

福祉情報誌

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

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。

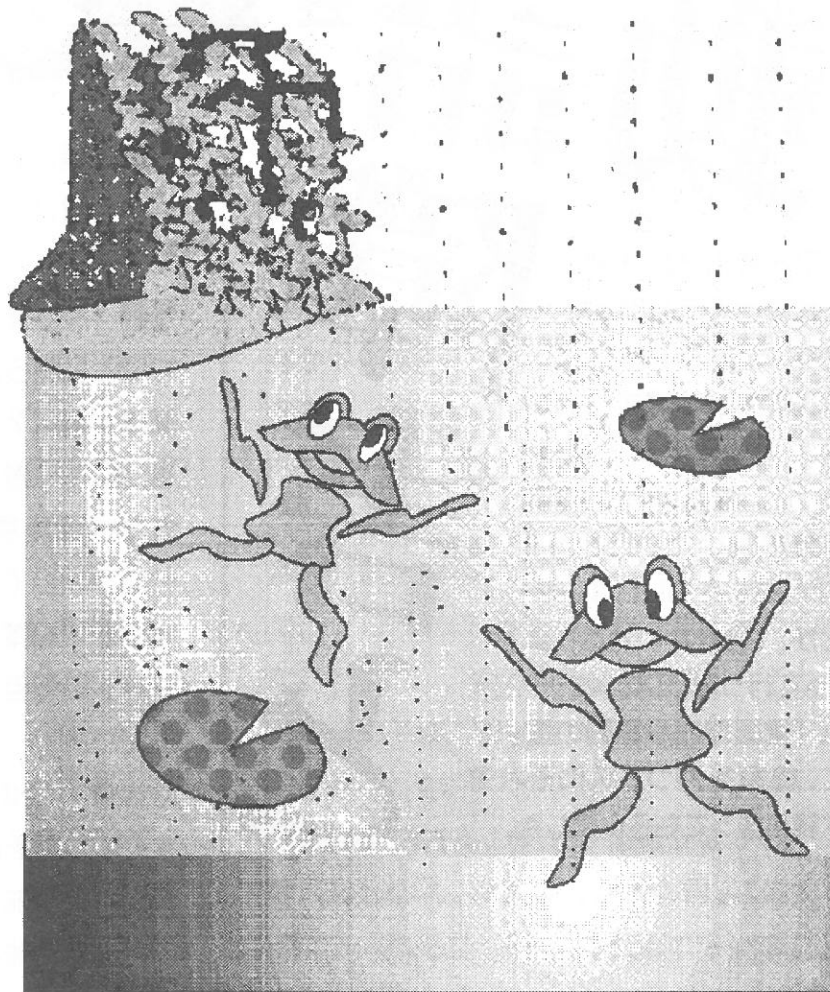
平成11年6月15日増刊 通刊3666号 AJU自立の家
昭和54年8月10日 第三種郵便物許可
発行所／東海身体障害者団体定期刊行物発行協会
名古屋市中区丸の内3-6-43 みこころセンター4F

AJU自立の家

テーマ

壁。

特集／座談会
「言語障害・移動の壁」



今、目の前に「壁」を感じているあなたへ

- 特集 座談会
「言語障害・移動の壁」…………… 1
- いづみ「外国製電動車いすの選び方と補装具制度の利用方法」…………… 9
- さつきの突撃体験レポート
「エステしよう！」…………… 14
- 池山のDO(ど)レジャーレポート
「金山南ビル探索」…………… 16
- 新コーナー「○○って何だろう？」… 17
- バリアフリーおたくのどんちゃんの「そらいる探邸団」…………… 19
- 生活の道具相談室「台所繁盛記」… 22
- ゆりこのトラベルセンター
「JTBのふれあい倶楽部や
会員むけツアーのお知らせ」
「マップの初夏の国内旅行の案内」など… 25
- 剋喜の詩…………… 27
- 克己のおまかせ情報
「読者の皆さんの声に応えて！」…… 28
- 読者の声
「電動車いすの旅人さんの電車情報」
「新名古屋ミュージカルホールへ
行って来ました」「沖縄旅行記」
「頸損バス大会のご案内」など…… 30
- リサイクル情報…………… 33
- いろいろ情報…………… 34

第40号

1999年6月10日号

定価 250円

特集

座談会

移動言語障害と

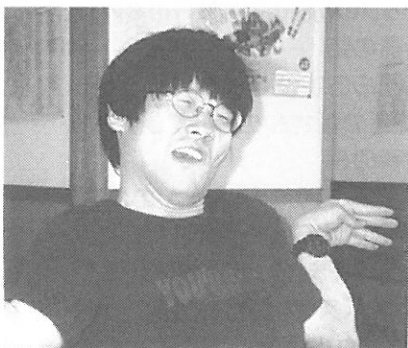


前回は引き続き、はじめの
一歩を踏み出そうと思った
時に立ちはだかる「壁」、に
ついての座談会を開きました。
今回は、「何かしたいと思っ
ているけど、言語障害がある
ので自分の言いたいことが相
手に伝わらないかもしれないから
…」とか、「行きたいところまで
どうやって行ったらいいの…?」
という、『言語障害や移動の壁』に
ついて、障害を持つ6名にそれぞ
れの体験を語ってもらいました。

.....

kyon2：今回は、編集委員の他に4名のゲストに
来ていただきました。では、自己紹介からお願い
します。

青山：福祉ホームで生活をしています。アパート
が見つかったので、今引っ越しの準備をしていま
す。



青山 広さん
小規模作業所勤務
脳性まひ
電動車いす使用

伊藤：週に2回デイサービスに通っています。そ
の他の日は、家で本を読んだり、手芸をしたり、
友達と出かけたりしています。

浅野：療護施設を出て、作業所で働きながら地域
でひとり暮らしをしています。

高橋：週に2回デイサービスに通って、後の日は
適当に家で過ごしています。

ちか：編集委員です。「知佳のどうなっている
の？」担当です。

さつき：編集委員です。「さつきの突撃体験レポ
ート」の担当です。

kyon2：ではまず、『移動の壁』についてのこれ
までの体験を青山さんからお願いします。

青山：療護施設にいた頃、外へ出たくても色々な
壁があって難しかった。まず、僕のいた施設はす
ごい坂の上にあって、車いすで一人で外に出よう
と思うと転がり落ちるしかなかった。それから、
出るための許可がいる。これが大変。介助者がい
ないとダメだし、書類に介助者の印鑑もいる。

浅野：そうそう。

青山：それに、バスとか利用できないので、タク
シーしかなくて、すごくお金がかかる。これだけ
大変だと、出る気になかなかない。

kyon2：でも、何回かは外出しているんでしょう？

青山：うん。

ちか：介助者はすぐに見つかったの？

青山：外へ出る機会がないので、なかなか見つ

らない。だから、知り合いに手紙を書いて、印鑑だけでもらって許可を得た。出かける日は、タクシーを呼んで、職員にばれないようにして出かけていた。

ちか：すごい！！友達同士でもそうやって出かけたことある？

青山：同じように悪知恵・・・というか、何とか考えて出かけたことがあるよ。

kyon2：一人とか、障害を持つ仲間だけでタクシーに乗るって、勇気がいるんじゃない？車いすをトランクに入れてもらうとか、乗るのを手伝ってもらうとか・・・心配じゃなかったの？

青山：「タクシーは乗る時に手伝ってくれるよ」という話を誰かに聞いて知っていたので。

ちか：「障害を持つ人が一人で乗るの?!」と運転手さんに心配されなかった？

青山：心配されたこともあるけど、「大丈夫、大丈夫」とか、「現地で介助者と待ち合わせなので!」と安心させて、着いたら「待ち合わせ時間までまだあるので、ここでいいです」と言って、帰りの時間を予約していた。慣れてくると運転手さんを指名したり、よく知っている人を呼んだりしていた。

伊藤：すごい！！

ちか：帰りもちゃんとそのタクシー来てくれた？

青山：ちゃんと来てくれたよ。

浅野：僕は、1回だけ一人で乗ったことがある。ドキドキしたけど手伝ってくれた。でも、手動車いすで一人で出かけても、現地で一人で動けないので、あまりタクシーは使わなかった。リフトタクシーがあったら電動車いすで出かけられるので、もっと外出したかも知れない。

kyon2：そうか、施設にいて外出しようと思うと色々な壁があるんだね。乗り越え方もいろいろ。伊藤さんは、ずっと自宅で生活しているそうだけど、『移動の壁』ってどんなことがあったの？

伊藤：初めて一人で出かけたのは、養護学校を卒業してすぐ・・・18才ぐらいのこと。昼間通っていた「いこいの家」の帰り道、西友（スーパー）へ行ったの。西友へ行くには、横断歩道をいくつか渡らなくてはならなくて、それまで一人で横断歩道を渡ったことがなくて。車の通る道だし、とても怖かったの。でも、少し前に私と同じような車いすの子が一人で横断歩道を渡っているのを見て、その日「自分もやってみようかなあ」と思った。私は、足で車いすをこぐので、後ろ向きになった方が早く進めると思い、後ろ向きで横断歩道を渡った。できたの。やってみてすごく自信がついた。

ちか：伊藤さんの壁は、何だったのかなあ？

伊藤：・・・。

kyon2：18才までは、一人でちょっと出かけたとか、栄で遊びたいとか？思わなかったの？

伊藤：あまり思わなかった。横断歩道もこわかったし・・・。なんでかなあ？地下鉄に乗れると思ったことないし、車以外の外出は考えたことがなかった。地下鉄に乗り始めたのは、デイサービスで乗れることを知ってから。

青山：伊藤さんの壁は、情報がなかったことかな？もっと早く横断歩道を渡る車いすの人を見ていたら、また違っていたかも知れないね。

kyon2：浅野さんは施設から出て今ひとり暮らしをしているけど、どうだった？

浅野：僕は、27才の時に初めて一人で道を歩いたんだけど、その時思ったことは「信号は安全だな



伊藤 恭子さん
デイサービス利用
脳性まひ
電動車いす使用

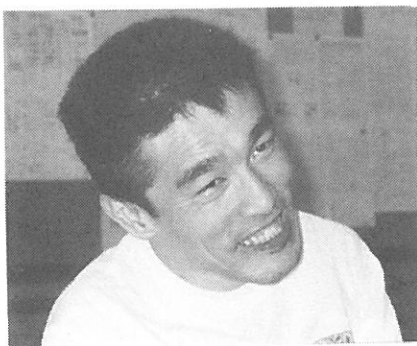
あ」ということ。信号の存在は知っていたけど、利用したことはなかった。車がたくさん通っていて不安だったけど、信号で車が待ってくれて、道を安全に渡れたので……。あと、僕も長く施設にいたんだけど、電動車いすを利用



していなかった。外出するには介助者が絶対に必要だった。でも、なかなか知り合う機会がなくて、たまたま掃除のボランティアに来ていた教会の人に運良く頼めた。職員は、外出ボランティアを頼むことにあまりいい顔をしないので、見つからないように話をした。

kyon2：職員の協力が得られないことも壁だったのかな。でも、今一人で普通に生活している浅野さんが、27才まで一人で街を歩いたことがないなんて……。誰が悪いとは言えないけど、犯罪だと思ふな。これは、大きな社会の罪だ。

さつき：私は、養護学校高等部の3年生の時にはじめて一人で行動した。学校から何回も電車を乗り継いで、家まで帰ったの。親が心配して途中まで迎えに来てくれたけど、待ち合わせ場所をお互いに勘違いしてなかなか会えなくて、親に「もう一人で帰るのはやめなさい」とその時言われた。でも、私は「一人でも行ける」という自信がついて、学校の先生に親を説得してもらって、2回目は無事に帰れた。それまでも外出はしていたんだけど、いつも友達と一緒にだったので、1人で行く



浅野 誠一さん
小規模作業所勤務
脳性まひ
電動車いす使用

のは怖かったの。

kyon2：でも、その頃のさつきさんって、歩いてたんでしょ。階段もあがれてたでしょ。

さつき：うん。気持ちかなあ？一人で出ようとはあまり考えていなかった。友達と行く方がおもしろ

かったし。

浅野：自分の気持ちの壁も大きいよね。一人で出かけると、ジロジロ見られたり、そういうのって気にならなかった？

さつき：仲間といると恥ずかしくなかったけど、一人になると、ジロジロ見られたりするのがいやだった。今でも子供がジロジロ見るのが気になる。一度見たら子供はくぎづけになる。

伊藤：そうそう、変な感じだよな。

kyon2：手でも振ってあげればいいの？

さつき：目をあわさないようにしている。言語障害があるので、伝わらないし……。

青山：人の目も壁なんだよね。

ちか：私は、遠くに行く時は、足に負担がかかるので家族の運転する車が、タクシーで行く。家族（介助者として）と行動をともにするのは、だんだん息苦しくなってきたけど、足が痛かったり、体がシンドかったり、仕方がないと思っていたの。でも、薬がかわって、痛みも殆どなくなり、身体も楽になってしまうと一人でタクシーで外出するようになった。（家族は今でも心配がみ）近々電動車いすを申請する。というのは、旅行に誘われたけど、「杖じゃムリよー」と言われたので。その時は予定していなかったけど、「病院まで電動車いすでいけないかな？」と、今道路を見ている。（車なら15分ぐらい）でも、車いすや杖を使用する者にとって、日本の道は一本でつながっていないなと思う。「歩道の切れ目はスロー

プ状になっているのかな？」と心配だし、歩道には看板や自転車がいっぱい。車が乗り上げていたりもする。すべての地下鉄駅にエレベーターがついていないし。バスに乗るのも大変！設備が整っていれば、移動の壁はかなり少なくなるよね。

浅野：道ももっとよくなって、地下鉄やバスもあたりまえに使えるようになれば、もっと早くから自由に外へでれる人が増えるよね。街にも『壁』がたくさんあるね。改善されつつあるけれど。

kyon2：高橋さんは？

高橋：（言語障害があるので、伝えたいことをワープロでうってきました）

家では畳の部屋なので、はっての移動です。外に出かける時は、電動車いすを使っています。はじめて電動車いすに乗った時は、自由に動けてうれしいはずなのに、緊張が出てしまうために怖かった記憶があります。半年ぐらいは母についてもらい、運転の練習練習の毎日でした。でも、ある時「こんな事をいつまでも続けていたら、自分が自由になれない」と思い、母に「少しずつ自由にさせて」と言いました。そして、「一人で出かけるなんて危ない」と言って着いてくる母に対して、「どこどこへ行って来るからついてこないで」と言い、それがきっかけとなり、自由に外に出かけられるようになった。でも、今だに私が出かけて行って、帰ってくるまでは心配みたいです。それから、私は、もっといろんな所へ自由に出かけたいと思い、リフトカーに登録しました。母は、登録する事は反対ではなかったのですが、「どこどこに行きたいから母に予約の電話をして」と言ったら、「そんなに遠くまで行くなんて、まして、一人で行くなんて危ない」と言われ、それに、「運転手さんに申し訳ない」といい予約をしてくれませんでした。それであきらめるような私ではなかったので、「やってくれない。じゃー自分で予約をするし

かない」と思い、母が出かけている間に電話をしようと挑戦してみました。しかし、電話のボタンを押す事は緊張があるため手が震えてしまい、ボタンを押す事で時間がかかってしまいました。それで思いついた事は、あらかじめ短縮ダイヤルにしておく事でした。そうする事によって、電話をかける時にボタンを押す時間がかからないと思いました。でも、私は言語障害があるために、話がわかってもらえるかが心配でした。初めのうちはドキドキしていて、自分で何を伝えたのかわからないくらい緊張していました。私がタクシーの予約ができる事を知った母は、「予約できたのー」と一言だけで、できるとは思っていなかったみたいで、「そんな力があつたのー」と言う感じでした。それからは、リフトタクシーで出かける事は反対しなくなりました。出て行く時は出て行くにあきらめているみたいです。

ちか：みんな親や施設職員の目を盗んだり・・・、悪いことばかりしてきたのね（笑い）。

kyon2：『移動の壁』を乗り越える知恵等も話してもらいましたが、次は、『言語障害』についてお願いします。

高橋：（文章）リフトカーを予約をする事に慣れたと言っても、出かける場所によって伝えにくい言葉があります。そんな時は、誰かにかわりに伝えてもらうか、自分で伝える時は、トーキングエイドで伝えたい事を打って伝えています。一年ぐらい前に、ファックス電話を購入しました。連絡



..... **橋本 知佳**
本誌編集委員
リュウマチ
松葉杖動使用

をしたい時に、ファックスがあるところでしたら用件だけをワープロで紙に打って送信できるので、言語障害がある私にとっては便利です。無理して話をしなくってもいいからです。買い物に出かける時は、あらかじめ買う物が決まっている時は、ワープロで紙に書いていきます。「何々を下さい」と書いていくと、店の人に私の言葉がわからなくても、戸惑う事のないようにしています。何より自分にとっても安心です。それと、どこか一人で出かける時は、必ずトーキングエイドを持ち歩きます。どこかで誰かに「お願い」する時、「何か」を聞くときなど、緊張してしまうので、言葉が伝わりにくい時は、トーキングエイドを使っています。お願いしたい事や聞きたい事は打って伝えた方が相手の人に対しても、自分にとってもわかりやすいと感じます。緊張が強い時は、簡単な言葉でもトーキングエイドが打ちにくい時があります。そんな時はメッセージメイトを使っています。日常よく使う言葉を登録しておき、簡単な会話がボタン1つ押す事で介助者に伝わるのでとても便利です。返事をするにも時間がかかる時があるために、メッセージメイトを使う事で無理して自分の言葉で伝えなくてもいいので、体も疲れません。

伊藤：自分で話すことを含めて3つを使い分けているんですね。

kyon2：伊藤さんは、どうですか？

伊藤：私も言葉が相手に通じないから、買い物も



井上 さつき
本誌編集委員
脳性まひ
電動車いす使用

美容院も一人では行けなかった。行けると思っていなかった。でも、本屋へ行った時、どうしても欲しい歌手の本があって、その本を足で持って（伊藤さんは手より足が器用）レジに行って、「この本を買います」と言って、カウンターに本を置いた。「はいどうぞ」とお店の人が言ったので、「お金はこの袋の中にあります。取って下さい。」と私は言ったけど、通じなくて、何度も私は繰り返した。そして、やっと解ってもらえて本が買えた。私はとっても嬉しかった。

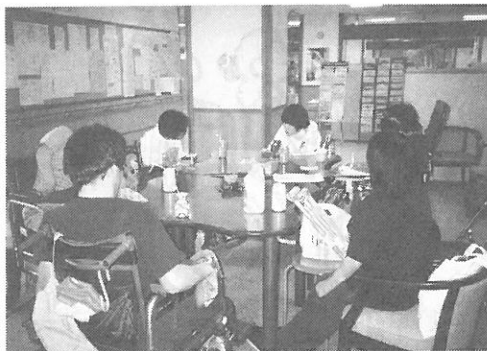
ちか：何回言っても解ってもらえなくて、嫌にならなかったの？

伊藤：嫌にならなかった。それよりも、通じた時はすごく嬉しかった。

ちか：私は小学校の高学年で病気になって、すぐ松葉杖の生活になったの。私には言語障害はないけど、もともと声が小さかったし、人と接したり、話すことが苦手。入院中のことだけど、家に電話をかけようと思って、公衆電話まで初めて一人きりで松葉杖で歩いていったことがあったの。ものすごく不安で、病室まで戻れるかなと思いながらだから……。そして、電話をかけようとした時、10円玉を落としてしまった。でも、自分では拾えない……。ちょうど看護婦さんが通りかかったんだけど、すぐ拾ってくれず、「拾って欲しいの？」というような言い方をされた。「これからは、人にしてほしいことは、はっきり言わないといけないよ！ということなのか？」と、よい意味にとるべきなんだと思ったけどムリ……。こんなことがあって、私は、さらに人と接することが苦手になったんじゃないかなー。だから外出もあまりしないよな……。

浅野：僕も言語障害があるので、何度言っても通じない経験をよくしている。特に、電話をかける時がひと苦労。ボランティアさんと介助の約束を

する時とか、ひとり暮らしの人はいいけど、親と住んでいる人の所へかけると、いたずら電話だと思って切られることがよくある。トーキングエイドを使っても同じ。わかってもらうまでに時間がかかる。



さつき：私もよくある。そんな時は泣けてくる。

ちか：聞きたいと思っていたんだけど、言語障害の人って、自分の口で伝えたいと思っているのか、それともトーキングエイドを使ってもいいと思っているのか？

浅野：自分の声で伝えることにこだわってはいない。正確に伝わる方が大切だから。

ちか：トーキングエイドって時間がかかるでしょ。まどろっこしいと思う？

浅野：思う。口で話す方が自分はラク。だから、まず口で話す。それで、なかなか伝わらなければ、トーキングエイドを使う。

さつき：伊藤さんの話だけど、そのお店の人もよく聞いてくれたね。無視する人もよくいるよ。

kyon2：みんなも、話しかけて無視されることあるの？

みんな：ある。ある。

浅野：でも、話しかけているけど。

伊藤：その人は聞いてくれた。私は、何度言ってもわからない時、私も悪いなあとと思うの。相手も悪いとも思うけど、両方悪いと思うの。だから、もう一度私が言い方を工夫して話してみようと思うの。出かける時は、ワープロで介助カードを作っていた。読んでもらえばわかるようになって。でも、最近は、そのカードを使わなくてもだいたい伝わるようになってきた。自信がついたから。言語障害がなくなったわけじゃないけど、自信がつ

いて緊張をそんなにしなくなったので、伝えやすくなった。

みんな：へえー。すごい。

ちか：前向きだね。

kyon2：慣れたり、自信がつくことで身体の緊張が少なくなつて、話しやすくなることもある

んだね。

みんな：あると思う。

kyon2：じゃあ、もっと早く…、小さい頃やる言語訓練とかで、色々な経験をするとか、知らない人と話すこととかをやっていたらよかったのに…。今日参加できなかった、編集委員のでっちゃんから、言語訓練のこともふれているFAXをもらっているの、読みますね。

でっちゃん：私自身、自分の上肢・下肢障害よりもこの言語障害が一番の『壁』だと思う。今でもそう思っている。まず、小さい時に児童施設に訓練に通っていたんだけど、その中に言語訓練もあった。すごくいやだった。先生がすごくこわかった覚えがある。親もあまりにも泣いていやがるので、言語訓練だけは、やめさせてくれた。学校にあがっても言語訓練はあった。その先生は優しく、チョコレートとかアメとかなめれるから（訓練の一つ）よかったんだけど、小さい時の意識があるので基本的に嫌だった。もっと、発声の訓練だけじゃなくて、声のかけ方だとか、勇気が出せるような経験ができればよかったなあと思



高橋 昌子さん
デイサービス利用
脳性まひ
電動車いす使用

う。学校の活動でも口のいいやつ（言語障害のない人）の方が意見がとおってしまいやすい。そんな積み重ねで、どうしても消極的になってしまふんだと思う。友達同士で通訳しあっている、時間も限られちゃうし……どうしても譲れないことは、紙に書いていたんだけどね。即答ができないし……。外の人としゃべるのはなおさら、自信がなかった。そんな時、高校から電車通学を始めた。友達が、毎日改札に立っている駅員さんに「ありがとう！」といているのを見て、「よし、私も言葉がわからなくてもいいから、言ってやろう！」と思い言い始めた。言い続けていたら、ある時、駅員さんも私の言葉がわかったらしく「ありがとうね」と返してくれた。そんなちょっとしたことで、少しは、自信がついた。そして1年ぐらい前に、「キャノンコミュニケーター」を手に入れた。私は、色々な生涯学習センターの講座に通っていたので、障害を持った人に慣れていない人に会う機会が多く、初対面の人に介助をお願いすることも多くある。コミュニケーターを使用する以前は、“こちらのいいたいことを、あらかじめノートに書き出しておいたり、よく使う言葉を書いておき、必要に応じて、指でさす。”という方式で会話をしていた。しかし、その場で意見がある時、その場で尋ねたいことがある時など、筆談するしか伝える手段はなく、筆談には時間がかかってしまう。そして、意見があるのに発言するの



をあきらめてしまう場合がしばしばあった。私は10年程前に入所していた施設で、はじめて携帯用対話装置「ナムコ トーキングエイド」を使用したのだが、大きさが外出時に持ち歩くにはちょっと大きすぎて（私の場合、指先の細

かい動きはできるので）「もう少しコンパクトにならないのか」と思っていた。そして、「トーキングエイド」の小型版がキャノンから発売されていることを知り、早速、日常生活用具給付の申請をした。今では、毎日持ち歩いており、とっさの対応、例えば、病院の待合室で、足の不自由な人が「その車いす、どこで手続きすればいいの？」と話しかけられたことがあり、コミュニケーターを使って、手続きの仕方を教えてあげることができた。その人も喜んでもらえたとし、自分も満足感を得られた。もしコミュニケーターを持っていなかったら、教えてあげたくても言葉が通じなく、あきらめていただろう。また、講座の時には、相手の意見を聞き、即、反論もできる。初対面の人でも気軽に声かけられるなど役に立っている。でも、場合によっては「自分の声で伝えたい。」という思いもある。時間が限られている場合、相手も自分もそのことだけにエネルギーを費やしてしまう。それなら、時間に余裕がある時、慣れた人と話しをする時には、自分の声で伝えるなど、使い分けを工夫すれば、もっと、時間の有効活用ができると思う。私自身、コミュニケーターがあることで、今まで、消極的部分が、少し積極的になったと思う。もっと言語障害を持った人が使っていき、『自分の伝えたいこと、思っていることを、周りの人、地域の人、社会に向けて、発言する機会が増えていけばいいなあ。』そして、多くの人を使うことによって、地域の人に知ってもらえればいいなあ。



太谷 京子
本誌編集委員

さつき：あー懐かしい。私も食べたよ、チョコレート。

kyon2：小さい頃、「自分で話さないと話せなくなるから」って訓練で言われたりしたの？

浅野：言われた。道具に頼らず、自分の口で話せと。振り返ると、言語障害がなくなったわけではないし、自分の口だけで話すことに何のメリットがあるのか解らない。

高橋：トーキングエイドを知ったのは、私も高校を出てからだったよ。

kyon2：うーん。トーキングエイドを知ったのが、高校を卒業してから？学校時代はみんなどうやってコミュニケーションをとっていたの？

浅野：僕は、口で話すか、文字盤を指さして読んでもらっていた。

高橋：私もそう。

伊藤：私は、口で話すか、足で字を書いていた。

ちか：まわりの人はちゃんと聞いてくれたの？

浅野：人による。

さつき：聞いてくれない人は見ればわかるよ。あー、聞いてないなあって。

kyon2：言いたいことが思うように伝えられないって、ストレスでしょ。どうやって気持ちのバランスを取っていたの？

さつき：誰かに泣き言を言う……。 (笑い) 私は少人数だったら話せるけど、大勢の中では声が届かないとわかっているから、聞いているだけ。聞いてもらえている自信がない。それに、言おうと思うと内容が変わっていたり。会話についていけない。

kyon2：それって、すごいストレスだね。

さつき：「いいやー」とか思うようになってる。でも、考えるのが遅いのかも……。言おうと思うともう違う話題になっていたり。



みんな：そうそう。

さつき：私は、学校でも自分から絶対に手を挙げなかった。それに、聞かれて答えようとしても、周りが気にしてかわりに言ってくれたりした。

ちか：それは、どう思っていたの？

さつき：ラクだよ。「まー、だいたいそうだからいいかあ」っていうかんじ。自分で言いたいと思うこともあったよ。でも、言えなかった。言いたいことと違うことを言われたこともある。これは、嫌だなあと思うけど、否定しなかった。

高橋：どうして？

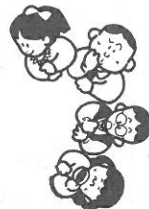
さつき：言葉が出る前に、涙が出てくる。泣いちゃうの。本当に、あのころは弱かった。親とか、先生とか周りがみんなが代わりに言ってくれるので、私は話さなくてよかった。間違っているけど、否定する勇気がなかった。

kyon2：今はどう？

さつき：今は違うよ。

kyon2：『言語障害』の壁は、口で言いたいことが伝わらないことだけじゃなくて、工夫して伝える手段に出会うのが遅いこと、まわりの勝手に気を使って先に言ってしまうこと、そんな環境の中で、いつの間にか心が傷ついてどうしても消極的になりがちなところ、特に身体に緊張（不随意運動）があって話しにくい人は、たくさん体験してある程度慣れることを小さい頃から経験してこれなかったこと……。たくさんあるね。自分の言いたいことが伝わらない、聞いてもらえない、言えないって『壁』は、『移動』の問題もそうだけど、

自分で乗り越えるだけじゃなくて、まわりの人、社会の状況の歩み寄りも必要だね。たくさんの人にこの座談会で話したような状況を伝えていく必要があるよ。みんな、頑張ろう！！ 1999.05.13 15:00-17:30

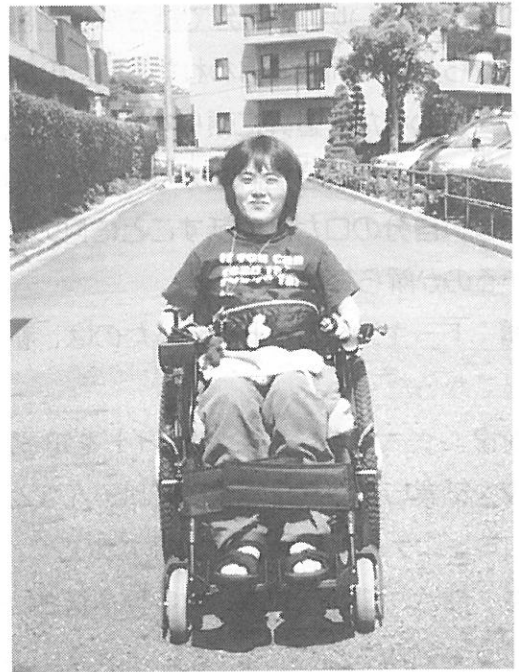


外国製電動車いすを手に入れたよ

みなさん、お久しぶりです♪ お元気ですか？
私は、冬眠(?)に入ろうとのんびりお休み
させてもらっている間に、栄養を蓄えすぎたよ
うで、何だかちょっと丸くなったみたいです。(頸
椎損傷になってからの私は、とかく寒さに弱く
なったようで、冬は服を5、6枚ほど着込んでモ
コモコになっていたりします♪)

さて、みなさんにお知らせしそびれていまし
たが、実は1年ほど前に、私はとうとう念願の
理想の電動車いすを手に入れることができました
♪ 電動車いすに乗ることは、とても抵抗
があった私。4年間ほど悩んで悩んで、迷って
迷って、考えて考えて、やっと思い切ることが
できて…。

今回は、そんな私のステキな”マイカー”に
ついて書きたいと思います。



◎電動車いすを利用しなかった理由



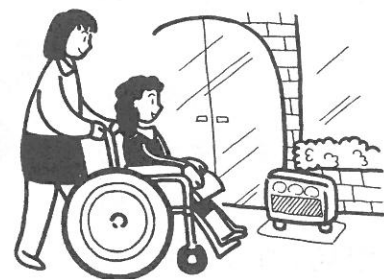
1. 運動量が減ることで筋力が落ちることに不安があった。

私は、障害をもってから2年間ほどは、
ずっとリクライニング仕様の電動車い
すに乗っていました。当時の状態から
して、主治医の先生も私自身も、まさ
か訓練次第で手動車いすが自分で操作
できるまでになるとは考えられなかつ
たのでしょう。その後、リハビリのた
めに病院に入院し、手動の車いすでも
ある程度自分で操作できるようにと訓
練を受けました。そのおかげで筋力や
体力がつき、現在までに、車いすの操
作だけでなく、自分で車いすからベッ
ドへ移動できるようになるなど、でき
ることが少しずつ増えました。

以前のように、電動車いすに乗るよ
うになれば、運動量が減ることで筋力や
体力が落ちて、“今出来ていることが
出来なくなるかも知れない！”私には
そんな大きな不安がありました。

2. 出掛ける場所、回数が少なかった のでリフトカーやリフト付き タクシー、ガイドヘルパー制度 を利用することでなんとか事足 りていた。(必要性をそれほど 感じていなかった。)

施設を出て、自宅で家族と生活するよ
うになってしばらくは、病院以外は特
に通う場所もなく、市のリフトカーや
民間のリフト付きタクシー、付き添い
がいる場合もガイドヘルパーを頼むこ
とで間に合っていました。



3. 電動車いすを利用する目的・メリットがはっきりしなかった。

私はそれまでの生活でそれほど不便を感じていなかったのに、電動車いすを利用することでどんな風に自分の世界が広がるのか、想像が付きませんでした。人がどんなに勧めてくれても、「ウン、そうだね…でも…」とあいまいな返事。「もし、電動車いすがあったなら、どういう時に役立つのだろうか？」自分が「どうしても必要！」と思える何かがないと、なかなか新しいことに踏み切れなくて…。



4. ほしいと思えるタイプがなかった。(情報として知らなかっただけかも…)

私の理想の電動車いす(タイプ)の条件は次のようなものでした。

1. 自分の身体にある程度調節して合わせられること。
2. 手動として自分でこぐことができること。
3. 時速6 km以上出て、走行距離もできるだけ長いこと。
4. できるだけコンパクトで、小回りがきくこと。
5. 折りたたみができて、車に積むことができること。

◎迷って迷って、考えて考えて、やっと思い切った理由

電動車いすに乗ろうと決めるまでには、次のような経過がありました。

1. 月に2,3回、作業所に通ううちに「もっと、仕事がしたい！いろんなコトを覚えたい！そのために頻繁に通えるようにしたいナ…」と思うようになり、情報誌の編集員も始めることにした私は、出掛ける回数と行きたい場所が少しずつ増えて、リフトカーやリフト付きタクシーではカバーしきれなくなった。(予約がとれなかったり、時間が制限されているために自由がきかなかったり、お金がかかりすぎたり…。)
2. 外に出るようになってみると、手動車いすでは、近くにあるお店でも思うように行けないことがよくあって、ガッカリすることが何度かあった。(信号付きの横断歩道が渡れなかったり、車道と歩道のつなぎ目が越えられなかったり。少し道路に傾斜がついているだけでも、なかなか真っ直ぐ前に進めなくて…。)

3. 電動車いすに乗って、エレベータのある地下鉄の駅を利用すれば、自宅から一人でも作業所へ通うことができることに気がついた！
4. 公共交通機関(地下鉄やバス)を利用することの便利さ、面白さ、大切さを知った！
5. 自分と同じように車いすを利用している人たちと情報交換をしたり、自分にとって役立つ情報がありそうな場所へ出かけたりするようになって…ある時、思いがけなく「理想のタイプ」が見つかった！



◎そして私が選んだイーフィックスの紹介

| 標準（約¥800,000） | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 全長 | 104cm |
| 全高 | 83～92cm（この範囲で自由に選べる） |
| 車幅 | 63cm |
| 折りたたみ幅 | 32cm |
| 座幅 | 36cm／38cm／41cm／43cm（4タイプから選べる） |
| 奥行 | 40cm |
| 背もたれの高さ | 38～47cm（選べる） |
| アームレスト | 取り外しが可能 |
| フットレスト | はね上げ式、取り外しが可能 |
| 大車輪 | 22インチ／24インチ（選べる） |
| キャスター | 7インチ空気入り |
| フレームカラー | バイオレット |
| 走行距離 | 1回の充電／7～8時間＝平坦な場所で約4時間 |
| 走行速度 | 6km／hまで |
| 重量 | 42.6kg（バッテリーを含む） バッテリーは8.6kg／タイヤと本体はそれぞれ10kg以下 |
| 登れる傾斜の角度 | 10° C |
| オプション | |
| スイングアーム | コントローラーの位置を自由に変えることができる可動式アーム。デスクワークに便利。 |
| ラジアルタイヤ | マウンテンバイクに使われるタイヤでカーブでの切れも良く、悪路走行に適している。 |
| サポートアーム | 介護の方も操作できるようにコントローラーを後部ハンドルに取り付けるアーム。 |
| 車用充電ケーブル | 乗用車のシガーソケットに差し込むだけで、移動中に充電できる。 |
| 問い合わせ・メンテナンス先 アルバジャパン 〒130-0002東京都墨田区業平4-5-17 TEL03-5619-7251/FAX03-5619-7252 | |

- ◆メンテナンス／故障箇所についての部品の交換は、直接業者から部品が送られてきて、取り付け・交換は委託業者で対応してもらえます。
- ◆補助金／名古屋市の場合、標準タイプで約40万。（約半額の補助が出来ます。）
- ◆委託業者／㈱メデイケア 名古屋市中区金山2-8-4 TEL052-331-1731 FAX 052-331-4931
※ 実費で購入する場合：アルバジャパンで直接購入することもできます。

◎車いす保険について ☆「イーフィックス保険」があります。

<保険の種類>

A. 普通障害保険（乗車している本人の事故）／B. 賠償責任保険（他人に損害を与えたときの賠償）／C. 動産総合保険（車いす本体の事故）

<掛け金> 年間一時払い A + B + C = 13,370円～10,250円

* 詳しくは、アルバジャパンへ

◎ 初めての交付申請について

私の場合、一度、制度を利用して電動車いす（国産）をもらっているのですが、今回は”再交付”という形になりました。制度を利用しているのですが、約半額は補助、あとの半額は実費でした。（キ、キツかった…）

☆在宅の場合

①区の福祉課窓口へ申請に行く

（補装具申請書・訪問審査依頼書・調査票の作成のため、印鑑と身障者手帳を持参）



②福祉課窓口で、訪問審査に必要な聞き取り調査を受ける

（電動車いすの使用目的・頻度、家族状況など）



③訪問審査日の日程確認の連絡を待つ

（申請・依頼した1ヶ月ほど後に、自宅へ電話が入る）



④訪問審査を受ける

《訪問審査でチェックされる項目について》

◇電動車いすの置き場が確保されているか〈雨に濡れない場所〉

◇電動車いすを外出時に使用する場合、家から外に出るまでの間について、段差がないか

◇障害の状況〈電動車いすが必要な状態であるか等〉



⑤交付の可能性があると認められた場合は、操作能力の確認・訓練のため、身体障害者更生相談所へ"走行テスト"を受けに行く

（※訪問審査を受けてから一週間以内に連絡があり、出向く）



⑥安全に運転ができ、使用可能な場合に処方箋（希望する電動車いすのタイプ：リクライニング式、簡易型、標準についてや市内の委託業者名などをその場で伝える）が作成され、業者に見積書が依頼される。

<ポイント> 電動車いすを申請するときには、自分に必要な電動車いすについて、情報集めをしておくこと。それから、市内にその車いすを扱っている委託業者さん（市が、補装具業者として契約している業者さん）があるということ！制度を利用して電動車いすを交付してもらう場合には、“契約業者さんによる見積書”が必要だそうです。処方箋をつくる時に、周りの人の意見だけで判断されないように、自分にどんなものが必要なのか伝えられるようにしておくといいよネ♪



☆療護施設などに入所している場合

①施設職員（指導員）に電動車いすを申請したいことを伝える

※施設職員が、身体状況のチェック用紙、担当医師による意見書、あと担当医師・施設職員・業者・本人による処方箋、見積書、必要事項を記入した調査票（施設にない場合は福祉課から取り寄せる）を区の福祉課に提出。その後、更生相談所の方で、審査が行われます。

もしも不明な点があるようであれば、更生相談所と施設職員の間で確認される。
（電話などによって）

◎再交付について（交付されてから5年たつと申請できる）

電動車いすのタイプが同じ場合は、区の福祉課へ申請に行った後、書類上だけで申請できます。（更生相談所へ出向き、走行テストを受けなくてもよい。）業者さんとのやりとりは、見積書をかいてもらう時にします。

電動車いすのタイプを変更する場合（例：標準→リクライニング式へ）は在宅の場合と同様で、更生相談所へ行き、再交付判定が行われます。

※更生相談所に行くときは、事前に予約をとること。福祉課に出向いた場合は、そこで予約してもらうこともできる。

◎感想+まとめ

購入してから約1年ほど経ちますが、自分の身体にある程度あわせることができたので、乗り心地がいいです！国産でサイズを選べないものに比べて、姿勢を保持しやすいし♪（私の場合、背あての高さを低くできたことで、体制が崩れたり、同じ姿勢がツラくなっても自分である程度、からだの位置を調節できる♪）

それから、コントローラーの位置を自分で簡単にスライドさせることができるから、机により近づくことができ、作業所でパソコンを使う時にもとっても便利！車体が軽いから、段差を上げてもらうとき介助の人の負担が少なくていいし、（地下鉄に乗るとき手動車いすのように、前輪を上げてもらって乗車することができるから、身体が前に倒れそうになることがなくてとても安心できるんだ♪）充電器もコンパクトで軽いから、バッテリーのもちが心配なときは、持ち運びも便利です。

ただ、筋力や体力が落ちることを心配して、手動としても操作する予定で選んだイーフィックスでしたが、残念ながら私の力では思うように動かすことができませんでした。それで、週半分は電動で出かけ、後の半分は運動を兼ねて手動で、自分の力で移動できない場所については、以前のようにガイドヘルパーさんやリフト付きタクシーを利用する、といった具合に使い分けをすることにしました。

電動車いすを利用するようになって、私の行動範囲はとても広がり、大げさかも知れないけれど、私の世界も少し広がったような気がします。

今、自分に必要なことは何だろう？そのためにはどうしたらいいんだろう？

みなさんも自分に必要な情報を集め、その中から自分に合うものを選び、思い切って取り入れることで、自分の世界を広げてみてはどうでしょうか♪



次はアクションを紹介します。 つづく…

「エステ」しよう!



もうすぐ夏。 お肌をみせることが多くなると思います。女性ならきれいになりたいという思いを持っているはず。そこで「私もきれいになるぞ!」と、エステしてみようと思って雑誌などで調べてみました。「エステ」と呼ばれるものには、美顔、美肌、^{そうしん}痩身、脱毛、ネイル、リラックスなど何種類かあるようです。私はとりあえず興味があるものをやってみることにしました。

最近、プライベートな話題が多かったので、別ものをといきなり始まったこの企画。二次障害になって、ちょっと弱気になっている私に、一人でも何かしてみようという気持ちを与えてくれるきっかけになればと思っています。

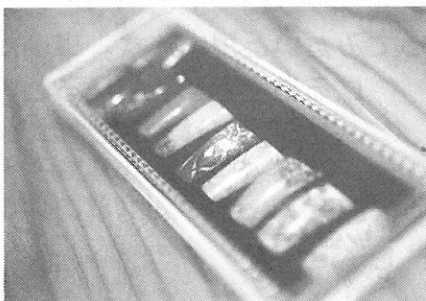
はじめてのネイルアート

ボランティアさんに、彼女の友人でネイルアート（爪に絵を描くこと）を勉強している人を紹介してもらい、私はお試しでやってもらうことにしました。

連絡をとって、夜、自宅に来てもらうことになりました。ネイルアートを勉強中の彼女は、偶然にも私と同じ名前（さつき）です。私はネイルアートは初めて。どんな感じになるのか楽しみでした。

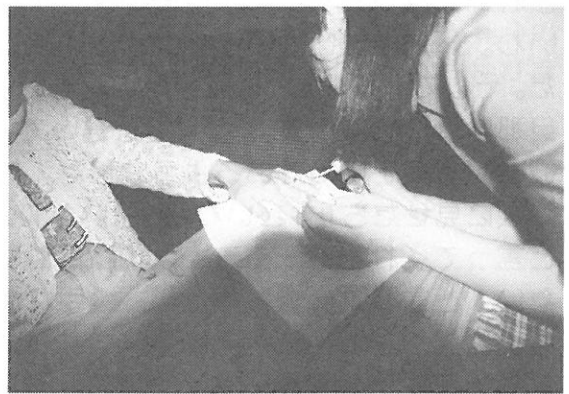
玄関を開けて部屋に入ってくる彼女は、少し緊張しているようでした。私も、初対面ではなかったけど、あいさつ程度しか話したことがないので緊張していました。

事前に爪の色を聞かれて、夏らしくしようと思って「水色」と指定しました。（みんなにこれ水色?と言われてしまった）当日、ネイルアートのサンプルを作ってきてくれて、見せてもらったらとてもきれいだったので、サンプル通りにやってもらうことにしました。



きれいになるのは大変!

早速、準備をして取りかかりました。手を清潔にするため、2人ともアルコールで手を消毒し、爪の表面をヤスリで磨きます。これは爪の表面のデコボコをなくすためだそうです。荒めのヤスリで2回ほど、きめ細かいヤスリで2回ほど磨きました。それからベースになる透明なマニキュアをぬっていき、乾くの待ち、本番の色をぬっていきます。



緊張すると、私の指は急に動いたりしてしまいます。色は2度ぬりしたのですが、マニキュアが乾かないうちに指が動いてしまい、せっかくなめった爪にさわってマニキュアがはげてしまったり、爪からはみ出てしまいました。彼女の「あっ」という声を聞いたたび「ごめんね」という思いでした。



私の手？

マニキュアがはげてしまったり、はみ出ってしまったところを修正しました。緊張して少しくらい動いてしまっても、あとで修正できるので大丈夫でした。マニキュアが乾いたことを確認して、いよいよアート（今日は花の絵）。アクリル絵の具を使ってアートを描くのだそうです。3本の指（爪）に描くことしました。3色使って水で薄めながら細い筆で書いていきます。またまた緊張。二人とも静かになってしまいました。アートを書き終えて、あとは仕上げという時に手があまりにも動くから、家にいた旦那に手を押さえていてもらいました。



やっと完成。ちょっと疲れましたが、きれいになっちゃって「自分の手じゃないわ。爪だけ浮いている！」と思いました。そして、早く誰かに見せたいと思い、旦那に見せたら「すごい！！」と言って、彼女のほうをほめているようでした。他の人に見せたら「すごいね。きれいだね」と言ってくれたり、ある人は「私もやりたい」と言っていました。自分の手がきれいになっただけで、身体全体もきれいに見えるような気がして、私は嬉しくなりました。

ネイルアートを試してみたい

きれいになるには、それなりの時間と体力がいると思います。彼女も、私みたいに不随意運動が

あって動いてしまう人は初めてだったと思います。2時間かかってしまったけど、最後まで根気よくやってくれて嬉しかったです。彼女にあとで聞いた話では、やはり緊張していたらしく、「気持ちって伝わってしまうんですね。勉強になりました」と言っていました。

ネイルアートは一時的なもので、自分ではケア（お手入れ）ができないから、お出かけするときなどのおしゃれにいいと思いました。今回は無料でしたが、お店によって差があると思うけど、だいたい4000円～5000円だそうです。私は2日後にサザンのコンサートに行ってきた。2回目のナゴヤドーム。良かったです。

一週間経って、マニキュアもはげてきたので、落とそうと思っていますが、もったいなくてそのままです。

.....

おわりに



髪が長かった頃、髪飾りなどのおしゃれをしていた気がしますが、今は髪も短くしたし、障害が重くなってくると介助のことなどで自分の気持ちに余裕がなく、おしゃれすることから遠ざかっていました。今回ネイルアートをして、他人から「きれいだね」と言われて、とても嬉しくなり、またおしゃれをしようと思いました。おしゃれをすることで、注目されたりすることは自信にもつながり、それは大切なことのような気がします。

私は今、あごの筋肉痛で食べられなくてダイエット中(?)です。次回は体調を整えて実際に「ネイルサロン」や「エステティックサロン」というところに行ってみたいと思います。車いすで行けるお店を知っているという人は、ぜひ教えてくださいね。



つづく

金山南ビル探索 パート1

4月にオープンしたばかりの金山南ビルは、金山総合駅の南口の近くにある、地下4階、地上31階のノッポビルです。地下2階に身障者用駐車場が6台分あり、ポストン美術館、名古屋都市センター、全日空ホテルズ・ホテルグランドコート名古屋などが入っています。では、皆様をビルへご案内いたしましょう。

★芸術にふれよう！名古屋ポストン美術館



名古屋ポストン美術館は、米国ポストン美術館の姉妹館として、世界屈指の美術コレクションの中から選ばれた作品の数々を、テーマをもとに紹介していくので、名古屋で世界の芸術が見られる！

ゴールデンウィークまっただ中、金山総合駅南口を出ると、美術館へ行く人の列があった。「只今、入館まで3時間待ちです。」の看板を見て、私も素直に並んでいると、「車いすの方はこちらへどうぞ」と係の人に案内され、インターコモン（屋内公開空地）出入口右側に美術館専用エレベーターがあった。身障者、高齢者、ベビーカー連れの方は自由に、これを利用して入ることが出来る。では、一般の方はというと、美術館専用のエスカレーターを利用して館内へ入るという仕組みだった。

3Fまで上り、観覧券売場は込み合っていたのでここでは順番を待ち、券を購入。売場の人が緊張したおももちで手話で「1,000円です。」と一生懸命表現している姿に、「私

は手話を必要ではないです。」と断れなかった。館内貸出し用の車いす（介助用）はインフォメーションで2台あることを確認し、また専用エレベーターに乗り、5階がすいていると思ったのでまずは5階の展示室へ向かった。

5Fは常設展示室で『古代エジプトの美術品』が展示されていました。車いすからの視点は低すぎて、展示物が少し見にくいと思いながら観覧していると、他の客が彫刻の前で、イヤホンをつけて聞き入っていた、これはなんぞや？と思い、さっそく係の人に尋ねると、常設展入口で300円払うと音声ガイド機を借りられ、彫刻などの説明が聞けると言うわけ、そして出口で音声ガイド機を返すという仕組み。

4Fは企画展示室で只今、『モネ、ルノワールと印象派の風景』展が行われていました。（9/26（日）まで）
身障用トイレは各階にありました。



☆☆☆

☆

ポストン美術館メンバーシップ

美術館に何度も足を運びたいという人は、メンバーシップに入会するとお得です。展覧会の情報をいち早く知ることができ、1企画展につき3回まで無料。常設展音声ガイドの使用が無料。そのほかいろんな特典があります。

年会費5,000円（家族会員は1名につき、2,000円。3名まで）税別

お問い合わせ：メンバーシップ事務局 TEL052-684-0791 FAX052-684-0738



★美術館今後の予定

◎99年10月～2,000年3月

『岡倉天心とポストン美術館』

♪駐車場は30分230円の有料ですが、ゲート横の管理事務所で身障手帳提示すると半額になりますよ。

次回は全日空ホテルズホテルグランドコート名古屋のハンディキャプルームを取材して紹介したいと思います。

名古屋ポストン美術館

開館時間：AM10:00～PM5:00まで（金曜日はPM9:00まで）

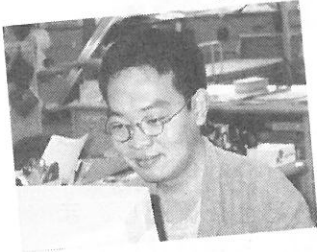
休館日：月曜・祝日（振替休日の場合はその翌日）年末年始

料金：一般1,200円（65才以上、身障手帳などをお持ちの方1,000円/介助者は無料ですが、介護者が2人の時は受付で相談してください。）

住所：名古屋市中区金山町1-1-1 TEL 052-684-0101
FAX 052-684-0738

新コーナー

「〇〇って何だろう？」



**初めまして、
『マサル』です。
病院でソーシャルワ
ーカーとして働い**

ています。患者さん、その家族の人、病院の人、役所の人、その他色々な人の相談にのったり、悩みを聞いて解決している毎日です。

最近、『ロダン』という友達が出来ました。彼は、時々僕も答えにくい質問をしてきます。また今日もやってきました。今日は何を聞かれるのかなぁ…ドキドキ。

.....

みなさん、はじめまして『ロダン』です。僕は一体どういう人になりたいのかなぁ。よく分からないから、毎日、本を読んだり、新聞を読んだりして自分の将来を考えながら勉強している最中です。最近、『マサル』君という友達が出来たんだ。彼はいつも、僕の出した質問に答えてくれて、「さすがだなぁ」と思うんだけど、たまに口ごもったり、一緒に考えてくれるんだ。今日も、ひとつ質問を試みよう。

.....

ロダン：こんにちは、マサル。

マサル：やあ、ロダン。

ロダン：今日も聞きたいことがあって来たんだけど…最近、色々な本を読んで勉強しているんだけど、よく使っているのに、ちゃんとした意味がつかみにくい言葉ってたくさんあるよね。

マサル：そうだね。説明を短くしようとすると、難しい言葉が多くなるね。ひとつの言葉が色々な事を示している時には、特にそうだね。



ロダン：それでね、今、福祉について勉強をしているんだ。新聞とかによく出てくるじゃない？この言葉。でもね、この“福祉”って、一体なんだろうね。特別なことってイメージがあるんだけど。

マサル：今日は『福祉って何？』というコトを聞きに来たんだね。ロダンは“福祉は特別なコト”というイメージがあるみたいだけど、どうなんだろう。

ロダン：新聞によく出ている、福祉のついた言葉って、高齢者福祉とか、障害者福祉とか…漢字ばかりじゃん。難しそうだよ。

マサル：そうだね。確かに福祉は難しいかもしれない。『社会福祉原論(1983)』を書いた岡村重夫さんは、福祉のことを「個人と社会の間に取り結ぶ、社会関係の主体的側面の欠陥（社会関係の不調和・社会関係の欠損・社会制度の欠陥）を調整する機能の体系」、と書いていたんだ。

ロダン：ずいぶん難しい言葉だね。やっぱり特別なコトのような気がする。

マサル：そうだね。でも、本当は特別なコトじゃないんだ。今からそれを説明するね。一番わかりやすいのは、階段かな？

ロダン：階段って、上の階と下の階をつなぐあの階段のこと？

マサル：そうだよ。階段は、家の中や、ビルの中、駅の中…色々な所にあるね。階段があることで、行きたい所に行ける。正確に言うと、高さの違う場所に行ける。

ロダン：何が言いたいの？

マサル：高さの違う場所に行く、という目的なら、ハシゴでもいいだろう？極端に言えば、天井からロープをたらしてもそれで行くことはできるね。

ロダン：そりゃそうだけど…。

マサル：だけど、それではとても不便

だよ。階段という物があるのに、わざわざロープやハンゴを使って、建物の中を行ったり来たりするのはとても疲れるし、危ない。だから、今までは階段を作ることが普通だったんだ。建物の中に階段があること、それがひとつの基準だったみたいなものだね。

ロダン： そうなのかなあ。

マサル： 「そうなのかなあ」と思うのは大事なことだね。そうやって“階段が基準”と言うコトに疑問を感じる人がたくさん出てきて、階段をエレベータにするようになってきたんだ。

ロダン： そういえばそうだね。最近、あちこちでそういう工事をしているね。

マサル： エレベータを使えば、足が不自由で階段を使えなかった人でも、建物の中を自由に行き来できるようになるね。このこと全体が福祉のひとつなんだよ。

ロダン： エレベータを整備すること？

マサル： それも福祉の役割のひとつなんだ。岡村さんの言葉を思い出して、当てはめてみようか。「建物を使う人と、階段のある建物の関係」が「個人と社会の間に取り結ぶ、社会関係」だね。「足が不自由で階段が使えない」と言うのは「主体的側面の欠陥」のうちの「社会関係の不調和」のことだ。そして「階段をエレベータに付け替えたり、エレベータを整備する」ことが「調整する機能」を表している。

ロダン： へえ、そうなんだ。じゃあ福祉って言うのは、階段をエレベータにすることなんだね。

マサル： もちろん、それだけじゃないよ。今まで説明したのは「階段でも不便なんだ」という人のために「エレベータにすることで便利にした」という、福祉のある一部分のことだけなんだけど、それはいいかな？別に、階段でも不便じゃない人がいる。でもその人だって、毎日生活していて自分一人だけの力じゃどうにもならないような、困

ったことや、不便だと感じるというコトがあるだろう？

ロダン： たぶん、人間なら誰でもひとつくらいあるんじゃないのかな？

マサル： その、誰もがひとつくらい持っている「社会の不便」を無くしていくような、便利にしていけるような働きが“福祉”なんだ。

ロダン： そうだったんだ。特別なことや変わったことじゃないんだね。

マサル： 分かったかな。じゃあ、今日はここまで。もう帰るから、またね。

ロダン： …ひどいなあ、もう少し聞きたいことができたのに、突然行っちゃうなんて…。

.....

マサル： いやあ、危なかった。あれ以上聞かされていたらちょっとヤバかったなあ。また今度、ロダンが来る時まで、ちゃんと答えられるようにしておかないとなあ。まだまだ勉強しないとなあ…。



.....



ロダン： 福祉が「特別なコト」じゃなくて「誰もが持っている社会の不便を無くしていく働き」というのはわかったんだけど…。

じゃあ、一体誰が便利にしていくんだろうなあ。これが聞きたくなかったのに…今度はこれを聞いてみるとしよう。

皆さんも、ロダンのように日頃『どういう意味なんだろうなあ』と、疑問に思っている言葉や、わからない事がありましたら、気軽に情報誌までお便りを下さい。また、このコーナーへの感想など、お待ちしております。

そらいろ探邸団

そらいろたんていだん

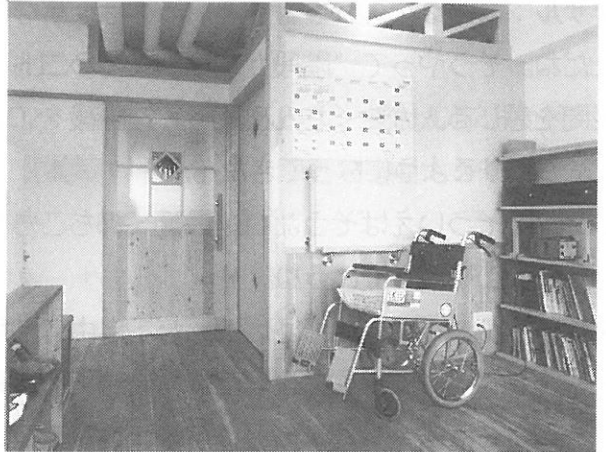
バリアフリーおたくのどんちゃんがあなたのお宅を訪問します。



～第1回 「突撃レポート」のさつきさん邸～

はじめまして。今回から住宅関係のコーナーを担当することになりました、建築士のどんちゃんです。このページは家を住みやすく改造し、生活している方々のお宅を訪問し、工夫した点、失敗した点などをインタビューするコーナーです。

それでは、第1回目として「突撃レポート」のさつきさんのお宅を訪問します。さつきさんは結婚を機に引っ越されました。お宅はマンションの4階でエレベーターが付いてます。さつきさんは外では電動車いすを、家の中では事務用チェアを利用しています。



車いす乗降スペース



事務用チェア

どん：こんにちは。

さつきさん（以下さつき）：どうぞいらっしやいませ。

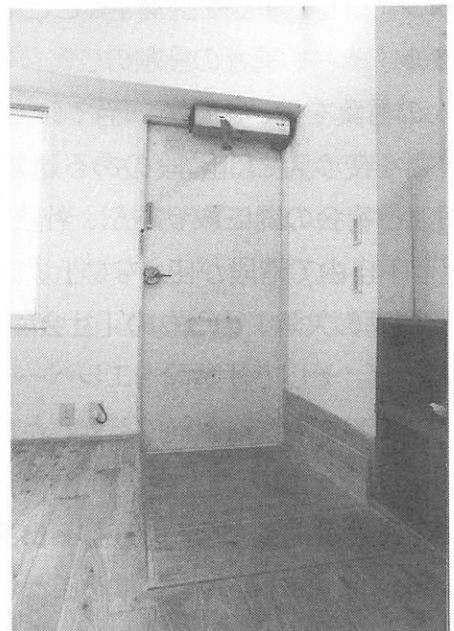
どん：おおーこれはっ、自動ドアクローザー[*1]ですね。

さつき：そうです。スイッチでドアの開閉はもちろん、カギも自動で掛かります。車いすだとカギの操作や玄関ドアの開閉が難しいので、高かったんですが思い切って付けました。

どん：よければ、いくらくらいしたのか教えていただけませんか？

さつき：工事費を含めて、30万円前半です。これでもだいぶ安くなってきているようです。

どん：それではお邪魔します。玄関の段差はスロープで解消してるんですね。マンションはたいてい段差が少ないのでスロープでOKですね。どうですか使い心地は？



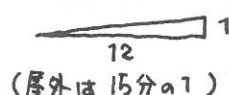
玄関（自動ドアクローザー）

さつき：外から玄関に入って来るとき運転が下手だと曲がり損ねたりしますが、最近は大抵慣れてきました。スロープの勾配[*2]もなだらかで問題ないです。

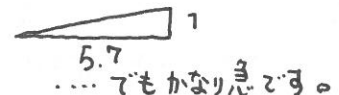
[*1]自動ドアクローザー：開き戸（マンションの玄関ドアなど）を自動で開閉する装置。数社から製品が出ている。

[*2]スロープの勾配：通常室内のスロープは1/2分の1勾配以上。ちなみに電動車いすの登坂力はJIS規格で10%以上（約5.7分の1勾配）。

通常は…



電動だと



どん：トイレを見てもよろしいですか？

さつき：どうぞこちらです。

どん：ドアは引戸[*3]ですね。Vレール[*4]が入っているのもとても軽いですね。いやあーこれは、とても広いトイレですね。ちょっと計らせてもらいます。入り口の幅は92cm、トイレの広さは横200cm、縦は便器のある一番狭いところで135cmと。一般に電動車いすが90°回転するのに必要なスペースが150cm×125cmとされているので何とか電動でも入れそうですね。

(一般の車いす用トイレは手動車いすが360°回転できる最小の回転円150cmを確保することになっている)

さつき：ひと部屋あったのを壊して、トイレを広くしました。私にはこの広さで十分です。便座はセンサーが付いていて、一定時間座っていると自動的に水が流れる優れ物です。

どん：次は洗面室を見せてもらえますか？

さつき：はい。洗面室は頻繁に使うので段差を無くし、ドアも無くして行き来しやすくしています。

どん：洗面台も使いやすそうですね。これは車いす用ですね。

さつき：そうです。シャワー式なので頭も洗えます。洗面台の横にスペースがあるので介助もしやすいと評判です。

どん：こちらが浴室ですね。ユニットバス[*5]ですか。浴室はどうですか？

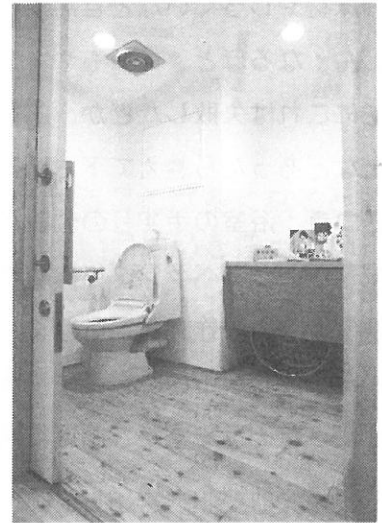
さつき：浴室は改造したかったけど、予算の都合で我慢して手すりや段差解消のすのこだけを付けました。

どん：マンションの浴室をバリアフリーに改造するのはかなり難しいですね。そういえば部屋はすべて段差が無いですね。

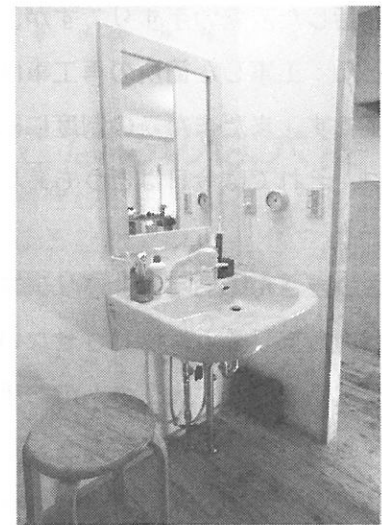
さつき：リフォーム前は各部屋に段差があったんですが、バリアフリーにしました。

どん：ほかに何か工夫した所はありますか？

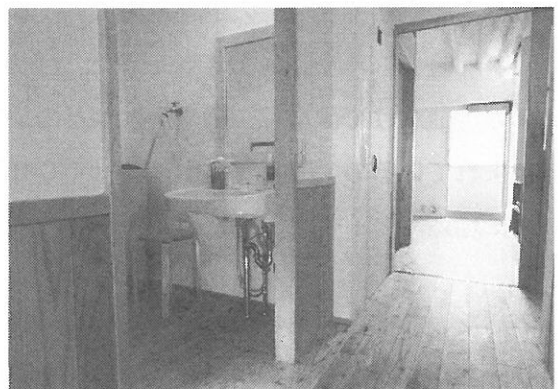
さつき：スイッチ類はすべて低い位置に変更しました。戸もできる限り引戸にして手すりを付けました。部屋の仕切壁を無くして部屋を広くしたのでとても動きやすいです。ちょっとそれますが、床や壁には無垢



トイレ



洗面台

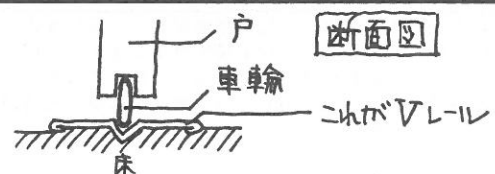


洗面室から玄関

[*3] 引戸：フスマや障子など、日本古来の戸の開け方。戸を横に引く。

[*4] Vレール：引戸の敷居に埋め込むV型のレール。戸の下にレールに合った車輪を付けることにより軽く開閉することができる。

[*5] ユニットバス：FRPなどで作られた工場で成型製造された浴槽一体型の浴室などをいう。



の床材やしっくいなど自然素材を使っています。

どん：なるほど。体にもやさしそうですね。それでは逆にこれは失敗したとか、これもやっておけば良かったなどあったら教えて下さい。

さつき：浴室の手すりの位置が使いにくいのと、現在段差があってベランダに出られないので、いつか板貼りのデッキを作り段差を無くしたいです。

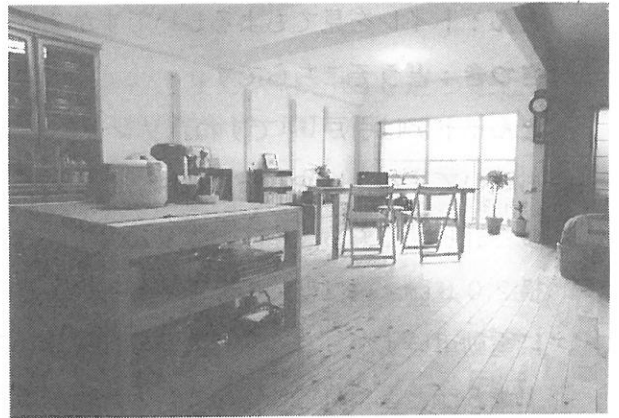
どん：名古屋市の障害者住宅環境整備事業[*6]の制度を使ったそうですが、制度に関してはどうですか？

さつき：前住んでいたアパートで一度使ったのですが、引っ越せばまた使えると聞いたので、もう一度使いました。申請などは制度のことをよく知っている建築士さんに任せたので、面倒なことはありませんでしたが、相変わらず訪問審査や工事着工までの期間がかかります。そういえば、先ほど話した浴室の手すりですが、制度で直せますか？

どん：工事した箇所の再工事は基本的に自己負担だそうです。まだまだこの制度には問題がありそうですね。それでは今日はどうもありがとうございました。

さつきさんのお宅は、バリアフリー住宅でありながら、あまりそうは感じさせないお宅でした。手すりは既製品を使わず大工さんのお手製だったり、車いす用洗面台も一般の住宅にあっても違和感がないような製品が選んでありました。トイレも狭からず広からず、居心地(?)の良さそうな空間でした。また細かく分かれていた部屋を一つの部屋にすることによって、車いすでも動きやすい広々とした空間を生み出していました。室内の移動も玄関から寝室まで一本の道ができ、その道の途中でトイレ、洗面、浴室が配置され移動しやすそうでした。バリアフリー対応の改造だけではなく、壁や天井などのリフォームも含まれているので工事費は助成金(100万円)を大幅に越えているそうです。

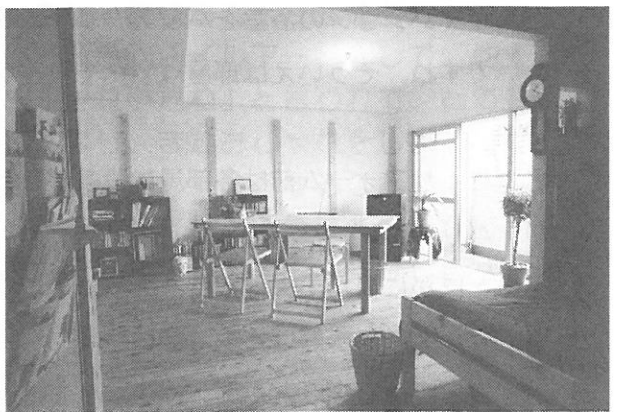
あなたのお宅を拝見させてもらえませんか？バリアフリーおたくどんちゃんがあなたのお宅を訪問します。



台所からリビング

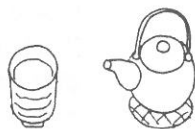


リビングから台所



寝室からリビング

[*6]名古屋市の障害者住宅環境整備事業：心身に障害のある方が身体状況に即応した住宅環境整備工事を行う場合、専門家による訪問相談及び工事費用の一部を助成する。助成限度額は100万円(但し世帯の最多所得者の所得税により自己負担あり)。



台所繁盛期 調理にこだわる人へ

おいしいものを食べるのは、誰でも楽しいものですね。生活の道具相談室では、『調理道具の工夫』相談にも応じていますが、道具の工夫の出発は、「こうしたい、こうやりたい」などの気持ち大切です。

そこで、今号は、「こんなもの食べてみたい」「できれば自分で作ってみたい」という、調理にこだわるあなた、特に片手で調理をするあなたにおすすめの献立と調理方法を紹介します。

□ その前に、まず、台所の環境に目を向けて下さい。

- 調理スペースは、動きやすいようになっていますか？

はい いいえ

“いいえ”の人は、移動の妨げになる物を整理して移動空間を確保しましょう

- 使いやすい高さや配置に、流しやレンジがありますか？ はい いいえ

“いいえ”の人は、「すまいの相談」(*)で住宅改造などの相談にのってもらおうといい

- 必要な調理道具は、そろっていますか？ はい いいえ

“いいえ”の人は、「生活の道具相談室」(*)を利用するといい

- 冷蔵庫や収納庫は、清潔になっていますか？ はい いいえ

“いいえ”の人で自分でできない人は、この機会に介助者に相談にのってもらっては？

(*)は、月2回、午後1:30PM から(社福)自立の家サマリアハウスで開かれています。

今後の予定や連絡先は、本誌の裏表紙を見て下さい。

すべて「はい」の人は、調理へお進み下さい。

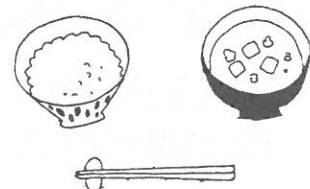


□ いよいよ調理

レバーにら炒め (参考：遠藤てる著 片手で料理を作る 協同医書出版社)

- ① 材料と道具を用意する ☆印のものは、片手で調理する時に便利なもの

| 材 料 (4人前) ひとり分のカロリー-133cal | | | |
|----------------------------|-----------|-------|-------|
| ・にら | 130g (1束) | ・しょうゆ | 大さじ1杯 |
| ・もやし | 270g (1袋) | ・酒 | 大さじ1杯 |
| ☆ 鶏レバー | 200g | ・油 | 大さじ1杯 |



道具

| | | | |
|------|----------|---------|----------|
| ・包丁 | 1 | ・中華鍋 | (21cm) 1 |
| ・まな板 | 1 | ・調味料入れ | 1 |
| ☆トング | 1 | ☆調理ばさみ | 1 |
| ・ボール | (大中小) 各1 | ・ヘラ | 1 |
| ☆ざる | (中小) 各1 | ・水受け用の皿 | 1 |
| ☆片手鍋 | (18cm) 1 | | |



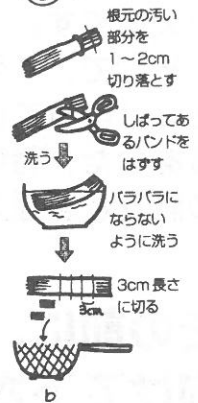
② もやし

調理ばさみで袋を切ってもやしをボールの中に入れ、水で洗い、手でとってざるへ入れる。

② もやし



③ にら



③ にら

しばってある束をそのままにして切り、それからざるで洗う。

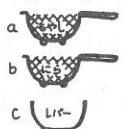
④ 鶏レバー *鶏のレバーが扱いやすい。

1. ボールに入れて洗う。(ざるを使うとさすがに残りそれをとるのが大変なので)
2. 片手鍋に水を入れ、沸騰したらトングを使ってレバーを鍋へ入れ、再び沸騰してから強火で2~3分ゆでる。
3. 火を止め、鍋からトングでレバーを取り出す。
4. レバーを2cm大に切り分ける。
(レバーが熱いので少しさめてから切るとよい)

④ 鶏レバー



⑤ 炒める準備



⑤ 炒める準備

炒める時に、鍋が動かないように固定する工夫をしておこう。



⑥ 炒める順番 レバー → もやし → にら

1. 中華鍋を強火でよく熱して水分を取る。
2. 油大さじ1を鍋へ入れ、木べらでよくのばす。
3. レバーを炒める。ジュッという音が出てくるくらいがよい。
4. もやしを入れる。透明になるくらいが目安。
5. 最後に、にらを入れて炒める。にらの色が変わったら調味料を入れ、再びさっと炒めてから、火を止めてできあがり。
(食べる直前に炒めるとおいしい。野菜はやわらかくなりすぎないように、強火でさっと炒めるのがコツ)

⑦ 盛りつけ

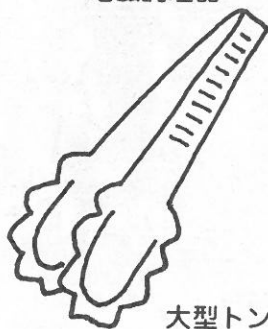
鍋から取り出す時もトングは、重宝する。

□ おさらいです。

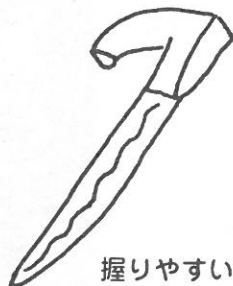
台所にそろえておきたい道具

ひとり暮らしの人が、毎日1食程度（パンを焼く・ご飯・みそ汁・スープ・炒物・煮物）作るとして必要な道具をあげてみました。

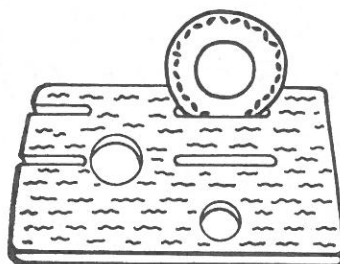
- ・冷蔵庫
- ・食器
- ・炊飯器
- ・オーブントースター
- ・電磁調理器
- ・電磁調理器用なべ
- ・固定用まな板
- ・握りやすい包丁
- ・おさえ箸・大型トング
- ・かわむき器
- ・サラダカッター
- ・ワゴン
- ・シンクすのこ
- ・フライがえし
- ・軽くて持ちやすい片手鍋



大型トング



握りやすい包丁

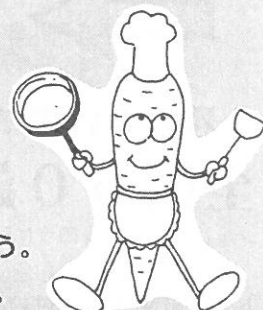


シンクすのこ

□ これから、挑戦する人達へのアドバイス

食生活は、大事な生活の一部です。環境や献立や道具の工夫で、楽しい食生活が創造できるものです。また、日々の献立を考え、買い物に行き食事を作るという、時間をもっと大切にしたいですね。さて、そうは言っても食事作りは経験がないと容易なことではありません。知識偏重の教育の中では、調理は片隅に追いやられてしまうので、よほど普段から家のお手伝いなどで台所に立っていないと、いきなりひとり暮らしではとまどってしまいますね。一人用のお総菜がスーパーなどにもありますが、種類も少ないのでどうしても好きな物を買ってしまうことはないですか？これでは、生活習慣病にもなりかねないのです。自立生活をエンジョイするための食生活として、調理をしてみてもいいでしょうか？

- ◇ 何をどの程度作るようになりたいか、目標を考えよう。
- ◇ 調理時間は、30分程度が長続きのコツ。冷凍食品やお総菜を上手に利用しよう。
- ◇ 調理になれた人は、まずお菓子作りや、炒め物を作ってみよう。
- ◇ 配膳やあと片づけも食事、調理の内と考え、工夫しよう。
- ◆ 身体の動かし方と関係が深いので、次の点は特に注意しよう。
- ◇ 流しと調理台のスペースは、あらかじめよく考えて、手の動かし方を決めてしまう。
- ◇ 冷蔵庫の扉を開ける方向と流しの位置関係は、身体全体の動き方を決めてしまう。
- ◇ 流し台と調理台の高さは、水平であれば効率がいいので、改造も考えよう。
- ◇ よく使うものは、手の届く範囲に置く工夫が必要だ。
- ◇ ワゴンは工夫して活用しよう。（盛りつけ台や、配膳や片づけの時など）
- ◇ ゴミの始末も忘れずに。



ゆりのこのトラベルセンター

障害を持つ人 & 高齢者向けの 名古屋のJTBがバリアフリーツアークラブスタート

旅行業の最大大手JTB（団体旅行錦支店）が障害をもつ人 & 高齢者向けのバリアフリーツアークラブ『ふれあい倶楽部』をはじめました。会費はなんと無料（ただ）！

国内外のバリアフリーホテルや観光地・交通手段の紹介、ハワイ・北海道の『ふれあい倶楽部』ツアーなどがあるほか、一般の海外旅行 LOOK、国内旅行 ACE の手配や参加への相談もしてくれるそうです！すごい！それから割引イベントもあるので、急いで申し込もう！

会員向け企画のいろいろ

●ディズニーアイススケート ショーのチケットが割引

S席 平日 5775 円を 5200 円に（休日は 300 円 UP）

A席 4200 円を 3500 円に

車いす席あり オリジナルステッカーももらえるよ！

8月20日（金）～31日（火）

名古屋笠寺 レインボーホールにて



●『ふれあい倶楽部』ツアー

北海道3日間（10月）

ハワイ5日間ツアー（12月）



これは「ふれあい倶楽部」ではないけど、新幹線なので行きやすいから紹介します

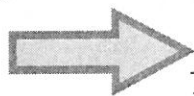
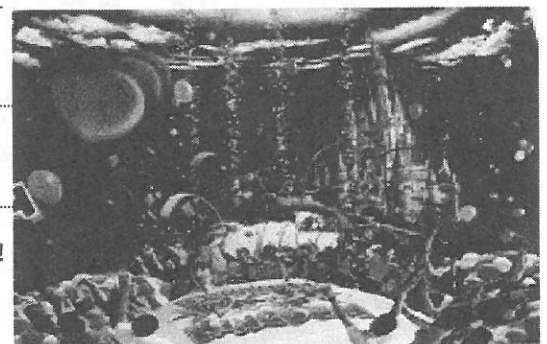
臨時新幹線で行く東京ディズニーランドの旅

7/31 名古屋-東京-舞浜-ディズニーランド-ホテル
（舞浜以降の移動はリフト付きバスでないので注意！）

8/1 東京または新横浜駅（駅までは自分で）-名古屋

三河安城や豊橋からも参加OK ビールまたはジュース付き
ホテルはなんとヒルトン東京ベイか京王プラザだ！！豪華！
2日間まるまる遊べるよ

旅行代金
ヒルトン東京ベイ 4人部屋で1人 39,800円 ツイン 46,000円
京王プラザホテル 3人部屋で1人 29,800円 ツイン 32,000円



申し込みは『ふれあい倶楽部』デスク (052)951-8444 へどうぞ
ファックスは(052)961-2253 E-mail ichikawa@mail.nishikijtb-unet.ocn.ne.jp

今号の車いすマーク付きガイドブック紹介

全国60歳からの宿選び

シルバー世代や身障者に配慮がある“やさしい宿”100軒を紹介

このガイドのよいところは、全部じゃないけど、お風呂や
トイレに手すりが付いているか書いてあるところ

それから、食事内容や近くの観光先が写真入りで載っているのも楽しい

1人で宿泊可能か書いてあるのもうれしい（障害の有無は別としても、旅館では単独では不可の所もあるからね）

弘済出版社 (03)3918-6833
1190円 書店にもあるよ



障害があっても
誰でも海外へ行く会

マップ

Map of the Access world
旅行情報

旅行の申し込みは

下の申込書に書いてファックスか
お電話でマップ(担当 尾崎まで)

●Tel&Fax (052)852-2186

電話は留守番電話になってます
ファックスの人はそのまま送ってね
電話の人は伝言して下さい

旅行について心配な人へ



マップでは毎月一回障害者の旅行の情報を交換するミーティングを行っています。

時には、外国からのおみやげや、

めずらしい食べ物も登場!

相談もできるので、気軽に来てみて下さい。

毎月第1日曜 10:30 から

次は7月4日

昭和区恵方町 2-15 サマリアハウス食堂

旅行の情報や経験談ものってる

ニュースレターもどうぞ

電動車いすでも、ひとりでも参加OK 初夏の安曇野&上高地 1泊旅行

6月19日(土)~20日(日)

移動はリフトバス!

安曇野ワイナリーでビールとバーベキューの昼食

ちひろ美術館はホントにのんびりできるよ

宿泊は浅間温泉のウェストンホテル

階段があるけど露天風呂もあり!

夜はビンゴミニパーティも企画中

上高地は歩道や障害者トイレも整備されているので安心してね



参加費 1泊2食 ちひろ美術館の入場料・1日目昼食含む

●一般 23,000円

●ペア参加 1人 22,000円

障害者と介助者、家族など2人で参加する人 ちよっと得

●介助の必要な人 35,000円

食事・移動・入浴に介助者がついて欲しい人

●介助ボランティア 10,000円

食事・移動・入浴などの介助をする人



ハワイの障害者に会いに行こう!

マップハワイ旅行

9月2日(木)~8日(火)

- 2(木) 名古屋出発
- 3(金) 見学・島内観光
- 4(土) 自由
- 5(日) 自由
- 6(月) ホノルル発
- 7(火) 名古屋着

オブショナルツアーあり

●一般 190,000円

●ペア参加 1人 185,000円

●介助の必要な人 300,000円

●介助ボランティア 90,000円

↑お得!

バリアフリーなハワイに行くから、リフト付き公共バスに乗って、アラモアナパークやショッピングセンターや大学へ行くミニツアー企画

マップのツアー・ニュース申込書 (このままファックスで送って下さい。 (052)852-2186 詳しい案内を送ります)

氏名 _____ 電話 _____ ファックス _____

住所〒 _____

希望 安曇野&上高地旅行 ・ ハワイ旅行 ・ ニュースレターが欲しい ・

相談したい(_____)

クワガタ

堤 剋喜

ホール脇で拾ったタクシーが、街路樹の並木にさしかかる。
「この時期の緑は気持ちいいですね。もう少し経つと濃くなって感じが変わってくる。
分かります？ 幹が濡れてるの。あれ、雨のせいじゃなくて樹液ですよ。
若葉を出すとき、木は樹液をすごくたくさん出すんです」
運転手のYさん、出身は沖縄とのこと。

熱帯魚屋の店先で、親子連れとすれ違う。

「お母さん、これなに？」
母親が説明書きを読み上げる。
「"クワガタのえさ"だって」

クワガタが出てくる季節になったのか。カブトムシの方はまだ幼虫のはず。
夏本番になったら、同じ製品が"カブトムシのえさ"になるとか？
スイカの皮で十分飼えるのに。スイカ？まだ、はしりだ。
だから"クワガタのえさ"が要るわけだ。

小学校2年生の夏、大牟田のいところから、天然のクワガタをもらった。

くきのうつかまえた>クヌギ林からの産直だった。
「小さい方がヒラタクワガタで、大きくてスマートなのがミヤマクワガタだよ。」
「大きい方が強いのか？」
「体は小さいけど、ヒラタの方が挟む力は強いから、喧嘩させると、ヒラタが勝つよ。
一日に何度も遊ばないようにね。弱るから。」

その夏の間一日に何度か遊んだが、頑健なクワガタは秋口まで生きていた。
ヒラタクワガタもミヤマクワガタも、僕が手にしたのはこれが最初で最後。
じつに貴重なプレゼントだった。

高校1年の夏に初めてバザーの売り子をやった。

そこそこ人出があり、退屈はせずにすんだ。
日が落ちて、品物が見えにくくなったところで、
「ご苦労さん。もう人もいなくなってきたし、そろそろ終わりにしてね。」
実際、会場にはほとんど売り子しかいない。
売り上げを納めてから、一巡りしてみる。
売り子からお客さんに早変わり。

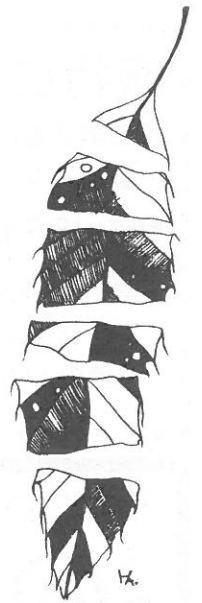
プラスチックの水槽が目についた。

「いらっしゃい。どうかね」
「ここは虫屋さんなの？」
「じき店じまいだが。クワガタはどうだね。ノコギリクワガタ」
「いくらなの？」
「雄1匹360円でどう？」
買い得に思ってしまった。それにどうせバザーだ。多少の無駄遣いは許されよう。
「じゃあ、もらう」
「こいつでいいかね」
と言われても暗がりによく見えない。
シルエットは確かにクワガタだったので、そのまま買って帰った。

袋からつまみ上げる。

ノコギリクワガタにしては小振りな感じ。それにしても脚の動きが頼りない。
クワガタの一族がよくやる威嚇姿勢（足を踏ん張って体を浮かせる）を取りそうにない。
とりあえずスイカの皮の上にのせてみた。
果汁を吸う様子を眺めて、やっと気がついた。

右側の触角がない！ こりゃあ、弱ってるなあ。
それでも、何日か生きていた。



挿し絵 橋本知佳

読者のみなさんの声に応じて！

情報誌の読者の皆さんお元気ですか？私事ですが、克己は最近バテ気味です。皆さんからの激励の声をお待ちしております。それはさておき、今回は、前号（39号）の読者の声に応える形で記事を進めて行きたいと思います。

『ディズニーランドやハウステンボスの情報もいいんですが身近な地域の情報をもっと！』という、高山市のHさんの声に応じて

「高山市車いすお出かけマップ」を紹介

この本は、高山市内の公共施設・レストラン・観光名所・公園・病院等の障害用のトイレや駐車場やエレベーターのある場所などを9ブロックに分けて掲載しています。ブロックの地図と一緒に、郊外マップと、アウトドア編として「おすすめのハイキングコース」なども掲載されている他、リフト付きタクシー情報、車いすの貸し出し・車いすのパンク修理についての情報も載っています。

<問い合わせ先>高山市社会福祉協議会 TEL0577-35-0294 FAX0577-34-6736

<近郊のアクセシブル施設>

- ・高山まつりの森 TEL0577-37-1000 FAX0577-37-1010 高山市千島町1111
- ・ペンションはなつばき TEL/FAX 0577-32-8718 高山市山口町1384-8

『旅行のことをたくさん教えて下さい』という、西区のKさんへ

「旅のおたすけガイドたびのすけ初めての旅行術」を紹介

「障害者が旅行するには、どんな情報や準備が必要かな？」こんな疑問や不安は誰しも一度は抱いたことがあると思います。最近旅行雑誌がいくつか出ていますが、この本は、車いすでも利用可能な宿泊・交通機関等の情報を掲載しているだけではなく、旅行に関するノウハウに重点をおいています。例えば、障害者向け旅行ツアーと一般ツアーに参加した場合の、それぞれのプラス面とマイナス面の比較や、実際に旅行の計画を作るにはどんなポイントをおさえればよいか、ということも丁寧に解説されています。予約から出発までのチェックポイントなどにもページをさいてあるので、旅行の体験がない人にも充分参考になると思います。飛行機やフェリーなどの対応の現状やリフト付タクシーの会社、全国観光連盟・観光課一覧、全国のテーマパークの車いすで利用可能なアトラクション等の情報も盛りだくさん。読者の皆さんもお手元に一冊いかがでしょうか。

<出版>近畿日本ツーリスト ¥1,600（本屋さんでも売っています）

* 肢体障害／視覚障害／聴覚障害別に分かれて販売されています。

<その他参考になりそうな本>

- ・『障害者旅行ガイドブック』学苑社 もっと優しい旅への勉強会編 ¥2,000
- ・『障害を持つ人と行く旅』エンパワメント研究所 草薙威一朗編 ¥1,500

『蟹江方面で利用できるリフトタクシーは?』との声に応じて、
『ハローサービス』を紹介します。

中川区のタクシー会社『ハローサービス』が、リフト付きタクシーの運行を
始めました。車輛は、当面1台とのことです。

<基本料金>30分まで2,830円(タクシー会社の車庫を出た時間から計算され
る)3時間又は、60km以内は、30分毎に2,610円加算、それ以上
は、30分毎に2,480円加算(料金には消費税がかかります)

<利用時間>基本的には、予約制で24時間利用可能。2,3日前に予約して欲し
いが、当日でもあいていれば対応可能。

<ちなみに、蟹江までの料金を聞いてみました>
蟹江のどこなのかによりますが、蟹江役場までな
らば、基本料金(2,830円)でいけると思います。



<連絡先>TEL052-432-2366 FAX052-432-2540 中川区野田2-231



おまけ情報

◆西区でリフト付車輛の貸出開始!!

西区社会福祉協議会は、区内の車いす利用者を対象にリフト付車輛の貸出
を始めました。(運転手は自分で確保する)

<料 金>無料(ガソリン代実費)

<車 種>日産セレナ ハイルーフチェアキャブ2000cc ガソリン車

<定 員>4名(車いすのまま1名+3名)

<期 間>3日間以内(返却日が社協の休みの日の場合は、翌日)

<申 込>3ヶ月前の月初め~10日前

*運転者は、満21歳以上で、免許取得後1年以上の人であること。

<問い合わせ>西区社会福祉協議会 TEL052-532-9076 FAX052-532-0982

◆緑区でも福祉車輛の貸出をしています。

緑区社会福祉協議会でも、区内の車いすを利用している方を対象にリフト付き
乗用車の貸出をしています。(運転手は自分で確保する)

<料 金>無料(ガソリン代実費)

<車 種>トヨタ ノア ガソリン車

<定 員>5名(車いすのまま1名+4名)

<期 間>3日間以内(返却日が社協の休みの日の場合は、翌日)

<申 込>3ヶ月前~10日前

<問い合わせ>緑区社会福祉協議会 TEL052-891-7621 FAX052-891-7640



◆日進市でも、市内の車いす利用者又は、高齢者を対象に、車いすのまま乗 れる軽自動車を貸出中!運転ボランティアも紹介してくれます。

<料 金>無料(燃料費は負担 10km当たり約100円)

<車 種>スズキのワゴンR *車いすのまま1名乗車可能

<期 間>1日(8:30~17:15まで)*1人週1回

<申 込>予約制(3ヶ月から10日前までに)

<問い合わせ>日進市社会福祉協議会 TEL05617-3-4885 FAX05617-3-4954

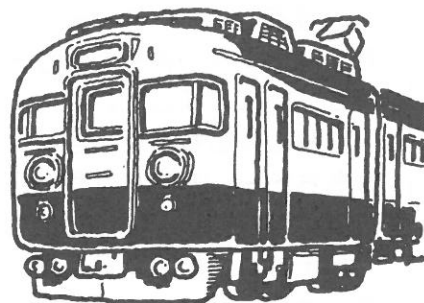




電動車いすで、鉄道一人旅を続けている平山さんからの情報 さあ、鉄道で旅しよう。

僕は電動車いすの旅人です。一人で旅をするときは、車の運転ができないので、「鉄道」が、大切な移動手段となっています。少人数で行くときや遠くへ行くときも鉄道は、有効な交通手段だと思っています。

そういうことから、皆さんにも鉄道の旅をおすすめします。今はバリアフリーの風を受け、JRや私鉄の車両に車いす対応の設備が付きつつあります。そこで東海地区を発着する、車いす対応の設備がある列車について紹介します。



| J R |
|----------------------------------------|
| ・ 東海道・山陽新幹線全線 |
| ・ 名古屋から長野方面 特急「ワイドビューしなの」・夜行急行「ちくま」 |
| ・ 大垣～東京 夜行快速「ムーンライトながら」 |
| ・ 豊橋～飯田方面 特急「ワイドビュー伊那路」 |
| ・ 甲府～静岡 特急「ワイドビューふじかわ」 |
| ・ 静岡～東京 特急「ワイドビュー東海」 |

| 名 鉄 |
|---------------------|
| ・ 犬山～知多方面の特急 |
| 近 鉄 |
| ・ 名古屋毎時30分発のなんば行き特急 |
| ・ 伊勢志摩ライナー |



*これらの列車は車いすスペースが1ヶ所（近鉄は2ヶ所）、車いす対応のトイレ（大きくはない）、出入り口は他の車両と比べ広く（ながら・伊那路・ふじかわ・東海に関しては両開きになっており、どの車両の出入り口も広い）、車いすでも余裕をもって出入りが可能となっています。その他のJR・名鉄・近鉄・地下鉄にも車いすスペースが設置されている列車も、わずかながら増えています。

JR東海で、車いす用設備がある普通列車が走る！

JR東海に新型普通電車（313型）が登場しました。まだ、走っていませんが「鉄道ファン（5月号）」に乗っていたので紹介致します。

本によると、大阪方面の先頭車両の後部に“車いすスペース”と“車いす対応トイレ”が設置されているようです。JR東海の普通電車としては初めてではないかと思えます。

まず車両は、新幹線や特急車両みたいな二人掛けの座席となっていて、一部、地下鉄のような横長のロングシートもあります。車いすスペースは、二人掛けの座席一人分が車いすスペースとなっています。これは、特急車両以外では初めてでないかと思えます。（よくあるのは、ロングシートの横）

また、車いすスペースのすぐ近くに車いす対応のトイレが設けられています。写真を見

る限りでは、電車の標準のトイレに比べ大きく、座席二人分ぐらいの広さがあります。内部には手すりとおむつ交換台が設けられていますし、便器は中途半端な和式ではなく、普通の洋式が設置されています。誰にとってもやさしい配慮だと受け取れます。でも、実際に乗って見ないと使い勝手がどうかは分かりません。

終わりに、これからは車いす対応の列車が増えつつありますし、電車という移動手段は誰でも使える交通機関だと思いますので、どんどん鉄道に乗ってどこかへ行きましょう。



春日井の鈴木さんより

「'99 車いすツインバスケットボールブロック対抗戦、見に来てね」

この大会は、身障者スポーツとして確立された「ツインバスケットボール」を、従来の社会参加という枠を越え、世界へ歩む選手の育成と社会へのアピールの場とし、世界進出の足掛かりとして、ブロックの名誉と誇りをかけて競い合うことを目的として昨年からはじめました。

舞台となる春日井市はバスケットボールが盛んで、昨年の大会はもちろん、ミニバスケットボールの大会も地元のケーブルテレビで中継されるということもあって、人気のあるスポーツです。

今年は、7月11日（日）に春日井市総合体育館で開催されます。地元、東海をはじめ、全国5ブロックの代表チームが熱戦を繰り広げますので、ぜひともご観戦ください。

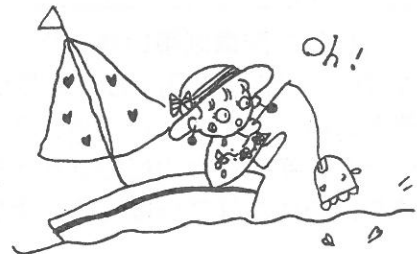
〈会場〉 春日井市総合体育館 春日井市鷹来町4196-3 TEL0568-84-7101



春日井市の松元さんより 「奄美大島へ行って来ました！」

39号拝読して対談もおもしろかったです。さて、定年を機に兄弟で父の故郷奄美大島へ行こうと話がもちあがり、車いすの旅になるので名瀬市役所へ現地状況を問い合わせたところ、奄美観光ネットワークを紹介され観光プランを作ってくれました。名古屋からの車いす観光者は初めてらしく、「島内の障害者自立のためにもPRさせてほしい」ということで地元紙に取り上げられ、新聞の力は偉大で小学校時代の友達や予想外の親戚に逢うことができました。奄美は自然も雄大で郷土料理もおいしく、島唄の演奏を聴いたり、介添人に手伝ってもらい車いすのまま展望台にも登りました。今回は皆さんの善意でささえられた旅でした。奄美はまだトイレや宿泊に問題がありますが、障害者の観光を前向きに取り組みたいそうです。皆さんも一度トライしてください。

〈お問い合わせ〉 観光ネットワーク奄美 奄美大島名瀬市幸町19-5
TEL/FAX 0997-54-4991 代表 基武雄



原田さんより

劇団四季の『新名古屋ミュージカル劇場』へ行って来ました。

伏見にオープンした、この劇場の車いすでの利用状況をお知らせします。

1. 入口から車いす席まで段差無し。
2. 車いす専用席は4人分ありました。(普通席6席分)
3. 車いす仕様トイレあり(1つ)
 - ・男子トイレと女子トイレの間にあります。
 - ・洗面台が便器に近く、手摺りも大分長いので、人によっては使い難いかも知れません。
4. 車いすのまま観る場合は、B席扱いになります。
 - ・申し込みは、劇団四季予約センター(0120-489-444)へ
 - ・チケットピアなどでB席チケットを買ってから上記へ連絡してもいいと思いますが、出来れば予約センターへ





山口さんより 前号の「マッチのマタニティライフを読んで」

おめでとう。二人にとって、大イベントだと思います。でも、両親の言うことには、あまり耳を傾ける必要はないよ。私も、上の子の時は、それほどでもなかったけど、下の子を身ごもった時は、上の子と一歳半しか離れていないから「おろせ」とか、しまいには主人の勤務先の人まで「おろせ、それでなかったら辞めてくれ」とか言われたものでした。私もあなた達と同じ脳性まひ、その上緊張あり……。だから、妊娠中は大変でした。

奥さんにアドバイス、腹帯なんてしなくても大丈夫だからね。日本だけにある伝統ものだから、外国はそんなのいないから、めんどくさいものは抜いても大丈夫。マタニティ物の服は結構するから、男子物をうまく使って。産まれたら大いに泣かして、待たせることを乳児のうちから教えるの。うるさいと思っていたら、あせるだけ、抱けないことに悩むことはないよ。動くようになれば、子供はそれなりに甘え方を見つけてくれます。よく「動くようになると大変だよ……」と言われましたけど、危険物（はさみとか薬とか）は、子供の目線に入らないところに締まってしまえば、後は自由にさせていました。保育園や福祉制度など、うまく使えば大丈夫。くれぐれも両親にはあまり手を借りないように……。



子育てって、結構楽しいよ。子供と共に親も育って、いや、子供が親を育ててくれるのかもしれない。そう思う瞬間がいくらでもあるから。とにかく、今はカルシウム、鉄をよくとって、風邪とかに気をつけてストレスためないように……。元気な赤ちゃんが産まれることを願っています。



刈谷のてととさんより「座談会、壁を読んで」



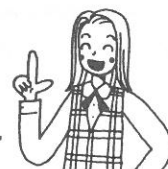
情報誌39号の「壁」についての座談会。読んで「そうそう」とか、「だよね」って思いきり同感しました。甘えて頼っちゃえば「楽」なんだけど、親は障害を「かわいそう」としか思っていないみたいで、乗り越えることはさせてくれないし、まして乗り越え方は教えてくれない。障害もその人の個性としては見てくれず、否定だけをして障害を受け入れてどう生きるべきか教えてくれようとも、体験させようともいないんですよ。一緒に送った記事（新聞記事の自主性が育たずさまよう学生）みたいに、つまづかないように石をどけようとする、一度も小さな傷を作らずにいきなり、大きなハプニングが起こると命を落とすまではいかなくても、小さなけがに慣れていないから、いきなり大きなケガをする羽目になっちゃうんですよ。施設も同じで、「生きてる」よりも「生かされている」って思えて退所しました。「生き生きしたい」と思っていますが現実には厳しいなあっていう思いもあります。



半田市のぶんちゃんより「地ビールが飲めるよ！」

ビアシティ南知多ガリフレッシュオープンしたので、友達とさっそく地ビールを飲んできました。一階は、バイキングレストランで板前さんの魚さばきの実演も見られます。二階は、会席料理で落ち着いた雰囲気です。身障トイレは一階にありました。「さあー、地ビールがうまくなる季節です。地ビールを飲にいこう！」

ビアシティ南知多 知多郡知多町大字内海字口揚4-1
TEL 0569-64-0274 FAX 0569-64-0808



福祉用具のリサイクル情報 (6/01現在)

◆A J U 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。

譲りますよ！

*金額の記述のないものは無料

ベッドなどの床周り品

- ◇ 3 モーターベッド<介護支援ベット> (1年/¥100,000)
- ◇ 2 モーターベッド (1年/¥225,000)
- ◇ ベットマット<おけつコイルスプリングマット> (数回/¥10,000)
- ◇ 折りたたみリクライニングベッド (数回/¥15,000)

移動用品

- ◇ 手動車いす (数回から1年)
- ◇ リクライニング電動車いす<子供用> (2年ぐらい)
- ◇ 歩行器 (数回)
- ◇ 木製松葉杖 (1年)
- ◇ 歩行器 (数回/¥25,000)
- ◇ 介助用車いす<夢キャリー> (数回/¥70,000)
- ◇ 電動車いす<スズキMC15S> (未使用/¥280,000)
- ◇ 電動車いす<10E EMC-60> (数年/¥75,000)

入浴用品

- ◇ シャワーいす (¥15,000/0年)
- ◇ シャワーいす (¥50,000/数回)
- ◇ 入浴用車いす (¥78,000/数回)
- ◇ 入浴用リフト (¥100,000/6年)

トイレ用品

- ◇ ポータブルトイレ<サニタリーグッズ> (数回から1年未満)
- ◇ ポータブルトイレ (6ヶ月)
- ◇ サニタリーエースHG<据置式洋風便座> (1ヶ月)
- ◇ ポータブルトイレ<背もたれ型> (数回)
- ◇ ポータブルトイレ<手すり付> (数回から1年未満)
- ◇ ポータブルトイレ<5つあります> (数回から1年未満)
- ◇ おむつカバー (新品)
- ◇ 差込便器 (新品)
- ◇ ポータブルトイレ (数回/¥5,000)
- ◇ あったかくまさん<暖房・背もたれ・手すり付> (約2年/¥10,000)
- ◇ 木製トイレチェア (1年/¥25,000)

その他

- ◇ モンキーバー (数回)
- ◇ 透析液加温器 (数年)
- ◇ ネブライザー<吸入器> (¥5,000/半年)
- ◇ スロープ<デクパック> (¥50,000/数回)
- ◇ ベッド用リフトつるべい (¥150,000/2ヶ月)
- ◇ 車イス用移動昇降機UD200 (¥220,000/未使用)

ベッドや車いす等を「譲って欲しい」という方もたくさんみえます。家庭で眠っている物や、譲って欲しい物がありましたら下記へぜひご連絡下さい。この情報は、インターネットの自立の家のホームページでも見ることができます。 <http://www.ipc-tokai.or.jp/aju/>

A J U リサイクル相談事業部 TEL 052-851-0059 FAX 052-851-0159



AJU自立の家グループの行事や出版物のお知らせ



シーティングセミナーの開催

6/22 (火) 10:00~16:00、23 (金) 10:00~12:00

欧米では、正しい座り方をすることで、動作がしやすくなったり、身体にかかる圧力を分散し床ずれを予防できたり、二次障害を防止する事も可能だと言われています。車いす上での姿勢をこの機会に見直してみませんか？当日は、シーティングの重要性、二次障害との関連についての講義の他、実際にどんな座り方がいいのかについての処方も見ることができます。

講師：山崎泰広氏（シーティングスペシャリスト）

* 電動車いすのクイッキーを取り扱っている㈱アクセスインターナショナルの社長さんです。

場所：社福）AJU自立の家サマリアハウス（名古屋市昭和区恵方町2-15）

問い合わせ：自立生活情報センター TEL 052-851-0059 FAX052-851-0159 担当：大谷



養護学校卒業生がおくる「障害を持つ高校生のための夏季自立体験プログラム」

『やって、やって、やりまくる きつかけ123%』

人は誰でも可能性を持っています。「自分自身に可能性があることを」このプログラムで発見してみましょう。プログラムは、障害を持つ先輩と相談しながら自分で作ります。初めてのことにチャレンジしたり、障害を持った先輩と行動したり、1人で出掛けてみるなど、教科書とは違う新しい「自立体験」をしてみませんか？（宿泊実習も予定しています）

期間 7月29日（木）～8月5日（木）・8月21日（土）9:30～16:30

場所 社福）AJU自立の家サマリアハウス（名古屋市昭和区恵方町2-15）

参加費 24,000円（介助料、宿泊費、保険などの諸経費込み）

問い合わせ：AJU自立の家サマリアハウス TEL 052-841-5554 FAX052-841-2221



旅行に行きましょう 9月18日（土）～19（日）

『みどりの広場<芝政>と福井市在住の障害を持った仲間との交流会』

ちよつと夏が名残惜しそうな9月に、愛知県重度障害者の生活をよくする会（通称よくする会）では福井旅行を計画しました。「旅行してみたいけど勇気がない」とか、「今までとは違うことがしたいけどキッカケがない」と思っているあなた、一緒に出かけましょう。よくする会は、発足25年の歴史の中で、たくさんの仲間に出会いました。その仲間が「どんなに障害が重くても当たり前前に街を歩き、誰とも変わらない生活がしたい。」と活動を続けてきた会です。新しいあなたとの出会いを待っています！

参加費：一般 15,000円 学生10,000円

問い合わせ：よくする会事務局 TEL 052-841-8841 FAX052-852-4810

*8月7日（土）～8日（日）には、キャンプも計画されています。



もうすぐ発売！『介護保険には任せられない！』

AJU自立の家グループの有志が集まり、専門家の協力を得て、障害者自らの生活の中から発想した介護支援システムを検討し、誰もが自立・参加できる社会を展望した1冊です。

■156頁 定価 1,000円 山田昭義/水谷 真/若松利昭編 風樫社刊

好評発売中！『バリアフリーの住まいをつくる』

「保健」「医療」「福祉」「建築」の4つの分野から、社会に開かれた新しい住まいのあり方を考え、リフォームの実際までを盛り込んだ「人にやさしい住宅のリフォーム」連続講座をまとめたもの。

■260頁 定価 2,000円 星野広美/山田昭義 風樫社刊





グルメな調査隊 第4弾 ～長谷川さんからの情報です～

店名 手のべとんかつ十勝百年亭

住所 名古屋市天白区植田本町2丁目1001 TEL052-802-1207 (FAXなし)

★営業時間 11:30～14:00 17:00～21:00

★食のジャンル 和食

★お店の対応 非常に感じが良い。ランチ時間は混むので早めに行った方がいいよ。

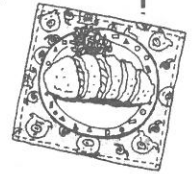
★おすすめポイント & メニュー



カツもおいしいけど、テーブルに備え付けの梅干しと新鮮な漬け物がおいしい。ご飯も梅ご飯にもしてくれます。いたれりつくせりでした。

★店内の様子 段差無し / テーブル席 (いす移動可) / 身障用トイレ有り / 駐車場有り

ありがとうございました。読者のみなさんへ、お気に入りのお店教えて下さい。調査表がなくなった方は、編集委員の池山までご連絡ください。TEL052-851-0059 FAX052-851-0159



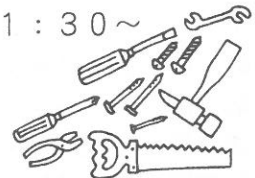
生活の道具相談室とJIA住まいの相談のお知らせ

<相談日> 6月19日 / 7月10日・24日 *いづれも、土曜日の午後1:30～

<場所> 昭和区恵方町2-15 AJU自立の家サマリアハウス

※事前に電話連絡いただくと、相談がスムーズです。

<事務局> TEL052-841-5554 FAX052-841-2221



◆お知らせ◆ 車いす部のある愛知県立東山工業高校で、自助具やスロープ作りが始まりました。学校にある最新機械を使って、一般市民へ生活や介護を支援するための道具などを作成することを授業の中でしています。毎日の生活の中で工夫してほしいことや、段差を解消するためのスロープ、車いすに色々な自助具を取り付けること、スプーンの柄の形や太さを変えたりなど、ぜひ一度ご相談下さい。

申込は、生活の道具相談室の相談日と同じです。事前に事務局までご連絡ください。



お便り募集



お便りありがとうございます。みなさんと一緒にこの情報誌を作ってるんだなあと思っています。「身障トイレを発見したよ」「親切でおいしいお店を知ってるよ!」「身体にあう車いすはどうやって作ればいいの?」等の情報や疑問をいつもお待ちしております。グルメ情報も引き続きご協力お願いいたします。

<連絡先> AJU福祉情報誌編集部

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

〒644-0015名古屋市昭和区御器所通3-12-1

ステーションビル3F



編集後記

少しづつ紫の色をつけはじめ、小さなつぼみがたくさん集まってひとつの集団を形づくっている。「あじさい」なんて耳ざわりの良い言葉でしょう。でも、この言葉が耳にはいるとき、日本中が梅雨の季節に入りました。

6月5日・6日の梅雨の晴れ間に全国の仲間が集まって、頸損連全国総会が愛知県で行われました。仲間の一人ひとりが持っている情報を交換し、交流することで小さな存在でも集まれば素敵な花になれるし、さわやかな風をおこすことも出来るのではないのでしょうか。当事者の活動(運動)の大切さを実感しています。 鬼頭

AJU福祉情報誌 購読者募集中!! 年6回隔月発行 年間購読料1,000円

振込先: 郵便局 00890-0-90573 福祉情報誌発行委員会