

AJU 自立の家 **福祉情報誌** 第35号

1998年8月10日号



昭和五十四年八月一日 第三種郵便物認可

暮らしに役立つ、ちょっと
わくわくすることがある
そんな情報を贈ります。

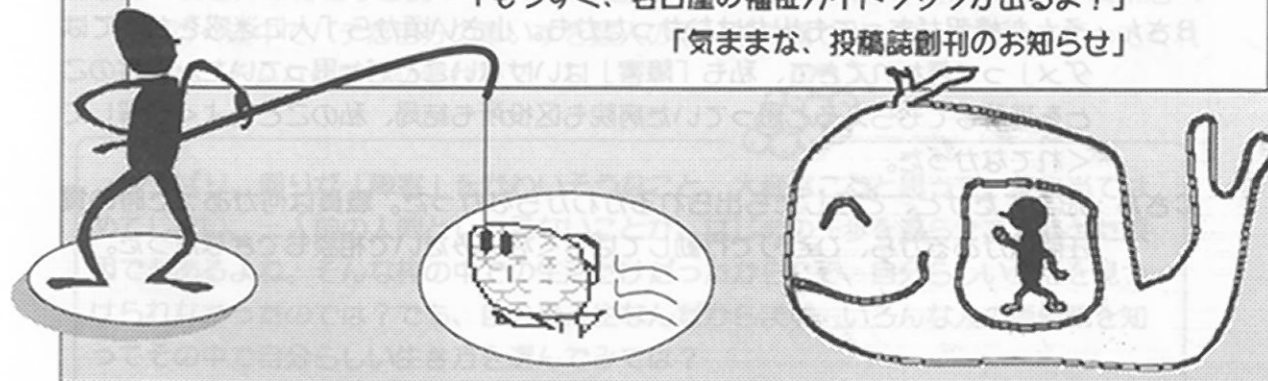
編集/社会福祉法人AJU自立の家 福祉情報誌発行委員会
発行/AJU車いすセンター AJU自立生活情報センター
連絡先/〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3-12-1
AJUリサイクル相談事業部内
Tel (052)851-0059 Fax (052)851-0159



特集
はじめの一步を踏み出そうと
しているあなたへ…

特集 はじめの一步は誰にもある! パート3

	「今度はあなたがはじめの一步を!」	1
さつきの突撃レポート	「新婚旅行 はじめての海外編」	7
いづみのアクセス情報「知っておきたい「快適!一人暮らしのノウハウ」」		10
マッチのことはてあそぼう 番外編	「海遊館 夫婦旅日記」	14
てっちゃんの…	「電話の苦手なあなたへ… 遊び編」	17
知佳のどうなってるの?	「身体障害者手帳の思うこと その1」	20
Kyon2の突撃体験レポート	「初体験 ヨットレースに参加したよ編」	22
生活の道具相談室 お助けグッズコーナー	「姿勢保持ってなあに?」	25
かつきの詩のページ		28
読者の声	「オールナイトリフトカー準備隊よりアンケート中間報告」	29
	「サンビーチ日光川へ行ってきたよ!」	
	「AJUって何?!」「たてしなティヘア館へ行ってきたよ!」	
いろいろ情報	「身体障害者スカイスポーツ協会ができた!」	33
	「一宮で「車いす110番」スタート」「今年度の名古屋の市バス・地下鉄情報」	
	「もうすぐ、名古屋の福祉ガイドブックが出るよ!」	
	「気ままな、投稿誌創刊のお知らせ」	



今度はあなたがはじめの一步を!

こんにちは、前々号から続き、編集委員とゲストを迎えそれぞれのはじめの一步の特集をしてきましたが、だれもが初めからうまくいったわけではなく、失敗を経験してそれが逆に人生勉強になったりして自信につながり、そこから生活が広がっていったようです。学校を卒業した後、大半の人が在宅生活になってしまい外との交流がなくなってしまうのではないかしら・・・? そんな人達に、「今度はあなたがはじめの一步を踏み出そうよ!」と情報誌がメールを送りたいと思います。まずは、不安をひとつ、ひとつ、取り除いていきましょう。

はじめの一步を始めたばかりの人たちにインタビュー



Q1: はじめの一步を踏み出す前は、外出の時どうしていたの?

Aさん: 親としか出たことがなかった。

Bさん: 親としか出かけたことがない。

Cさん: 施設に入っていたからあまり外出できなかった。

Dさん: 入院中、同じ障害を持っている人に「行くぞ!」と強引に外へつれていかれた。

Q2: どうして今みたいに自由に友達と一緒に出かけなかったの?

Aさん: あまり考えてなかった。

Bさん: ひとりでは行けないと思っていた。言葉が不自由だからコミュニケーションがとれないと思っていたし、親も危ないからと反対されて、でられなかった。友達もいないし、学校も行っていない、本当は行きたくかったけど受け入れてもらえなかった。

Cさん: 施設はひとりで外出することは禁止されていて、親が兄弟としか外出できなかった。

Dさん: 中途障害で以前とは身体の状況が違っているので、何ができるのかわからなかった。



Q3: 介助者や段差の無いお店の情報などがあつたら出られた?

Bさん: そんな情報があつても出かけなかったかも。小さい頃から「人に迷惑をかけてはダメ」って言われてきて、私も「障害」はいけないことだと思っていた。障害のことを理解してもらえるとと思っていた病院も区役所も結局、私のことをよく理解してくれてなかった。

Cさん: 思ったけど、どうしたら出られるかわからなかった。職員は何かあつた時の責任問題があるから、ひとりで行動してほしいみたいで相談もできなかった。



Q3: 何がきっかけではじめの一步を踏み出したの?

Aさん: 好きな人に、「ボランティアさんを見つけて出かけてみたら」と言われ、友達とかにアドバイスをしてもらって、必死にボランティアさんを集めて、やっと出かけるようになった。

Bさん: ずっと、月に1、2回しか外に出なかつたけど、52歳の時、広報なごやで「サマリアハウスのデイサービスが始まる」という記事を見て、行ってみようって気持ちになった。もうその頃は、反対する親も亡くなつていて、送り迎えはリフトバスが出ると書いてあつたし、「ここに参加すれば私のことを受け止めてくれるのでは?」と思って、思い切って出かけることにした。

Cさん: 施設では、出かけられる人だけどんどん出かけていた、私はたまにしか出かけられない、そのうち「なぜ同じ人間なのに我慢ばかりしなきゃいけないんだろう」って思うようになったし、職員に、何か気に入らないことがあると「介助しないよ」なんて言われて「平等じゃない」って思った。「だって、いくら頑張っても、できないものはできない」と不満がたまりにたまって、ちょうどそんな頃、車いす市民交流集会有るってことを知って参加したの、それで福祉ホームという障害者の下宿屋があることを知って申し込んでみたんだ。これが私のチャンスなんだって思つてね。



Dさん: 同じ障害を持っている人に強引に誘われて、引きずり回されたって感じかな? それがかつたし、だんだん体力もつき、自信にもつながつた。



Q4: これからはじめの一步を踏み出そうとしている人達にアドバイスは?

Aさん: 勇気をもって一步をふみだすことと、ボランティアさんを一人でも見つけたらその友達とかを紹介してもらおうといいかもね。私の場合は「好きな人に認められたい」って思いで頑張れたんだけど。

Bさん: デイサービスに行くようになって、自分より障害の重い人が一人で地下鉄にのったり、トイレや食事介助を人にたのんでいるのを見ておどろいた。今まで「障害」は悪いことと思つていたけど、「私は私でいいんだ」って思うようになった。だから勇気をもって外に出て、仲間づくりが大切かな?

Cさん: 施設職員や私たちの周りの人が「障害」の部分だけをマイナスに考えてしまいがち、だから私たちを守るだけではなく、一步を踏み出せるように後押ししてほしいし、外に出る情報があつても、考え方を考えるきかけがないとだめ、「手伝ってもらつていいんだ! 障害が悪いことではないんだ!」って思えるようにならないと一步を踏み出せない。

Dさん: 僕を外に行こうと誘ってくれた、世話焼きタイプの人の存在は大きい。喫茶店へ行く途中でバテた自分の車いすを数人の車いす仲間と引張つて連れて行ってくれた。そんな仲間が必要かな?



やっぱり、周りが「障害」をかわいそうなこと、大変なことと思つて、枠に当てはめてしまい、一人前の人間として見ないことが、はじめの一步を遅らせてしまった原因でもあるよね。そんな枠の中での生活だけだったからこそ、自分らしい生活を見つけれなかつたのでは? でも、自分の人生なんだからまず、いろんな人の価値観を知つてその中で自分らしい生き方を選んでみては?

1・いろいろな人と出会おう！

人との出会い、関わりは大切です。いろいろな人と出会うことで、これからの生活が広がって行くと思うよ。障害者団体やサークルに所属すればイベントや勉強会などの情報が入り、その中で興味のあるものに参加すればいろいろな人と出会うチャンスが増えます。そしていつも手伝ってもらえばかりじゃなくてあなたが主役で活動しよう！

★まずは、障害を持つ人達が中心に活動している団体と連絡を取って みませんか？

愛知県重度障害者の生活をよくする会

活動内容：重い障害を持った仲間が集い、「自立生活」をキーワードに誰もが暮らしやすい街づくり運動を行っています。「楽しくなければ福祉じゃない」を合い言葉に自分たちの行動を通して社会に伝えようが始まりで、障害に対する理解を求めてキャンプ、名古屋シティハンディマラソン、クリスマス会など、みんなで作り、楽しいことはいろいろな人を巻き込んで活動しています。又、毎月第4日曜日に例会を開き、福祉の勉強会も行っています。よかったら、遊びにきて下さい。

年会費 2,400円

詳しくは 昭和三区恵方町2-15車いすセンター内

事務局 TEL052-841-8841 FAX052-852-4810



こぶしの会

活動内容：「ひとりぼっちの障害者をなくそう！」をキャッチフレーズに一人一人の思いを行政に伝えていくため要望書を出したり、行政と懇談会を開いたりしてしています。もちろんレクリエーションもあってキャンプ、新年会などもやります。毎月第1・2日曜に例会をやっています。気軽に参加してね。

年会費 3,000円

活動の場 決まっていない。

詳しくは 渡辺 覚 TEL0561-53-8247 (連絡が取れない場合は樹舎へ)

樹舎 TEL052-732-1711 FAX052-732-0732



わっぱの会

活動内容：障害があっても地域で学べるように、就学ホットライン（電話相談）や講演会を行ったり、障害者が利用しやすい交通機関と生活しやすい街づくり、障害者の自立生活を支えるための介助システムや就労問題などの学習会をひらき行政や企業との話し合いをしたりして活動を進めています。ほかにワークキャンプ活動・ファーマーズキャンプ・共走りレーマラソンも行っています。

年会費 3,000円

詳しくは 北区大曾根1-6-23

事務局 TEL052-915-9672 FAX052-915-9694



★この他にも、各地域で活動している障害を持つ人達中心の団体はたくさんあります。

<愛知県内>

豊田市・ユートピア若宮の会
代表 犬塚かづ子 TEL0565-31-1117

半田市・車いすで街へでよう会
代表 杉江徳長 TEL0569-21-8386



岡崎市・びあはうす岡崎
代表 鈴木孝光 TEL0564-26-5080

新城市・マークス
代表 松野誠 TEL05362-3-0231

瀬戸市・せと車いすセンター
代表 中村力 TEL0561-48-6733

日進市・ハッピーマップの会
代表 祖父江信也 TEL052-805-4793



武豊町・いっぼの会
代表 田中俊臣 TEL0569-72-1282

鳳来町・車いすセンター鳳来支部
代表 鈴木林 TEL05363-4-0843

などなど

<全国>

全国には、障害を持つ人が中心に活動している団体がたくさんあります。アメリカの障害者の自立生活運動を学び、アレンジして自分自身のため、仲間のため、社会のために運動に取り組んでいる団体が全国に広がっていて、東京の『全国自立生活センター協議会』を中心に、活動しています。(98'1月現73ヶ所)

あなたの街にもあるかもしれません。詳しくは、『全国自立生活センター協議会』または、本誌編集部へお問い合わせ下さい。

東京都立川市錦町1-3-13島村ビル TEL042-529-1169 FAX042-525-4757

2・あなたの不安を取り除こう！

気持ちが決まったら具体的な不安を一つ一つ解決していきましょう。まずはこんな初めの一步はいかがでしょう。



<あなたの不安はどれ？>

<はじめの一步>

①車いすをこくことが大変だから一人で移動ができない。



→ なごや福祉用具プラザで、何種類の電動車いすに試乗して、自分に合う物を見つけては？申請して、自分の物にする方法もあります。(申請については、各区役所へ本誌8号で紹介)

②トイレや食事に介助が必要だから心配。



→ わかりやすい介助カードを作って、まわりの人に声をかけている人も多いけど、初めての時はガイドヘルパー制度を利用するといいよ。無い所は、社会福祉協議会でボランティアさんを紹介してもらおう。(※1は本誌27号で紹介)

③行きたいところはあるけど、
どうやって行けばいいのかわか
らない。



福祉ガイドブック(最新版は9月に完成予定)を
各区役所で手に入れよう。トイシ・公共交
通機関等が分かります。あと、リフトカー
やリフトタクシーを利用する方法もありま
すよ。(*2は本誌28号*3は33号で紹介)

④言語障害があつてコミュニケー
ションがしにくい。



*4
介助カード、トーキングエイド等を使
おう。外部との連絡方法にはFAXを使うと
いいよ。言語障害3級であれば制度で手に
入れることができるよ。
(*4は本誌25号*5は本誌32号で紹介)

⑤出かける気持ちはあるけど、
体がついていかない。

※情報誌のバックナンバーがほしい方は
編集部までお問い合わせ下さい。

ちょっと高いけどパソコンを購入してイン
ターネットを始めるか、投稿誌などに手紙
を出して文通相手を見つけると家にいな
がら友達ができるよ。(*6は本誌26号参照)

<介助者をさがしたい、と思っている人へ>

- 1・何を手伝ってほしいかをイメージしよう。
- 2・介助者募集のチラシを作ろう。(作り方のポイン
ト等、既に介助者募集をしている先輩に教えても
らうといいですよ。心あたりが無い人は、編集部
まで。)
- 3・生涯学習センター、社会福祉協議会、近くの銀行
やスーパー等にチラシを置かせてもらう方法や、
大学や専門学校等へチラシを配る方法。本屋で売
っている「じゃまーる」や「マンモスフリーマー
ケット」という情報交換雑誌の募集コーナーに掲
載依頼する方法等があるよ。

*「名古屋ボランティア情報センター」と日本福祉大学の学生が作っている「ボランテ
ィア情報交流センター」ではボランティア募集広告を掲示または、掲載してくれるよ!どうい
った介助をしてほしいのか具体的に書いて、連絡先を書いたピラを作ってみよう。



名古屋ボランティア
情報センター 〒460-0008 名古屋市中区栄1-23-13伏見ライフプラザ12階
TEL052-222-5781 FAX052-222-5782

ボランティア情報
交流センター 〒470-3295 愛知県知多郡美浜町奥田
TEL0569-87-3075 FAX0569-87-2239

日本福祉大学障害学生支援センター

ボランティア情報誌「V i c」のボランティア情報スクエアの欄に掲載してくれます。



まとめ

情報がいくらあっても、障害を持つ人自身の「障害」に対する考えが変わらなければ前
に進まないことを痛感しました。また、親や社会が「人に手伝ってもらうことは、悪いこ
と」という考えが強いので、それも大きな壁になっているみたい。

でもね、「そういう考え方はちょっと待って」と思うの、健常者の人は何もかもが自分
でやれると思っているけど、実は一人で出来ないこともたくさんあるんだよね。健常者の
人も「いろんな人に支えられて生きている」ってことに気づいてほしいな。私たち障害者
も「挑戦してみても頑張っても、やっぱりできない部分が出てくる」だから、その部分だ
け、人の助けを借りればいいんだよ。だけど、自分でやれることは自分でやろうね!まず
はこの情報誌を元に行動をおこしてみ、自分のできなかったことを実現しよう。そし
て、人とのつながりを広げていきましょう。最初に載せた団体などに問い合わせをして、
経験を積み重ねた人の話を聞くとすごくためになるよ。とにかくちょっとした相談をする
だけでも「はじめの一步」がはじめられるんだからね。

サポートしている人達にもお願いです。「はじめの一步」を踏み出そうとしているの
に、「危ない」の一言で芽を摘まないでほしいです。いろんなことを経験させてもらえな
いから、わからないことが多くなってしまい、それが逆に危険につながってしまうのでは
ないですか?サポートする側のみなさんも最初からうまくいくことなんて少ないですよ。
やはり、いろんな経験を経て今日にいたっていると思います。だから「はじめの一步」を
踏み出そうとしている人がたくさんの体験、または、経験できるようなサポートをお願い
します。



池山といっしょにやろうよ!

「池山といっしょにやろうよ」のコーナーでは、「はじめの一步」を踏み出した
いけど・・・ひとりでは・・・なんて悩んでいるあなたを応援します。何か一緒
にやってみよう!ってことがあれば、池山が協力します。ただし、その体験は情報
誌に掲載したいので、体験記を載せてもいいよって人に限ります。

例えば



- ・自分の電動車いすで散歩に行ってみよう。
- ・コンサートに行ってみよう。
- ・自分で役所の申請手続きをしたい。
- ・栄に買い物に行きたい。
- ・大学へ行ってボランティア募集のチラシをまいてみたい。



どしどし、ご応募まっています。(愛知県内の方を対象とさせていただきます。)

連絡先: 〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通3-12-1なごや福祉用具プラザ内
AJUリサイクル事業部(福祉情報誌発行委員会)まで
TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

*その他、何か分からないことがありましたら、遠慮なく上記(福祉情報誌発行委員会)
まで連絡を下さい。

新婚旅行（はじめての海外）編

前号は、結婚式や新婚旅行のためにお休みを頂きました。読者の皆さんからお祝いの言葉を贈っていただき、とても嬉しく思っています。只今私は、首の手術のためある病院にこもり、口述筆記で原稿を作っています。（このことはまた書きますので楽しみに？！）



新婚旅行は海外に行きたいな！

さて、結婚式を終えて、「旅行に行きたい、行きたい！どうせなら海外へ、それもアメリカに行きたいなあ」と思っていました。でも、体調が思わしくなかったの、「どうしよう。どうしよう。」と考えて、アメリカはちょっと遠いので、近いと勝手に思いこんでいたオーストラリアに行くことに決定しました。

旅行代理店（情報誌でもおなじみのチクトラベルセンター）に寄って話を聞いたら、安いツアーを紹介してもらえました。入院の日も迫っていたので、その場でそのツアーの申し込みをしました。ゴールデンウィーク前で料金も最低ランクでした。（もちろんハネムーンツアーではありません・・・）早速パスポートも申請しに行って、これといった問題もなく、無事発行してもらえました。

パスポートを取るのに一番大変だったことは証明写真を撮ることでした・・・緊張すると顔が横を向いてしまう。

（笑）荷物も少な目に準備をして出発の日を迎えました。（忘れ物は多め？この忘れ物が結構大変でした。）



初めての国際線

飛行機に乗る扉の手前で自分の車いすを降り、機内用の車いすに移って座席まで移動しました。座席はエコノミーの一番前、非常口の関係で足元がとても広い席でした。食事食べやすいように最初からカットしてありました。これはチクトラベルセンターが航空会社に前もってリクエストしてくれていたのでした。（*事前に航空会社に頼めば、主菜が野菜や肉や魚などの注文もできるそうです。会社によって違うので事前に確認してね。）

ケアンズ

約8時間後（ぜんぜん近くなかった。）無事ケアンズに着きました。現地のツアーコンダクターがホテルまで連れて行ってくれるのですが、車は日本でもよく見かけるワゴンタイプでした。私は少し歩けるので何とか乗り移りましたが、車への乗り移りが難しい方は現地のリフトタクシーを使えば問題ないそうです。（*以前行った車いすの友達は、運転手さんが抱えて乗せてくれたそうです。親切だったって。）朝方の5時前にはホテルに着いてしまうので、私たちは町をぐるっと散歩してお店が開くのを待ちました。歩行者信号はほとんど押しボタンでしたが、青の時間がやたら短いので大変です。また車道へのスロープがかなり急なので、何度か怖い思いをしました（これはシドニーでも一緒）。ケアンズの町は小さいので、歩いて回っても1、2時間でした。ホテルにチェックインしたら、まず浴室チェック。浴槽のないタイプをチクトラベルが予約してくれたので、段差無くシャワーを浴びることが出来ました。シャワーチェアも付いていました。便器はオーストラリア人に合わせた高さなのか、私には高すぎて座ると足が着きませんでした（怖い～）。また水を流すボタンがタンクの上に付いているので、はっきり言って使いにくかった！オーストラリアで使った便器はすべて（もちろん車いす用トイレ）、ボタンがタンクの上か、後ろの壁に付いていました。部屋から海が見えてステキなお部屋でした。



グリーン島

次の日、ケアンズのオブショナルツアー（現地での観光ツアー、以下OPと略）でグリーン島へ向かいました。（ケアンズから船で1時間弱）青い空！エメラルドグリーンの海！眩しい太陽！うーんリゾート。手動車いすであれば、スロープで乗船可能でした。島全体が一つのリゾート施設になっていて、色々な設備が整っています（車いす用トイレもある）。

いざ、海へっ！砂浜まで行きました。海に行くというのに私たちは、サンダルと短パンを忘れてきたので、前日ケアンズで買いましたが（笑）、日焼け止めを買うのは忘れてしまい・・・紫外線が強くてパラソル無しでは大やけど。（その日お風呂に入った時すでにもう痛かった。）私も誘われて海に入った。カラーを付けているので浮くかななんてちょっと思ったんだけど、彼が支えてくれても浮かなくて、「怖い、怖い。」と叫んでいただけで、すぐに戻って、「私は寝ている方がいい」と彼が泳いでいる間、パラソルの下で寝ていました。砂浜での移動は車いすではとても大変でした。でも、海は透明でとてもきれいでした。



シドニー

約4時間の空の旅を終えて空港に到着すると、ツアーコンダクターが例のごとく、ホテルまで送ってくれました。（バック旅行ってこの点安心！）シドニーでは市内観光も付いていて、途中色々なスポットを紹介してくれました。そう、シドニーと言えば、オペラハウス。が、しかしそこは見渡す限りの階段。エレベーターがどこかにあるだろうと思いきや、案内図を見てもどこにもない・・・係員に聞いたら、搬入口に連れて行かれ業務用エレベーターで2階ロビーまでなんとか上がることができました。しかし時間のないこの市内観光、2階に着いた時にはもう集合時間が迫っていました・・・それから時間も追われて車に乗ったり降りたり。その上、高そうな免税店に連れて行かれたり、結局なんだかよく分かりませんでした。（*免税店に興味なかったら、時間まで近辺を散策するといいいよ。）

ホテルは「リージェント」で、部屋からオペラハウスが見えて絶景。ケアンズ同様、浴槽のない車いす用の部屋でした。蛇口が日本の施設でもよく見かけるレバー式で、シャワーチェアは無かったけど、備え付けの腰掛けが壁に付いていました。その日は夜まで町を探索して、町でJTBを見つけて翌日のOPの予約をしました。日本人が常駐しているのでスムーズでしたよ。

次の日、朝から予約したOPで動物園（Wildlife Park）に観光バスで行きました。現地のツアーを申し込んだので、バスの中での案内は全部英語。すっかり眠ってしまいました。（笑）動物園内はどこでも車いすで行けました。コア





ラとカンガルーに会ってきました。コアラもカンガルーも私のことを不思議そうに見ていました。

シドニーに戻り、市内を観光しているとノンストップバスがやたらと目に付くので、あれに乗ろうということで、バスの案内所で路線を調べて、ホテルの近くまで乗ってみました。料金は先払いの均一料金で、私は全然どうしていいかわからなかったけど、彼がリードしてくれました。バスの乗降は、歩道が高いからか、段差がほとんどなく、スロープの傾斜もないに等しいといった感じでした。その後、少し離れた繁華街に行こうと、ホテルで車いすタクシーを手配してもらいました。タクシーは普通の乗用車の後ろ部分が改造してあって、スロープで乗り込めるようになっていました。助手席と後部座席は乗用車と変わらないので、同乗者も乗りやすいです。こちらではこういったタクシーも、町中を走っています。(いいなあ)

気まおい雰囲気？!

夜、食事をしたあとライトアップされたオペラハウスを見ようと、散歩がてら歩いて行きました。ここでちょっと私たち二人は険悪なムードに。私は寒いんだけど、彼は車いすを押して歩いているので暑いようで・・・、「寒い」と言わずにだんだん無口になっていく私に、「どうしたの? 言いたいことあれば言えばいいじゃん」なんて彼。意思の疎通がうまくいなくて・・・疲れていたのかなア。でも、夜空に浮かび上がるオペラハウスを間近で見ていると、なんだかここだけは別の世界のように、とても幻想的な気分になりました。オペラハウスの周りを1周したら、またもとの二人になっていました。

翌日は夜明け前から空港に向かい(この旅は、飛行機に乗るために早起きが多かった)、まずは経由地のケアンズへ。ここで飛行機を乗り換えて名古屋に戻るのかと思ったら、「この飛行機のまま名古屋に向かうので、あなた達はそのまま飛行機の中で待っていて構わない」とのこと。結局シドニーから名古屋までずっと座ったままでした。帰りたくはなかったけど、早く飛行機は降りたいと思いました。帰りは気分的にも肉体的にも本当に大変でした。4泊6日の旅を終え無事名古屋空港に着いた時には、やはりほっとしました。



みなさんもステキな出会いと、楽しい旅を!

初めての海外旅行にケアンズはおすすめですよ。日本人も多いし、日本語もよく目に付くし。町も小さいのでどこでも歩いて行けます。本当に気持ちいいところです。オーストラリアの人はとても親切で、気軽に声をかけてくれます。最初は何も言えなかったけど、段々慣れてくるとThank youは言えるようになりました。あと手で「OK」と形を作るのは、オーストラリアでも通じました。(笑) 行く前には食事はあまりおいしくないと言われていたけど、カフェとかで現地に滞在している日本人に話を聞くと(彼が話しかけるのは女の人はばかりだった・・・もう!) おいしいお店を教えてくださいました。おいしいお店を知ってそうな人(おしゃれな女性?) を選ぶのがコツです。(笑) 高いツアーじゃなくても誰かと行けば何とかかなと思います。一緒に行こうって人をさがして、ぜひ旅してみてください。ツアー自体もシンプルなものを選ぶと良いかも知れません。みなさんも楽しい旅行を! それから、リゾート地に行く時は、ビーチサンダルと短パン、日焼け止めを忘れずに!



知っておきたい『快適!一人暮らしのノウハウ』



みなさんこんにちは♪

私はついこないだまで夏カゼをひいていました。みなさんは元気でしたか? さて今回は、テーマを変えて『一人暮らし』について取材してみました! 「いづみのアクセス情報」を担当しているいづみは「障害はあるけど一人暮らしをしてみたい……でも、一体どんなコトに気をつければ、快適な生活が送れるのだろうか?」とヒソカに一人暮らしにあこがれています。いつかは・・・と考えているのですが、わからないことがたくさんあって、今はその下調べの段階です。そこで、私が知りたいコトについて、現在市内で一人暮らしをしているYさんに、少しインタビューしてみました☆

一人暮らしをするYさんについて

- 住所 名古屋市内 ●年齢 30代半ば
- 障害 脳性マヒ+脊損 ●性別 女

■できること

- ・重い荷物からベッドへの移動。
- ・料理(一部介助が必要)
- ・食事、洗面、寝返り、トイレ
- ・服の着脱(ウエスト、裾、袖口など紐づめの入ったもの)

■できないこと

- ・ボタンのかけはなし
- ・入浴、掃除、つめきり等

Q: 一人で外出する時、介助が必要な場合はどうしてるの?

(たとえば、買い物時は?)

A: 私の場合、「介助の人は現地でさがす」というコトを原則にしていて、例えばスーパーに行った時は、近くの人(お客さんや店員さん)に頼んでとってもらっている。

店内に入れないお店については、店から出てきたお客さんにすかさず声をかけ、店員さんを外まで呼んできてもらう。で、ほしい物を書いたメモとお金をわたすようにしている。

食料品を買いに行く場合...

メモの内容

- 例: 1. キャベツ1つ
 予算¥200くらい
 値段より新鮮なもの
 2. カレーS・B辛口
 ¥198~¥230の予算

Q: 雨の日とがの外出はどうしてるの?

A: 雨の日は、ムリして外に出ないようにしている。障害のため体温調節がむずかしいから。雨の日に出ると、体を冷やしてしまったり、血圧が下がってしまったり。それで体の調子を悪くすると、もとにもどるのに時間がかかるんだ。私は大事をとって出ないようにしているけどこれは個人の価値観にもよるよ。

たとえば雨の日、どうしても必要な買い物があるとき(生活用品や食料品など)は、介助の人に代わりに行ってきてもらう。以前食べたものでおいしかった物や、いつも使っている日用品の外袋などを一部分(名称とできれば値札など)をとっておくようにしていて、「コレ、買ってきて。なかったら、コレ」と言って、その場合に渡すようにしている。

行きつけのお店(個人のお店)は、電話番号を教えてもらっておくといいよ。私の場合、前もって店に電話をして店頭にある品物やオススメ品を聞いてから、介助の人に、店まで行ってもらうようにしているんだ。(最初に「行きつけはココ」と決めたら、お店の人に「雨の日だと、私は店に行けません代わりにの人に買い物を頼みますので、そのとき店頭は何が置いてあるのかを電話で確認させてください・・・」と言って、電話番号を教えてもらうんだ。)



Q:身の回りのことから、家事、外出の時などで介助してもらうためにどんな制度を使っているの?

A:ホームヘルパー派遣制度(本誌27、30号参照)とガイドヘルパー派遣制度。(利用方法については創刊号、7号参照)それからボランティアさんにもおねがいしている。※バックナンバーのほしい方は編集部まで

Q:ボランティアさんには週に何日くらい手伝ってもらって、どんなことをお願いしているの?

A:ボランティアの学生さんは主に月、火、水曜日に来てもらうことが多くて、入浴・洗髪・掃除料理・買い物などを頼みます。あと、土曜日(外出)は、目的別に個別で頼んでいる。代筆を頼めるので、手紙を書いてもらったりもする。日曜日は教会に行っていて、その時の移動については教会の人に手伝ってもらっている。

Q:ホームヘルパーには週に何日くらい入ってもらって、どんなことをお願いしているの?

A:ホームヘルパーさんは、日、水、金の週3日来てもらっていて、入浴、洗髪、料理を主に頼みます。時間があると、洗濯や買い物も頼みます。ホームヘルプサービスは、このほかシーツ交換や爪切りなどがあるけど、時間が足りなくて毎回お願いしているのは、入浴と料理。掃除まではなかなかできない。

基本的にボランティアさんはキャンセルが入ってもおかしくないと思っているから、どうしてもはずせない大事なコト(料理や入浴など)はできるだけホームヘルパーさんに頼むようにしている。

Q:ガイドヘルパーは主にどんな時にお願いするの?

A:病院に行く時や買い物に行く時など、よく頼みます。

言語障害があったり、体の具合が悪くて自分の身の回りのことや、してほしいことをそのつど1から10まで説明するのが大変な人は、ガイドヘルパー制度の中にある”指名登録制”というのを使うことをオススメ。自分の推薦した人に専属で付いてもらえるから、体の負担が少なくていいのでは…。

Q:一人暮らしをされていて困ることは?

A:私の場合、トイレとおむつ交換が大変で時間のほとんどが費やされるんだけど、それで失敗すると、着替えと洗濯がブラスされて…。夜中にトラブルがあってシーツ交換や着替えをする時は泣きたくるよ～。

Q:病気になった時や、もしもの時のために、どういう対策を立てているの?

A:家の近所にある病院で、自分の障害をよく理解してくれるドクターをみつけて、”主治医”になってもらっている。緊急な時は電話をして、家の方まで診に来てもらったりするんだ。それから、私のヘルパーは社会福祉協議会から派遣されて来るので、そこで緊急の場合対応してもらえることになっている。(※注:住んでいる地区などによって対応できる場合と難しい場合があるみたいだから一度近くの社会福祉協議会で確認してみるといいよ。)



編集部からもこんな疑問や質問が来ました♪

Q:一人暮らしをしたいと思ったきっかけは?

A:親が私の施設入所を考え始めたから。私は小さい頃、施設に入っていたことがあって、そこで自由のない生活がイヤだったから、施設にはもう入りたくなかった。それで家出した(笑)

Q:ボランティアさんは、どうやって見つけたの?

A:いろんなイベントに参加して、その時に気の合いそうな人に声をかけて、自己PRカードを渡したり。(自己PRカードには、自分の連絡先を書いておいて、よかったら連絡してくれるように言っておく。)ボランティアをやっている人にお友達を紹介してもらったこともある。

1人で(介助者の人なしで)出かけるのもポイント。誰かが一緒の時よりも、一人の方が「何か手伝いましょうか?」なんて声をかけられることが多いから、思い切って1人で出かけるのもいいと思う。イベントにどんどん参加するのもGood!

Q:ボランティアさんと出かける時、どこまで相手の分を負担するようにしているの?(交通費、食事代など)

A:基本的にはケースバイケースでその時々によって変わるけど、例えば…電車やタクシーに乗るときは、電車賃やタクシー代をボランティアさんの分もこっちで負担することにして、食事代はそれぞれで払ってもらうことが多いネ。

Q:介助する人とのつきあい方で気をつけていることは?

A:定期的に介助してもらう人にはノートにプロフィールを書いてもらい、それを覚えるようにして、相手のイヤなこと(苦手なこと、嫌なこと)はさせないように気をつけている。

Q:毎月の生活費は何にどのくらいかかるの?

A:年金や手当の範囲内でやりくりしている。具体的に何がどのくらいかかっているのかは、調べたことがないので…。

う～ん。でも知りたい!!、ということで、参考までに市内で一人暮らしをしている、Mさんにも聞いてみました♪

★Mさんの場合
性別/♂ 年齢/50代
電気代+ガス代=約1万円
水道代=免除(※1)
電話代=約5千円
食費=約3万5千円
家賃=1万2千円(※2)
ガソリン代=1万5千円

●年金、手当の中で、なんとかやりくりしている


- Mさんは昼間、仕事で家にいないことが多いので、電気代はそれほどかからないみたい。
- 車を持っていて、それで仕事に行くため、ガソリン代がけっこうかかるみたい。
- 家は市営住宅で制度を利用できるから、家賃と駐車場料金は安くってらるんだって。
- 水道代も制度を利用できるから、その決められた範囲内で抑えるようにして、今は払っていないんだって。



感想

ちょっとした工夫や生活の知恵、人に対する配慮…。Yさんの話はこれから一人暮らしを考えていく私やみんなに、一人で生活していくおもしろさ、大変さ、基本的に大切に考えなくちゃいけないことをそれとなく伝えてくれた気がしました♪私は今、家族と暮らしていますが、今回Yさんにインタビューしていて、自分の見えているトコロ以上に、見えないトコロでいつも親や兄弟に、精神的にも物理的にも助けてもらっているんだナ～、ということに改めて実感しました☆
自分はどうしたいのか?そのためにはどうすればいいのか?自分はどのくらい動くべきなのか?
今はまだ見えていない課題もたくさんあるけれど、それをこれから見つけて、1つずつ解決していきたい!そして、あこがれの一人暮らし…お・ふ・ふ・ふ・ふ・ふう～(大山のぶ代風)…
とりあえず一人で買い物に行くとき、誰かに頼むときのポイントは、これでバッチリだ!!

※注1 水道料及び下水道使用料の減免 (名古屋市の場合)

対象	内容：水道料金の免除		申し込み
	専用	共用	
・『特別児童扶養手当』を受けている方がいる世帯 ・世帯主が20歳前の障害によって『障害基礎年金』を受けている世帯	軽減月額 705円(10m ³)	軽減月額 440円(8m ³)~ 670円(10m ³)	区役所 福祉課 (社会福祉事務所) 
	内容：下水道使用料の免除		
	専用 軽減月額 370円(10m ³)	共用 軽減月額 240円(8m ³)~ 350円(10m ³)	

※注2 市営住宅使用料(家賃)の減額 (名古屋市の場合)

市営住宅には、『福祉減額』と『低所得者減額』の2種類の家賃減額制度があります。

低所得者減額

…所得が著しく低い世帯向けの減額です。



対象世帯(収入基準)	減額内容	申し込み/問い合わせ
所得月額 0円	家賃の30%減額	団地内の管理事務所 または 名古屋市住宅管理公社の 東部・西部・南部・ 北部事務所
所得月額 0円を超え30,750円以下	家賃の20%減額	
所得月額 30,750円を超え61,500円以下	家賃の10%減額	

福祉減額

…福祉世帯向けの減額です。



対象区分	対象要件(収入基準)	減額の内容	申し込み/問い合わせ
1 身体障害者(1・2級)世帯 精神障害者(1級)世帯 介護手帳受給者(1・2度)世帯 戦傷病者 (特別項症、第1・第2項症)世帯 原子爆弾被爆者世帯 ねたきり高齢者世帯	所得月額 200,000円以下	家賃の30%減額	団地内の管理事務所 または 名古屋市住宅管理公社 東部事務所 052-774-3871
2 身体障害者(3・4級)世帯 精神障害者(2級)世帯 介護手帳受給者(3度)世帯 戦傷病者 (第3~6項症、第1款症)世帯 高齢者世帯 母子・父子世帯	所得月額 0円	家賃の30%減額	
	所得月額 0円を超え30,750円以下	家賃の20%減額	南部事務所 052-823-1315
	所得月額 30,750円を超え200,000円以下	家賃の10%減額	北部事務所 052-211-3080

市営住宅駐車場使用料の減額

対象区分	対象条件	減額内容	申し込み/問い合わせ
身体障害者(1~4級)世帯 ただし、4級については下肢障害に限る 精神障害者(1・2級)世帯 介護手帳受給者(1~3度)世帯 戦傷病者 (特別項症・第1~第6項症、第1款症)世帯 原子爆弾被爆者世帯	所得月額 200,000円以下	使用料の50%減額	団地内の管理事務所 または 名古屋市住宅管理公社の 東部・西部・南部・ 北部事務所

マッチのことはばであそぼう(番外編)



旦那の家庭サービスで、海遊館へ行って来たんだよ!!

暑い! とにかく暑い。こんな時は魚にでもなって海を泳ぎたい気分だ。その想いは叶えられそうにないけど、年に一度の小島家の慰安旅行で(私の名前は小島万智です)今年は大阪の海遊館へ行って来ました。いつもなら私の詩や川柳を交えて文章を書きますが、今回は大阪の夫婦旅行記を書きます。

7月4日 土曜日 天気：晴れ過ぎだ



自宅→地下鉄御器所駅

電動車いすでかっ飛ばすこと10分。そうです、この旅行は私たち夫婦と、電動車いす2台(夫婦の足)とボランティアさん2人で行きました。

御器所駅→名古屋駅(地下鉄桜通線)

御器所駅で1人のボランティアさんと合流した。名古屋駅に着くと、もう旦那は藤田屋の大あんまきを仕入れていた。それで、もう1人のボランティアさんと合流し、JRの駅長室へ突入。駅員に案内され、エレベータで新幹線のホームへと向かった。

名古屋駅→新大阪駅(新幹線)

名古屋駅の場合、ホームと車輦の段差が低いため、力のある電動車いすだったら、何の介助もなく乗ることが出来ます。(ちなみに新大阪駅では無理でした)新幹線内では身障者用の個室に入り、(普通は旅行日の1ヶ月前から受付開始で、それ以降に駅長室まで行って予約するが、今回の方法は後で示す)早速おしゃべりをしながら大あんまきを頬張っていたら、1時間ほどで新大阪に着いた。

新大阪駅→本町(地下鉄御堂筋線)

新幹線を降りて地下街を通り、天井の表示を見ながら地下鉄のホームへと向かった。名古屋の地下街と比べて通路も、1つ1つのお店も広がったので、車いすでも買い物しやすいそうだった。それから、地下鉄のエレベータも私達が使った個所では名古屋に比べたら一回り程広いので、電動車いす2台でもゆったりと乗ることが出来るよ。

本町→大阪港(地下鉄中央線)

新大阪では難なく地下鉄に乗ることが出来たので、安心してきっていたら甘かった。天井の表示を見ながら中央線の方を歩いていたら、なんと恐怖の階段! つまりホームに降りるエレベータがなかったのです。そんな時に駅員さんが私たちを発見してくれて、「ちょっと待っていてください」と言われた。私は階段昇降機でもあるのかなあと思ったら、駅員さんがそろそろと11人集まってきて、「階段の前で後ろ向きになってください」とのこと。



あの重い電動車いすを私ごと持ち上げて階段を降ろしてくれた。その時に感心したのは駅員さん達が、電動車いすの構造をよく知っていたことです。例えば、電動と手動の切り替え方、ステップを持って持ち上げるはずれてしまうこと、それからこの中央線ではホームから車輦の段差が高いため、自力では上がれなかったけど、電動車いすは前向きで駅員さんが後ろから前輪を上げて電車に乗せてくれた等です。大阪の人って商売人堅気だからかな。それともやっぱり車いすの人が地下鉄をおおいに利用しているのだろうかと思いました。それで、大阪港駅にはちゃんとエレベータがあったのでホッとした。

いよいよ海遊館

地下鉄大阪港駅から地上に上がると、真夏を思わせるように太陽がギリギリと燃えていた。その中を歩いて5分ほど、やっとの思いで海遊館に到着した。ずいぶん時間がかかったと思ったけど、時計を見たらまだお昼前だった。とりあえず腹ごしらえをして、行くところ(トイレ)に行ってからいざ水族館へ……

料金所でお金を払うと係員に誘導されエレベータで最上階へ。館内に入り、一番最初に出迎えてくれたのはラッコでした。ところで余談ですが、ラッコとコアラを言い間違えてしまうのは私だけでしょうか? 例えば、「名古屋港水族館にはコアラがないからつまんない」なんてね……(笑)

アザラシにアシカにイルカにペンギン、そして海遊館と言えば「じんべえざめ」この水族館の大きな特徴は、館内全体が水槽でその水槽の間をらせん状に下りながら魚や生き物を見て回ります。だから何回でも同じ生き物が見られるし、お客さんも結構入っていたけど、車いすでも充分見ることが出来るよ。

それで、魚たちと友達になった気分です(それくらいゆっくりと時間をかけて)1階に戻った。

さて、その後はお待ちかねのショッピングです。海遊館のすぐ隣に“マーケットプレス”と言う建物があり、そこはおみやげ屋さんやレストラン、ファーストフードの他に、ブティックやキャラクターグッズのお店もたくさんあった。

お店の中はちょっと電動車いすでは狭いかなあと感じながらも見て歩いていると、なんとその中に「くまのプーさん」のお店があったのです。実は私はプーさんグッズを集めるのが趣味。しかもそのお店が7月3日にオープンというから驚いた。「あーなんて偶然なんでしょう」しばらくそのお店から動けなかったのは言う間でもなく、いい年越えて恥ずかしいとは思いますが、当分は辞められないでしょう。(ごめんなさい旦那様)

発狂しているうちにお腹も空いてきたので、オーストラリア料理のお店で夕食をとることになった。でも、どこがオーストラリアだろうか? 選択した物が悪かったのか(ファミリーセットを頼んだ)出てきた物はエビフライ、イカリング、鶏の唐揚げ、スパゲティのトマトソース和え、焼きおにぎり、etc……唯一伊勢エビが出たときは喜んだけど、伊勢エビを食べたことのない私は“あんなもんかなあ”と納得いかなかった。



海遊館→ホテルシーガル・てんぼーさん大阪

一応お腹もふくれ、周りも暗くなってきたのでホテルに行くことになった。が、そこからが大変だった。ホテルは海遊館から見えるほど近くにあったんだけど「どうせ近道しても階段があるだろう」ということで、大通りの方から回って行くことになり、その途中で事故は起こったのだ。大通りに入ると車道の幅はとっても広がった。問題は歩道です、幅は狭く(1メートルもないかも)、もちろん歩道に上がる所はスロープになっていたけど、車道から10cmほどの段差になっていた。それで、先ほど油物を食べて手がベタベタな私は思わず運転を誤って車道の方に電動車いすごと横倒しになってしまったのだ。一瞬何が起こったのか分からなかったけど、ボランティアさんたちがあわてて起こしてくれてしばし呆然。(私も驚いたけど、旦那やボラさんたちはもっと驚いたであろう)頭を打ったんだけど、幸いにもすり傷と首が少しむち打ち状態になった程度で終わった。

もう本当に救急車で運ばれるかと思ったもん。皆さん海遊館へ行ったときはなるべく車いすでは歩道を歩かないようにしましょう?????



7月5日 日曜日 天気: またまた晴れ

ホテルシーガル・てんぼーさん大阪 →再びマーケットプレス

前日(7/4)は何もなかったかのように、缶ビール1本飲んで早く寝てしまったので、ここで少しホテルのことを書こう。残念ながら身障者用の部屋やトイレはありません。私たちが泊まったのは11階で大阪港の眺めは最高でした。部屋は電動車いす2台分も置くスペースがあって、とても広かったです。ただ、ユニットバスに入るドアが内開きなので、トイレや浴室にも車いすを使用する方にはお進めできないかな。2日目に入ってホテルで朝食をとり、前日の買い物で悔いが残ったので、もう一度マーケットプレスへと向かった。それでホテルから出た時、またまたびっくり!!(今度はこけてないよ)目の前をノンステップバス(低床バスとも言って車体が低い上に、乗車する扉の下からスロープが下りて来て、車いすのまま乗れるバス)が走って行くではありませんか。見ると、ホテルの横は市バスの車庫になっていて、その停留所の時刻表でノンステップバスが難波まで出ていることがわかった。「これは使わなくてはい」と時間をチェックし、マーケットプレスで買い物を楽しんだ。

天保山→なんば駅(ノンステップバス)

いきなりですが“天保山”とはホテルの横にあるバス停の名前です。そろそろバスの発車時刻に近づいたので、バス停に戻って待っていたら、運転手さんが来て「ちょっと待ってね、今こっちに付けるから」と、まるで自家用車のように言ってくれた。あんなに重い電動車いすでもなんの介助もなくバスに乗れる、しかも旅先で。思わず感激しちゃった。でも、考えてみればこれが普通なんだよねえ。バスに乗り20分程で難波に着いた。そしたらものすごい人、ひと、ヒト!! 私たちは難波に行く予定はなかったのどこへ行くか迷ってしまった。

なんば駅→新大阪駅(地下鉄御堂筋線)

結局デパートの高島屋で遅い昼食をとることになった。もう2時をまわっていたんだけど食堂街もすごい人。なんとかファミリーレストランに入り空腹をしのいだ。地下鉄なんば駅は御堂筋線(エレベータあり)も走っているの、前日のような階段地獄に会うことなく新大阪駅まで帰ってきた。

新大阪駅→解散まで

あとは行きと同じルートなので省略しますが、ともあれ生きて帰って来れて本当に良かったと思います。(あの後2日間ほど首が痛かったけど)いろんな駅員さんに手伝ってもらったけど、電動車いすでも旅行が出来るよってことをみんなに知って欲しくて書いてみました。良かったらご参考まで。



マッチのちょっとだけアドバイス

- ★旅行会社の人と仲良くするとグッとかもよ
最近旅行会社でバリアフリーのツアーを企画するところが増え、私達の話しも熱心に聞いてくれます。新幹線やホテルの予約手配も頼めます。今回は名鉄観光さんにお願しました。(名鉄観光名駅支店 TEL:052-571-1086 FAX:052-533-2247)
- ★身障者手帳や保険証・医療証は必ず持って行こう
当たり前のことだけど、レジャーランドでは障害者割引のきくところが多く、海遊館では大人料金2千円が、本人はもちろん、介助者1人分も半額でした。それと私みたいにドジしてもよいように、保険証や医療証は持っていくと安心です。(コピーでもいいよ。)
- ★車いすなどの補助具は前もって点検しておくことだよ
旅行記には書かなかったけど、旦那の電動車いすが壊れかけだったんです。気がついてはいたけど、新車には間に合わなかったの、いつぶ壊れるかとヒヤヒヤでした。



でっちゃんです！ハイ！

でっちゃんのプロフィール

本名：津田 美由貴 B型 天秤座 32歳
今年の10月（第30号）から表紙を担当している。
情報誌編集委員の「マッチのことばであそぼう」担当の人喜まちさんの
親友（悪友）・酒飲み仲間
趣味：詩作り、追っかけ 容・特徴：左の絵の通り

今回から4回シリーズ「電話の苦手なあなたへ…」を担当させていただきます。

私も言語障害があるので特にはじめての場所、チケットの電話予約、タクシー、区役所などに問い合わせるとき、緊急の場合など、ちょっと大変です。そこで、FAXを使えたらもっと楽に連絡がとれるんじゃないかと思ひ、とりあえず、第一回目は、遊び編にしました。

まず、こんなのあったらいいなあ、「チケットぴあ」にこんなことを書いてみました。

- 1. 電話予約以外にどんな方法があるの？言語障害がある人にとっては予約するときに相手に伝わらないことが多く、時間がかかってしまうのでお互い大変！パソコン通信またはインターネットおよびFAXで予約できると便利なんですが…
2. 店頭購入した場合、電話予約との差があるの？

書店へ行って雑誌「ぴあ」を購入して、コンサート・イベントをチェックしよう！！

1. 電話予約以外の方法

ぴあスポット（店頭）での直拍購入。ただし、公演によっては販売初日の受付を電話予約のみに限定、さらに、販売期間中を通して電話予約のみに限定している場合もあります。

パソコン通信、FAXでの予約は、現在のところは、受け付けておりません。理由は、電話予約のみならず公平性を保つのが困難であることとリアルタイムで返答ができないことからです。インターネットを利用した販売は、ホームページのアドレス（URL：http://www.pia.co.jp/）にて受け付けていますが、現在のところ受付可能な公演は限られています。

2. 店頭購入と電話予約の差

店頭の端末機と予約センターの端末機は同じホストコンピュータにつながっているのとどちらをご利用になってもアクセスした時点で座席が決定されますので、差はありません。

インターネットぴあについて

インターネットでの購入は、会員制で、しかもクレジット決済なのでPIAカードまたはJCBカードが必要。なんだってー！

チケットぴあ名古屋
電話番号

052-320-9999

(通常電話予約 10:00~18:00)

052-320-9222

(PIAカードについてのお問い合わせ 10:00~19:00)



ウラワザ情報：情報誌34号にも載っているんだけど、やっぱり、絶対にとりたいチケットなら電話が一番だと思う。言葉が通じなくても、とりあえず、相手のいった言葉（本当の名前・電話番号じゃなくても）をメモしておいて、引き換えにいく時にそのメモしておいた「本当とは違うけど…」名前・電話番号・予約番号をいけば、それで、なんの問題もなく引き換えができちゃう！でっちゃんは、この方法でやっています。みなさんも、一度やってみて下さい。それでどうなったかを編集部までご一報を！！

次に、最近ローソン(コンビニ)でチケットが買えるようになったので「ローソンチケット」にこんなことを書いてみました。

ローソンチケットの購入方法は2通り
まずは、近くのローソンに行って
「ローソンチケット With Loppi」(無料)という冊子を手に入れて、どんなチケットを取り扱っているかを調べよう！

ほしいチケットが決まったら……

「1. コンサート・演劇・スポーツ」

発売初日 電話予約。予約後チケットの引き換えは「ロッピー」で可能。
発売翌日以降 電話予約または、ローソンで直接購入できます。
その他特別な予約方法についてはその都度、お知らせしています。予約不要・初日特別電話予約(電話番号がそのコンサート専用ダイヤル)など
電話予約は…プッシュ回線の電話機(ダイヤル回線の場合は電話機に切り替え機能が付いていればOK!)を使用して下さい。

「ローソンチケット With Loppi」を見て各イベントごとのコードがあるので、電話をかけてそのコードなどを、案内に従って入力する。特別電話予約の場合は、専用ダイヤルだから、コードは入力不要！
チケットの引き換えは各ローソンの「ロッピー」で！！

「2. イベント・映画・レジャー」

予約不要 発売初日から各ローソンで直接購入できます。一部予約が必要なチケットもあります。



詳しくは近くのローソンにおいてある「ローソンチケット With Loppi」(無料)を見てね！！

ローソンチケット 通常電話予約 Lコード予約 24時間 052-290-9900
お問い合わせ 10:00 ~ 20:00 052-261-2655



言語障害がある人にとってはプッシュボタンを押すだけで話さなくてもいいので便利！

あなたにあった予約方法で
チケットをGETしてね！

- 1. チケットの予約・購入方法は？
2. 店頭「ロッピー」で購入した場合と電話予約との差があるの？
3. 店頭「ロッピー」の画面の高さは、大人が立って使う高さなので、車いすの人は、操作できません。今後、そういうこともご配慮いただくと有り難いです。

*「ロッピー」とは、ローソン各店に置いてある、オンラインチケットシステムの端末機の愛称です。

24時間発券可能「ロッピー」でのチケット引き換え・購入方法

「ロッピー」でのチケットの引き換えは…

- 1. 予約番号・電話番号(予約時と同じもの)などを入力する。
2. チケットの内容を確認する。ロッピーから申込券が出てくる。
3. 申込券をレジに持って行ってお金を支払う。(申込券は30分以内にレジへ…!)
4. チケットに引き換える。

「ロッピー」でのチケットの直接購入は…

- 1. Lコードを入力する。
2. チケットの内容を確認する。ロッピーから申込券が出てくる。
3. 申込券をレジに持って行ってお金を支払う。(申込券は30分以内にレジへ…!)
4. チケットに引き換える。

「ロッピーの高さ」についてローソンから思わぬ反応があり、系列親会社のダイエーと相談するそうです。

チケット予約に成功したら、会場への交通アクセスを調べよう(車いすガイドブックを見るといいよ!)
車いすガイドブック「遊YOU・名古屋」は、各区役所でもらえるよ!最新号は9月中旬に完成予定!
公共交通機関を使えるところならいいけど、交通の不便な場所、天候の問題もあるよね。こういうときは、タクシーに限る。ということで、タクシー会社にFAXで尋ねてみました。

FAXで申し込み可能なタクシー会社

申し込むときにこんなことを書いて、FAXしましょう！！

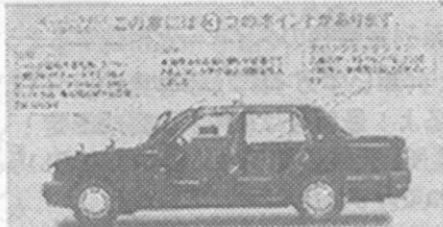
1. タクシー依頼者氏名	2. 予約台数
3. 来てほしい時間 98年8月10日7時00分	4. FAX番号 連絡先及びお迎え先
5. 来てほしい場所 住所及び地図	6. 行き先・経路地など

近鉄タクシーとフジタクシーについては、FAXで申し込みをしたという人には専用依頼票を郵送してくれます。

つばめタクシー FAX 052-204-0899 TEL 052-203-1212	登録は特に不要。FAXでの受付は、24時間OK！ 但し、現在のところ、時間帯によっては、配車に時間がかかる場合があります。10月か11月には、配車がスムーズにできるようにする予定です。 配車依頼の確認は、車両に前に表示したFM番号をFAXで返送しますので、FM番号確認の上、乗車して下さい。
東急タクシー FAX 052-913-7169 TEL 052-211-3456	登録は特に不要。FAXでの受付は、24時間OK！ 但し、深夜、早朝は配車に時間がかかる場合があります。前もって予約をしていただければ大丈夫です。また、車両台数が少なく、地域により配車に時間を要しますので、余裕(約1時間)をもって申し込みをお願いします。 配車依頼の確認は、受注者のサインをし、返送します。
名古屋近鉄タクシー FAX 052-204-1821 TEL 052-221-6611	登録は特に不要。FAXでの受付は、24時間OK！ 配車依頼の確認は、受注者のサインをし、返送します。
名古屋市個人タクシー協同組合 FAX 052-872-1886 TEL 052-872-1881	登録は特に不要。FAXでの受付は、9:00から17:00まで(土曜・日曜・祝日は休み)です。 但し、FAXは、業務関係も兼用ですので、対応が遅くなる場合もあります。 配車依頼の確認は、FAXで返送します。
名古屋ハイタク FAX 052-241-6170 TEL 052-241-2233	登録は特に不要。FAXでの受付は、24時間OK！ 配車依頼の確認は、FAXで返送します。
東和交通 FAX 052-961-3853 TEL 052-962-2331	登録は特に不要。FAXでの受付は、6:30から2:00(深夜)まで。 但し、余裕(30分程度)をもって申し込み下さい。 配車依頼の確認は、FAXで返送します。
フジタクシー FAX 052-521-6134 TEL 052-523-2211	会員制(FAXのみ)、登録は無料。会員証・行き先提示カード付 FAXでの受付は、24時間OK！ 登録先以外の時は、地図、住所の記入が必要です。 配車依頼の確認は、FAXで返送します。
名鉄交通 FAX 052-331-8919 TEL 052-331-2211	登録は特に不要。FAXでの受付は、24時間OK！ 配車依頼の確認は、FAXで返送します。

リフト付きタクシーについては、次の機会に！。

近鉄タクシーに「ウェルキャブ」が新登場



一般のタクシーの前部席・後部席シートが回転し乗り降りが楽にできるようにと改造された「ウェルキャブ」が登場しました。「ウェルキャブ」の予約は前日までに。料金は、一般の中型タクシーと同じ。

これで、コンサート・映画、イベントに！！この夏をエンジョイしよう！で、今回は、彼氏彼女がいる人、いない人(この夏にナンパして)のためにデート編 パート1を予定しています。

身体障害者手帳に思うこと その1



皆さんは、身体障害者手帳(以下手帳)をお持ちですか？
しっかり使っていますか？

プライバシーの侵害

私はこの手帳に、いろいろ思うことがあるのですが、その中でも「これは絶対おかしい！プライバシーの侵害だ！」と覚えているところがあるのです。それはどんな時に思うのか？

この手帳を利用して福祉制度やサービス(名古屋市の障害者福祉のしおり参照)を利用しようとする時、①手帳所持者であればよい。②等級がわかればよい。③障害名がわかればよい。という場合でも、今の手帳の様式では障害名記載の場所に、傷病名(障害の原因となった病名や事故)も記載されているので、傷病名が必要でない時でも、自分の意思とは関りなく他人に見られてしまうわけです。(手帳の様式は、身体障害者福祉法施行規則・昭和25年!で、決められている。何をどこに記載するかまで決まっている。しかし、都道府県によっては、それがちょっと違うのですよ。)

例えば・・・

タクシーで、身障者割引を利用しようとするれば、手帳を提示しなければならない。(この頃は、私の場合は松葉杖を使っているせいか、手帳は見せないで済んでいる。)「今日は楽しい外出だ！」と覚えている時、運転手さんは「どうされたのですか？」と聞いてくる。「どーしていつも病気のことを聞いてくるのかなあ……気が重くなるよ。」

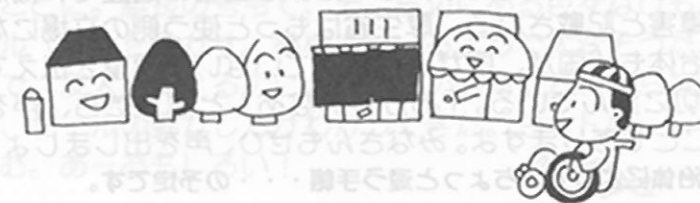
そういった時や、病院の診療で手術やあまり楽しくない話をした後で、「どうされたのですか？」と聞かれると、ほっとして一となるが、(ぶすーとした運転手さんよりは、よっぽどいいけど)料金精算の時、手帳を見れば病名がわかるでしょう。(病名は、絶対必要ではないのに！)

「とっても変だこの手帳」と思い始め、でも使わないのもおかしいので、私は傷病名・障害名が書いてある箇所に、「必要な時見て下さい」と書いたカバーをしたら、その下を見る人もいるんだよね。



個人情報

病院では、まだ自分のカルテ(病名さえ)をそんなに自由に見ることはできないし、時代は情報公開の流れの中にあっても、個人情報に関する情報は非公開といっている。病名は、りっぱな個人情報でしょう。





手帳を持っている人に聞いてみました。

プライバシーの侵害？うーん考えたことない／別に見られても…／傷病名が記載されているのは変だと思う／できるだけ見せない。

同じ病気でも人によって考え方は違うし、偏見を持たれているような病名だったら言えないでしょう。傷病名が見られないように工夫して使わなくちゃいけないこの手帳の様式は、問題だと思う。

手帳について要望

「傷病名は削除して欲しい。それが絶対必要なら、記載する箇所を配慮して欲しい」と1996年夏に名古屋市民生局障害福祉課更生係に要望する。(手紙や電話)しかし、「決まっていることだから。」と言われるだけ。それにしても手帳のことがさっぱり分からない。

他の自治体はどうか？(1996年に問い合わせた時の返答)

- 東京都 「プライバシーの侵害の認識はしています。手帳については、国の機関委任事務(国で決めたことを自治体で代行するもの)なので勝手にできない。もっと柔軟に対応して欲しい旨の要望を厚生省に出しています。」
- 川崎市 「プライバシー等、使う側に配慮したものと検討はしているのですが・・・」
- 岐阜県 「プライバシーの侵害等配慮して、昭和62年に手帳を変えました。」
- 厚生省 「法律で決められたことが守られていなければいいわけで、それ以外のことは対処できません。傷病名の削除、・・・箇所の変更？それは照会があったときにしかお答えできません。」

*うーん。手帳を使っている者の気持ちはどうでもいいの？手帳は変わらないのカナアとしばらくあきらめていました。



もう一度今年の初めに手紙を出したら・・・

今年の初め総務庁(国の行政全般に対する苦情・要望などを受け付ける)に、手紙を出してみた。すると、なんと、総務庁、厚生省、中部管区行政監察局、名古屋市で話し合いがあり、その結果、名古屋市では傷病名は削除できるようになった。

名古屋市民生局障害福祉課更生係からお返事を頂きました。

身体障害者手帳の障害名の記載につきましては、厚生省の通知に基づきまして、傷病名若しくは診断名と障害程度を簡潔明瞭に記載することになっております。

ただ、傷病名の省略についてご本人から要望があった場合には、厚生省の見解もふまえ、本市の例外的な取扱として実施することとしました。これは、制度の全般的な改正ではありませんので、一般広報については考えておりませんが、各区福祉課の窓口において、上記の取扱について遺漏のないよう周知徹底してまいりたいと考えております。

手帳から傷病名を削除する方法

手続きは、各区役所に①顔写真、②今使っている手帳、③印鑑を持っていけば絶対OKです。(ただ、私が心配なのは、障害によっては傷病名が手帳に記載されていないと困ることがあるのかな？ということです。)



おしまいに

この春より、HIV感染症患者の方も手帳交付対象になった。厚生省の通達で、傷病名は削除されるが手帳には免疫機能障害と記載される。厚生省はもっと使う側の立場になって手帳を作って欲しい。また、自治体も「国が、国が」と言っていないで要望を伝えて欲しい。使う側に配慮された手帳を切に望んでいる。「おかしいなあ」と思ったら、声を出していくと少しずつだけ変わることもありますよ。みなさんもぜひ、声を出しましょう。

予告:「その2」では、①自治体によって、ちょっと違う手帳・・・の予定です。

初体験!「ヨットレースに参加したよ」編

7月19日(日)、『第2回ひと・人・ヒトヨットレースin蒲郡』に二人の車いす利用の友達と独歩の友達計4人で参加してきたので報告します。



初体験なのに何故レースに参加できたのが、不思議でしょ?!

本誌でも以前紹介した『ヨットエイドジャパン 東海』が、「ヨットレース体験の機会を作って欲しい!」という障害を持つ人達の声に応え、昨年からはじめて「初めての人でも体験できるという趣旨のレース」だったからです。



人がいっぱい!

日本チャレンジ蒲郡ベースキャンプ(あのアメリカンズカップに出場した、ニッポンチャレンジ号のあるところ)に朝8時半集合。名古屋を7時に出発して・・・眠かった・・・。ベースキャンプの受付には、すごいヒト、ヒト、ヒト。豊橋の田原福祉専門学校の学生さん(40人)他たくさんの人でした。参加費2,000円(保険込み)を払い、チャレンジャー(障害を持つ人の事をそう呼んでいる)は、口頭の健康チェックを受け、乗船受付へ移動。私の乗るヨットは「サマータイム号」だった。なんてステキな名前!わくわく!!

開会式

アットホームな雰囲気の中、主催の『ヨットエイド・ジャパン東海』代表の金子さんによる趣旨説明が始まる。金子さんは、名古屋ではまだあまり見られない、ドイツ製の折りたたみもできる車いす「イーフィックス」に乗っていた。(カッコいいなあ)レース参加艇は15艇。ヨットエイド・ジャパン東海の管理しているヨット「フリーダム・インディペンデンス号」の他は、なんと趣旨に賛同したボランティア艇とのこと。スポンサー、ボランティアの紹介、レースの注意事項説明の後、いよいよ艇長さんとの顔合わせ。「サマータイム号」は、ステキなパパとママと若くて元気な二人の息子さんが操作してくれる艇でした。(ステキな家族、うらやましい!)

サマータイム号に乗る

乗り込みは、やはり大変。ヨットに乗るための浮き棧橋(海の上に浮かんだ棧橋)は揺れていて、艇との間に海面が見えかくれ・・・。友人は抱きかかえられ、しばし車いすとさよなら。とても恐そうだった。(必要な人は車いすのままでも大丈夫。)*「フリーダム・インディペンデンス号」は、身体が安定するように固定いすがついている。



いざ出発!浮き棧橋から離れたところでエンジンを切り、いよいよ風を読んで艇を走らせることに。艇長の号令で、そこら辺にある色々なひもを引っ張ったり、ゆるめたりしてセール(帆)を動かす。結構力があるようで大変そうだった。私は、号令の度に左右に傾くので、友人を支えるのに必死。初めは何かわからなかったけど、だんだん風と進行方向と、セールの動かし方がわかってきた。ヨットは、ジグザグターンをして向かい風で前に進む。あーおもしろい!



レース開始

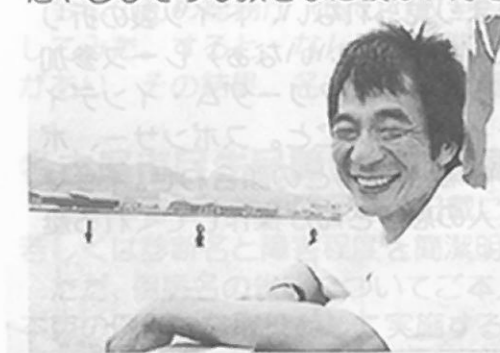
駆け引きが面白い。レース自体は、2つのブイを3周するというシンプルなものだったけど、スタートの時間に何処にいるかの駆け引きはもう興奮。時間と風と他の艇を見ながら忙しくセールを動かす。

スタートの合図。私の艇は早くも少し出遅れた。焦る艇長の顔。ブイに近づく、風を見て号令、2人の息子が素早く操作。艇が傾いたが、移動できず座ったままの私と友達の頭の数10cm下に海面が迫る。ヨットがひっくり返りそうで怖い。でもすぐに、次の号令で私たちは逆に海を下へ見下ろす。席に置いていたカメラが音を立てて反対側へ滑り落ちる。タイタニックの沈没風景まではいかないが・・・滑り落ちないように必死で踏ん張る。絶妙のタイミングでブイを回れた。何かいいカンジ。行けるかなあ、なんて思ったりしたけど、2回目のターンがタイミングが合わずにブイを大きく回りすぎた。他の友達の乗る艇が見えた。「あそこには負けたくない！」号令の度に、ガンバレと息子たちを励ました。挽回できず・・・時間切れ。最後はエンジンをかけて栈橋へ戻った。何もしていないんだけど、悔しかった。



アトランタパラリンピック出場の和田さんとお話できた！！

レース終了後は、バーベキューパーティー。みんなでワイワイガヤガヤ。ビールがおいしい！でも、取材しなきゃ・・・まず、和田さん（脳性まひの方）を見つけた。日に焼けたやさしそうな顔をした彼は、海を見つめながら話をしてくれた。



kyon2:「シドニー・パラリンピックの出場をめざしているんですね。いけそうですか？」

和田:「そうです。8月6日にアメリカで開催される世界選手権で、7位までに入れば出場権がもらえる。18艇が参加するレースですが、何とか頑張りたい。」

kyon2:「和田さんは、愛知県の障害を持つ人たちの希望の星です。ぜひ頑張って下さい。」

代表の金子さんにもお話を聞きました。

kyon2:「すごい人ですね。」

金子:「そうでしょ。見ていて障害者と健全者の区別ないでしょ。みんな仲間なんです。そんな関係を大切に、意識して色々な人を巻き込んでいるんです。地元の人とか色々な人が関わってくれているんですよ。」

kyon2:「素晴らしいですね。来年もこのレース体験をするのですか？ヨットをもう少しやってみたい人たちはどうすればいいのですか？」

金子:「来年もやりますよ。海の日か、その前後に。ヨットにもう少し首を突っ込みたい人は、「ヨットエイド・ジャパン東海」へ入るという手もあります。（活動は下記にて紹介）」

お別れ

ヨットマンは、あたりまえなんですけど、海を帰って行くんです。表彰式、閉会式を終え、とてもなごり惜しかったのですが、それぞれ乗った艇の艇長さんとお別れをしました。そして、ヨットは海の彼方へ消えていきました。カッコいい別れ！



「ヨットエイド・ジャパン東海」の活動紹介

1994年の「NTTエリカカップ」に、地元の障害を持つ人たちが参加したことをキッカケに、「障害者のヨットクラブ」を作りたいと活動が始まり、周りからの支援も受け、1995年、東京の「ヨットエイド・ジャパン本部」から障害を持つ人にもアクセス可能なように安全面や操作性に配慮がなされた「フリーダム・インディペンデンス号」を借り受け、ヨットエイド・ジャパン東海の活動が始まった。ヨットエイド・ジャパンは、障害者の小型船舶免許取得（現状では無理）への道を開くための研究や、誰もが使えるマリーナが増えるよう働きかける等、誰もがヨットを楽しめる環境づくりをめざしています。*代表の金子さんは、8月初旬ハワイで開催された「ケンウッドカップ」（一般のヨットレース）に、障害を持つ人も関われないかという試みで参加されました。その様子が、8/31(日)のテレビ朝日系「ニュースステーション」で放送されるそうです。



おまけ：スポーツしたい人への「アクティブスポーツ団体」情報

★「ヨットエイド・ジャパン東海」

毎月第1日曜日に定例会（蒲郡勤労福祉会館、または、ヨットハーバー）
*シーズン中（4～11月）は、月1回ヨットハーバーにてヨットを操作。（1回500円）
年会費 7,000円
問い合わせ：蒲郡社会福祉協議会内ヨットエイド・ジャパン東海 FAX0533-69-5938へ

★「日本身体障害者スカイ・スポーツ協会」

<主な活動>・パラグライダー・スカイダイビング・気球等、各種スカイ・スポーツのスクール開催と体験搭乗
・身体にあつた機器の研究・開発・改良
・イベントの開催
・会報・インフォメーションの配布、各種情報の発信
問い合わせ：日本身体障害者スカイ・スポーツ協会 03-5469-5422 FAX03-5469-5421



★「障害者カヌー協会名古屋支部」

障害を持つ人達歓迎のカヌー体験会を開いている。今年の1回目は6月に終わり、2回目は、そのメンバーと長良川ツーリングをする予定。
日時：9月27日（日）集合時間は、未定。
費用：未定(3,000円位) 持ち物：着替え
問い合わせ：カヌーショップリバー・ウインド TEL0584-53-3609岐阜県海津町大和田173



★「鈴鹿サーキットドライバースクール」

障害を持つ人や高齢の方のためのスクールで、乗り慣れた自分の車を持ち込み、「危険を安全に体験」できる以下5種目を行う。

1. パニックブレーキ（パニックの時に発生する車輪ロックした状態を体験し、スピン等と制御距離を知る。）
2. ハンドリングスラローム（直線とカーブの連続コースで、アクセル、ブレーキ、ハンドルの各操作を正確に行い、車両をコントロールする。）
3. 運転と反応 緊急回避（人の生理的限界を確認し、車間距離の取り方を考える。）
4. キッドコントロール（旋回時の横滑りを体験し、その危険性と車の駆動方式の持つ旋回の特性的対応方法を理解する。）
5. レーシングコース走行体験（鈴鹿サーキット国際レーシングコースの東カ西コース部分を体験走行する。魅力的！）

参加費：ベイシックコース ¥21,000/バージョンアップ ¥28,000(両方共昼食付き・税込み)
日時：ベイシックコース 11月8日（日曜日）雨天決行 9:00～17:30
バージョンアップ 10月19日（月曜日）雨天決行 9:00～18:30
場所：鈴鹿サーキットランド内、鈴鹿サーキット交通教育センター
問い合わせ：マニマニアウト クリエイトシステム TEL052-759-1616 FAX052-759-1617





おたすけグッズ紹介コーナー 「姿勢保持ってなあに？」



暑くなりましたね。夏は、道具の相談室もお休みをいただいています。今年、メンバーの1人がオーストラリアに長期出張に旅立ちました。オーストラリアの工房や自助具事情を見てきてくれるとひそかに期待しています。みなさんも夏の計画を色々たてているのではないのでしょうか。初めてのバス旅行や、新幹線に挑戦、ドライブなどと乗り物にのる機会もおおくなりますね。そこで今号では、長期間同じ姿勢をとることをテーマにしてみました。

「姿勢保持」、「座位保持」という言葉を

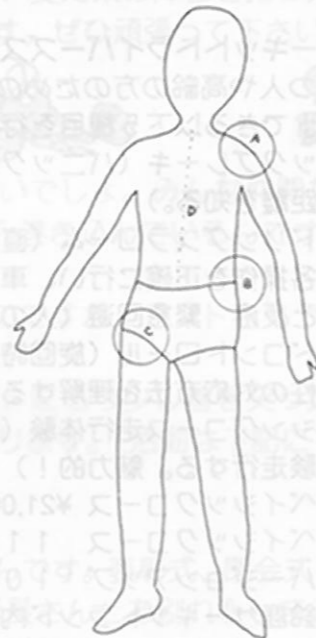
聞いたことがありますか？

下の絵を見て下さい。下の絵は、座っている時の『姿勢』とその時の体のしくみの関係を表しています。背あて、背もたれによって姿勢は、随分とかわります。



姿勢がどのようになっているかは、手で体の部分をさわって知ることができます。

- A ここで触れる硬いところは、肩の関節を作っている骨の部分です。
- B ここで触れる硬いところは、骨盤を形成している腸骨の一部です。
- C ここは座ると座面にあたるところで、坐骨の一部です。
- D の点線は背中であらゆる骨が通ります。脊柱（背骨）といわれます。



『姿勢保持』や『座位保持』は、こうした良い姿勢をとるために体のポイントが左右対象になることなどを旨とします。体を支える仕組みが弱くなると地球の重量に引っ張られてしまうこととなります。体を動かすというのは、地球の重力に抵抗するということでもあるのです。長期間いすにすわった姿勢をとったり、横に伏せる時間が長くなると体にいろいろな変化がおきます。どんな『姿勢』をとるかということも大切ですが『姿勢』をかえることも合わせて大事なことになります。



姿勢のくずれに注意！

車いすを利用して腰が痛い、尻が痛いという人は、姿勢のくずれに注意！クッションを使って姿勢を矯正して痛みを軽くすることもできます。痛みの原因はさまざまですが、不良姿勢が原因になることもあります。クッションは、その人の姿勢に合わせてなければなりませんので、結構難しい作業になることもありますよ。たとえば、こんなふうにクッションをあててみます。



クッションは、どこで手に入れますか？

クッションの素材は、各種あります。東急ハンズなどの大手工作材料のお店で購入できます。ほかに、オートボックスなどの自動車部品のお店でも手に入れることができます。シート状、短冊状、裏に接着剤のついたものまでいろいろです。お風呂のシートも利用できます。



クッションの素材は、何ですか？

必要に応じた硬さや変形の具合、張力性を考えて選ぶ必要があります。食器洗い用のスポンジなどの発砲密度の低いものは、軽く変形しやすく耐久性にかけます。発砲密度の異なったものを細かくちぎって再度熱加工をして再成形したものがああります。手作りクッションのよいところは、姿勢に合わせてやういことと変化を捉えやすい点があげられます。カバーも自分の好みを反映することができます。

市販ではこんなものがあります。



自操型





生活道具の相談室の近況

6月・7月は、こんな相談が寄せられ、相談しながら制作していますよ。

- ・スプーンを持ちやすくしたい。
- ・玄関を開閉するための、カード型リモコンスイッチを車いすに固定したい。
- ・住宅の鍵を使いやすくしたい。
- ・ヘッドホンタイプの集音機が、頭からはずれやすい。
- ・車いすのレインカバーの中が蒸し暑くなるので、アイスノンを使ってみたい。
- ・スプーンを持ちやすく、こぼれないようにしたい。
- ・車いすシートのクッションがはずれてしまう。



「道具の相談室」を上手に利用してもらうために

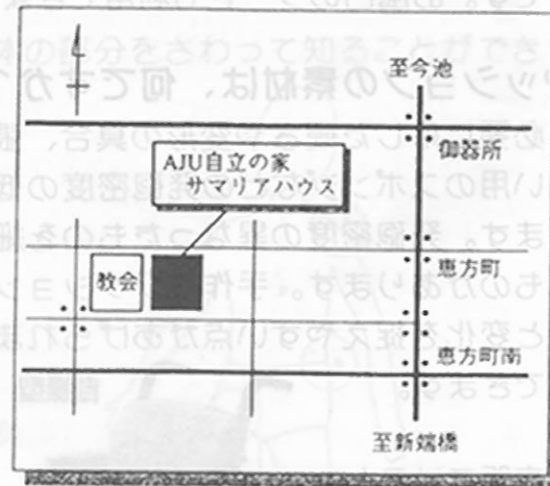
相談にあたるメンバーは、1人が2人です。その時、他に制作を担当する人や学生が見学をしています。相談に見える方が重なることもありますので、できるだけ相談の時には、実物や写真などの情報を持ってきてください。

*住宅に関連したご相談は、なごや福祉用具プラザ（昭和区御器所通33-12-1 052-851-0051 FAX052-851-0056）の住宅相談をご紹介しますが、相談が住宅に関連したことなのか、道具に関連したことなのか迷われる時は、ぜひ、「道具の相談室」へご相談下さい。迷われている理由をお知らせ下さい。

★相談窓口開催日（今後の予定です。）

9月	5日(土)・19日(土)
10月	3日(土)・17日(土)
11月	7日(土)・21日(土)
12月	5日(土)・19日(土)
1月	16日(土)・30日(土)
2月	6日(土)・20日(土)
3月	6日(土)

*都合により急な変更があるかもしれません。お手数ですが、おみえになる前に、サマリアハウス事務室に確認して下さい。



場所：社会福祉法人AJU自立の家サマリアハウスの集会室で活動しています。
名古屋市昭和区恵方町2-15

問い合わせ・予約：AJU自立の家サマリアハウス 浅井まで
TEL052-841-5554 FAX052-841-2221



窓ぎわの木

堤 剋喜

いつだったか、花の肥料のつもりで、窓と塀との間の地面に腐葉土を入れた。その土の中に種が混じっていたらしい。じきに若木が生えてきた。いい日除けになった頃に、台風で、幹が中程で折れた。枝は残らなかった。それでも、すぐに新芽が出て、幹から直に黄緑色の若葉が開いた。「秋の新緑」は駆け足で、初冬の枯れ葉に変わった。

次の年、本当の新緑の季節が来ると、枝が2本出た。はじめは全体が緑色をしていて、笹のようだったのが、気がつくとき茶色の部分が出て、木の枝らしくなっていた。

M師がいつも通りの顔で部屋に入ってきた。
「ずいぶん、奇抜なデザインですな。この木は、空に向かってVサインか？」
<デザインというのなら、あなたのひげの方がずっと上ですよ>
M師のひげは、いつも同じ長さで、カールする角度も一定だった。
「別にデザインした訳じゃない。幹が一度折れた後、右と左から1本ずつ枝が出て。」
「で、幹が二股になって、このお姿か。」
「結果的にV字型になってます」
「ところで、この木の種類は？」
「さあ、知りません。」
「なんと」
「植えた木ではなくて、自然に生えてきた木だから分からない。落葉樹で、樹液は出てないみたい。」

部屋を見回して、
「まあ、さみ。勉強にいそしみたまえ。」
僕の机の上には夏休みの宿題が積んであった。
「あ、また、そうやって、からかう」
「いや、からかっただけ。共感を述べたまでだ。さて、おまえさんの顔も見たし、俺も忙しいから帰るよ」

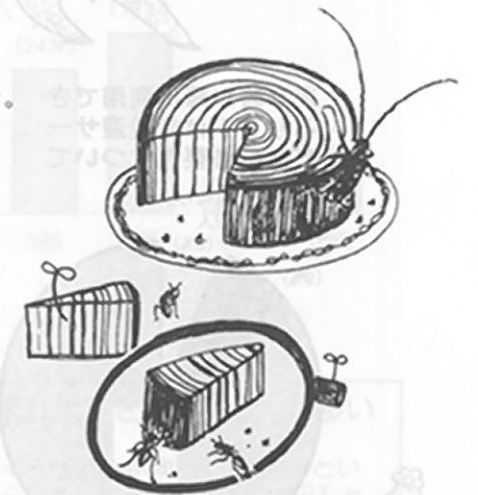
木から樹液は出なくても、結構いろいろな虫がやってきた。カメムシが数匹ずつ連結したまま枝を上下し、大きな葉の裏にミノムシがぶらさがる。アリの隊列が幹のへこみに土を運び込む。土のかたまりができる。その中に卵もある。小さな羽虫をねらって、クモが網を張る。

<珍しくでかい奴が来てる。背中に光沢があって、羽が見えてない。甲虫(こうちゅう)だな。細長い体、触角も長い。カミキリムシ。これなら獲れそうだ。>
カミキリムシはあっさり僕の手に収まった。僕は窓から手を伸ばしただけ。省力型の、いや、不精者の昆虫採集。

<ひょっとして、初めてか？僕がそこそこ見栄えのする虫を捕まえたのは。僕に捕まるとは運の悪い話。どうして、逃げずにじっとしてたんだらう。>
このカミキリムシにとって不幸中の幸いは、僕が虫に凝った時期はもう過ぎていたことと、記念に標本を作るほど器用でもなければ、まめでもなかったこと。しばらく眺めてから、元いた場所に戻した。

枝と葉ぜんぶと幹の半分を失っても枯れなかった木だが、猛暑と渇水の後、葉を出さなくなった。あのときカミキリムシのいた幹だけ残っている。

M師が事故で亡くなってから7回目の夏が来た。



☆それいけ！オールナイトリフトカー準備隊☆

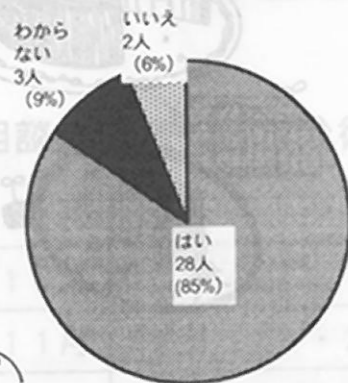
現在、名古屋市にはリフトカーの運行事業があり、5台のリフト付きタクシーが走っていますが、利用時間は午前8時から午後8時までと限られています。民間のリフト付きタクシーについても、予約をすれば24時間利用できる会社はありますが、一般のタクシーに比べ1回の料金が大きく、タクシー券を使っても気軽に利用できなかったり…。

☆夕方に会議がある時や、コンサート・映画、それから東京や大阪から帰ってくる時、そんな時の移動手段を確保するために、オールナイトリフトカーがあれば良いと思いませんか？私たち準備隊は、まず、皆さんにご意見を伺うため、前号の情報誌にアンケートを同封しました。

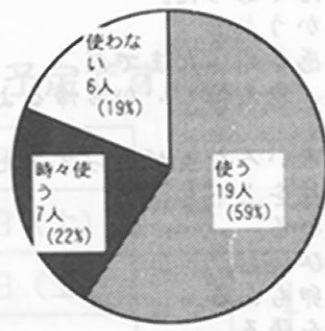
今回は、回答が少しずつ集まってきているので、中間結果を報告します。



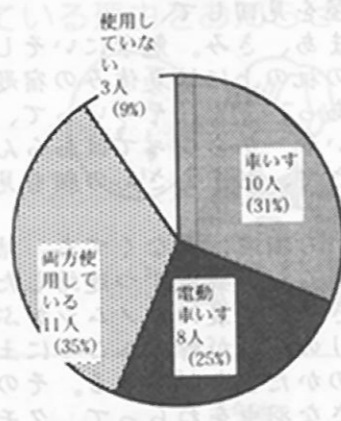
夜8時以降に利用できるリフト付き送迎サービスの必要性について



オールナイトリフトカーの乗車希望について



使用している車いすについて



●ある方がいいと思っ ている人が多い

「夜8時以降のリフト付き送迎サービスが、あったらよいと思いませんか？」という問では、『はい』と答えた人が、全体の85%と、もっとも多く、『わからない』と答えた人は9%で、『いいえ』と答えた人はわずか6%だった。

●夜に使いたい人が多い

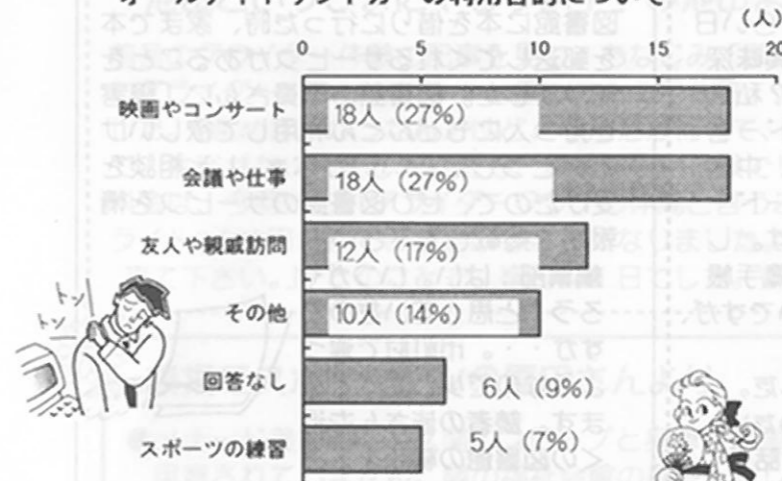
「夜のオールナイトリフトカーがあったら、使いたいですか？」という問では、『使う』と答えた人が59%と最も多く、次いで多いのは『時々使う』の22%だった。『使わない』と答えた人は19%だった。

●電動と手動の両方を使 う人が多い

「あなたは、車いすや電動車いすを使っていますか？」という問では、『両方使用している』と答えた人が全体の35%と最も多い。次いで『車いす(手動式)』の31%、『電動車いす』の25%だった。『使用していない』と答えた人はもっとも少なく9%だった。



オールナイトリフトカーの利用目的について



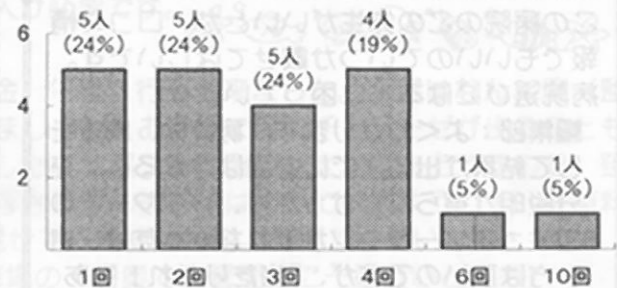
●趣味と仕事に使いたい人が ら多い

「どんなことに利用したいですか？」という問に5項目の中から複数回答をたずねたところ、『映画やコンサート』と答えた人が27%と最も多く、次いで多いのが『会議や仕事』の27%だった。『友人や親戚訪問』は17%で、『スポーツの練習』はもっとも少なく7%だった。『その他』14%の内訳では、『友人と外食したあと』や『近場へ旅行に行くとき』など娯楽に利用したいという声が多かった。

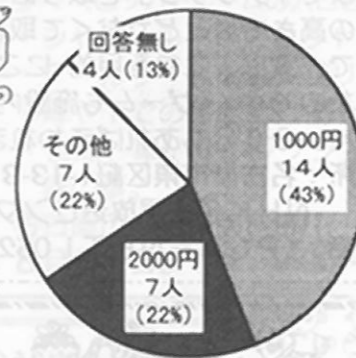
●月に1回から4回までを希望する 人が多い

「どのくらいの頻度で使いたいですか？」という問で1か月ごとの割合をたずねたところ、『1回』『2回』『4回』と答えた人がいずれも24%が多かった。一方で、わずか5%だが『6回』『10回』と答えた人もあった。

オールナイトリフトカーの利用頻度 について



希望の利用料について



●1000円またはそれ以下を希望する人が 多い

「利用料は、1回くらいがいいと思いませんか？」という問で4項目の中からたずねたところ、『1000円』と答えた人が43%と最も多く、次いで『2000円』と『その他』が22%とそれぞれ多く、回答なしは13%だった。『その他』の内訳では、『500円』や『安い方がいい』という声もあったが、『経費のかかるだけ』や『詳しいことは分からないので…』という声もあった。『3000円』と答えた人は1人もなかった。

いかがでしたでしょうか。やっぱり、利用したいと思っっている人はけっこういましたネ♪ みなさんからのアンケートの回答用紙は、この集計後にもぼちぼちと本部(!?)の方へ集まってきています。(ウレシイ!!) 回答用紙はまだ集めていますので、「まだ書いていな〜い!」という人、「めんどくさいから捨てちゃおっかな」なんて思いつつ、書いて出すのをためらっている人、はりきって送って下さ〜い。

オールナイトリフトカー準備隊より

問い合わせ先 郵便 〒464-0074 名古屋市千種区仲田2-1-27-107
FAX (052) 732-2716 準備会・尾崎

美浜のYさんより

梅雨どきは車いす生活者にとってつらい日々ですね。いつも「情報誌」楽しく興味深く拝見しています。多分ご存じかな？私はコンサート常連派。主催が「キョードー名古屋」のコンサートチケットですが、中区テレビ塔西、河合楽器ビルの「キョードー名古屋」のチケットは半額になります。しかも付き添いも含めてです。但し身障手帳が必要。ポピュラーコンサートが多いですが、ぜひ一度連絡してみてください。

編集部：情報ありがとうございます。「キョードー東海」(最近名前が変わった) TEL052-962-0511 (10:00-19:00)電話予約の際、手帳所持を伝えて下さい。

リュウマチの読者の方より

病院の情報が欲しいです。リュウマチにはこの病院のこの先生がいいとか、口コミ情報でもいいのでいつか載せてほしいです。病院選びには本当に困っています。

編集部：よくわかります。病院は、検査をして結果が出るまでに時間はかかるし、充分説明が得られなかったり、ドクターとのコミュニケーションが取れなかったり、言い方は悪いのですが、「当たり外れ」もありますね。これは難しい。医療関係者に求めるだけでなく、どれだけ患者が権利意識を持つかという点も大切だとも思います。セカントオピニオン(初めの医師の診断と治療方針について、違う病院の医師に検証してもらってご存じですか?)次号で紹介する予定です。

*東海4県の専門医が「自分のかかる病院」を選び、その結果をまとめた「医者がすすめる専門病院」という本が最近本屋さんで売っています。医療研究グループ編 ¥2,940 ライフ企画

Mくんのお母さんより

1. 初歩的な問題なのですが、「AJU」は何の略ですか?みこころセンターとみこころ幼稚園と同じ系統ですか?一番初めの発行から購読しているのに、どういう法人かわからないのです。ごめんなさい。いつでもいいので少しずつ載せて下さるとうれしい。

編集部：こちらこそ、申し訳ありません。改めて発行団体については紹介しますね。すぐ知りたい!!方は、ぜひ、「自立を選んだ障害者達」(33号で紹介)をご購入下さい。(欲しい方は、編集部まで)

2. 自立する方だけのみの情報しか載せてだめなんですか?

編集部：そんな風に感じる内容になってしまっているのです。ごめんなさい。「自立」をどうとらえるかによって違ってくるかもしれませんが、どんな情報がほしいかをぜひ教えて下さいね。

瀬戸のRさんより

図書館に本を借りに行った時、家まで本を郵送してくれるサービスがあることを知りました。図書館の職員さんに「障害を持つ人にもどんどん利用して欲しいけど、どうしたらいいかなあ。」と相談を受けたので、ぜひ図書館のサービスを情報誌で掲載して下さい。

編集部：はい。いつかやろう!と思っていたのですが、市町村で違うようなので少し調べてみます。読者の皆さんも近くの図書館の情報を下さいね。

武豊町のIさんより

NTTのショールーム『PLA-NET』でプリクラ(プリント倶楽部の略)初体験をしてきました。ここは、マルチメディアを駆使した4つのゾーンで構成されています。まずは、インフォメーションでパスポート(無料)を発行してもらって、そのパスポートを手にパソコンで遊んだりできるんです。ゾーンにはそれぞれチェックゲートがあって、簡単なゲームで獲得したポイントによってプレゼントがもらえます。そして、最後のゾーンは「ぶらねっと倶楽部」。デジタルカメラで撮った写真がシールになります。僕は、今まで「プリクラ」を取りたくても車いすの高さではとどかなくて取れなかったのです。(ゲームも施設内も不便はなく、30分もあればまわれますよ。)

場所：名古屋市東区紺1-13-3
NHK名古屋放送センタービルB1
電話：「PLA-NET」052-952-9611

「池山といっしょにやろうよ!」の池山より

前号のライダー体験の記事を見て、おなじみ「頸損でスポーツマンの原田さん」に「私もライダーにのりたい!」と言って、7月5日、北浜滑空場でライダーにのってきました。「眺めはよかったんだけど、なんだか怖くて、怖くて、落ちるんじゃないかと心配で、余裕がない私でした。でも、素晴らしい経験でした。また乗りたい。」ビジター搭乗料金は、今回から、ライダークラブの仲間と言うことで特別の枠を設けてもらい、1フライト2,000円にいただけることになりました。(全回¥3,000)その上、「また大勢出来て下さい。」とのことで、楽しい1日でした。詳しくは、編集部まで!

頸損でスポーツマンの原田さんより

●メナード美術館に、玄関のスロープと身障用駐車場ができました。残念ながらトイレは用意されていません。隣の福祉会館の身障トイレを利用して下さい。
編集長より：メナード美術館は、なかなかの穴場。広くて、開放感があり、とても落ち着くところですよ。小牧市小牧5-250 TEL0568-75-5787 FAX05668-77-0626

●長久手町の名都美術館には、身障用駐車場はありませんが、身障トイレはあります。必要な時は係員に申し出て下さい。また、2階へはエレベータがありますが、中2階はスロープのみなので車いすを押してくれる人が必要です。

●サンビーチ日光川へ行って来ました。名古屋の気温が34度といわれた7/31(金)午後に行って来ました。水温はなん32度(監視員もこの温度は初めてだといっていました)、おかげで口にチアノーゼが出ることもなく1時間も泳ぐことができました。気温30度を越すと水温も上がるので、頸損でも大丈夫なのでしょう。(但し、浮き輪等の補助具は持っていくように!)駐車料金は半額(250円)で前払い、手帳を見せて入場料は無料。(何だか悪いなあ...)

1. 専用駐車場スペースは約6台(駐車場の一番奥で、管理棟が一番近いところ)
2. 車いすトイレ1つ、車いす更衣室2つ、車いすシャワー室2つが、男女別にある。
3. 入口とロッカールームはB1で、1Fプールに通じるエレベータが1台ある。
4. レストラン・救護所(早速利用しました。女医さんが2名)は、1F。
5. プールまではスロープになっており、波打ち際までコンクリートのゆるやかな斜面。
6. 段差少々(ロッカールームの入口と、エレベータとプールサイドに各2cm、救護所入口に12cm)
7. 注意・シャワールームにはシャワーチェアはありません。

・プールサイドのコンクリート斜面はかなりざらついているので、車いすの乗降や下での移動時に傷を作らないようにウレタンマット等を用意しておく事。
・当然、車いすのクッションやシートを濡らさないように防水用シート等を準備の事。

場所：名古屋市港区藤前5-901 電話：052-302-6200 FAX052-302-6474
営業：8月31日までは、9:30~18:00 9月は土・日・祝日のみ10:00~17:30まで

北区のYさんより

白樺湖へ行ったついでに、『藝科ティンバ美術館』へ行って来ました。3,300㎡の敷地内に5,000匹の世界各国のクマ(ぬいぐるみ)がいます。とにかくたくさんクマ、クマ。ティンバアが好きな人にはいいと思いますよ。館内は段差はないのですが、傾斜が結構あり、手動の人は少しきついかも。美術館の中のお土産屋さんの中2階部分には階段でしか行けなかった。残念。

入場料：大人1,570円(手帳提示で本人介助者とも940円)

設備：B1に身障トイレあり

場所：長野県北佐久郡立科町白樺湖畔(諏訪インチェンジより35分)

電話：0267-55-6700 FAX0267-55-6222

営業：8月31日までは9:00~21:00ですが、月によって営業時間が異なります。

皆さんにぜひ、ぜひ読んで欲しい本 「ガンの夫を自宅で看取る」 児島美都子著 健康双書 ¥1,500

我々の団体をスタートの段階から応援し、育てて下さった故長 宏先生（日本福祉大学講師）は、息を引き取るまで私たちに、「すべての人達が人生の最後まで人間らしく生き、そして人間らしい人生の最後を閉じるという事の大切さ、自然さ」を教えてくださいました。バイオリンの演奏、カラオケ、ビデオ鑑賞、教え子等の交代で泊まり込み。先生の人生を先生らしく閉じることができるよう、多くの仲間が協力しました。平均寿命にはまだとどかない先生の死でしたが、多くの人達の心にこれだけ響き、残り、忘れられない「死」は今までなかったのではないかと思います。先生の奥様、児島美都子先生（日本福祉大学名誉教授）の書かれたこの本は、とても読みやすく、「人の最期（死）の過ごし方」について考えるきっかけになる本です。本屋さんで買えます。編集部にもあります。

ガンの夫を
自宅で看取る
児島美都子



気ままな投稿誌「あつとほーむくらぶ」創刊のお知らせ

いろいろあってなかなか外に出かけられない人や、障害や病気のために思うように社会とかわれない人、ひとりで家にいがちな人たちの気ままな自由投稿誌が創刊します。興味のある方ならだれでも（子供の参加も）OKとのこと。気軽にどうぞ。

創刊号の原稿大募集（今回の締め切りは、9月末）

1. 原稿の内容は自由（自分の言いたいこと、聞いて欲しい事、呼びかけ、詩などの作品、イラストマンガ等何でも）
2. 原稿の中に自分の自己紹介の様なものを書き添える。
3. 原稿の大きさ 1ページはB5（縦向き左がわ綴じ）
4. 送られてきた原稿は、編集なしでそのまま印刷し綴じる。

問い合わせ TEL/FAX052-851-7156 たけうちさんまで



「車いす使用者の日常の不便さ 調査報告書」ができた。

バリアフリー社会実現のために、障害があるなしに関わらず、年齢に関わりなく「みんなが使いやすい商品・サービス」（共用品・共用サービス）の普及を目的に調査・啓蒙活動している『E&Cプロジェクト』が、全国脊髄損傷者連合会会員654人を対象に、表題の調査を行いまとめたものです。

調査内容：51の動作に対する不便さとその工夫の内容

- ・買い物や外出時の不便さ
- ・不便に感じている電化製品・公共施設
- ・公共トイレの改善すべき点 など

ちなみに、不便を感じる電化製品の上位は、「洗濯機」と「冷蔵庫」だったそう。1部1,000円（送料別）

詳しくは、E&Cプロジェクト名古屋
代表小塚武志さん TEL/FAX052-701-8243まで

名古屋市の 福祉ガイドブック

「YOU 遊 なごや」 いよいよ完成！

最新の公共機関・公共施設の情報や、近場のアミューズメント情報、全国の情報誌・ガイドブック情報等も掲載されています。9月中に完成予定。身障手帳をお持ちの方は、近くの区役所でもらえますよ。名古屋市以外の方でご希望の方は、編集部までご相談下さい。

一宮市で「車いす119番」がはじまった。

「電話一本で車いすの修理に駆けつけます。」と、車いす利用の水谷正人さんが福祉機器の修理販売会社を開業しました。車いすの修理に時間がかかって困るという悩みは誰にでもありますよね。3名の車いす利用者が働くこの会社は、週末でも深夜でも、車いすが壊れて困っている人がいれば駆けつけてくれるそうです。（今のところ範囲は、一宮市と同市に隣接する市町）料金は出張料込みで、パンク修理は2,000円
問い合わせ 一宮サポート TEL0586-44-6781 FAX0586-44-6885



平成10年度の市バス・地下鉄の事業計画より

地下鉄	今年度中に便利になる駅	来年度
エレベータ	市役所・港区役所（両駅ともホームから地上までの移動が可能になりました。） 伏見（鶴舞線赤池方面行ホームからコンコース間に設置。まだ地上までの移動手段は階段のみ。）	名城公園
エスカレータ	亀島・六番町	なし

*上記駅は、伏見のみ新たに4号線「大曾根～新瑞橋」の建設が始まっていますが、このうち「大曾根～砂田橋」は、来年度開業予定です。

編集部：どの路線にノンステップバスを走らせるかまだ決まっていません。みんな要望しましょう。地下鉄を便利にする工事の計画がこれまでに比べ減ってきています。今年度工事にかかる駅がありません。まだまだ不便な駅があるのが現状です。みんなで声を出しましょう。

名古屋市交通局管理部総務課へ 052-972-3806

障害を持つ人、養護学校の先生、PT、OT、ST、障害を持つ人の 親、いろんな人にぜひ参加して欲しい

「ATACカンファレンス 障害を持つ人々の心の自立を求めて」

期間：10月9・10・11日

会場：ビッグハット会議棟（長野市若里市民文化ホール）JR長野駅東口より車で5分

内容：テクノロジーを実際に見て、聞いて、手にとって理解する形のカンファレンスです。知的障害・聴覚障害・視覚障害・言語障害・肢体不自由・重複障害等、様々な障害を持つ人達の生活やコミュニケーションについての約30のセミナーやワークショップ、シンポジウム、企業の協力による展示会等、盛りだくさんの内容です。

問い合わせ：ATACカンファレンス事務局 TEL050-354-2277 FAX087-832-1550

御器所に「リラクゼーションスペース」誕生！！

身体の緊張が強くて・・・肩がこって・・・精神的にもイライラしている・・・なんて悩みはありませんか？昭和区御器所に、障害を持つ人をたくさんお客さんに持つマッサージ師さんが、「心身ともにリフレッシュできる」お店をオープンさせました。ハーブティ・アロマテラピー・カラーセラピーによる空間設定・耳にやさしい音楽、そしてマッサージと、リラクゼーション効果のあるものがいっぱいあります。

- ・初診体験コース（足湯・ローラーマッサージ・クイックマッサージ 50分）¥3,000
- ・その他¥1,000～¥6,000(70分)コースがあります。*各コースハーブティつき
- ・障害者割引をはじめとして各種割引もあるそうです。（最初は初診コースがオススメ）

詳しくは「Lui's Healing Office」TEL・FAX052-741-4093*予約優先
名古屋市昭和区御器所線町3-8 3F（地下鉄御器所8番エレベータ出口徒歩約3分）

AJU福祉機器リサイクル情報

AJU自立の家は、なごや福祉用具プラザの中で福祉用具のリサイクル品のコーディネートと福祉用具の販売、自立生活情報の提供等をしています。ぜひ、ご活用下さい。

ゆずりたい

- ♪ 折りたたみリクライニングベッド (15,000)
- ♪ 折りたたみベッド (無料)
- ♪ 手動ギャッチベッド (無料)
- ♪ ウォーターマットレス (無料)
- ♪ エアマット (35,000)
- ♪ 背もたれ付き便座 (5,000)
- ♪ ポータブルトイレ (無料)
- ♪ 安楽尿器男性用 (無料)
- ♪ 福祉車両日産セレナ (200万)
- ♪ 電動車いす (45,000) など

ゆずって

- ♪ 2モーターベッド
- ♪ ハイローベッド
- ♪ ベッドの柵
- ♪ 介助用車いす
- ♪ シルバーカー
- ♪ 電動車いす
- ♪ 子供用車いす
- ♪ 入浴チェア
- ♪ 床走行式油圧リフト
- ♪ 4点杖 など



☆家庭で眠っている物や、譲って欲しい物がありましたらぜひ連絡下さい。

AJUリサイクル相談事業部 TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

近畿日本ツーリストの トラベルサポーター

近畿日本ツーリストでは、同社のツアー旅行に参加する障害者の方で介助が必要な人に、介助者(トラベルサポーター)を紹介してくれます。ただし東京出発のツアーのみ対象です。

詳しくは 近畿日本ツーリスト
クラブツーリズム事業本部福祉課
TEL03-5323-6915 FAX03-5323-6678

ついにここまで進んだ! 日本初! 「ジョイスティック」での免許取得!!

すでに皆さんテレビ等でご存じかも知れませんが、電動車いすのまま乗り込み、ジョイスティックで運転できる“夢の車ジョイバン”を使って、車いす利用の2人が免許を取得しました。(ハチハチ)これで、日本の道路をジョイスティック操作の車が走る道筋ができました。(感激)自分も!と考えている方は、下記へ相談して下さい。

ジョイプロジェクト事務局
TEL03-3374-1822 FAX03-3374-1826

34号(P21)に掲載した 記事の補足です。

「オートマチックドアオペレーター」と「電気錠」の工事費用を含むと、取付場所にもよりますが、50万~80万円かかるそうです。説明不足でごめんなさい。

京都運転ボランティア友の会の 連絡先が変わりました。

新: TEL・FAX 075-682-0204
京都市南区上鳥羽奈須野町10 会長小寺さん

生活の道具相談室

<相談日>

9月 5日(土)

19日(土)

10月 3日(土)

*午後1:30~

<場所>

昭和区恵方町2-15

AJU自立の家3F7777

※事前に電話連絡いただくと、相談がスムーズです。

事務局052-841-5554

編集後記

長い梅雨もやっと終わり本格的な夏到来!と思いきや、集中豪雨に見舞われたところもあると聞き、被害のないことを願っている今日この頃です。読者のみなさまはいかがお過ごしでしょうか?お腹をこわし(食べすぎか?)少々バテていたのですが、やっと元気を取り戻し原稿に向かっています。そんな時、サザンオールスターズのグループ結成20周年を祝う番組がテレビから流れてきました。湘南サウンドを伝え続けている活動に、関心を通りこし感激してしまいました。スタートと当初から変わらぬ雰囲気を持ち続けるメンバーの様子を見ながら、「すごい!!」と二度感激。街の様子は20年前と随分変わってきましたが、社会の理解は如何なものか。自分たちの思いを伝えていくのは、大変なエネルギーを必要とします。サザンのように、みんな楽しんで肩ひじ張らずに伝えることで運動が続けていけるのではないのでしょうか。 鬼頭

購読者募集中!!