

風の便り



★発行責任者★

社会福祉法人かがやき神戸
編集委員会

〒651-2235

神戸市西区櫛谷町長谷字渋谷83-26

TEL 078-993-1667 FAX 078-993-1668

2017年 5月発行

No. 201

なでしこの里 虹の里
いちにのさん 森友寮
ミニなでしこ にしセンター 

4月1日、かがやき神戸職員の有志が集まり、「障害者権利条約」の勉強会を開催しました。前半は池山理事長より障害者権利条約についての話があり、後半は参加者同士の意見交換をし、各々が「障害者権利条約」について認識を深めることが出来ました。

私自身が感じたことは、この条約が障害者の暮らしや権利にどこまで浸透して確立されていくのかということでした。

「障害者権利条約」は2014年1月に批准されましたが、日本国憲法の第98条第2項に「日本国が締結した条約及び確立された国際法規は、これを誠実に遵守することを必要とする」とあり、国内法の上に権利条約が位置づけられることになっています。

今後、障害者の権利について様々な主張や提言が出てくることが考えられますが、この条約に則って手続きが遂行されることを願います。

また「障害者権利条約」は「日本国憲法」と密接な関係があります。特に「第25条」には「すべて国民は、健康的で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。」とあり、「障害者権利条約」全体を包括する内容になっています。

もし日本国憲法が変えられたとしたら「障害者権利条約」にも少なからず影響が及ぶのではないのでしょうか。それを防ぐためにも「障害者権利条約」を学んでいくと同時に「日本国憲法」の在り方も学んでいく必要があると考えています。

そんな勉強会がささやかに始まりました。月に一度のペースで開催されますので、時間があがる職員の方、是非とも参加して下さい。

始まりと言えば、最近面白い本を読みました。「親指はなぜ太いのか」という本で、アフリカに起源を持つ初期人類が主食に何を食べていたかを、手の構造から導き出そうという内容です。初期人類ですから、材料を調理する火や、狩りをする道具は持ち合わせていません。昆虫や木の実、果実や種子を主食にするには圧倒的にカロリーや栄養素が足りません。またライオン等の肉食動物が食べ残した肉を食べるには、腐敗の心配やハイエナとの競合で危険が伴います。

そこでひねり出したのは、肉食動物が食べ残した「骨」でした。骨ならハイエナとの競合もなく、腐敗の心配もなく、何よりも大量の骨がサバンナでは手に入ります。骨というと食料になるのかと疑問が湧きますが、骨の中には骨髄があり、たんぱく質・脂質・カルシウム・鉄、そして十分なカロリーがあります。その時に、骨を砕くための石をがっちりと握るのに、太い親指が適しているということです。

普段、何気なく見たり使ったりしている親指に、生命の存続という深い意味があったことに驚きと感動がありました。

(文責：なでしこの里 管理責任者 高橋勝善)





行事報告

～お花見～

ミニなでしこ

4月7日 西神中央で外食会&埋蔵文化財センター見学

月に1度の外出レクで、4月は花見に行きたい！と予定を立っていましたが、当日は雨の予報で急遽予定を変更し、西神中央駅での外食会、その後は近くにある埋蔵文化財センターに見学しました。西神中央公園の中の桜並木も歩き、「プチ花見気分」真を取りました。



てて
付近
行き
で写

埋蔵文化財センターでは、縄文時代の衣服を着てみたり、土器パズルに皆で挑戦してみたりと、雨模様の中ではありましたが、館内で楽しく過ごすことが出来ました。



虹の里・なないろ

4月12日 明石公園へ花見に行ってきました！！

前日の雨で桜が散ってしまっているのでは？と心配でしたが、そんなこともなく「元気に咲いている桜」を見ることができました。桜の木の下でお昼ご飯を食べ、キャッチボールをしたり、トランプをしたり、約2時間楽しむことができました！！

なでしこの里

4月6日 総勢15名にて西神中央公園へお花見に行ってきました！

当日は曇り空でしたが、心配された雨も何とか降らずに済みました。昨年、昨年と続けて雨で中止になっていたのが、3度目の正直といった感じです。まあ寒い日が続いていたわりに、思いのほか桜の花はたくさん咲いており、みごたがありました。みんなで〇×ゲームや、フライングディスク、ドッジボールなどをしながらわいわいと楽しむことができ、来年もぜひお花見に行きたいと思っ春の1日でした。



一
た
え
ど
た

小河先生の勉強会～ダイエット編～

2016年10月からより健康的な生活を送ることを目指し、小河先生(内科医)にアドバイスをいただき、ダイエットに興味があるメンバーさんとともにグループを作っています。

ダイエットは一人では続けることが難しいですが、一緒に頑張る仲間がいることで、毎月、成功したこと、失敗したことを振り返り、「また頑張ろう!」とすることができています。

ダイエットのコツは … 「記録」

- ①毎日、体重と腹部をはかって記録する ⇒ 変化がわかる!
腹部 1cm 減る = 体重 1kg 減る
- ②万歩計をつけて、毎日の歩数を記録する ⇒ 歩くことを意識できる!
- ③自分のタイフを知る ⇒ 無理なく続けることができる!

✦✦ 満腹感を感じる食べ方 ✦✦

- ①血糖値が上がるものを食べる(食べ過ぎ注意!)
- ②生野菜を食べる
- ③時間をかけてゆっくり食べる

あたたかい季節になってきたので、1日8,000歩を目指して歩いてみてはいかがでしょうか?

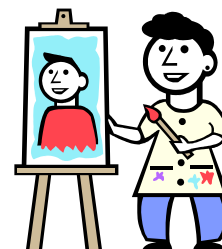
第8回 KWN作品展

日時 平成29年5月16日(火)～5月22日(月)10:00～17:00

(最終日は16:00終了)

場所 西区民センター 1階 ギャラリー

西区内で生活・活動している障がいのある人・障がいのある子どもの作品展です。絵画、造形、書道など多彩な表現で障がいのある方が思い思いに描いた作品をぜひ会場でご覧ください。



お問い合わせ先

KWN事務局(にし障害者地域生活支援センター)

家族会からのお知らせ

新年度が始まって1か月が過ぎようとしています。家族会も4月22日に総会を開き、新しい組織で新たに進み始めました。今年度も施設と協力しながら進んでいきたいと思っております。今年1年もよろしくお祈りいたします

家族会代表 千葉恒世

今年もRicoでの食事会を続けたいと思っております。気軽に参加して

頂いて親睦を深めることが出来たらと思っております。

【5月の食事会】

5月26日(金) 11時半～



編集後記 :

小学校の近くに咲く桜並木を、帰宅途中の車の中で子供とみました。「桜、きれいなあ」というと、子供が「そっかあ?」といいながら、ドーナッツをパクリ。まさしく“花より団子”の瞬間でした。