人たちと当時のこと、現在のことを話してくださいました。

施設の職員の犯行で、多くの仲間の尊い命が奪われました。全国ニュースで見た時は、なぜ？と感じました。現実にこのような事が起こるんだ、ごくあたり前の日常生活の中で驚きました。

当時、職場でのスタッフ朝礼をやっている中で、この事件のことが話題になりました。数名のスタッフが感想を言ってくれました。

今現在は、環境もやまゆり園も新しくなって、当時の通所者は新しい場所に移動してスタートしています。スタッフのサポートもあり、明るい笑顔が戻って本当に良かったと思いました。

二日目の分科会では「国際交流」に初めて参加しました。

韓国と台湾から当事者と支援者が参加しており、皆さんと交流ができました。

それぞれの民俗文化、歴史を感じました。なかなか国際交流できる機会がないので、たくさんの方に出会えて貴重な交流でした。

最後に、私のピープルファーストへの思いを書きます。30年という節目を振り返り、様々な場面がありました。

全体会等では、各地で起こる事件が取り上げられました。(津久井やまゆり園事件だけではなく、遠藤牧場事件も)

参加されている当事者、支援者の方々も年々変化し、世代交代になってきました。

このご時世の中で、今後変化していくだろうと思いました。この変化がどう進化されていくのか、たくさんの期待と希望を込めて。ピープルファーストが大好きだから、とても気になります！

静岡県からもっとたくさんの人が参加  
できますように・・・。

文：それいゆ支援員 下川禎枝

今回、下川さんの支援者という立場で、初めてピープルファースト大会に参加させていただきました。当事者の方々、また支援者の方々が全国から一堂に会する大会とあって、とても熱気がありました。

支援者ながら私も身体障害の当事者であります  
が、知的障害の当事者の皆さんがこの大会を毎年とても楽しみにしていて深い思い入れのある大切なものであるということ、下川さんを見ていても感じる事ができました。

障害種別は違いますが、**社会で起きている問題を自分事として捉え、共に考え意見を出し合い、同じ時間を共有すること**  
は素晴らしいと思います。

会場のキャパシティもありますが、もっともっと  
たくさんの当事者の方々が（特に静岡）参加され、  
共に学び合えたらと思います。

文：ピアサポート 石川さやか



神奈川県知事 黒岩祐治氏



静岡県代表として上がる  
下川さん



台湾の当事者

韓国の当事者





# こども in wonderland

## ～新しい日常～

2018年から続けてきたワークショップは、初めての雨の朝で始まりました。

多くの方に支えられて毎年重ねてきたワークショップは、福祉事業所である就労継続支援B型それいゆに少しずつ変化をもたらしてくれました。不自由さの中に、自分だけの自由さを見つけていくこと。良いことも嫌なこともひっくり返して、全てが経験となり糧となり今があります。表現活動という表現しがたい活動を、紆余曲折しながらも継続していくために、表現の場が今後も無くなることのないように、いったんこのワークショップに区切りをつけて、それいゆさ（就労継続支援B型&生活介護）としてのこれからの活動のあり方を、探っていきたいと思っています。

『まだまだ描くわよ』 by 佐野匡  
ということで、これからのそれいゆさの活動を楽しくにしてください。

文/鈴木梨可



今年の絵本コーナーは、ちょっとした隠れ家になっていて、ゆったりと過ごせる空間になりました。絵本の傍には、ワークショップで作った人形もちらほら。



音楽、木工、シルクスクリーン、言葉遊び、人形作り等、色々なワークショップで黙々と描いたり、お喋りしながら作ったり、自分のペースで取り組める空間。ワークショップに参加した子どもたちにも、自由に表現する楽しさを味わってもらえたのではないのでしょうか。それいゆさのメンバーも、楽しい時間を色々な人と共有し、帰る頃には名残惜しそうにしている人もいました。



### 今回のワークショップ

- ◆不思議な言葉とリズム言葉 こながやさき
- ◆小さな住人たちの造形 とづかゆう
- ◆小さな音楽隊 オコトロン（吉田朝麻・すずし）
- ◆小さな木工所 TEN-TO（柏原崇之）
- ◆ものドロージング ami
- ◆Book of Libro & 組み木ダンボールパズル BOB ho-ho（ウエダトモミ・ホシノマサハル）



# それいゆさにいのコーヒー



静岡済生会総合病院からのつながりで、「暮らしランプ」の自家焙煎したコーヒーに、それいゆさにいのラベルを貼ったグッズが出来ました。暮らしランプは、「暮らしの少し先が明るいほっとする」をキーワードに、コーヒー事業だけでなく、就労継続支援B型事業所、生活介護、放課後等デイサービスなどの多岐にわたる福祉事業を行っています。また、江戸時代末期に建てられた、国の登録有形文化財の旧中野邸を、「なかの邸」として食事や喫茶、藍染などを運営している事業所です。

暮らしランプ  
https://kurashi-lamp.or.jp



ラベルは、一筆ごとに色を変える梶山しのぶさんの描いた顔、佐野匡さんの妖怪コレクション、村上孝則さんが綿密に描きこんだレコード盤、鶴澤大地さんの毎日ルーティンに沿って描いた数字たちの全4種となっています。そして、いつも良い感じにアルファベットを描く青木秀敏さんの描いた「drip coffee」が入ったラベルもあり、複数のそれいゆさにいのアーティストの絵が入ったデザインとなりました。どれにするか選ぶのが楽しい、いや全種揃えたくなるようなドリッブコーヒーです！

済生会病院内のミニストップにて、コーヒーを販売しています。直接それいゆさにいでも購入できますので、興味のある方はこちらにご連絡ください。

（1個250円で販売中 TEL ▶054 288 6077）



Design/ウエダトモミ

## 済生会手帳長の表紙デザイン



2026年の済生会職員の手帳を制作しました。長く描いている人も、最近描き始めた人たちも、みんなで一つの作品を描き上げました。ひたすら好きな色を塗った所、細かく何回も描き込んである所、ここはあの人が描いたんだよねと、形になった手帳に思いを馳せていました。表紙の「Grazie infinite」は、イタリア語で「無限の感謝」という意味があります。この色彩豊かなそれいゆさにいらしさが現れた手帳、手にした方の気分が上がるといいなと思っています！

Design/ウエダトモミ

この手帳の推しポイントは表紙が裏表デザイン異なるリバーシブルになっているところ！



タイトルデザイン/青木秀敏・大西佑依・員津あやな・石澤海斗・佐野匡・小山勇 編集/渡邉美月



## それいゆさにいの静岡済生会総合病院 それいゆさにいの不思議な仲間たち展

静岡済生会総合病院とひまわり事業団は、昭和56年から現在まで駐車場管理業務の委託というかたちで、40年以上の繋がりががあります。障害のある人たちの地域で働きながら暮らしたい、という願いにいち早く共感してくださった静岡済生会総合病院にて、それいゆさにいらしさが表現された展示が行われています。

約10年前、それいゆの表現活動は部屋の隅でひっそりと静かに始まりました。たったひとりから始まったその活動は、2018年のアーティストと行うワークショップを機に、表現の幅が大きく広がりました。毎年開催することで、地域の方々だけでなく、遠方の方もそれいゆに足を運んでくださるようになりました。最近では、さにいのメンバーも加わり、ひまわり事業団全体の取り組みとなっています。

私たちにとって「描くこと」は特別な存在を目指すものではなく、日常の一部に息づくもののひとつです。この10年、「描くこと」は私たちに人と関わって生きていくことを教えてくれました。

描く人も描かない人も、お互いを認めながら生活する不思議な空間の中で日々生まれた不思議な作品を、ちょっぴり不思議な気持ちで楽しんでいただけたらと思います。展示期間中、日常的に描いた作品を随時増やしています。その変化もぜひ見つけてみてください。

文/鈴木梨可

主催/静岡済生会総合病院、NPO法人ひまわり事業  
作品制作/就労継続支援B型事業所それいゆ、生活介護さにい  
Direction/BOB ho-ho (ウエダトモミ、ホシノマサハル)



場所▶静岡済生会総合病院 静岡県静岡市駿河区小籠1丁目1-1  
期間▶2026年3月31日まで

展示の場所はミニストップを  
目指すと通り着きやすいです





ひまわり事業団協賛

# just one trail

## 信越トレイルへの挑戦

回を重ねるごとにレベルアップし、協力してくれる人が増えていくなか、今年は信越トレイルセクション3の前半に挑んだ。これは誰も成し遂げたことのないことを挑み続けるJust one trailの挑戦記録である。

信越トレイル：長野県の斑尾高原から新潟県の苗場山まで全長約110kmロングトレイル  
Just one trail（ジャストワントレイル）：10年かけて信越トレイルを車いすで踏破に挑む団体

### 信越トレイル section 3 前半

- ・挑戦日 2025年9月28日（日） ・天気 晴れ
- ・コース 長野県飯山市 涌井〜桂池 [8.3km]
- ・特徴 前半 林道メイン、後半 所々難易度高め  
普通に歩くと4時間 車いすの場合6時間30分



引用：YAMAP

今年もこの季節がやってきた。私（石川）にとって1年で最も大きな行事になっているのは間違いない。それこそが、110km連なる信越トレイルを車いすで踏破の挑戦。セクション10まである当トレイルを毎年無理のない範囲で進めていくなかで、今年はセクション3の前半に挑んだ。今回で3回目となり、回を重ねるごとにバージョンアップし応援してくださる方が増えていることを実感する。ひまわり事業団から協賛金のご支援をいただけたことにも感謝したい。参加者も昨年と変わりを見せ、初参加の方が4名加わったほか、ガイドさんとカメラマンにも同行して頂いた。本記事に掲載している写真の多くはカメラマンが撮影してくださったものである。毎回のごとく、なべくら高原・森の家と信越トレイルクラブの職員の方には多大なるご協力を頂き、合計16人でセクション3（半分）の踏破に成功した。

メンバーは東京、静岡、大阪など各地から集まり、前日入りする人もいれば、当日合流する人もいる。セクションが進むにつれ宿も変わり今年は初めての『ロングキャビンフェリエン』に宿泊した。宿でメンバーと過ごす時間は、このイベントの楽しみでもあるが、オーナーさんから新米をご提供頂き、応援の気持ちを感じた。夜の宴会で一緒にお酒を呑んだことも楽しい思い出となった。



### GOOD MORNING...

トレイル当日の朝、窓から外を見てホットした。なぜならば、太陽の眩しい日差しを浴びることができたからだ。この挑戦は天候によって大きく左右される。1週間前から天気予報と睨めっこをし、晴れることをただただ願いながら、当日の服装から体調管理までありとあらゆるものを想定し事前に準備を備えていく。このような対策を練られるようになったのは、過去2回の経験から学んだことである。今回は、天候に恵まれ終日気持ちよく歩くことができた。マップを見ながら歩くコースを確認し、予定より少し遅れてのスタートだった。

トレイルの様子が写真からも伝わってくるように、終始笑い声が飛び交うほど賑やかである。ヒッポキャンプ（車いす）を引っ張る人もいれば、その横でキノコに興味津々な人もいる。決して無理はせず、みんなが各々楽しんでいる様子が印象的である。この挑戦の醍醐味は1人の主役を担いでいくのではなく、参加者が自分なりに楽しみながら道を進んでいくことだ。



### Hiroko

唯一の障害者でヒッポキャンプユーザーの私にとっては、最高に山を、トレイルを、宿泊を含めた全行程を楽しめた回でした！これは、も

ちろん良いお天気と気候に恵まれたことも大きいのですが、ようやくヒッポキャンプを利用してトレイルすることに慣れてきた事で、昔のように(受傷前)とはいかないまでも、新しいスタイルで山を楽しむ方法をつかみ始めてきたのではと思っています。頸髄損傷C4C5完全麻痺の私が「山を楽しむ」なんて自分で言うのもなんですが、すごいことです！トレイル中の寒さ対策、熱ごもり対策から始まり、身体の固定や途中に行う体勢や体温調整。トレイル前後の正しい睡眠時間の確保と…楽しい宴の際のアルコール摂取量の調整(笑)。2泊3日の全行程に参加するために私が担う事は意外と多いのです。そしてなんとといっても、「私」と言う負荷をわざわざかけ押ししたり引いたりしながらも山を楽しむ仲間と、勝手に顔馴染み気心を知らせている(笑)森の家スタッフさんや信越トレイルガイドさん達の存在があってこそ！！皆さん、大変お疲れ様でした。そして、どうもありがとうございましたー！！

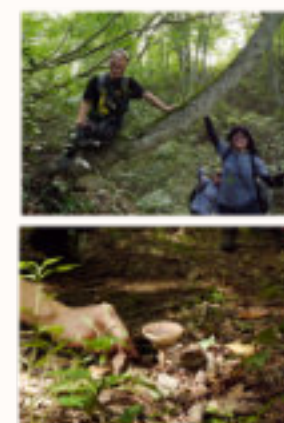
### TO BE CONTINUED...

トレイル翌日、毎年ご協力頂いている森の家と信越トレイルクラブの皆さんを招待して、初めて対面での反省会を開いた。良かった点、改善点を洗い出し、来年に向けた内容も決めることができた。「山を登ってみたい！」の一言から始まった挑戦。来年は一緒に挑戦しませんか？

来年について  
日程 2026/9/27(日)決定  
晴れ▶section3後半、雨▶section8



文 / 石川雄也 (just one trail メンバー)  
写真 / 西沢拓朗(飯山市地域おこし協力隊)  
協力 / 一社 信州いいやま観光局なべくら高原・森の家、NPO法人 信越トレイルクラブ



### Shiki (初参加)

昨年度の報告会を静岡へ聞きに行き、今回はじめて参加することとなった。道中交代ばんこでヒッポキャンプを引いたり押したりするのだが、操縦やハーネスに慣れていない身としてはなかなか難しかった。1人で歩くのとは異なり、想像していたよりも体力が必要なことを改めて実感。ひろこを介した人と人のゆるいつながりの広がりも素敵だと感じた。





# Tooru's Talk



1月4日まで県立美術館で、ジブリ展をやっていて、11月22日がたまたまりハビリが休みでタクシーで行ってみた。そりゃ思い付きだから、ちょうど連休の初日など考えもせず、案の定連休というだけでも混むのに、世の中、ブラックフライディの只中、マークイズ辺りの南幹線で渋滞にドハマリしょ。でもって、改めて12月17日に再度行った。

ジブリ作品を見るたびに思うのは、となりのトトロをはじめとして、どの作品の、どのキャラクターもほのかに懐かしい気持ちになる。もちろんストーリーあつてのことだが。トトロの舞台の田舎風景はいつかどこかで見た感がある。千と千尋の神隠しも崖の上のポニョなどもそうなんですね、世代を超えて好まれるのも、そんな宮崎駿の世界観によることもありそうだ。でもって、トトロの森のようなどんぐりが沢山ある森や里山が残ってたら、昨今話題のクマだって静かな環境で冬眠できるのにね。と、ジブリ展を見て思った。

セブンにおでんの四角い馴染みの鍋が出るのを待っていたら、今年からはあの形態で販売は、しないそうです。がっかりだな、レトルトのなんておでんじゃないよなあ。やはり鍋からお玉で好きな具材を好きなだけ選べるのがよかったんですけどね。

美形のメル友からも《私、毎年冬になると大きなお鍋におでんをいっぱい作るんですよ。子供たちが小さい頃からの習慣です。時々ご飯のおかずになりますけど、それより子供たちや、誰かの小腹が空いた時のおやつ的な感じ？非常食的な感じ？です。今年も作りましたよ。何と、具も汁も減ると春まで継ぎ足しながら食べます。》と、書いてありました。だよな、昔は、ぼくの母さんも鍋いっぱいのおでんを、隣のおばさんと二人で二家族分、作ってましたよ、懐かしいですよ。やはり、コスパ抜群にいいですし…。大根に玉子、ジャガイモもほくほくとおいしいですね。

高市政権になり4カ月、積極財政で支持率稼いでいるけれど、議員定数削減はできないまま。議員が自分の進退にかかわる法案に手を付けると思う？比例区を減らすと少数意見が危うくなり、難しいけど、いつかはやらなきゃだよ。

クリスマス。ジョン・レノンのハッピークリスマスは今年も街中に流れてるかな？ベトナム戦争が泥沼化してた年に書かれた曲で副題には“war is over、となっている、ジョンの平和への願いが伝わってくる曲だと思う。今年も世界中で流れたらいいな。

大晦日は毎年、緑のタヌキを年越しそばに、ベートーベンの第九歓喜の歌を聴くのが恒例にしている。歓喜の歌はシラーの詩が始まり合唱になると平和について幸せについて思う、そして新年が来る。こんにちは26年、平和な年になってね。沢山嬉しい人間関係があった25年にさようなら。ありがとう。

障害支援  
ヘルパー  
募集

週1〜 OK!! 高時給 各種手当あり

▶WEBで詳細を見る

054-287-1230  
お気軽にお電話ください

発行：特定非営利活動法人 ひまわり事業団  
静岡障害者自立生活センター  
機関紙編集委員会 代表：鈴木香奈

〒422-8006 静岡市駿河区曲金 5-4-58  
TEL：054-288-6068 FAX：054-287-4922  
Email：himawari@scil.jp HP：https://www.scil.jp

機関紙のアンケートにご協力をお願いいたします。→

