



ODA



発行：社会福祉法人 沖縄県身体障害者福祉協会／編集：北部自立生活センター 希輝々

〒905-0015 沖縄県名護市大南4-8-32-1／頒価100円（会費を含む）

TEL/FAX: 0980-54-1559 e-mail: kirara20030501@yahoo.co.jp



ほくぶじりつせいかつせんたーきらら
北部自立生活センター希輝々

やんばらぁ～ねっと

ねん がつ ころ
2026年1月62号



もくじ

やんぼらぁ～ねっと 第62号

P2

もくじ

P3～P6

JICA沖縄コロンビア研修生受け入れ

P7～P8

ダスキン研修生受け入れ

P9

小学校体験学習報告(学びを支える現場から)

P10～11

利用者さん・スタッフの新年の抱負

P12

新年の抱負／希輝々の所在地案内／

正会員、賛助会員の入会について

謹んで
新春のお慶びも
申し上げます



スタッフ一同

JICAコロンビア研修員



国境を越えて学ぶ、自立生活のかたち



去った11月16日から12月6日までの期間、JICA沖縄コロンビア国別研修「障がいのある紛争被害者のための自立生活促進能力強化」において、講義と実習の機会を賜り、とても貴重な学びの時間となりました。研修員11名の皆さまが、自立生活や権利擁護の理念に真摯に向き合い、その学びを母国の現場へ持ち帰ろうとされる姿に、私自身も大きな刺激と勇気をいただきました。あわせて、本研修は、紛争の再発を防ぎ、誰もが安心して暮らせる平和な国を作る必要性にもつながっていくことだと感じました。

研修では、長位さんと共に研修に取り組む機会をいただき、貴重な経験をすることができた事を、とても嬉しく感じております。そして、通訳を担当してくださった伊野波さんが、参加者の皆さまの思いと言葉を丁寧に確認しながら汲み取り、たくさんの方の事を私たちに届けてくださったことにも、心より感謝しています。

当センター(希輝々)の活動紹介では、CILの役割や当事者主体の運動の意義についてお伝えさせていただきました。特に、自立生活



研修中の様子

体験室においては、24時間介助や地域で暮らすための具体的な支援の在り方について、実際の生活環境に近い形で体験している当事者の暮らしを見学しながら意見交換をしました。制度の説明だけではなく、「暮らしのリアリティ」に直接触れていただけたことは、本研修における大きな成果であったと感じております。

介助実習では、介助のエチケットやコミュニケーションの基本、移乗動作、社会参加(買い物)に加えて、車椅子体験もおこないました。実際に操作を体験することで、段差や傾斜、狭い通路などで感じる不安や負担を理解し、利用者の立場に立った支援の在り方や、共生社会の実現に向けたインフラ整備・ユニバーサルデザインの重要性について、学びました。これは、現場で活用できる実践的な内容でもあり、介助は単なる技術だけではなく、障がいの有無にかかわらず互いを尊重し、尊厳と信頼関係を当事者に寄り添った関わりを大切にする事を、共有できたと思います。



そして、公開講座形式で実施したピア・カウンセリングでは、互いの経験を分かち合

い、素直な気持ちに耳を傾ける貴重な時間を共に過ごすことができました。

皆さまが、ご自身の人生の歩みを言葉にし、ときに涙を流しながらも前向きに語ら

れる姿に触れるとともに、場面によっては皆で大いに笑い合う時間もあり、涙と笑

いの両方を共有できたことが心に残りました。そうした瞬間一つひとつが、ピア

の持つ力の大きさに改めて実感する機会となりました。

今回の研修を通して得られた対話や気づき、そして皆さまが策定された

アクションプランが、コロンビアの地域社会において活かされ、障がいのある紛争

被害者の方々の自立と尊厳ある暮らしへとつながっていくことを、心より願い、

今後とも応援していきたいと思えます。

M.A より

ひだり 左から

えんばわめんとおきなわ
エンパワメント沖縄

りじちよう たかみね
理事長の**高嶺**さん

りじ ながい
理事の**長位**さん

つうやく いのは
通訳の**伊野波**さん

きらら あらかき
希輝々の**新垣**さん





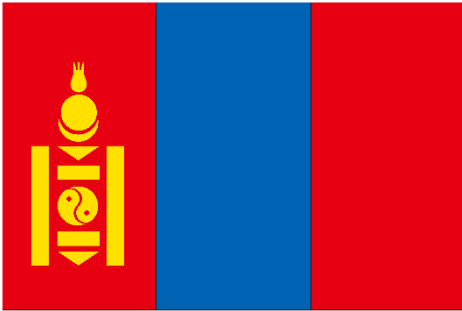
うえ たいけんしつ けんがく
上：体験室の見学

した けんしゅうかんけいしゃしゅうごうしゃしん
下：研修関係者集合写真



だすきんけんしゅうせいほーむすてい ダスキン研修生ホームステイ

もんごるこっき
モンゴル国旗



12月25日～31日の一週間、モンゴルから来日した

ニヤムカさんとサンくんをホームステイでお迎えし

ました。海洋博公園、ネオパーク、子どもの国、

ジャングリアを巡る“小さな沖縄ツアー”は、笑い

と驚き、そして発見の連続でした。



海洋博公園では、巨大なジンベエザメやイルカの

ショーにお二人は目をキラキラ。「海のないモンゴル

では見られない世界だね」と感動しながら、日本と

モンゴルの自然の違いについて楽しく語り合いま

した。ネオパークでは、間近で出会う鳥たちにびっく

りしつつ、写真を連写して童心に返るひと幕もあり

ました。



子どもの国では、会場に流れる HAN-KUN

の音楽に合わせて自然と手拍子。「音楽は

国境フリーだね」と笑い合い、言葉を超

えて心が通い合う、温かい瞬間となり

ました。



ほんば もん ご りょうり
本場のモンゴル料理！

わ い わ い たの
みんなでワイワイと楽しみました



じゃんぐりあ の もの の か しゃかい
ジャングリアでは、乗り物に乗れない代わりに“社会

けんがくも ー ど き か しせつこうぞう ぱりあふりー
見学モード”に切り替え。施設構造やバリアフリー、

どうせん かんさつ たの まな
動線などを観察しながら、「楽しさ」と「学び」を

どうじ げつ と たいけん
同時にゲットできる体験になりました。

さらに、お二人が本場のモンゴル料理をふるまって

くださり、沖縄料理との国際交流ディナーに。

き かんちゅう なか こころ み しあわ
期間中はお腹も心もずっと満たされた、幸せいっ

ぱいのホームステイとなりました。

そして12月31日からは、CILイルカの大城さんへ温

かくバトンタッチ。笑顔でつながるご縁に、改めて

かんしゃ き も
感謝の気持ちでいっぱいです。

M. A



まな ささ げん ば 学びを支える現場から

わたし しょうがっこう おこな くるま たいけん あ い ま す くだいけん こうわ と く こうし
私は、小学校で行われた車いす体験・アイマスク体験および講話の取り組みにおいて、講師の
じょしゅ しゃきやう みんせい いんかい かたたち と も さん か こ じっさい からだ うご
助手として社協や民生委員会の方達と共に参加してきました。子どもたちが実際に体を動かし、
かん かんが がくしゅう ば ささ やくわり にな どうじつ くるま そうさ かいじょ
感じ、考えるこの学習の場を、そばで支える役割を担いました。当日は、車いすの操作や介助の
ほ じょ あ い ま す くだいけん じ あんぜんかくにん おこな こ ひとり あんしん たいけん
補助、アイマスク体験時の安全確認などを行いながら、子どもたち一人ひとりが安心して体験でき
るよう心がけました。体験を通して、思うように動けない不安や、周囲の声かけや手助けの大切さ
に気づく様子が多く見られました。講話の時間には、講話の話に真剣に耳を傾ける子どもたちの
すがた いんしやうてき こま ひと み じぶん なに
姿が印象的でした。「困っている人を見かけたらどうしたらいいか」「自分にできることは何か」といっ
た問いに対し、自分の言葉で考え、発言する場面もあり、体験と話がしっかり結びついていること
を感じました。今回の取り組みは、障がいについて学ぶだけでなく、人との違いを知り、想像し、関
わり方を考える大切な機会となりました。その学びを支える一員として現場に立てたことは、私た
ちにとっても大きな意味のある経験でした。今後も、こうした学びの場が学校や地域の中で広がっ
ていこう、支援者の皆さまと力を合わせながら
と く かんが こ
取り組んでいきたいと考えています。子どもたちの
き せいちょう ささ かつどう り かい きよりよく
気づきや成長を支える活動へのご理解とご協力
を、ひ つづ ねが
を、引き続きよろしくお願いいたします。
K.H



しんねん ほうふ
新年の抱負

きょうどう ささ あ まな あ すす
協働 … 支え合い・学び合いながら進める (M.A)

けんこうきがん たいちようかいふく む せいかつ とどの
健康祈願!! 体調回復に向けて生活を整えます(M.H)

さけ きゅうかん び つく
お酒をひかえ、休刊日を作る(Y.M)

かていえんまん むびようそくさい こうつうあんぜん きんえんはんたい なるせひでゆき
家庭円満 無病息災 交通安全 禁煙反対 (成瀬秀行)

たいちよう き がんば
体調に気をつけて頑張る(S.K)

さくねん つういん たいちようかんり で き とし
昨年は通院しつつも体調管理出来た年でした。

ことし じ こかんり おこた がんば
今年も自己管理を怠らず頑張ります!(S.H)

あんぜんだいいちまい ペース がんば
安全第一マイペースに頑張ります(M.T)

しんねん ほうふ
新年の抱負

たにん む かんじょう れいせい
他人に向ける感情よりも、冷静に

じぶん こころ む あ たいせつ ひとねん
自分の心と向き合うことを大切にする一年にする！(Y.H)

たいちょうか んり き
体調管理に気を付けます(M.T)

かいじょしゃ じ こ どうじしゃ かくにん かき
介助者として事故がないよう当事者に確認を重ね、

あんしん まえむ す しえん こころ
安心して前向きに過ごせる支援を心がけます(H.H)

ひと げんき はっげん こころが
人を元気にできるような発言を心掛ける(K.H)

ことし いっしょうけんめいたの しごと で き よう がんば
今年も一生懸命楽しいお仕事ができる様に頑張ります(W.M)

たいちょう き せつきよくてき ち い きかつどう さんか
体調に気を付けながら積極的に地域活動に参加する(H.M)

ことし そと で た
今年もいっぱい外に出かけておいしいものを食べたいです(R.T)

ことし うんどう
今年はなるべく運動をする！(N,K)

ながねん ゆめ ろう にん あじ つ あ
長年の夢であるGT(ロウニンアジ)を釣り上げること。
うみ じぶん む あ ちょうせん
海と自分に向き合いながら挑戦し、
さいこう いっしゆん い
最高の一瞬をつかみに行きます(R,H)

ほくぶ じりつせいかつせんたー きらら しょうざいちあんない
北部自立生活センター 希輝々の所在地案内

ゆうびんぼんごう ばんごう 095-0015 おきなわけん な ご し おおみなみ かい
〒 905-0015 沖縄県名護市大南4-8-32(1階)
でんわ ふあつくす
TEL/FAX 0980-54-1559
いー めーる
E-mail kirara20030501@yahoo.co.jp

しーあいえる き ら ら せいはいいんおよ さんじょかいいん せつきよくてき さん か つの
C I L 希輝々では、正会員及び賛助会員の積極的な参加を募っています。
とうかいかつどう こうどうはん い ひろ とうかい しゅうし
当会活動のさらなる行動範囲を広げるためにも、ぜひとも当会の趣旨にご
さんどう きょうりよく ねが
賛同いただき、ご協力をお願いいたします。

せいはいいん しん き かいいん にゅうかいきん ねんかい ひ えん
正会員 新規会員 入会金2,000円(入会時のみ) + 年会費3,000円
けい えん
= 計5,000円
き かいいん えん ねんかい ひ
既 会員 3,000円(年会費のみ)
さんじょかいいん こじん ひとくち えん
賛助会員 個人 一口5,000円
だんたい おおくち えん
団体 大口10,000円

き ふ きん ずいじう つ
寄付金は随時受け付けております。

みなさま あたた こころざし きょうりよく ねが
皆様の温かいお 志 とご協力をお願いいたします。

ふりこみさき おきなわかいほうぎんこう な ごしてん てんぼん ふつうよきん
●振込先 沖縄海邦銀行 名護支店 店番 060(普通預金) 0621092

めい き ほくぶ じりつせいかつせんたー きらら
●名 義 北部自立生活センター希輝々

