

# 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12年6月13日(火)増刊 通刊4104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

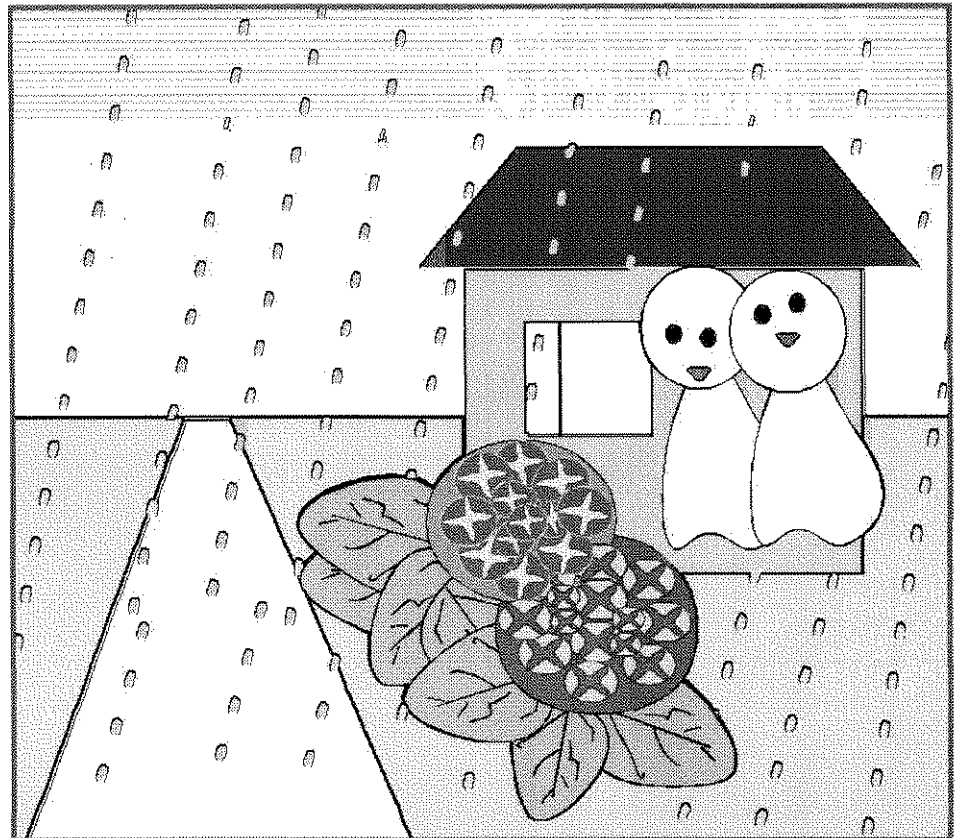
### 第46号

2000年6月10日号

定価 **250円**

テーマ

# 道 発見!



表紙絵 森みゆき

## はじめの一步をふみだしたあなたへ

- 克己のおまかせ情報 ..... 1  
「JR名古屋駅セントラルタワーズ」
- マッチのコーナー ..... 6  
「やっぱり子育てはたいへんだ! 第1話」
- 特集 ..... 8  
脳性まひによる障害を持つ人の暮らしパート2
- さつきのお撃体験レポート ..... 12  
「エステに行ってきました」
- 知佳のこうなっています ..... 15  
「絵を描きながら、思っていること」
- そらいろ探郵団 ..... 18  
「第4回 昭和区のMさん邸」
- 生活の道具相談室 身だしなみ ..... 21  
「身体洗い」と「着替え」の工夫
- かつき詩のページ ..... 24
- ゆりこのトラベルセンター ..... 25  
「シドニーパラリンピック観戦ツアー」  
「ゴム、タヒチツアー」などなど
- 福祉用具情報「リサイクル情報」... 27
- 佐治さんの声 ..... 28  
「どンドン外へ出かけよう!」
- 読者の声 ..... 30  
「障害児のお父さん、お母さんへ」  
「前号の特集への感想」  
「JR鶴舞駅にエレベータが設置された」  
など
- いろいろ情報 ..... 33  
「車いすの耐用年数が変わった」  
「交通バリアフリー法ついに成立!」  
「アメリカ介助犬教育セミナーのご案内」  
「本のご紹介」など

# 克己の おまかせ 情報

## ●JRセントラルタワーズ

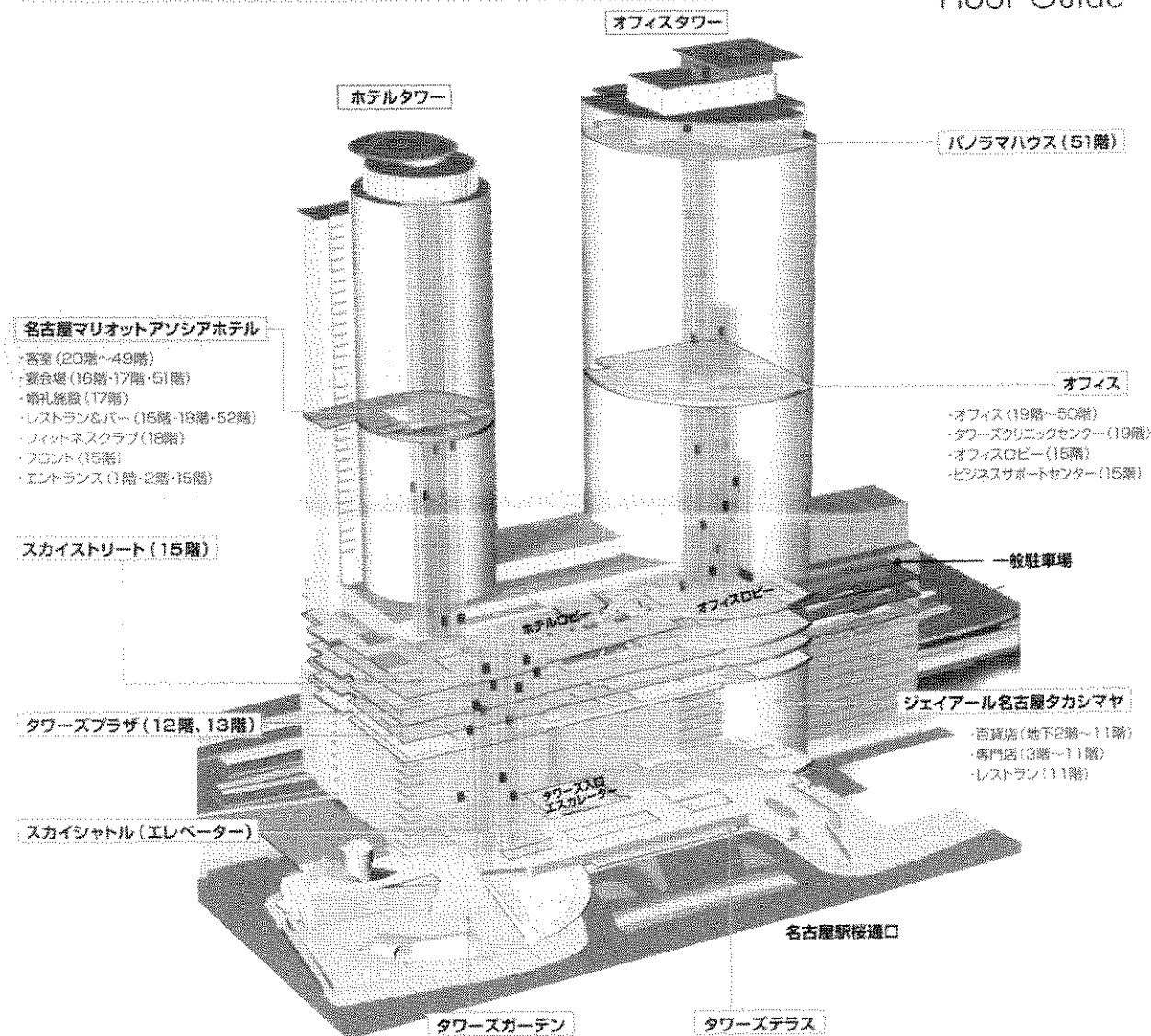
皆さんこんにちは。最近、読者の皆様より「この頃、お出かけ情報が少ない」という声を耳にしています。それで今回、名古屋駅にオープンした『JRセントラルタワーズ』の紹介をします。

タワーズはツインビルになっていて、高いタワーをオフィスタワー、もう一方をホテルタワーと呼んでいます。その中には、ジェイアール名古屋タカシマヤをはじめとするたくさんの施設が入っています。中でも、地上245mのタワーズ最上階にある展望台『パノラマハウス』からの眺望は、圧巻です。

## まずは、『ジェイアール名古屋タカシマヤ』からいきましょうか

全体の印象としては、店内のスペースは広くて、電動車いすでの移動は特に問題はありませんし

## Floor Guide



た（但し、プラダなどの高級ブランド品のコーナーは、じゅうたんが敷いてあり、手動車いすの人は大変かも）。

各階にお茶を飲む場所（ベンチがおいてある）

**<東急ハンズ>**

3階：ペット用品やアウトドア用品  
（自転車も売っている）



4階：バラエティーグッズ

5階：台所と掃除用品

6階：インテリア用品

7階：大工用品



8階：工具と証明用品

9階：デザイン用品



があり、買い物に疲れて休憩するのにとても便利です。3～9階には東急ハンズも入っていて、4階のバラエティーグッズ売場には、名古屋ならではの土産グッズがあるので、ぜひ一度お立ち寄り下さい。栄アネックスビルの中の東急ハンズほど大きくはないけれど、エレベーターの数が多いし、各階にエレベーターが止まるので、上下の移動面は栄の東急ハンズより楽ですよ。

**<タカシマヤ>**

1～6階：女性を意識した商品（化粧品・衣類・靴・雑貨品）

7階：紳士服

8階：子供用品及びスポーツウエア



9階：家庭用品や家具など

10階：アクセサリーやメガネ、ギターの専門店

11階：三省堂書店とCDショップの新星堂と、レストラン街  
（中華やパスタ、カフェが並んでいる）

\*レストラン：店内に段差はないが少し狭い。床がレンガ風なので、若干移動しにくい。  
地下1階と地下2階は、食料品店  
（ケーキやお惣菜が売っている）

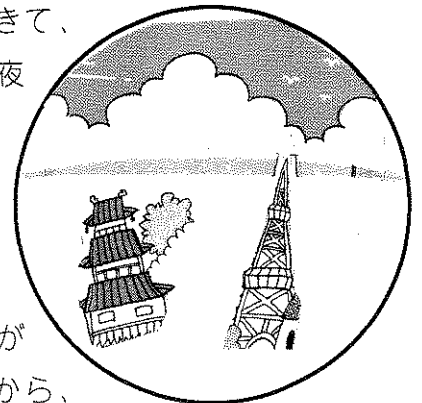


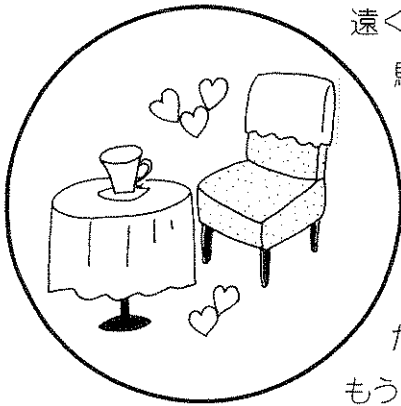
**さて、いよいよ展望台『パノラマハウス』に話題を移しましょうか。**

僕は高島屋でウインドウショッピングをしてから『パノラマハウス』へ行ったので、まず、高島屋のエレベーターを11階で降り（11階止まり）、中央郵便局方面側の駐車場エレベーターで、12階のチケット売場へ行く必要がありました（人も多いし、乗り換えはちょっと面倒ですね）。名古屋駅のJR中央コンコースからの移動の場合は、一気に12階へ移動できるエレベーター「スカイシャトル」があります。12階でチケットを買って、また、展望台直通のエレベーターに乗ります。（1,000円 割引なし）

さて、51階の展望台です。眺めは最高！さすが、地上245mの最上階だけあります。すばらしい！！テレビ塔が下の方に見えるし、新幹線がおもちゃのように動いています。伊勢湾から南アルプスまで一望できて、

聞いた話によると夜景もすごくいいらしい。ただ、くやしいことは車いすの目の高さより少し下ぐらいで窓が終わること。だから、





遠くはいいけれど、名  
駅周辺の近くは見  
えにくい。これは  
残念。担当部署  
に問い合わせた  
ところ、「安全の  
ため」というが…、  
もう一工夫欲しかった。

でも、あった！おすすめポイント『パノラマカ  
フェ』。正面は階段だけど裏側にリフトがあり  
(本当は正面につけて欲しいけれど)、店員さんが  
リフトを操作してくれます。リフトで少し上がる  
だけあって、長めは抜群。お茶でもしながら、時  
を忘れ楽しいひとときをお過ごし下さい。

そうそう、もう一つの穴場もご紹介。展望台チ  
ケット売場(12階)のそばに、「チケットぴあ」  
があるのです。目立たない場所にあるので、まだ  
あまり知られていない様子。チケットを取るには  
意外と穴場かも。本当に、目立たない  
場所にあるから見落とさないよう  
にね。

## 最後に12・13階の 『タワーズプラザ』を ご紹介

緑がいっぱいのスペース  
に、多目的ホールとレストラ  
ン街がレイアウトされています。  
上下移動は、展望台に行く方法と  
同じです。ただ、13階へ行くには、い  
ったんエレベータを下り、エスカレータが、身障  
者やベビーカ専用のエレベーターに乗り換える必  
要があります。(めんどろ...)特に、エレベ  
ータは、場所が分かりにくく、一見、身障用トイ  
レと間違いやすいので注意して下さい。

12階のレストラン街の店は、入り口や店内に段

差はないですが、13階のうどん屋の「美々卵」は、  
残念ながら入口に階段があります。(店員さんに  
お願いすればもちろん手伝ってもらえるが)それ  
から、全体的に言えることは、店内が狭いこと  
です。セニアカーを利用する人は苦勞するかも。店  
の外にセニアカーを置いておくことはできると思  
いますが、中には通路が狭い場所もあるので要注  
意。

ちなみに「江南」というラーメン屋さんはおい  
しかったですよ。店内はさほど広くないけど、車  
いすでも移動できます。カウンター以外のイスは、  
移動できるイスなので車いすでも入れます。但し  
13階レストラン街どの店も混雑していますから、  
みなさん時間にゆとりを持って行きましょう。

## おまけ

### 高島屋の身体障害者の向けの サービス一覧表

#### ○手話通訳

手話のできる販売員が手話バッジ  
をつけています。1階総合案内  
所、もしくは地下1階、また  
は2階から10階の各階のロ  
ーズカウンターに手話ので  
きる人がいます。ローズカ  
ウンターは、各階の中央エ  
スカレータのそばにあります。  
(4列並んだエスカレータ)を目  
印にしてください。

#### ○ハートフルファクシミリ

店内の商品等の問い合わせ及び意見を書いてFAX  
で送ることができます。

FAX052-566-8974

#### ○車いすとPHSの貸し出し

車いすもPHSも1階総合案内所、もしくは1階北  
ブロッククロークで申し込みます。北ブロックの



クロークは喫茶店ブラックカフェを目印にしてください。

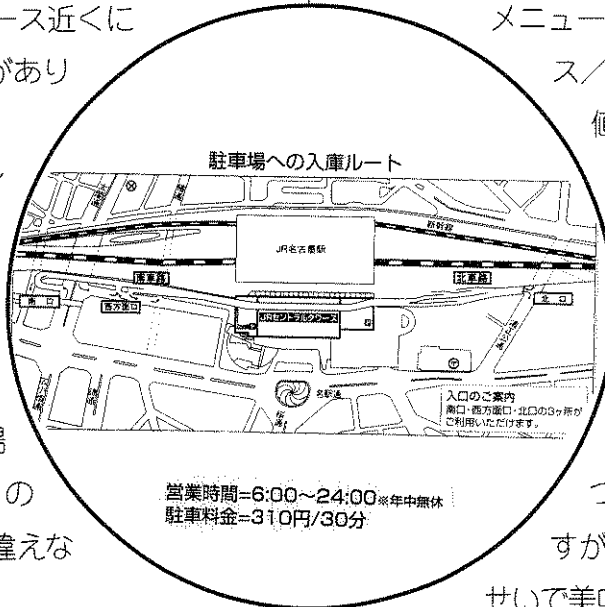
○車いすで利用できるトイレ

地下1、階3階、5階～12階

<アクセス>

電車:JR、近鉄、名鉄、地下鉄名古屋駅下車、JR中央改札口のエスカレータを目印にして移動。(名鉄のエレベータは名鉄百貨店の裏にあり、外を移動する必要があるのが不便だが、その他はエレベータでJRコンコースとつながっている)まず、JR中央コンコースをめざして下さい。方向としては、松坂屋が目印。中央コンコース近くにスカイシャトル乗り場があります。

車：入口は3ヶ所。4階に身障者用駐車スペースが8ヶ所ある。そこから、スロープで高島屋の店内に入ることができます。途中、ホテルの駐車場とその他の駐車場入口の分岐点があるので、間違えないでね。



■名古屋市中村区名駅1丁目1015番地  
ホームページアドレス/<http://www.towers.co.jp>  
タカシマヤ/TEL052-566-1101  
FAX052-566-8974  
パノラマハウス/TEL052-586-8311  
FAX052-586-8872



読者の方から寄せられた、体験レポートを紹介します。

●ボルドー♪ハートさんより

13階の『加賀屋』で食事しました。

店内は和風の落ち着いた雰囲気ので広い店です。席は椅子席と座席があり車いすで可能です。

只、間仕切りがあるので場所により車いすで入れない所があり、待たされる場合もあります。



メニュー：おすすめ御膳/波の花コース/天婦羅御膳等あり

値段：1500～5000円まであります。

自分は何頼んだかど忘れしましたが、多分てんぷらかな？すべてに郷土料理の「治部煮」がついてきました。

これはカタクリでとろみをつけた煮物です。素朴な煮物ですが、その「治部煮」がとろみのせいで美味しいのです。そして、その中

のお茶の麩が絶品でした。口の中でフワリと広がりとろけるのです。これはお勧めです。あと、主のおかずと茶碗蒸しと炊き込み風(?)ごはんが付ききました。

全ての味について2重丸がつけられて、値段も結構お値打ちだと思います。ちなみに少し濃いめの味です。飲める人なら一口ビールでも頼むと口がすっきりすると思います。

●あいあいさんより

13階の『ロイヤルホスピタリティコート』は、待

ち時間が少ない。カフェテリア方式だけど、店員さんがテーブルまで持ってきてくれるよ～ん。

●ひろみさんより

13階の身体にやさしい自然食レストラン『サンルーム』は、サラダの種類が多くてうれしい。もう2回も行っちゃった。とろろご飯定食、ゴマプリンはおいしくておすすめ。カロリーが気になる人におすすめしまーす。

●矢井さんより

友だちと2人で遊びに行ってきました。名古屋駅には昼ごろつき、駅周辺人はさほど混雑しているという程ではなく、タワーのエレベータもスムーズに乗れたので、12、13階のレストラン街に行きました。待ち時間「1時間」というレストランが多かったです。建物内の上下移動は、ひとつ上の階に移動するにしても満員で、これも待ち時間が20から30分とかかりそうでした。近くにいたスタッフに「他にエレベータはないの」と訪ねたところ、「車いす・ベビーカー専用のエレベータがあります」とのこと、案内してもらいました。設置場所は、パノラマハウスへ行くエレベータの裏手だったと思いますが、車いすマークのついた自動扉の奥にひとつ専用エレベータがありました。でも、それは、10Fのタカシマヤ飲食店街からタワーズ15Fまでしか行きません。

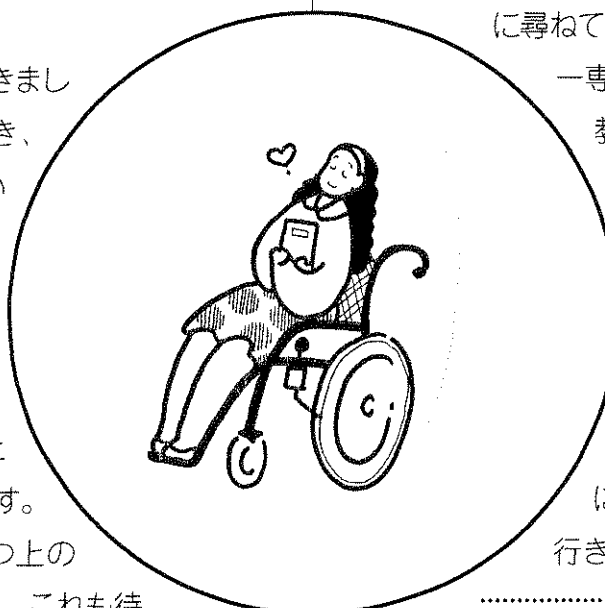
タワーズのレストラン街が満員で入れなかったの、今度は、タカシマヤ10Fの飲食店街へ行きました。でも、そこも人で混雑。人の間を縫うように歩き、下の階へ下りたくてもやっぱりエレベータが満員で、やっとの思いで4Fの婦人服売り場

へ行きました。カフェレストランがあったので、軽く昼食をとりました。店内は明るく、車いすも楽に入ることができ、ゆったりと食事ができる雰囲気でした。店員の対応もよかったです。メニューは、サンドウィッチなど主だったと思います。

婦人服売場を少し見て歩きました。春らしい服がかかっている、その日はワゴンセールもあってさすがに人だかり。隣のハンズも若い人でごった返していました。更に下へ下りようとエレベータを待っていてもなかなか乗れず、近くにいた店員

に尋ねてみたところ、車いす・ベビーカー専用エレベータがあるところを教えてくださいました。

最後に、デパートの地下から桜通線に行けると案内板に書いてありましたが、階段があって車いすでは通り抜けできませんでした。残念。でも、また名古屋へ遊びに来たときは、タカシマヤにも行きたいと思っています。



●ヤマさんより

高島屋の11階にある『三省堂書店』は、専門分野に細かく別れていて、普通の本屋さんにはない本がいっぱい。自立の家の本までも（ごめんなさい）置いてあって驚いた。通路も広く、移動しやすかった。

「克己のおまかせ情報」はいかがでしたか？『タワーズ』は、アクセスもいいし、設備も整っているの、ぜひ、一度出かけてみて下さい。そして、感想を本誌までお寄せ下さい。残念ながら今回は、5月17日にオープンした『名古屋マリOTTアソシアホテル』は、取材できませんでした。別の機会に取材しますね。

# マッチのやっぱり子育てはたいへんだ! 第1話



我が家にて

重度障害者同士で結婚して3年目、私は妊娠しました。両親に反対されながらも周囲の人達に励

まされて、今年の8月2日に長男“歩”（あゆむ）を出産しました。妊娠から出産までの出来事は、前回までの「マッチの maternity ライフ」に綴りました。今号からは、子育て奮闘記をお届けします。

## 世の中のお母さんってすごいなあ

“歩”（あゆむ）は、生まれて20日たってやっと我が家に帰ってきました。「いよいよ、3人プラス1人（ボランティア）の生活がはじまるんだなあ」と思うまもなく、我が家に入ってさっそく“歩”が泣き出してしまいました。いつもよりミルクの時間が遅くなったので、よけいに大声で泣いていました。ボランティアさんに頼んでミルクを作ってもらおうと、おいしそうに飲み、少し眠っていました。…が、また泣き声が出て、ボランティアさんにオムツを替えてもらいました。育児教室で、「生まれたばかりの赤ちゃんは、1日にミルクを8～9回飲ませて、その1回の前後に、オムツを替えて下さい」との指導がありました。ということは、だいたい2～3時間おきに、オムツを替えてミルクを飲ませなければいけない…。「いったい、私はいつ休むの？」それでも、私はまだボランティアさんにまかせられることがあるので、休む時間はあるんだけど、世の中のお母さんたちって、凄いなあとつくづく関心しました。

## オムツ替え

オムツ替えやミルクを作ったりは、一応自分たちでもできます。生まれる前に、育児教室で旦那と2人で練習をしました。オムツ替えは、紙オムツの粘着テープのつけはずしが大変なので、いろいろな人にアドバイスをもらって、オムツカバーと尿とりパッドのようなオムツを併用することにして、旦那と2人で練習をしました。（完璧だった）でも、実際使うことになってさがしてみると廃盤になっていた…。（ショック!!）それで、結局粘着テープの紙オムツを使うことになった。

大変だった…。まず、私が“歩”の足を持ち上げて、お父さん（旦那のことを最近はお父さんと言っている）が紙オムツをお尻の下へひいて、粘着テープで固定する。このテープをはがすのに時間がかかる。粘着力が強いためはがすのが大変で、やっとはがせたと思ったら、“歩”が動いて、変なところにくっついてしまったり、うまくはることができないことが多かった。

それで、東京にある「オムツ専門の団体」に問い合わせしてみたら、「花王が尿とりパッドのようなオムツを作っている」と教えてくれた。さっそく、花王に連絡してみたけど「もう作っていません」とのこと…。（再びショック!! 手の不自由な私たちに必要な道具をどんどん廃盤にしないで欲しい!）事情を話すと、つけはずし自由なマジックテープ式の紙オムツがあり、それなら使いやすくと教えてくれた。ただ、新生児用は粘着テープのみで、マジックテープ式はSサイズからとのこと。高齢者用の尿とりパッドを使うことも考えたんだけど、サイズがあわないかなあと思ったり、作ってもらう方法もあったんだけど、そうしているうちに新生児の期間が終わると思ったので、粘着テープでしばらくは我慢した。体重も順調に増え、新生児期間は1ヶ月で終わって、すぐSサイズになった。それからは、短時間でオムツ交換でき

るようになりました。(サイズは体重で判断する)  
花王の「メリーズ」はお勧めです。

今はもうLサイズ、あっという間。オムツのつけはずしは便利になったけれど、“歩”がパワーアップしているから…やっぱり大変。



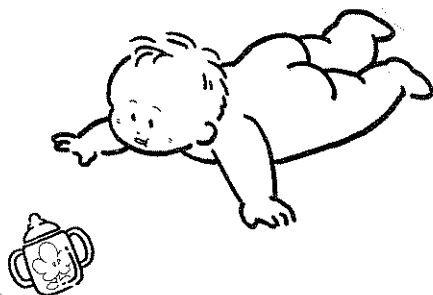
## 授乳

母乳をあきらめ粉ミルクにした経緯は前号で書きましたが、授乳もまた苦労がありました。まず、ミルクを作る過程が大変。ミルク缶から、粉ミルクをスプーンですくい、哺乳瓶に数杯入れる作業は、身体に緊張のある私たちにはとても難しいのです。それで、事前にボランティアさんに粉ミルクを入れておいてもらうことにしました。それから、ポットで60度に保温したお湯を哺乳瓶に入れる作業も、哺乳瓶を片手で支えられないので、底が広くて安定のよい大きめの瓶を用意して、その中に哺乳瓶を入れてお湯を入れる工夫をしました。

でも、予想以上に“歩”がミルクを飲んだり、ボランティアさんが遅れて来たりしたときは、どうしても全てを自分たちでやる必要があって、そんなときは、お出かけ用のスティックタイプのミルクを使いました。(これで完璧!!)

授乳は、抱いて飲ませることが難しかったので、大人用の枕を“歩”の頭から背中にあてがって、少し上半身を起こした状態で、お父さんと交代で哺乳瓶をもって飲ませました。

でも、いろいろ工夫をしてもやっぱり準備に時間がかかるので、泣きつかれて“歩”が寝てしまったことも何回かありました…。



## 一番大変なのは、ボランティアさん探し

そんな状況で、自分たちで毎日育児をやっていると、オムツ換えと授乳だけで疲れ切ってしまうんです。ですから、3人の生活を長く続けていくためには、どうしてもボランティアさんの手を借りる必要がありました。今も24時間体制でボランティアさんに手伝ってもらっています。そのボランティアさん探しの作業がこれも大変なのです。

例えば、泊まれる人を探そうと思うと、曜日とか、相手の都合とかの確認を何人にもしなくてはいけなくて、なかなか時間のある人もいなくて…。チラシを作って、色々なところで募集したんだけど、はじめは3~4人しかいなくて、施設の職員に頼んだりもした。いろいろ手を尽くして反応があればまだ苦労のきもあるんだけど、どうしてもみつからなくて、ただ、疲れだけが残って…ということもありました。今は、ずいぶん応援して下さる方も増えたんだけど、年末や、学校の実習が重なるとつらい。

でも、「“歩”に会いたい」とボランティアさんが来てくれています。小さな“歩”がボランティアさんをつなぎ止めています。

そんなこんなで、毎日壮絶な戦いが続いているけど、“歩”がニコッと笑って遊んでいる姿や、“大”の字になって気持ちよさそうに寝ている顔を見ていると、「自分の子が一番かわいい!」って親バカ気分させられます。また、“歩”は、この4月から保育園に行き始めました(詳しくは次号で)。両親が車いすということで、いろんな壁や不安に思うことがでてくると思うけど、ボランティアさんと一緒に楽しい子育てができればいいなあと思います。





# 特集 脳性まひによる 障害を持つ人の暮らし パート2

このコーナーは、毎回いろいろな障害を持った人たちの生活ぶりや、楽しんでいる姿を取材し、「こんな生活もあるんだ」と、私たちの生き方の参考になればと考え取り組んでいます。

第2回目は、脳性まひで言語障害を持つ「Yさん」の生活の様子を、同じ障害を持つ「突撃体験しレポート」担当の井上さつきと、「でっちゃんの××の苦手なあなたへ」担当の森みゆきが取材してきました。



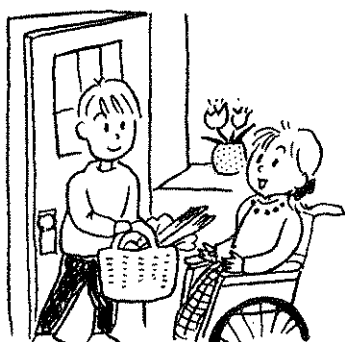
さつき&でっちゃん

**僕にしかできないことを  
常に探してやってきた!**

Yさん

「障害があつてひとりで暮らしているなんてすごいね、とよく言われるけれど、自分にとって地域で暮らすことは、そんな特別のことではない。ごく当たり前前に生活をしているんだから」というYさんは、授産施設に通うかわら、講演活動をしたり、所有しているアパートの管理人をして生活されている47歳の男性です。約25年間ご両親と暮らし、その後、障害者グループと出会い色々な経験を重ね、身体障害者福祉ホームを経て、現在、地域で自立生活をされています。着替え、食事、トイレ、入浴、就寝、寝返りなど、生活のほとんどの部分に介助が必要です。

2度の二次障害の発病により障害が重度化したにもかかわらず、その状況を受け入れ、自分にしかできないことを探し、開拓され生活しています。



Q：毎日の生活の様子を教えてください。

A：昼間は身体障害者の授産施設へ通っています。生活のほとんどの介助が必要なので、自立支援事業（注1）を利用して、起床や着替え、食事介助から入浴、就寝介助までをそのスタッフに手伝ってもらっています。以前、身体障害者福祉ホームにいたときは、困れば職員もいるし、ボランティアさんもいたから簡単なことはすぐ頼めたけど、地域での暮らしは約束した人しか来ないから（当たり前だけれど）、ちょっとしたことを頼める人がいないので、結構厳しいところもある。でも、今の生活は僕にとって、最高だよ！僕にしかできないことを仕事にしているから。

### <1日の生活の様子>

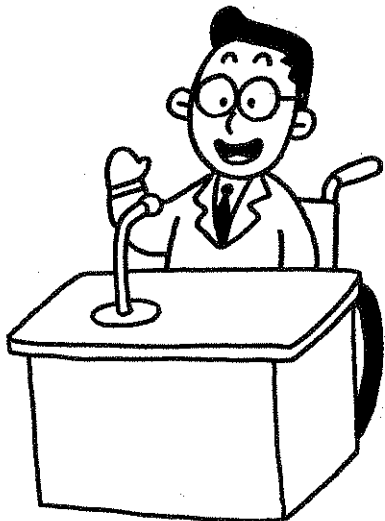
- 朝 ケアスタッフによる介助  
(着替え、洗面、朝食、出かける準備等)
- 9:30 授産施設に出かける
- 17:30 帰宅
- 18:00 ケアスタッフが来る  
(夕食の支度、食事、後かたづけ等)  
介助者探しのための電話かけ
- 風呂
- 24:00 就寝

(注1) 自立支援事業

地域で自立生活を送る障害を持つ人が利用できる介助制度。基本的には自分で介助者を見つけ、調整する。緊急支援あり。1日最高7時間の介助保障。Yさんの場合は、就寝、寝返り介助が必要だから、1日7時間では全然足りない。足りない分は、ボランティアでお願いしている。

Q：Yさんにしかできない仕事って具体的にはどんなことをしているのですか？

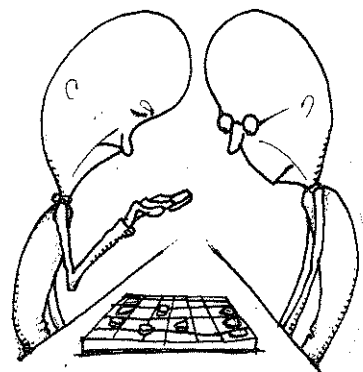
A：1つは、未来の介助者を育てる仕事。大学や専門学校などからの講義や講演依頼に対し、講師として出かけている。こういう活動を通して障害者の生の声を伝え、未来の介助者を育てている。その後僕のところに来れば（介助者として）、1年ぐらいで、少しは福祉の勉強、実践ができる。たとえば、学校で勉強したからって、実際にやってみないとダメ！だと語っている。もちろん、講演の時は、言いたいことをしっかり伝えるために、僕の言葉がよくわかる人を連れて行き、僕の言ったことを繰り返して言ってもらっている。学生の感想のレポートをみると、「はじめは言ったことがわからなかったけど、終わりごろには、わかってうれしかった」とか。そういう感想が結構たくさんある。



2つめは、アパート管理の仕事。まだ、福祉ホームにいた頃、家を探すために100軒近くの不動産をまわってもなかなか住むところが見つからず、すごく苦労してる仲間を見た。そして、『よし、僕はアパートを作っちゃろう!』と心

に密かに決めていた。福祉ホームを退居した後、親父が亡くなって相続の話があった。お袋にどうしたいか聞かれ、僕は「今住んでいるアパート（親父の所有）がほしい」と伝え、お袋がわかったって言うてくれて、一悶着はあったけど僕のものになった。

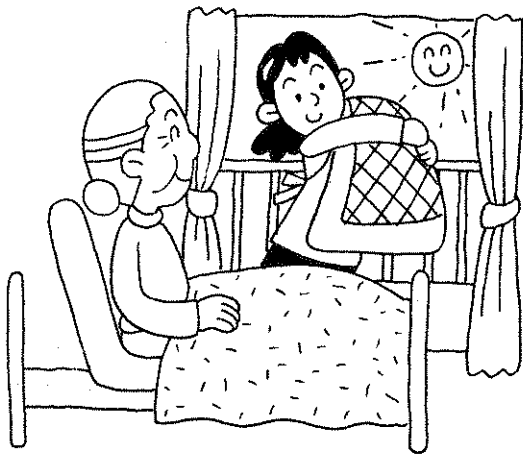
僕が作りたかったのは、以前住んでいた「身体障害者ホーム」と「地域のアパート」の中間的住まい。期限がなく、ただいだけられるところ。全く知らないところへ行って生活するってすごく大変なんだ。それができる人とできない人がいるから、できない人は僕のアパートに来て自信をつけて、また、どこか行きたくれば行けばいいし、ずっと、住みたければ住めばいいと思った。そして、僕のアパートに住むんだったら、お互い助け合っていけばいいとも思っている。そういう場所を目指している。こうしていくことで、みんなに喜んでもらえるのが、僕の喜び。



Q：今の生活のきっかけはどんなことでしたか？

A：僕は今から25年前までは、今のような生活を知らなかった。両親が高齢化して僕の介助できなくなったら、「療養施設に入るしかないかな」と漠然と考えていた。でも、ある日、所属している障害者グループが上映した「車いすの青春」という映画を観て、「こういう生き方もあるんだな」と初めて知った。内容は、仙台の車いすの男性が、全国を旅しながら映画を撮るといふものだった。そのときは、あこがれでしか

なかったけど、神奈川県グループホームや札幌のケア付き住宅などに見学に行ったり、勉強会に参加して、そういう中で知り合いが増え、情報が集まり、あこがれに向かって少しずつ準備していった。でも、途中で障害が重くなったのであきらめかけた。けどだんだん、たった一度の人生だから、たとえ失敗してもいいから、思いっきり生きたかった。それで、福祉ホームでひとり暮らしに挑戦することにした。親は反対しないわけがない。僕のできないことばかり言われて、誰がやってくれるかを聞かれた。僕は答えられなかった。「がんばります!」って言うしか、ほかに言いようがなかった。



Q：過去を振り返って、自分の変化など、今どんなことを思いますか？

A：僕にとって将棋との出会いが大きかった。僕が12歳ぐらいの時、親父が将棋の駒の並べ方や動かし方を教えてくれた。親父が会社から帰って来ると将棋の相手をしてもらっていた。だんだん僕が勝つ様になり、親父も面白くなくなって、親父の知り合いの将棋のアマチュアの4、5段の人に家へ来てもらって、家庭教師みたいな感じで、将棋を基礎から教えてもらうことになった。はじめは体力とか気力（将棋の力）はなかった。やっているうちに力がついてきて、将棋大会の一番下のクラスに出た。何回か出ていくうちに、一番下のクラスで優勝するようになった。自分に自信がついてきて、クラスも上がっていった。大会には、車で送ってもらっていた。そうしているうちに、他にどこか行くと

ころがないかと思い始めた。デイサービスとか、週に2、3日とか行けるところはないかと思っていた。そんなときに「広報なごや」だったかなあ。「桜山いこいの家」というところがあり、早速、電話をかけてもらい、僕は通うことにした。最初は親父に送り迎えしてもらっていたけど、なんとか自分で行けないかと思い、道を教えてもらって、車で約15分の距離を足で車いすをこいで通い始めた。それから、ちょっと物足りなさを感じて、「新しいことできないかなあ」と思っていたときに、更生援護施設の職員に会い、「将棋で何かできることありませんか?」と聞いたら、「更生援護施設の将棋クラブには、今指導をする人がいないからやってくれ」と言われ、ボランティアで行くことになりました。そこへも、車いすを足でこいで、自宅から2時間以上かけて通っていた。そんな中、大学の聴講生もしたし、大学の3つのサークルに所属して活動もした。その頃も、とても充実していた。僕は、将棋との出会いをきっかけに、自分の人生を切り開いていった。

Q：すごいですね。色々なことに挑戦して。

A：楽しかったんだもの。とにかくいろんな人たちと関わりを持っていたから、いろんな考え方を知ることができるとでしょう。そりゃあ、いやなこともあるけど、楽しいことの方が多かったからやってこれたんじゃないかなあ。



Q：2回も二次障害が発症したそうですが、どう対処したのですか？

A：最初は、なにがなんだかわからなかった。今までできていた、食事、着替え、外で車いすを足でこぐことができなくなった。すごくショックだった。A病院、B病院、E診療所、D病院、あっちこっこの病院にかかって、やっと信頼できる医師に出会えた。どっちみち治らない障害なんだから、僕が信頼できてなんでも相談できる医師にずっとかかりたかった。その病院は、救急病院だから24時間診てくれるので安心。障害が重くなって身体機能が変化したので、動作方法を変えた。以前から、できないことは友達に頼んでやってもらっていた。だから、「できないことが多くなっただけ、人に頼む部分が増えただけ、ただそれだけのこと」と、だんだん考えるようになった。



Q：これからの夢は？

A：僕にしかできないことを続けること。それと、生きていうちに今までの自分の生き方、経験をまとめ本に書きたい。誰もか買わないと思うけどね。

Q：これから「はじめの一步」を踏み出そうとしている人へのアドバイスをお願いします。

A：やる前からあきらめないで！これは僕の生き方なんだけど、努力しなくてあきらめちゃうよりは、やるだけやって、後悔はしないようにする。あきらめちゃうとあとからきつと後悔する。とにかく、はじめてしまえば、なんとかなっていく、周りの人も手伝ってくれる。それで失敗しても後悔はしないと思うよ。

## 取材した感想

取材してみて、将棋をきっかけにして、いろいろな経験や体験を繰り返してきているから、現在の生活があるのではないかと思います。障害は重くてもその容姿からは想像もつかない

“生き方”をしていると思いました。

取材する側もされる側も言語障害があり、取材にずいぶん時間をかけました。まだいっぱい聞きたいことはありましたが、時間がなくて聞くことができず、残念に思っています。 さつき

やっぱり、『すごい根性だわ!』と思った。でもきっかけさえあれば、「あんなふうになりたいなあ」「私にもできるかもしれないな!」という気持ちは誰にでも起きているはず。そういう気持ちは、自分自身を一步、前へ進めていくと思うの。私もいつか障害が重くなるかもしれない。できないことが多くなっただけ。だから人に頼む部分が増えただけ。ただそれだけのこと。」というYさんの言葉が印象的。人それぞれに思いがあっていいと思うので、自分は何を大事にしていくかを、自分の今までの体験や人の話を聞いて、自分なりのやり方を見つけていくこと。それに地域で生活するのは、当たり前前で、Yさんも含めて多くの先輩たちがやっているのを見て、私もやってみよう!と思ったように、皆さんも、自分だけしかできないことを探すのもいいけど、自分にもできそうなことをまねをし、そこから、自分なりのやり方を探してみれば、いかがでしょうか? でっちゃん

(おわび) Yさんが取材途中に体調をこわされ、残念ながら生活の様子の写真がとれませんでした。文章だけでは少しわかりにくいかもしれませんが、申し訳ありません。

# さつきの 突撃体験 レポート

## ★エステに行ってきました★



車いすで行けるエステを探して、何度かデパートの中にあるお店を外から覗いてみたものの、入れそうでも気楽に行けそうな所はなかなかありません

でした。今回行ったエステティックサロンは、「花の湯」というスーパー銭湯の一隔（港区のジャスコベイシティの隣り）にあり、入口には段がありませんがちゃんとスロープも付いていて、「庶民的で入りやすいなあ」と思ったので、編集部の池山さんと、友達を誘って4人で行ってきました。

### ハプニング

朝、池山さんが運転する車に乗って出かけました。出発して間もなく信号で止まった時、隣の車の人がこちらに向かって何か言っているの、友達が聞いてみると、「荷物が車の上に乗っている」ということでした。それは私の荷物…。上着とバッグとハンドタオルでした。上着とバッグは無事でしたが、ハンドタオルはすでになかった。でも私は全然気がつかなかったの、誰も教えてくれなかったら大変なことになるところでした。よかった…。

### またまた、ハプニング

銭湯が10時からだったので、エステも10時に開

店するものと思っていましたが、12時からでした。（あららら）あと2時間もあるので、とりあえずフロントで予約を取ることにしました。顔のお手入れをして肌をツルツルにしたかったので、7つあるコースの中から、値段が安いもの（と言っても¥3,000～）で顔をきれいにす

るリフレッシュコースを選びました。

12時に予約をして、先にチケットを買いました。まだ時間が充分あったので、みんなでジャスコに行ってウインドウショッピングを楽しみました。ベイシティの中は中央が吹き抜けになっていて、ファッション、小物などおしゃれなお店がいっぱい。見ているだけでも楽しむことができました。

### エステのお店に入る



緊張した私と池山さん

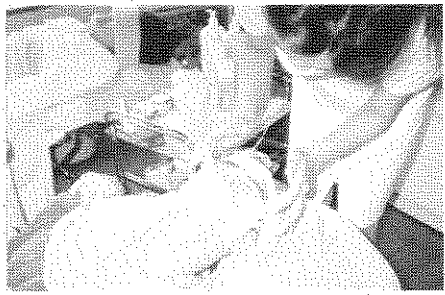
部屋に入ると、いろいろな器具と一緒にベッドが2台置いてあり、思ったより部屋が狭く、お店の人は一人でした。チケットを渡すと、「ベッドの上で横になって下さい」と言われたので、友達に手伝ってもらってベッドに寝転がりました。頭と足もとが少し上がっているベッドで、幅は狭いけど落ちるといふ心配はなかったです。背が低いので腰の位置が合わないような気がしました。隣の

ベッドとの仕切りはなかったけど、体にタオルケットをかけてくれて、頭には髪が汚れないようにタオルが巻かれました。「顔を真っ直ぐ上に向けて下さい」と言われたけど、私は緊張すると顔が横を向いてしまうので、「無理だ」と思いながらも上を向くように緊張しながら努力しました。

### 顔の汚れを取っちゃう「リフレッシュコース」

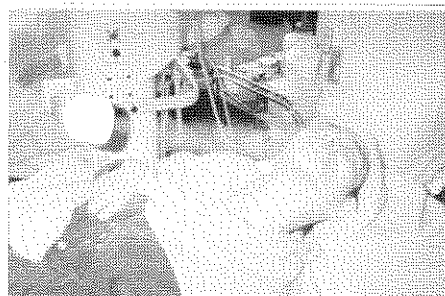
クリームをつけて、顔をマスクでパックしてしばらく待ちました。そして、顔に蒸気をあてて暖め、皮脂などを浮き出させて汚れを取ります。最後にクリームをぬり、顔を指でマッサージしました。

#### ①クリームをつける



ベッドが自分の体に合わなくて最初はすごく緊張…

#### ②パック「気持ちよかった。顔が小さいのでパックのマスクが余ってしまうのが笑えた」



すごく気持ち良かった

#### ③蒸気をあてる



シュボシュボと変な音がする。何をされているの？

#### ⑤マッサージ



指でマッサージしてくれて、とても気持ち良かった

### 一緒にエステ体験（まつげパーマ）をした池山さんのコメント

前々から「まつげパーマ」をやってみたかったので体験しました。ベッドに横たわり目をつぶると、まぶたに何か貼ってピンセットでまつげをくっつけているようでした。その後パーマ液をまつげにつけて、そのまま約40分くらい目を閉じて待ちます。「目を開けないように」と自分に言い聞かせながらすごく緊張しました。時間が来ると、顔に付いた糊のようなものをふき落としてできあがり。目を開けて鏡を見たら、みごとにまつげはクルリと上を向いていました。エステのスタッフに「もし、またパーマをかけるなら2週間後ですよ」と言われました。人によって多少違うようですが、まつげは約2週間くらいで抜け替わるそうです。

### エステを終えて

身体が緊張して、最後のマッサージの時には、顔はもう横を向いてしまっていました。すべて終わって、頭のタオルをはずしたとき、髪がボサボサで、エステのスタッフに「動いたからね」と言われてしまいました。「やっぱり、動くからやりにくかったんだな」と感じましたが、最後まで何も言わず、やってくれて嬉しかったです。友達に珍しいものを見るように体験しているところをカメラで写してくれました。その後、ベイシティ4階のレストラン街にある「にんにく屋」に行き、みんなで食事をして帰ってきました。

エステティックサロン ラ・ルチル

場 所：名古屋市港区品川町1-14

みなと花の湯内

TEL052-655-0222 FAXなし

設 備：玄関までのアプローチ、

玄関内にスロープあり

車いす用トイレあり

営業時間：12:00~21:00 (受付終了20:30)

定休日：月曜日

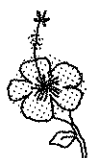
予 約：要予約 10:00~20:00

\*電話、またはフロントで直接予約

(当日もあいていれば可能)

スタッフは一人だから、移乗介助が必要な人は誰か誘って行ったほうがいい。

コ ー ス：所要時間 30分~



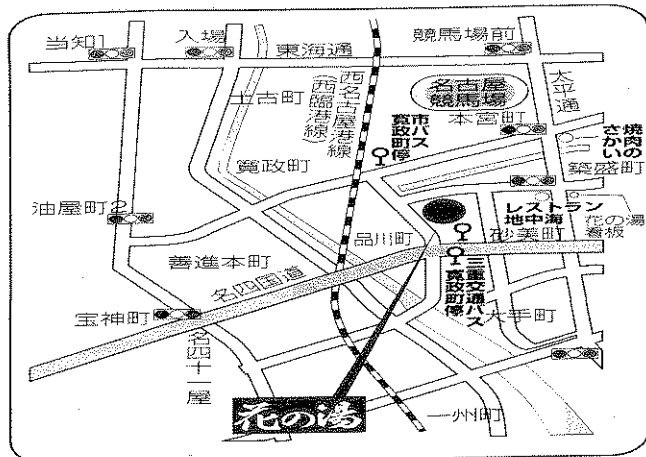
エステコース	内 容	所要時間
		値 段
リフレッシュコース	顔	40分 ¥3,000
ベーシックコース	顔から胸元まで	50分 ¥4,800
スペシャルコース	顔から胸元、背中まで+ 背中マッサージまたは 足ツボマッサージ	60分 ¥6,800
リラクゼーションコース	顔から胸元、背中まで+ 背中マッサージ+ 足ツボマッサージ	90分 ¥9,800
マッサージ	背中マッサージ	30分 ¥3,000
マッサージ	足ツボマッサージ	40分 ¥3,000
まつげパーマ	まつげパーマ	50分 ¥3,000

二人の感想

池山：終わって外に出ると、気のせいか世間が明るく見えました。まつげが上を向いたせいかしら？ 友達も「目がぱっちりしたね」と言ってくれました。でも値段が高いので、たぶん一回限りだと思います。目をつぶって40分ほど待たないといけないし…、美しくなるにはお金と忍耐が必要ですね。ふうっ。

さつき：エステをする前も、やっているときも緊張していましたが、気持ちよい時ももちろんありました。終わったあとも気持ちよさが感じられ、肌がツルツルになりました。友達は何も言ってくれなかったけど、「エステの効果はあった…」と、「美しくなった」と、自分では思いました。池山さんは、ちょっと目がかわいくなって羨ましく思いました。美しくなるってことは、少し緊張したり、お金はかけるけど、気持ちがよくなることなんだなあと思いました。

みなさんもこんな体験してみませんか？ おもしろいよ。



# 絵を描きながら、思っていること

## ■絵と私・・・

これまで情報誌には、「障害者手帳」「図書館の郵送貸出し」「電動車いす」などについて書いてきました。今回は「絵」について書いてみようと思います。



私は絵を描くことが好きです。去年から電動車いすに乗るようになって、それまでの松葉杖だけの生活とは比較にならない程、外出することが多くなりましたが、家にいるときは絵を描いています。私は十一歳のときに病気（若年性慢性関節リウマチ）にかかって、2年後には松葉杖を使うようになりました。もともと絵を描くことは好きで、二十歳になって「これから何をしたいのかなあ」と考えたとき、外に勤めに出ることや、家で同じ物をたくさん作るという作業は「病気の関節」には負担で、絵を描くことなら自分のペースでやって行くことができると思いました。絵の勉強は講談社の通信講座（当時の費用は約40万、現在は約100万）を一つ受講の他は、NHKの趣味講座的なものをよく見えています。

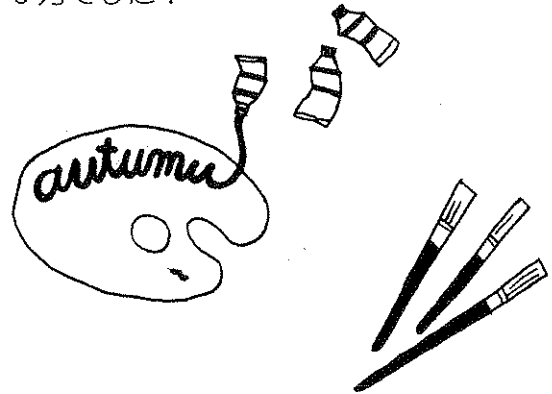
## ■描いた絵は公募に応募！！

ただ絵を描くだけでなく、やはり描いた絵はどのぐらいの実力があるかを知りたいですよ。私は、イラストコンクールや絵本作品の募集をしているところを探し、作品に合ったところへ応募をはじめました。（当然のことですが募集している作品の傾向やレベルはコンクールによって異なる）

ちょっと前のことですが、新聞に次のような記事が載っていました。「障害者が一般の公募に出してよいかどうか不安だった」という、公募に入選した障害を持っている人の発言。これを読んだときは驚きました。作品の応募に障害

の有無や、手で描いているとか、いないとかは関係ないんですよ。

今までにいろいろ応募しました。入選しなかった方が多いですねえ。入選した中で一番うれしかったのは、サンリオ出版の「いちごえほん」という雑誌で絵本作品の募集があり、応募した作品がグランプリをもらえたことです。賞金は50万でした！



## ◆公募を見つける方法◆

『月刊公募ガイド』は、作品のジャンルを問わず、募集しているところをたくさん紹介しています。イラストはもちろん、写真、標語、キャッチフレーズ、文学、他。この頃では、CG（コンピューターグラフィックス）があったり、文章の応募もワープロ、メールで行っているところが増えてきています。出品料が必要なところもありますが、興味のある方、やってみようかなという方は、初めは無料のところに出してみてもいいでしょうか。

### 『月刊公募ガイド』

（公募ガイド社発行 ￥620）

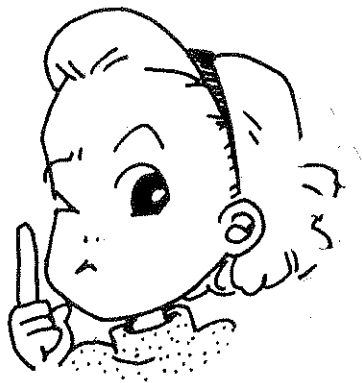
本屋さんで売っているが、名古屋市の図書館にもある。または、公募ガイドのインターネットのホームページ（<http://www.koubo.co.jp/>）にアクセスすると、公募情報やプレゼント情報が得られるし、NTTドコモ「iモード」（TEL 03-5466-6411）を利用し公募情報を得ることも可。



## ■「心静かに絵を描いています」

と、言いたいのですが・・・

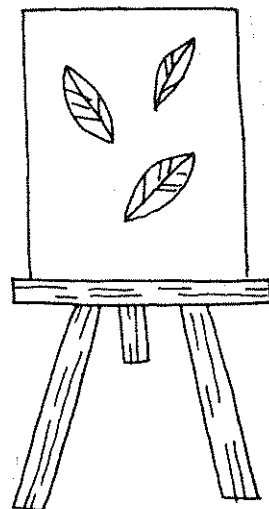
小さなものでしたが個展をしたとき、「手の障害のことも書いたら？ 普通でもなかなかこれだけ描けないよ、ましてや障害があるのだから・・・」と言われたことがあります。作品の展示のときには作者のプロフィールを紹介します。作者が障害を持っていると、プロフィールには障害のことが書いてある場合がありますね。「障害を持つようになり、今までできたことができなくなりました。しかしリハビリによって絵筆を握ることができるようになって描き始めた。絵を描いていると他のことが忘れられて、楽しいから…。同じ障害を持っている人の励みになるのではと思って…。自分を表現する場所…。」障害を持っている人と作品の関わりというのは様々で、とても一言では言えません。でも、どんな場合でも、例えば「障害のある手でこれだけ描けます」ということを言いたくて、プロフィールに障害のことを書いているわけではないと思います。その作品を通して、作者の“生き方”を見て欲しいのではないかと私は思います。



さて私の場合は、絵を通して生き方を見て欲しいというよりも、今はただ「絵」を見て欲しい。「社会で通用するかなあ」と楽しみながら描いているので、プロフィールに障害のことは書きません。障害のことを書けば「障害」というフィルターを通して絵を見られてしまい、評価が得られないんじゃないかと思うからです。同じ絵でも「障害を持っている人が描いた」というと違う印象になりますよね。

## ■「障害者アートバンク」

「絵の募集をしているよ」 ある日、情報センターから障害者アートバンク(以下アートB)の資料が届きました。読むと、障害者アーティストの作品を印刷などのメディアに有料で貸出をするユニークなフォトライブラリー。貸出使用料金の6割(アートBへ4割)を作者にフィードバックする仕組み。対象は障害を持っている人…。ちょっと考えました。「障害者対象ということは、絵のレベルのことは二の次で、障害を持っている人が描いたということが大事なのだろうか？」



◆さっそく、私は障害者アートバンクに尋ねてみました。

Q：アートBの絵は一般では通用しないけれど、障害者の描いた絵だからということで使用されるレベルなのでしょうか？(ストレートな聞き方ですね、私・・・)

A：アートBの作品審査(グラフィックデザイナーが審査)は、作者の障害やいかに苦勞して描いたかということは考慮されません。作品が印刷などの媒体利用に適したものであるかどうか、商品になるかどうかということが対象です。また芸術的に優れた作品でも、商品に向かないものは採用されません。

Q：なぜ障害を持っている人が対象なのですか？

A：これまで障害者の芸術活動と言えば「ハンデを乗り越えて」「口で描いた」という努力や忍耐に対するの評価しかなく「一般の絵画の世界で通用する作品かどうか」という点が欠落しており、経済的自立までは叶えられませんでした。アートBは障害者の持つ才能を活かす事業をとるという発想のもとに設立。障害者の生活基盤、所得支援を目的としています。

## ●アートバンクに絵を送っています。

3年ぐらい前から、絵を送っています。今までに使用されたものは、

○アートバンク・2000年カレンダー  
¥30,000 (使用料)

○グリーティングカード (キャノン)  
¥18,000、他。

また、2001年の三井物産の卓上カレンダーに使ってもらえることになりました。とてもうれしいです。印刷されたものを見ることが、今から待ち遠しいですね。

### ◆方法◆

1. アートバンクに絵を送る  
(写真・CG作品可)
2. 審査 (1、3、5、7、9、11月の下旬に有り)
3. 合格した絵の登録・・・写真に撮ってポジ (スライド) フィルムの形で保存
4. 絵はすべて返却される
5. ユーザーに使用されると使用料がもらえる

\*障害の種類・等級、身障手帳の有無は関係なし。

\*絵を送る料金の負担のみで、審査料など一切不要。

### ◆障害者アートバンク◆

「才能に障害はない」を合い言葉に、社会福祉法人東京コロニー (注1) によって1986年に設立。現在、日本全国約390名の障害を持つアーティストから、3900点以上の作品を集める。1999年の使用貸出点数は約400点。総売上は約2000万。ユーザー：アサヒビール、キャノン、栗田出版販売 (株)、全国社会福祉協議会、日立クレジット、日産カーリース、民主党、三井物産、他。1997年度までに約300社・団体により、ポスター・カレンダー・社内報・カタログ・テレカなどに使用されている。

### ■問い合わせ

〒162-0051 東京都新宿区西早稲田2-2-8  
全国財団ビル4F

TEL03-5287-6061 FAX03-5287-3866

E-mail : artbank@tocolo.or.jp

http://www.tocolo.or.jp/artbank

(注1) 東京コロニー

社会就労センター (授産施設) や福祉工場など、障害を持つ人が働く場を通じて「完全参加と平等」を実現することを目的としている。仕事に人を合わせるのではなく、人に仕事を合わせていけば、どんな障害を持っていてもその人に合った職種を開発できる、という考えのもとに事業活動を続けている。



障害者 Art Bank

## おわりに

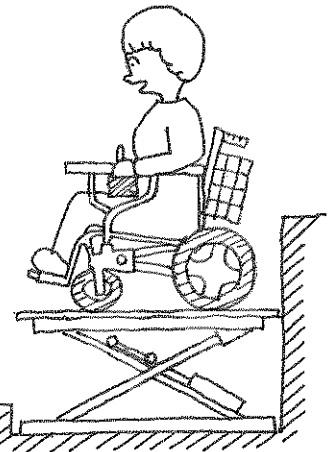
いろいろやってみることはとても大切なことだと思います。いつまで今のように、身体が動いてくれるかわからないということもあるので。でも絵の展示は、絵の搬入・搬出 (会場に持って行くこと・持ち返ること) はシンドイですね。自分の体調を維持したり、運搬は誰かに頼まなければできない。そこに来た人の目にしか触れない。期間が決まっている…。やっぱり、ホームページかなあ。そこでホームページを作ることになりました。そのホームページを作成している人は「突撃レポート」のさつきさんです。情報誌6月号が皆さんのお手元に届く頃には出来上がっているはずです。(さつきさん、がんばってる?)

12月号ではホームページについて書く予定です。お楽しみに。

# そらいろ探郎団

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4回 昭和区のMさん邸～

建築士のどんちゃんです。今日は昭和区のMさん宅へお邪魔します。Mさんは一人暮らし、自宅では手動車いすを使用、外出するときは電動車いすを使用しています。お宅は賃貸の木造長屋です。大家さんの許可を得て改造して生活しています。

どん：ピンポン

Mさん（以下M）：はい。

どん：どうもこんにちは。この段差解消機はすごいですね。1m近くも上がるんですね。乗ってもいいですか？

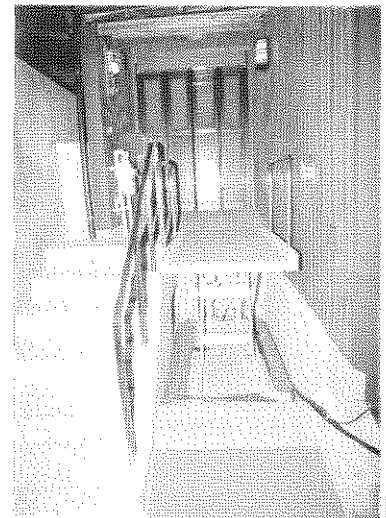
M：どうぞ。この段差解消機はリモコンで動きます。リモコンを持っていないと動かすことは出来ないの、外にあってもらわずらされる心配はありません。（段差解消機：花岡車輛フラットリフト 定価563,000円）

どん：うわあ、とてもなめらかに上昇していきますね。音も思ったより静かです。

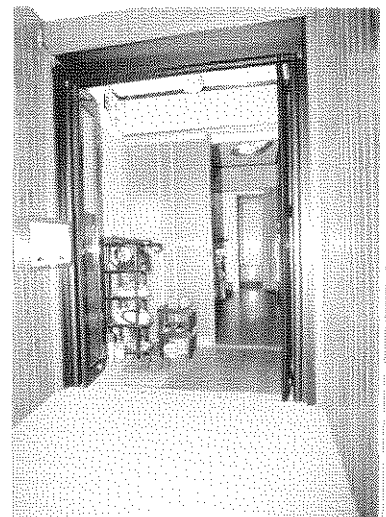
M：元々は全部階段だったんですが、段差解消機を付けて残った部分に新たに階段を作り直しました。工事する前はスロープにして工事費を抑えよう、と考えていたのですが、さすがに高低差がありすぎてスロープでは無理でした。リハビリセンターから訪問相談に来た専門家に「玄関に関してはこの場で明確な答えが出せないの、後日連絡します」と言われてしまいました・・・結局段差解消機を付けて、玄関を少し奥へ引っ込めて玄関前を広くしました。それでは中へどうぞ。

どん：おお、自動ドア。それも両側折れ戸[\*1]ですかあ。すごいですね。これなら開口幅も大きく取れるし、開いたときも扉もコンパクトに収まるし狭い玄関にも持ってこいですね。

M：最初は自動ドアにするつもりはなかったんですが、使い勝手を考えて自動ドアにしました。鍵はドアを閉めると同時に自動的

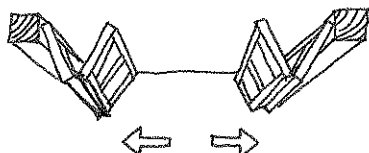


段差解消機（上がっている状態）



外部より玄関を見る（自動ドア）

[\*1]両側折れ戸：下図参照



[\*2]普通のキッチン：最近のシステムキッチンの標準的な高さは85cm。少し前までは80cmが標準だった。Mさんのところのキッチンは80cm。

にかかります。年一回メーカー点検があるので安心です。玄関もリモコンで開け閉めします。リモコンが鍵代わりなので壊れたら大変なことになってしまいますが・・・。（自動ドア：ナブコ）

**どん**：室内は広いLDKと寝室、いわゆる1LDKですね。結構広々としてますね。

**M**：車いすで動きやすいように、家具はなるべく小さいものを選んで置いています。改造する前から床はフローリングで段差も無かったので助かりました。

**どん**：キッチンも改造してありますね。

**M**：キッチンは元々あったものを、流しの下に足が入るように改造しました。普通のキッチンなのでちょっと高い[\*2]のですが、なんとか使える高さです。ただシンクがもう少し浅いと使いやすかったな思います。

**どん**：キッチンの奥がトイレと浴室ですね。

**M**：トイレと浴室の位置は改造前のままですが、トイレは奥の浴室へ行くための廊下だった部分をトイレとして広げました[\*3]。

扉も3枚引き戸にしてあります。

**どん**：浴室は1段上がってますね[\*4]。40cmくらいですか。

**M**：車いすの高さに合わせて洗い場の高さを決めました。浴槽の縁も洗い場の高さに合わせてあります。

**どん**：他にどこか工夫した場所などあったら教えてください。

**M**：外のデッキに出るのにアルミサッシの下枠が段差になるので、デッキに出るときだけその枠に木をかぶせる[\*5]ことで段差を無くし、車いすでデッキに出ることが出来ます。洗濯機もデッキより一段下げているので、車いすからでも使いやすくなっています。

**どん**：色々細かいところまで気を配って改造してありますね。この物件を見つけるのは大変でしたか？

**M**：約半年かかってここを見つけました。人から情報をもって改造もOKということでここに決めました。玄関の段差は気になりましたが、スロープや段差解消機で何とかかなと思いました。マンションなども考えたんですが、どこもトイレが狭く改造の許可も得にくいと思い、あきらめました。

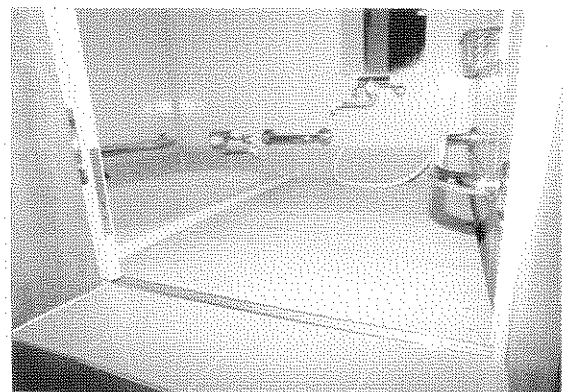
**どん**：やはり皆さん物件探しには苦労されてますね。

マンションだと共有の配管を使っている関係上、トイ

レを別の場所に移したり、便器の向きを変えたりするのは難しいですね。改造するならマンションよりも木造一戸建の方が自由度が高いと思います。今日はどうもありがとうございました。

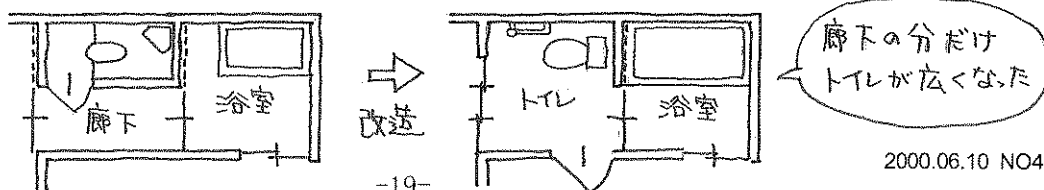


キッチン（流しの下が開いている）



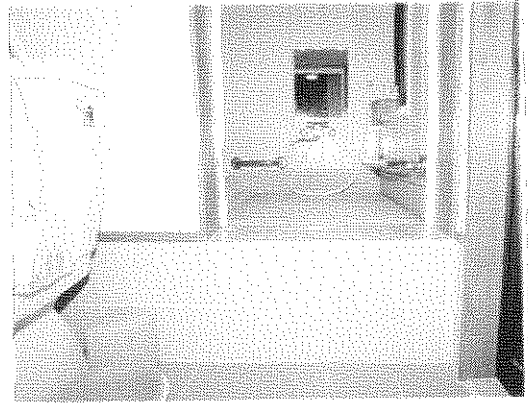
浴室

[\*3]：下図参照



## そらいろ探邸団

Mさんのお宅は、前回の江上邸同様、建ってからそれなりに経つ木造賃貸住宅でした。普通の人なら玄関前の高低差を見たたん、「この家は車いすでは住めない」と考えてしまうと思います。しかしMさんは段差解消機を入れさえすれば間違いなく住める、という知識があったからこそ、この物件が借りられたのだと思います。「どういった改造をして、どう工夫すれば自分にとって住みやすい家になるか」という知識があれば、物件探しもまた違ってくると思います。そして借りる前に専門家に意見を聞き、自分の思っている改造が、金銭的なことも含めて、現実的に可能であるかを相談すると良いかと思えます。改造にかかった費用は名古屋市の障害者住宅環境整備事業の助成金100万円を大幅に超えているそうです。



トイレと浴室の段差

## そらいろ掲示板

このコーナーは安くて比較的簡単に取り付けられる建築関係の商品を紹介していきます。

### ～水廻り商品～

#### 「流せるもん(INAX)」

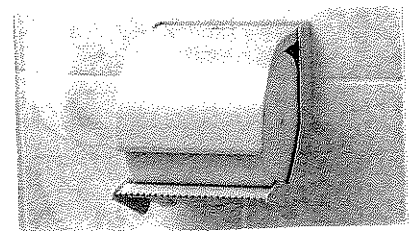
便器の水を流すレバーをリモコンで操作する装置。好きな場所にリモコンを付けられるので後ろを向いたりしなくても水を流せる。定価11,000円から。

※取付可能便器についてはINAXにお問い合わせ下さい(052-201-1715)。工夫すればほとんどの便器に取り付けられると思います。



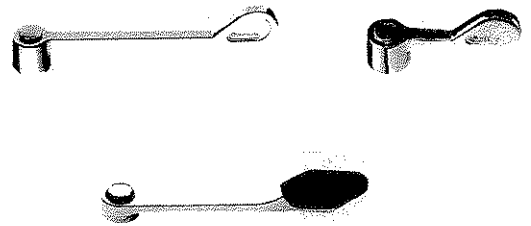
#### 「紙巻器(トイレトペーパーホルダー) CF-31(INAX)」

片手でトイレトペーパーが切れる優れもの。普通片手でフタを押さえてもう一方の手で切ったり、両手でトイレトペーパーを切ったりしないと、なかなか切れないが、これはまず間違いなく片手で切れる。トイレトペーパーを取り替えるのも、ホルダーに乗せるだけなので簡単。定価2,450円。

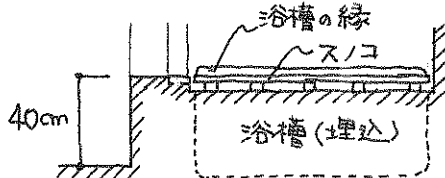


#### 「ワンタッチレバー(三栄水栓)」

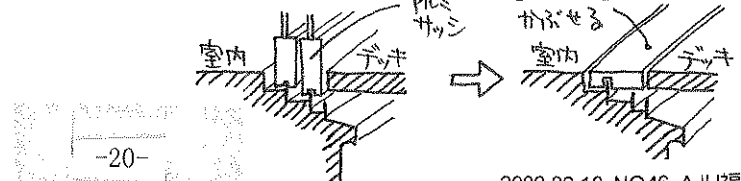
今ある蛇口をレバー型に変える商品。上からかぶせて使う物や、蛇口を取り外して付け替える物など、長さも長い物から短い物まで色々ある。定価600円から。



[\*4]: 写真「トイレと浴室の段差」と下図参照



[\*5]: 枠に木をかぶせる



# 梅雨、到来

## 身だしなみ『体洗い』と『着替え』の工夫

今年もやってきました、うっとうしい梅雨。じっとしていたくなりますね。衣替えは終わりましたか？できれば天気の良い日に衣類の交換、たんすの掃除などをしましょうね。

今回は、「髪」のお手入れの工夫でしたがいかがでしたか。今回は、『体洗い』と『着替え』をとりあげてみました。うっとうしい季節は、ゆっくりお風呂にはいってみるとか、温泉旅行を計画してみてもいいかもしれません。また夏物の衣類をだしてみながら、着やすさにこだわってみたり、春物の手入れをしてみたり。そんなとき役立つようなものを取り上げてみます。

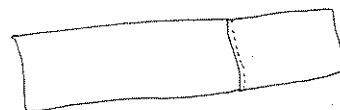


### 体洗い

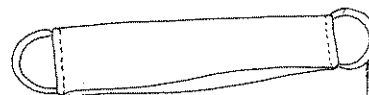
#### ●タオルの工夫

タオルは長さがポイントです。身体を洗ったり、ふくには、バスタオルより、持ちやすく扱いやすい普通のタオルをおすすめします。ただ、長さは普通のタオルの1.5倍ぐらいあるものの方（工夫例1参照）が、両手で端をつかんで身体に回すのに向いています。通常のタオルより少し長い“スポーツタオル”を使用している人もいますが、身体洗いに使う場合は水を含むので少し重くなるという難点もあります。

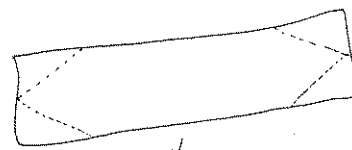
また、手でつかみにくい人は、タオルの端に輪や手を入れるところがあれば（工夫例2）、両手を交互に動かすことで身体（背中）を自分で洗ったり、ふくことができます。



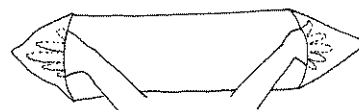
幅広ゴムを輪にしてはめ、握りやすくする



綿テープを輪にして縫いつける

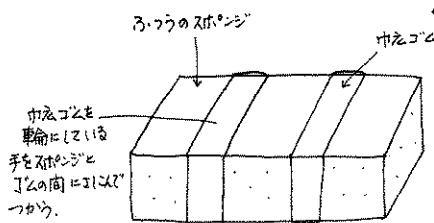


三角に折り、縫う

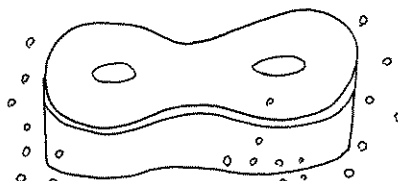


#### ●スポンジの選び

ポイントは、大きめで手にしっかり握れるものを選ぶこと。スポンジを手にしっかりもって、身体の線にそって手を動かすと上手に身体を洗うことができます。手にもつことが負担になる人は、手にスポンジがついているような工夫をしましょう。



ふわふわのスポンジ  
中糸ゴムを輪にしてはめ、手をスポンジと指の間にはさまってつかう。



くびれがあり、もちやすく作られているスポンジ、大きめのもの

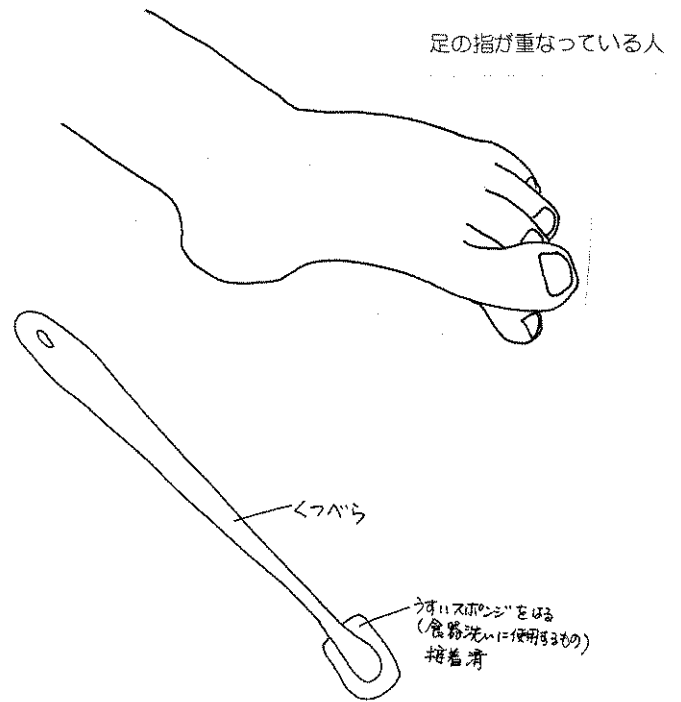
## <足指洗いの工夫>

足の指の間は、盲点。これから夏場になると、足は汗などでますます不潔になりがちです。皮膚の弱い人にとっては、大切にしてほしいところでもあります。

足を洗ったあとは、クリームなどをぬって皮膚の乾燥を防ぎましょう。

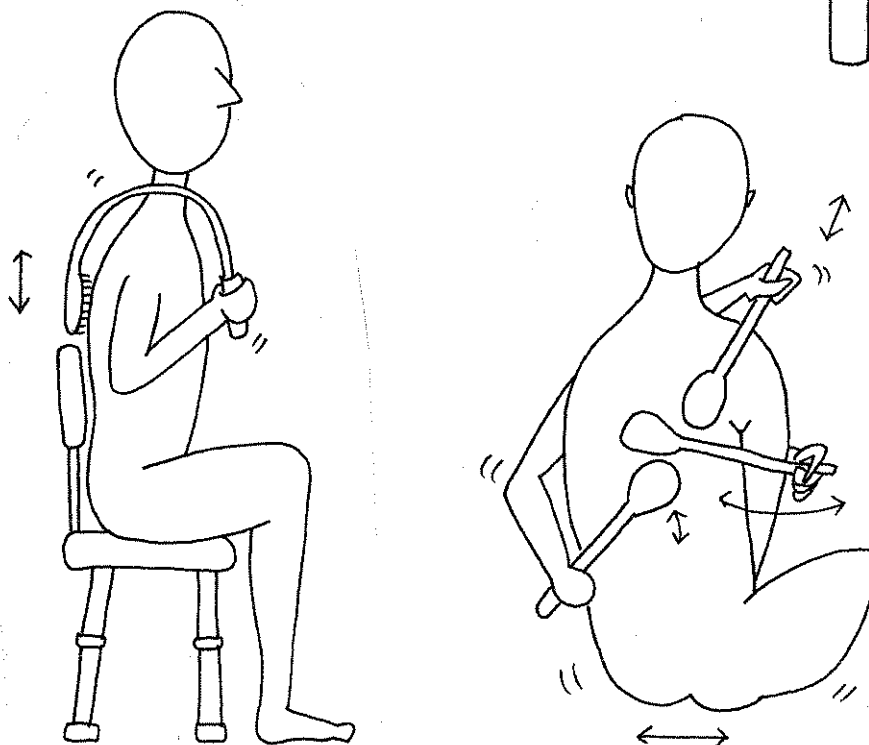
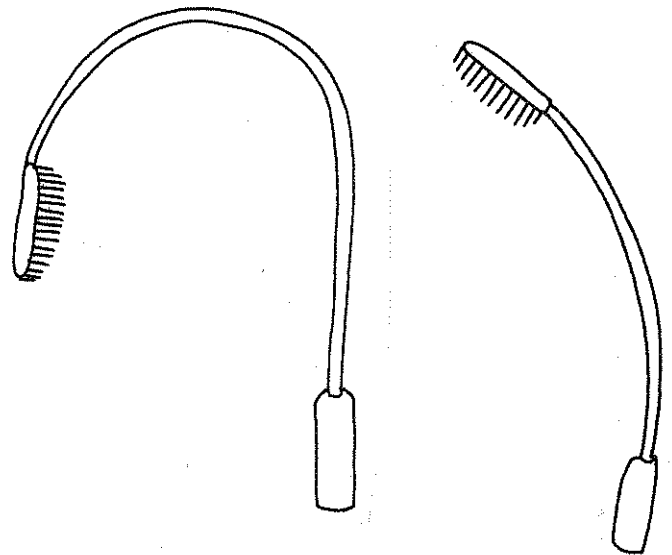
☆足の指が重なっている人ぜひ洗ってください。足の指の間の皮膚が弱くなっています。自分で洗いにくい人は、無理せず頼みましょう。中性洗剤のような刺激の少ない石鹸を使ってくださいね。

☆足の指まで手がとどかない人



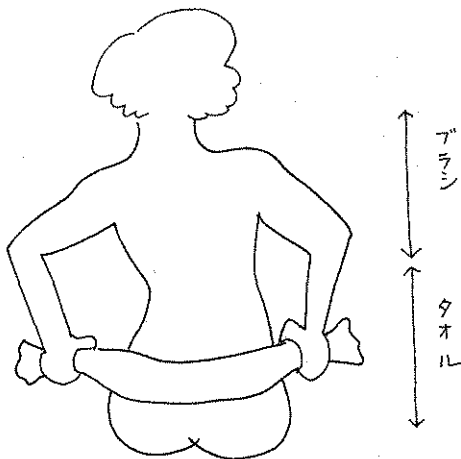
## ●背中洗いブラシの工夫

背中洗いブラシを上手に使うためには、手と身体のコординаーションが大事です。背中洗いブラシが上手に使えないのは、手だけで洗おうとするからです。U字形より短い柄で、軽いカーブのあるものをおすすめします。身体も動かしてみましよう。



## ●その他

### ブラシとタオルの使い分け



### ●着替えのポジション

#### 1 ベットの上より床の上

安定するのだ。着替えのときだけ固めの板を尻の下においてよい。

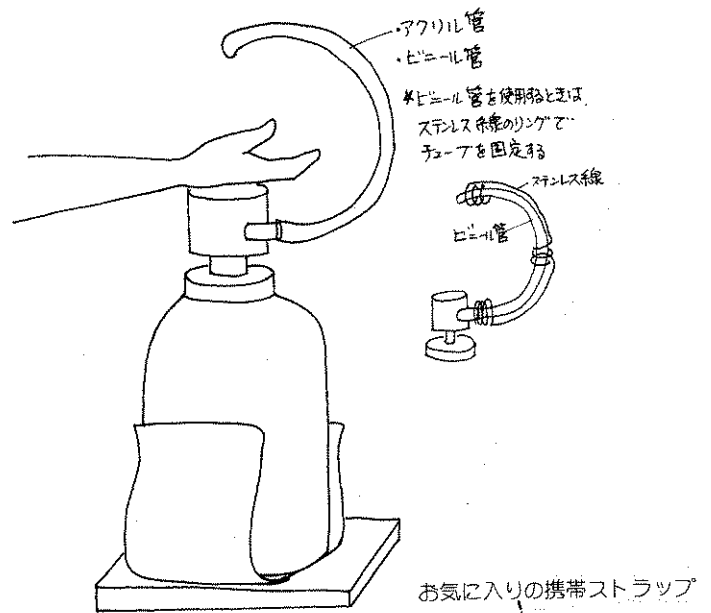
#### 2 椅子にすわるより床の上

安定するのだ。床の上の方が足全体で上体の動きを支えることができるから

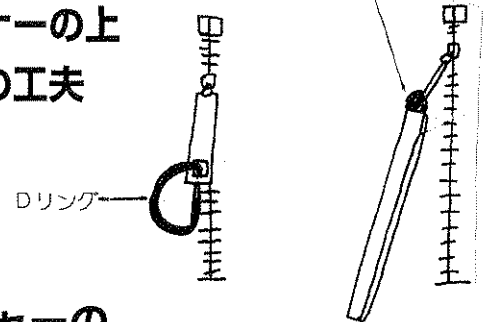
#### 3 車いすでの着替えの注意

上着はベッド、ズボン車いすに移ってからという人もいると思う。ズボンの上げ下ろしに手すりが必要な人は、車いすの肘あて（アームレスト）をたよりにしている。ベット柵もしかり。アームレストやベット柵は、身体を支えるように作られてはいないので注意してね。車いすのアームレストは、少し幅のあるもので手をつかみやすいもの、身体を支えても痛くないものを選んでおこう。

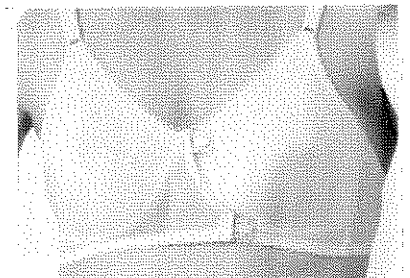
### 片手用シャンプー容器



### ●ファスナーの上 げ下げの工夫

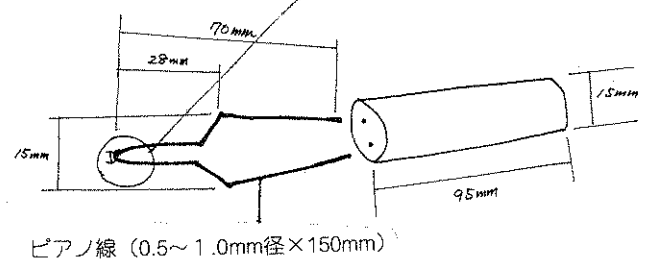


### ●ブラジャーの 脱着の工夫 市販品の“前 ホックのブラ ジャー”



### ●ボタンエイド

ボタンの大きさにあわせる 5mm～



こんなとき生活の道具相談室にご相談ください。

- ◆ 片手用シャンプー容器を使ってみたい。
- ◆ 上手にブラシで背中を洗ってみたい。

- ◆ 足の指を自分で洗いたい。
- ◆ ブラジャーを自分でつけたい。など



# 「あかきたな」

堤 剋喜

補習塾の先生をかねているシスターと話していた。  
 「あの子の辞書の引き方をみると、こっちがうずうずしてくるわ。  
 五十音の順番をまだ覚えていないものだから、  
 <あめ>を引くのに<あ>の最初から探すのよ。そのぎこちないこと」  
 「シスター、初めはそれがふつうだと思うよ」  
 「どうして？」  
 「国語辞典の使い方を学校で習うまでは五十音を使う機会がないから」  
 「何年生で習うの？」  
 「僕の時は4年生で。  
 中学年向けの児童書には、目次はあっても、索引なんてまず付いてませんから。  
 僕は国語辞典を引く段になってから五十音を覚えた口です。」  
 「すごい記憶力。私なんて全然覚えてない」  
 「シスターは優秀な生徒だったからだろうね。すんなり覚えたから印象が薄いんでしょう。  
 もっとも、兄のように、1年生でひらがなを習うときに順番も覚えてしまう子もいるし。」

7歳のあつき：「お父さんがさだおで、お母さんがなおこ。お兄ちゃんがたつきで、僕が  
 あつき。あ・き・た・な。後は<か>があれば、あかきたな」

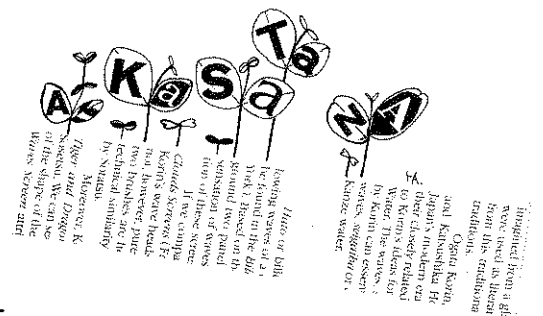
父：「上二人にツキをつけてきたんだから三人目もその線でいこう。  
 男の子なら、かつき。  
 どうせ今度も男の子だと思うが、  
 もしも女の子だったら、かつ子でよかろう」

こうして僕の名前が決まった。

母は女の子を期待していたらしい。  
 生まれる前から用意してあって、  
 僕が最初にあてがわれたおもちゃはピンクのウサギだった。  
 少し遅れてパンダがきた。  
 輪郭のあまりはっきりしないウサギよりも、  
 白と黒のコントラストがあるパンダの方が、僕は気に入った。  
 ウサギはおもちゃ箱から抜け出し、ダンスの上に跳ね上がって、  
 しばらく、僕を見下ろしていたけれど、  
 そのうちどこかへ行ってしまった。

僕の命名の事情を同級生に話してみた。  
 彼はしばらく考えた後、  
 「じゃあ、次に五つ子が生まれれば、ちょうどいいよ。  
 だって、一度に<わ>までそろうから！」  
 と、笑い転げた。

「ところで、僕は運がいいんだろうか？ツキはあるのかな？」  
 兄・あつき：「取り方次第で、どちらとも言えるんじゃないかな。  
 和文タイプを経由せずに、ワープロやパソコンに割に早く移行できたのはラッキー  
 というべきだろう。  
 それにだ。おまえの場合、どの程度自覚してるか知らないが、他人に与える印象は強  
 い方だ。  
 初対面の段階で、相手からお前がふるい落とされたり、お前が防御反応としてふる  
 い落とすケースが多いはずだ。  
 結果として、数は少ないがおもしろい人脈が残るのでは？  
 だから、お前との仲が長続きしていると聞けば、その人はどこか並はずれたものを  
 持った人物として、とりあえず信用してみるよ。」



挿し絵 橋本知佳

車いすのファーストレディ(インドネシア大統領夫人)がコーディネート  
Asia-Pacific Conference on tourism for people with disability

## アジア太平洋「障害者の旅行国際会議」ツアー 参加者募集

インドネシア・バリ島だから楽しいよ！  
9月23日(土) □ 28日(水) 4泊6日

一般……………16万円  
介助の必要な障害者……………22万円  
介助ボランティア……………10万円

昼食やパーティもついてるよ♪

リフト付きバスなどが100台もバリに来るらしい♪

9/23(土)	名古屋または大阪発 デンパサル着 ホテルは豪華グランドバリビーチコテージ
9/24(日)	文化交流ツアー 歓迎ディナーパーティ
9/25(月)	開会式 講演「障害者と観光旅行」他
9/26(火)	会議「高齢者と旅行」「障害者文化交流」他 フェアウェルパーティ
9/27(水)	自由(観光や豪華エステなどいかが??)
9/28(木)	名古屋または大阪着
※朝食4 昼食3 夕食2 ※日本語通訳あり	

共催：国連 ESCAP ほか 旅行取扱：JTB

### ■大統領夫人からのメッセージ(要旨)

旅行は様々な人に色々な知識をもたらします。でも、すべての人に旅行のチャンスが開かれているわけではありません。そこで「すべての人のための旅」をテーマにして、障害のある人のバリアをなくしていきましょう。

■申し込み 第1期しめきり7月20日 第2期しめきり9月10日 定員20名  
ファックスまたは電話で (052)852-2186 マップ 尾崎まで

## ついに募集開始！パラリンピック観戦 ツアー 色々あるから迷っちゃう！

### ●●●JTB パラリンピックシドニー大会応援ツアー●●●

競技観戦と開会式・6日間コース  
10月17日～22日  
248,000円

1日め 20:10名古屋発  
2日め 開会式観戦  
3～5日め 1日入場券で  
どの競技も観戦OK  
6日め 朝シドニー発 18:30名古屋着

ホテルはオリンピックパークから15分の  
スタンフォードノースライド 近～い♪

決勝戦観戦と閉会式・7日間コース  
10月26日～30日  
258,000円

1日め 20:10名古屋発  
2～5日め 入場券でどの競技も観戦OK  
6日め 陸上決戦競技と閉会式観戦  
7日め 朝シドニー発 18:30名古屋着

ホテルはスイスグランドボンダイビーチ  
色々見られて得なコース  
観光に行ってもいいね

旅行期間中の観光や福祉施設・スポーツ施設視察の手配もしてくれるよ

### ♥申し込みは

JTB団体旅行錦支店 担当：パラリンピック応援デスク 橋詰・城戸  
電話(052)951 8444  
FAX(052)961 2253 EmailもOK njtb@ngojtb.com

ゆりこのトラベルセンター

●●●チケットラベル パラリンピックツアー●●●

料金は近日発表です

パースとパラリンピック観戦 6泊8日  
10月14日～21日

- 1日め 10:20 名古屋発 シンガポール乗換  
深夜パース着
- 2日め パース市内観光
- 3日め 自由
- 4日め パースからシドニーへ
- 5日め 開会式観戦
- 6日め 自由
- 7日め タシドニー発 シンガポール乗換
- 8日め 8:35 名古屋着

パースにも行くし、シンガポール乗り換えなので、体力があるかも・・・ めいっぱい遊び、買い物したい人向け

申し込みは

チケットラベル ハートTOハート 担当：碁石・木村  
電話 (052) 776-3325 FAX (052) 776-3257

ゴールドコーストとパラリンピック観戦  
6泊8日  
10月13日～22日

- 1日め 20:10 名古屋発
- 2日め 早朝ケアンズ着  
乗り換えてブリスベンへ
- 3～4日め 野鳥園観光・自由
- 5日め ゴールドコーストからシドニーへ
- 6日め 開会式観戦
- 7日め 自由
- 8日め 朝シドニー発 18:30 名古屋着

これもゴールドコーストへ行くので、めいっぱい遊びたい人向け(要体力)

ジャルウェイリソツチャで行く  
3泊4日 リフレッシュGUAM  
11月12日(日)～15日(水)  
119,800円(最小催行人員10人)

- 1日め 9:40 名古屋発 午後グアム着
- 2日め 島内観光&ショッピング 恋人岬・ラ  
ッテストン公園など
- 3日め 自由
- 4日め 夕方グアム発 19:50 名古屋着

グアムリーフホテルのハンディキャップルーム  
3泊4日で手軽だし、日程に無駄がない！  
リフトまたはスロープ付きバスの市内観光がついて、得だよ！

♥申し込みは

ツーリストアイチ  
担当：犬飼・井上  
電話 (0568) 83-1316  
FAX (0568) 87-2673



●豪華ツアーのコーナー

海外旅行の定番 ロンドンとパリ6日間

- 8月20日(日)～25日(金)
- 385,000円
- 大韓航空利用
- リフトバス利用
- ロンドンからパリは特急電車ユーロスター1等車

ボラボラ島とタヒチ

- 9月27日(水)～10月4日(水)
- 398,000円
- 水上バンガローに宿泊

とびきりの香港3日間

- (1)9月24日(日) (2)9月27日(水)
- 158,000円
- キャセイパシフィック ビジネスクラス利用です
- ホテルは日航香港ホテルだよ

すべてリフトバス・リフトカー利用

♥申し込みは

チケットラベル 担当：碁石・木村  
電話 (052) 776-3325 FAX(052)776-3257

ちよこつと情報

●最近出た障害者の旅行の本

- ◆勝矢光信「車イスといっしょに旅に出よう！」(日本経済新聞社 ¥1,600)
- ◆JTB(ジェーティービー)「全国宿泊情報2000年度版」(¥2,300)
- ◆昭文社「らくらくバリアフリーの旅 関東周辺」(¥1,600)
- ◆「夢をあきらめないで～カレンと自然と車椅子と～」TBSブリタニカ(¥1,500)

●この頃ツアーもいろんな種類が出てきて楽しいね！パラリンピックも色々選べるし、ビジネスクラスを使った香港ツアーもあるし、あとは先立つお金だけ！！

●私は自分ではエコノミーしか乗ったことがないし、香港では安宿で有名なチョンキンマンションしか泊まったことがないので(しかも、空港からホテルまで車いすで歩いた・悲しい)、皆様からのビジネスクラス・ファーストクラス体験記、お待ちしております。

# 福祉用具のリサイクル情報 (6/3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

◇木製ベッド (マットレス含む高さ44cm)		
◇手動ギャッチベッド	.....	3年使用
◇手動車いす	..... ¥50,000	未使用
◇2モーターベッド	..... ¥100,000	4か月使用
◇1モーターベッド	..... ¥150,000	半年使用
◇ベッド用立ち上がり手すり (多比良製)		
◇エアーマット	.....	4年使用

### 移動用品

◇手動車いす (OXジャパン製/若い方用) *要タイヤ交換		
◇手動車いす (若い方用) *要タイヤ交換		
◇手動車いす (スチール製)		
◇介助用車いす (子供用)		
◇一本杖70cm		
◇松葉杖1組	.....	半年使用
◇歩行器 (三輪)	..... ¥5,000	未使用
◇らくらくウォーカー (歩行器)	..... ¥14,000	1、2ヶ月使用

### 入浴用品

◇入浴用車いす (キャリータイプ/座面U型)	.....	9年使用
◇浴槽台		
◇安寿バスボード	..... ¥5,000	未使用
◇安寿シャワーチェア	..... ¥7,000	未使用
◇シャワーいす	..... ¥15,000	未使用

### トイレ用品

◇ポータブルトイレ (手もたれ、手すりなし)	3つあります	
◇木製トイレチェア	..... ¥25,000	約1年使用

### その他

◇幼児用姿勢保持いす (いすにも座いすに使える)	.....	3歳～6歳まで使用可
◇ネブライザー	..... ¥15,000	未使用
◇スロープ	..... ¥25,000	未使用
◇移動用リフト (油圧、手動式)	..... ¥130,000	

## ◆譲ってほしい！

手動ベッド/1モーターベッド/2モーターベッド/3モーターベッド/無圧マット/オーバーテーブル/ベッド用リフト/手動車いす/電動車いす/電動三輪車・四輪/歩行器/シャワーいす/入浴用車いすなどなど

「譲って」欲しい方、「譲りたい!」という方、ぜひご連絡下さい。  
 A J U リサイクル相談事業部 TEL 052-851-0059 FAX 052-851-0159  
 ホームページでもみることができます。http://www.ipc-tokai.or.jp/aju/  
 毎週金曜日の朝日新聞(朝刊)でも、リサイクル情報が掲載されています。

# ぜひ、この情報を情報誌で伝えて！！

私は、片麻痺の中途障害です。健常者の頃は、福祉に興味はあまりありませんでした。しかし、自分が障害を持ってから色々考えるようになり、たまたま知り合った友人から「障害年金生活なので結構大変だ、旅行とか行きたいけど、お金がかかるので行きにくい」という話を聞き、少しでも安く出かけられる方法はないのかと、障害者福祉法で割引制度を調べると、鉄道の場合、第1種障害者は、本人と介助者が一

緒の時は距離に関係なく半額割引（ただし、単独乗車の時は片道100km以上じゃないと割引されない）がきき、第2種障害者は、単独で片道100km以上でないと割引がきかないと書いてありました。（私は、第2種障害者です）そこで、第1種、第2種の人が単独で片道100km以上の割引を使うには、どんな方法があるかを調べて、実際に乗ってみましたので、ぜひこの情報を情報誌で伝えてほしいものです。

## ★JR身障旅客運賃割引について

		割引	普通乗車券	急行回数券	急行券	定期乗車券（注1）
1種身体障害者 知的障害者	単独乗車片道 100km以内	無し	×	×	×	×
	単独乗車片道 100km以上	5割	○	×	×	×
	介護者（1人）と 共に乗車	5割	○	○ 特別急行は 除く	○ 特別急行は 除く	本人、介護者共に3割引、 12才未満の場合は介護者 のみ定期乗車券を3割引
2種身体障害者 知的障害者	単独乗車片道 100km以内	無し	×	×	×	×
	単独乗車片道 100km以上	5割	○	×	×	×
	介護者（1人）と 共に乗車	無し	×	×	×	大人は割引無し、12歳未満 の場合は介護者のみ乗車 定期を3割引

（注1）：12歳未満の定期乗車券に対しては旅客運賃の割引はされない。

参 考：JR名古屋駅から片道100km以上の比較的大きい駅  
東海道本線 のほり → 浜松駅 < だり → 近江八幡  
中央本線 のほり → 野尻



## ★バスの運賃

・第1種身体障害者、知的障害者が単独乗車又は介護者付き、第2種身体障害者、知的障害者が単独乗車の場合は、乗車距離に関係なく本人、介護者共に5割引される。

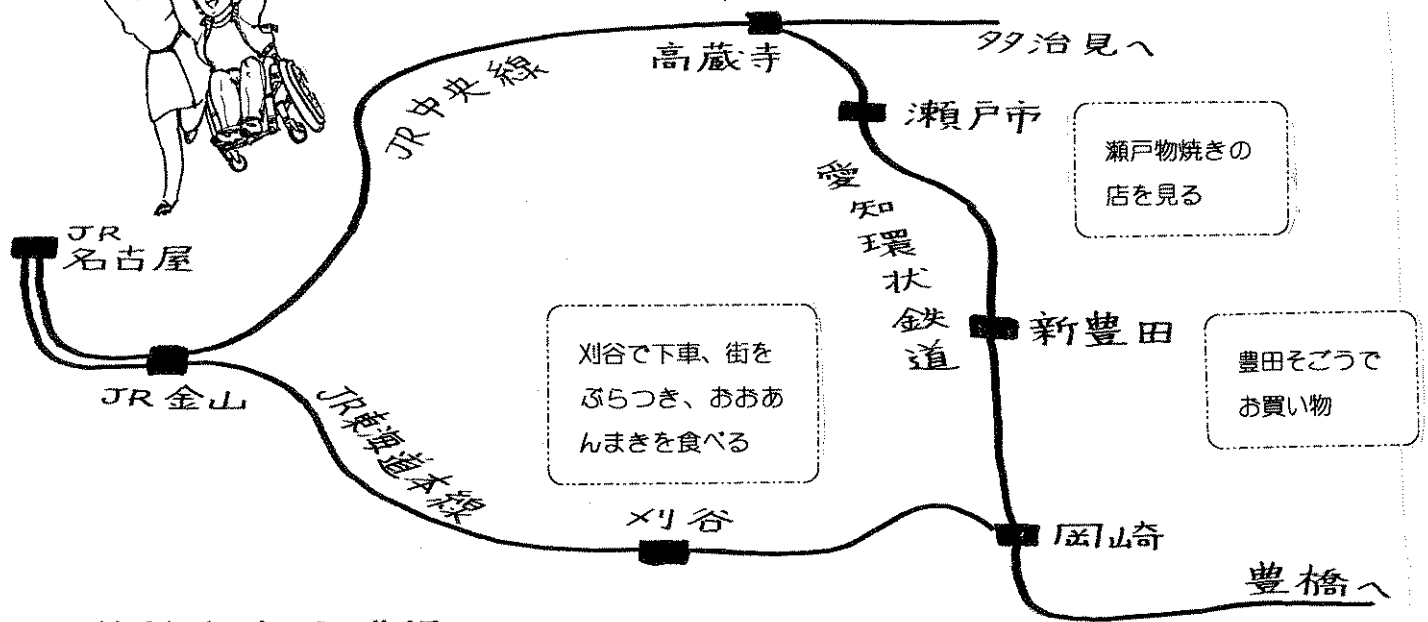
・バスの定期乗車券に関しては本人、介護者共に3割引（12才未満は鉄道と同じで介護者のみ3割引）  
※例外もある、原則はJRの割引だが私鉄会社独自で第2種障害者の介助者も係員の判断で割引が認められることもある、これは旅客安全のためなので係員に手帳を呈示して聞いて下さい。

東京営団地下鉄（東京都）、長良川鉄道、明智鉄道（岐阜県）、サンライズバス（愛知県三河地方）などは上記を実施しています。

## ★名古屋市地下鉄・バス

・1種、2種関係なく身体障害手帳1～6級、愛護手帳1～4度の単独乗車、又は駅員が介助者と同行しなければ乗車困難と認めた場合は本人、介護者（車いすを利用していない障害者に付き添っている介護者1人まで）共に5割引される。（名古屋市在住の身体1～4級、愛護1～4度方は福祉特別乗車券が交付され無料）  
 ・車いすを利用している人は介護者が3人まで運賃5割引を認められますので、手帳を窓口で呈示して下さい。

※障害者、愛護手帳を発売窓口には必ず呈示して（言語障害の人は用件をメモ書きして用意しとくといひよ）割引乗車券類を購入して下さい。



## ★単独乗車、片道100km以上方式の小旅行

身体障害者福祉法第5条1項にJRと私鉄の連絡会社線で身体障害者、知的障害者が単独で乗車する場合は片道100kmを越える期間に限り割引されるとあります。実際、購入して実践してみました。

JR名古屋駅出発→JR東海道本線で岡崎駅→愛知環状鉄道乗り換え→高蔵寺駅→JR中央線乗り換え→JR名古屋駅到着という方法で切符を緑の窓口にて購入すると1,850円ですが、距離数は102.8kmになるので手帳割で購入できる。

注意：片道100km以上の場合の切符有効期限が2日なので途中下車が可能です。ただし、途中下車できるのは駅員が常駐している駅のみです。また、線路を後戻りすることは違反になります。

## ★佐治さんの感想

私のやり方では、電車とホームの幅が開きすぎの駅が多いし、何度も乗り換えたりするので車いすの人は難しいと思いますが、こんな旅も有るという事を参考にして下さい。JR、私鉄の連絡会社線の片道100km以上方式を詳しく調べることで、JRからは愛知環状鉄道全線の切符は緑の窓口で購入できます。しかし愛知環状鉄道内で買えるJR線は北は春日井駅～多治見駅まで、南は刈谷駅～蒲郡駅までしか買えないため片道100km以上方式は利用できないことが分かりました。それは駅と駅との連絡整備が整っていないためです。せっかく福祉法第5条1項でうたっている、利用できないのはおかしいのではありませんか？私もそうでしたが、中途障害の人はこれらの割引方法を知らない人が多いと思います。せっかく割引制度があるのだからこういった制度を使ってどんどん街へ出かけ、おかしい所は声を出すべきだと思います。

編集部より 友達の話をつきかき、知らなかった福祉制度を調べ、制度のおかしな点に気づき、声を出すことの大切さを訴える佐治さんの姿勢は、すばらしいと思います。

## ドラえものの母より 「障害児のお父さん、お母さんへ」

私（母親）と、小学6年、3年、そして、1年（脳性まひによる四肢まひで歩行、座位、手作業が困難、車いす使用）の計4人で、去年はハワイ、今年はグアムに行つて来ました。

もちろん最初は、私1人では・・・と、とても不安でした。でも、ハワイでは、全バス（トローリーバス）がリフト付なので、介助者1人でどこへでも移動が可能でした。どの建物にもエレベータが付いているし、階段が少しあるところでも外人さんがすぐ助けてくれるし、全く不自由を感じませんでした。

グアムは、リフト付バスが2～3台しかないということで、とても不安でした。ところが、バスの乗降時、運転手さんや乗客や停留所でバス待ちの外人さんが手伝って下さってクリアできました。（日本人や東洋人は見ているだけ・・・さびしいことです）



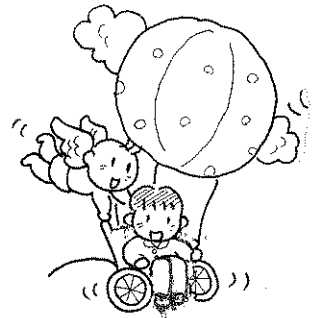
マリンスポーツも、クラブメイトの人達が小学校1年生の子供（脳性まひ）の介助をして下さり、みんなで思いっきり楽しめました。（日本だと、あれダメ、これダメと制限されるけれど、ここでは、全て同じように楽しめました）

飛行機は、コンチネンタル航空よりJALの方が、小学1年生の子に対して対応、サービスともよかったです。

ということで、介助者1人でも何の心配もなく、障害児と旅行が楽しめたということです。みなさん、お父さんに留守を頼んで出かけてみ

てはいかがでしょう？！それとも、お父さんに旅行をまかせて、お母さんは家でのんびりと・・・もいいかも！

この旅行で不思議に思ったことは、小学校1年生の子を見たり、かかわった人のほとんどに、「ハッピーボーイ」と言って、頬ずりやキスなどをされたことです。これは、どんな意味があるんだろうと今だに不思議です。よいこと？脳性まひの子のニックネーム？ご存じでしたら教えて下さい。



## 南区のAさんより

養護学校の教員です。障害者の自立について、私は自分の目の前の生徒たちについて、保護者の方とも一緒に考えています。情報誌は、大変参考になります。

## 四日市市のKさんより

近頃こんなに親切な情報誌にめぐりあえたのは、本当にうれしく思っています。できるだけ協力します。

## 春日井市の鈴木さんより

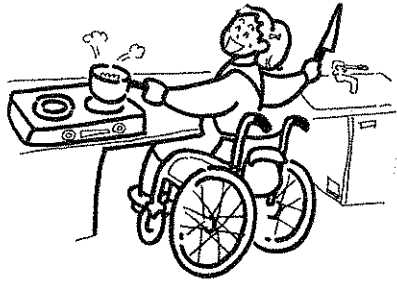
AJU自立の家創立10周年記念の記念講演会を聞きに、昭和区役所ホールへ5月7日に行きました。その道中でJR鶴舞駅を利用したとき、エレベータができていました。大きさとしては、大きめの車いすが1台入れる程度でした。

また、4月23日には、JR稲沢駅の東西連絡通路が完成し、同時にエレベータも付けられました。ただ、この駅は普通しか止まりません。どんどん利用しましょう。

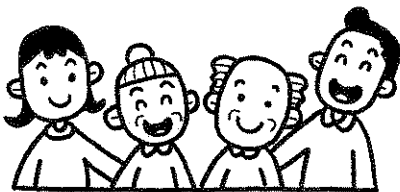


## 前号の特集「脳性まひによる障害を持つ人の暮らし パート1」の感想

- 私は、特に江上さんの生活ぶりに興味を持ちました。介助者探しが大変なようですが、このように要介護の人達が自立生活を始める機会が増えれば、ヘルパー制度も変わってくるのではないのでしょうか。私もいつかこのような生活に挑戦したいと思っています。



- 公的制度や手当、保護費で生活していくことができるんだ。子供の自立の時、親の私達としては少し心配が減りました。子供に江上さんの「一人でも生活ができる事」を話してあげたら、とてもうれしそうに「ボクもおこづかいをためてがんばろ!!」と言っていました。
- 障害は違いますが、私も障害者です。ひとり暮らしにはずっとあこがれていますが、でも、身辺自立のできていない私には無理な事だと、どこかあきらめていました。でも、これを読んで出来ない事はまわりの方たちに協力してもらいながら一人暮らしをする事は、決して無理な事ではないのだと思えるようになりました。ふつうに恋愛し結婚して子供を産む幸せが、自分にもつかめるのでは・・・と、夢も持てました。
- いろいろな考え方があるとつくづく思いました。仕事とは何か、自分は・・・e t c。



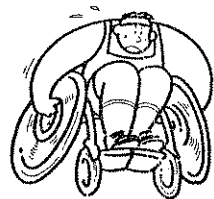
## 前号のでっちゃん××の苦手なあなたへ「生活編」の感想

- いろいろなヘルパー制度を利用しての生活ぶりがかがえ、とても参考になりました。一番必要な時間帯にヘルパーさんが来てもらえないなんて、本当に困りますよね。それも、著者の場合は話し合いによって希望時間に来てもらえるようになったことを知り、声を出すことの大切さを改めて学びました。デンマークへ行ったとき、現地のヘルパーさんが「ヘルパーは、生活を守るのが大きな仕事なのだから、その人が例えば、インスリン注射が必要とあらば、それは生活に不可欠なことなのだから、注射もうつ」と言っていたのを聞いて、とても納得した覚えがあります。このヘルパーさんの言うとおり、日本でもヘルパーの教育カリキュラムの中に医療行為も入れて欲しいと願っています。



- 子供は1種2級です。地域の学校に行っているのですが、親の全面介助です。(学校一日中) 私も毎日、とても身体がもちません。ヘルパーさんやデイサービス、e t cに週一日でもとお願いに行っただけですが、送り迎えはokだが学校内の一日中は・・・と、ことわれました。送り迎えだけだったら私でもでき、その後のことをお願いしたいのに・・・。
- 自分の希望通りにボランティアさんを見つけるのは、大変なんだなあーと思いました。また、自分で生活していくには、さまざまな工夫が必要なのだという事も実感しました。自分に出来る事と出来ないことを見通

して、生活を楽しめたら、充実した毎日が送れるのかもしれませんがね。私も早く自立したいです!!





●それぞれいろんな工夫があるんだなあと思いました。私自身の場合、どうしたらいいのかなって考えながら読んでいたのですが、いろいろとおもしろいです。やっぱり自分の病気とか障害の情報を把握するところから始まるんでしょうけど……。今後のこの特集記事、きっと何か手がかりがありそうなので、とっても楽しみにしています。

●共働きにびっくり。ヘルパー制度の具体的な利用法と制度にあわせた工夫がよかった。

.....

 **前号全体への感想** 

●45号ありがとうございました。参加したことはまだないのですが、いつも“ゆりこのトラベルセンター”をととても楽しみに拝見しています。るるぶやマップル、その他の旅行情報誌を利用しているところへ行っていますが、障害者の利用できる設備の整ったホテルという情報は、あるにはあっても、その設備がどういうものなのかは詳しく書かれていません。それがとても残念なので、障害者の目を通して作られたような、旅行情報誌が欲しいと常に思っています。AJUの皆さん、是非このような旅行情報誌を一冊の本として作って下さい。

●障害があっても自立した生活は送れる……という自信ができました。育児に関する工夫など、もっと知りたいです。お金を少しづつでもためて、ツアーにも参加してみたい。今年こそはサマリアハウスでの体験実習に参加し、ふだん行けない所へ行ったり、色々な経験がしたいと思いました。障害があるからあきらめるのではなく、何でも、とにかくやってみよう！という気持ちで、前向きに頑張ってみようと、この情報誌を読んで強く感じました。

●「キャッツ」を観に行ったという菊池さんの記事、私も行きたいという気持ちになりました。

田中さんより



NHKのニュースで、『中国障害者芸術団の日本公演』が7月に東京、大阪で行われると報じられていました。公演日、料金、場所などを情報誌の6月号に載せていただけるとありがたいです。どうぞよろしくお願いします。

●調べました！！（編集部より）

国連承認の「アジア太平洋障害者10年活動」の一貫で、中国の障害者の音楽や舞踊に取り組む姿や中国の伝統芸術を日本に紹介し、両国の障害者の交流を深めていこうという目的でおこなわれます。演奏者は肢体障害者、聴覚障害者で、視覚障害者の方々が舞踊、演奏を披露してくれるそうです。

○記念講演、歓迎レセプション

7月13日（木）12:00～



東京プリンスホテル（港区芝公園3-3-1）

○公演日

7月14日（金）18:30～



横浜ラポール（横浜市港北区鳥山町1752）

7月17日（月）18:30～

メルパルクホール（東京都港区芝公園2-5-20）

7月18日（火）15:00～

メルパルクホール（東京都港区芝公園2-5-20）

○公演入場料 3,000円（予定）

○お問い合わせ

公演実行委員会事務局（宮崎、名倉、塩田）

TEL03-3716-1692 FAX03-3716-1538

お便りありがとうございました。  
引き続き、「〇〇へ行ってきたよ！」  
「こんな情報が知りたい！」「どうして？」ど、どんどんお便りをお寄せ下さい。お待ちしております。



AJU福祉情報誌編集部

〒466-0015 昭和区御器所通3-12-1

御器所ステーションビル3F

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

Eメール：aju-inc@pop21.odn.ne.jp

# いろいろ情報

## 本のご紹介

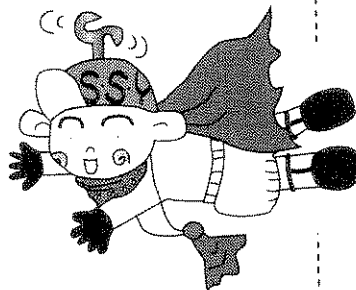
### 『ボクはSSY』

スーパー・しょうがいじ・ゆうだい』

以前、本誌に「介助犬」の情報を下さった亀田さんが、エッセイを出版されました。

#### <亀田さんのメッセージ>

私は98年の春から「SSYのページ」という題で、重度障害の息子の通う保育園の保護者会の機関紙に息子(雄大)のことを書いたエッセイを連載していました。



この度、「かもがわ出版」さんから「SSYのページ」を元にした本を企画・出版させてもらえることになりました。「障害なんて笑っちゃえ～」と思っている私ですので、内容はかなり笑えます。

障害児・者・その親の持たれがちなくら～いイメージを振り払い、障害児と呼ばれる子ども達が“普通の子”になることを願って、たくさんの人達に読んで頂きたいと思います。

あまり宣伝されない本ですので、皆様の口こみだけが頼りです！どうかお友達との会話で「面白い本があつてさあ」とお話下さい。期待は絶対に裏切りません。

出版社 かもがわ出版 定価 1,700円+税

\*企画出版なので全国どこの書店でも取り寄せできるのですが、私の家に在庫がたくさん。どうかご注文は私の方に宜しく願いいたします。送料は負担させて頂きます。

(連絡先) TEL/FAX 0568-34-8772

E-mail : ssy@c-d-k.ne.jp/~s-s-y

\*FAXかメールでお知らせ頂けるとありがたいです。  
夜9時以降は、息子雄大が電話の音で起きてしまうのでご遠慮願います。宜しくお願い致します。  
〒486-0961 愛知県春日井市春日井上/町割畑121-9



## 『アメリカ介助犬教育セミナー』のご案内



日本介助犬アカデミーが、会員向けのツアーを企画。「ツアーに参加してみたい」という方はこの機会に入会する事もできる。

内容：介助犬教育システムのセミナー/介助犬トレーニングのシステムとその訓練内容/アメリカの介助犬使用者の話など

出発：6月30日(金)～7月7日(金)  
6泊8日

代金：340,000円(一人)

<問い合わせ> 介助犬教育セミナー係  
担当：久保・田中

TEL03-3847-6644 FAX03-3847-6048



## Tac旅倶楽部のベトナム(4日間)

心を熱くするアジアの旅に参加しませんか？  
ホーチミンで市内観光や民族舞踊を見学。現地はリフトバスが無い為、移動は通常のバスになりますが、乗降は同行乗務員、スタッフがお手伝いします。

7月25日(火)～28(金)大阪発着

最小人数 15名 代金158,000円

<問い合わせ> Tac旅倶楽部

大阪市北区中津7-9-11大真ビル6F

TEL06-6455-6542 FAX06-6455-6523

E-mail:tac-tabi@super.win.ne.jp



## 大阪の小型ノンステップバス

5月20日、大阪市内5区(浪速区・淀川区・城東区・平野区・西成区)を、15～20分間隔で小型ノンステップバス(25人乗り)が走り始めました。今までは、1時間に1本という運行間隔だったので(全国的にそうですが)、大変な進歩です。1年ほどの試験運転期間を経て、次年度本格実施の参考にする方針。ただ、運行が8時～19時台で、早い時間に終わってしまうのが残念。車体はスウェーデンのオムニノーバ社製で、郵便配達車と間違えそうな、赤いボディとのこと。

運賃：大人・小児とも100円

問い合わせ：交通局 TEL06-6582-1101



## 『交通バリアフリー法』成立！

5月10日、『高齢者、身体障害者の公共交通機関を利用した移動円滑化促進法』（通称交通バリアフリー法）が、成立しました。11月頃施行される予定です。この法律の最も評価できるところは、公共交通事業者が大規模改築の届け出を怠ったり、命令に従わなかったときに、

100万円以下の罰金を科した点です。全国に広がっている「人にやさしい街づくり条例」（名前は自治体ごとに異なるが）は、罰則がない点で弱いので、今回の法案成立は、大進歩といえます。

具体的には、公共交通事業者に対し、旅客施設の新設や大改築、新規車両、航空機導入の際に以下のことを義務づけています。

- ・エレベータ、エスカレータの設置
- ・誘導警告ブロックの敷設
- ・身体障害者用のトイレの設置
- ・鉄道車両の車いすスペースの確保や視覚案内情報の設置
- ・低床バスの導入



・航空機座席の可動式ひじ掛けの装備  
また、市町村が、駅などの周辺地区を「重点整備地区」に指定し、歩道の幅などの整備を進めることも盛り込まれている。

## 児童福祉法、身体障害者法が一部改正された



### ●補装具の耐用年数がのびてしまった！

補装具の品質が上がったという理由で、下記種目は耐用年数がのびた。本年5月1日以降の申請分より適用される。電動車いす 5年→6年

車いす・歩行器・補聴器 4年→5年

### ●補装具の基準外交付が市町村に委譲

これまでは厚生大臣まで書類が行っていたので時間がかかったが、市町村の判断となった。スピーディに利用できるはず。

### ●身体障害児の補装具申請は市町村に変更

これまで、都道府県・指定都市に申請していたのが、市町村に変更。（名古屋市は政令指定都市なので、変わらない）

## 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 きっかけ123%』  
～教科書とは違う新しい「自立体験」をしてみませんか～

今年で7回目を迎える、AJUグループ（本誌発行グループ）の毎年恒例の体験プログラムです。高校生のあなた、「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せんか？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、障害を持つ先輩と行動したり、1人で出かけてみるなど、教科書とは違う新しい「自立体験」をしてみましよう。

<外出>今までしたことのない、さまざまな体験を求めて、どんどん街へでていこう。

<遊び>映画館、喫茶店、遊園地、ゲームセンター、海や夜景を見に行こう。

<交流>ひとり暮らしをしている先輩の家に泊まったり、同年齢の人と宿泊してみよう。

<仕事>仕事をしている障害を持った先輩にインタビューをして、直接体験談などを聞こう。

<道具>電動車いす、リフター、パートナー、

トーキングエイドなどを使ってみよう。



期間：7/27(木)～8/3(木)・8/19(土)  
9:30～16:30(宿泊実習を1回予定)

場所：社福)AJU自立の家サマリアハウス  
〒466-0037 名古屋市昭和区恵方町2-15

対象：障害を持つ学生でこのプログラムを主体的に体験する意思のある学生

定員：8人(定員オーバー時は、調整します)

費用：24,000円

(介助料、宿泊費、保険などの諸費用込み)

締切：平成12年7月1日(土)

申込み：社福)AJU自立の家 担当：森・浅井  
TEL052-841-5554 FAX052-841-2221



### ★説明会のお知らせ★

詳しく知りたい方は、ぜひご参加ください

日時：6月24日(土)午後2時から

場所：社福)AJU自立の家サマリアハウス