



病児をケアしている母親は、外出や交流が減ることで孤立しやすい。仲谷さんはピアサポートの活動に関わることで地域とつながり、心の負担が軽減された。



安曇野☆きらりびと
Interview
Vol.1

支え合うこと。共に成長すること

病児の家族がつながる場「ピアサポート」を広げる 仲谷 さやか さん（穂高）

「お母さんたちはどんな風に自分の心を維持しながら、病児のケアを乗り越えているんだろう」。仲谷さやかさんは、自身の疑問がきっかけとなり、医療的な支援が必要な子ども（医療的ケア児）や病児を支えるピアサポートの活動をしています。「ピア」とは、もともと「同じ境遇の仲間」という意味。ピアサポートは、病児、障がい児の母親が集い、同じ悩みを共有したり、情報交換をしながら、共に支え合い、成長していくこととする場です。

近年、医療の進歩により、危険な状態で生まれた新生児の生存率が高まっています。そして、退院後は、家族が痰吸入やチューブからの栄養注入など「医療的ケア」を24時間体制で行いながら、子どもと共に地域で暮らしています。

仲谷さんの長男・悠生ちゃんも、生まれた時から心疾患を患っています。悠生ちゃんの疾患が分かっていたのは、妊娠15週の時。120が標準的とされる胎児心拍が60まで下がるなど、危険な状況が続く毎日でした。そんな状況でも仲谷さんは「話された方もどう答えていいか困ってしま



ピアサポートの輪、
地域に広げたい。

「家族の前で話しづらいことも、ここでは話せる『安全な場所』でありたい」。仲谷さんは、交流に込めた願いを語ります。

「病児ママが身近な地域でつながる場がほしい」。そう実感した仲谷さんは仲間と共に今年3月から「おしゃべり会」を開催。「ママ友」の会話を楽しみながら、体験を語り合うことで気持ち共鳴し、母親同士の心のつながりができていきました。それと同時に、同じような境遇の母親が身近にも多くいることが分かりました。



Memo

- 医療的ケア児 人工呼吸器や胃ろう等を使用し、痰吸引や経管栄養などの医療的なケアが日常的に必要な児童。全国で2万人以上、県内で500人以上いる。
- ピアサポート 同じような立場や境遇、経験を共にする人の支え合いを表す。
- 病児ご家族のためのピアサポート「mama cafe peer」病児ママを対象とした仲谷さん主催の交流会。オンライン、対面で開催。仲谷さんへの問い合わせはEメールで（☎sayakazhonggu85@gmail.com）

10月1日から 施設の使用料が変わります



市の体育館などスポーツ施設の使用料が10月1日から変わります。以下の内容は変更料金の一部です。施設によって金額が異なりますので、詳細は問い合わせいただくか市HPをご覧ください。

図スポーツ推進課 ☎71・2467 ID 93521



照明料と冷暖房料を含んだ使用料に改正

現在、施設を利用する際には、施設使用料とは別に照明料や冷暖房料が加算されます。10月1日からは、照明料や冷暖房料も含んだ施設使用料に変わります。なお、施設使用料には、利用目的によって使用料の区分があります。詳細は市HPをご覧ください。

例えば... 午後6時から9時まで施設を利用する場合

■豊科勤労者総合スポーツ施設 体育館半面

9月30日まで：（使用料620円+照明料200円）×3時間=2,460円

10月1日から：使用料600円（照明料込）×3時間=1,800円

■穂高西中学校グラウンド 全面

9月30日まで：（使用料620円+照明料800円）×3時間=4,260円

10月1日から：使用料900円（照明料込）×3時間=2,700円

■豊科南部総合公園 テニスコート1面

9月30日まで：（使用料520円+照明料200円）×3時間=2,160円

10月1日から：使用料500円（照明料込）×3時間=1,500円

■穂高総合体育館 フィットネスルーム

9月30日まで：（使用料520円+冷暖房料150円）×3時間=2,010円

10月1日から：使用料700円（冷暖房料込）×3時間=2,100円

■三郷小倉多目的研修集会施設 多目的ホール

9月30日まで：（使用料620円+照明料200円）×3時間=2,460円

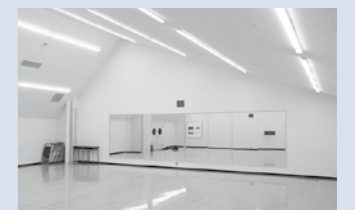
10月1日から：使用料600円（照明料込）×3時間=1,800円



豊科勤労者総合スポーツ施設体育館



豊科南部総合公園テニスコート



穂高総合体育館フィットネスルーム



豊科南社会体育館は8月31日をもって利用終了となります。



減額となる割合を分かりやすく

今まで都市公園施設や体育施設等で異なっていた減額となる割合を見直しました。10月1日からは、スポーツ施設、学校施設、公民館の使用料の減額となる割合が統一されます。

減額となる場合の例

■市スポーツ少年団など青少年の健全育成活動で利用する場合

減額の割合：100% 同一団体の減免措置は週3回まで。週12時間以内。

■市スポーツ協会や芸術文化協会、ボランティア団体が利用する場合

減額の割合：100% 同一団体の減免措置は週2回まで。週6時間以内。

■管理者が認めた団体が社会教育の振興に資する活動に利用する場合

減額の割合：50% 同一団体の減免措置は週1回まで。週3時間以内。



交流学習センターも見直しを行いますが、減額となる割合は異なりますので、ご注意ください。



減額となる割合や区分などの詳細は、各施設へお問い合わせいただくか市HPをご覧ください。