



パラリンピアンに聞く

視覚障害者柔道の世界

特集・自分らしく生きられる社会へ

CONTENTS

- 安全安心なまちづくり ..... P4・5
- 空き家・空き室、活用しませんか? ..... P7



感染対策にご協力をお願いします

外出時は症状がなくても屋内や会話時にはマスクを着用し、人との間隔は可能な限り2メートル以上空け、できるだけ正面での会話を避けるようにしましょう。家に帰ったらまず手や顔を洗い、手洗いは30秒程度かけ、丁寧に洗いましょう。熱や咳などの症状がある方は、無理せず自宅で待機しましょう。



# 自分らしく生きられる社会へ

東京2020パラリンピック競技大会ですます注目を集めているパラスポーツ。その中のひとつ、視覚障害者柔道という競技を知っていますか？  
 学校法人学習院所属で同大会柔道日本代表の永井崇匡選手に、競技の魅力や選手としての想いを伺いました。  
 圖学習・スポーツ課スポーツ推進グループ☎4566-2764

## 東京2020パラリンピック競技大会出場 永井崇匡選手(視覚障害者柔道)



### ●経歴

1995年生まれ。2歳の時に両目の視力を失い、その後小学1年生の時に柔道を始める。  
 障害の程度に関係なく試合が行われる視覚障害者柔道では、永井選手のような全盲の選手は不利とされているが、妥協を許さない性格と周りのサポートにより、トップアスリートとして成長。得意の寝技と磨きかけた技のスピードを武器とし、「全日本視覚障害者柔道大会」は2015年以降、けがをした2017年を除きすべて優勝。2019年に学習院大学理学部数学科を卒業。数学教師を目指して勉強中。



### 視覚障害者柔道とは？

両者が互いに組んだところから試合が始まり、ふたりが離れたときは試合開始の位置で組みなおすルール。常に組んだ状態で行うため、体力の消耗が非常に激しい競技です。競技は視覚障害の程度によって区分されず、体重別で行われます。

### ●競技を始めたきっかけを教えてください

子どもの頃から運動がすごく好きだったのですが、目が見えないこともあり、外で遊ぶとよくけがをしていました。そこで両親が安全に体を動かせるように柔道を勧めてくれ、その楽しさから徐々にのめりこんでいきました。

### ●障害者柔道の魅力はどんなところにありますか



常に技の攻防があるところが魅力ですね。両者が組んだところから試合が始まるので、いつでも技をかけることができ、迫力があります。

### ●逆に、難しいと感じる箇所はありますか

全盲の人と弱視の人が同じ部門で試合をするので、入ってくる情報量には差があります。その差を埋めるために、練習や試合でどう動くかを考えることが難しいですね。具体的には、こういうアクションをしたら、相手はこういう動きをしやすだろうという予測を立てて慣れるまで何度も反復練習したりしています。

### ●パラリンピックに出場してどう感じましたか

思った通りの柔道をするの難しさ、外国人の柔道のレベルの高さを感じました。パラリンピックはまだメディアへの露出がオリンピックよりも少ないですが、今回のパラリンピックが、まずは皆さんに知ってもらえるいいきっかけになったかなと思います。

### ●選手として大切にしていることはありますか

すぐに諦めないことを大切にしています。うまくいかないこともありますが、そこでやり方を変えるのではなく、「ちょっと」頑張ってみる。その「ちょっと」

部分を大事にしています。すると、昨日までうまくいかなかったけどなぜか今日はできた、なんてことが意外と起こります。

### ●普段の生活の中でこういうことがあったらいいなど、思うことはありますか

自分が助けを求めて声を掛けるとき、対応してくれたらありがたいですね。また、同じ障害がある方の中にも軽度から重度まで様々な方がいるので、一人ひとりのできること／できないことが違うということをわかっていてくれたらと思います。

### ●今後の展望は

教員になるため、今後は数学を第一に考えて能力を磨いていきたいです。柔道も並行して頑張っていきます。



練習後はよく池袋のラーメン屋や焼肉屋に行きます、とニコリ。明るい人柄が印象的でした。

## 障害者週間

誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合う「共生社会」を目指して、毎年12月3～9日は、「障害者週間」として定められています。  
 圖障害福祉課管理・政策推進グループ☎3981-1766

### ヘルプマークをご存じですか？

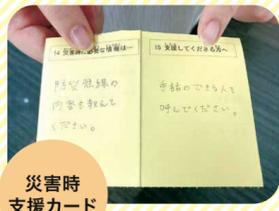
ヘルプマークは、障害のある方や、義足・人工関節を使用している方、内部障害や難病の方など、外見からはわからなくても援助や配慮を必要としている方々が、援助を得やすくなるよう、作成されたマークです。



ヘルプマーク

### ヘルプカードや災害時支援カードもあります

豊島区ではヘルプマークとあわせて、ヘルプカードや災害時支援カードを作成しています。ヘルプカードは、名前・住所・連絡先などを書き込むことができるものです。災害時支援カードは、具体的に支援してほしい内容や配慮が必要な内容を記入し、示すことができます。普段から身につけておくことで、緊急時・災害時・困った時に、周囲の配慮や手助けを求めやすくなります。



災害時支援カード



ヘルプカード

### サポートへの第一歩！

ヘルプマークやヘルプカードを身につけている方が困っている様子を見かけた際は、「お手伝いしましょうか」などのお声掛けと援助をお願いします。

### ヘルプマークケースを配布しています



▲色とりどりの手づくりケース。

ヘルプマークの普及とヘルプカード・災害時支援カードの活用を進めるため、ケースを作成しました。ケースは「さをり織り」があらわれたもので、駒込福祉作業所で製作されました。

### 製作担当者の声／

一生懸命丁寧に作りました。まちの中で私たちが製作したケースを見かけることができればうれしいです。



ヘルプマーク・ヘルプカード・災害時支援カード(豊島区障害者防災の手引き付録)を入れて持ち運ぶことができます。

### 配布場所

- ヘルプマーク・ヘルプカード…障害福祉課、東・西障害支援センター、池袋保健所、長崎健康相談所、東・西区民事務所、図書館など
- 災害時支援カード・ヘルプマークケース…障害福祉課



### 障害をより知るために 障害者サポート講座

12月21日(火) 午後1時30分～3時30分 区民ひろば池袋本町

聴覚障害当事者を講師に迎え、サポート方法や簡単な手話を学ぶ。

講師…豊島区聴覚障害者協会会長/長谷川 則之氏◇30名

☎電話かファクスで12月6～17日の間に「当ひろば☎3986-0041、FAX5956-2602」へ※先着順。

### 中央図書館展示

12月23日(木)まで 中央図書館

障害にまつわる書籍を集めたコーナーを展開

### 電話リレーサービスをご存じですか？

7月から「電話リレーサービス」が公共インフラとなりました。電話リレーサービスとは、聞こえない人と聞こえる人を通訳オペレーターが手話や文字を使って通訳することにより、電話で即時双方向につながるサービスです。

☎アプリまたは郵送で登録※詳細は(財)日本財団電話リレーサービスホームページ(2次元コード)参照。

☎●電話リレーサービスの利用登録、利用方法、サービス内容について…

当財団電話リレーサービスカスタマーセンター☎6275-0912

手話・文字チャット、メールによる問い合わせ/当財団電話リレーサービスホームページ

(2次元コード)参照。

●電話リレーサービス制度について…総務省(電気通信消費者相談センター)☎5253-5900



# 安全安心なまちづくり

これから迎える年末年始は犯罪や詐欺の被害が増加する時期です。  
安心して暮らせるまちにするために、行政やまちのみなさんがしていること、そして今日からあなたができることを紹介します。  
圏防災危機管理課治安対策グループ ☎3981-1433



官・民で力を合わせて様々な取り組みを行っています

## 1 繁華街警備

池袋駅西・東口や大塚駅周辺で、客引き行為や路上喫煙などの違法行為に対する指導を実施し、繁華街の環境浄化対策や防犯活動を行っています。



## 2 警察署による防犯活動

区内3警察署(巣鴨・池袋・目白)では、街頭犯罪や特殊詐欺の対策などの防犯活動を実施しています。

実施報告 / 官民協同盛り場キャンペーン  
10月22日(金) 午後5~6時 大塚駅周辺  
巣鴨警察署 平沢信行署長  
官民一体となって、違法看板の撤去や違法な客引きに対する指導など様々な対策と警戒活動を実施しました。巣鴨署では、定期的に豊島区を始め地域の皆さんと協力して、盛り場における環境浄化・暴力団排除活動など、強力に取り組んでいきます。今後もオール豊島で、安全安心なまちづくりを実現していきます。



## 3 環境浄化パトロール

まちの皆さんが主体となり、警察署、区役所と合同で区内のパトロールを実施しています。

参加者は50名を超えることも!



## 4 青色防犯パトロール車 (通称：青パト)

24時間365日、区内全域を見回っています。見回りは、その日の犯罪発生状況などにより毎日コースを変更して行っています。

丸いフォルムの親しみやすい見た目が特徴です



今日からできることをやってみましょう

## 1 警視庁防犯アプリ「Digi Police」

スマホの中に防犯の助っ人を入れて身の安全を守りましょう!

身近でどんな犯罪が起きているのかすぐにわかります

犯罪発生情報やアポ電情報が地図で表示されるほか、マイエリアを登録すると通知で素早くお知らせします。

被害に遭わないための情報が盛りだくさん!

子どもの防犯・交通安全教育に役立つツールや、女性の安全情報、サイバーセキュリティ情報などが入手できます。

お役立ちツール

いざというときに役立つ痴漢撃退防犯ブザーや、実際の詐欺に使われた音声データの再生コーナーなど、いろいろなコンテンツが盛りだくさん!



## 2 お金の電話…それ詐欺です / 特殊詐欺に気を付けて!

豊島区ではこんなアポ電が増えています

医療費の  
還付金があります

申請期限が過ぎますが  
特別に今日なら手続きできます

医療費、税金、保険料などについて巧みな話術で被害者にATMを操作させ、送金させる手口です。  
★ATMで還付金の手続きはできません!

キャッシュカードが不正利用されているので新しいカードにしましょう

今のカードが古くて  
使用できません、交換します

警察官や金融機関などを騙り、個人情報を聞き出したり、キャッシュカードが不正利用されているなどとだまし、自宅にキャッシュカードを取りに来ます。  
★警察官や金融機関職員が、自宅にキャッシュカードの確認や受領に来ることは絶対にありません!

被害件数表  
今年も多くの被害が発生しています。「自分だけは大丈夫」は危険です。

	令和2年	令和3年9月末
	被害件数	被害件数(前年同期比)
東京都	2,896件	2,585件(+368件)
豊島区	63件	36件(-20件)

※令和2年の1件当たりの被害額は、約200万円を超える高額のものとなっています。 豊島区調べ

### 自動通話録音機で詐欺を撃退しましょう!

電話機に接続すると「この電話は録音されています」と警告メッセージが流れ、犯人の音が録音されるため、詐欺被害の予防になります。無料で貸し出ししていますので、希望する方は管轄の警察署に問い合わせてください。

圏巣鴨警察署 ☎3910-0110  
池袋警察署 ☎3986-0110  
目白警察署 ☎3987-0110



## 令和4年度学童クラブ利用申請について

●対象…区内在住または区立小学校に在学中で、保護者の就労、疾病などにより放課後の保育に欠ける児童※保護者の就労時間などの利用条件あり。



●実施施設…子どもスキップ22施設(各小学校区に1か所ずつ)  
※詳細は区ホームページの施設一覧(2次元コード)参照。



●利用時間

	基本	午前9時前利用	延長利用
授業のある日	放課後～午後6時 (土曜日は午後5時まで)	午前8時15分～9時	午後6～7時 (平日のみ)
授業のない日	午前9時～午後6時 (土曜日は午後5時まで)		

※午前9時前、延長利用は要申請(条件あり)。  
※日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は休業。

●利用料…基本/月額4,000円、午前9時前利用/月額1,000円、延長利用/月額1,000円

※いずれも所得などによる減額・免除制度あり。午後5時以降利用する方で、間食を希望する場合は、別途月額1,000円が必要。

●申込方法

申請書類は各学童クラブで配布しています。以下の期間に、希望の学童クラブに申請書類を提出してください。

- 学童クラブ在籍者…12月23日(木)まで
- 新規利用希望者…令和4年1月4日(火)～19日(水)※新規利用希望者は児童と保護者の面談あり。電話で要予約。



☎各学童クラブまたは放課後対策課児童支援グループ ☎3981-1058

子どもスキップでの過ごし方を動画で紹介しています!

詳細は「としまなまるチャンネル」をご覧ください。



## イクメン・カジダン・イクジイ写真展作品募集

家事・育児に積極的に取り組むお父さん、おじいちゃんの日々の姿を撮影した作品を大募集!

◀前回の最優秀賞「昔はイクメン、今はイクジイ」

- 募集期間…令和4年1月31日(月)まで
- 応募点数…1人2点まで。未発表の作品に限る。
- 対象…区内在住、在勤、在学の方
- 応募方法…Eメールに携帯電話やスマートフォン、デジタルカメラで撮影した写真の添付と①氏名、②住所、③連絡先、④作品タイトル(15字以内)、⑤エピソードやコメント(100字程度)を記入のうえ男女平等推進センター ☎A0011400@city.toshima.lg.jpへ。
- 担当センター ☎5952-9501



## 「誰か」のことじゃない。

12月4～10日は人権週間です

人権週間は、世界人権宣言の趣旨と重要性への理解を深める取り組みを進め、人権尊重思想の普及を図るために定められています。SDGsで掲げる「誰一人取り残さない」社会を実現するためにも、人権問題を「誰か」の問題ではなく、自分自身のこととして捉え、相手の気持ちを考えて思いやることや互いの違いを認め合う心を未来へつなげていきましょう。

☎総務課総務グループ ☎3981-4451

### 人権週間関連事業

#### ●人権週間パネル展

12月24日(金)まで  
庁舎まるごとミュージアム(区役所本庁舎6～8階)  
午前8時30分～午後5時(平日)  
としま産業振興プラザ(IKE・Biz) 午前9時～午後5時(日曜日除く)

◇人権の大切さや人権問題を身近に感じるためのパネル展。女性の権利や性の多様性、障害者、高齢者、子どもの権利を考えるパネル、今年度区内の小・中学生が取り組んだ人権メッセージ・人権作文の優秀作品などを展示。

#### ●夜間人権ホットライン(東京都人権プラザ事業)

☎6722-0127(相談無料) 12月6日(月) 午後5～8時  
◇弁護士による人権相談、法律相談を電話で受付(1名あたり10分程度)。  
☎東京都人権プラザ相談室 ☎6722-0124、6722-0125



### 相談できます

法務大臣から委嘱されている人権擁護委員が、法務局とも連携しながら問題の解決と救済に取り組んでいます。



#### 携帯電話人権相談

☎090-7206-2772(24時間365日受付)  
匿名で相談を受け付けています。小・中学生の皆さんも気軽に相談してください。

#### 人権身の上相談(休止中)

名誉棄損やいやがらせ、家庭内暴力など、人権侵害についての相談窓口です。再開の際は、区ホームページなどでお知らせします。  
☎区民相談課庶務・相談グループ ☎3981-4164

#### 人権擁護委員が表彰されました

永年にわたり豊島区の人権擁護委員として活動に尽力された功績により、中嶋美沙子氏、鈴木利治氏の2名の委員が10月25日付で法務大臣表彰を受賞されました。



## 空き家・空き室、活用しませんか?

所有者の方と一緒に、様々な活用方法を考えていきます。気軽に相談してください。  
今回は、空き家を地域貢献へ活用した事例とセーフティネット住宅として活用した事例を紹介し、  
☎住宅課施策推進グループ ☎3981-2655

### ケース1 空き家を“憩いの場ブックカフェ”にリノベーション



#### 「人とのつながりを生む 本と庭のある場所」 里葉

坂下睦子さん

伯母の家が空き家になり、自分も関わりが持てて社会貢献できるような活用したいと思いました。孤立が社会問題になっている中で、誰もが気軽に人となつた場所を作りたいと考えていた頃、区の活用事業を知り、相談や改修費の助成を受けました。空き家のリニューアルに、これからは制度が活かされるといいですね。  
住所/北大塚3-7-1、営業時間(カフェ)/午前10時～午後5時(毎週金・土曜日)※詳細はホームページ参照お問い合わせください。里葉 ☎5980-7664



里葉  
ホームページ



様々な本があり、ゆっくり自由に読むことができるカフェスペース



料理教室にも使えるシェアキッチンとイベントができるレンタルスペース

### 利用したのは… 地域貢献型空き家利活用事業

戸建て空き家を地域貢献に活用する場合、改修費の一部を補助します(リフォーム費用の3分の2、上限200万円)。詳細は区ホームページ参照お問い合わせください。



シェアハウスのリビングスペース



シェアハウスの居室スペース

### ケース2 配慮が必要な方の入居を拒まないセーフティネット住宅に



#### 空き家を改修して、安心して暮らせる住まいづくり

(一社)コミュニティネットワーク協会代表理事 渥美京子さん

高齢者や障害者などの孤立を防ぐために、誰の入居も拒まない低家賃の住宅供給と交流拠点の整備などに取り組んでいます。この施設は、築35年の戸建てをシェアハウスにフルリノベーションし、「共生ハウス西池袋」として令和2年にオープンしました。今後も、安心して暮らし続けられるまちづくりをサポートしていきたいです。

#### セーフティネット住宅って?

高齢者や子育て世帯、障害者、所得の低い方など、住まい探しに困っている方の入居を受け入れる住宅。所有者は専用住宅として登録すると、リフォーム費用の一部補助や家賃などの補助が受けられます。

一定の要件を満たせば、現在入居者がいる住宅に対しても!

#### 例えば… 家賃の負担軽減に対する、家賃低廉化補助

セーフティネット専用住宅に登録し、新たに入居者を募集した物件のオーナーなどへ、居住者の家賃負担を抑えることに対する補助(月額上限4万円)を行っています。登録や補助要件などの詳細は区ホームページ参照お問い合わせください。



まずはご相談ください

- 実家が空き家になっている
- 将来、実家が空き家になりそうだ
- 所有の空き家について専門家の意見を聞きたい

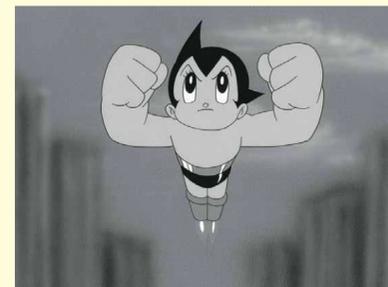
【受付時間】午前8時30分～午後5時15分(平日)  
【相談方法】  
窓口/区役所本庁舎6階住宅課  
電話/☎3981-2655  
Eメール/☎A0022901@city.toshima.lg.jp

### トキワ荘マンガミュージアム特別企画展

## 「国産初の30分テレビアニメシリーズ 鉄腕アトム」

12月18日(土)～令和4年4月10日(日)  
午前10時～午後6時(最終入場午後5時30分)

※月曜(祝日の場合は翌平日)。12月27日は臨時開館、年末年始(12月29日～1月3日)休館  
◇入館料(グッズ付き)…おとな500円、小・中学生100円、未就学児・障害者は無料  
☎当館ホームページ(2次元コード)から入館日時を予約してください。予約優先。  
☎当館 ☎6912-7706



©手塚プロダクション

# 令和3年 豊島区この一年

## 1月

- 「成人の日のつどい」をオンラインで実施
- 生きづらさを抱える若年女性を支援する「すずらんスマイルプロジェクト」が始動

## 2月

- 「豊島区終活あんしんセンター」が開所
- 環境分野でSDGsをリードする「ゼロカーボンシティ」を表明

## 3月

- 区のSDGsの取組みに賛同し、イケア・ジャパン(株)から区立保育園へおもちゃなどの寄付を受ける
- 区内の文化・観光特集サイト「IKE-CIRCLE」が公開
- 『トキワ荘 最後の住人』山内ジョージ氏による「あいうえおモニュメント」が完成
- 入れ替え時期となっていた防災備蓄用品を活用し、生理用品を無償で配布
- 区民視点での具体的な実践例を示す「としまSDGsチャレンジブック」を作成
- 大塚駅北口駅前広場が「ironowa hiro ba」として整備。「光のファンタジー」で華やかにライトアップ



生まれ変わった大塚駅北口(9月22日～10月2日に実施したSDGs特別演出)

## 4月

- 全国自治体で初めて、視覚障害者の移動支援アプリ「shikAI」によるナビゲーションシステムの運用(東池袋駅～区役所本庁舎・図書館)を開始
- 野外クラシックコンサート「Tokyo Music Evening Yube」を再開

## 5月

- 江戸川乱歩賞贈呈式の豊島区内での開催が決定

## 6月

- 地域SNS「ピアッザ」で区民ひろばの情報発信を開始
- (株)タニタと協定を結び、区民ひろばなど区内14か所に熱中症計を設置し、暑さを見える化

## 7月

- ご遺族の負担軽減のために手続きを一括案内する「おくやみコーナー」開設
- ひきこもり専用相談窓口を設置、ひきこもり支援協議会を開催
- 「としま子ども若者応援プロジェクト」スタート  
「としま子ども若者応援基金」を創設
- 食品ロス削減へ向けた「豊島区食べきり協力店」に西武池袋本店ダイニングパーク池袋を登録
- 日本たばこ産業株式会社、および(株)Nature Innovation Groupと傘のシェアリングサービス「アイカサ」を開始
- 沖縄県伊江村と都市協定「ゆたしやる島 交流宣言」締結



区施設などに共有の傘を設置

## 8月

- 野中生萌選手(東京2020オリンピックスポーツクライミング女子複合 銀メダリスト)が区長を表敬訪問
- オイテル(株)との連携事業により、生理用ナプキン無料提供サービスを区施設3か所で開始



野中選手が区長を表敬訪問



5万人目のご来館者様と高野区長

## 9月

- トキワ荘マンガミュージアムが来館者5万人を達成
- 区内企業と連携し様々なSDGsの取組みを同時展開する「としまSDGsウィーク」スタート

## 10月

- イケバス運行ルートの変更と運賃改定(期間限定)を実施
- SDGsシンボルを池袋駅東口グリーン大通り五差路に設置
- イケ・サンパークファーマーズマーケットが再開
- SDGs特設ホームページ「としまSDGsアクション!」がプレオープン



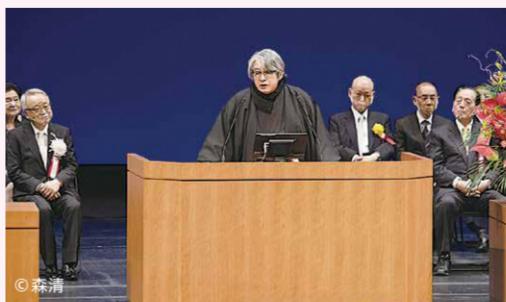
足元にはSDGsのロゴマークを模したモザイクアートがほどこされている



サステイナブルなマーケットが ついに再開

## 11月

- 「としま文化の日ウィーク」として区内で様々な文化イベントが開催される



「としま文化の日」記念式典 京極夏彦氏による講演



としま区民センターに設置されたまちかどピアノ「あおのふるまい」

## 12月

- トキワ荘マンガミュージアムにて、特別企画展「鉄腕アトム」展開催

### 今年周年行事をむかえた区立小・中学校

- 南池袋小学校(20周年) ●高南小学校(100周年) ●巣鴨北中学校(20周年)

## 新型コロナウイルスワクチン接種の豊島区における流れ

1月 「緊急事態宣言」(第2回) 発令される

3月 「緊急事態宣言」(第2回) 解除される

- 「新型コロナウイルスワクチン接種に係る後方支援に関する協定」締結(都立大塚病院による副反応発生時のバックアップ)

4月 「緊急事態宣言」(第3回) 発令される

5月 ●「豊島方式(個別・巡回・集団)」による接種開始

- 約200の医療機関による個別接種の実施
- 41の拠点薬局から医療機関へワクチンの小分け・配送開始

6月 ●CSWによる接種予約支援開始

「緊急事態宣言」(第3回) 解除される

- 豊島区独自の優先接種対象者への接種開始
- 歯科医師主導の集団接種会場開設

7月 「緊急事態宣言」(第4回) 発令される

8月 ●集団接種5会場を開設し、個別から集団中心の体制に移行

- 12～15歳の方への接種開始

9月 「緊急事態宣言」(第4回) 解除される

11月 ●ワクチン接種率(1回目および2回目)が80%を超える

12月 ●追加接種(3回目)開始