

神戸市社会福祉協議会 福祉の情報誌

きすな KOBE

第25号

December
2023

TAKE FREE

特集1

もう一度スポーツと向き合うこと
— 新しい夢のはじまり —

特集2

働くこと、人とつながること、その喜び



私もやっとなよ！福祉のまちづくり
自分らしく大人になるために
— 15歳からのみんなの居場所「ヒュッゲ」

おいしい！かわいい！福祉のお店
Link tree (リンクツリー)

www.ikec@tekko.jp

もう一度スポーツと向き合うこと

— 新しい夢のはじまり —



インタビューの様子はこちら

＼ 座位投てきって？ /
 下肢を固定し、上半身を使って砲丸、円盤、やりの飛距離を競う競技。
 「立位で行うのと、使う筋肉が違います。全く違う競技です。」と上部さん。

2024年、神戸で世界パラ陸上競技選手権大会が開催されます。パラスポーツ選手は、どのような想いで競技をされているのでしょうか。そこには、一人ひとりのストーリーがあります。今回は座位投てきで日本記録を持つ上部美帆さんにお話を伺いました。

上部美帆さんプロフィール／1995年、神戸市生まれ。兵庫パラ陸上競技協会に所属し座位投てき（F34）の選手として活躍中。2023年に開催されたジャパンパラ陸上競技大会では、円盤投げ、やり投げの2種目で自身の持つ日本記録を更新。



パラスポーツとの出会い

上部さんは、幼少期から水泳やサッカーに親しむ「スポーツ少女」でした。小学校6年生の時、脳出血により右側に麻痺と歩行障害が残りましたが、入所していたリハビリ施設で投てき競技と出会い、一度はあきらめていたスポーツへの想いが再びわきあがりました。

もう一度スポーツと向き合うこと

スポーツへの想いが再燃した上部さんは、もう一度スポーツと向き合うことを決意します。同じ投てきに取り組む仲間を探そうと、市内各所に問い合わせましたが競技人口が少なく、中々見つかりませんでした。

「こうなったら、SNSを駆使するしかない！」とプロフィールや画像をヒントに投てきをしている方を探し、5年前に現在のコーチとつながります。

リハビリ施設に入所していた時に面識のあった障害者スポーツ指導員の先生ともSNSを通して再会し、今では、練習に同行して体の動かし方の助言や、練習場所の手配にご協力いただいています。

上部さんのスポーツへの熱い想いが、周りの人を動かします。
 「諦めず、まずは外に出ること。そうすれば他の人につながって状況が変わっていくから。」と教えてくれました。

スポーツは人生のすべて

脳出血で倒れ、40日後に意識を取り戻したときは、瞬きすらできず、コミュニケーションをとる事も難しい状態でした。

目の動きや瞬きの数で意思表示をする事から始まったという上部さんやご家族が乗り越えてきた壁の数は計り知れません。

それでもスポーツを諦めない上部さんに理由を聞きました。

「スポーツは人生のすべてだから」

笑顔でそう言い切る上部さんは、とても輝いていました。



今後の目標は？

私は日本代表選手として、JAPANのユニフォームを着用し、アジアパラ競技大会に出場することを、大きな目標にしています。

そのためにはまず、国内大会で自分の持っている日本記録を一定の記録まで上げることが一つの目標です。

上位にランクインできるよう日々の練習やトレーニングに励みたいと思います。応援よろしくをお願いします。



競技中の日焼けには本当に悩まされます…とほにかむ上部さん。日本記録を持つアスリートでありながらも親しみを感じるお人柄でした。

神戸市社会福祉協議会ではパラスポーツの振興事業を通して障がいのある方のくらしと社会参加を推進しています。

神戸市社会福祉協議会 障害者スポーツ振興センター

障害者スポーツ振興センターでは、障害者スポーツ教室や大会の企画・開催、それを支える神戸市障害者スポーツリーダーの養成・派遣のほか、地域でパラスポーツに触れる機会づくりや体験イベントなどを開催しています。スポーツ用具の貸出も無料ですので、ぜひホームページをチェックしてみてください。

所在地：神戸市中央区磯上通3丁目1-32
 TEL：078-271-5330 FAX：078-271-5367
 Mail：office@kobesad.jp
 ホームページ：https://kobesad.jp/





働くこと、 人とつながること、 その喜び

～障がいのある方の働き方～

ADHD(注意欠陥多動性障害)の 特性がある小松さんの働き方

小松さんはこれまで、過度な疲労感や自身の体調の波に苦しみ、離職を繰り返してしまう悩みを抱えていました。

そこで紹介された就労移行支援事業所PEAKS六甲で、訓練を通して自分の得意なこと、苦手なことに気付き、どのような配慮があれば仕事を達成できるのかを考えました。

小松さんは、体調が天候の影響を受けやすく、天気が悪い日は、注意力が落ちるほか、言語が不明瞭になってしまう自身の特性に気付き、不安な時はまず、自分の体調と一緒に働く人に伝えるコミュニケーションを心がけるようになりました。

その後、特例子会社阪神友愛食品株式会社住吉出張所の立ち上げに携わり、ジョブコーチのサポートのもと、生活協同組合コープこうべ住吉事務所の様々な部署から事務補助作業のお仕事を受けて充実した日々を送られています。

目標は
長くつづけること
一日一日の仕事を積み重ねて、
周りの人から信頼して
もらいながら仕事を続けて
いきたいです。

小松 裕朗さん
令和5年4月から
住吉出張所で活躍中。
趣味は居合術、読書、
短歌を詠むこと。



特例子会社って？

障がいのある方の雇用促進を目的として、働き方や環境の配慮がなされている会社です。

特例子会社 阪神友愛食品株式会社 の取り組み

阪神友愛食品株式会社は生活協同組合コープこうべの特例子会社です。働く意欲と能力を持ちながら就職の機会に恵まれない障がいのある方に職場を確保し、自立した生活を送れるようになることを目的に1986年に設立しました。

主な業務は農産物の袋詰めや、紙のリサイクル業務、コープ共済の販促物の封入業務など。

令和5年4月、PEAKS六甲を運営する特定非営利活動法人ピークスネットワークと連携して、経理等の事務補助作業を行う住吉出張所を立ち上げました。

インタビューの様子はこちら



特例子会社
阪神友愛食品株式会社
ジョブコーチ
亀田 義幸さん

生活協同組合コープこうべからの仕事の切り出し、手順書の作成等、小松さんと一緒に住吉出張所の業務を行っています。小松さんは「今まで色々な失敗をしてきた」と言いますが、そのことを乗り越え、予防する方法も豊富に身に付けています。彼の経験は、住吉出張所の環境整備や作業の受託を考える上でとても参考になっており、また、仕事に対する謙虚な姿勢は色々な部署からとても信頼されています。



特定非営利活動法人
ピークスネットワーク
古川 直樹さん

会社で働きたいと思っている障がいのある方に対して、その人がどんな仕事に向いているのか、どんな配慮があれば働きやすいのかを、訓練や相談の中で本人に気付いてもらいます。そしてそれを企業に提案し、受け入れの準備をしてもらいます。

誰もがそれぞれ持っている力を発揮できる職場があり、そこでいきいきと働く、そんな社会を目指しています。

就労移行支援事業所って？



自分らしく大人になるために 15歳からのみんなの居場所「ヒュッゲ」



ヒュッゲは、
デンマーク語で
居心地がよく
快適で陽気な
気分であることを
意味します

「ヒュッゲ」は色々な悩みや不安を抱える人が、ゆったりくつろいで過ごせる少人数制のみんなの居場所です。スタッフのみなさんは様々な経歴を持つ福祉のスペシャリストたち。今回は「ヒュッゲ」で活動するスタッフのみなさんにお話を伺いました。

ヒュッゲは自分らしくゆったり過ごす場所

始めに自己紹介をした後、みんなでゲームや、自分の好きなことをしてゆったり過ごす場所です。参加者それぞれの主体性を大切にしています。

現在、学生や就労中の17歳～25歳の方が参加しており、発達障害の診断が出ている方もいれば、そうでない方もいます。

15歳までは義務教育がありますが、高校を退学したり就労先を退職したりすると居場所がなくなります。そうしたまだどこにもつながっていない方にも参加してもらいたいです。



石本 律子さん
普段はパラスポーツ
指導員として活躍中



渡辺 和美さん
相談のスペシャリスト
カウンセラー

きっかけは、障がいのある子どもを持ったこと

自身も障がいのある子どもがおり、家族の会「NPO法人ピュアコスモ」の活動を20年続けています。

発達障害のある子どもは、周りとの関係がうまくいかず、強いストレスからうつ病や強迫性障害などの二次障害が出る場合があります。これが出てしまうと登校や就労が難しくなりがちです。その人らしく大人になるために、子どもの頃から学校や家族以外に、自分らしく自由に過ごせる場所があれば、と思い、ヒュッゲを立ち上げました。



久村 恵美さん
NPO法人ピュアコスモの
立ち上げにもご尽力

参加者の成長がうれしい！

発達障害のある方の中には、はじめての場所や知らない人がいる場所が苦手な人もいます。それでも参加しているみなさんは、誰かとふれあいたい・つながりたいとの思いがあるから来てくれているのだと思います。

ヒュッゲを始めて1年ほど経過しましたが、やりたい事の意見が分かれても「順番にしよう」「二手に分かれてしよう」など声を掛け合う姿も見られるようになりました。

自由に過ごす中で、緩やかに成長されていることを嬉しく見守っています。

家族相談も行っています

ヒュッゲでは申込制の家族相談も行っています。子どもとの関わり方や将来への不安などの相談に、経験をもとにお答えしています。話すことで、先が見えない不安が解消されて、安心したとの声が届いています。

ご希望があれば、発達障害のある子どもの家族の会への入会もご案内しています。家族の会では、同じ悩みを抱える人とつながることができます。

しあわせの村では ともに生きる社会を目指して、社会課題の解決にチャレンジしています

▶障がい者の仕事づくりと就労支援 #KOBE しあわせの村ユニバーサルカレッジ#障がい者実習受け入れセンター#障がい者就労支援#障がい者施設による製作品の販売支援#農福連携事業しあわせ農園#聴覚・視覚障がいへの理解(手話・点字講習会)▶パラスポーツ普及拡大#ふれあいスポーツチャレンジ#障がい者スポーツ教室▶障がい者芸術#こころのアート展#手のひらギャラリー▶高齢者の活躍#市民サポーターによるフレイルチェック会#神戸市シルバーカレッジ▶子ども・子育て支援プロジェクト#しあわせの村×YMCA 森の学校#のびのび運動広場▶しあわせの村のイノベーション#しあわせの村 × 大学・研究機関(しあわせの村ラボ)#東京大学先端科学研究センターと連携した超短時間雇用への取組み#ユニバーサルデザイン(UD)整備#ユニバーサルデザイン(UD)普及啓発#UD出前授業▶体験学習やボランティア#ユニバーサル体験学習#大学生、社会人によるボランティア活動▶しあわせの村の魅力向上#こうべ福祉・健康フェア#しあわせの村まつり▶イベントコンシェルジュ

公益財団法人 こうべ市民福祉振興協会
651-1106 神戸市北区しあわせの村 1-1 078-743-8190



しあわせの村
取組みサイト



しあわせの村
公式サイト

おいしい! かわいい! 福祉のお店

社会福祉法人みかり会
就労継続支援B型事業所

Link tree

あたたかみのある
雑貨や特別感のある
お菓子がたくさん



地下鉄海岸線 三宮・花時計前駅の構内にある
落ち着いた雰囲気のカフェ「Link tree」。
ここでは、さまざまな時間帯でおいしい食事やお酒、
お菓子を楽しむことができます。
おしゃれな雰囲気のカフェでほっと一息つきませんか。

とろとろの角煮を使った
豚汁はボリューム
たっぷりで大人気



神戸ふれあい工房の雑貨や
お菓子も購入できます

神戸市内の施設や事業所で作られた雑貨やお菓子を
扱う「神戸ふれあい工房」の商品も販売しています。

生きる力を発揮するために

勤務時間は午前・午後・夕方の部に分かれており、障がいのある方がそれぞれ得意な時間で活躍されています。ホールでの接客、調理、清掃や、クラフト作業などのお仕事を、支援員と一緒にを行います。新たなことに少しずつ挑戦し、一人ひとりのペースに寄り添いながらご本人の力を存分に発揮できるようサポートしています。

Link tree (リンクツリー)

神戸市中央区御幸通8
TEL: 080-9121-6170
(OPEN) 8:00~20:00
(ラストオーダー) 19:30
(日・祝・年末年始休業)



ホームページ



SNSでは
新作情報をいち早く
お届けしています

Instagram



神戸市社協 News

ご寄付を
ありがとう
ございます

【善意銀行】

2023年1月~2023年9月末

みなさまの善意を
神戸市の福祉活動に役立てます

※寄付をしていただいた個人・法人は、
所得税・法人税の優遇措置が受けられ
ます。

「ご承諾をいただいた方」
のみ掲載しています
(敬称略)

預託の部・金銭口座

花浄院西神戸店/あいおいニッセイ同和損害
保険株式会社MS&ADゆにぞんスマイルクラブ
/神戸女子大学 キッズリーダー部/株式会社
阪急オアシス/株式会社丸井 神戸マルイ/
西帯浦市正房LIONS CLUB/ミュージックボ
ックス/ダイドードリンコ株式会社/Ambitions
/株式会社FELIX/みなと銀行従業員組合/
株式会社毛髪クリニックリーブ21/山田一郎
/関西造園土木株式会社/匿名24件

預託の部・物品口座

I&H株式会社/岡本株式会社/アフラック神戸
総合アシエイツ会/日本イーライリリー株式
会社/日本維新の会 尼崎市議団/ソニーカス
タマーサービス株式会社/兵庫信用金庫/
有限会社創和ハウジング/株式会社丸井 神戸
マルイ/匿名1件

払出の部・金銭口座

色彩楽園/リレー・フォー・ライフ・ジャパン神戸実行委員会
/全国里親大会兵庫県大会実行委員会/一般社団法人神戸市
老人クラブ連合会/神戸市児童養護施設連盟/神戸六甲ポート
ライオンズクラブ

払出の部・物品口座

神戸市児童養護施設連盟/家庭養護促進協会/神戸市母子
生活支援施設協議会/神戸市乳児院連盟/神戸市内の在宅福祉
センター・高齢者福祉施設・大学・子どもの居場所作り運営
団体・ボランティア団体・その他福祉団体及び生活困窮者等

社会福祉推進基金

株式会社シンクスコーポレーション/株式会社ナノコネクト/
匿名2件

ボランティア基金

神戸労働者福祉協議会/関西造園土木株式会社 他

ジョイフルコンサート2023 を開催します

障がいのある方もない方も音楽を通じ
て共に感動を分かち合う交流の場として、
2007年より毎年12月に開催しています。

日時 12月23日(土)
14:00~16:00

場所 神戸新聞 松方ホール

定員 700名

参加費 1,000円

申込み 神戸国際会館プレイガイド
e+イープラス

問合せ 障害者スポーツ振興センター
TEL: 078-271-5330
FAX: 078-271-5367
Mail: joyful@kobesad.jp

障害者地域生活支援拠点事例報告会&基調講演

障害者地域生活支援拠点の支援事例をもとに、地域で私たちが何ができるかを
一緒に考える報告会です。

日時 2月21日(水) 13:30~17:15

内容 1部 事例報告会: 障害者地域生活支援拠点の5つの事例報告
講評 神戸女子大学教授 植戸 貴子氏

2部 基調講演: 「依存症と共に」
山口 達也氏

※2部のみ参加はできません

場所 こうべ市民福祉交流センター2階 201教室

対象 神戸市在住・在勤・在学の福祉関係者
※必ず所属のある方

定員 200名(先着順) 参加費 無料

申込み Google フォームより申込み

問合せ 神戸市社会福祉協議会 福祉部 在宅支援課
TEL: 078-271-5318 zaitaku@with-kobe.or.jp



成年後見制度 オンライン相談はじめました

オンライン相談では、資料を見ながら窓
口での相談に近い状況で気軽に相談する
ことができます。お申込みは事前仮予約
フォームより可能です。

実施日 月曜日から金曜日(祝日・年末年始除く)
9:00~17:00 ※事前仮予約必須

費用 無料

問合せ 神戸市成年後見支援センター
TEL: 078-271-5321 FAX: 078-200-5329
Mail: kouken@with-kobe.or.jp

申込みは
こちらから



兵庫県ボランティア活動等行事用保険のご案内

この保険はボランティアグループ・市民活
動団体が行事を主催する場合のもの
時に備えた保険です。傷害保険と賠償責任
保険がセットになっており、行事をされる
際には、ぜひご検討ください。

1名50円、1日1,000円より
ご加入いただけます。
宿泊を伴う行事もごさいます。



お問 備神戸市社会福祉協議会 ボランティア情報センター
い 合わせ TEL: 078-271-5317

取 扱 備兵庫福祉保険サービス
代 理 店 TEL: 078-735-0166
引受保険会社: 三井住友海上火災保険株式会社

ORULIでは、発達教育の専門的視点で一人ひとり
のおさまに適した学び方をご提案。「できた!」を胸に
子どもたちが「飛び立つ力」をサポートします!

右記QRコードから初回面談のお申込み、
お問い合わせをお願いいたします。



【神戸北野校】神戸市中央区中山手通2-15-1 アトラス神戸中山手通101

●コールセンター 078-331-3200 <受付時間: 平日/土曜 9:00~18:00>

●ウェブサイト <https://oruli.net> ORULI(オオルリ) 検索



ORULI

発達専門サポート塾 オオルリ

運営会社: Laluche ラルーシュ

プレゼント

アンケートにご協力ください

きずな・KOBE第25号はいかがでしたでしょうか？ご覧になった感想をお寄せください。お寄せいただいた方の中から抽選で5名様に、下記の商品をプレゼント！

応募締切 令和6年1月12日(金)

読者の声

Voice

～第24号に寄せて～

「神戸ふれあい工房」より
お菓子の詰め合わせ

5名様



「神戸ふれあい工房」の商品は今号で紹介した「Link tree」の他、「NPO法人知的障害児・者療育サポートセンターくれよん」でも購入できます。

「神戸ふれあい工房」よりお菓子の詰め合わせ(1,000円相当)をプレゼント。

※写真は参考です。実際のプレゼントとは異なる場合があります。

応募方法

はがき、Eメール、下記の二次元コードより名前、住所(〒)、連絡先(TEL・Eメール等)、年齢、どこで本誌をご覧になったか、本誌へのご感想を明記の上、下記までご応募ください。当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。

はがき 〒651-0086
神戸市中央区磯上通3丁目1-32
神戸市社会福祉協議会 地域支援部
「きずなKOBE」プレゼント係 宛

Eメール kouhou@with-kobe.or.jp

Google
フォームからの
ご応募



こどもの居場所づくりに高校生の方々が頑張っていることを知り、感動しました。小学生の子ども達は喜んで勉強や遊びができて、いい時間を過ごせますよね。こんな活動がもっとあちこちで広まればいいなと思いました。共にがんばりましょう!!

O.Kさん(75歳)

夫婦共働きで子育てしているので、大変です。子ども食堂や学習支援といった取り組みがもっと増えれば良いのと思いました。今は忙しくて中々取り組めていませんが、社協の子ども食堂へのレシピ投稿など、出来ることから参加したいです。

T.Kさん(34歳)

トヨタの福祉車両「ウェルキャブ」を 実際にさわって体感できる、

カタログだけではわかりづらい、実車の使い勝手や機能・操作の確認をしていただけます。専任のスタッフが、お客様のご要望に適したクルマ選びのお手伝いをいたします。販売につきましては、ご希望の販売店をご紹介します。皆様のご来場、お待ち申し上げます。



常設展示場が
神戸にあります!



トヨタウェルキャブ 総合展示場
トヨタハートフルプラザ神戸

〒650-0023 兵庫県神戸市中央区栄町通7-1-3 2F・3F



営業時間 午前10時～午後6時
定休日 毎週月曜日および第3火曜日
(祝日の場合は翌日)

TEL 078-366-1616

詳しくは右記のQRコードより
ホームページをご確認ください



きずな KOBE

第25号 2023年12月発行

発行 社会福祉法人 神戸市社会福祉協議会
〒651-0086 神戸市中央区磯上通3丁目1-32
こうべ市民福祉交流センター 4階
ホームページ: <https://www.with-kobe.or.jp/>
TEL: 078-271-5317 FAX: 078-271-5366

製作 株式会社きかんしコム
動画製作 社会福祉法人 プロップ・ステーション



「きずな KOBE」では、
企業等の広告を募集しています。

広告掲載のお問い合わせは、
078-271-5317 神戸市社会福祉協議会
地域支援部 きずなKOBE 担当へ。

この情報紙は、ふれあいのまちKOBE・愛の輪運動から補助を受け発行しています。