

やんばらあ〜ねっと 2016年1月 第34号

ないよう 内容

きらら ねん ふ かえ
希輝々の2015年を振り返る

きららめんばー ねん ほつふ
希輝々メンバーの1年の抱負

つーでーまーち
やんばるツデーマーチ

希輝々の2015年を振り返る

きらら ねん たいへんいそが つきひ た ま じゅうじつ
希輝々の2015年は大変忙しく、月日の経つのがあっという間で、とても充実した

いちねん じせい いそがほんとう あたら
一年でした。いまのご時世、忙しいなんて本当にありがたいことですね。新しい

とし むか かつどう わ ちいき ひろ こんご きらら
年を迎えるにあたって、もっともっと活動の輪が地域に広がっていくこと、今後の希輝々の

はってん きらら ねん おも
発展につなげていくために、希輝々の2015年をふりかえてみようと思います。

まいねんかなら おこな どうせんたー こうれいぎょうじ とし かさ ちいき
毎年必ず行っている当センターの恒例行事は、年を重ねるごとに地域に

ねづ かん たと なつ こうれいべんと ふいーるどとりつぷ I L P
根付いていっていると感じています。例えば、夏の恒例イベント「フィールドトリップ I L P」

きららせつりつとうしょ おこな いべんと きよねん かいめ むか
はそのひとつです。希輝々設立当初から行っているイベントで、去年で11回目を迎

イベント だいかいめ だすきんきぎょうだん かたがた ささ
えました。このイベントは、第1回目からずっとタスキン企業団の方々に支えられてい

じゅんぴ だんかい とうじつ さぼーと きょうりよく
て、準備の段階から当日のさまざまなサポートにいたるまで、たくさんの方を協

いべんと たいせつ びひん か ほか じぎょうしよ
もらっています。また、イベントのためにさまざまな大切な備品を貸してくださる他の事業所

ほう ちいき かた いべんと しゅしりかい きょうりよく かたがた ふ
の方や地域の方など、このイベントの趣旨を理解して協力してくださる方々も増えて、

りかい ひろ かん さんかしゃ つの いぜん くるう
理解の広がりを感じています。それから、参加者を募るのに以前ほど苦労しなくても

まいとし かたがた さんか まいとし
毎年たくさんの方々が参加してくれるようになりました。これらのことから、毎年つづけること

たいせつ がんば おお ちから おも
が大切で、頑張っていればちゃんと大きな力になるんだなあと思いました。

まいとし いちねん しゃかいふくしきょうぎかい れんけい おこな ふくしたいけん
毎年、一年をとおして社会福祉協議会と連携して行っている福祉体験

がくしゅう ちいき ていちゃく ぼらんていあ じぎょう さんか
学習もすっかり地域に定着しました。ボランティアとしてこの事業に参加している

みんせいいいん なかよ きょうりよく おこな くるま
民生委員のみなさんとはもうすっかり仲良しですし、みんなで協力して行う車いす

たいけん しんこう じょうず ちいき こども しょうがい し
体験の進行も上手になりました。地域の子供たちに障害のあるひとたちのことを知っ

いみ こども かぞく しょうがい
てもらうことはとっても意味のあることだし、子供たちからそれぞれの家族に障害のあるひとたち

ひごろちいき こま つた しょうがいしゃ こうきょう せつび い
が日頃地域で困っていることなどが伝えられ、障害者のための公共の設備を活かす

もらる かんが たいけんがくしゅう ちいき きらら
ためのモラルがひろがっていくことを考えると、この体験学習は地域のみなさんに希輝々

し きかい おも
のことを知ってもらうのにとってもいい機会になると思っています。

こうれいぎょうじ ぴあ かうんせりんぐしゅうちゅうこうざ まいねんけんないがい
もうひとつの恒例行事はピア・カウンセリング 集中講座です。毎年県内外より

リーダー さぶりーだー かた まね おこな ひ う なご き
リーダー、サブリーダーとなる方を招いて行っておりますが引き受けて名護に来てくださる

かたがた かなら かた とお き
方々は必ず、すてきなかつこいい方ばかりで、はるばる遠いところから来てくださった

リーダー さぶりーだー かたがた はこ しんせん かぜ かん きんちようかん
リーダー、サブリーダーの方々が運んでくださる新鮮な風を感じつつ、いい緊張感

おこな おも きよねん こうざ
のなかで 行 えていると思います。去年もおかげさまでとてもいい講座になりました。

か どうぜん かだい どうじしゃ すたっふ
いいことばかり書いてしまいましたが、当然、課題もたくさんあり、当事者もスタッフもともに

せっきよくてき かつどう さんか えんぱわーめんと ひつよう じむきよく
と積極的に活動に参加するためにエンパワーメントが必要ですし、事務局としても

べんきょう げんじよう
つともつと勉強しなければいけないことがいーーーーっぱいなのが現状です。それらのことに

くりあ でき
ついてはもちろんこれからひとつひとつクリアしていかなければなりません。でも、いままでは出来てい

ま でき どうどう
なかつたのにいつの間にか出来るようになっていたこともたくさんあるので、そのことについては堂々と

じしん まえむ げんき
自信をもって、前向きに元気よくやっていきたいです。

ことし きらは
今年も希輝々はふんばります。どうぞよろしく！

希輝々メンバー1年の抱負

は や きららめんばー はんどるねーむ
☆恥ずかしがり屋の希輝々メンバーなのでハンドルネームです(*´ω`*)

たいちょうかんり おこな かいじょ やす がんば
体 調 管理をちゃんと 行 い、介 助を休 まないように頑 張りたい

ばいすとれーとていー
by ストレートティー

ことし いべんと さんか そと で りぐ
今年もいろいろなイベントに参加してたくさん外に出たいです。それから1人暮らしをする

もくひょう でき べんきょう ゆめ かな
目 標が出来たので、いっぱい 勉 強して夢を叶えたいです。

ばい
by りょうた

きんがさるとし あたら とし はじ みな しょうがつ たの す
謹賀甲年、新しい年が始まりました。皆さんお正月は楽しく過ごされましたか？

きも あら こころ からだ りふれっしゅ こと おも いじょう しょくいん
気持ちを新たに、心も身体もリフレッシュされた事と思います。これまで以上に職員

どうし たて れんらくよこ れんけい みつ ちーむわーく たいせつ あいことば がんば
同士の縦の連絡・横の連携を密にして“チームワークを大切に”を合言葉に頑張

おも けんこう き しょくいんみな こころうきうき ねん
っていきたいと思います。健康に気をつけて職員皆さんが心ウキウキする1年となり
ますように。

ばい りこ
by あさおかリリコ

ことし しごと せいかつ みなお おも います やま
今年は、仕事をしながらもっと生活を見直そうと思います。今住んでいるところは山で

はたけ のうやく つか しぜん ひりょう つく しよくじ き
畑もやっています。農薬を使わず自然のもので肥料を作っています。食事にも気を

つか いしよくじゅう も い
使い【衣・食・住】にもっとこだわりを持って生きていきたいです。

ばい
byさかい

あいて たちば めせん あ あいて かんが かた こうどう すたいる りかい うえ
相手の立場や目線に合わせて相手の考え方や行動のスタイルを理解した上での

かいわ こみゆにけーしょん つちか じよげん とき じぶんほんい あいて
会話（コミュニケーション）を培いたい。助言する時も自分本位ではなく、相手が

りかい う い じよげん ざつだん ころが
理解しやすく受け入れやすい助言や雑談を心掛けたい。

ばい きん
byみづ園

て め らく よわ こころ たたか いそが くる
手を抜いて楽しようとする弱い心と戦います。どんなに忙しくても、どんなに苦しくても

ふ ば じょうぶ からだづく つと しょうがい ひとたち さべつ
踏ん張ります。そしてそのための丈夫な身体作りに努めます。障害のある人達の差別

ふか かんが べんきょう どうじしゃ こころ ちか
についてもっと深く考えられるように勉強をします。もっと当事者の心のそばに近づき
ます。

ばい
byひで

ことし ^{ばしょ い} ^{びょういん}
今年はある場所に行かないようにする。それは病院。

ばい
byかおりん

きょねんどうよう ^{かいじょ} ^{がんば} ^{どうじ} ^{とうじしゃ} ^{きも} ^{かんが} ^{しごと}
去年同様、介助を頑張ると同時に当事者の気持ちを考えた仕事をやっていきたい

です。あと酒を控えていきたいんですが、^{さけ ひか} ^{かんじょく}
間食はやめられないかもです↓

ばいえす
by S

^{がんば}
ぼちぼち頑張りますっ！

ばい
byさる

^{かいじょ} ^{まな} ^{おも}
介助だけでなく、いろんなことを学んでいきたいと思います。

ばいしょうぎじろう
by将棋次郎

きょねん ^{ぜんたいてき} ^{がんば}
去年より全体的に頑張る。

ばいさかなつ たろう
by 魚 釣り太郎

きょねん いろいろ かいじょ きず ふあん ふてぎわ
去年は色々とお介助をしましたが、傷つけたりしないかと不安で不手際がありました、

ことし ほうふ さまざま こと さいどちょうせん じしん かに すきるあつぷ めざ
今年の抱負は様々な事に再度挑戦し自身への糧とつなげてスキルアップを目指した

ことし けっこん
いなあ。今年は結婚するど〜。

ばいどきん
byドキンちゃん

ことし にんげん い い ぜんりよく
今年は“人間らしく生きる！！”〜生きるのに全力です〜

すどれす た かね た
☆ストレスは溜めずに、お金を貯める！！

き ちゅうび にこ とことことことこ
☆やる気は中火でなが〜く煮込む。(トコトコトコ…)

がんばす がんばれ
☆頑張り過ぎず、“顔晴る”

ばい まんぼ
by 39マンボ→

とうじしゃかつどう ちから い けあれみす すこ へ がんば
当事者活動にもっと力を入れたい。ケアレミスを少しでも減らせるように頑張りたい。

ばいふしぎ
by不思議さん

すうねん りようしゃさん りよこう はな いま じっこう うつ
ここ数年、利用者さんと、“旅行がしたいね”と話すのだけど、未だ実行に移せてい

ない。来年は何かしらの進展があるように具体的なプランづくりでもしてみようかなあ…。

ばい
byペ・よんじゅん

やんばるツーマーチ

ぼく すぽーつ いべんと だいす
僕はスポーツのイベントが大好き

あき ふゆ おきなわ
です。秋から冬にかけて沖縄で

すぽーつ いべんと
はいろんなスポーツのイベントがあるの

いそが
でぼくはとっても忙しいです。

りくじょうきょうぎ すぽーつたいかい
陸上競技のスポーツ大会

つーるど くるま
や、ツール・ド・おきなわや、車いす

まらそんたいかい
マラソン大会など、いろいろな

たいかい しゅつじょう
大会に出場しています。



がんばるぞ〜！おおー！

がつ にちどようび なごし かいさい つーでーまーち さんか
12月12日土曜日は、名護市で開催されたやんばるツデーマーチに参加しました。

つーでーまーち ある なかま けんこう からだ
ツデーマーチは、みんなといっしょに歩いて仲間をつくることと健康な体をつくることを

もくてき うおーきんぐ イベント おきなわけんない けんがい ひと
目的としたウォーキングのイベントで、沖縄県内だけではなく、県外からもたくさんの人

こうれい イベント こし かんこく ひと さんか
たちがやってくる恒例のイベントです。そういえば今年は韓国の人たちも参加していました。

つーでーまーち なが コース みじか コース しゅるい コース じゅんび
ツデーマーチはとっても長いコースから短いコースまでいろんな種類のコースが準備さ

ぼく きろ びーちコース えら ある ひ ぼく あたら
れていて、僕は5.9キロの「ゆったりビーチコース」を選んで歩きました。この日は僕の新しい

へるぱー ある
ヘルパーさんもいっしょに歩きました。



ひ てんき よ がつ
この日は天気も良く、12月なのにと

あたた ひ ぼく ある
ても暖かい日でした。そして僕の歩

コース うみぞ みち
いたコースは海沿いの道だったのでつ

きも ちゅうかんちてん
てもいい気持ちでした。中間地点

つめ ちゃ ことう
では冷たいお茶と黒糖のおかしが

じゅんび きゅうけい けしき たの
準備されていて休憩することができました。いっぱいしゃべって、のんびり景色も楽しみなが

ある すたーと じかん ごーる いっしょ ある
ら歩いてスタートからだいたい2時間くらいでゴールできました。みんなと一緒に歩くといっぱい

わら ぜんぜんつか き
笑ったりしゃべったりするので全然疲れた気がしませんでした。

すたーとごーるちてん せいき もりたいいくかん た
スタート・ゴール地点の21世紀の森体育館まえには、食べものやおみやげや

おりおんびーる てんと べんとう か ある た
オリオンビールのテントなどがならんでいました。お弁当を買って、いっしょに歩いたみんなと食べ

びーる の
ました。ビールも飲みました。

ことし つーでーまーち しゅうりょう ほか さんか よてい いべんと
こうして今年のツアーは終了しましたが、他にもまだ参加する予定のイベントが

いくつかあるのでがんばります！