

地域の底力を信じ、市民一人一人をローカルヒーローに!

ながののNPOと市民をつなぐ機関誌

特
集

医療的ケア児を とりまく課題とは?

- まんまるニュース NPO初歩講座・動画作成講座
- Myストーリー 子どもたちへヨガを伝える会 ながの 代表 山口 有佐さん
- ねぼが行く! 突撃となりのNPO NPO法人長野市環境緑化協力会
- お宝ざくざく地域を掘り起こせ! 中心市街地・七二会地区
- まんまるイベントスケジュール

まんまる



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

まんまるはSDGsを推進しています。



特集

医療的ケア児を とりまく課題とは？

「医療的ケア」（以下、本文「医ケア」という言葉を初めて聞いた人も多いのではないだろうか？今年度市内中学校へ入学した医ケア児（※）の報道が大きく取り上げられました。なぜこれほどまでの話題となるのか？その背景を考え、立ち回らざるを得ない壁と私たちにできることについて、一緒に考えていきます。

※医ケア児とは…

医療的ケアとは、日常生活をおくる中で医師の指導の下、保護者や看護師がおこなう「経管栄養」や「痰吸引」などの医療行為を指します。そして、医療的ケアを受けている子どもたちを医療的ケア児（通称…医ケア児）と呼びます。（冊子「みんなで楽しむ 医ケア生活」より）

医ケアを知り

選択をしやすくするために

一般社団法人医ケアの輪 山本里江さん

医ケアについての情報発信をしたいと一般社団法人医ケアの輪を2020年に設立。代表の山本里江さんは、クラウドファンディングを使い集めた資金で、医ケアをする保護者目線の冊子を長野県立こども病院監

修のもと作成しました。病院での生活とは違い、いざ自宅で医ケアをするといつてもわからないことだらけ。そんな自分の経験もあり、戸惑いを感じる方々の力になろうというのがきっかけでした。専門的な書籍

も少ないのが現状で、情報提供もさることながら、医ケア初心者が安心できるように、経験者である先輩と出会える保護者どうしの交流も法人の目的です。

生きることに不可欠な医療行為を在宅でおこない、生活を共にしていく選択。医ケアを選択することは簡単ではなく、気管切開などにより体にメスを入れることが難点です。またそれに伴い当事者家族は常に医ケアができる環境をつくることが前提、生活がしにくくなることに不安を感じることも課題です。地域の学校に通えない可能性もあり、外出時も常にトイレや電源、食事の場所などを事前に調べる必要があります。

また、一般の人々には医ケアについて知られていないのが現状だと山本さん。「今は地域によつては養護学校と普通学校との交流もなく、他の障がい児と関わることも少ないため知り合う機会もない。共に過ごすことで健常の子どもが障がい児を知ることとなり、福祉と教育がつながることに期待してる。それが市民の意識も変えることになり地域全体が良くなるのではな

いか」と話しました。

保護者が就きたい仕事を選択し、働くために、地域に子どもの預け先があり、学校生活での付き添いも教育現場に任せることができ、外食もどこでも好きな場所で行える。そんな社会を夢見て医ケアの輪を広げていきます。



自宅での医ケア（呼吸補助）の様子

自立支援に向けた連携の橋渡し

長野県医療的ケア児等支援センター

亀井智泉さん

2021年9月に施行された「医療的ケア児支援法」。この法律は、医ケア児の健やかな成長を図るとともに、その家族の離職を防止することで、誰もが安心して子どもを生育できることができる社会の実現を目的としています。

この法律に基づき、今年4月に開設されたのが「長

野県医療的ケア児等支援センター」です。副センター長に就任した亀井智泉さんは、「支える人を支えるのがセンターの役割」だと話します。センターに寄せられる相談の約3分の2は、教育機関や通所支援事業所など、医ケア児や家族の支援者からのものです。残りの3分の1が、まだ支援者

長野県医療的ケア児等支援センターの役割

に出会えていない当事者からの相談だといいます。
医ケア児の成長のステップを切れ目なく支えるためには、さまざまな職種による連携が不可欠です。しかし、現状の枠組みにおいては「福祉」「医療」「教育」といった行政の縦割りが障壁となることもあるため、

関係する支援者の橋渡し役として、つなぐべき人へ丁寧につなげていきます。また、支援を必要とする医ケア児と家族を誰一人取り残さないためには、県内の事例を網羅的かつ細かく把握する必要があります。そうした情報把握に欠かせないのが地域のネットワークです。「県内では制度が整う前から、当事者家族や支援者が地道な活動を続け、有機的なネットワークを作ってきた土壌がある」と亀井さんは言います。

一方、「医ケア児の支え手の育成が今後の課題」と指摘。支援の担い手となる多様な職種の人材育成に取り組み、それぞれの職種での連携・協働を図りながら、「親が安心して手を離せるような自立支援に向けた、市民レベルで支え合いが生まれるような仕組みを作っていきたい」と話しました。

今年4月、市立櫻ヶ岡中学校に「高度な医ケア」が必要な生徒が入学しました。「高度な医ケア」とは、人工呼吸器の管理などを伴うものを指します。今年度、市内19の小中学校で23人の医ケア児を受け入れていますが、人工呼吸器の管理が必要な子どもについては保護者の付き添いが必要でした。今回は、高度な医ケア児が保護者の付き添いなしでの学校生活を目指す県内初のケースとなります。市教育委員会事務局の高山和浩指導主事は、「保護者の要望はもちろん、障がい者の権利や環境整備の必要性などさまざまな要因を考慮した」と受け入れの背景を話しました。

この生徒はまばたきのほか、タブレットや意思伝達装置などを使って会話をします。同中学校では受け入れに当たってチームを組成し、施設の見直しや避難訓練の研修などを行ったほか、関係者が密に連携を取りながら調整を進めました。その中で、医ケア児に

地域の学校としての取り組み

長野市立櫻ヶ岡中学校

に対する配慮だけでなく、同じクラスの生徒が集中して授業に取り組める環境づくりに知恵を出し合ったということでした。

同校の久保聡史教諭は医ケア児が地域の普通学校で学ぶ意義について、「地域社会の本来の姿を考えると、一緒に生活することはプラス面が大きい。互いの存在を認識し、同じように生きていると実感することが障がい者理解にもつながる。これからの学校教育に

はそれが必要」と話します。一方で、「当該生徒とコミュニケーションを取るには周囲の大人による意図的な支援も必要。また、それぞれの子どもたちが学びに対する充足感を得られるようにしていかなければならない。学校だけでは限界があるため、市教育委員会をはじめ各方面と連携・協働しながら、インクルーシブ教育（注）を目指したい」と課題と抱負を語りました。

（注）障がいのある者となりが共に学ぶことを通して、共生社会の実現を目指す考え方。

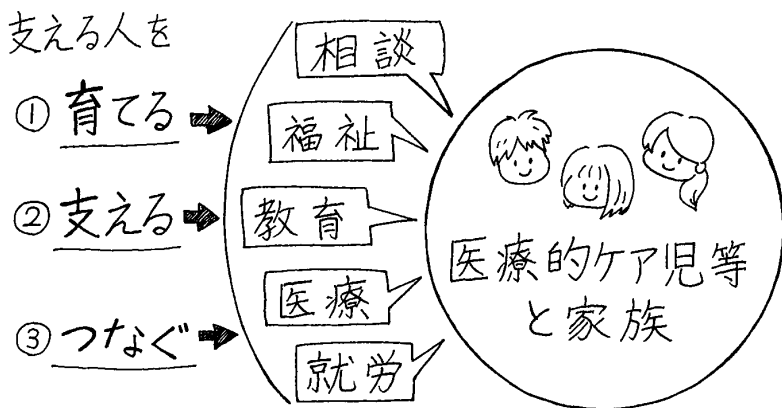
自分ができることは日常に

えんがわ 大久保千鶴さん

大久保千鶴さんは、障がい者支援をするNPO法人こすもけあ福祉会で働く一方、肢体不自由で知的障がいのある子どもをもつ母親として、障がい児を抱える親の会「えんがわ」の代表も務めています。

大久保さんの周りには肢体不自由や重症心身障がい、医ケアを必要とする子

どもたちもたくさんいます。しかし、その子たちや親の声が社会に伝わっていないと気づきえんがわを発足。定期的な情報共有の場、重症心身障がい児の生活について理解を深める講演会、冊子の刊行などをしてきました。例えば公共施設にあるおもつ替えの台。排泄ケアが必要な人たちが使うには



長野県医療的ケア児等
支援センター



小さく、床や自家用車内で
行っしかないという現実
はなかなか知られていま
せん。「当事者である自分
たちから発信しないと伝
わらない」と活動の原点
を語ります。

現在長野市は、特別支援
学校か地域の普通学校か、
どちらにも在籍する複学
籍制度を選ぶのかなど、本
人と保護者の意思を尊重
して教育を選択できるよ
うになっています。「地
域の子が自分の子を知ら
ないのは寂しいし、平
時から関わる機会がな
ければ有事のときに何
もできない」と話す一
方、健常児と障がい児
のそれぞれの良さを伸
ばすためにどうしたら
いいのかわからな
いと考えています。長
野市では



災害時に備えるしくみを

長野県社会福祉協議会 長峰夏樹さん

災害が起きると、医療
的ケアの多くが困難に直
面します。呼吸器など特
殊な機器を装着してい
る場合が多く、電源確
保だけでも大問題です。
地域ぐるみで医療的ケ
ア児の支援をする仕組
みを作ろうと動き出し
た長野県社会福祉協
議会の長峰夏樹さん

「私たちに何ができ
るのでしょうか」と聞
くと、「日常のこと、そ
とと手を差しのべるだ
けでいい。出かける時
に少し荷物運ぶだけ
でも、声をかけるだ
けでもとても力にな
る。障がい児の親は
自分の協力者を増や
していく。周りの人
は自分に協力できる
ことを探していく。
そんな動きが広が
ればいい」と大久保
さんは答えました。



特別支援学校と普通学
校それぞれのPTAに接
点がないので連携が
とれないのも課題と
指摘します。

「私たちに何ができ
るのでしょうか」と聞
くと、「日常のこと、そ
とと手を差しのべるだ
けでいい。出かける時
に少し荷物運ぶだけ
でも、声をかけるだ
けでもとても力にな
る。障がい児の親は
自分の協力者を増や
していく。周りの人
は自分に協力できる
ことを探していく。
そんな動きが広が
ればいい」と大久保
さんは答えました。

また、市内で人材、医
療資源が揃っている看護
系大学でのスペシャル
福祉避難所を想定した
訓練も企画しています。
多様な人と団体との
協働で作りだす仕組
みに期待しましょう。



地図上に医療的ケア児が登録された画面

今回の特集では医療
的ケア児を取り巻く現
状と課題を考えてみた
す。障がいのある無
しに関わらず、私
たちは一人でも生き
ていくことはできま
せん。地域で助けを
求める。それに気づ
いて小さな行動を起
こす。そんな共生の
サイクルを回してい
くためにまず必要
なのは、一人ひと
りの無関心の打破
なのかもしれません
。小さな気づきを
協働によって大き
な力に変えるた
めに、あらためて
身近な地域を見
渡してみませんか？

※8月7日(日)に医療
的ケア学び直し勉強
会「吸引」をオン
ライン併用(会場…
長野県立こども病
院)を開催予定
です。詳しくは(一
社)医療的ケアの
輪ホームページ
をご確認ください。



NPO初歩講座 「NPOってなんだ？」



講座には必ずワークや対話をもりこんでいます
写真は4月の講座の様子

まんまるには、開設以来続いている講座があります。それは「NPO初歩講座」です。市民活動に関する基本的な考え方や言葉の意味をお伝えしています。また、市内の個性豊かな活動の紹介もしています。

新聞などで見聞きするNPOについて知りたい人、学校の勉強に役立てたい人、これから法人設立を考えている人や何かしてみたいけどどんな活動があるのかわからない人などなど、参加する人の目的はさまざまです。

NPO法人は正式には「特定非営利活動法人」といい、特定非営利活動推進法という議員立法によってできた法律に基づいた法人格です。NPOと一口にこのNP

〇法人のことを思い浮かべる方が多いのですが、必ずしもそうではありませんし、NPO法人が生まれた経緯もぜひ、知っていただきたいことです。

ボランティア活動やコミュニティビジネスなど多様な市民活動が生まれ、育ってきた背景には「自分たちのまちは自分たちの手で良くしたい」という思いがあり、私たちはそんな思いに触れてもらいたいと講座を続けています。

今回は年末となつてしましますが、身近な団体の事例紹介も含めて少しだけリニューアルをします。少人数でじっくりと、ねぼちゃんと一緒に学んでみませんか？

まんまるの
マスコット
キャラクター。
NPO×ねこで
「ねぼ」です！



今や広報には欠かせない動画の作り方を学ぶ講座、「ちょこちょこ動画で素早くカンタンに発信力アップ！」をソーシャルデザインセンターの寺澤順子さんを講師に招いて6月4日に開催。地域おこし協力隊や市民活動・地域活動に取り組みむ10人が参加しました。

前半は、そもそもNPOにとつての広報の意義や発信ツールの種類など、広報の基本となる講義。その後動画作成のポイントを聞き、2人1組になり1分間の自己紹介動画を撮りました！寺澤さんからは「いつもの2倍明るく」とアドバイスが。後半は、静止画と動画の違いや発信力を高めるコツ、肖像権・著作権の注意点などを学びました。「動画は音や風なども伝えることができ、静止画よりも相手の感情に訴えかけることができる」と寺澤さん。

講座の最後には前半に



終始笑顔で自己紹介動画を撮り合いました

撮った自己紹介動画を「VLO(ブロー)」という無料アプリで編集し、YouTubeにアップ！

参加者からは「さっそく試してみたい」「所属している団体の紹介動画を作りたい」「地元のPRに活用したい」などの声が聞かれました。

ちょこちょこ動画で
素早くカンタンに発信力アップ！



#21

My
ストーリー

子どもたちへヨガを伝える会 ながの

代表 山口 有佐さん

「自然豊かな地に家を建てて子育てしたい」と、子どもの小学校入学に合わせて埼玉県上尾市からの引っ越しを考えていた山口有佐さん。

静岡県や山梨県、長野県内では松本、安曇野、白馬、上田などをリサーチしました。そして、決めた先は「善光寺さんに導かれたよう」な長野市。

自然豊かな山へも都内へも手ごろな距離感のある場所でした。まわりには

子どもを気にかけて声をかけてくれる近所さんたち。りんごや野菜のおすそわけにも心が温まる親近感をもちました。

ヨガとの出会いは、仕事で心身ともに疲れ果てていた20代の頃。耐えきれない腰痛を見かねた整体

師の先生が、ヨガを勧めてくれました。

とりあえず本を買ってはじめて独学でも徐々に体が整っていくような手ごたえを感じ、教室に通って本格的に学びました。

ヨガの良いところは、自分の体を

客観的に見て「気づく」こと。体を知って、自分

を知るほどに心が軽くなっていくところ。

今年度、長野市教育委員会の「体力向上グッド！プラン」という事業で、市内22の小中学校で、体育の授業や総合学習のメニューとしてヨガを取り入れた授業をします。

また、より多くの人にヨガを体験してもらうため、「善光寺びんずる市」に参加して「親子ヨガinびんずる市」を開いています。「親子でいっしょにヨガを体験し、楽しくすっきりしてもらえたらうれしいです」と山口さん。

趣味は、野鳥と星空の観察。緑の景色に包まれ、空気と水のおいしさを堪能しています。

団体情報

長野市上ヶ屋飯綱高原森のヨガスタジオ PLAVA 内
<https://yogawotutaeru.amebaownd.com>



会のプロフィール

子どもや親子を対象にしたヨガを通じ、子どもたちの健やかな成長を願いあつまる仲間たちの会です。

NPO 法人長野市環境緑化協力会



NPO 法人長野市環境緑化協力会
長野市真島町川合字稗島1456-1 TEL 026-214-8655
<https://www.park-green.org>

緑豊かなまちづくりを推進するため、市内8か所の公園（青垣公園、南長野運動公園、川中島古戦場史跡公園、市場緑地、城山公園、昭和の森公園、地附山公園、若穂中央公園）を管理しています。樹木と草花の管理や草刈りはもちろん、トイレの清掃や照明の点検など園内施設全般を見まわって、利用しやすい親しまれる市民の憩いの場を整えています。

今年の春、密を避けるよう人数の制限と屋外での開催など新型コロナウイルス感染症に配慮して、3年ぶりとなる「ガーデニング講習会」を開きました。参加者は「春から初秋まで楽しめる宿根草の寄せ植え」というテーマで花の組み合わせ方と水のやり方などを学び、楽しい笑顔を咲かせました。

社会の一員として 活躍できる 「ごみ拾い」で 協働しよう!

住民と障がい者福祉施設の利用者や企業、市の職員など100人以上が集まった5月9日、善光寺前から長野駅前にかけて一斉にごみ拾いをしました。約1時間で可燃ごみは計20キロ、傘など含めた不燃ごみは計4キロ集まりました。

この活動は「ポイ捨てされるごみが増えると予想される大型連休明けに合わせて、みんなでキレイな長野をつくろう」と、市と日本たばこ株式会社協働して企画、地域住民や企業に参加を呼びかけたものです。

障がい者福祉施設「長野市ななせ仲まち園」の小山良輔さんは、3人の利用者と参加。同施設は市から委託を受け、御開帳



企業の人と地元の人と一緒に!

期間中、他施設と交替制でごみ拾い活動をしています。「小さなごみによく気づくといった利用者の力が発揮されることも多く、障がいがある人が社会の一員として活躍できる機会としても、ごみ拾いはとてもいい」と話しました。

回覧版を見て参加した地域住民の女性は「地元をきれいにしたいと思って来た。こんなにいろんな人が参加しているなんて」と驚いた様子。日本たばこ株式会社戸川浩司さんは「地域に貢献したいと、以前から毎月ごみ拾いをしてきたが、主旨に共感して一緒に活動する企業が増えている。思いをもつ企業が協働するきっかけになったらうれしい」と話しました。

お宝 ザクザク 地域を 掘りおこせ!



七二会地区でソルガム栽培の基本を学ぶ講習会が5月21日に開かれ、市内外から約40人が参加しました。ソルガムは、南アフリカ原産のイネ科の穀物で、世界の5大穀物の一つ。グルテンフリーでGABAやポリフェノールが豊富、高温や乾燥に強く育てやすく、市内では主に西山地区で昔から作られてき



種をまく様子を、
身を乗り出して観察しています

持続可能な地域づくり に「ソルガム」を!

七二会地区

ました。子実を食用にするだけでなく、茎葉をキノコの培地に活用し、使用後はメタン発酵によりエネルギーを作り出すことができる」と期待されています。

この日は、ソルガムの特性や育て方の説明を受けた後、種まきの実演。参加者は実際に撒かれた種の様子を観察したり、栽培時の注意点などを質問したりと積極的に参加していました。土づくりをきちんとすれば水の管理も必要なく育てやすいなどと説明を聞いた女性は、「これから挑戦したい」と思い参加した。地域にある放棄地で栽培できたら」と話しました。

講習会を主催した「信州そるがむで地域を元気にする会」は、ソルガムによる耕作放棄地の解消やエネルギーへの活用を通じて、持続可能な地域づくりを目指しています。構成団体は、信州大学や長野市、企業などです。

今後エネルギー活用のためには生産量も消費量も上げる必要があります。理事長の天野良彦さんは、「ソルガムを育てることでエネルギーの地産地消にも貢献できると知ってもらいたい。こうした機会を通じて、市民に関心を持ってもらえたら可能性が広がる」と話しました。



市民協働サポートセンター スケジュール

2022年

7月▶ 9月



タイトル	日 時	会場 / 費用	内 容
NPO カフェまんまる 「『生命（いのち）の安全教育』って なんだろう」 	8月8日（月） 13:30~16:00	もんぜんぶら座 3階304会議室 参加費：無料 定員：20人	来年度から全国で始まる「生命（いのち）の安全教育」は、子どもたちを性犯罪・性暴力から守るために実施される教育です。どんな内容が？本当に子どもたちのいのちを守ることができるのか？子どもたちにとってよりよいものになるために、NPOや教育関係者、子どもをもつお父さんお母さんと一緒に、ワークショップを通じて考えてみませんか。 企画協力団体：川中島の保健室
NPOステップアップ講座 「助成金に挑戦！」 	9月11日（日） 13:30~16:00	もんぜんぶら座 3階304会議室 参加費：500円/定員：20人 対象：NPO・地域活動に取り 組んでいる個人や団体	団体運営に欠かせない助成金。とはいえ、助成金を獲得することがゴールではありません。助成金を獲得した後を見据えた助成金の申請を基礎から学びます。 講師（オンライン）：山田泰久さん（一般財団法人非営利組織評価センター）
まるボランティアサロン ①ボランティアさん集まれ！ ②機関誌発送サロン	①毎月第4火曜日 11:00~14:00 ②10月1日（土） 10:00~13:00	市民協働サポートセンター 参加費：無料 対象：誰でも	まんまる開催のボランティアサロンです。「誰か」や「自分」のために、楽しく無理なくボランティアをしませんか？10代から80代までいろんな人が活躍しています！ ①封筒や紙バックをカレンダーや新聞紙で作ったり、その日によって作業は変わります。 ②3ヶ月に1回発行するセンターの機関誌を発送する作業です。今回は土曜日！封筒へのラベル貼り、機関誌やチラシの封入をします。

新型コロナウイルスの影響で、開催方法などが変更になる可能性があります。ホームページやフェイスブックでも随時情報発信しています。あわせてご確認ください。



ナガノの課題とNPOをつなぐポータルサイト「ナガクル」などで執筆しているソーシャルライターの吉田百助（筆名）です。団体情報の収集をはじめ、長野市民新聞「市民とNPOのひろば」と機関誌まんまるを担当します。
コーヒーが好き♡



よろしくお願いします！

岡学園の長野プロデュース科を卒業した、まんまる1年生の増田汐里です。情報発信（広報）や事務、サロン、まるごとキャンパス補佐など幅広く担当します。ほぼ毎日ホットケーキを食べてから出勤しています！



はココに！

長野県立図書館
「信州・学び創造ラボ」

若里公園が見渡せる県立図書館の3階の「信州・学び創造ラボ」。2019年春に改装オープンしたこの場所は、人と人がつながり共に学びあい、新たな社会的価値が創造されていく場を目指しています。「図書館を単なる学習の場にしたい」と語るのは司書の干川優さん。誰もが気軽に利用できる公共施設で、多様な人々が出会い交流できる場所として、たくさんの長野県民に利用してほしいと期待しています。

〒380-0928 長野県長野市若里1丁目1-4 TEL:026-228-4500

（休館日：毎週月曜・年末年始・蔵書点検期間）

発行 / 市民協働サポートセンター まんまる（長野市）

TEL:026-223-0051 FAX:026-223-0052

〒380-0835 長野市新田町 1485-1 もんぜんぶら座 3F

e-mail: npo@nagano-shimin.net

ホームページ: <https://nagano-shimin.net/>

まんまるホームページ リニューアルしました！



編集後記

熱い思いを胸に秘め、精力的に活動するみなさんが、分野立場を超えてつながり協働していくことで、世の中ってきっとおもしろく、味のあるものになるんだろうなあ。そんなことを考え、焼き鳥のねぎまを愛おしく思っています。→ねぎまの差し入れってます。（スタッフT）

