

1971年8月7日 第3種郵便物認可（毎月6回 1の日・6の日発行）

2006年10月1日発行 SSKA 増刊通巻第5673号

SSKA

ああるぴい

RP三重支部会報第10号

—◇ はじめに ◇—

毎年一回のサイクルで出しています。会報も10号となりました。

願わくは20号までにRPの治療法が確立していることを節に希望するところでありませぬ。

山口県柳井の時藤さんが作られた歌を紹介させていただきます。

☆ スローライフのすすめ（がんばらないで 2） ☆

（ミニ解説）

「がんばる」という言葉は実にあいまいで意味不明瞭なことばである。

我が日本民族にとって伝統的美徳とされてきたこの言葉の意味は、何かの目的や誰かのためにつらく苦しいことや、多くのケースでは意味もないことまで、延々と絶え続けることまで含まれるらしい。

がんばるだけで成果が上がるなら世の中カンタンでんがな。

がんばるだけがノウじゃないし、急いで走ったところで結果は大して変わりまへんで。まあ、ゆっくり行きまひょうな。

①雨のブルーマンデー 何もしたくない

こんな日はデッキで 雨の音聴いていよう

あなたの屋根をやさしくたたく 天子の足音を

Cool down, slow down, sit down, lay down ころのままに

Cool down, slow down, sit down, lay down がんばらないで

②いわし雲なら 小舟を浮かべて

はるか沖まで なぶらもとめて

釣れようと 釣れまいと 海と語ろう

Cool down, slow down, sit down, lay down 海はともだち

Cool down, slow down, sit down, lay down がんばらないで

③木枯らし吹く夜は 友を招いて
榎をくべよう 沸かそうよ ホットチョコレート
とっておきの 思い出話で 心温めて
Cool down, slow down, sit down, lay down ころ豊かに
Cool down, slow down, sit down, lay down がんばらないで

④うららの春には さくらの木のしたで
今いきてる 自分を 褒めよう
さくらの花の 舞うがままに その身を任せて
Cool down, slow down, sit down, lay down 花のところで
Cool down, slow down, sit down, lay down がんばらないで

目次

1. 平成18年度総会議案書
2. 青森県への一人旅 木村 靖子
3. 魔法の杖 桜井 将人
4. 網膜色素変性症の妻と共に 佐藤 道夫
5. 体を動かし 毎日を楽しく 佐藤 好幸
6. レッドカンガルーの旅 宮本 忠
7. RP三重にめぐり会えた私 森田 みよ子
8. 秋の交流会の案内

1. 平成18年度総会議案書

(1). 平成17年度事業報告

下記の行事を主催または共催し参加しました。

実施日	用 件	場 所	参加人数 (会員)	付き添い等
4月26日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
4月26日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
5月12日	旅行の説明会	アスト 津	8名	5名
5月12日	役員会	アスト 津	7名	1名
5月19日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
5月19日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
5月28日	代議員会	名古屋市	支部長	
5月29日	全国大会	名古屋市	13名	8名
6月6-11日	設立10周年記念旅行	ニュージーランド	12名	11名
6月26日	第10回定期総会	松阪市福社会館	56名	
6月26日	医療講演会	松阪市福社会館	53名	
6月28日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
6月28日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
7月3日	三難連総会	県身体障害者センター	支部長	1名
8月4日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
8月30日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
9月6日	難病相談会	難病支援センター	支部長	1名
9月25日	歩行訓練	志摩市鷺方	14名	4名
10月11日	難病相談会	難病支援センター	支部長	1名
11月3日	秋の交流会	パラミタミュージアム	27名	
11月3日	役員会	パラミタミュージアム	6名	2名
11月6日	県との話し合い	難病支援センター	支部長	1名
11月6日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
11月8日	松阪難病いきいき協議会の 打ち合わせ	松阪県庁舎	支部長	
11月19.20日	東海地区リーダー研修会	賢島	6名	1名
11月22日	なごみネット	松阪県庁舎	支部長	1名
11月25日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
12月6日	難病相談会	難病支援センター	支部長	1名
12月9日	松阪難病いきいき協議会の 打ち合わせ	松阪県庁舎	1名	1名
12月19日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
1月22日	難病相談会と松阪難病患者 連楽会の設立	松阪県庁舎	6名	5名

1月24日	難病相談会	難病支援センター	支部長	1名
1月27日	難病患者の大規模災害についての講演会	津地区医師会館	支部長	1名
1月29日	新春交流会	リージョンプラザ	33名	
2月11日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	
2月20日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
2月28日	難病相談会	難病支援センター	支部長	1名
3月4日	三難連役員会	難病支援センター	支部長	1名
3月16日	松難連役員会	松阪県庁舎	1名	1名
3月20日	難病相談員研修会	難病支援センター	支部長	1名
3月25.26日	支部長会	千葉	支部長	

(2). 平成17年度決算報告

収入の部	
用件	金額
前年度から繰り越し金	51,896
本部より	49,726
難病相談支援センターより	50,000
弁当代	31,200
総会の参加費	21,000
寄付	50,000
懇親会の参加費	72,000
QOL対策費	50,000
寄付	20,000
〃	7,000
難病相談支援センターより	100,000
新春交流会参加費	115,500
合計	618,322

支出の部	
用件	金額
役員会の行動費	4,020
全国大会への行動費	41,892
総会印刷費	2,349
〃 通信費	2,960
〃 講師謝礼	78,000
〃 講師の食事等	1,874
〃 弁当等	35,634
〃 会場使用料	23,880
〃 ボランティア交通費	8,920
〃 懇親会の食事代	69,202
三難連総会への行動費	3,110
三難連会費	2,000
歩行訓練講師謝礼	42,300
〃 ボランティアの交通費等	6,890
会報印刷費	5,152
〃 通信費	1,100
東海地区リーダー研修会への行動費等	54,303
支援会員へのカレンダーの郵送料	2,340
新春交流会印刷費	1,757
〃 通信費	2,240
〃 会場使用料	1,560
〃 講師謝礼	19,600
〃 ボランティア交通費	8,930
〃 食事代等	100,350
次年度へ繰越金	97,959
合計	618,322

(3). 平成18年度事業計画(案)

日付	行事	開催場所
4月 4日	難病相談	難病支援センター
4月30日	三難連役員会	難病支援センター
5月11日	役員会	難病支援センター
5月25日	難病センターの事務処理	難病支援センター
5月27.28日	J R P Sの代議員会、全国大会	千葉市
5月30日	なごみネットの会議	松阪県庁舎
6月 4日	地域相談会	津県庁舎
6月 6日	難病相談	難病支援センター
6月17日	NPO 法人「三重難病連」の理事会	難病支援センター
6月25日	第1回 NPO 法人三重難病連通常総会・ 第1回 評議委員会	難病支援センター
7月16日	定期総会	松阪市福社会館
8月 1日	難病相談	難病支援センター
9月 3日	地域相談会	伊勢市
9月 5日	難病相談	難病支援センター
9月24日	白杖を使っての歩行訓練	アスト津周辺
10月 1日	地域相談会	鈴鹿市
10月	会報発行	
10月 3日	難病相談	難病支援センター
10月14.15日	東海地区リーダー研修会	犬山市
11月 3日	秋の交流会	五桂池ふるさと村
12月12日	難病相談	難病支援センター
1月28日	新春交流会	鳥羽市
2月 6日	難病相談	難病支援センター
3月 6日	難病相談	難病支援センター
3月	役員会	難病支援センター

(4). 平成18年度予算(案)

収入の部

項目	金額(単位:円)
前年度繰越金	97,959
総会、医療講演会費	250,000
J R P S本部より交付金	50,000
交流会費	200,000
合計	597,959

支出の部

項目	金額(単位:円)
総務費	100,000
総会、医療講演会	250,000
交流会	150,000
予備費	97,959
合計	597,959

(5). その他

2. 青森県への一人旅 木村 靖子

「上野発の夜行列車おりた時から青森駅は雪の中」と口ずさむまで青森駅の裏口から青函連絡船が発着していたとは頭から抜けていました。それほど青森は遠く千都が見えなくなってから長い年月が経っているのです。

その連絡船の乗り場あたりに海の橋が出来ていて、そんな話を聞きながら涼しい海の風を受けて歩いたのでした。

青森は8月2日からの「ねぶた祭り」を控えて準備に熱が入っている頃でした。

「ねぶた団地」という場所では大きな「ねぶた」が22基制作されていました。お願いしておいたガイドボランティアさんが説明ボランティアさんをたのんで貰ってあったので、触られる物はさわらせて貰いました。台座が2メートル。本体が高さ5メートル幅9メートル 奥行き7メートルもあるので、小さい模型をさわって想像するしか無かったけど。

現在私は視力はゼロです。それでも盲導犬のテンダーと、青森まで行って、青森を実感してることが出来ました。

家を出て、最寄りの駅までは送ってもらいましたが後は駅員さんが頼りです。松阪駅での乗り換え、名古屋駅での乗換はいつも親切な近鉄の駅員さんをお願いしました。新幹線の発車時刻が早いので私は名古屋で前泊しました。駅員さんに夕食のお弁当を買って貰って青波線まで送ってもらいました。青波線は無人で運行しているので改札から乗り降りも、宿泊する施設までもテンダーとだけで行くのは初めてでしたが無事に泊まることができ、次の朝の新幹線に乗ることが出来ました。

新幹線は東京、八戸で乗り換えて最後は八戸から青森までは在来線の「スーパー白鳥」です。JRの駅員さんも親切で東京駅での10分という短い乗り継ぎにも適切に対応してくれました。一人で家を出ることを恐れていてはどこへも行けません。思い切って冒険してみたいかがでしょうか。

私は9月23日に札幌へ一人で行く計画を立てています。テンダーにとっても生まれて初めての飛行機です。この冒険に向けてワクワクしています。

3. 魔法の杖 桜井 将人

魔法の杖は私たち視覚障害者が無くてならないもの「白杖」です。

「白杖」の初めての出会いは初めてJ R P S三重支部の会合に出た新春懇談会でした。最初は障害者って烙印が押された感じがいやで白杖を持つのが、抵抗がありました。しかし徐々に目が悪くなり、白杖の必要性がわかってきて、持つ事に決意し、市役所の障害福祉課に相談し業者を紹介してもらいましたが、いまいちだったので、河原さんに相談した所、アイパートナーの戸松さんを紹介してもらい戸松さんが白杖を持ってわざわざ私の家まで来てもらいました。

白杖は戸松さんから説明を聞いて初めて知ったのですが、素材から形までいろんな種類があることが初めてしりました。

自分でも、どの杖がいいのかさっぱりわからず、戸松さんが私に聞いたり歩くスピード見てみたりして、一番適した白杖を選んでくれました。

結局、折りたたみで長さが一番長い白杖にしました。(素材は忘れましてすみません)

そしてさっそく白杖を使おうと思いましたが、回りの人の視線が気になって、なかなか使う事ができませんでした。しかしせっかく使う為買った杖だから、使わないと杖がもったいないし、思い切って杖を出して使ってみました。

そして使ってみたら以外に、見知らぬ方から「大丈夫ですか？」と声を掛けられ、手引きまでしてくれたのです。

最近治安が悪くなり、おかしい世の中になりましたが、まだまだいい人がかなりいるのだなぁと思いました。他にも視野が狭いのでいつも人ごみで歩くと、ぶつかってばかりでしたけど、杖を使うと皆が避けてくれます。

まるで磁石みたいに反発した感じで避けてくれまして、人ごみの中で、ぶつかる心配がなくなりました。

今現在はアイパートナーの戸松さんが私の家まで来てもらい歩行訓練をやっています。

白杖を使った時、見知らぬ方に助けてもらい、人ごみの中皆が避けて、目が見えにくてもある程度歩けるので、おおげさですが、私にとって白杖は、まさしく「魔法の杖」じゃないでしょうか？。

最初は偏見的な事もありましたが、今は周りを気にせず堂々と使って、もう無くてはならない存在です。そして、白杖はもう使いまくってボロボロですが、日々感謝でいっぱいです。

4. 網膜色素変性症の妻と共に 佐藤 道夫

ある日突然何の予告もなく（みえない、なにもみえない、どうして）の一言から私たち二人の闘いが始まりました。妻はのたうち、這いずり回り、泣き喚く日々が約半とし続きました。

傍らで見ている私は何も出来ずに自分の無力さを感じました。妻の気持ちを落ち着かせることことだけに集中しました、今になっても何をどうして解決したのかも覚えていません。

今までも、ほんの少しの明かりだけを頼りに生活していたのに、何の因果かわからないけれど、ほんの一瞬にして光を奪った、網膜色素変性症とそれに、神と仏を恨みました。

その頃私も仕事を持っていまして勤務をしている間でも、ひょっとして自殺しているのではないか？怪我をしているのではないかと毎日が心配で疲れ果てました。

昼の休み時間(4時間ほど)の間も毎日家に帰って二人で過ごす時間を持ちました。

とにかく家から出ようとしないのです、歩かないから特に足が衰弱して、平衡感覚を失い、立つこと自体ままになりませんでした。

これではいけないと思い、無理やり嫌がるのを引っ張って外へ連れ出しました。

外へ出ることによっていろんな人とも交流出来、中途失明者の訓練等も受け現在に至りました。

健常者の私から見ると皆さん、人に言えないいろんな苦勞をされたのにこれっぽっちの弱さを見せずに、明るく振舞って過ごされているのには深い感銘を受けています。

妻も今では少し見えているときよりも明るくなり会話も弾み、旅行に行きたい、あそこに食べにいきたい、誰々さんに合いたいから連れて行けと、前向きの姿勢になりいい意味で私を困らせます。

口のほうは以前よりすごく達者になりました、良いのか、悪いのか？

平成13年にガイドヘルパーの資格も取り、今では盲導犬ミッチーとして頑張っています。でも盲導犬に負けるところが少しあります、誘導していてもよくぶつける、自分勝手に歩く、命令に背いてよく怒られる、右左をよく間違える。

でも勝てる場所もありますよ。料理を作れる、髪染めが出来る、爪を切れる、まだまだ一流の盲導犬には成れていませんが、日々努力して皆さんから立派になったねといわれるように頑張っていきます。

これからも、妻 チカヨともども ミッチーもよろしくお願いします。

玉城町 佐藤 道夫

5. 体を動かし 毎日を楽しく 佐藤 好幸

網膜色素変性症のかたが 老人性白内障を併発されたとの話をよく 耳にします。わたしは 先天性白内障を患い 小学校1年生のとき 黒板の字が よく見えなかったとのことで 地元眼科に一時入院していました。

しかし、 はかばかしい回復もなかったので、 なごやの眼科病院に入院し両眼の手術をおこないました。

そうこう しているうちに 数ヶ月が経過し 結局 1年おくれたの学校再会となりました。

幸い 視力は メガネをかけて 0、7ぐらいに回復しました。

ところが 小さいときから 飛び回って遊んでいなかったせいか、 運動が苦手な球技などに あまり いい思い出が残っていません。

そんなことから 体育の時間は 早く終わってほしいなあとも いつも思っていました。ただ スポーツぎらいのわたしも町屋川が近くを流れていたのも、 夏は毎日のように 泳ぎにいきました。 また 就職してからは よく鈴鹿の山にもものぼりました。

そんなことは ありましたが、 退職するまで あまり スポーツを楽しんだという記憶はありませんでした。

退職してからは、 内外の旅行や ハイキングにもよく 出かけました。しかし それだけでは 満足できず、 なにかをしなければ、 と思っていました。

そんなわたくしをみて、 卓球教室に通っていた妻は あまり 気乗りのしないわたしを 体育館へつれて行ってくれました。そこで 簡単な エアロビの教室に入りました。その教室は 中高年の男女 4、50人ぐらいだったと想いますが 男性は 5、6人ぐらいだったのでしょうか。

動くのが苦手な私が まねをしながらついていくのですから 1テンポも 2テンポも遅れていたと思います。それでも 先生の掛け声でどうにか みんなといっしょに動き汗をながしました。爽快な汗をかき 体を動かすってこんなに 気持ちいいものだったかなと 初めて気づかされたようなことでした。

そんな気持ちのいいことならと トレーニング ダンベル ヨガ教室など、いろいろとこれならというものを試してみました。ところが 次第に 視力の低下もあり 結局現在 ヨガ教室と 筋肉トレーニングに週4日ほど通っています。

この両教室もだんだんむずかしくなりつつあります。しかし あまり 先のことは考えず 出来る範囲で 毎日を楽しく せい一杯生きることかなと 自分に言い聞かせている今日このごろです。

庭いじりや視覚障害者でも楽しめるという ボーリングや 卓球などのスポーツもあまり好きにはなれません

みなさんは どのようなことをして 毎日をたのしく過ごして みえますか。

6. レッドカンガルーの旅 宮本 忠

南半球の初夏。2005年11月2日。爽やかな快晴の午前11時55分、オーストラリア大陸横断列車インディアンパシフィック号はパース東駅をゆっくりと動き出した。妻と私は、豪華車両ゴールドカンガルーに乗る旅仲間10人と別れてレッドカンガルーの車両 **Sleepers Carriage N** の個室に腰を下ろした。JRPS 三重の K さんは冗談を連発しながらみんなとゴールドカンガルーに乗ったはずだ。インディアンパシフィック号は2005年度三重豪 NZ 協会恒例の親善交流の旅の花。

パース東駅ホームで切符のチェックをしていた明るい男性車掌さんの案内車内放送を聴きながら、まずは、アデレードまで40時間お世話になるわが個室を探検した。私どもの部屋は進行方向右側、個室方式。通路ではほとんど他の乗客に会わない。大声で話したり大笑いしない限り隣の部屋の音は聞こえない。二人だけのハネムーンルーム。入り口に入った左奥に洗面台とごみ入れ。右がロッカー。窓に沿って二人用応接セット。簡単な操作で応接セットの上が二段ベットの寝室空間に早変わり。狭いながらも楽しい我が家。

部屋の探検の後、簡素な昼食。私たちの車両後ろの食堂を通過してラウンジルームに出かけた。ここは娯楽室兼談話室。ナラボー大平原のパノラマ室でもある。ミュージックボックスから軽快な音楽が流れている。ゲームをしている若者、おしゃべりと笑い声。ソファに足を縮めて遠慮げに寝そべっている青年。私たちは大理石もどきのテーブルでリラックス。本を読んでいる人もいる、ビデオも見られる。通路やテーブルは直線ではなく、曲線で変化を付け工夫を凝らしている。親切でうれしい設計。

夕食は6時オープン。込まないうちにと五分前に食堂に言ったが「まだできてない、六時になったら来てください」。そこで六時丁度に出かけたら「まだスープができていません」と車掌さん。お客さんはまばら。10分すぎに「もういいだろう」と食堂へ。な、なんと長蛇のお客さん。ようやくヴェジタリアンセットメニューを受け取ったものの「スープはまだです」とキャシイヤー兼任の車掌さん。さらにしばらくたってからスープをようやくゲット。7時過ぎに、お腹も大きくなりコーヒータイトムに入る。車掌さんがやって来て「スープ注文した人いませんか？」奥のほうで中年女性 No と大声で答える。今度はおねえさんが回ってきて「スープ注文した人いなーい？」。ニコニコしながら私たちの所にやってきた。そして「注文した？」とたずねる。「もういただいたわ」と妻が答える。お姉さんニコッと微笑して「このスープは、熱いから注意して」と言いながらスープとパンを、私たちのテーブルに置いていった。なるほどスープはチリチリで味も濃い。とてもいただけない。部屋に帰って湯で薄めたらちょうどよくなった。「パンは明日の朝食だ♪」

延々と続く地平線の西方の空を、真っ赤に染めて沈み、かつ昇る太陽を楽しみながらの快適な大陸横断列車の旅でした。

以上

7. R P 三重にめぐり会えた私 森田 みよ子

私が始めて日本網膜色素変性症協会という会が有る事を知ったのは、新聞記事でした。ただ治らない！治療法がないという事だけで、なにも知らなかったのも、とにかく自分の病気の事が知りたいと思ってすぐに入会させて頂きました。

初めて総会に出席させてもらったのが、第5回の総会からだだったと思います。会員になっても、出かける事は考えていなかったのです。私を木村靖子さんに誘って頂いて思いきって出かけてみました。あの時いかにないでいたら、今の私はなかったと思います。

今もあのピカピカと明るくはち切れていた人達に出会えた事が私の今の始まりなのです。私はあれからR P 三重の交流会には一度も休んだ事がないのです。新年会、ハイキング、歩行訓練とにかく、休めないのです。出かけなくては行かない！

みなさんが集まられると思うとじっとして行かないのです。

私が初めての総会に行った時、本部の会長さんのメッセージでR P 号に乗ってみんなで一緒に確率の島を目指しましょう。と言うようなことを聞かせてもらって心から安心！もう1人ではないと思った事が昨日のように思い出されています。医療講演は難しくてわからないのですが、あまり頭には残っていません。家族の人の講演とか同じ病気の方の体験談とかきかせてもらえるのが一番好きです。

特に講演では京都医大の高橋昌代先生、今年の名古屋医大の近藤峰生先生が印象的です。R P 家族の講演では桑原和子さんの旦那様・榊原美佐子さんの旦那さんがとても近親感があり、とても楽しく聞かせて頂いたことを今のように思い出されます。

いつも主人と一緒にいるので皆さんの話を聞いてもらえるのが、私を理解してもらうの一番いいのです。私の言葉よりも他の人から聞いてもらえる用になってから、「そうなんだ。みんな同じなのだ」と解ってもらえるようになったと思います。

とにかく私が一番長く一緒にいる家族に理解してもらえるようになってから、とても暮らしが楽になりました。主人も初めての総会で、「目から鱗だった」と言います。あの時にR P の交流会には連れて行ってくれると約束が出来たような気がします。あの日の事は一生忘れない！今でも鮮やかに覚えています。

河原さん・小川さんなど沢山の方にいろいろ背中を押してもらってなんと、すごい人生を送らせてもらえました。ニュージーランドにも連れて行ってもらい、世界大会！全国大会と色々な事を体験させてもらって、私はこの目に感謝さえしています。歩行訓練のお陰で何とか1人歩きも口と携帯電話と大事な白杖があったらどこへでも気持は行けそうな気がします。

今年五月は姪の結婚式で、兵庫県に行って実家の島根に連れて行ってもらいました。1人で初めての実家への里帰りは母を喜ばせてあげる事ができました。1人で出歩ける喜びを満喫した最高の里帰りでした。私のわがままを許してくれた主人の方がもっとしんぱいで大変だったと、とても感謝しています。

「何事も案ずるより産むが易し」といつも私は思っています。「なせばなる。なさねばならぬ、何事も」これからも色々な新しい事に出合える事を楽しみにしています。

まだ一度も交流会に参加されてない方、とても素晴らしく明るい仲間との出会ってみんなで元気にみえない世界も楽しい！見えないだけだと思える。見えない世界もまんざらではないと思える人生をおくりませんか？

8. 秋の会員交流ハイキングのご案内

多気町のほころ自然が満喫のレジャー施設 五桂池（ごかつらいけ）ふるさと村へのハイキングを企画しました。

自然のもとで みなさんと 楽しいひと時を過ごしたいと思います。

ぜひとも ご参加下さい。

- ◎ 開催日 平成18年11月3日 金曜 少雨決行
- ◎ 集合場所と時間 JR松阪駅 バス乗車口 午前9時集合
- ◎ 行き先 多気町五桂池（ごかつらいけ）ふるさと村
所在地、多気郡多気町五桂 956
電話 0598-39-3860

多気町五桂池 ふるさと村は 江戸時代初期 1678年に 当時 紀州藩の命令でつくられた周囲3、5kmの人工池です。池を中心とする あまりにもすばらしい自然環境をみなさんに楽しんでいただこうとして 昭和59年 自然を生かしたレジャー施設として地元住民の手で ふるさと村がつけられました。

花と動物ふれあい広場 花や木にかこまれながら 動物たちと触れ合えます。

また観覧車もあり 村内が一望できます。 おもしろ自転車などの楽しめるスポーツ広場もあります。

また とれたて産地の旬をお届けする「おばあちゃんの店」、さらに相可高校食物調理科生徒が運営する調理実習施設のレストラン「まごの店」もあります。それに足湯やお風呂もあります。

五桂池では 足踏み式のスワンボートや 釣り ハイキングもできます。

またちかくには みかんや 柿狩りのできる農園もあります。日帰りでは もったいなような楽しい施設です。さあ みなさんと 出かけてみましょう。

五桂池ふるさと村のホームページの アドレスは

<http://www.furusatomura.taki.mie.jp/index.html> です。 ご覧下さい。

◎行程など 午前9時 JR松阪駅 バス乗車口集合。

貸切バスで五桂池 ふるさと村を往復します。 片道 30分程度です。

到着後 みんなで 施設見学をし そのあとは グループでの 行動とします。

昼食は 参加者であつまり楽しくいただきます。昼食後は 交流会です。

3時ごろには施設を 出たいと予定しています。

◎費用など 入園料は500円です。身体障害者割引があります。

障害者手帳をお持ちください。入園料 飲食代 乗り物代は自己負担です。

なお 往復バス代は 会から負担します。

当日は、松阪で氏郷祭りですので午後3時頃に松阪駅についてから、祭りをぶらっと覗いていかれることも可能です。

◎ 申し込みについて 10月25日までに各地区担当役員まで お申し込みください

◎ 当日の緊急時の電話 090-7696-7499 河原

◎ 申し込み先 下記地区連絡担当者です（一部異動あり）

県北部の女性会員 小川裕子 0593-82-0020 o-hiroko@mecha.ne.jp

県北部の男性会員 佐藤好幸 0594-31-4041 yoshiyuki5110911@yahoo.co.jp

津・亀山地区 肥留間英美 0596-52-2357 hdemitan@ma.mctv.ne.jp

久居一志・伊賀地区 辻本和仁 0596-64-0044 motchin1@amigo2.ne.jp

松阪・飯南地区・紀勢地区 刀根美幸 090-4865-9318 rec32510@yahoo.co.jp

伊勢・度会・多気地区 木村靖子 0596-52-0811 yasuko-k@triton.ocn.ne.jp

志摩・鳥羽地区 小川正次 0599-43-2523 sanryoin@poplar.ocn.ne.jp

◎便利な電車

鳥羽方面からは近鉄上本町行急行が便利です。

鳥羽 8:17,宇治山田 8:32,伊勢 8:35,松阪 8:49 到着

桑名方面からは、鳥羽行急行が便利です。

桑名 7:52,四日市 8:05,白子 8:21,津 8:33,中川 8:46,松阪 8:53 到着

主催 日本網膜色素変性症協会三重支部

1971年8月7日 第3種郵便物認可（毎月6回 1の日・6の日発行）

2006年10月1日発行 S S K A 増刊通巻第5673号

S S K A

ああるぴい

—◇ 編集後記 ◇—

1. 前書きにもご紹介させていただきました。山口県の時藤さんから スローライフのすすめを mp3 形式で送っていただきました。とってもすてきに歌って見えます。もし聞いてみたい方がありましたら、支部長までご連絡ください。
2. 昨年の4月から三重県難病相談支援センターができました。18年度の事業計画にも載せましたが、難病相談の日は相談員（支部長）がセンターにいますので相談希望の方は、電話あるいは来所をお待ちしております。
電話番号は059-233-5035です。
3. メールをされている方で、まだ支部長までメールアドレスを連絡していただいていない方は、是非連絡をお願いします。メールだと経費と時間が大幅に短縮されますので、ご協力をお願いします。
4. 今年の秋の交流会に、是非参加してください。

発行人：障害者団体定期刊行物協会

東京都世田谷区砧6-26-21

編集：RP三重会報編集部 河原洋紀

〒515-0847

松阪市岩内町614

（電話・FAX） 0598-58-2664

（e-mail） hk2664@aqua.ocn.ne.jp

定価200円