

# この街が 好きだから

みんなで手を携え、支え合い、ぬくもりのある街にしていきたい。  
そんな思いを胸に、地域でグループで、生き生きと活動が続ける人たちがいます。

## 偏見や誤解という障壁を無くすために やさしい精神保健講座OB会「ふれあい」

精神障害に関する正しい知識を広めるため、医療・福祉関係者や市などが七年前から毎年開催している「やさしい精神保健講座」。そこで得た知識を日常生活での活動に結び付けようと、初回の受講者の有志で発足したのが「ふれあい」です。これまで着実にその輪を広げ、現在会員は百人を超えています。

「会が号令を掛けるのではなく、できることを自ら見つけて活動するというのが合言葉です」と語るのは、代表を務める近藤邦雄さんです。多くの会員が、作業所や施設などに足を運びボランティア活動をしていますが、「友人や同僚と、精神障害に関する



例会では、隔月で医療関係者などを招いた講話もあります。この日は、今年9月の講座を受けた「8期生」との初顔合わせでした

入会は、講座の受講が条件です。来年度の講座開催時期は未定。詳しくは精神保健福祉センター ☎(622) 2561へお問い合わせください。

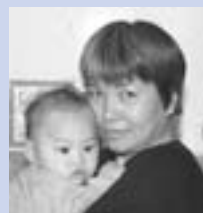
われる例会は、そんな会員一人ひとりが、活動のヒントを得る場になっています。

精神障害者の共同作業所でもある喫茶店を会場に、会員と障害者がお茶を飲みながらゆったりと時を過ごす「ふれあいサロン」は毎月開催。「喫茶店での会話を通じ、精神障害者は怖い」という誤ったイメージが、彼らの社会復帰を妨げていることを強く感じました」と話すのは、二年前に入会した貝田峯子さんです。家にも閉じこもりがちで障害者にとつて、こうした機会は社会復帰への大きな足掛かりになります。貝田さんは、「障害を乗り越えようと真剣に取り組んでいる皆さんとのふれあいは、自分を見つめ直す機会にもなります」と話してくれました。

気軽に楽しい時間は  
みんなを元気にしてくれ  
ます

わくわく

子育て通信



北区・子育てボランティア  
すぎやま たみこ  
杉山他美子さん

昨年五月に子育てボランティア講習会を受講し、翌月から麻生児童会館の子育てサロンのお手伝いをしていられるほか、市の行事で託児にも参加しています。

麻生の子育てサロンの参加者は、多い時で八十組。初めての方には、早く打ち解けてもらえるようお母さんに声を掛けるなど、雰囲気づくりに努めています。サロンで、子

供をちょっと誰かにだっこしてもらっただけでも、気が休まるものです。ぜひ息抜きの機会と考えて、気軽に参加してもらいたいと思っています。

子育てに不安や悩みはつきものです。子供と一対一で向き合う時間が長ければなおさらでしょう。我が家は転勤族でした。新しい転居地では子育ての相談をする知人もいなくて心細い思いをしました。そんな時、勇気付けられたのが、周りの先輩お母さんの「子育ての苦労も今は良い思い出よ」という言葉。それを、今度は私が伝える番です。

根っから子供好きの私は、街で子供を見掛けると必ず声を掛けたくなっています。娘に「ごっつう時代、不審かられるからほどほどにしてね」とたしなめられるほど。だから、この活動は、私にとって元気の源でもあるのです。(談)

### 子育てサロン

子育て中の方が自由に交流できる場です。親子あそびの紹介や、希望に応じて子育てサークルづくりのお手伝いをします。会場と開催曜日をご確認の上、直接お越しください。  
対象 就学前までのお子さんと家族。  
会場 市内99カ所の児童会館。  
開催日時 週1回（一部の会場は2週に1回）、平日の午前中1時間30分。  
参加料 無料。

### 子育てボランティア講習会

子育て家庭の現状を学び、親子とかわるための基本的な知識や技術などを身に付けます。

日程 1講座5日間程度。来年度の開催時期は未定。

受講料 無料。

詳細 区役所の保健福祉サービス課 子育て支援担当（電話番号は19☎参照、ただし、中央区は☎511-6399、東区は☎712-6331）