



あしなみ会だより

足立区精神障害者家族会
事務局：足立区千住4-3-9
TEL 3881-6400



2024年
7月号

今年の梅雨入りは全国的に遅れていて、東京は、例年より約2週間遅れで梅雨入りを告げる大雨が降り、色とりどりの紫陽花が水滴をまとい、ひときわ鮮やかです。梅雨の合間の蒸し暑さは身にこたえますが、梅雨が開けると更に厳しい暑さが待っています。喉が渇かなくても水分をこまめにとるなど、熱中症に気を付けながら、長い夏をなんとか乗り切りましょう。

< 6月 あしなみ会例会 報告 >

6月15日（土）13：30～16：00、参加者は14名。今月は横内理事長にお話をいただきました。法人あしなみから、三上理事さん、岡崎事務局長も参加してくださいました。

《講演会》

『家で災害にあった時の命の守り方』
～災害時 個別避難計画書を知ってますか？～

講師：社会福祉法人あしなみ 理事長

一般社団法人 福祉防災コミュニティ協会

副理事長・上級コーチ 横内 康行 氏



資料：レジメ&「これだけは準備しておきたい！」（家庭版）

足立区避難行動要支援者 水害時個別避難計画書

個別避難計画、

計画書作成に係る連携イメージ図、計画書作成の優先区分

荒川が氾濫した場合の足立区における浸水図

災害時の避難の手順と備えについて（災害対策課）

災害時避難の流れ（自宅にいた場合）（外出先の場合）

命を守るために水害への備え、やるのは「今」

災害が起これば トイレも被災します

等、たくさんの資料を示していただきました。

最初に、「福祉防災コミュニティ協会」を設立された経緯についてですが「3.11 東日本大地震」の際に現地に支援に駆けつけた時に感じたことが、「福祉防災コミュニティ協会」を設立するきっかけになったことです。福祉施設は種別を問わず、事業を通しての「命の守り方」や支援については力を入れているけれど、災害時に利用者の命を守る方法については、方針や対策について深く考えを持ち得ていないと感じたそうです。内閣府にも意見を伝え、上級コーチとして全国、各都道府県での講習会で防災について対策を持てるように活躍されています。

災害時の避難の手順と備えについて

足立区の地域特性として、標高の高い場所がなく、（幹線道路や鉄道立体交差の橋梁で 5m くらい）土砂災害の恐れは少ないが、四方を河川に囲まれているため大水害の恐れがある。荒川（放水路）ができてから水害は減ったものの、埼玉県の降水量によっては危険な水位に達することもある。地震の際には液状化が懸念されている。また、幹線道路以外では、狭い道が多く、火災が起きたときには延焼の危険性が高い。地震で被害が少なくても火災で被害が広がってしまう可能性が大きい。

地震が起きて、揺れを感じたら、揺れを感じなくなるまで「DROP」



「COVER」「HOLDON」の3つの行動で身を守ることが大切。水害時の避難では、①浸水深・浸水時間を知っておくこと。②避難方法を前もって決めておくこと。③災害時に情報を収集する手段を複数持っていること。④水と食料を備蓄していること。などが大事です。自宅の寝室の家具の配置もベッドや布団の上にタンスなど家具が落ちてこないように配置を考えておきましょう。水害の予測がつく場合は、自宅に浸水しない階がある場合や浸水しない階に居住している場合は在宅避難とし、そうでない場合は、親せきや知人などの家への縁故等避難、そして、安全な施設への避難施設への避難と、足立区では分散避難を推進している。避難施設には、高齢者や、障がい者だけでなくその家族もともに受け入れ命を守ることができる。福祉施設は施設長が判断して施設を福祉避難所として開放することができる。福祉施設では（特に通所の場合）利用者の安全は家族の責任と考えがち。施設には職員が複数いる。利用者と家族の命を守るためにそれぞれがやることをやることが大事。その思いになることが大事。高齢者や、障がい者は避難所など外に逃げたくない人が

多くいる。家族ごと世帯ごとの命を守るという責任感が必要。

個別避難計画の作成は令和 3 年度に努力義務となり、5 段階の優先区分が示されています。足立区も、誰一人取り残さない防災のために、いつ・誰が・どこに・どうやって避難を支援するのか、を具体的に記載した「個別避難計画書」の作成を進めています。

備蓄は①食料は、1 週間分の用意、ローリングストック法で準備。水は 1 人 1 日 3 リットルを目安にストック。カセットコンロを使用できるように準備しておくことも必要。②簡易トイレの準備。（水洗トイレの水を流すと下層階であふれたり、戸建てでも逆流することがある）簡易トイレは 4 人家族の場合、1 日 5 回×4 人×最低 3 日分＝60 個が必要。

その他、準備しておくといよいものとして以下の物品を持参してください。

ヘルメット	頭部の防護。折り畳み式も OK
バッテリー	予備電池。情報を得るためスマホなど充電できる
ソーラーパネル ポータブル充電器	ソーラーパネルは折り畳み式だけど、大きい
ヘッドライト	暗闇の中で、両手を空けて移動できる
水用タンク	100 円ショップで 500 円くらいで売っている
ゴム引き軍手	ゴムが手の平に引いてあるだけで、けがを防げる
枕元に・底厚靴 ・LED ライト ・軍手	地震の際には歩く前に必ず靴を履き、LED のヘッドライト装着し、軍手をはめることで、落下物でのけがを防ごう

法人あしなみでも各所、「BCP…事業継続計画書」を火事・地震・水害・感染症にも対応して作成しています。各事業所が事業を継続できることで、利用者の皆さん、ご家族の皆さんの命の安全を確保できるように、話し合い見直しを繰り返しています。今回の横内理事長のお話を伺って、まずは命が助かるために準備しておくのは「今」と強く思いました。

11 月にも「防災について第 2 回…横内理事長からのお話」があります。今回のお話をもとにさらに詳しく防災について学習できます。（桑原）

<東京つくし会令和 6 年度評議員会と講演会が開催されました。>

6 月 21 日（金）に、調布市文化会館たづくりで開催された標記の評議員会にあしなみ会から 2 名が出席しました。

評議員会の後開催された講演会にも参加しました。

評議員会、講演会の報告はつくしだよりに掲載されます。

＜足立区障害者団体連合会「対区要請集会」のお知らせ＞

毎年夏に行われている標記の「対区要請集会」が今年も下記のように行われますので、皆様の参加をお願いします。

日時：令和6年8月1日（木）午前10時～12時

場所：竹の塚障がい福祉館 1階 第一会議室

内容：事前に区に提出している各団体の要望について、区側の回答を受け、意見交換をします。

区側は、関係部署の管理職の方々が出席されます。

足立区精神障害者家族会連合会（オリーブ会、あしなみ会）では、以下の5項目についての要望を提出しています。（説明文については、6月例会でお配りしました。）

- ① 医療につなげるための「アウトリーチ支援事業」は都立精神保健福祉センターで実施されていますが、足立区においても都立精神保健福祉センターの事業と同じように「アウトリーチ支援事業」の実施を検討してください。
- ② 家族任せにしない社会の実現に向けて、また、「孤独な家庭を作らない」ために精神障がい者が、家族の介護を担っている「障がい者ケアラー」の実態について調査してください。
- ③ 安心して、必要な時に必要な医療を受けることができるために、通院等で公共交通機関の利用が難しい障がい者がタクシーを利用したい場合に利用できるようタクシー券を支給してください。
- ④ 思春期における精神疾患の早期発見、早期支援のため、また、共生社会の実現に向けて小学生、中学生を対象に、「こころ」をテーマにしたわかりやすいパンフレットを作成し、配布してください。
- ⑤ 精神障がい者の社会参加につながる経済的な援助として、精神障害者保健福祉手帳2級所持者にも福祉手当を支給してください。

※参加してくださる方は、下記にご連絡をお願いします。

桑原 090-9961-0225

または

石川 090-4752-4009



【法人 理事会・定時評議員会報告】

事務局 岡崎

5月10日(金)令和6年度第1回理事会、第2回理事会6月4日(火)、6月20日(木)定時評議員会がボンサンス・千寿にて開催されました。

冒頭、開会にあたり横内理事長から「気温の変化が大きい日がありますが、体調を崩さないようご注意ください。本日はお忙しい中、ご出席いただき感謝申し上げます。審議、報告事項が多いため、予定を過ぎてしまうかもしれませんが、ご容赦いただきたい。」との挨拶がありました。

なお、各会議の審議事項は以下のとおりとなり、様々なご意見をいただきながら熱心に審議され、すべての案件が承認されました。令和5年度決算については別添のとおりに掲載させていただきますので、ご高覧いただければ幸いです。

<第1回理事会>

- ① ボンサンス・千寿移転について

<第2回理事会>

- ① ボンサンス・千寿移転について
- ② 令和6年度事業計画変更について
- ③ 令和5年度補正予算(案)について
- ④ 令和6年度補正予算(案)について
- ⑤ 令和5年度事業報告(案)について
- ⑥ 令和5年度決算報告(案)並びに監査報告について
- ⑦ 監事1名の推薦(案)について
- ⑧ 社会福祉法人あしなみ社会福祉充実計画(案)について
- ⑨ 定時評議員会の招集事項(案)について
- ⑩ 評議員選任・解任委員の選任(案)について
- ⑪ 苦情解決第三者委員の選任(案)について
- ⑫ 社会福祉法人あしなみ規程等の改正(案)について
- ⑬ 足立区精神障がい者自立支援センターの管理運営に関する年度協定書について
- ⑭ 什器物品類の購入等(案)について



<定時評議員会>

- ① 監事1名の選任(案)について
- ② 令和5年度決算報告(案)並びに監査報告について
- ③ 社会福祉法人あしなみ社会福祉充実計画(案)について

＜社会福祉法人あしなみ 令和5年度決算書＞

・資金収支計算書

勘 定 科 目	決 算 額
事業活動収入計	350,103,849
事業活動支出計	337,512,064
事業活動資金収支差額	12,591,785
施設整備等収入計	89,940
施設整備等支出計	2,320,911
施設整備等資金収支差額	△2,230,971
その他の活動収入計	4
その他の活動支出計	298,644
その他の活動資金収支差額	△298,640
予備費	0
当期資金収支差額合計	10,062,174
前期末支払資金残高	285,730,879
当期末支払資金残高	295,793,053

・事業活動収支計算書

勘 定 科 目	決 算 額
サービス活動増減収益計	349,075,820
サービス活動増減費用計	340,238,030
サービス活動増減差額	8,837,790
サービス活動外収益計	1,028,029
サービス活動外費用計	0
サービス活動外増減差額	1,028,029
経常増減差額	9,865,819
特別収益計	270,000
特別費用計	270,000
特別増減差額	0
当期活動増減差額	9,865,819
前期繰越活動増減差額	299,115,980
当期末繰越活動増減差額	308,981,799
基本金取崩額	0
基本金組入額	0
その他の積立金取崩額	0
その他の積立金積立額	298,644
次期繰越活動増減差額	308,683,155

・貸借対照表

資 産 の 部		負 債 の 部	
流動資産	323,885,571	流動負債	32,736,412
固定資産	235,512,336	負債の部合計	32,736,412
基本財産	10,000,000	純資産の部	
その他の固定資産	225,512,336	基本金	10,000,000
		国庫補助金等特別積立金	720,071
		その他の積立金	207,258,269
		次期繰越活動増減差額	308,683,155
		純資産の部合計	526,661,495
資産の部合計	559,397,907	負債及び純資産の部合計	559,397,907

・財産目録

資 産 ・ 負 債 の 内 訳		金 額
資産の部	現金預金	281,700,963
	事業未収金	40,471,032
	未収補助金	1,700,000
	原材料	13,576
	基本財産	10,000,000
	建物	11,227,523
	構築物	31,513
	機械及び装置	1,704,364
	車両運搬具	2
	器具及び備品	2,623,665
	電話加入権	72,000
	修繕積立資産	139,003,483
	経営安定化積立資産	64,346,770
	工賃変動積立資産	3,908,016
	差入保証金	2,595,000
	資産合計	559,397,907
負債の部	流動負債	32,736,412
	負債合計	32,736,412
差引純資産		526,661,495



◆◆◆ トピックス ◆◆◆

< 萌作業所 >

6月12日(水)の午後、クラフトバンド作家の鈴木さんを講師にお招きし「クラフトバンド教室」を開催しました。教室では青とピンクの2色のクラフトバンドで小さなカゴを作りました。初めてのことで緊張されていた方もいましたが、終わってみればどれも個性があり、かわいらしいカゴが完成しました。12名のメンバーが参加されて大好評に終わりました。丁寧にご指導下さった鈴木さんに改めて御礼申し上げます。(成澤)

○すごーい楽しかったです。2回目の講座があったらいいなと思います。(M.J)

○とても楽しかったです。私は作るのは大の苦手だけどヘタはヘタなりに形になってきた。それが嬉しかったです。(T.M)

○クラフトバンドのカゴづくりは初めてやりました。みんなでやると楽しくてあっという間に時間が過ぎました。講師の先生にも、褒められて嬉しかったです。この夏趣味でやりたくなりました。(nobu)

○クラフトバンドは面白かったです。クセになりそうです。(T.K)



< 協立作業所 >

6月25日(火)利用者12名、職員4名で防災訓練を行いました。緊急地震速報のアラームを鳴らし、机下にもぐりヘルメットを装着。火災発生を想定し職員は消火、通報、避難誘導に分かれ、点呼をし、全員の無事を確認。本来なら第一避難場所まで歩く予定でしたが気温が高かったので場所の説明だけをして避難訓練は終了。その後消防署から借りた水消火器で実際に消火訓練を行いました。最後はいただいたアイスをみんなで食べてクールダウンして防災訓練は終了しました。(河野)

○久しぶりに消火器を使いました。中には水が入っていました。うまく使うことができて良かったです。アイスクリームをおいしくいただきました。(K.N)

○訓練用の消火器を初めて使ったので実際に練習ができて良かったです。(Y.K)



< Z i P >

6月8日（土）に日帰りレクリエーションとして、守谷サービスエリアと水海道あすなろの里へ、メンバー15人、職員6人で行って来ました。守谷サービスエリアでは、皆さん買い物やソフトクリームを食べたりしながら楽しく過ごされていました。水海道あすなろの里では、昼食、ジャガイモ堀り体験、スプーン作り体験を行いました。スプーン作り体験では、慣れない作業も多かったですが、皆さん一生懸命に取り組まれました。今回のレクリエーションは、コロナ後、部門以外のメンバー同士の接点がまだ少ない中で、交流を深め団結力を高める事ができる良い機会となりました。（中村）

○一番暑い時間帯だったので大変でしたが、じゃがいも堀り楽しかったです。あすなろの里良い所でした。

○同じ部門の方以外とはほとんど話した事なかったんですが、お昼の時に他部門の方と雑談したり出来たのと暑かったけど、じゃがいも堀りも楽しく参加できたので、良かったと思いました。



< 綾瀬スマイル工房 >

6月21日（金）利用者13名、ボランティア1名、職員5名の計19名で防災訓練を行いました。今回は水害について動画を視聴したり、災害時の行動をタイムラインで追ったりして学びました。日頃からのイメージトレーニングが大切ですね。（坂口）

- 自宅が避難所より高いので自宅にいる方が良いと思っていたけれど、食料やトイレの事を考えると避難した方が良いと思った。（O）
- 今回の訓練はビデオ動画が良くできていて理解しやすかったです。あと資料はいっぱいあったので難しい知識にアップデートできて助かりました。特に避難施設のルール、注意事項 etc ありがたかったです。次回も防災お願いします。（I）
- 防災の話を聞いて良かったです。自分がどこに避難していいかわかって良かったです。



洪水注意

< ボンサンス・千寿 >

6月10日(月)の午前中、ボンサンスでは断水という非常事態が起きました。貯水タンクのパイプが、経年劣化により水漏れを起こしており、週末に親切な方が水道局へ通報してくれたようです。トイレは近くの施設へと借りに行き、手洗いは備蓄品の2L保存水を使用しました。「災害が起きた時のシミュレーションになったね!」という会話が自然と生じ、皆の防災に対する意識が高まりました。(伊野)

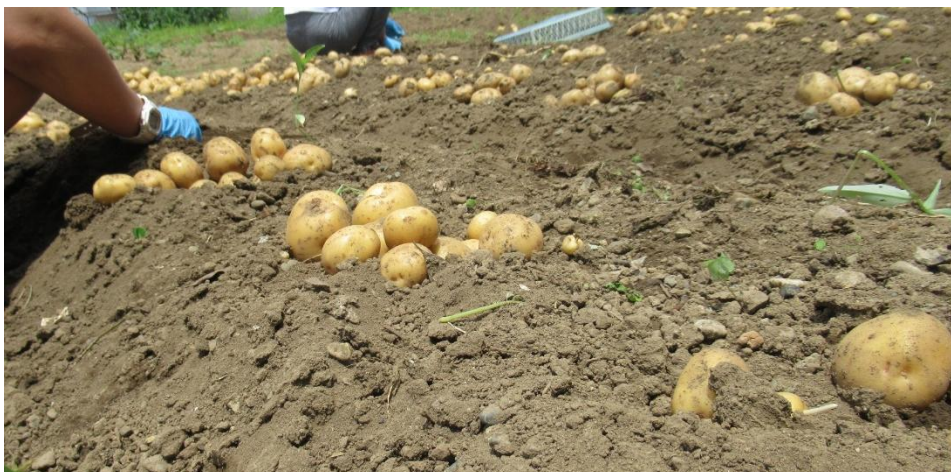


- 断水怖い!我慢できない!もうこの体験は嫌だ!(Y)
- 災害が起きたときに断水になったら大変だと思いました。(H)
- 断水のことを後から聞いて、「やばいじゃん!大変じゃん!トイレもいけないし、水も飲めないし!」と思いました。(K)

< アトリエほっと・しかはま >

6月12日(水)に産直クラブでジャガイモを収穫しました。今年は綾瀬スマイル工房の皆様のご協力もあり、スムーズに収穫ができました。ご近所の方からいつもお世話になっている業者の方々にもご購入いただきました。今後も収穫を通じて地域や各所との繋がりを大事にしていきたいと思いました。(鈴木)

- 他所の方の助けもあって、たくさんのジャガイモが獲れました。スマイルの方との交流も楽しかったです。次はサツマイモに挑戦してみたいです。(N.K)
- いっぱいジャガイモが獲れて良かったです。またジャガイモ掘りたいです。(S.Y)



社会福祉法人あしなみにご寄附をいただき、有難うございました

あしなみ会 様



< 移転プロジェクトの進捗状況 報告⑮ >

6月12日(水)、オンラインにて移転プロジェクト会議を開催しました。先月お伝えした通り、候補地の物件が、残念なことに建築上の規制で断念せねばならなくなったため、振り出しに戻り、ボンサンスの移転先を改めて検討しております。

不動産については、知らないことも多く、日々勉強であると実感しています。また、時間が経つにつれ、以前気になっていた土地が、今聞いてみると値上がりしていたりするので、ゆっくりもしていられないのかな…とあせることもあります。皆で地域に愛される良い場所を探していければと思っています。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

(報告：岡崎)

一句

- ・初夏の朝寝 五分十分十五分
 - ・薄雲の中の太陽 梅雨の間に
- (馬蕉)



＜7月あしなみ会例会 講演会のお知らせ＞

6月の例会では、社会福祉法人あしなみ理事長 横内康行氏をお招きして、「家で災害にあった時の命の守り方、災害時個別避難計画を知っていますか」と題して講演していただきました。

地震、風水害と世界中で起きている災害が、この足立区で起きたらどう命を守ればいいのか 具体的に分かりやすくお話していただきました。教えていただいたことをしっかりと実行したいと思いました。

7月の例会も講演会を開催します。コロナでお忙しいのではと思いきばらく保健師さんをお招きしませんでしたでしたが、今回お願いすることが出来ました。暑さきびしい折ですが、皆さんの参加をお願いします。



記



日 時：令和6年7月20日（土）午後1時半～午後4時

場 所：ボンサンス千寿2階

住所：足立区千住4-3-9 電話：03-3881-6400

テーマ：「親なき後、当事者が安定して地域で暮らすために、
今から家族が心がけておくこと」

講 師：千住保健センター地域保健係 係長 関口 久恵 氏

※入口での手指の消毒、マスクの着用にご協力をお願いします。

◎8月の例会はお休みです。

＜会員さんへ、会費納入のお礼＞

令和6年度の会費（年3,600円）について、早速払い込みいただきありがとうございました。



＜そうめん等を注文していただいた方へ＞

ご協力ありがとうございました。

7月の例会時にお渡ししますので、よろしくお願いします。