

# きらりと輝く人

仕事や趣味など、様々な分野で目標に向かって、生き生きと輝いている市民の皆さんを紹介します。

## 車いすユーザーが 暮らしやすいまちに

## ユーチューバー

し ぶ や ま こ  
**渋谷 真子** さん



平成30年7月にかやぶき職人の見習いとして作業中、転落事故により脊髄を損傷し、下半身にまひが残った渋谷さん。

同じ障害がある人と情報共有したいという思いから、ユーチューブで自身の車いす生活の動画投稿を開始しました。その活動が注目され、企業から車いすユーザーのための商品開発にアドバイスを求められたり、商品の紹介を依頼されたりすることもあります。

また、屋根に登れなくなった今も、かやぶき職人の父などの作業風景をSNSで情報発信するなど、違った形でかやぶき屋根の保存に関わっています。



私自身、けがをして車いす生活になったときに、障害者の生活が全く分からなかったので、まずブログやSNSなどで調べることから始めました。ですが、そこで見られるものの多くは長く車いす生活をされてきた方による投稿で、初心者の方の参考となる部分が少ない状況でした。私も初めはブログを書いていたのですが、文字だけで伝える限界を感じました。車いす生活になったときに動作などを知りたいという思いが私自身あったので、ユーチューブで動画投稿することを思い立ったのです。

同じ境遇にある人に何かヒントとなる情報を提供できたらと考えていたので、「すごく参考になった」

と言ってもらえたときにとてもやりがいを感じます。また、日常生活の動作の改善を専門的に支援する理学療法士の方から「とてもリアルで、リハビリしている人たちに役立てることができる情報だった」と言ってもらったこともあります。

東京などの企業からもお仕事を頂くのですが、地元密着を第一に考えています。鶴岡でもっとバリアフリーが進むように、健常者にも車いすユーザーのことを知ってもらい、理解してもらうことが必要だと思っています。障害がある人が快適に暮らせるまちになるように、自身がもっと鶴岡のことを知り、自分にできることを続けていきたいですね。

新しいふんや足跡がある場合、近くに熊がいる可能性が高いので、静かに立ち去りましょう。これか

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

す。出没情報は市HPで確認できま

# 声

voice

市への意見や質問、広報を読んだ感想などをお寄せください。  
◎送り先 本所総務課  
☎25-2111内線317

## 各種相談窓口

※主に市が開設している暮らしに関する相談窓口を紹介します。  
その他の様々な悩みごとは「総合相談」へお問い合わせください。

内 容	相談窓口・電話番号	相 談 日 時 等
総合相談(身近な悩みや心配ごと等)	鶴岡市総合相談室 ☎0120 - 866 - 294	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
消 費 生 活 相 談	消費生活センター ☎25 - 2982	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
内職相談、若年者職業紹介	鶴岡ワークサポートルーム ☎25 - 2215	
教育相談(学校教育・就学に関すること)	教育委員会学校教育課 ☎57 - 4864	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～17:00
// (青少年の健全育成)	青少年育成センター ☎0120 - 028 - 234	
// (不登校・適応指導教室等)	教育相談センター ☎23 - 9351	月曜～金曜日(祝日は除く) 9:00～16:00
子ども総合相談窓口(妊娠・出産・子育ての悩み等)	子育て世代包括支援センター ☎35 - 1118	
子 育 て ・ 家 庭 児 童 相 談	子ども家庭支援センター ☎25 - 2741	
ひ  と り 親 ・ 女 性 相 談	本所子育て推進課 ☎内線151	月曜～金曜日(祝日は除く) 8:30～17:15
障害者に関する相談(身体・知的・精神・児童)	障害者相談支援センター ☎25 - 2794	
仕事や暮らしに関する相談	鶴岡地域生活自立支援センター「くらし」 ☎29 - 1729	
高 齢 者 に 関 す る 相 談	お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ	

## 今月の各種相談窓口開設日 5/4～6/3

内 容	問 合 せ	相 談 日 時 ・ 会 場 等
	本所市民課 ☎内線158	
	藤島庁舎総務企画課 ☎内線216	
行 政 相 談 ( 行 政 相 談 委 員 )	羽黒庁舎総務企画課 ☎内線218 櫛引庁舎総務企画課 ☎内線221 朝日庁舎総務企画課 ☎内線307 温海庁舎総務企画課 ☎内線313	この期間の開設はありません
登 記 相 談	本所市民課 ☎内線158	
休 日 年 金 相 談	日本年金機構鶴岡年金事務所 ☎23 - 5040	9日Ⓟ 9:30～16:00(要予約)・同事務所

## 休日・平日夜間診療

☎健康課(にこふる) ☎内線361

●急な病気の際は……**休日夜間診療所 ☎23 - 5678**

⚠ 受診者・医療従事者への新型コロナウイルス感染予防のため、おいでになる前に、必ず電話でご連絡ください

- ・開所日 <日曜日、祝日、年末年始> ① 9:00～11:30  
② 13:30～16:30  
③ 18:00～20:30  
<上記以外の月曜～土曜日> ④ 19:00～21:30
- ・診療科 内科、小児科、外科(②のみ)  
※小児科は、①のみ小児科医が診察します。

●休日の歯痛の際は……**休日歯科診療所 ☎23 - 0372**

- ・開所日 <日曜日、祝日、年末年始> ① 9:00～12:00  
② 13:00～15:00

## 献血 5/4～6/3

献血会場で骨髄ドナー登録もできます  
☎健康課 ☎内線361

月 日	受付時間	会 場
5. 9Ⓟ	10:00～12:00	鶴岡協同の家こびあ
//	13:30～16:00	//
14Ⓟ	13:00～15:00	山形日産自動車販売株式会社美咲店
27Ⓟ	9:00～11:00	(株)庄内ヨロズ
//	13:00～15:00	鶴岡協立リハビリテーション病院
29Ⓟ	9:30～11:30	温海温泉林業センター
//	13:30～15:30	市役所温海庁舎

ら収穫期を迎える月山筍のやぶは見通しが悪いので、特に注意してください。

自分たちの存在を知らせる

山ではラジオや鈴など音の出るものを身に着けましょう。人の存在を熊に知らせることで、突然の遭遇を防止することができます。

■餌となるものを排除しましょう

▽自宅周辺の柿や栗、桑等は、熊への無意識の餌付けとなります。果実を残さないようにするなど、適切に管理しましょう。▽生ごみや野菜くず、廃棄果樹を野外に放置したり、畑にまいたりしないようにしましょう。▽納屋などに作られたミツバチの巣は撤去しましょう。熊が建物を破壊することもあります。

熊は一度餌を見つけると、何度も同じ場所を訪れます。被害を防止するためには、人里に近づかせないことが重要です。また、やぶの刈り払いをして、隠れ場所をなくしましょう。

■遭遇してしまったら

背中を見せずに、ゆっくりと後ずさりしながら熊から離れてください。熊を興奮させないためにも、大声を出したり、走って逃げたりしてはいけません。子連れの熊は攻撃してくることがあるので、特に注意が必要です。

■目撃したら

熊を見つけた場合は、近くの交番・駐在所や警察署、本所農政課または各地域庁舎産業建設課へ詳しい状況をお知らせください。