上野会館だより

ひろば

人権を　みんなで知ろう　未来のために

No.５７８

２０２６年１０月

編集・発行
〒677-0044 西脇市上野 243 番地
西脇市立隣保館上野会館
TEL・FAX 0795－23－3451

2026第14回 上野･下戸田　いきいき人権交流祭

と　き　１０月 24 日（土）10 時～15 時 30 分

ところ　隣保館上野会館



開催

ご案内

内　容　講座生発表・食べ物コーナー・茶席・フリーマーケット
・工作教室・スーパーボールすくい・バルーンアート
・講演会・人権作文発表・交流学習会・パネル展示など、
楽しい催しがいっぱいです！

★　詳しくは、別紙プログラムをご覧ください!!

交流グラウンドゴルフ大会は、11 月 1 日（日）
都麻の郷交流グランドに於きまして、９時より開催します

フードドライブにご協力ください！

ご家庭で使われずに余っている
食品などはありませんか～



【対象食品】

〇未開封のもの　〇賞味期限まで一ヶ月以上あるもの
〇常温保存のもの　〇成分又はアレルギー表示のあるもの
〇製造者または販売者が表示されているもの
※アルコール（みりん、料理酒は除く）や手作り品以外のもの

【対象日用品】

トイレットペーパー、ティッシュペーパー、生理用品、洗濯用洗剤、台所用洗剤、紙おむつなど消耗品

期間　10月5日（月）～9日（金）
場所　上野会館　（午前９時～午後５時）

西脇地区　月間講演会　8 月 26 日(水)

演　題　「夢に向かって」
～ゴールボールで夢に挑戦～

講　師　ゴールボール金メダリスト
安達 阿記子さん



安達さんは、20 歳で視覚障害となり、今まで当たり前だった日常が変わってしまいました。何をするにも気力が湧かず、落ち込む日々を送っていましたが、ゴールボールとの出会いによって、目標を持ち、視野を広げることができたそうです。

「パラリンピックを通して、目標や思いは言葉に出して共有すること、お互いの力を補い合うことの大切さに気づきました。そして、夢や目標を達成することが、人生のゴールではないことにも気づきました。
これは難しいなと思うこともあるけど、やらずに諦めるよりは、チャレンジしてみようという思いで挑戦しています」



☆私が大切にしている言葉☆
GIVE ＆ TAKE（ギブアンドテイク）

「やってもらって当たり前ではなく、誰かにサポートしてもらったら、次の人にそれを返したいです！」

最後に、ゴールボールの体験をしました。



「ボールが見えないから**声を掛けてから**投げることが大切です」

は～い

投げるよ

ボールの中に
鈴が入っていて
音が鳴るんだよ～

「知っているようで知らない！？目の不自由な人のこと」



■　どちらの人が多いと思いますか？

A：生まれつき目が不自由な人　　B：途中から目が不自由になった人

□　Bの途中から目が不自由になった人が多いです。
目の不自由な人には、見え方の程度によって「全盲」と「弱視」と大きく２つに分けられます。

■　パラリンピックには、視覚に障害のある選手が参加する競技があります。
次のうち、視覚に障害のある人が参加しない種目はどれでしょう？

A：柔道　　B：サッカー　　C：テニス　D：ゴールボール

□　テニスです。音を頼りにするブラインドテニスがありますが、まだ十分に広まっているとはいえず、パラリンピックで採用される基準に達していないためです。

■　点字ブロックの形は、何種類あると思いますか？

A：１種類　　B：２種類　　C：３種類



□　点字ブロックには、おもに
線状の「進む方向を示すもの(誘導用)」と点状の「注意を促すもの(警告用)」があります。答えは、Bの２種類です。

■　視覚に障害のある方が歩くときに使う白い杖（白杖）ですが、日本で見かけるものの中には、先端や一部が「赤色」になっているものがあります。
この赤い部分にはどんな意味があるでしょうか？

A：夜に光る蓄光のため　　B：車や周囲の人に注意を促すため
C：縁起が良い色だから

□　Bの視覚障害のある人が歩いていることを周りに気づいてもらうための工夫です。
白杖を両手などで頭上に50㎝ほど高く掲げ「困っているので助けてほしい」という周囲への（白杖ＳＯＳシグナル）合図もあります。





目の見えない人にとって、耳から得られる情報は、とても重要ですよね。
正面から優しく声をかけて、わかりやすく伝えることが大事です。

10月の行事予定

おりひめ体操は屋外でするよ！
気軽に参加してね！

日	月	火	水	木	金	土
				1 輪の会	2	3 茶道A ヨッピ会
4	5 文芸 編物（サークル）	6 茶道B	7 かな書道 編物A	8	9 絵手紙	10 ヨッピ会
11	12 スポーツの日	13 茶道(A・B) 押し花 生花	14 編物B スイートピー	15 3B体操 輪の会	16 交流祭準備のため貸館中止	17
18	19	20	21 貸館中止です!!	22	作品搬入 みなさん来てね！	24 いきいき人権交流祭
25 ★グラウンドゴルフ大会	26 交流祭後片づけ	27	28 編物（サークル）	29 3B体操 編物（サークル）	30	31 ヨッピ会 押し花（サークル）
11/1 さわやか交流祭 （大野隣保館）	2	3 文化の日	4 かな書道 編物A	5 輪の会	6	7 茶道A ヨッピ会

相談　**(人権・福祉・教育・健康・年金など)**
上野会館では、毎週月曜日に相談日を設けています。電話による相談も受け付けています。プライバシーを厳守しますので、お気軽にご相談ください。

図書　人権、一般、趣味、児童書等の閲覧・貸出をおこなっています。お気軽にご利用ください。





編集後記

▸10月は、日本中の八百万（やおろず）の神様が、出雲の国（島根県）に集まり会議を開くと言われています。その間、ほかの国には神様がいなくなってしまう事から「神無月」と呼ばれてきました。また、日本中で年々盛り上がりを見せ、今ではすっかり秋の風物詩となってきているのが、10月31日の「ハロウィン」です。ハロウィンの起源はご存じですか？
古代ケルト（現在の西。中央ヨーロッパ）の「サウィン」祭りだそうです。ハロウィンには悪魔や魔女がやってきて災いをもたらすとされていました。そこで、身を守るために仮面をかぶったり、悪霊や魔女の格好をして見せかけたりしたのが仮装のはじまりだとか。
▸10月といえば隣保館でも大きな行事があります。24日土曜日に「上野・下戸田いきいき人権交流祭」を開催します。この機会に一度隣保館に来てください。美味しいものや楽しいものがいっぱいです。講演会では、わらべ歌ロック歌手の「衣川亮輔さん」をお招きしています。きっと元気がもらえますよ。（I）