

発行元：津市身障者福祉連合会・〒514-0831 津市本町35-3 電話223-2085 FAX/223-2036
発行責任者：会長 片岡福生



令和7年度 潮干狩り交流会

笑顔と潮風あふれる一日！ in 香良洲海岸

美里支部 平井 克昌

5月27日(火)、潮風が吹く津市香良洲町海岸で、待ちに待った「潮干狩り交流会」が開催されました。総勢120名程が参加。津市内各地から、マイクロバスや乗用車に乗り合わせて、遠くは美杉町や河芸町からも仲間が集まりました。

この交流会は、障がいのある仲間同士が気軽に語り合い、笑い合い、レクリエーションを通じて地域とのつながりを感じられる貴重な機会です。今年もボランティア、手話通訳、福祉課・社協など多くのご協力をいただき、温かな雰囲気の中で始まりました。

当日は祝電も多数届き、励ましのメッセージとともに、海の家「なお屋」での楽しい時間がスタート。海に入るときは2～3人で行動することなど、安全面の説明の後、いよいよ潮干狩りが始まりました！

◇今年の海は大豊作！?

潮干狩りでは、大きなハマグリやバカ貝が見つかり、皆さんの笑顔がはじけます。会話を楽しむグループ、静かに波音を楽しむ方、それぞれが思い思いのひとときを過ごしていました。

◇みんなで味わう「潮のごちそう」

お昼には、恒例の「貝の炊き込みご飯」と「あおさの味噌汁」がふるまわれました。潮の香りと共に味わうこのご飯は、格別の美味しさ。初参加の方からも「来年も絶対来たい!」という声が上がりました。

◇最後はお楽しみビンゴ大会！

交流会の締めくくりはビンゴゲーム。賞品を手には笑顔で「また来年ね!」と声をかけ合っていました。

帰り道は雨になりましたが、心は晴れやか。参加者の皆さんにとって、また一つ素敵な思い出ができた一日となりました。

来年もきっと、笑顔あふれる一日になるはずです。まだ参加されたことのない方も、ぜひお気軽にご参加ください。

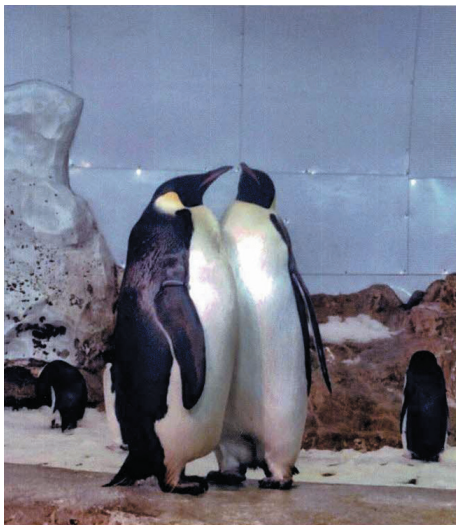
三重県障がい者芸術文化祭受賞作品



★三重県知事賞★

「外出する喜び」

中嶋 宏行 さん



★奨励賞★

「愛のささやき」

植田 弘子 さん

〔俳句〕

★三重県議会議長賞★

鳥渡る 内戦の子の 写真集

写真集の中の子どもたちに作者はきっと感じたものがあつたと思います。鳥渡るは大陸とつながっている季語です。鳥は何を見て何を伝えにいくのでしょうか。



白藤弘子さん



←おめでとう

★きらめき新人賞★ えりまき 襟巻と ちい 小さな義足 ぎそく のこ 遺さるる 西沢博子さん

令和8年を迎えて

津市身障者福祉連合会

会長 片岡 福生



平素は、何かと津市身障者福祉連合会の活動にご支援、ご協力をいただき厚く感謝を申し上げます。津市行政及び津市社会福祉協議会の方々には、身障者の活動及び生活へのご支援をいただき感謝申し上げます。

令和7年度から、三重県障害者団体連合会の会長職を拝命いたしました。未熟な私ですが、津身障者福祉連合会の会長職と同様に、ご支援ご協力をお願い申し上げます。

津市身障者福祉連合会の行事も、スポーツ競技、研修会、意見交換会、芸術文化祭と、多くの事業が開催されました。たくさんの方々に参加され、有意義な時間を過ごされました。

また県障連の行事にも参加され、県内の障がい者団体の方達とも、行事を通じて楽しい時間を過ごされました。昨年のグラウンドゴルフ大会では、当連合会は、素晴らしい成績を出され、表彰を受けました。

文化クラブも芸術祭への出展などいろいろと活動されております。津身連からは、3名の方が受賞されました。今後もより一層の活躍を期待しております。

事業の計画につきましては、理事会で皆さんと意見を出し合い、連合会の発展と、会員の皆さんが楽しく過ごせるイベントを考えております。

今後の課題は、津身連への魅力創り、若者が入会しやすい環境作り、市民への広報活動を中心に運営したいと思っております。

本年もいろいろな事業を計画しております。安全を第一に考え無理せず参加して楽しんでいただきたいと思います。終わりに会員の皆様のご健康とご多幸を祈念しまして、年頭のご挨拶といたします。

交流会兼研修会 ～サンヒルズ安濃 2階 大会議室～

令和7年2月4日(火)
美里支部 平井 克昌

つながる津市・ひろがる支援 — 津身連交流会レポート —

津身連年間行事の1つとして、令和7年2月4日(火)、津市サンヒルズ安濃にて参加者45名が集まりました。この日は、津身連が抱える課題や、津市10支部が日頃から向き合っている問題について、5つの班に分かれて発表と意見交換を行いました。地域のみなさんの“身近な暮らし”に関わる内容が多く、支部どうしが情報を共有し、より良い活動につなげていく大切な機会となりました。

【第1班の発表】支部で寄せられる相談内容の共有や、福祉サービスの案内方法について話し合いました。聴覚障害者対応の難しさ、役員の後継者問題、津身連からの発信（HP等）、相談員活動、地域のつながりづくりが今後の課題としてあがりました。

【第2班の発表】移動支援の不足や、外出が難しい方へのフォロー体制について意見が出ました。行政との連携が重要、役員の後継者問題、土日開催の行事検討との声が多くありました。

【第3班の発表】日常生活での困りごとや、民生委員等他の団体とのつながり、相談窓口の周知不足が課題として取り上げられました。移動手段の困難、会の魅力不足、デジタル化の活用が示されました。

【第4班の発表】地域行事に参加しづらい方への支援（移動手段が難しい）、家族の負担軽減、災害時のサポート体制など、生活に直結する課題が多く話し合われました。

【第5班の発表】行事参加の交通手段、情報発信、メディアの活用、会員の身分証発行、支部だより等の活用、土日行事の検討、現状が共有されました。今後は支部間での交流研修が必要との意見がありました。

これからも、津身連は市民のみなさんと一緒に『暮らしやすい津市』を目指して活動を続けていきます。

カローリング教室に参加して

令和7年3月17日(月)
芸濃支部 籠橋 二子

小雨の降る寒い日でした。

体育館内でも寒かったのですが、みんなの活気でだんだん体が暖かくなってきました。

カローリングを初めて体験する方が半分くらいいましたが、指導員の方の説明を聞いて、練習するうちに上手になられて、はしゃいで楽しい時間を過ごすことができました。

こんなにも、楽しい一日を過ごせたのもっと大勢の参加があればもっと楽しいと思いましたので、次回は多くの方を誘ってみようと思います。



津身連県内外研修 津身連研修旅行に参加して

令和7年3月4日(火)
久居支部 青木 誠

〔目的地〕奈良市 〔参加者〕34名

早朝8時、一志総合支所を出発、ほぼ予定どおりに夕方5時過ぎに出発場所へ無事帰着しました。

山林火災の続く大船渡に大雨が降り、住民の安全安心が確保されることをみんな願って話題にも当然あがっていましたが、このバス旅行に雨は残念でしたけれども、幸い目的地の奈良市はごく少雨で、寒さも予想した程のこともなく、この時期としてはまずまず良い日だったといえます。

遠くに見える若草山や、興福寺の五重の塔もかすんでいましたが、道路近くの民家・商家などは世界遺産の古都奈良のおちついた、たたずまいで、36万人の市民の住む都市とは思えない情景でした。

34名の参加者の皆さんは、車中や昼食時・見学場所で支部の様子や気になることなどを話し合いながら、助け合って行動していただいている様子で、おだやかな1日を過ごすことができたのではないのでしょうか。

「ならまち」の文化財については、バスガイドさんが詳しく説明して下さり、子どもの時の遠足や、授業で学んだことを思い出したり、最近の変化も十分知ることができました。

そこで、ガイドさんのことばも借りてクイズを出します。(答えは文末に書きます)

【質問1】奈良公園の鹿は今年約何頭いるでしょう。

【質問2】どのように数を数えるのでしょうか。

【質問3】広い公園で群れで生きる鹿の排泄物(糞)の始末はどうしているのでしょうか。

前述のとおり、雨で景色は十分見ることはできませんでしたが、2つの体験研修について簡単に報告させていただきます。

どちらも、増加する外国人旅行者や、日本の若者たちにも受け入れやすいように工夫されたもので、私達にも十分受けとめられるものになっていました。

柿の葉ずし 手作り体験

10:50 ~ 11:50 [平宗商店便利館]

海の遠い奈良県各地で、各家に一本植えられた柿の葉(香りが良く防腐効果がある)を使ってすしを包み、長持ちさせる食文化が伝えられてきました。

その歴史や具体的な作り方を動画解説していただいたあと、一人ひとり体験しました。

さば4枚、さけ4枚、柿の葉8枚、酢めし8個分、木折1セット、手袋1組などが並べられ、動画で見たことを一生懸命まねして8個入り折詰を作りました。

私は、大きさが不ぞろいでうまく包めない物もありましたが、明日食べることを楽しみに体験を終えました。



奈良金魚ミュージアム見学

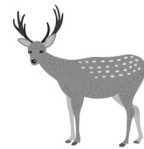
12:20 ~13:25 [二条大路複合商業施設内に設置]

日本三大金魚の産地のひとつ、奈良県に最近誕生した日本最大級の金魚ミュージアムを三三五五順路に従って見学しました。

プロジェクションマッピング、ミラーボールなど最新技術を使い、きらびやかな光の中で、大和郡山原産の小赤など約3000匹の金魚が優雅に美しく、流れるように泳いでいる様子に感動しました。

世界遺産である「ならまち」では、新しいビルは許可されないことが多く、4階フロア全体を工夫したつもりですが、もう少しゆったりした場所であれば、もっとゆっくり楽しんでいただけるとの施設にできたのではないかと、ミュージアムの係の方が残念そうに言われました。

- 【クイズの答え】
- ① 1325頭（去年7月）
 - ② ボランティアの方に目視で数えてもらう
 - ③ 鹿のいる所に糞虫（センチコガネ類）が生息し、食べてもらっている。人は掃除しません。



第21回津市身障者福祉連合会総会

令和7年5月20日(火)
津支部 中嶋 宏行



令和7年5月20日(火)、津身連総会が芸濃総合支所2階大会議室で評議員34名、理事10名の参加者にて開催されました。

なお、今年も総会会場に文化芸術部による会員の作品展示がおこなわれました。

10時30分に小柴副会長の開会宣言ではじまり、会長挨拶に続き津市長(坂倉健康福祉部長代読)、吉田市議会副議長、石川津社協会長の3名の来賓から挨拶をいただいた後、議長に美杉支部の栢森氏、議事録署名に河芸支部の山尾氏を指名し、議案審議を行い、令和6年度の事業及び決算報告、規約改正、新役員体制及び令和7年度の事業計画と予算案について全て承認し、今年度の活動方針が決定されました。

休憩の後、文化芸術部長の山尾さんから写真の講習会をしていただきました。



「福祉のてびき」説明会 ～サンヒルズ安濃 大会議室～

令和7年7月15日(火)
津支部 中嶋 宏行

昨年に引き続き、22名の参加者を得て、津市が発行している「障がい福祉のてびき」について、障がい福祉課 松長主幹から説明をしていただきました。

福祉制度のサービスは、身体障害者・養育・精神障害保健福祉の各手帳保持者が受けられますが、ほとんどの場合、申請主義のため制度があっても知らなければ受けることができません。

補装具費の支給、自立支援医療（更生・育成）、精神障がい者医療費助成、障がい者医療費助成など様々な支援を受けることができます。他にもNHKや高速道路など色々あります。（高速道路の割引は、タクシーやレンタカーなどにも対象が拡充されています。）
忘れていないものはないですか？

津身連として、障がい者医療費（福祉医療費）の助成については、障害者手帳保持者は3級以上の方が病気などで医者にかかり医療費（保険診療分）を支払った場合、後日還付されますが、通院に伴う「障害者等交通サービス支援事業」（通院1回あたり千円支給/月4回まで）は、2級以上が対象のため、3級までの対象拡充と社会参加等についても対象とするよう要望しています。



←おはよう



←こんにちは

令和7年度 三重県障がい者青年活性化体験発表 & 交流レクリエーション 「カラオケの集い」に参加して

令和7年7月27日(日)
香良洲支部 福島 月子

7月27日(日) 玉城町保健福祉会館ふれあいホールで行われました。

10時より体験発表第42回東海テレビひまわり賞受賞山根秀生氏(名張市)の体験発表を聞きました。

カラオケの集い「歌を唄って健康で楽しく交流ショー」がありました。

会場は満席で、110名の方が参加され、津市からは片岡会長と二人で参加し、片岡会長はチョンヨンビルの思い出迷子、私は中村美津子の大阪情話を歌いました。

参加の皆さんとても上手な方ばかりで、拍手喝采で楽しい一日を過ごせました。

県内外研修旅行

令和7年9月5日(金)
香良洲支部 福島 月子

前日から台風15号の心配をしながら身障者福祉連合会の研修旅行に、一志総合支所から11名、芸濃総合支所から19名、合計30名にて出発しました。

昼まで雨が降り、台風の為、えびせんべいの里は行けませんでした。かねふくめんたいパーク常滑に変更となりました。

そのあと、まるは食堂南知多豊浜本店で、大きなエビフライ2本と煮魚、刺身をいただき、ぶどう狩りは林ぶどう園で甘いシャインマスカットをいただきました。

そのあと、げんきの郷で全員写真を撮り、無事各支所に到着いたしました。

雨は昼からはやみ、楽しい一日を過ごせました。



津身連体育大会 ～津市白山体育館～

令和7年10月18日(土)
白山支部 中山 恭一

朝9時過ぎに会場に行きましたところ、三重県パラスポーツ指導者協議会と津社協の方々の会場設営の応援のおかげで終了してありました。高齢の障がい者としましては、大変助かり心から感謝しております。10時30分開会、受付は昨年同様、広報啓発実行委員の方が担当してもらってありました。司会進行は、福島副会長と今井理事が担当されまして、テキパキとした行動が、心地よく感じられました。津市議長、県会議員代表、健康福祉部長から祝辞を頂きました。宣誓は、美杉支部が担当されました。

紅白玉入れから始まり、私も久し振りに参加しましたが、なかなか球が籠に入りませんでした。ハトポツポ、満水競争、サイコロ転がしで、昼となりぶんてんの弁当を頂きました。

午後は、風船運び、パン食い競争、運試しがありました。最後の運試しは、一番の楽しみで、早速、引き当てた品物の中身を見ている方も見えました。



選手宣誓は
美杉支部 北山さん



サイコロ転がし



満水競争



三重県身体障害者福祉大会

令和7年11月29日(土)

第71回三重県身体障害者福祉大会が鈴鹿市で開催されました。

津身連の片岡会長が三重県障害者団体連合会の会長に就任されて初めての大会となった今大会は全体で308名の参加があり、津身連からの参加者は38名で、大会宣言、大会決議、スローガンが決議されました。

今回のスローガンは次のとおりです。

◇ 県および市町障害者団体の組織強化を図ろう

◇ 国・県・市町と緊密に連携し、

地域共生社会を実現させよう

また、顕彰(会長表彰)、来賓(鈴鹿市長、国会議員、県会議員)祝辞、挨拶がありました。

大会終了後は郷土芸能として

「アザレア・ブラス・クインテット鈴鹿」という金管アンサンブルの演奏を楽しみました。

次期開催地は桑員ブロックです。



ボーリング大会 ~津グランドボウル~

令和7年8月19日(火)

2ゲーム制ハンデ無しにて順位が決まりました。

1位. 2位. 3位. BM賞の4名です。



グランドゴルフ ~白山運動場~

令和7年11月21日(金)



特別賞は前川さん持参の野菜でした。

手芸部活動

秋冬の彩りを楽しむ フラワーデザイン スワッグ作り体験会

12月16日(火)
津市ふれあい会館 2階 大会議室

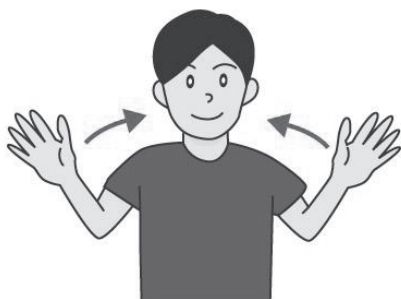
自然の恵みを束ねて、暮らしに彩りを。
季節の草花を使ったスワッグ（壁飾り）を
一緒に作りました。
初心者の方も楽しめました。



聴 覚 部 会

12月1日(月)に聴覚部会会議が開かれました。
会議の後、ミニ手話講座が開かれました。
各ページ探してみてください。

挿絵提供 吉田博子さん



←こんばんは

TOPIC 1

わたSHIGA 輝く障スポ
スポーツウエルネス吹矢

オープン競技

開催日：2025年10月19日(日) 12時～16時30分

会 場：皇子が丘公園体育館 滋賀県大津市皇子が丘1丁目1-1

主 催：滋賀県スポーツウエルネス吹矢協会

公益財団法人日本パラスポーツ吹矢協会

文部科学省・滋賀県・大津市

三重県身障者スポーツウエルネス吹矢協会所属

クラス	順位	氏名	所 属
身体 座位 男子 8m	3位	西田 明生	津中央身障カフセミ支部
身体 立位 G8	2位	佐藤 隆	津中央身障カフセミ支部
身体 立位 男子 10m	3位	今井 富男	津カフセミ美杉支部
身体 立位 男子 10m	4位	北山 紀男	津カフセミ美杉支部
身体 座位 男子 10m	優勝	格嶋 稔	カフセミ津支部
身体 立位 女子 10m	優勝	福井とし子	カフセミ津支部
身体 座位 G8	優勝	別府 英勇	四日市中央カフセミ支部

TOPIC 2



大市さん 優勝おめでとうございます

9月28日(日)に開催されました、三重県障がい者自動車安全運転競技会にて、大市貞夫さんが優勝されました。

「乗車前に車両の四隅を確認するように」と先輩から教わり、始業点検、安全に心がけました。

普段から

- ① 速度を守る
- ② 左右確認

に心がけて運転しましょう！



津身連会員句集

俳 句

はるあさ ニュージランドへ 夫婦旅
 つばひる 麦藁帽で 草を取る
 いったん すみえ うんかい あき くれ
 一天が 墨絵の雲海 秋の暮

なつ ちょう まひる にわ こかげま
 夏の蝶 真昼の庭の 木陰舞う
 そつじゆ す おや かんしゃ くず はな
 卒寿過ぎ 親に感謝の 葛の花
 かぜしず まち ひひか ふゆ あさ
 風静か 町の灯光る 冬の朝

白山支部 中山恭一

いき 息ひそめ な しょうねん ひや がお
 泣く少年の 日焼け顔
 せせらぎの 風を引き入れ 夏のれん

よ 呼びかけに た て ふ 誰が手振りくる なつ はら
 夏の原

津 支部 白藤弘子

ふうじく がけ 崖のぼりゆく はる ちょう
 春の蝶
 あ 荒れやうの は 張りぼて駒や なつ まつり
 夏まつり
 ふ い 踏み入りて ひざ 膝あたたかし ふゆ くさ
 冬の草

やわ 柔らかに よ ご み つ つ む はな あめ
 花の雨
 とつ おすめ いぬ か の あそ け
 遊び蹴り
 しろ 白じろと ほ だか くれ 穂高暮ゆく とうじ がゆ
 冬至粥

久居支部 西沢博子

はつ 初みくじ か ぞく おも 結ぶ木に
 結ぶ木に
 たいいくさい とも 体育祭 友とのきずな ふか 深める場

き ぎ あお ば りんと咲きしは やまざくら
 山桜
 な し 名も知らぬ とり 鳥がついばむ た あと
 田んぼ跡

芸濃支部 中村妙子

短 歌

そつじゆさか しゆみ て しごと はたけし ごと ひまご そだ たの
 卒寿坂 趣味 手仕事 畑仕事 曾孫のびのび 育つ楽しみ

ヨーイドン おちゆう か だ 夢中で駆け出す ひまご 曾孫たち あか こえ へいわ みらい
 明るい声に 平和な未来を

白山支部 九里邦雄

川 柳

あれそれと れんそう 連想ゲームで かいわ 会話する
 おに 鬼だけど つい 癒される つま え 妻の笑み

きび 厳しいが やはり頼れる ばあ 婆さんだ
 いい ふうふ いま 今はどうでも いい ふうふ
 いい夫婦

白山支部 九里邦雄

広報誌に掲載の俳句を募集しています。脳トレにもなると思いますので、一句でも結構ですから、各支部広報啓発実行委員さんを通じて提出お願い致します。NHK Eテレ番組で毎週日曜日6時35分からNHK俳句を放送していますので参考にしてください。

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ **健康長寿のためにやるべきこと** ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

ある日、私は、ユーチューブ（インターネットサイト）でお医者さんが「朝起きて5分この行動をすれば高齢者は30年長生きする」という投稿を読み感動しましたので、皆さんにもお知らせしたいと思います。これは75歳ごろから始め、日頃の生活習慣を変えていくとよいとの事ですが、今から始めても良く、私も続けております。

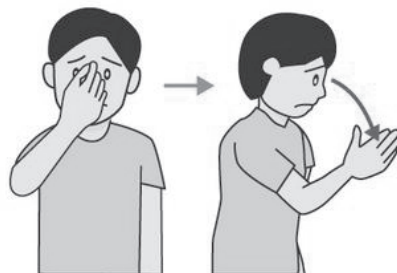
- | | |
|--|--|
| <p>①水分補給
（朝一番にぬるめの水をコップ一杯飲む）</p> <p>②朝日を全身に浴びる
（身体のリズムを整える）</p> <p>③軽い体操をする（血液の流れを良くする）
関節の動きを良くする（足首、肩を回す、つま先で立ちゆっくり下す、各10回）</p> <p>④深呼吸を3回する。
（吸う 止める ゆっくり吐き出す）</p> <p>⑤朝食は、良質のたんぱく質を豊富にとる。
食物繊維も取る。
ゆで卵、豆腐、ヨーグルト、豆乳、オートミール+牛乳など</p> <p>⑥脳を目覚めさせる
思い出しリハビリをする。
昨日やったことを思い出す。</p> | <p>⑦毎朝、隣人と会話（挨拶など）をする。
家族とでも良い。</p> <p>⑧感謝の気持ちを持つ。
生かされていることに対して、有難うございます。
健康に対して、各内臓に心から感謝する。</p> <p>その他 私が心掛けていること</p> <p>①テレビ番組で毎朝体操をする。
ストレッチ体操
相撲のしこを踏む</p> <p>②無償のボランティア活動</p> <p>③向上心（新しいことに挑戦する。
読書 日記 俳句 書道等）</p> <p>④土に親しむ（稲作 野菜作りなど）</p> <p>⑤瞑想 信仰心</p> |
|--|--|

30歳前半に交通事故を起こし、左膝上大腿骨複雑骨折し（正座できない）左足5cm短縮、その後約60年経過、現在91歳、無病息災で過ごさせて頂いている。これは自分の努力もあるが、やはり親から頂いた健康な体に心から感謝をしています。

白山支部 中山 恭一



←ありがとう



←すみません

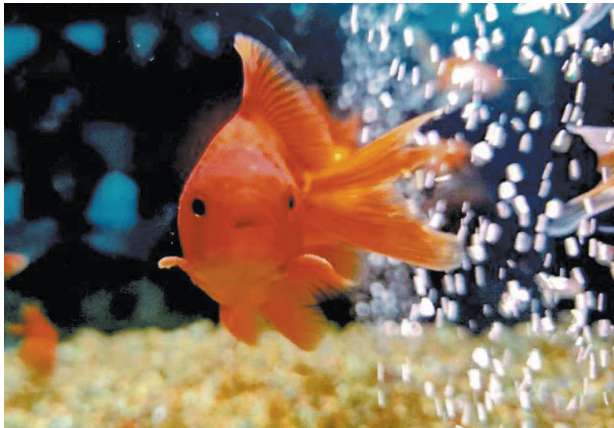
写真部作品



「早や…… 5才」 河芸支部／武田寿美



「マイペット」 久居支部／浦出孝司



「やあーこんにちは」 安濃支部／山崎倫敬



「石楠花」 安濃支部／小柴正信



「今年も実りました」 一志支部／小林肇子



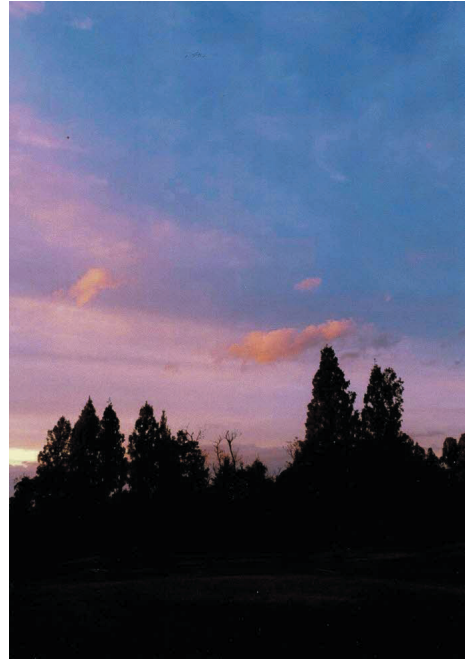
「外出できる喜び」 津支部／中嶋宏行

会員のみなさんへ

県文化祭への出展をお願いいたします …… 9月頃〆切
文化芸術部への作品出展をお願いいたします … 各文化部へ問い合わせください
記事の投稿の協力をお願いいたします …… 各行事終了時



「朝露に」 河芸支部／山尾勝征



「里山の夕暮れ」 美杉支部／植田弘子



「深まりゆく秋」 河芸支部／古市良一



「凜と咲きて」 河芸支部／山尾すみ子

津市身障者福祉連合会 **会員募集** 【会費】1人 年間 1,000円

私達会員はお互いに身体の障がいを持ち、助け合い、励まし合って生きております。また会の行事を通じて、交流と親睦を図っております。身体障害者手帳をお持ちの方は、是非とも会員になって頂き、福祉会の発展と、福祉の向上に、ご協力頂きますようお願いいたします。

■入会の申し込み、ご質問先

津市身障者福祉連合会 〔事務局〕〒514-0831 津市本町35-3 ふれあい会館
電話 059-223-2085

津市社会福祉協議会

- | | | | |
|--------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------------|
| <input type="checkbox"/> 地域福祉課 | 電話 059-213-7111 | <input type="checkbox"/> 久居支部 | 電話 059-256-1202 |
| <input type="checkbox"/> 河芸支部 | 電話 059-245-8888 | <input type="checkbox"/> 芸濃支部 | 電話 059-265-4531 |
| <input type="checkbox"/> 美里支部 | 電話 059-279-3366 | <input type="checkbox"/> 安濃支部 | 電話 059-268-5804 |
| <input type="checkbox"/> 香良洲支部 | 電話 059-292-7711 | <input type="checkbox"/> 一志支部 | 電話 059-295-0066 |
| <input type="checkbox"/> 白山支部 | 電話 059-262-7029 | <input type="checkbox"/> 美杉支部 | 電話 059-274-0023 |



この広報誌は共同募金配分金を活用して作成しました。

