



創立1880年
〒169-0051
東京都新宿区西早稲田2-3-18
日本キリスト教会館6階
Tel 03-6302-1960
URL <http://tokyo.ymca.or.jp>
発行所 公益財団法人 東京YMCA
発行人 菅谷 淳

東京YMCA

5/6
2021年

東京YMCAの使命

東京YMCAは、イエス・キリストによって示された愛と奉仕の精神にもとづいて、青少年の精神、知性、身体的全人的成長を願い、地域社会に奉仕し、公正で平和な世界をつくるための運動を展開する。

知的障がいのある子どもたちの野外活動グループ「きらきら」と「ほろろ」が、コロナ禍で遠出ができず、近くの公園などに行き先を変更して活動しています。



障がいのある子どもたちの

ウェルネスを目指して



※「放課後等デイサービス」とは

発達に課題をかかえる小中高校生を対象とし、放課後や学校休業日に居場所を提供すると共にソーシャルスキルトレーニングなどの療育プログラムを提供する、児童福祉法に定められたサービスです。現在、都内に約1000カ所あり、各事業者がそれぞれに特色ある療育プログラムを提供しています。東京YMCAは山手センターと西東京センターの2カ所で「PIT (ピット) 国立」「PIT 西早稲田」の名称で実施しています。「PIT」は「地には平和 (Pacem in terris)」というラテン語を意味しています。

東京YMCAは1960年代から、障がいのある方々を対象とした各種の特別支援プログラムを実施しています。現在は、水泳、野外活動、ソーシャルスキルトレーニングクラスに加え、2016年からは「放課後等デイサービス※」も開始しました。

特別支援の水泳や野外プログラムの運営には、安全の確保や参加者への配慮を含め、よりきめ細やかな対応が必要になるため、スタッフ体制の充実が必要不可欠です。プログラムによっては、マニッマン体制も必要となります。YMCAでは、その人材を学生ボランティアや社会体育・専門学校の実習生の協力を得ることができ、運営が可能となっています。

それでも現在入会希望者が多く、特に水泳クラスや野外活動は入会までに数年もお待ちいただくたり、キャンセル待ちすらお断りしなければならなかったりする状態が続いています。「他の水泳クラスで入会を断られてしまった」「運動できる場所がなくて困ってる」

入会希望の方々からYMCAに寄せられる多数の切実な声に込められるように、努力を続けております。私たちがボランティアの学生や実習生たちと一緒に運営をしていくことには、よりよい社会をつくるための担い手を育てたいという願いもあります。彼らは障がいのある方と接した経験が少なく、人が多く、参加当初は誰もが楽しみな反面、戸惑いを隠せないのも事実です。実際のプログラムへの参加とYMCAでのトレーニングを積みながら、少しずつ理解を深めていきます。接する時間が増えていくに従って、「どうしたら、子どもたちの気持ちを汲み取れるか?」「楽しい活動ができるか?」という主体的な気持ちが生まれ、試行錯誤を繰り返す中で新たな発見や楽しみを見出し、いきま。苦労は避けて通れませんが最初の不安は、徐々に「楽しさ」にシフトしていきます。そして、経験を通して障がいのみならず「人が生きた」とか、「活動で取っ

きていくということ」に対する考え方や自身の日常の振る舞いにも変化が生まれます。経験から知識を身につけ、意識を変えていった彼らが家族や周囲の人への及ぼす力は、「誰もが受け入れられる社会」を創る力になると考えています。学生ボランティアとの出会いは、参加者・保護者にとっても貴重です。学校や療育機関等の専門家は、共に活動する仲間です。時には、思い切り一緒に遊んだり、楽しい話をする友達のような存在で、時には、わからないことや自分だけでは難しいことをさり気なく助けしてくれるお兄さん、お姉さんのような存在です。活動の中で喜怒哀楽を共有する中で築かれていく信頼関係は厚く、卒業した学生リーダーをずっと覚えていた参加者や保護者、将来はリーダーになりたいと憧れる参加者もいます。「先日、駅でOBGリーダーに会った」とか、「活動で取った写真を玄関に飾って通学時にその写真を見て登校している」など嬉しそうに話してくださる保護者もいます。

このようなYMCAの諸活動を通して、参加者、保護者、ボランティア学生、スタッフがつながり、そこで過ごした楽しい経験が、それぞれの人たちの人生を、少しポジティブなものに変えていつていると信じます。YMCAの「ウェルネス」とは、身体的な健康だけでなく、精神的・知的・社会的にもバランスのとれた、より良い生き方を目指すことです。障がいのある子どもたちも含め誰もが、野外活動やスポーツを楽しみ、心も体も魂も、ともに健やかに生きること。それがYMCAの願いです。

またこの願いに共感してくださって、参加費補助や社員ボランティアの派遣など、様々な関わりを永年にわたっていただいている企業や団体もあります。障がいのある子どもたちの活動をおしえて、リーダーも保護者も企業もみんながつながって、よりよい社会を目指していくことが私たちの使命です。

2面に保護者インタビューを掲載しました。私たちのプログラムの様子を知っていただければ幸いです。(放課後等デイサービスPIT西早稲田 大津桃子)

▼23面「保護者インタビュー」

「太き骨は先生ならむそのそばに小さきあたの骨 あつまれり」。近所の碑に刻まれた詩、娘の学校の先輩たちの姿である▼結婚を機に縁もゆかりもない広島に移り住んだ。ベビーカーを押しながら、知り合いもないこの街で子育てができるだろうかと不安を感じていた。しかし、通りすがりのおばあさんが声をかけてくれる。「かわいい子じゃねえ」笑顔の裏にはどんな悲慘な人生を背負ってきたのだろう。子どもは神様が授けてくれた宝物、その気持ちに伝わってきた▼

広島の子どもは就学前から平和教育を受ける。小学生の娘が冒頭の詩を聞いて感じたことは、恐怖でも悲しみでもなく「怒り」だった。友だちと遊び、先生と語らう日常が突然奪われたこと。この「怒り」を世界に伝え、平和を創り出す役割を自分たちが担うのだと考えている▼今年1月に発効した核兵器禁止条約に尽力したサロー節子さんは、若いころ広島YMCAに集っていた。今YMCAは他団体と共に、日本の条約批准にむけて署名運動を行っている▼私には、広島に生まれ広島を伝えようと重い責務を背負う「ヒロシマの子」の親としての役割が神様から与えられた。

(会員 関野彰子)

赤△三角

「太き骨は先生ならむそのそばに小さきあたの骨 あつまれり」。近所の碑に刻まれた詩、娘の学校の先輩たちの姿である▼結婚を機に縁もゆかりもない広島に移り住んだ。ベビーカーを押しながら、知り合いもないこの街で子育てができるだろうかと不安を感じていた。しかし、通りすがりのおばあさんが声をかけてくれる。「かわいい子じゃねえ」笑顔の裏にはどんな悲慘な人生を背負ってきたのだろう。子どもは神様が授けてくれた宝物、その気持ちに伝わってきた▼

広島の子どもは就学前から平和教育を受ける。小学生の娘が冒頭の詩を聞いて感じたことは、恐怖でも悲しみでもなく「怒り」だった。友だちと遊び、先生と語らう日常が突然奪われたこと。この「怒り」を世界に伝え、平和を創り出す役割を自分たちが担うのだと考えている▼今年1月に発効した核兵器禁止条約に尽力したサロー節子さんは、若いころ広島YMCAに集っていた。今YMCAは他団体と共に、日本の条約批准にむけて署名運動を行っている▼私には、広島に生まれ広島を伝えようと重い責務を背負う「ヒロシマの子」の親としての役割が神様から与えられた。

(会員 関野彰子)

保護者インタビュー

1面より

東京YMCAの特別支援水泳クラスや野外活動に参加している子どもたちの保護者に、YMCAとの出会い、コロナ禍での様子、社会への提言などを伺いました。
(聞き手・文 広報室)

誰もがスポーツに親しめる環境を

田村 恵美さん

特別支援学校
小学6年生のお母様

■YMCAとの出会い

療育機関で「体を動かすことが、脳の発達や精神的な安定にもつながる」と勧められて、幼稚園

園の時に一般の体操教室に通いました。でも注意されるばかりで続かなくて、小学校1年生からYMCAの水泳クラスに入

会。リーダーたちがほめてくれるのでどんどん上達して、今では1時間くらい泳ぎ続けて楽しんでいます。

バスケットやサッカーなどさまざまなスポーツを親子で体験する「ドリームクラス」には、パパと一緒に参加しています。家族で参加できるのはとてもいいですね。言葉でのコミュニケーションがとりにくい子でも、運動なら親子で一緒に楽しめる。特にパパは接し方が分からない時期もあったのですが、スポーツを通して



「ドリームクラス」でパパと一緒にバスケットボール

特性を活かせる社会に

品玉ちなみさん

特別支援学級
中学2年生のお母様

■YMCAとの出会い
小学6年生から「放課後等デイサービスPIT西早稲田」に通っている

す。幼児の頃から泳ぐのは大好きだったんですが、習うのは嫌。自分で考えた立ち泳ぎのような

仕方で泳いでました。なので、YMCAで初めてきちんと指導を受けている姿には感動しました。娘はASD(自閉症スペクトラム)でコミュニケーションが苦手です。会話のキャッチボールが上手くできないので、仲良くしたくても仲間に入れない。イライラして急に大声で叫んでしまうこともあります。YMCAでは畑仕事など色んな活動をする中で友だちができて、少しずつ社会性が身についてきたなと感じます。



放課後等デイサービスPIT西早稲田でミニトマト作りを体験

接点ができました。

チャリティーランにも家族で参加。私も選手として走りまわりました。障がいのある子もいない子も皆が一緒に走れる。すばらしいイベントだと思いました。

自閉症の子は思いもつかない行動で周りを驚かせたり、介助が必要なものもありますが、同じ空間にいるだけでもいいんです。一緒に過ごす中で、こういう子がいることを理解してもらえただけで、だいぶ暮らしやすくなります。

■コロナの影響は
マスクを嫌がって困りました。感覚過敏もある上、マスクを噛んで口の周りが荒れてしまうし、必要性も理解できない。

とはいえ親子2人だけで家にもついていると精神的によくないので、マスクをしなくていい場所を選んで毎日2〜3時間、自転車の練習などしてました。

■こんな社会に
本来子どもは友達同士の遊びの中で自然と体を動かしますが、コミュニケーションに障がいがある子は、大人の介助がないと難しいです。我が家はYMCAで体を動かす機会に恵まれましたが、このような環境が身近になく、エネルギーを発散できずに感情のコントロールが難しいという話を聞くことがあります。こういう場が増えたらと思います。

■コロナでは
ルーティンワークが得意なので、休校中も通信教材で勉強したり、毎日テーマを決めて散歩したりしてました。電車が好きなので、YouTubeで色んな駅の構内放送を聴いたり、食品成分表を覚えて健康オタクのように栄養を考えた。興味のあることへの集中力はすごいんです。将来は管理栄養士になりたいと思っています。

■障がいについて思う
障がいというより「異脳」なんだと思います。得意不得意がデコボコなので、好きなことには夢中になりますが、他人の気持ちなどには無頓着。健常者からすれば理解が

何でも楽しんで 豊かに育みたい

石崎美知さん

特別支援学校
高校3年生のお母様

■YMCAとの出会い

息子は小さい時に白血病にかかり、入院を繰り返してきました。小学校に入る頃には症状もなく寛解したのですが、とにかく体力をつけて元気

でいられるようにと願っています。YMCAの水泳クラスに登録。2年間キャンセル待ちをして小3から泳ぎ始めました。中学生の時には、野外グループ「シャボン玉」にも参加



スタッフと泳ぐ石崎一慶君。歌やダンスも大好きで、いつもにこやか。

■コロナ禍で

コロナは本当に怖いんです。言葉の表現が難しい息子がもしも入院して隔離されてしまったらと思うとぞっとします。しかし感染しないように閉じこもっていると、発散で

■「障がい」ということ

出産直後に障がいがあった時には、私はこの子を育てられるのか不安で押しつぶされそうでした。でも泣き声も出せないくらい弱い子が、一生懸命生きている姿を見て愛おしく、かけがえのない存在になっていきまし

障がいの有無越え 活動広げて

栃倉さとみさん

特別支援学校
高校1年生のお母様

■コロナの影響
昨年の休校中は、毎日親子2人で一体どうやって過ごそうかと必死でした。一緒に散歩したり、

お風呂掃除してみたり、パズルしたり。息子は自閉症なので予定の変更を受け入れるのも時間がかかりましたし、こだわりの出来事でした。

でも逆に、オンライン化で得たものもありました。YMCAのリーダーたちと一緒に画面越しで歌ったりするうちに、いつもは寡黙な息子が自分から話そうとするようになりました。算数がわからなくても電子マネーで買い物もできるようになりましたし、ひらがなは読めるので、メールも使



チャリティーランで、伴走のボランティアリーダーと走る栃倉一輝君 (写真右)

えるようになりました。

■YMCAとの出会い

水が好きで、蛇口の水をずっと眺めたりしたので4歳から水泳を始めました。最初の2年間は顔に水がつくのを嫌がって、プールの水に触るだけでしたが、今では1時間の練習で1500m泳げるようになり、YMCAの水泳大会にも出場しました。大勢の人たちに応援してもらって、いい経験になりました。

■野外グループ活動「シャボン玉」

「シャボン玉」にも小学5年生から参加。スキーやキャンプなど、親だけではできない体験もできました。学校は1学年4人しかいないので、いろんなお友だちやリーダーに出

会えるのも魅力です。特にリーダーたちはものすごくピュアで一生懸命に接してくれる。本当にありがたい、貴重な経験の場です。

■障がいの有無を越えて

去年はチャリティーランでも走りました。ちょうどスマホを持たせた時だったので、自分でアプリを使って走りました。毎日順位をみて、すごく燃えてました。こういう、健常児と障がい児と一緒に参加できるイベントがもっとたくさんあつたらいいなと思います。

障がいのある子どもたちは、活動の場が限られてしまいがち。YMCAのような場がもっと欲しいと思います。

育ち方 それぞれに

※「特別支援学校」は、心身に障がいや病気がある児童・生徒が通う学校。
以前は盲学校・ろう学校・養護学校に分かれていたが法改正で統合された。
「特別支援学級」は通常の学校内に置かれた少人数学級。
「通級指導」は通常学級に在籍しながら必要に応じて指導を受けるもの。

温かな居場所で 経験広げて

大向さん

通級に在籍の小学4年生
と6年生のお母様

■YMCAとの出会い
療育支援の先生に紹介
されて、兄弟2人でYM
CAの放課後等デイサー
ビス「PIT西早稲田」

に登録。社会性トレニ
ングを受けたり、水泳し
たり、また昨夏はファミ
リィキャンプにも参加し
ました。4月から大阪に



放課後等デイサービスPIT西早稲田の一コマ。

引越し、今は京都YM
CAの野外グループで活
動しています。

YMCAの水泳クラス
は、少人数で丁寧に指導
してくれるので上達しま
した。教室での工作など
も大好きで、満足そうに
作品を持ち帰ってくるこ
ともありました。何より
温かな雰囲気、子ども
も居心地がよかったよう
ですし、保護者も相談し
やすく心強かったです。

フファミリーキャンプで
は親子ともに楽しむこと
ができました。普段はど
こでも「子どもが困った
行動をしないか」と気に
しているんですが、そん
な心配をせずに受け入れ
てもらえる環境はありが
たかったです。

学校では、通級指導と
通常学級を行き来してい
るため、ちょっとした違
いに苦労することもある
子どもたちです。そんな
彼らにとって、YMCA
のリーダーたちに受け入
れてもらってリセットで
きる時間、安心して自由
に過ごせる居場所は貴重
なんだろうと、キャンプ
の様子を見て親も実感す
ることができました。

■コロナの影響
友だちと遊ぶ機会が減
っているのは心配です。
もともと集団生活に課題
がある子どもたちなの
で、実際に経験を積み機
会が減っているのは心配
です。

■これからの社会に
コロナ禍に限らず、こ
ういう特性のある子ども
たちは、経験の場が限ら
れてしまいやすいです。
数年前に比べれば発達障
がい認知度は高くなり
放課後等デイサービスな
ど支援先も増えてしまし
たが、高校生まで支援し
てくれる所は少ないで
す。大阪府で通級がある
高校は数カ所だけ。必要
な支援は年齢を重ねても
変わらないのに、年齢と
ともに支援先が減ってい
く気がして不安です。Y
MCAのように、安心で
きる場所がもっと必要だ
と思います。

意識していて、毎日3時
になると東京都のHPを
見て「今日は〇〇人だ」
とチェックします。見
すぎて恐怖を感じてしま
うこともあるようです。
よくも悪くもルールどお
りでない気が済まない
性格なので、手洗いうが
いは徹底しています。

●親だけではなくて
情報は大量にある時代
ですが、今のこの子の状
況にあった情報を探すの
は難しいことです。私は
まず、子ども自身が興味
のある所から初めてみま
した。そんな一歩から、
色んな人に引っ張っても
らい、助けてもらって今
までやってこられた。親
子3人だけでは鬱になっ
ていたと思います。YM
CAのように手を差し伸
べてくれる場所、人との
つながりが大事だと思
います。

人のつながりに助けられて

高橋志津子さん

特別支援学級
小学5年生のお母様

■コロナ禍で

私はパート勤務で看護
師をしているので、特に
昨年は感染が不安でピリ
ピリしてました。息子も

意識していて、毎日3時
になると東京都のHPを
見て「今日は〇〇人だ」
とチェックします。見
すぎて恐怖を感じてしま
うこともあるようです。
よくも悪くもルールどお
りでない気が済まない
性格なので、手洗いうが
いは徹底しています。

学校やYMCAがお休
みの時には、親子でサイ
クリングやサッカーのパ
ス練習をしてました。子
どもは体力がついてき
て、私はついていくのが
やっと。でも2人で家に
いるとバトルになってし
まうので、私は足がガク
ガクになりながらも外に
出かけました。

■YMCAとの出会い
小学2年生から水泳ク
ラスに通っています。最
初は順番も守れず、お友
だちとケンカになってし
まってヒヤヒヤしまし
たが、リーダーたちが性
格を熟知した上でフォロー
してくれているので、みな
の輪に入っているよう
になってきました。今は
クロールで300m位泳
げるようです。低学年の
子に「順番は守らなきゃ
だめなんだよ」なんて注
意する姿もみられるよう
になりました。

球技など勝ち負けのあ
るスポーツでは、負ける
と泣きます。チャリテ
ィランに参加した時には
途中で靴が脱げて追い越
されてしまい、泣いて
「逃亡」しました。リー
ダーたちはそんな時も上
手に励ましてくれて、本
レースでは気を取り直し
て完走できました。親で
は絶対に教えられないこ
とをリーダーは教えてく
れています。



ドリームクラスでバスケットボール



第30回チャリティーゴルフ大会 プレーを楽しみ 社会に貢献

「第30回東京YMCA
チャリティーゴルフ大
会」を4月8日、成田市
のPGM総成ゴルフクラ
ブを会場に開催し、70人
が参加しました。昨年度
は新型コロナウイルスの
ため中止
を余儀なくされました
が、今年は感染対策を万
全に整えて実施いたしま
した。

例年より桜の開花が早
く満開の時期は過ぎてし
まいましたが、早朝に降
っていた雨もあがり、青
空が広がる中で楽しむこ
とができました。

感染対策のため、表彰
式やパーティは実施しま
せんでしたが、代わりに
「くじ引き抽選」を行な
い、参加賞のほか賞品
をプレゼントしたほか、
1〜3位入賞の方には、
キャディバッグや掃除機
など豪華な賞品を贈りま
した。

支援金約25万円は、経
済的な困難を抱える子ど
もたちや障がいのある子
どもたちなど、YMCA
の子ども支援プログラム
のために用いさせていた
だきます。皆さまの支
援に心から感謝いたしま
す。

（会員部 小松康広）



総主事カフェ

東京YMCA総主事
菅谷 淳

総主事カフェようこそ

今からちょうど20年前、40歳になったばかりの私は栃木県のYMCAに赴任しました。総主事という重責に加えて、300人も園児がいる幼稚園の園長も兼務ということで当初は不安でしたが、先生方が本当によく助けて下さり、なんとかやっていくことができました。

赴任後初めて事務所を訪れた時のこと、男性の小さな声がパソコンから聞こえてきました。パソコンに向かっている人は佐藤佳美さんといい、全盲の女性でした。「私は目が不自由だからこれに読んでもらっているんです」。そう、男性の声はパソコンの画面を読み上げるコンピューターソフトの機械音だったのです。さらに驚いたことに佐藤さんはフルタイムの幼稚園の先生でした。朝は園庭で子どもたちと遊び、保育中はどこかのクラスに補助に入り、園外保育も一緒に行きます。午後は延長保育の子どもたちに絵本や紙芝居を読みきかせ、未就園児の親子クラスも担当していました。

「保育中園児につまずいて怪我をさせたりしないのだろうか。本人も危なくないのかな」そう私は考えましたが、それは杞憂でした。むしろ佐藤さんの目になってくれる人が大勢いて、それが幼稚園を賑やかにしていました。園児たちは佐藤さんを「よしみせんせい」と呼び、目が不自由なのを知っていました。佐藤さんがつまづきそうだと、「よしみ先生そこ危ないからまたいで」「よしみ先生のスリッパここに揃えたよ」「よしみ先生どこ行くの？僕が手を引いてあげるよ」子どもたちが次々とお助けマンになってくれるのです。先生が園児を促しているわけではありません。すべてが自然なのです。私はこの光景を見て「美しい」と思いました。同時にこれがYMCAらしさなのかなと思いました。

それから幼稚園の印刷物など共有が必要な情報は、パソコンソフトが読みやすくなるように加工してよしみ先生にメールで送るのが園長の仕事になりました。

よしみ先生からもいろいろなことを教わりました。何でも気さくに話すよしみ先生に接すると優しい気持ちが湧いてくるのが分かりました。今でも東京で目の不自由な人を見ると「お手伝いしましょうか」と声をかけることができるのは、白杖を持って歩いている人の誘導方法をよしみ先生から教わったおかげです。

ある朝のこと。「あれ、園長先生、今日二日酔いですか？」よしみ先生に言われてドキッとしました。

「えっ、なんでわかったの？」

「だってスリッパの音が気持ち悪そうですから」

本当の話です。