

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



Illustration by 佐野 匡

VOL.23
2026.04

ACTIVITY FILE 01 **Travel** ~旅に出よう~

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



ACTIVITY FILE 01

Travel ~旅に出よう~



障害があっても楽しみたい！！
ということで、今年度は
「アクティビティ」をテーマに
企画を練りました。
第一弾は「チャレンジ！！旅」
行き先は大川となじみ深い沖縄に。
旅慣れしている大川に、
「車椅子ユーザーの旅」を
教えていただきました。

✈️ 富士山静岡空港

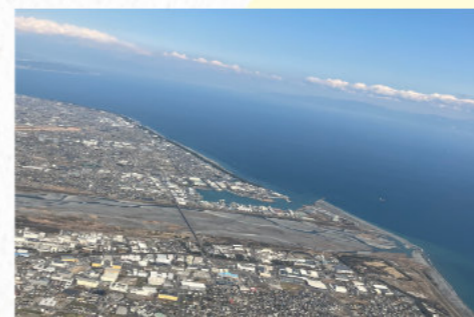
ACTIVITY FILE 01
Travel
~旅に出よう~



飛行機に乗ることは、旅行の中でも最初のハードルかもしれません。空港は広く、人も多く、手続きもたくさん…。けれど、障害のある私たちが飛行機に乗るためのサポートは意外と充実しています。事前に連絡をすれば、空港スタッフがカウンターから搭乗口まで案内してくれたりします。また、飛行機用の車いすに乗るタイミングも事前確認してくれるので、搭乗直前まで慣れた車椅子でいる事も可能です。保安検査場はとても厳しいです。今回大川は靴下まで脱いだそう。事前準備はしっかりと。

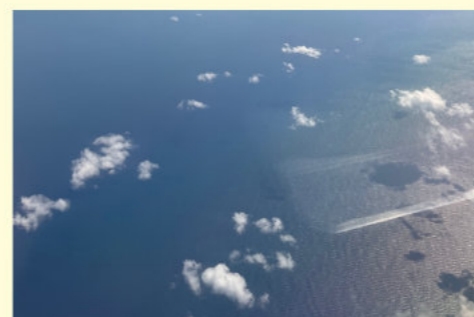
天気が良ければ、富士山が見れます！！

✈️ いざ、空の旅へ！



車椅子を利用する場合、機内への搭乗は一番最初になり、降りる際も一番最後になることが多いそうです。一般の乗客が乗る前にゆっくり安全に案内してもらうことができます。

気になるトイレ事情。CAの方々がトイレ移動を手伝ってくれますが、機内のトイレは狭い。そのため、短いフライトであれば先に済ませておくと安心です。



いざ離陸。
離陸の時の感覚は独特の高揚感があります。雲の上から見る海や町並みは、空の旅の醍醐味。海に雲の影が映っているのを見ることができるのも、飛行機ならではの景色です。

話題の ジャングリア

行ってみた！！

車椅子で気球に乗れる…！！という噂を聞きつけ、
昨年開業したばかりの「JUNGLIA OKINAWA (ジャングリア おきなわ)」へ
乗り込んできました！！晴天にも恵まれ、いざ…！！



ジャングリアは沖縄の自然「やんばる」の森にオープンした、大自然没入型の新テーマパークです。世界自然遺産の豊かな自然の中で、様々なアトラクションに挑戦することができます。ジャングリアに近づけば、遠くに恐竜のシルエットが！ゲームやアニメの中でしか見れないような光景に心躍ります。

期待に胸を膨らませながら、
いざ「HORIZON BALLOON」こと、熱気球へ…！！
と思ったのですが。
生憎、風が強くて飛ばせないとのこと。
沖縄は風の強い日が多く、こういったこともよくあるそう。
天候にさえ恵まれれば、やんばるの自然を一望できる時間が待っています！
もちろん車椅子で体験可能です。



気球は残念でしたが、魅力はそれだけではありません。施設内には、やんばるの自然や生き物を紹介する展示や、沖縄ならではのパワフルなステージもありました。施設内は全面バリアフリー。けれど坂道が多いので、電動がおすすめです。

目的のジャングリア、話には聞いていたが、園内は広く各所のUD対策や配慮は行き届いていると感じたものの、やはり車椅子ユーザーで楽しめるアクティビティは難しい。恐竜までえらく遠いし(笑) ジャングリアの目玉の一つ熱気球、楽しみにしていたのだが、受付のお姉さんから、「今日の風だと飛ばせません。死にます。」とまさかの一言(泣) まあでも、場内は広くやんばるの自然も豊かで気持ちいいところであることは確か。今後、車椅子ユーザーでも楽しめるアクティビティができていくことを望む。

「正樹さん！希輝々の皆！今回もありがとう！！」by大川

飛行機に乗ること、
知らない場所に行くこと、
新しい景色を見ること。
少し勇気はあるけれど、
その一歩で世界は少し広がります。
今回の挑戦は「旅」。
次はどこへ行きましょうか。

— 文・デザイン：N.A



左：沖縄県北部自立生活センター希輝々 代表 新垣正樹さん
真ん中：希輝々 介助者 成瀬さん 右：大川

みんなのファッションショー



untitled 泉さんの妹のよっちゃんとか可愛いものが大好きな息子のケントくんが今回も一緒にショーに出してくれました！

7/11 2026



ファッションショーの企画をした人
ものがたりを着るお店
choosy たてやまみやこ

「ファッションは全ての人に平等」をスローガンに掲げて、2020年から「ものがたりの循環」をテーマに服の大量廃棄問題、人や環境に配慮したモノづくりや啓発活動の団体「ものがたりのはじまりプロジェクト」の総合プロデュースを展開しています。

お洋服には人を元気にする不思議な力があると信じています。ファッションを通じて多様であることを大切に、尊重する世界を目指して日々活動しています。『人とお洋服の融合が美しい』ということが一番大切だと思っています。

untitled、ひまわり事業団とのコラボファッションショーは今年で2回目となりました。ショータイトルは「みんなのファッションショー」。今回はウォーキングだけでなく物語をつけたお芝居となりました。

森の中にひっそりと捨てられた布。森に住む小人たちがその布を拾い集めて仕立て屋さんを持っていくところから物語が始まります。仕立て屋さんの魔法の針で生まれ変わった服たちを個性豊かな小人たちが着用してお披露目しました。

自分と同じ人は誰ひとりとしていなくて、人と違って当たり前。その個性を表現するものの1つがファッションであって、みんながそれを楽しめる世界にしたい。障害があっても特別なものではなく、個性であってみんなと何も変わらない。虫や動物、植物に、障害者も共にみんなでこの社会で生きている。そんなファッションショーになればと思って、今回のショーを企画しました。

choosy たてやまみやこ

ファッションショーさあしよとっふ
はったーだつたのでとてもき
ちゅうしました。 かいと

有里さんと海斗さんの衣装のつけ襟は、
それぞれゆさいのメンバーが
チクチク縫った布をつなぎ合わせてできたものです。
物語を着るお店choosyのたてやまみやこさんが
12月のフィッティングの時にご提案してくださり、
ファッションショー当日にお披露目！
とってもかわいいつけ襟を2人ともすぐに気に入り、
自分の洋服のコーディネートに合わせて
付けたい襟をそれぞれ身につけ、ショーに出ました。



みんなとがった耳をつけて
小人になりきりました！



とても喜んでおきました
伊達



今年もファッションショーとてもおもしろい
お洋服を着て楽しんでいます
ファッションショーはみんなの
笑顔のファッションショーです。世界



みんなのファッションショー楽しかった。
ファッションショー楽しかった。
またやってみよう。
ファッションショーつづけてい。
お洋服を着て楽しんでいます。
友斗



ものがたりを着るお店 choosy

静岡市葵区古庄にある、ものがたりを着るお店choosy(チュージー)です。
「ファッションはすべての人に平等」をスローガンに、セレクト古着とアップサイクル、リペアを通して、服のものがたりを未来へ循環させています。
服の大量廃棄問題に向き合い、「ものがたりのはじまりプロジェクト」を総合プロデュース。教育現場での講演やファッションショーも展開。
ファッションの力で、人と社会を優しく彩る。

choosy たてやまみやこ

※令和7年度静岡市SDGs関連アワードアクション賞受賞。
※ものがたりを着るとロゴマークは登録商標®



ものがたりを着るお店 choosy インスタグラム
https://www.instagram.com/choosy.choosy?
igsh=MW5vamlweGpqaGY0cQ%3D%3D&utm_source=qr

UNTITLED



untitled インスタグラム
https://www.instagram.com/team_untitled2022?
igsh=MWlmZzh5OXBpdW9saA==

untitled story

ある知的障害を持つ男の子の夢は『モデルになりたい!』でした。
障害を持つ彼が出られるファッションショーはなかなか見つからず、「じゃ、作っちゃおう!」がきっかけで2018年12月に男の子(泉ケントくん)の母と友人のアパレルデザイナーの2人で活動をスタートさせたのが最初です。

障害の有無・年齢・性別に関係なく、モデルさんが主役のファッションショーを作りたい!
ワクワクする時間がパワーとなって、きっと未来を豊かにする!
そんな想いで、今までたくさんのショーを作ってきました。

untitledの仲間は、皆んなプロフェッショナルの方々です。
ヘアメイクアーティスト、デザイナー、ウォーキング講師などなど、「素晴らしい技術を体感する事」も大事にしてきた事の一つです。

どんな障害があっても、もっともっと自由に。
「こっちにおいて」ではなく、皆んながいききたい場所へ、共に歩き、共に進みたい。
よかったら一緒にゆっくり歩きましょう。

untitled 泉 栄子

omekashi

omekashiとして、訪問美容を中心に活動しています。
ご高齢の方、障害のある方、子育て中で外出が難しい方など、さまざまな理由で美容室へ足を運ぶことが難しい方のもとへ伺い、美容の時間をお届けしています。

また、untitledのメンバーとして泉さんと共にファッションショーを創り上げ、ヘアメイクも担当しています。
モデル一人ひとりの個性や想いに寄り添い、その方らしさを大切にしながら、ステージで最も輝く瞬間を引き出すことを心がけています。

美容は、見た目を整えるだけのものではなく、心を前向きにし、自信や希望へとつながる力があると信じています。
これからも、人と人とのつながりを大切にしながら、笑顔が生まれる時間を届けていきます。

omekashi マエダサユリ

訪問美容

介護、病气や怪我、障害、在宅医療などで美容院に行けない方に、美容師が訪問して美容室で提供していることと同じサービスを行っています!

詳しい情報はこちらのサイトをご覧ください▶

ご予約はこちらから
電話番号▶09050330112
LINEからもご予約可能です

佑衣さんは成人の会の時にヘアメイクしてもらいました!
ちなみにこの衣装は物語を着るお店choosyさんに借りたそうです♡

話しやすくて、私の希望を聞いてくれました!可愛くしてもらって嬉しかったです♡ またおめかししてほしいな~

冠婚葬祭美容師訪問美容 インスタグラム
https://www.instagram.com/omekashi2019.3?igsh=ZnRrbTh1YzRyNjNw

表現活動の機会は、誰にでもあってほしいと思っている。
本人が置かれた環境によって、できる・できないが決まるのではなく、できる環境がある中で、本人自らが「やる」「やらない」を選択できるようになってほしいと思う。
やってみて、何か違うなと感じてやるのも良いと思う。
時間をおいて、なんとなくまた始めることもあるかもしれない。

ただ、「自分で決める」ことができるようになるには、選ぶことができる数の選択肢が必要になってくる。
また、選ぶためには、経験を積むことも必要だ。
経験がなければ、選ぶことも難しい。与えられたものを良しとして受け入れるだけの人生になってしまう。
だから、何かしらの手段で自分の意思が伝えられるようになってほしい。そして、それは我儘を言うこととは違い、当たり前前の権利なんだということを知ってほしいと思う。
だから私たちは、一人ひとりが安心して自分の考えを伝えられる環境を作りたい。

表現活動は、描くことやつくること・ステージに立つこと・踊ること等々を通して人と繋がり、人と関わる中で新しい影響を受け、今までにない感情が生み出されているように思う。

その新しい感情が少しずつ増えていくことで、自分の表現あるいは意思として相手に伝えられることへと変化していくのではないかと。
そしてそこには、表現活動に積極的でないメンバーの存在も大事で、お互いがお互いを支えあっている環境ができていく。
活動の中に「表現する」ことが始まって以来の数年、それいゆやさしいのメンバーと日々過ごす中で、そう感じている。

鈴木梨可(さにい)

撮影
木村八澄写真事務所 きむらやすみ

文字デザイン
宮川真暢 青木秀敏 石澤海斗 伊達昌浩
竹下友斗

イラスト
大西佑依 堀井恭太 佐野匡

編集
渡邊美月(さにい)



今までのファッションショー活動履歴

2019年9月
静岡県障害者文化芸術活動支援センターみらいと「LOOK@ME!」障害者モデルファッションショー(静岡駅北口イベント広場)

2020年9月
静岡県障害者文化芸術活動支援センターみらいと「LOOK@ME!」障害者モデルファッションショー(清水マリナート)

2021年5月
渚の焼津マルシェ ファッションショー(焼津・ホテルテトラリゾート静岡) /UNTITLED

2022年10月
みんなの文化祭 ファッションショー(焼津・上行寺) /UNTITLED

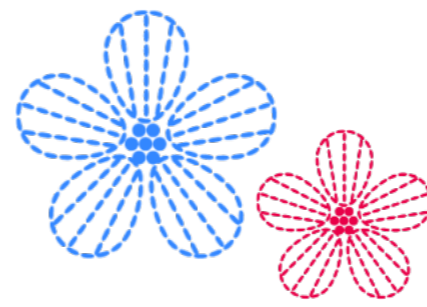
2023年10月
みんなの文化祭 ファッションショー(焼津・上行寺) /UNTITLED

2024年10月
みんなの文化祭 ファッションショー(焼津・上行寺) /UNTITLED

2025年1月
SDGs Runway SHIZUOKA 2025

2026年1月
SDGs Runway SHIZUOKA 2026





映画「杳かなる」上映会& アフタートークイベントを開催して



静岡障害者自立生活センターの活動として、昨年度に続き開催したこのイベントは、今回この映画のテーマである難病ALS（筋萎縮性側索硬化症）の当事者をとおして、私たちに何を伝えたいのか、何を感じてほしいのかを考えさせられるきっかけとなりました。難病のALSは、手足・喉・舌の筋肉や呼吸に必要な筋肉が、だんだん痩せて力がなくなっていく病気です。ALSを発症したある女性に密着し、3年半をかけてドキュメンタリー制作をしたこの映画を私はとても興味深く拝見させていただきました。

アフタートークでは、ゲストとして映画監督の穴戸大裕さん、曲金訪問看護ステーション代表の丸山看護師、介助派遣サービスひだまりの利用者であるALS当事者の千葉護さんに登壇いただきました。

穴戸監督には、映画を制作した経緯や伝えたいこと、丸山看護師からは看護や支援者、家族の視点からの在宅支援の思いについて、千葉さんからは発症時と現在の思いの変化、地域生活の意義やその思いを中心にお話を伺いました。千葉さんとお会いするのは初めてで、奥様とヘルパーさんお2人との仲のよい穏やかな雰囲気がとても印象的でした。

このイベントがひとつの機会となり、ALS当事者の方々の思いや「生きること」とは「いのち」とは何なのか、一人ひとりの何かスパイス的な要素になればと思います。

—— 文：ピアサポート 石川さやか



杳かなる

上映会レポート



映画「杳かなる(はるかなる)」

12月6日（土）静岡市健康文化交流館「来・て・こ」にて、映画上映会&アフタートークを開催しました。



1 第1回目はR7.8.30
暑さの厳しい夏からのスタート！
実行委員会・職員・利用者さんが参加しました。

生活介護さにと就労B型それいゆで、
かまどのレンガに絵を描きました。



4 第4回目はR7.10.25
かまどの上に、ニス塗ったベンチ部分を
設置し…



2



第2回目はR7.9.14
1段目・2段目のレンガを
セメントで積み上げていきました。

かまどベンチ

昨年度「麒麟・地域のちから応援事」助成金をいただき、
ひまわり事業団で「かまどベンチ」づくりを行いました。
これは平時には「ベンチ」として活用し、
災害時には「かまど」として使えるものです。

かんせい!!



3 第3回目はR7.9.27
この日は就労B型それいゆの開所日。
いつもより多くの方が手伝ってくれました。
残りのレンガを積み、
ベンチ部分の板にニス塗って
仕上げに備えました。



↑R7.11.16 完成お披露目会にて
かまどベンチで焼き芋を作りました

福祉と防災に力を入れている、西豊田学区の一員として、
「かまどベンチ」の制作に携わりました。
制作中に生まれた、障害の有無も世代も関係がない
コミュニケーションは、とても得難いものだと感じています。
今後は防災訓練以外でも「かまどベンチ」を活用し、交流の場
となることを願っています。

———文：なな〜ら 清水かおり

「防災は生きること」 ——日常の延長にある備え



1年にわたり「かまどベンチ」作成に関わってくださった
KUN岡村こと岡村智樹さんに、防災についてお聞きしました。

岡村智樹 おかむらともき

防災歴39年の消防設備士。「防災は生きること」を信条に、
要支援者目線の防災教育や、【ぼうさいNURIE】を
全国で展開中。

Bousai is Living



Tomoki Okamura

01 防災に関わってきて思うこと

もともと、防災に強い関心があったわけではない
んです。働いているうちに防災訓練や法律を知っ
て感じたことが今につながっています。

僕が防災に長く関わってきた中で強く感じている
のは、防災がなかなか進まない理由の一つが、
「自分事になっていない」という点です。

私はよく「明日は我が身」と考えています。今日
健康であっても、明日事故に遭うかもしれない。
病気が見つかるかもしれない。そう考えれば、
障害というのは決して特別なものではない。

その意識がなかなか社会に広がらないことが、
防災が進まない大きな要因だと思っています。

内閣府の「一日前プロジェクト」というものが
あります。明日大地震があると知っていたら、
あなたは今から何をしますか、という。それを
考えたら、自然と防災備蓄も決まってきますよね。

風邪薬を常備薬として家に用意しておくように、
防災備蓄も用意する。それが風邪薬でさえ意識
されてないでしょ？家に常備薬はありますか？

防災は日常なんですよ。



02 かまどベンチ

かまどベンチを自分たちで作れば、面白いのと、
初めに感じました。今までの防災にはない、
地域づくりのきっかけになるし、コミュニケーション
が絶対に生まれると確信したんです。

実際、できた。
土をならすときにスコップを持ってもらったり、
レンガにペンキで色を塗ってもらったり。
作業の中には、いろいろな役割がある。
やってみると、ちゃんと参加できるんですよ。
家族連れも子供も障害者も関係なくね。

作業をしながら自然と会話が生まれたり、笑い声
が聞こえたりする。そういう時間そのものが、
防災の力になっていく。

それに、完成したベンチは炊き出しのためだけ
じゃない。もし災害が起きて避難所に来たとき、
そこに「自分たちで作ったベンチ」がある。
それだけで、生きる気持ちとか、嬉しさとか、
懐かしさとかが生まれるはずなんですよ。

03 お金では買えない財産

こんなに障害者の方と関われるなんて思ってな
かったんです。最初は5,6人かなと。ご縁があっ
てひまわり事業団をベースに活動を始めて、
1回目の「初めまして」から、2回、3回って
続けたら、「また来たね」って声をかけてくれて。
その時だけじゃなく、違う場所で会っても向こう
から近寄ってきてくれる。

この姿が財産なんですよ。
僕にとってこれは、お金じゃ買えないからね。
この姿が今の日本には足りない。

みんなの笑顔は今でも覚えています。
私、生涯忘れませんよ。

だから「かまどベンチ」だったんです。



04 防災が変える未来

社会が変わると、僕は思っています。

防災というと、どうしても「守る」「助ける」
というイメージが強いかもしれませんが、でも、
本当はそれだけじゃない。人と人が関わりなが
ら、一緒に備えていくことができるものだと思
っています。

僕は、防災の未来には可能性があると思ってい
ます。
ただ、今の防災システムには、「未来に可能性
がある」という視点が少し足りない。

でも、可能性があるなら、やる価値がある。

防災は、特別な日だけのものではありません。
日常の延長線にあるものです。

僕はずっと、こう思っています。

「防災は、 生きること」

とおる の とーく



1月 久米宏が逝った。頭の回転が速くて、恐れずに切り込む人でしたよ。
今回の選挙は、支持率が高いうちの解散という見方もある。このタイミングでの解散には賛否があるが、真冬の衆院選に突入した今の政治に、久米さんはなんとコメントしただろう。
チェックダブルチェック。
マスコミと国民のチェック機能が今こそ必要だと思う。

人のろっ骨は柔いな。ぼく、ろっ骨を折りました。人生で2回目です。左側の下から3番目の根本で、背中に近いんで、ぼくのように背中の肉がほとんどないと痛みが響く。このときは褥瘡予防のエアマットのありがたさが身に染みた。でもって、あれから約ひと月、痛み止めにサヨナラができた。

自然治癒力おそろべし、だよ。優しい方たちの祈りも有難かったですね。
そうやって心配してくれる人たちをはじめとして去年から、うれしい出会いが増えている。訪問看護師も事業所が変わった。2人とも優しいでえ。安心して長生きできそうじゃん。取りあえず77の喜寿を目指したろ！かな。

立春を過ぎた2月8日、雪が降った。風花から雪になって午後はとても寒かった。あの寒さは忘れない。静岡で降雪って珍しいな。看護師さんが雪の動画を見せてくれたし、メールで雪の様子を知らせてくれた人もいたよ。こんな文面でね。

団地の駐車場の車に薄っすら積もりました。

家の前を中学生たちが「やばいよ、これ！やばいよ、やばいよ！」

と言って実に嬉しそうにはしゃいでいました。弾けるようなあの声、良いですね。

と。やはりこういうメールは嬉しいです。

向かいの家の梅が咲いている。2月が終わると、梅から桜にバトンが渡る。どんなに寒くても季節は流れる。自然は律儀で健気だなあといつも思います。2月って短くて、コラムの締め切りがもう来た。慌てて書いている。春は三寒四温で温度調節が難しいね。加えて花粉が…。書くだけで目がかゆくなる。飲み薬は眠くなるし胃が悪くなるんで、我慢我慢。

と、書くうちに、3月だ。窓の外に某引っ越し屋のトラックが来ている。引っ越しの季節だな。でもね、ぼくは隣の住人の顔さえ知らないんだよ。寂しい気がします。いつからだろう？人との繋がりが希薄になったのは。ちょっと手を貸して下さい。とは今時言えないな。沢山の人の手を借りながら生きてきた、ぼくには違和感がある。

アメリカがイランを攻撃だ。うんざりしてくるな。国民がまた苦しみ武器商人は儲ける。ウクライナ侵攻から4年、パレスチナにイランと争いの話ばかりが増えて本当に厭な世の中になったな。

それでも、平和を祈ってコラムを終わる。

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。→

