

【開館日】

水～土曜日 13時～21時
日曜日 9時～17時
月曜日 13時～17時

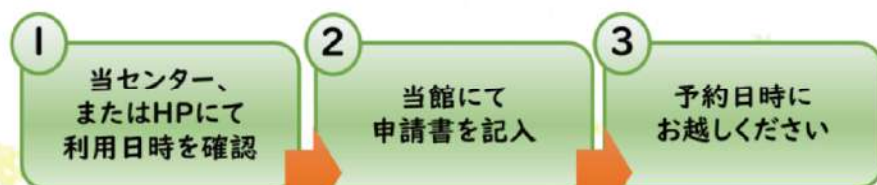
【休館日】

毎週火曜日、「国民の祝日」及び
「年末年始（12月29日～1月3日まで）」



利用方法

障害者（個人・団体）は使用料無料です。それ以外の方もご利用いただけます。



※HPとは四日市市障害者体育センターのホームページのことです

当センターで
できるスポーツ

卓球・卓球パレー・バレーボール・バスケットボール
テニス・バドミントン・ボッチャ・フットサル
アーチェリー・スポーツ吹矢・フライングディスク・体操

アクセス

電車でお越しの場合

四日市あすなろう鉄道
「西日野駅」下車 約0.5km

バスでお越しの場合

三重交通バス
「笹川中学校前」下車 約0.3km

※駐車場（約30台）あり
自動車でもお越しいただけます



お問い合わせ先

〒510-0943 四日市市西日野町4070番地1

・TEL&FAX 059-322-1784

・ホームページ 右のQRコードをスマホ等で
読み込むとアクセスできます！

・メールアドレス stc26@m2.cty-net.ne.jp



<https://www.stc-yokkaichi.com/>

センターの活動、障害者スポーツ・イベント情報などお届けします！



体育センター通信

12月号
No.19



今月は障害者週間特集です

こんにちは。本年も残すところ後わずか、皆様いかがお過ごしでしょうか？

日頃より当館をご利用いただき、本当にありがとうございます。新しい年の準備をするとともに、今年一年間を振り返ってみるのも良いかもしれませんね。

さて、今年度の締めくくりとなる体育センター通信は、障害者週間特集号として、障害者福祉に関する本の紹介を通じ、様々な情報を皆様にお伝えできたらと考えております。

どうぞよろしくお願いたします。



本の紹介へ



令和4年度障害者週間特集



● 体育センタースタッフ（高橋・長谷川）が選んだ本の特集

今回の体育センター通信では、令和4年度障害者週間特集として、福祉に関連する書籍を紹介したいと思います。

興味がわきましたら、是非書店・図書館などで探してみてくださいね。

高橋が選んだ書籍その1



『アルジャーノンに花束を』
ダニエル・キイス著/小尾 芙佐(おび ふさ)訳
早川書房・1989年4月15日改訂初版発行



重い知的障害を抱える主人公・チャーリーは、ある日、大学の先生の計らいで、脳の手術を受けることになる。手術後、チャーリーは周囲の人間も驚く知性を身につけることができたが…。

少し前に日本でもテレビドラマ化された作品。

そもそも知性を身につけることは人間にとって幸せなことなのか、知性の獲得によって失うものは無いのか、など色々なことを考えさせられた書籍です。

高橋が選んだ書籍その2

『ウルトラ図解統合失調症～理解を深めて病気とともに歩む～』
糸川 昌成(いとかわ まさなり) 著
株式会社法研・平成29年12月21日第1刷発行

統合失調症という精神疾患について、分かりやすく解説した書籍。発症の要因と考えられることは何か、ある程度症状がよくなった時もお薬はどうして飲まなければならないのか、病気とともに生きていくためにはどうしたら良いか、などなど統合失調症に関する様々な疑問に答えてくれる書籍です。

高橋が選んだ書籍その3



『知的障害のことがよくわかる本』
有馬 正高(ありま まさたか) 著
株式会社講談社・2007年6月10日第1刷発行

知的障害とは何か？皆様はどうお答えしますか？

知能指数が一定未満というだけではない、障害種別なのだそうです。

この書籍は知的障害について解説するだけではなく、知的障害当事者の方々が自立した生活を送るためのヒントも書かれています。

是非、一読してみてください。

長谷川が選んだ書籍その1

『マンガで考える障害者と社会の壁 妖怪バリアー vs.心のバリアフリー』
三島 亜紀子 著/平下 耕三 監修 生活書院・2019年

障害者が日常で経験した「もやもやとする差別」が日本の迷信、慣習に結び付きどのように作られていったかを解説した本です。

ユニークな漫画やイラストから詳しいコラムで解説されており、子供から大人まで幅広い世代にお勧めできる本です。

長谷川が選んだ書籍その2



『障害者のリアル×東大生のリアル』
野沢 和弘 著 ぶどう社・2016年



東京大学の講義「『障害者のリアルに迫る』東大ゼミ」を受講した東大生たちが、身体・知的・精神障害者や触法障害者（犯罪歴のある障害者）のとの交流を通して感じた思いを赤裸々に綴った本です。

障害者と東大生、一見すると共通点が薄そうなトピックですが、そこに共通点を見出し、知らない世界について考える大切さを知ったり、反対に割り切ることの出来ないもやもやとした感情に向き合うこととなった学生たちの切実な思いが表現されており、興味深い本です。

長谷川が選んだ書籍その3

『自立生活楽し！！ 知的障害があっても地域で生きる 親・介助者・支援者の立場から』
佐々木和子・廣川順平 編著 解放出版社・2021年

こちらも自立に関する本ですが、ダウン症や知的障害を抱える人の親元を離れた自立生活について、親・介助者・支援者の3つの視点から書かれた本です。

生き生きとした自立生活の様子のみではなく、その中で困った点や支援者の思い、自立生活にあたってどのような制度が使えるかなどの実用的な解説もあり、「一人でなんでもやっていくこと＝自立」というイメージを「頼り頼られながら自己選択していく＝自立」に変え、人の手を頼りながら、自立への一歩を踏み出していくことの大切さを教えてくれる本です。



編集後記



今回の体育センター通信は、障害者週間特集号として、福祉に関連する書籍の紹介をさせて頂きました。普段の体育センター通信とは少し趣が違い、文章主体の硬派な記事になったと思いますが、皆様はどう感じられたでしょうか？来年も四日市市障害者体育センターをよろしく願います。（高橋）

普段は硬い新書ばかり読んでいたせいか、分かりやすく読みやすい本を選ぶのに少し苦労しました。できれば、文章よりも読みやすい漫画などももっと紹介できたら良かったなあと思いました。（長谷川）