

# 身障ぐんま

しんしょう No. 109 2024 1月号

## 新年の挨拶



公益社団法人 群馬県身体障害者福祉団体連合会

会長 杉田 安啓

あけましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、すこやかに新年をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

ご承知のように身障連といたしまして、新型コロナウイルス感染が一定程度（5類に移行）の落ち着きを見せたことから、事業計画に沿って行事を実施してきました。

昨年は、相談員研修会・カラオケ交流会・研修旅行・グラウンドゴルフ大会・福祉大会・特別研修会に多くの参加者が見られました。ご協力をいただき感謝申し上げます。

本年4月から改正障害者差別解消法が施行されます。このことにより民間企業の障害者雇用はもとより、飲食店など小売店等でも障害者に対する合理的配慮の提供が義務化されます。

しかし、法のもう一つの主旨である「不当な差別的取扱い」も含めると問題が残ります。心のバリアフリーはまだ十分に理解されているとはいえません。

私達身障連としては、行政や関係機関とともに障害者差別解消の啓発に努めていかななくてはなりません。

大切なことは、年齢や性別、障害の有無にかかわらず誰もが幸福を実感できる社会にしていこうことです。

障害者も健常者も互いに個人を認め合い、共に生きるという共生社会の実現に向けて頑張ろうではありませんか。

すべての皆様にとって、健康で良き一年になりますよう祈念を申し上げ、ご挨拶といたします。

も く じ

P1 …新年の挨拶

P2 …新年知事あいさつ

P3 …第74回福祉大会

P4 …研修旅行

…第21回グラウンド・ゴルフ大会

P5 …特別研修会

P6 …女性部会日帰り研修旅行

…スポ・レク部会グラウンド・ゴルフ大会

P7 …冬野菜について知ろう！

P8 …各種相談窓口／編集後記

公益社団法人  
群馬県身体障害者福祉団体連合会

前橋市新前橋町 13-12 群馬県社会福祉総合センター内  
TEL (027) 255-6274 FAX (027) 255-6275  
E-mail: gunmakenshinren1@xp.wind.jp

発行責任者：杉田 安啓

## 新年知事あいさつ



群馬県知事 山本 一太

明けましておめでとうございます。

県民の皆さまには、新春を健やかに迎えのことに、心からお慶び申し上げます。

知事としての2期目がスタートして5ヶ月が経ちました。新年を迎え、改めて県政を担うことの重責に身の引き締まる思いであり、皆さまの負託に全身全霊で応えていきたいと決意を新たにしています。

去年は、原油価格や食料品などの物価高騰への対応など、県民生活や事業者を支えるための対策に全力を注ぐとともに、約3年に及んだ新型コロナとの闘いを乗り越え、新しい群馬を創るための取り組みを進めた1年でした。特に、群馬県で初めて誘致に成功した「G7群馬高崎デジタル・技術大臣会合」の開催は、群馬県が重要な国際会議の開催地となりうることに、そして、魅力あふれる地域であることを国内外に示すことができたと考えています。

また、いわゆるワイズスペンディングの考え方に基づき、行財政改革にも注力しました。これにより、大きな予算を必要とする、高校生世代の医療費無料化、老朽化した小児医療センターの再整備など、将来を見据えたさまざまな事業を決断することができました。

さて、障害者差別解消法の一部改正に伴い、今年の4月からは、障害者に対する合理的配慮の提供が、民間事業者等にも法的義務として求められることとなります。障害の有無によって分け隔てられることのない共生社会の実現は、官民一丸となって取り組むべき重要課題です。群馬県の障害者施策の基本方針である「バリアフリーぐんま障害者プラン8」の推進と併せて、県が実施する取り組みに対して、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本年も、新・群馬県総合計画ビジョンに掲げた「すべての県民が、誰一人取り残されることなく、自ら思い描く人生を生き、幸福を実感できる自立分散型の社会」の実現に向けて、あらゆる分野で群馬の強みを活かした独自の「群馬モデル」を発案、実行、発信していきます。厳しい時代にあっても誰もが健康で豊かに暮らせるよう、これまでにない新しい発想で、群馬県から日本を変えていくという「攻めの姿勢」で県政を前進させていく覚悟です。

結びに、この1年が群馬県身体障害者福祉団体連合会の皆さまにとって健康で幸多い年になりますよう心から祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

令和6年1月1日

# 第74回群馬県身体障害者福祉団体連合会福祉大会

■日 時：令和5年10月13日(金)

■場 所：群馬県社会福祉総合センター 8階大ホール

昨年に引き続き、式典のみの開催となりました。物故者に対する黙祷、会長挨拶に続き、表彰式、大会宣言・大会決議の採択が行われました。

表彰式のあと、群馬県知事山本一太様（津久井副知事代読）、群馬県議会議長我孫子哲様、群馬県社会福祉協議会会長川原武男様からご祝辞をいただきました。

続く、大会宣言・大会決議では、杉田会長が議長となり、大会宣言案を根岸副会長が読み上げ、大会決議案を早川副会長が提案し、いずれも満場一致で採択されました。



## 表彰関係

### < 団体功労者 >

- 小林 浩（高崎市身体障害者団体連合会）
- 三原万里子（高崎市身体障害者団体連合会）
- 清水 礼子（一般社団法人群馬県聴覚障害者連盟）
- 星野 ラク（片品村身体障害者の会）
- 細渕 俊彦（公益社団法人群馬県視覚障害者福祉協会）

### < 自立更生者 >

- 小見 愛子（高崎市身体障害者団体連合会）
- 平井まなみ（高崎市身体障害者団体連合会）
- 唐澤 久子（渋川市身体障害者福祉協会）



## 大会宣言

コロナ禍が明け、多くの会員や関係者とともに、第74回福祉大会を盛大に開催することができた。群馬県身体障害者福祉団体連合会は、「障害者権利条約」を踏まえ、障害者の自立と社会参加の促進を目指し、活発な活動を続けてきた。

一昨年には「障害者差別解消法」が改正され、事業者に対し社会的障壁の除去の実施について、必要かつ合理的な配慮をすることが義務付けられ来年度から施行される。

これにより、地域における心のバリアフリーの普及は益々重要となっている。

改正法の実効性を高め相互理解を深めていくためにも、私たち一人ひとりが、それぞれの地域で、困りごとや改善・解消すべきことを伝えていくことが重要である。

そして、高齢化が進展し会員の減少が懸念される中ではあるが、関係団体等と連携し、障害福祉の課題解決に向けた活動に積極的に取り組んでいく必要がある。

我々は今ここに、障害の有無にかかわらず、一人ひとりが互いの人格と個性を尊重し合い、いきいきと輝く共生社会を実現できるよう、一致団結して行動することを誓い、宣言する。

## 大会決議

- 1 障害理解の活動を広げ、地域共生社会の実現をめざそう
- 2 改正障害者差別解消法の理解・啓発を促進しよう
- 3 地域に根ざした心のバリアフリーを広げよう
- 4 身体障害者相談員の活動強化と相談支援の充実を進めよう
- 5 共に仲間を増やし、組織の活性化を図ろう

## 令和5年度群馬県身障連研修旅行

■日 時：令和5年10月24日(火)

■場 所：原田農園りんご狩り&生方記念資料館(沼田公園内)

沼田の原田農園に行ってきました。たわわに実ったりんごの食べ放題、きのこづくしのお料理を堪能したご一行。生方記念資料館、公園内の散策と楽しい1日を過ごせたようです。

ご参加いただいた皆さまお疲れさまでした。



## 第21回群馬県身障連グラウンド・ゴルフ大会

■日 時：令和5年11月12日(日)

■場 所：群馬県立ふれあいスポーツプラザ

ふれあいスポーツプラザにて、グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

今年も、群馬県グラウンド・ゴルフ協会の皆様からご協力を得て、無事に大会を終えることができました。

あいにくの曇天でしたが、ホールポストに一球入魂!

50mのロングコースでホールインワン賞も出ました。入賞された皆さまおめでとうございます。



【優勝】小林正雄さん



【準優勝】星野ラクさん



【3位】篠崎重信さん

## 特別研修会

■日 時：令和5年12月22日(金)

■場 所：群馬県社会福祉総合センター B01会議室

■講 演：「家庭の電気を正しく、賢く、安全に使う方法」

■講 師：一般財団法人関東電気保安協会 群馬事業本部 広報担当部長 青木 恵 氏

社会福祉総合センターにて、特別研修会を開催しました。来賓の障害政策課の齊藤課長、講師の青木様は手話を交えてご挨拶。その後、日々の生活に欠かせない電気の正しい使い方などについてご講演いただきました。参加された皆さん、熱心に耳を傾けていらっしゃいました。年末のお忙しい中、講師を引き受けてくださった青木様、足を運んでくださった皆さん、本当にありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。



## 【部会】 女性部会日帰り研修旅行

■日 時：令和5年10月10日(火)

■場 所：榛名湖温泉ゆうすげ

榛名湖畔の温泉ゆうすげに行ってきました。途中、湖畔の宿記念公園に立ち寄り、ゆうすげへ。天然温泉、美味しい料理に舌づつみ。楽しく交流されていました。



## 【部会】 スポ・レク部会グラウンド・ゴルフ大会

■日 時：令和5年10月22日(日)

■場 所：群馬県立ふれあいスポーツプラザ

伊勢崎のふれあいスポーツプラザにて、グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。秋晴れの下、プレーを楽しみ親睦を深めていました。



【優勝】金井春子さん



【準優勝】山澤健二さん



【3位】小林繁三郎さん

# 冬野菜について知ろう！

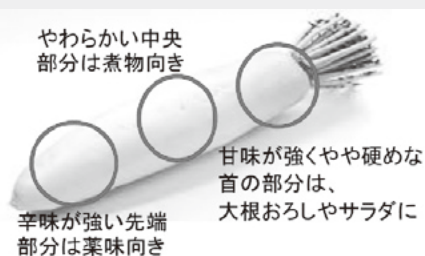
群馬県済生会前橋病院 栄養科 宮崎 純一

旬の食材は栄養が豊富でおいしさも抜群です。特に冬野菜にはβ-カロテンやビタミンCが多く、免疫力アップや健康な皮膚・粘膜の保護、老化予防の効果が期待できます。また、野菜は寒さにさらされると糖度が増すため、他の季節より甘味が増すのも特徴です。今回は今が旬の冬野菜について、ご紹介します。

- β-カロテン：体内でビタミンAに変換され、皮膚や粘膜の健康維持に役立つ。  
油と一緒に摂取すると吸収率がUP！
- ビタミンC：コラーゲンの合成を促進する、鉄の吸収を高める、動脈硬化の予防、抗ストレス作用等の働きがある。

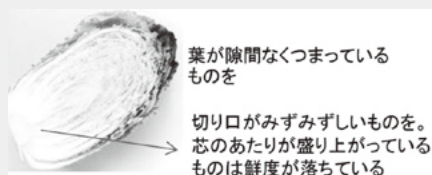
## 大根

- ・根の部分は消化酵素のジアスターゼが豊富に含まれ、たんぱく質の消化を促進し胸焼けや胃もたれ、二日酔いなどに役立つ。熱に弱いため、生のまま食べると効果的。
- ・葉にはβ-カロテンやビタミンC、カルシウムなどが豊富。



## 白菜

- ・ビタミンCが多く、風邪予防や免疫力アップに効果的。
- ・カリウム、カルシウム、亜鉛などのミネラルも豊富。
- ・食物繊維は100gあたり1.1gとレタス並みの含有量。



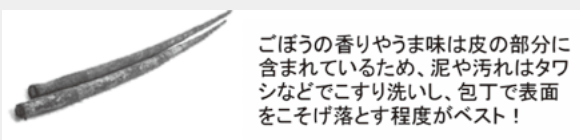
## 小松菜

- ・寒さに強く、霜にあたると甘味が増す。
- ・β-カロテン、ビタミンC・B群・E、カルシウム、鉄などが豊富。
- ・カルシウムは野菜の中でトップクラス。



## ごぼう

- ・セルロースやリグニンといった食物繊維を多く含み、便秘解消や整腸作用、動脈硬化予防が期待できる。
- ・血糖値を下げる作用のあるイヌリン（多糖類）も豊富。
- ・カリウム、マグネシウム、亜鉛などのミネラルも豊富。



冬野菜に限らず野菜には、身体に必要な「栄養素」、生活習慣病予防に重要な働きをする「機能性成分」が豊富で、栄養バランスをとるためにとても大切な食材です。また、旬の野菜を活用することで食卓に季節感が出たり、色鮮やかな野菜で彩りを良くしたりと、食事を楽しむという面でも大いに活躍する食材です。今一度、自分の食生活を振り返り、野菜不足にならないよう積極的に摂るように心がけていきましょう。

## 各種相談窓口

### 群馬県障害者差別相談窓口

障害のない人たちと違う扱いを受けたことはありませんか？  
障害に合った配慮をお願いしてもらえなかったことはありませんか？  
障害を理由とする差別に関する相談窓口です。  
秘密は守ります。お気軽にご相談ください。

**専用電話 027-251-1166**

- 相談日 月曜日から金曜日（休日および年末年始を除く）
- 時間 9時から16時30分
- FAX 027-255-6275
- メール gunmakenshinren5@xp.wind.jp  
（来所相談をご希望のかたは、事前にご連絡ください。）

### 群馬県障害者110番

障害者に関することであれば、何でもかまいません。  
ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

**専用電話 027-251-1100**

#### 電話・来所相談

- 相談日 月曜日から金曜日（休日および年末年始を除く）
- 時間 9時から15時（12時から13時を除く）
- FAX 027-255-6275
- メール gunmakenshinren4@xp.wind.jp  
（来所相談をご希望のかたは、事前にご連絡ください。）

#### 弁護士無料法律相談

- 相談日 原則毎月第1・第3火曜日
- 時間 14時から16時  
（弁護士無料法律相談をご希望のかたは、事前にご連絡ください。）

## 編集後記

正月に発生した「令和6年能登半島地震」により被害を受けられた地域の方々そのご家族の皆さまに心からお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈りいたします。

本県内での被害はなかったと聞きますが、南海トラフ沖地震や首都直下型地震など、私たちにとって予断

を許さない巨大地震の発生も危惧されています。

また、最近は想定外の被害をもたらす自然災害が多く発生しています。

わが家では、このたびの地震を経て、自分の命は自分で守る「自助」の精神と、地域は自分たちで守る「共助」の精神の大切さをあらためて話し合いました。いつやってくるか分からない天災ですが、そのときに少しでも役立つ準備を積み重ねていこうと家族で誓った正月となりました。

末筆ながら、令和6年年初にあたり皆様方のご多幸とご健康をお祈り申し上げます。