

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。

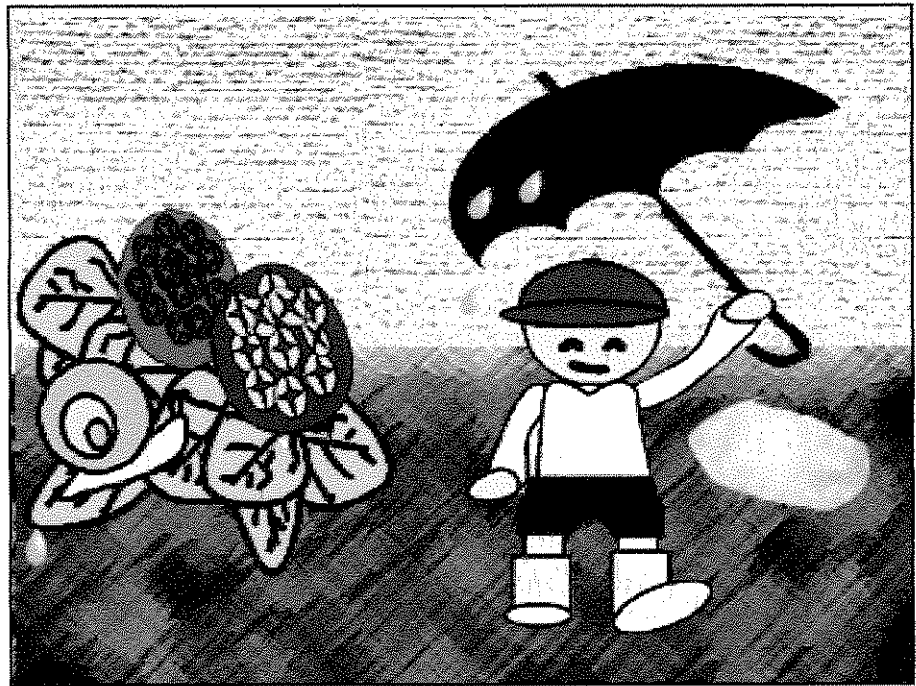
平成13年6月12日(火) 通刊4594号 AJU自立の家
昭和54年8月10日 第三種郵便物許可
発行所／東海身体障害者団体定期刊行物発行協会
名古屋市中区丸の内3-6-43 みこころセンター4F

AJU自立の家

第52号
2001年6月10日号
定価 **250円**

テーマ

飛び出せ。



絵 森みゆき

はじめの一步をふみだしたあなたへ

- 特集 第2弾 1
「やってみなくちゃ、わからない！」
- いづみのアクセス情報 7
「24時間訪問看護サービスってあるの？」
- インターネットをはじめよう！パート2 .. 9
「プロバイダ選び」
- 〇〇って何だろう？ 13
「第8回 "介助と介護"」
- 生活の道具相談室「リーチャー」... 15
- ユニバーサルスタジオ突撃レポート ... 17
「行って来ました、大阪の中のアメリカ！」
- 知佳のこうなっています！ 24
「スポーツしてみませんか？」
- 福祉用具のリサイクル情報 27
- かつきの詩のページ 28
- トラベル情報 29
「北海道自然満喫4日間」「USJツアー」
「メジャーリーグ観戦」など
- 花火情報 31
- お宿情報「メルパルクNAGOYA」.. 33
- グルメな調査隊「弥次郎平」 34
- 読者の声 35
「イオン岡崎へ行って来ました」
「ホームステイ記がよかったよ」
- いろいろ情報 36
「最近発行された福祉ガイドマップ情報」
「おすすめホームページ」
「介護料支給制度」など

特集 第2弾 やってみなくちゃ、 わからない！

前号は、障害を持っている人たちが楽しんでいる趣味について紹介しました。第2弾の今回は、でっちゃんが今までサークル活動で体験したことと、サークル情報などの探し方、そして、まだ、やったことがない趣味のサークルに突撃したレポートを紹介します。



まずは、でっちゃんの経験から

私は、これまでに手話（中村青年の家）、童話づくり（南生涯学習センター）、フォークギター（北青年の家）、障害者交流（女性会館）などのサークルにかかわってきた。ほとんどが、名古屋市の「生涯学習センター」や「青年の家」の主催の講座を受講した後にその仲間からできたサークルだ。

●まずは情報収集

私の場合、「広報なごや」とか、名古屋市の施設に置いてあるパンフレットをもらってきて、家で面白そうな講座を探す。生涯学習センターは、エレベータや身障トイレの設備が整っているから安心だ。（まだ一部階段だけのところもあるけれど）

●そして、申し込み

どこの講座に行くかを決めたら、受付日と交通アクセスをチェックして、主催講座の受付日に申し込みに行く。（受付日がすぎていても定員に満たない場合はOKなので、とりあえず問い合わせしてみる）

●ワンポイントアドバイス

講座の最初の日には、だいたいオリエンテーション（講座の趣旨などの説明）で自己紹介があるので、言語障害のある人はあらかじめ自己紹介カードをおくっていくと便利。私は、言語障害があるので、普段は、コミュニケーター（携帯用会話補助装置）を使っています。でも、いきなりはじめての人に対しては、コミュニケーターでの発音はわかりづらいし、限られた時間なのであらかじめ

用意した自己紹介カードをどなたかに読んでもらうようにしている。

私の自己紹介カード

はじめまして、森美由貴です。いつもはこのコミュニケーターを使って会話しています。さて、この場を借りて自己紹介をします。私は、35歳、障害は、脳性小児マヒ。小・中・高と、養護学校、そのあと親から離れたいなあと思って、千種区にある「名古屋市緑風荘」という施設に、3年間はいて、コンピュータのプログラムを作る勉強をしました。現在は、昭和区にある授産施設で働いています。趣味は、詩づくり、追っかけ、ビールの味くらべなどなど…。どうぞよろしくお願いします。

講座がすすむにつれて、講座が終わってからみんなで喫茶店へお茶を飲みに行くことが多い。そんなときは、**時間が許す限り参加しておしゃべりしよう**。講座の時間内には、他の参加者の方とゆっくりおしゃべりできない。お互いに慣れるためにも自分を知ってもらうためにも大切だと思う。



●私が初めてフォークセミナー（北青年の家）にいったとき。

パンフレットでだいたいの場所のチェックはしたものの、地下鉄の出口からの道のりが思ったより長くて、メモに書いて（言語障害があるので）何度も人に道を尋ねたけど、何度も無視されて、不安で不安でしようがなかった。最終的には親切な人が道を教えてくれたけれど、かなり気持ちは沈んでいて、でも、着いたときに迎えてくれた仲間のやさしい雰囲気になんて救われ、それが今でも忘れられない。

それから私は、講座が終わった後に喫茶店でワイワイ話をする2次会にほとんどと言っていいほど参加して、帰りは、帰る方向が同じ人たちに送ってもらっていた。そして、



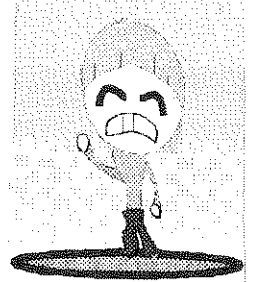
その講座が終了しようとするとき…。ほとんどの人は次のギター講座にすすむのだが、私は手が不自由なので「無理だろうなあ」と思っていたら、その中のひとりが「オートハープならできそうだから一緒にやらない?」と言ってくれたので、私もみんなと一緒に続けてギター講座に通った。うれしかった。その仲間とデイキャンプにもいったなあ。

●手話（中村青年の家）

私の友達に聴覚障害を持つ人がいて、もっと話せるように手話を勉強したいと思い、家から近い中村青年の家で「手話講座」を受講した。私は、講座が終わってから毎回、講師の方に手話以外のことも言いたいこと、聞きたいことをワープロで打って意見交換していた。そして、そうしていくうちにお互いのことがわかり、今でもよき相談相手になってもらっている。受講者のみんなとも、飲み会や合宿に行った。



●障害を持った私が参加した事に対して、「講師の方はどう思っていたんだろう?」と思い、今回聞いてみました。



てっちゃん：障害を持った私がいた「フォークセミナー」の初回の気持ちを教えて下さい。不安とかありましたか?

講師Aさん：特別な気持ちは持たなかったと思います。ただ、どうやったら講座を楽しく、「気持ちよく受けられるのだろう」なんて事を思っていた。自分達と以前からの知り合いということもあり、参加者が特に過剰な意識することなく自然に受け止めてはじまったのも大きいと思います。

講師Bさん：新しいチャレンジほど胸が躍るものはありません。でも、「どこまで、なにがしかのプレゼントができるか?」は不安でした。

てっちゃん：講座以外の時（合宿、遊びに行ったときとか）の不安とかは…?

講師Aさん：ごめんね。「もう少し不安を持ったり、配慮すればよかったのに」と思うくらい、ほったらかし状態でしたね。基本的には、自己責任で参加していたので、何かあれば、ヘルプコールをだしてもらえるとという信頼関係があったからかなあ…。

講師Bさん：どの様なサポートをすればよいのが、はじめのうちは分からずとまどいました。

てっちゃん：これから、講座とかを受けようとしている障害のある人へアドバイス、

講師Aさん：現在は、福祉サイドで実施される講座より一般的な講座の方が障害を持った人を自然に受け入れてくれるところが多くなってきました。まだまだだと思っている人も、まずは扉をたたいて聞いてみて下さい。それで、必要によってはガイドヘルパー制度を使ってもらったりして、どうやったら使いやすくなるか自分だけではなくみんなで一緒に考えましょう。まずは、知り合うことからしが、物事ははじまりません。

講師Bさん：やりたいことを精一杯やってほしい。失敗をおそれないで！手助けしてほしいことは遠慮なく声になれば近くにいる人たちが何をすればいいのかわかってきます。

そして、今回でっちゃんは『ガラス工芸』に挑戦しました。

教室に行くとすぐ、「火を使うから、危険ですから…」と講師の方に言われた。私が「そんなに気を使わないでください。自分で判断しますから」というと、「では、見学をしていただいて、できそうなら、言ってください」と言われた。

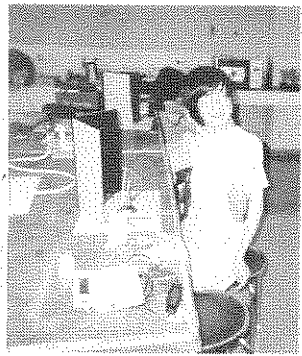
(ししばらく見学) ……………

「どうですか？できそうですか？」と講師、

「はい、やってみます！」と私。

●手順

1. ガラスの棒をガスバーナーで温めて、細い鉄の棒を回しながら溶けてきたガラスをつけて、玉を作る。(細い鉄の棒には、ガラスがくっつかないように薬が付けてある)これは講師の方に手を添えてもらった。



1. 上の要領で、ガラスの玉を何個か作る。色違いのものも作る。
3. できたものを冷やしておき、冷えたら、水で洗って、棒からはずす。
4. プローチ、イヤリングの金具にそのガラスの玉をつけてできあがり！この作業は細かくて私にはできそうにもないのでやってもらいました。

●やってみて…

ガラスを溶かして棒につけることはなんとか固定する道具を工夫さえすればできそう。ガラスの玉を金具につける作業は私には無理と思った。



講師の方に上のような感想をいったあと、『今後、障害を持った人がガラス工芸をやりたいというときに受け入れてもらえますか？』と聞いてみた。『その人の状態にもよりますが、ここのサークルは、講師が一人だけなのでかかりつきりにはなれませんが、道具さえそろえれば、自宅でもで

きると思うので、相談にはのりますよ。』という答えだった。

でも、やっぱり自宅でやるより、仲間で行ったほうがいいので、私は、講師もふくめて、サークルの人たちとの関係さえつくればと持ってと楽しめると思った。そのためにも、1回であきらめずに何回か通ってみよう。あとは、ガイドヘルパー制度を利用する事も考えてみよう。

問い合わせは、中川生涯学習センターに

……………

でっちゃんからのひとこと

はじめのうちは、講座から入っていくのがいいと思うよ。そこで、同じ目的を持った仲間だから、そこでだんだんお互いに慣れていけば、自然とわかってもらえるようになるもんだ。いきなりサークルだと、向こうの人も障害を持った人と接するのが初めてだと不安で、どうしたらかわからなくて「無理です！」と言われる場合が多いから…。

でも、もしどうしてもやりたいサークルがあれば、見学をさせてもらって、「一度体験させてください」と言ってまずやってみるのもいいと思う。とにかく、『やってみなくちゃ、わからない』よ！

……………

●各生涯学習センター、青年の家には、いろいろなサークルや講座があります。広報なごや等でチェックして、一度参加してみてください。

<生涯学習センター連絡先>

千種区 TEL722-9666 FAX722-9696/東区 TEL932-4881 FAX932-4882/北区 TEL981-3636 FAX981-3590/西区 TEL532-1551 FAX532-1552/中村区 TEL471-8121 FAX471-8122/中区 TEL321-5511 FAX321-5512/昭和区 TEL852-1144 FAX852-1143/瑞穂区 TEL871-2255 FAX871-2256/熱田区 TEL671-7231 FAX671-7232/中川区 TEL362-3883 FAX362-3890/港区 TEL653-5171 FAX653-5172/南区 TEL613-1310 FAX613-1326/守山区 TEL791-7161 FAX791-7162/名東区 TEL703-2622 FAX703-2732/緑区大高分館 TEL621-2404 FAX621-2404

<女性会館> TEL331-5288 FAX322-9458

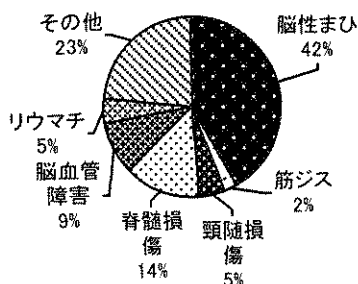
<青年の家>

熱田青年の家 TEL651-6566 FAX653-4136/北青年の家 TEL914-1941 FAX915-0918/中村青年の家 TEL412-6011 FAX412-7156/瑞穂青年の家 TEL841-5811 FAX841-5852/宿泊青年の家 TEL624-4401 FAX624-4403

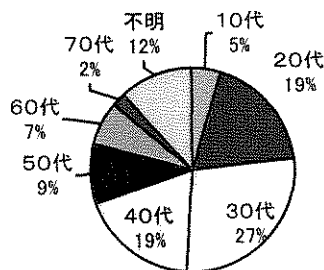
サポーターのみなさんに趣味について聞いてみました。

43人の方にお答えいただきました。

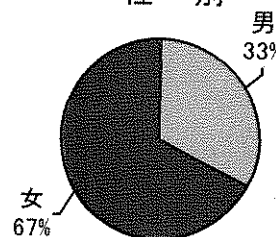
障 害



年 齢



性 別



趣味について聞いてみました。

- 友達と出かけて交流する。そしてどこかへ遊びに行ったときの写真をとってあげる。
- 詩を書くこと。音楽を聴くこと。買い物に行くこと。
- 旅行・編み物・魚釣り・料理。
- 私は文通が好きで、いろんな方と文通しています。下は6歳から上は70歳まで。電話と違って手紙だといろんな事が素直に語れるし、それに安いからね！
- 音楽鑑賞、ウィンドウショッピング（特に栄方面）。
- 将棋。
- 俳句作り、映画鑑賞、パチンコを少々。
- サークルボランティア、個人ボランティア。
- ケン玉、カラオケ、書道、コーラス、花づくり。
- 絵手紙、電動車いすサッカー。
- 短歌、旅行、食べること。
- 切手収集。ベルマーク、ロータスクーポンもためていましたがもう見あたらなくなり残念です。
- CDをきく。ラジオをきく。
- 読書、友達をつくる、出かける。
- 映画鑑賞、読書、ネイチャリングもどき。

- コレといった趣味はないが、刺しゅうをすること。毎日新聞をよむこと（これ趣味か?）。
- 元々多趣味なのですが、半身が思い通り動いてくれませんので限られた事しか出来ません。今はカラオケ、ハーモニカ（始めたばかり）。
- 読書、クロスワードパズル（ナンバープレースや漢字パズルが好き。お絵かきロジックも時々買います）料理やお菓子づくりも好きだけど、時間がかかるのでなかなか手のこんだものには取り組めなくて残念です。
- ライブ、食べ歩き、飲み会、お菓子づくり。
- 手話、映画、読書、パチンコ、スポーツ観戦。
- 日なたぼっこ、うたを歌うこと、お出かけ、運動、読書、絵をみること描くこと。映画をみること。音楽を聴くこと。買い物。洗濯物をたたむ。自然を楽しむ。切手集め。福祉活動。等々
- スポーツ観戦（主にテレビ）。
- パソコン、インターネット、メール交換、健康のため車いすテニス。
- 食事、酒、女、音楽、家電。
- パソコン、ドライブ。

- 絵手紙。
- ハーモニカ。複音6本。もっぱら歌謡曲を吹いています。門倉有希「ノラ」、山川豊「アメリカ橋」など。
- 映画、音楽鑑賞（うるさいものでなければ何でも）、絵画、読書。あと、スキー、水泳、スキューバダイビング、グライダー、写真、旅行、茶道等に参加したり。
- 映画鑑賞、どっかへブラブラお出かけ。
- 油絵、パソコンアート。
- 音楽鑑賞、将棋、読書、ネットサーフィン。
- チャイナペインティング、フラワーアレンジメント、ガーデニング、料理、囲碁など等。
- トールペイント、お菓子作り、テニス、バトミントン。
- 絵を描く、映画鑑賞。
- やっぱり旅行としか言えないでしょう。今は在宅でネット友達とメールのやりとりしています。体調が良ければ今年も遊びたいなあ！
- 文通、メール交換、投稿、読書。
- 障害にかかわらず一緒に遊ぼうという「向日葵探検隊」（静岡県磐田市社会福祉協議会）、今年はおアウトドアかな？

所属している趣味のグループを聞いてみました。

サークル名	活動内容	活動場所
①マップの会 ②パークレーの会 ③脳卒中の会	情報交換／旅行の計画／旅行と医療の勉強会	②名古屋市千種区市山町2-19-5 コンフォート本山102号TEL763-7707 田中栄一さん ③脳卒中友の会事務局 TEL056293-9253
ユートピア若宮の会	自立生活プログラム／バザー／送迎サービス	豊田市高町東山7-44 TEL 0565-46-0241
瀬戸市身体障害者福祉協会 クローバー旅行会	瀬戸身障会のクラブではカラオケ部・ゲートボール部・ソフトボール部／生け花・手芸・料理教室	瀬戸市社会福祉協議会 やすらぎ会館 TEL0561-84-2011
サークルというよりはボランティア活動ならしています。 【日本コンチネンス協会愛知支部】	すべての人が気持ちよく排泄のできる社会〔誰にでもわかる尿失禁のちしき役立つ情報・具体的な対処法等〕を広く知っていただくために活動しています。	失禁電話相談専用番号 TEL 03-3301-0725 受付：月曜～金曜 10：00～16：00（祝祭日休み） 排泄ケアFAX相談窓口FAX 0761-23-7307（受付24時間） 日本コンチネンス協会 東京都杉並区善福寺1-4-2樹里ハイム103
サークルではないが、俳句の結社には3結社に所属している。結社名『白露』『花鳥』『展』	毎月の結社への投句作品を詠んだり、人様の句の添削もしている。時折は句会に参加して出かける。	吟行に名古屋港や名古屋城などに出かける。
在宅支援ボランティア「ふれんど」	まだ始めたばかりです。在宅に見えるお年寄りや障害者の所へ行って、話し相手になる。	守山区社会福祉協議会 守山区小幡南一丁目24番10号 TEL758-2011 FAX758-2015
ケン玉クラブ、カラオケクラブ、コーラスクラブ、書道クラブ、花づくりクラブ	書道クラブでは開園祭(5/28)に向けて字を書いています。コーラスクラブでは歌を練習して発表する予定です。	長野県下伊那郡高森町山吹4473 高森荘 TEL0265-35-6811
電動車いすサッカー「金沢ベストブラザーズ」	中部ブロック大会、北陸地区交流試合に参加	むつみ体育館、金沢市駅西本町2-3-27 TEL076-221-9065
ひまわり号を走らせる豊橋実行委員会	住みやすい町づくりや駅の点検など	豊橋市身体障害者総合福祉会館 TEL0532-53-3153
わんぱく会	西区のいこいの家で第1土曜あつまり、あそんだりミーティングしたりしてます。行事もあります。夏はサマースクール 一泊旅行あります。	西区天神山いこいの家 TEL052-521-5698
向日葵探検隊 (静岡県磐田市社会福祉協議会) ハンデイスキークラブ	ハンデいの有無にかかわらず、一緒に遊ぼう、今年はアウトドアかな?(年間には社協の青年ボランティア教室の企画、実行)年1回行われるスキー教室の企画、実行、バーベキュー、etc(今年はどうなるか未定)	磐田市ボランティアセンター TEL0538-37-6200

サークル名	活動内容	活動場所
手話サークル「あけぼの会」	手話の練習、ろうあ(聴覚障害)の方との交流	江南市福祉センター TEL0587-54-9300
手話サークル「おおすび」と「ておすび」	2つとも聴覚障害者と健聴者が交流を通じてお互い学びあえるサークルです。また色々な行事があつて、一緒に楽しんでいます。	おおすび(北区生涯学習センター) / ておすび(昭和区)
無名の集まりです	車いす4人と健常者3人ほどで週末に車いすテニスをして楽しんでいます。テニスの後の食事会も楽しみのひとつです。	港区の稲永公園テニスコート
中部ハーモニカ連盟	中部ハーモニカ連盟は、全日本ハーモニカ連盟の傘下組織。プロ・アマ・サークルそれぞれの個人と親睦。私は参加しているだけで、具体的な活動には入ってません。カラオケ屋で吹いています。	西春日井郡豊山町 *興味のある方は編集部まで
①名古屋チエアスキークラブ ②日本チエアスキー協会	①今のところ、年に1~2回スキーに行く。不定期に親睦会(バーベキュー) ②チエアスキー普及活動・チエアスキー競技活動	①名古屋市守山区森孝東1-412-601 原田敏夫 harabou@mb.l-chubu.ne.jp TEL/FAX052-776-6664 ②茅ヶ崎市浜之郷162-2 平野恵美子方 TEL/FAX0467-58-0065(できるだけFAXでお願いします)
①こぶしの会 ②TICML	①主に仲間とのふれあい。 ②TICMLはパソコンを使って情報交換	①鶴舞に事務局あり TEL052-732-1711。主に昭和区生涯学習センターで活動 ②パソコンのメール
トールペイント	トール、お菓子づくり	愛知県知多郡武豊町中央公民館 TEL0569-73-2424

あきらめたことやその理由について。

- ギターと囲碁。ギターは手が思うように動かないので、コードが弾けないため。囲碁はどうしても定跡が覚えられないため。
- パソコン。難しそうだから
- 左手で使えないのでそれじ応じたことをあきらめた。
- 油絵を描くこと。場所と時間がなかなかつれないから。

- スポーツをしたいけど状態にあったスポーツが見つからない。始める勇気がない。
- 電動サッカーがしたいけれど、時間がない
- 今は趣味より毎日のリハビリに追われているから。
- 料理。キッチンが使いにくいので、なかなかそれを乗り越えてまでやる気が出ないだ

けです。

- ピアノを弾くこと。腕を動かすことができないので。
- ゴルフなど。「あきらめる」という言葉はネガティブな感じがする。私は、自分でできないのでと、すっぱりとあきらめる。



最近の訪問看護事情

『24時間訪問看護サービスってあるの?』

みなさんは、営業時間外で看護婦さんに来てもらいたいと思ったことはありませんか?おなかの調子が悪くなったときの失禁などや、医療処置が必要になったり、ちょっと薬をぬってもらいたかったり…。定期的なこと、単発的なことも含めて、お医者さんは必要ないけど、ヘルパーさんではできないことってあるんじゃないでしょうか?私の場合、失禁したときのガーゼ交換とか、イソジン消毒とか……。処置ができる家族もいないときなど、対応してもらえるサービスはないのでしょうか?

実際、そんなとき来てくれる訪問看護サービスはあるのかな?そこで今回は、名古屋市内各区にある訪問看護ステーション(以後、ステーション)事情を調べてみました。



訪問看護サービスを受けたいとき、 どんな制度があるの?

いづみ
の
あ
い
ま
の
こ
と

訪問看護サービスは、病院の医療点数と同じで、保険が使えます。もちろん自費でも利用できるけれど、日本の医療費はとても高い……。そこで、まず、医療制度で利用できる範囲を調べてみました。

■医療制度について

国民保険(3割負担)、社会保険(本人2割、家族3割負担)、障害者の医療制度(無料)どれも利用できるが、週3回まで(*1)、1回の訪問は30分~1時間30分までという利用制限がある。緊急時の訪問などで、週3回を超える場合は、実費負担(*2)となる。

(*1)=原則的には週3回までと利用制限があるが、疾病によって利用制限がないものや、主治医が書く「特別訪問看護指示書」(*3)によって利用制限が拡大される者もある。

社会保険事務局によると、厚生大臣(現、厚生労働省大臣)が定める疾病等の利用者は訪問回数
の制限がない。◆その疾病とは…○末期の悪性腫瘍 ○多発性硬化症 ○重症筋無力症 ○スモン ○筋萎縮性側索硬化症 ○脊髄小脳変性症 ○ハンチントン舞蹈病 ○進行性筋ジストロフィー症 ○パーキンソン病(ヤールの臨床的症度分類ステージ3以上であって生活機能症度がⅡ度又はⅢ度のものに限り) ○シャイ・ドレーガー症候

群 ○クロイツフェルト・ヤコブ病 ○亜急性硬化性全脳炎 ○後天性免疫不全症候群 ○頸随損傷 ○人工呼吸器を使用している状態、以上となっている。

(*2) = 通常の定期利用回数が、週2回の場合、緊急で通常時間内での訪問については、保険を使うことができる!但し、休日や祝祭日、通常時間外なつての緊急訪問は、身障者の方も各ステーションで設定された利用料の支払いが必要

(*3)【特別訪問看護指示書】ってどんなときにだれが判断して交付されるの?
利用者の急性増悪や終末期等により、主治医から、一時的に週4日以上頻回の訪問看護が必要であると認められた場合、指示書が交付されると、その交付日から14日以内(14日を限度として)で訪問看護が受けられます。普段、訪問看護を受けている方で、自宅での看護により、14日以内の範囲で快復が期待できそうな場合、まずは利用しているステーションに連絡してみましょう。

現状はいろいろ

~保健所に聞いてみました~

◎団体によって、設定料金、交通費が違う!
平日(月~金)の通常時間(9:00~17:00が多い)については、どこも設定料金がほぼ同じですが、土日曜・祝祭日については、ステーションによっ

て利用料の設定料金が違うところもあります。訪問時の交通費も、必要な所と不要な所があり、また負担額にも違いがあります。今のところ、名古屋市の訪問看護ステーションはすべて、交通費は不要となっています。

医療制度が24時間365日利用できるかは、ステーションによる！

24時間サービス（緊急時対策）が実施できるかどうかには、各ステーションのマンパワーが不可欠だと思います。要望があっても、実際に動けるだけの人員がなければ、対応は難しいのが現状です。利用するステーションに要望を出して、土日や祝祭日に来てもらえるかどうか、緊急時に対応してもらえるかどうかは、個人契約になってくると思います。まずは、要望を出してみてください！

名古屋市内のステーションへ聞いてみました。

問い合わせ件数 51件 / 回答件数 22件
24時間サービス（緊急時対策）実施 10件(*1)

(*1)試験的に実施されているところは含まない。別紙一覧を参照してください。

Q1：24時間サービスを実施していない理由を教えてください。

実際に働ける看護婦の不足 16件
(現在 サービスを実施している所も含まれる)
事業団の方針 1件

Q2：24時間サービスを要望する声はありますか？

「ある」 15件
(現在サービスを実施している所も含まれる)

Q3：利用者の要望の内容はどんなことですか？また、今後の24時間サービス実施の予定や、実施可能な条件について教えてください。

*以下、STはステーションの略

昭和区訪問看護ST：いつでも連絡がとれるようにしてほしいとの希望は少しだけあります。訪問時に不安定な病状で、後で確認の必要があればナ

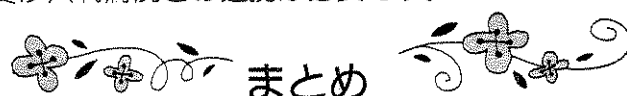
ースの方から連絡を入れるようにしております。24時間体制のためには、スタッフの整備、主治医の了解が必要。

名東区訪問看護ST：高齢者夫婦世帯や、夜間が不安という要望がある。常勤体制が整えば……。港区訪問看護ST：要望は、病院へ行くまでもない、または判断がつかない時の対応をしてほしい。例えば、転倒や転落した時や、医療器具について、抜去したカテーテルがつまったなどの対応についてなど。現在、実施に向けて検討しているところ。夜間活動できるスタッフの充実が必要。

中川区訪問看護ST：状態の変化があった時のアドバイス（判断を）してほしいとされている。24時間体制は検討中。活動できる看護婦の確保と勤務環境の整備（勤務条件等）が問題。天白区訪問看護ST：突発の緊急時に来て欲しいなど。24時間体制は検討中。実際に働けるスタッフが整えば可能。

まずご訪問看護ST：計画的な訪問看護の依頼はあまりききませんが、必要とされる人たちがいることは理解しています。緊急時の24時間連絡体制はとっているが、24時間予定訪問（計画訪問）は行っていません。家族や身体介護のヘルパーさんが対応しているようです。スタッフの増員や割増の手当て。又、夜勤者の仮眠の設備など、経済的な問題（負担）が解決すれば実施可能。

北医療生協あじま訪問看護ST：ナースの増加と受け入れ病院との連携が必要です。



私は現在、訪問看護サービスを受けていて、時間外で急におなかの具合が悪くなったりして、看護婦さんに来て欲しい時が何度かありました。今回調べてみたら、私と同じように緊急時に来て欲しいと思っている人が他にもいて、要望の声も出ていることに驚きました。障害をもって在宅で生活していく中で、訪問看護の緊急時対策の必要性をあらためて実感しました。しかし現在、訪問看護婦として働いている方の中には、小さいお子さんをもつお母さんや、同居されている家族の介護をしている方もいて、常勤で働ける人の確保や、利用者の方の経済的な問題なども含め、課題はたくさんあると思いました。だからこそ、我々当事者だけではなく、ステーションとしても「必要だ」という声をだしていくことが、実現への第一歩だと思います。

「プロバイダ選び」

今回は主に「プロバイダ選び」について書こうと思います。これからインターネットを始めてみたい人に送ります。

*復習「プロバイダとは」電話回線を通じてあなたのパソコンをインターネットに接続してくれる会社のことです。加入すればメールアドレスがもらえます。

◇プロバイダを選ぶ主なポイント◇

①アクセスポイント

(プロバイダが用意したインターネットへの接続窓口)が、自分の家と同じ電話番号エリアにあること。

→インターネットをするには、アクセスポイントまでの電話料金がかかるので、そこが同じ局番や近郊である方が電話料金は安く済む。

②プロバイダの接続料金

→電話料金の他に、接続料金が必要。会社によって異なり、いくつかの料金プランがある。

・従量制 使っただけ料金を支払う。

メールしか利用しない人におすすめ。

・固定制 一定金額を支払えば何時間でも利用できる。よくホームページを見る人におすすめ。

・半従量制 一定時間まで固定料金でその時間を超えると使っただけの料金を支払う。

*料金プランはあとで変更できるので、3ヶ月ぐらい利用してもう一度考える方法もある。

③トラブルの際のサポート体制

→困ったときすぐに電話などで問い合わせができることを選ぶといい。

(営業時間・相談料金・電話がフリーダイヤルになっているかなど)

④申し込み方法

・オンラインサインアップ →モデム(最近はパソコンに内蔵されている)と電話線をつないで、パソコンから直接プロバイダに申込み方法。ただ、クレジットカードと、オンラインサインアップ用のソフトが必要。

このソフトは、最近をはじめからパソコンに付属していたり、パソコンショップ等で無料でもらうことができる。

・電話で直接申込み。または、電話で申込書を請求して、郵送かFAXなどで申し込む。

⑤支払い方法

→クレジットカード、銀行口座振替などの方法がある。

大手プロバイダ比較

2001年5月現在

	料金(月額) 1=入会金 2=従量制 3=固定性(無制限)	アクセスポイント	オンラインサインアップ以外の、 ①申し込み②支払い方法	サポート
@NIFTEY (日本最大)	1. 1,000円 2. 250円/時 (超過分 5円/分)~(電話代別) 3. 2,000円(電話代別)	約182ヶ所	①電話で資料請求 ②口座振替 お問い合わせ: Tel.012-816-042	お問い合わせ: Tel.0120-818-275 受付時間: 毎日9:00~21:00
AOL (世界的に有名)	1. 無料 2. 280円/時 (超過分 5円/分)~(電話代別) 3. 1,980円(電話代別)	約183ヶ所	①電話で資料請求 ②クレジットカード お問い合わせ: Tel.0120-265-265	お問い合わせ: Tel.0120-275-265 受付時間: 毎日9:00~21:00
BIGLOBE (NEC系)	1. 無料 2. 200円/時 (超過分5円/分)~(電話代別) 3. 2,000円(電話代別)	約200ヶ所	①申込書付CD-ROMで郵送 ②クレジットカード、口座振替 020-17-0962 お問い合わせ: ①資料請求 Tel.0120-86-0962	お問い合わせ: Tel.0570-00-0962 受付時間: 毎日9:00~22:00
DION (DDI系)	1. 無料 2. 250円/時 (超過分5円/分)+登録料500円~(電話代別) 3. 1,480円(電話代別)	約84ヶ所	①CD-ROMで郵送 ②クレジットカード、口座振替 お問い合わせ: Tel. 0077-7192	お問い合わせ: Tel.0077-20227 受付時間: 毎日9:00~21:00
OCN (NTT系)	1. 無料 2. 250円/時 (超過分10円/分)電話代込み~ 3. 1,950円(電話代別)	約421ヶ所	①電話で申込資料請求 ②口座振替、請求書払い (コンビニなど) お問い合わせ: Tel.0120-047-815	お問い合わせ: Tel. 非公開 受付時間: 毎日9:00~21:00
ODN (日本テレコム系)	1. 無料 2. 400円/時 (超過分10円/分)電話代込み~ 3. 1,950円(電話代別)	約154ヶ所	①電話申込書請求<JR各 駅に設置の申込書を郵送 ②口座振替 お問い合わせ: Tel. 0088-86	お問い合わせ: Tel. 0088-85 受付時間: 毎日9:00~21:00
SO-NET (ソニー系)	1. 無料 2. 300円/時 (超過分10円/分)電話代込み~ 3. 2,000円(電話代別)	約186ヶ所	①電話申込み ②口座振替 お問い合わせ: Tel.0570-00-1414	お問い合わせ: Tel.有り 受付時間: 毎日10:00~21:00 0570-00-1414

* 上記大手プロバイダはすべてオンラインサインアップで申し込みができるが、クレジットカードが必要。

* 携帯電話等で利用できない電話番号があります。

プロバイダはあとで変更することも可能なので、

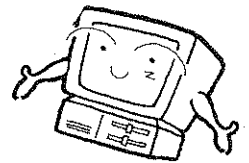
最初は安心できる大手プロバイダで試してみるのがいいかもしれません。

料金形態(変更可能)もいろいろありますが、まずインターネットで何をしたいかについて考えてみましょう。

私はクレジットカードを持っていないので、

口座振替ができて、障害者割引がある地元のプロバイダを選びました。

料金プランは固定制です。参考に障害者割引があるプロバイダを紹介します。



障害者割引があるプロバイダ比較

2001年5月現在

	料金(月額) 1=入会金 2=従量制 3=固定制(無制限)	割引	アクセ スポイ ント	①申し込み ②支払い方法	サポート・申し込み
リムネット http://www.rim.or.jp/	1. 無料 2. 1,800円/7.5時間~ 電話代別 (超過料金10円/3分) 3. なし	半額割引 (基本料金+超過 料金)÷2	約全国 155ヶ所	①TEL、FAX(身障手 帳コピー必要) ②クレジットカード または、口座振替	サポート TEL03-5972-6027 FAX03-5437-5284 資料請求 TEL 03-5740-1140 FAX 03-5437-5283 受付:10:00~18:00
People (IBM) http://www.people.or.jp/	1. 無料 2. 380円/時間 電話代込み 3. 1,800円	半額割引 従量制 (基本料金+超過 料金)÷2 電話代は割引対象外 固定制:900円	約全国 145ヶ所	①オンラインサイン アップ(クレジットカ ードが必要)または、T EL、FAX(身障手帳コ ピー必要) ②クレジットカード または、口座振替	問い合わせ TEL 0120-860-864 FAX 03-5563-0353 受付:9:00~20:00 (土日祝18:00まで)
インターネット 中部 (トーエネック) http://www.i-chubu.ne.jp/	1. 無料 2. 1,000円/5時間 (超過料金10円/3分) 電話代別~ 3. 1,500円 電話代別	半額割引 従量制:500円/5時 間(超過料金:10円 /3分) 電話代別 固定制:750円	中部圏 約31ヶ 所	①TEL・FAX ②口座振替(固定制)	問い合わせ TEL 0120-097-122 TEL 052-659-1231 FAX 052-659-1232 受付:9:00~17:30

サポーター倶楽部の皆さんに聞いてみました。

◇ 質問 ◇

「加入しているプロバイダはどこですか？どこでその情報を得ましたか？

選んだポイントとおすすめポイントを教えてください。」

★34歳、頸髄損傷の女性

プロバイダはNPO知多ネット。地元で安いから。

知多ネット

<http://www.chitanet.or.jp/chitanet/suport/mail/entry-chita.html-ssi>

★31歳、脳性まひの男性

中日ネット。料金が安いから。身障割引(半額)がある。

ただ定額の料金プラン設定がほしいと思っている。

ここに決めた大きな理由は、パソコン通信もインターネットも両方使いたかったから。

中日ネット連絡先:TEL:052-221-0804

FAX:052-221-0832

Email:cnc00199@chunichi-net.or.jp

<http://www.cnc.ne.jp/index.html>

★35歳、神経麻痺の女性

DION。電気店に置いてあるCD-ROMを参考に比較した。市外通話でDDIを利用していた事と、市内にアクセスポイントがあったので選んだ。

★21歳、疾病による体幹機能障害の女性

ODNです。携帯電話の会社のパンフレットに載っていたし、月々何時間使うか予想がつかなかったので、定額料で時間制限がないプランを調べたらODNが当時一番安かったから。

★36歳、脳性まひの男性

BIGLOBE。買ったNECのパソコンにソフトがついていたし、NEC関連で何かと聞けると思ったので。料金形態は、デイトム(昼間)使い放題を利用している。

★24歳、脳性まひの女性

@nifty。購入したパソコンにセットアップソフトがついていたということと、大手で安心だし、アクセスポイントが多いので電話回線がつながりやすいと思った。

★44歳、脳性小児麻痺の男性

BIGLOBE。たまたまパソコンのメーカーがNECだったので。これからプロバイダを選ぶ人は、もちろん料金も大きな要素ですが、サポートシステムが充実しているかどうかも大事だと思います。設定など色々なことでわからないことが出てくると、電話で問い合わせたりするわけですが、その電話の受付時間の範囲とか、フリーダイヤルであるかどうかは大切です。少し前のことになりますが、日経PCビギナーズ2000Vol.7(本屋で売っていた)にプロバイダの比較が載っていて、わかりやすかったです。本屋で情報収集して下さい。料金などはどんどん変化しているようなので、私はついていけません。

★33歳、筋ジストロフィ症の女性

DION。買ったパソコンで紹介されていたものの中から選んだ。

★36歳、脳性小児麻痺の女性

Panasonic HI-HO。全然わからなかったのでパソコンボランティアさんにお任せしました。

Panasonic HI-HO連絡先TEL06-6966-7140

FAX06-6949-2363

◇おまけ◇

パソコン選びについても書いてほしいという要望があったので、どのように選んだかをサポーターのみなさんに聞いてみました。参考にして下さいね。



★私(さつき)の場合

一体型のパソコンを買いました。選んだポイントは、モニタが液晶で画面が大きいこと、マウスとキーボードがコードレスで省スペースなこと、型が古くなって安いものを選びました。

インターネットに接続するための『パソコン選び』の最低限の目安(Windowsの場合)

・CPU(コンピュータの中核部分、人でいうと頭脳)は、「インテルはいい！」のCMで有名なインテル社

★年齢不明、疾病による行動制限の女性

はじめはクレジットカードを持っていなかったため、ODNでした。ODNは日本テレコムの電話代金と一緒に請求されるので。今は@niftyです。理由は、フォーラム(共通の話題を持つグループのネットワーク上の会議室)の老舗なのでなんとなく信頼できそうな感じだった。料金プランは、現在はファミリープランを使っています。

★45歳、外傷性頸髄損傷の男性

@niftyです。友人に勧められました。大手プロバイダなので安心。学割制度がある。

★32歳、脳性まひの女性

中部インターネット。パソコンボランティアの方が教えてくれました。障害者割引があります。

★27歳、障害不明の男性

@niftyです。学生時代、まだインターネットが今ほど盛んではなかった頃、インターネットをしていた友人のほとんどが@niftyでした。知人が多ければチャットができるかな?と思ったのですが、結局1度もやらすじまいです。アクセスポイントがとても多いので混雑することが少なく、最近は無制限で2000円の低料金になったので経済的負担が減りました。

のPentium(ペンティアム)や、celeron(セレロン)、AK-6等の種類がありますが、いずれも400MHz以上なら特に問題ないでしょう。

・メモリ(記憶装置)と、HDD

(ハードディスクドライブ=補助記憶装置)については、上記CPUを搭載しているパソコンなら十分なモノが搭載されているはず。数値で言えば、メモリは64MB(メガバイト)、HDDは6.4GB(ギガバイト)あれば充分ですね。

サポーター倶楽部の皆さんに聞きました。

「今お使いのパソコンを選んだ基準を教えてください」

★55歳、慢性関節リウマチの女性。
音声入力できるソフトが入ったもの。
(指に痛みや変形が出やすいので)

★31歳、脳性まひの男性
価格の安さとDVDが見たかったから。

★35歳、神経麻痺の女性
持ち運びができるノートパソコンで、容量が10GB。
今から思うと少し不足かな？

★年齢不明、脳性まひの男性
テレビを見る事ができるパソコン欲しくて、当時の(3年前)最高機種を買った。(録画も出来た!)現在でも改造しながら愛用中。

★21歳、疾病による体幹機能障害の女性
選んだ理由はなんとなくカンです。ノートタイプにしたのは、大きいと置き場所が確保できないことと、持ち運べた方が便利かなと思ったからです。

★24歳、脳性まひの女性
購入する時に、このパソコンのカタログを買ってきたから。

★44歳、脳性小児まひの男性
店頭で一番安かったことと、ワープロや周辺機器との互換性から。

★36歳、脳性小児まひの女性
コンパクトで場所をとらないから

★年齢不明、疾病による行動制限の女性
自分ではショップに行ける状態ではなかったので、家族に適当なものを買ってきてもらいました。ノート型です。今度はやっぱり自分で触ってみて選びたいです。

★32歳、脳性まひの女性
液晶ディスプレイにしました。ちょっと高かったですが、前からほしかったので購入しました。

★年齢不明、頸髄損傷の男性
ノートパソコン。性能・携帯性(デスクトップだと自分でセットしたり動かしたりできない)



◇まとめ◇

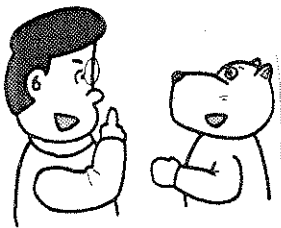
プロバイダについて調べてみましたが、料金形態もサービス内容も様々で、はじめての人は利用時間の目安がつかないので、きっと迷う事と思います。そんな方には、まずは大手プロバイダを利用して、自分が月々どれくらいインターネットを利用するのかを試してみることをおすすめします。平均的な利用時間がわかってから、自分にあったプロバイダと料金プランを選ぶのもひとつの方法です。インターネットにつなげてしまえば、各プロバイダの情報もインターネットで簡単に見る事ができます。私は、調べ物をする時はすぐインターネットです。その場で検索をすれば情報を得る事ができます。これからパソコンを選ぼうという方、最近のパソコンはインターネットがすぐできるようになっているので、あとは、サポーターのみなさんのように、使う場所や目的、予算、わからなくなった時のサポート体制などを考えて選べばいいと思います。ぜひ、いろんなメーカーのカタログを取り寄せたり、パソコンショップに行って実際に触ってみたり、お店の人に聞いたりしてみましょう。また、プロバイダ選びも、パソコン選びも、パソコンを持っている友人や周りの人に積極的に相談してみるのもいいと思います。インターネットを始めれば、たくさんの情報が得られて、もっともっと世界が広がると思います。たくさんの知り合いもできます。さあ、あなたもインターネットをはじめませんか？

「〇〇って何だろう？」

第8回

"介助と介護"

こんにちは、ロダンです。最近、勉強してきて考えるコトがあります。福祉の勉強をしていると“介護”という言葉と“介助”という言葉、両方が出てくるよね？どういう意味なんだろう？違いは何だろう？



ロダン：『介助と介護の違い』って何なの？

マサル。

マサル：じゃあ、今日はそれを説明しよう。

まずは「介助」と「介護」、

その両方に共通することからね。ロダンは、この二つの言葉を聞いて、どういうことを思い浮かべるの？

ロダン：そうだなあ。例えば、手が動かしにくい人が着替えをする時、ひとりだったらとても時間がかかったり、できなかつたりするけれど、それを誰かに手伝ってもらって、それをスムーズにできるという、その「助けてもらう」部分。

マサル：うん、そうだね。できないコト、やりにくいコトを「手伝ってもらおう」のが介助であり、介護なんだよね。もう一つの共通点は、「両方とも治療ではない」というところかな。動かなくなった手を動けるようにするのではなくて、その手の代わりにするのが、介助であり、介護なんだよね。

ロダン：自分ではなくて、「他の人が何かをする」というコトでは、どちらも同じような意味で使われているんだね。



マサル：そうだね。だから、「介助」と「介護」は、どこからどこまで、という明らかな区分けはされていないんだよ。

ロダン：じゃあ、なんで“介助と介護”って、違う言葉が使われているの？どこがどう違うの？

マサル：じゃあ、特徴をひとつずつ説明していこうかな。まずは、「介助」から。「介助」というのは、簡単に言うと、「ある部分だけを手伝う」という意味が強い言葉なんだ。

ロダン：えっ？どういうコト？

マサル：さっき、着替えの話をしたよね。誰かに手伝ってもらえば服を着ることはできるけど、今日は何を着たいのか、どうやって着たいのか、それは自分で決めるんだ。

ロダン：自分ひとりじゃ服は着れないから、「着る」という部分だけ、手伝ってもらうんだね。

マサル：そう。できない部分だけを手伝うことが「介助」なんだ。例えば、「着替えを介助してもらおう」ということなら、何をどのように着るのか考えるのはその人本人で、頼まれた人が自由に考えて、決めていいことじゃないんだ。

ロダン：ふうん、「介助」って、そういうコトなんだね。じゃあ、「介護」だと、ちょっと違うの？



マサル：うん。同じように着替えのことで説明するけど、実際に服を着るまでのことが違うんだ。いいかい？

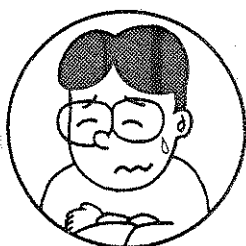
“着替えさせて”と頼まれたので“今日は暑くなりそうだから、少し薄着でもイイかな？”と判断して服を着せる。

ロダン：援助する人が“何を着せるか”を考えて、服を着るコトができたんだよね。こういう時が「介護」になるの？

マサル：そうだよ。服を着ることはできたね。でも、何を着るか(着た方が良いか)を考えたのは、実際に手伝ってくれた人だよ。

ロダン：ボクは、自分の着る服は自分で選びたいなあ。だから、ボクには介護は必要ないと思うな。

マサル：そうだね。ロダンみたいに、自分で“何が着たいか”を伝えられる人には、介護は必要ないよ。でも、年を取って、だんだん判断する力が弱くなってきた人とか、発達が他の人より遅れていて、自分で自分のことを決めていく事が難しい人には、自分が何ができるのか、生活のどの部分を手伝ってもらいたいのか、また、どうやって頼めばよいのか、わからないことがあるよね。こういった人には、「介護」が必要なんだよ。



ロダン：「介助」は自分ができるコト、できないコトがわかっていて、どんなサービスを使うのか、そしてどう頼むのが“自分自身

で決められる人”が使うんだね。反対に、そういったことが自分自身で決められない人が、「介護」を使うんだ。でもさあ、そのままでいいのかな？

マサル：何が？

ロダン：いや、「介護」を使うってコトだよ。確かに、自分で何も決められない、全部じゃないにしても、生活のほとんどを他人にまかせっきりにするんでしょ？

マサル：う～ん、言われてみるとそうだね。自分の生活なのに、大部分を他人にまかせて、生活していることになるね。

ロダン：そのあたり、マサルはどう思うの？

マサル：例えば、本当に何も指示できない人には、そういうことが大切だよ。 “その人が何を必要としているか”が分かって、その期待に応えるということがね。これは勝手な思いこみじゃいけないけれどね。

ロダン：でも、そのままじゃいけないんじゃないかなあ。大切なことだとは思うけど、いつまでもそれを続けていたら、自分の生活なのか、助けてくれる人の生活なのか、わからなくなっちゃうよ。

マサル：確かにその通りだね。でも、「介護」には文字通り“まもる”という意味もあるん

だよ。“自分自身で何でも決められる”と思ってる人でも、知らないうちに無茶なことをしているかもしれない。それが、その人の財産や、健康や、ひよっとしたら命を無くすことになってしまうかもしれない。そういった危険から“まもる”のは、介護の役割なんだよ。ロダン：でも、やっぱり自分のコトは何でも自分で決めたいな。だから“自分で考えるコトがむずかしい人”を助けている人は、少しずつでもイイから、ちゃんと「その人が自分自身で考えるコトができるように」助けたり、手伝ったりしていった方がいいんじゃないかな？

マサル：うん、そうだね。

いつまでも他人まかせにしないためにも、まかせきりにしないためにも、自分自身で考える力がつくような援助。これが「介護」にとっては大切なんだ。

ロダン：自分がどうしたいのか、わかる人は「介助」を使えばいい、というか、そういう人が誰かに頼む時には「介助」という言葉を使えばいいと思う。「自分自身が思う生活のために必要なコト」なんだ。そういうことがまだ難しい人が誰かに頼む時には「介護」と言えばいいんだね。「介助を受けるために、必要になる、やがては必要じゃなくなるコト」なんだね。

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、気軽に下記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。

〒466-0015

名古屋市昭和区御器所通3-12-1

ステーションビル3F

福祉情報誌発行委員会

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

便利な道具 『リーチャー』

今年の連休は、どこにいられましたか。今号でとりあげる「生活の道具」はリーチャーです。「リーチ」とは英語で「引き寄せる」という意味で、「リーチャー」は、手の届かないところにあるものを手元にひきよせる道具のことです。手のとどかないことで困ることは、色々あります。もちろん取ってもらうこともあります。自分でとりたいたいですね。さあ、身近なものに目をやりながら「リーチャー」を考えてみましょう。



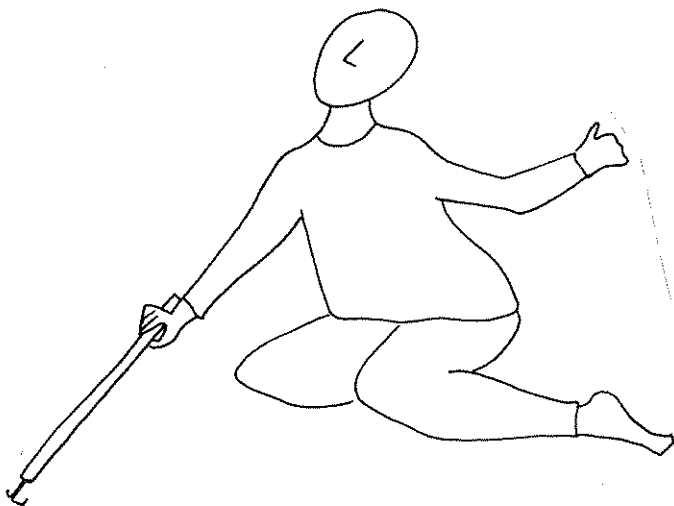
朝おきるときから寝るまでの基本的な生活を考えてみましょう



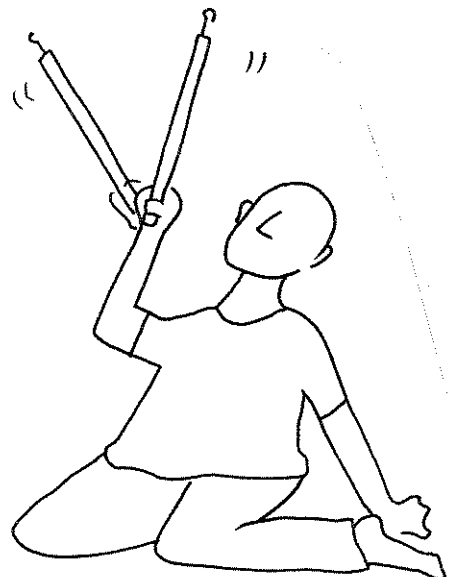
あけみさんに登場してもらいます。あけみさんは、脳性まひの障害をもつ18歳の女の子。養護学校を卒業して、今は自宅が生活の中心になっています。活動的で好奇心の旺盛な性格で、音楽を聴くのが大好きです。ヒッキーの大ファンです。そんなあけみさんですが手や足の関節の動きがよくありません。どうしても動く範囲が限られてしまうようです。あけみさんの日常生活をみながら身の回りのものの工夫について考えてみましょう。

ベッドのまわり

あけみさんは、ベッドを使っています。つかまるところがあれば立ち上がることができます。床の上やベッドの上で自分で着替えることができます。でも着替えたものを片付ける動作はとても大変なので、衣類がベッドのまわりに集まっていて、ときには、山のようになってしまうこともあります。自分の今日着る衣類を手元に用意することが、あけみさんの朝一番の仕事になっています。さあ、どんな工夫が考えられるでしょうか？



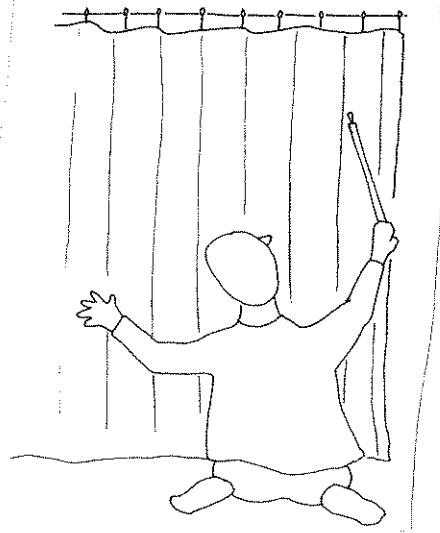
衣類をひきよせるとき



ハンガーにかけた衣類をつるすとき

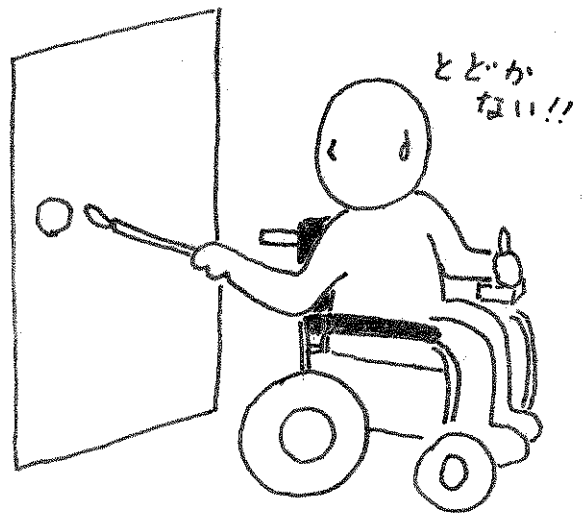
カーテンの開閉

自分の部屋で、あけみさんがよく過ごす部屋は、陽当たりのよい部屋です。大好きなヒツキーの曲を聴きながら最近はじめたインターネットを楽しむことが近頃の定番メニューになりました。ただ、昼間自宅で一人で過ごすあけみさんは、部屋に陽が入りすぎてもカーテンを自分で開閉できないので困っています。特に夏は暑くて家族の帰りを待ちわびているようです。そういうわけで、あけみさんは、部屋のカーテンや窓の開閉を家族に頼まなくてもいいようにしたいと思っています。



玄関で

あけみさんは、室内では車いすから降りて移動していますが、外出するときは電動の車いすを利用しています。玄関は、電動車いすで出入りはできますが方向転換する広さがありません。ですから、ドアを家族に開けてもらってから後ろ向きで外に出ます。帰りは、自分でドアを開けて入れますが、入った後自分でドアを閉めることができません。養護学校に通っているころはひとりで外に出る機会は少なかったのですが、卒業してからはひとりで外出する機会も増えそうです。

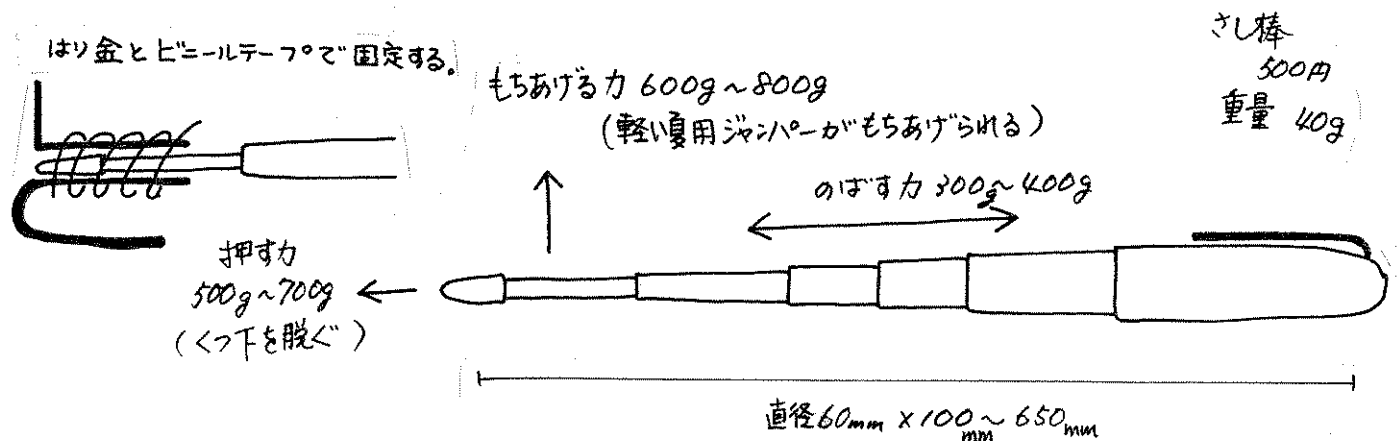


次回は、外出するあけみさんの工夫を紹介します。

マイ・リーチャーのすすめ

「リーチャー」は、先の形を変えることで色々なことを可能にします。肩や肘に障害のある人には、かかせない道具です。ただ、誰にでも都合のよい万能リーチャーは残念ながらないので、マイ・リーチャー（自分にあうリーチャー）を持ちましょう。

ポイント：使いやすい長さ、重さ、先端の形を考える



行って来ました、大阪の中のアメリカ!

日本にいながらアメリカを体感(行ったことはないのですが...)した1日でした。友達の車いす利用のキャサリン(体幹機能障害)と二人で遊んできたので報告します。ただ、日帰り取材だったため、回りきれなかった部分は今後行く編集委員に補足してもらいます。

◇ 準備 ◇

●チケットの入手方法と開園時間を調べる。

わざわざ事前にチケット(スタジオ・パス)を買いに行くのもめんどくさかったので、当日チケットがあるかどうか、混み具合をユニバーサル・スタジオ・ジャパン(以下USJと略します)のオフィシャルホームページで確認。『平日は当日券も余裕があり、混雑も少ない』と書いてあったので、月曜休みの私には好都合。その日の開園は10時~19時。よし、10時到着を目標に頑張るぞ!

●移動方法を調べる。

本誌50号の『ユニバーサル・スタジオ・ジャパンオープン直前情報』で移動方法をみながら、時刻をホームページで検索する。出発地と目的地などを入力すれば何パターンかの乗り継ぎ方法と時刻と移動時間と料金(一般料金)を教えてくれる「JRお出かけネット」を発見!すごい!便利だ!! 現地へ9時半頃到着する、7時

48分名古屋発の新幹線に決定!

第3経路		のりがえ時刻表	
所要時間	1時間46分 (乗車時間 82分)		
乗車距離	197.2km (乗換 2回)		
合計金額	8,180円 (運賃 3,280円 料金 2,920円)		
経路	着発	所要	駅名/路線・列車名
	07:48		名古屋
		↓ 69分	新幹線ひかり177号
	08:57		新大阪
	09:16		
		↓ 4分	JR京都線各停
	09:20		大阪
	09:24		
		↓ 5分	JR大阪環状線(内回り)
	09:29		西九条
	09:30		
		↓ 4分	JR桜島線
	09:34		ユニバーサルシティ

●新幹線のチケット予約。

当日かけ込みで駅長室に行って「車いすです」というと駅員さんにあまりいい顔をされないので(*1)、とりあえず、前日の19時に駅長室へ予約の電話(*2)を入れた。いつものように、乗りたい時間と人数の他に身障手帳保持者の名前と年齢を聞かれ、「駅長室では空き情報がわからないので、30分後にまたかけてください」と言われる。そして、30分後、無事車いす用の個室を確保できた。順調~。ただ、「駅長室で予約票を受け取り、またチケット売り場へ行ってチケットを買って来てもらわないといけないし、特に月曜日の朝はチケット売り場がとても混むので、40分ぐらい前に来てほしい」と言われた…。う~、まあしかたがない頑張ろう!と友達のキャサリンと約束をする。

交通費9,100円(運賃半額のため)
スタジオパス2,750円(手帳提示のため)

(*1) 駅員さんの手を借りないとホームまで行けない仕組みなので仕方がないと思うが、一般の人と同じように自由にホームまで行ければいつ行こうと問題はないのに…。

(*2) 東海道新幹線の車いす席は駅長室を通しての予約が必要。あまり早く電話をすると「前日までに切符を買いに来てください」と言われるので、混んでいそうな時間帯や時期以外で、少人数の場合は2日前ぐらいまでに予約して、当日少し早めに行って買う。

しゅっぱーつ!

7時、駅長室前で待ち合わせをして、駅長室で予約票を受け取り、チケット売り場へ。各列8人ぐらい並んでいた。10分も待たずに順番が回ってきた。受付票と身障手帳を渡して発券を待っていると、カウンターに「USJ入場券発売中」の案内があった。聞いてみたら、「販売してますよ。ここで買った方が、現地のチケット売り場で並ばずにそのまま入れるので便利ですよ」(*3)と教えてもらい、乗車券と一緒に

に購入。また、駅長室へ戻り、駅員さんにエレベータでホームまで誘導してもらった。少し待ち時間があり、朝食とお菓子を買う。

(*3) JRが販売するチケットは基本的には前売り券だが、前売り券があまっていれば、結果として当日券を販売することになる。このチケットは前売り券扱いなので、もし入場制限(一定数を超えると予約券がないと入れなくなる)になっても入れる。また、JR以外の前売りチケットは、当日チケット売り場に並び引き替える必要があるため、前売りを買うならばJRがいい!!

7時48分、車いす用個室(11号車に1室のみある)に乗り込む。

1時間10分の旅。キャサリンの持ってきたUSJのガイドマップを見ながら、攻略方法を検討。

◇ 乗り換え ◇

定刻の9時16分新大阪到着。扉の外で駅員さんがお出迎え。すぐ近くの荷物用エレベータで未知の世界へ? 「すみませんね、この移動方法しかない。でも、芸能人と一緒なんです、昨日は松田聖子がこのエレベータに乗りました」「えっっ。もう1日早ければ!」なんて話を駅員さんとしながら、地下の薄暗い現代とは思えない通路を通り、またエレベータに乗りJRの在来線の改札で違う駅員さんにバトンタッチ。エスカレータでホームへあがる。車いすの介助にとっても慣れた駅員さんだった。「おでかけネット」の時間どおりの電車に乗車。すごく順調。1つ目の大阪駅で乗り換えのため下車。駅員さんの姿はなく一瞬不安になったが、すぐに駅員さんがみつけてくれて、環状線内回りのホームまで誘導してくれた。ここからがびっくり、エスカレータ

をまず降りて、少し移動すると今度は登りのエスカレータがあり、また登りのスロープがあって、またまた、登りのエスカレータがある。人もいっぱい、すごく時間かかりそうだなと心配したけれど、大阪の駅員さんはすごい。人がたくさんいてもその流れに乗ってどんどんエスカレータに乗っていく。す



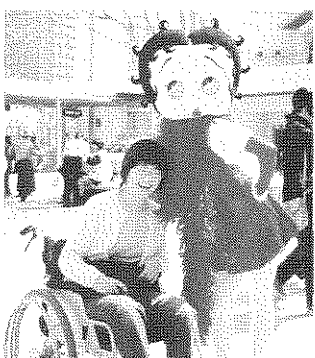
下りのエスカレータに乗るところ。どきどき。

ごく慣れていて、うまい。戸惑いが無い。びっくり。またまたタイミングよく、1時間に3本(昼間)しかないユニバーサルシティ駅直通の電車がホームにいてそれに乗車する。

到着!

9時34分ユニバーサルシティ駅到着。またまた駅員さんのお出迎え。エレベータにて改札へ出ると、そのまま地上へ出ることができる。

「ついた!名古屋から1時間22分。なんて順調♪」USJの入り口までは、ユニバーサル・シティウォークという遊歩道の右手におしゃれなお店が並び、ハリウッド映画をテーマにした飲食店や、ブティック、雑貨屋など様々な楽しいお店が入った複合施設が並んでいます。でも、まずはUSJへ。チケット売り場の行列を後目に、JRで買った当日券を入場口で見せてらくらく入場。さっそく着ぐるみ(夢がない?)のベティちゃんやウッドペッカーのお出迎え。記念写真。パチパチ。何が楽しいんだか...さめている私。いけない、いけない。



アトラクションへGO!

新幹線の中での相談どおり、右回りで進むことにする。本当は、アトラクションの内容まで書きたくて、書きたくてウズウズしているのですが、それではみなさんの楽しみが減ってしまうので、心を鬼にして、待ち時間と車いすのでの楽しみ方についてのみ報告します。

10:07AM「E.T.アドベンチャー」前に到着。

45分待ちの表示。ひえ〜。
クルー(スタッフのこと)から3つの質問を受ける。

1. 1mくらい歩けますか?
2. バーを握れますか?
3. 車いすのまま乗った方がいいですか? 移りますか?

緊張して、キャサリンは「はい」「はい」「はい」と答える。(後で聞いたら、乗せてもらえないといやなのでみんな「はい」と言ったらしい。なんてこと!!) わかりました、どうぞと列の最後尾へ案内される(*4)。
「ここに並べばいいのですか?」と確認すると「はい」との答え。
ディズニーランドなどは、車いすの人は別の入り口から優先して入れてもらえるので、ついに一般の人と同じように並んで入れる時代になったんだ、それは喜ばしいことだからしかたないか…と並ぶ。後からどんどん人が並ぶ。平日なのにすごい。

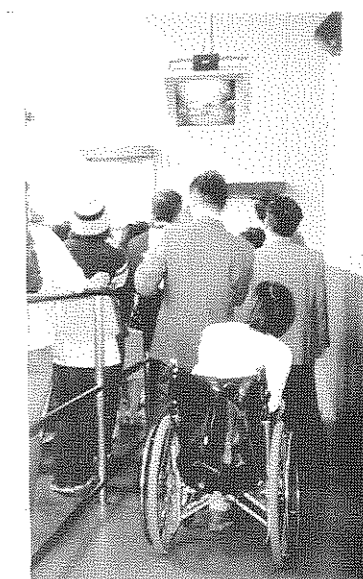
(*4)前号で募集した『マップの会のUSJ』への旅に参加した人の話でも、「E.T.アドベンチャーだけは並んだよ」と言っていた。

10:20AM やっと入り口の扉前にたどり着く。入場。…ここから先は行ってのお楽しみ。

乗り物(ライド)に乗って、E.T.の映画の世界を楽しむ。車いすをライドに横付けして、席に乗り移る。クルーも手伝ってくれた。手動車いすのまま乗れるライド(電動車いすは要乗り換え)も数は少ないが用意していると教えてくれた。ルールにつり下がったライドに乗り、時々登ったり下ったりしながら進む。バーにつかまれたり、隣の人が支えることができれば十分乗れる。最後のE.T.の前では、耳を澄ますこと。

10:50AM 降りる場所に車いすがちゃんと運ばれていて、車いすへ移乗して出口へ。
そして、すぐに次へのアトラクションへ早足で進む。

10:55AM「ターミネーター2:3D」50分待ちの表示。「うう〜、すごいね」と言っていたら、「車いすの方ですね、こちらからどうぞご案内します」とディズニーランドみたいに専用通路へ案内された。
「並ばなくていいんですか??」と聞くと、「はい。こちらの通路からご案内しています」とのこと。

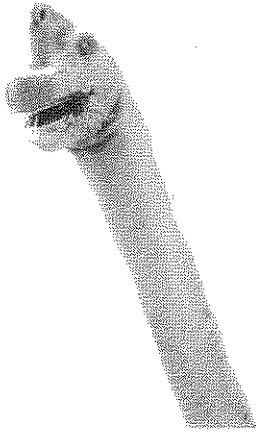


11:00AM 5分でもう入場扉の前へ。3Dをみるメガネが配られる。入場するともうひとつの扉の前にある安全スペースの中へ案内されて待機。そこは、VIPの人も待機する場所らしく、私たちの他に背広姿の偉そうなおじさんがいた。他のお客さんでいっぱいになるとショーの前ふりがあり、また次の部屋へ移動。あ〜言いたいけれど、書かないでおきます…。3Dは最前列に4ヶ所の車いすスペースがある。でも座席へ移れる人はぜひ移って下さい。(理由を言いたいけれどガマンします…) 移る場合は、最前列は刺激の少ない席なので2列目がいいです。

11:45AM 45分待ちの「バック・トゥ・ザ・フューチャー・ザ・ライド」に、車いす専用通路から入る。すぐに案内されてタイムマシンの「テロリアン」に乗り移る。スリル満点!ただ、首に負担のある乗り物でした。けっこう揺れます、騒げます。しっかりつかまる必要あり。二人とも、終わってしばらくは気持ちが悪かった。食べる前でよかったねと話す。

12:05PM 気持ちが悪くてすぐ食べられそうにないので、『バック・ドラフト』へ。50分待ちを横からスイスイ。車いす専用通路から入ると最前列なので、迫力あり!!このアトラクションはみんな立ち見で、工場を見学するような感じ。

12:30PM 食事ができる場所を探し、池の周りをさまよう。いろいろ迷ったけれど、次に行く『ジュラシック・パーク・ザ・ライド』の近くにあるエスニックフードの『ディスカバリーレストラン』に決める。お金を払ってから自分でカウンターに取りに行く方式で、とても混みあっていただけ、店員さんが車いすの私たちをすぐに見つけて手伝ってくれたので、とてもスムーズに席につけた。ビールがおいしかった!!



ひええええつ

1:45PM 再び行動開始。『ジュラシック・パーク・ザ・ライド』へ。1時間15分待ちの中、専用通路から入場。そこで、「ぬれませんが、かっぱを持っていますか？なかったら入り口で販売しています」と言われてびっくり。相当ぬれるというので、渋々入り口に戻り一日しかもたないような使い捨のかっぱをひとつ200円で買う。でも、すぐ買ってよかったと実感する。このライドも乗り移りが必要です。座席部分が低いので、座席がリフトアップして車いすから移りやすくなっているライドもあるそうだが、その日は壊れていて利用できなかった。

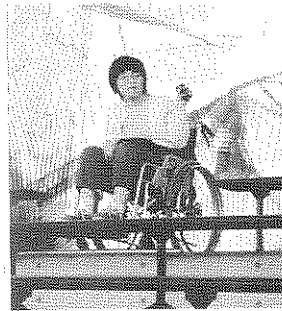
2:40PM 『ジョーズ』へ。50分待ちの表示の中、やっぱり専用入り口から優先案内。ポートへ乗り移る。乗り移るのが大変な場合は、車いすのまま(電動車いすは乗り換え必要)乗れるポートもある。(1艘に1スペース)私たちは待つのがいやだったので、乗り移る。このアトラクションもぬれます。かっぱだけでは足りない…、靴も場所によってはぬれる。ぬれるけれども一番楽しめるのは、ポートの一番奥の席(左端)。

ジョーズの前で



3:00PM ちょっと休憩。『ジョーズ』出口近くの『アミティラディングレストラン』へ。ファーストフード形式だったけれども、店員さんが運んでくれた。ジョーズゼリーがおいしかった。オープンテラスもあるので、天気のいい日はおすすめ。

4:10PM 『ウォーターワールド』へ。たぶん、USJの一番人気アトラクション。これはショーの時間が決まっているので、事前チェックが必要。私たちは、4:40PMを目当てに入



ライドの待ち時間が一目で分かる掲示板

口へ。専用スペースで待機。入口の所から前ふりのショーが始まっているので、少し早めに行っても楽しめる。15分前に優先入場。観客席はすり鉢状になっていて、車いすスペースは、一番後ろに数席分。でも、このアトラクションはずぶぬれになるけれど、前の方が楽しめる…。前列に降りた場合は、ここでもかっぱが活躍します。迫力満点のスタントショー。

◇アトラクション◇

・ライド(乗り物)系とショー系のアトラクションに分かれる。ライド系は、ライドのそばまで車いすで行って、座席に移乗するのが基本だが、『ジョーズ』と『E.T.アドベンチャー』は車いすのまま(電動車いすは乗換が必要)楽しめる。

・USJは、観客参加型のショーが多い。観客一人一人が「みんなで盛り上げて楽しむぞ！」って雰囲気になれば存分に楽しむことができる。アメリカっぽいのかな？テシたり、さめたりした人が多いと楽しみが半減しそう。精一杯、欲張りに楽しむためには自分を捨てるのかわいいのかな？

・『アニマル・アクターズ・ステーション』と『モンスター・メイキャップ』は、ショーへの協力者を2名ずつ募ります。『アニマル・アクターズ・ステーション』の一人はステージへ上がる。もう一人は自分のいる席で協力ができるので移動する必要はない。『モンスター・メイキャップ』は2人ともステージに上がるが、一人は、詳しくはいえないが車いすでは今のところ難しいかな。

・USJのアトラクションは見やすい位置の車いす席が多いが、『ウォーター・ワールド』と『アニマル・アクターズ・ステーション』は、階段すり鉢状の観客席なので、車いす席は最上段の最後尾。でも、希望の席があればまずクルーに相談してほしいそう。(観客数等の状況でどうしても対応できないときもあるとのこと)

・アトラクションのスタッフ(前ふりと表現したが、前座というか…でも、そこからもうショーが始まっている)も役者揃いで笑える。

・ぬれるアトラクションが多いので、かっぱは必需品。ぬれるのがまた楽しかったりもするので、多少ぬれてもいいかっこいい。(個人的には冬が心配…)

・下記5つのアトラクションにのみ、先に並んで予約をしておけば、その予約した時間にすぐ入れるという「ユニバーサル・シティ・エクスプレスパス」がある。時間を有効的に使えるので、車いす利用の方の場合は、優先入場できない『E.T.アドベンチャー』で利用するといいですよ。ジョーズ/ジュラシック・パーク・ザ・ライド/アニマル・アクターズ・ステーション/バック・トゥー・ザ・フューチャー・ザ・ライド/E.T.アドベンチャー

・全天候型なので、雨が降ってもアトラクションは中止にならない。ただ、ぬれるけれど…。

5:00PM『モンスター・メイキャップ』へ。

ハリウッドの特殊効果ステージを使っのショー。

これも開演時間が決まっている。

優先入場。車いす席は観客席の前から7番目。

だいたい話題のアトラクションは見たので、後はゆっくり残りのところをと思ったら、開演時間が決まっているものが多く、しかも、始まる時間が重なっているので一日ですべてを制覇することが難しくなった。次のアトラクションまでの時間に、おみやげやさんを見て回る。みんな同じ状況なのか？人であふれていて、移動が大変だった。



ストリートでいきなり巻き込まれる？！

6:40PM『アニマル・アクターズ・ステーション』。

優先入場。かっこいい動物たちのステージ。車いす席は、

鉢状の観客席の一番後ろの両サイドに4ヶ所ずつ。

ステージの右手に見える夕焼けがきれいだった。



アニマル・アクターズステーションの車いす席

暗くなったので帰ることにした。残念ながらこの日は、花火や特殊効果とダンスを楽しめる『ハリウッド・マジック』がなかった。(週末は開催している事が多いようだが、不定期のため事前に要確認)でも、楽しい一日でした。

◇上手な過ごし方◇

パンフにも書いてあるが、まず、人気のあるアトラクションは夕方にして、開演時間の決まっているものやお店などを先に楽しんだ方がゆっくり回れる。多くの人たちと逆パターンを行くという事だ。ただ、なかなか欲望が押さえきれず、ついつい欲望のまま行動してしまう人が多いと思う。ただ、そうすると私たちのように、開演時間の決まっているアトラクションが時間がなくなってみられなくなったり、帰りにおみやげ買おうと思っても、そうとう混み合っ身動きできない状況に遭遇することになる。私たちには無理でしたが、逆パターンの行動をおすすめします。

◇設備◇

身障トイレはいっぱいあるので安心。段差もない。ただ、町並みを再現しているので、歩道があるエリアはある。そこで、ちょっと気をつけた方がいいのはその歩道の段差。これが結構高い。もちろん段差の端まで行けば降りることができるが、端までが長い。また、アトラクションの出口を出て、他のお客さんと同じ方向に進んでいるといきなり歩道の段差があるので、ちゃんと前を見ていないと落ちそうになる。

◇ 終わりに ◇

アトラクションだけではなく、ハリウッドやサンフランシスコ等の街並みやお店などの雰囲気も楽しめるし、道でのパフォーマンスも見ごたえがありました。あつという間の一日でしたが、とても充実していました。1日で遊べないこともないですが、ゆっくりと雰囲気を楽しむためには1泊することをおすすめします。USJの外にあるユニバーサル・シティウォークも飲食店等がたくさん入っていて楽しそうでした。私たちは、『フォレストガンプ』をテーマにしたエビ料理の店で食事をしたかったのですが、行列ができていたために中の様子を楽しみ、駅弁を買って新幹線で食べることにしました、残念！USJは、子供からお年寄りまでいろんな方が楽しめるテーマパークです。ぜひ一度遊びに行ってみてください。

◇ 混み具合、チケット、バリアフリー情報 ◇

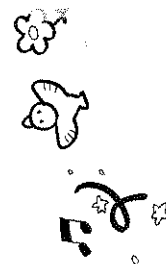
- ・ユニバーサル・スタジオ・ジャパン公式ホームページ <http://www.usj.co.jp/index1.html>
- ・バリアフリー情報 http://www.usj.co.jp/inf/inf_index.html
- ・インフォメーション TEL 06-4790-7000(9:00~17:30)
- ・前売り販売場所: JRみどりの窓口・JTB、日本旅行等の旅行代理店15社とローソン(ローソンでは障害者用チケットは買えない)
- * 予約は、個人(24名以下)は3ヶ月前から、団体(25名以上)は6ヶ月前から
- * JRみどりの窓口以外でご購入された入場予約券はパークのチケットブースにて引換えが必要

◇ 移動情報 ◇

-- JRお出かけネット --

URL: <http://www.jr-odekake.net/eki-site/universal-city/go-usj/index.html>

お近くのJRの駅長室 名古屋駅はTEL 052-564-2422



◇ オフィシャルホテル ◇

-- 今回は、USJに近い3つのホテルをご紹介します --

● ホテル近鉄ユニバーサル・シティ

7月18日オープン予定

ユニバーサル・シティ 駅下車徒歩2分、

USJメインゲートまで徒歩約1分。

ハンディキャップルーム 1室あり

1泊1室料金: 2名利用 25,600円~(税抜き)

朝食: 1,800円(バイキング)

お問合せ先 TEL: 06-6465-6000 FAX: 06-6465-6040

URL: <http://www.mykhtls.co.jp/hotel-kintetsu>

予約TEL: 0120-333-001

URL: <http://www.mykhtls.co.jp/hotel-kintetsu/sub.html>

* インターネットでの予約可能

● ホテル京阪 ユニバーサル・シティ

7月18日オープン予定

ユニバーサル・シティ 駅下車徒歩1分、

USJメインゲートまで徒歩約2分。

ハンディキャップルーム 1室あり

1泊1室料金: 2名利用 19,000円~(税抜き)

朝食: 1,800円(バイキング)

お問合せ先 TEL: 06-6465-0321 FAX: 06-6465-0987

URL: <http://www.hotelkeihan.com>

* インターネットでの予約可能

● ホテルシーガルてんぼーざん

天保山ハーバービレッジ・海遊館の近くにあり、USJの安治川をはさんだ対岸に位置する。USJへはホテル前の棧橋からシャトルクルーザー(10分間)に乗船し、下船後徒歩10分。

ハンディキャップルーム なし

ただ、各部屋段差がなく、身障トイレが3階にひとつある。

各部屋のバス・トイレは段差はないがユニットになっている。

電動車いすではいることは難しい。

1泊1室料金: 2名利用 22,000円~(税抜き)

朝食: 1,600円(バイキング)~

お問合せ先 TEL: 06-6575-5000 FAX: 06-6575-5031

URL: <http://www.hotelseagull.co.jp>

* インターネットでの予約可能

TEL: 06-6575-5000 場所: 大阪市港区海岸通1-5-15

○ シャトルクルーザー

URL: http://www.usj.co.jp/inf/train_traffic.html

・海上バス ハリウッド…大阪水上バス(株)天保山側発…毎時5分発・35分発(8:05分始発)段差はあるが電動車いすでも、スタッフで対応するのでどうぞとのこと。

・キャプテン・シルバー号、キャプテン・クック号…(株)タラッサ天保山側発…平日40分に1本。土・日・祝日20分に1本)スロープがついていて、そのまま乗船可能。

※いずれも片道 大人400円、子ども200円(身障手帳提示で本人と介助者1名まで半額)

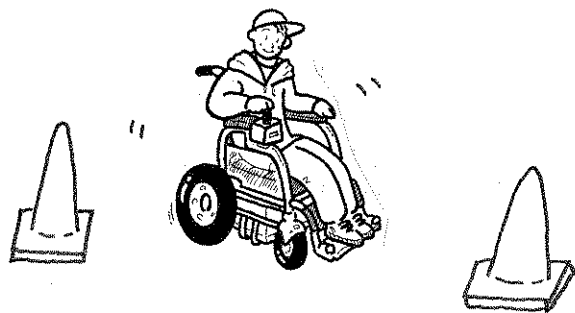
スポーツしてみませんか？

昨年のシドニーパラリンピックは盛り上がりましたね。スポーツっていいな、スポーツしたいなって思った人も多いのではないのでしょうか？でも最初から、サッカーやバスケットみたいにぶつかり合っちゃうものや、チームものはちょっと怖い（私はこのタイプです）という方が参加できそうなスポーツはどのようなものがあるのか、調べてみました。

◆スラローム競技

◆スラローム競技

ご存知ですか？電動車いすや手動車いすで、障害物（旗門・スロープ・段・溝）が設置してあるコースを走行しタイムを競うものです。これならスポーツが苦手な私でもマイペースでやれる！しかし、残念なことにこの競技は養護学校・施設でのみ行われているようです。「陸上競技は広い場所が必要で、地域のスポーツ施設で行うのは難しいのです。名古屋市障害者スポーツセンターに道具はあるのですが・・・」ということでした。



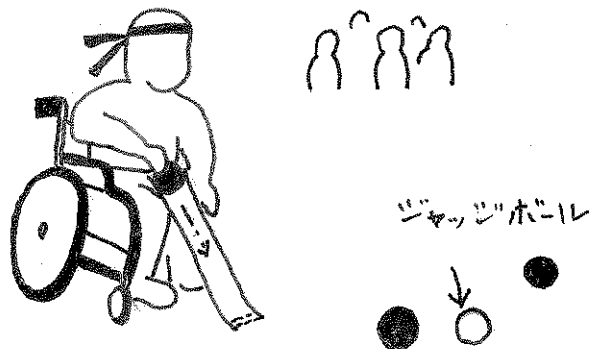
◆気軽にできそうなスポーツ

名古屋市障害者スポーツセンターで、電動車いす・手動車いすの方が参加できるスポーツを聞いてみました。

水泳・シンクロ・バドミントン・アーチェリー・卓球・ポッチャ(*1)・フライングディスク(*2)・車椅子ダンス・車いすテニス・車いすバスケット・ツインバスケットなど

(*1)ポッチャ……2チームに分かれ最初に投げたジャッジボール（目標球）に自分のボールを近づける

ように投げたり転がしたり、他のボールに当てたりしていかにジャッジボールの近くに止めるかを競う。ボールを投げることができなくても補助具を使い自分の意思をサポート者に伝えることで重度の障害の方も競技に参加できる。



(*2)フライングディスク……フリスビーを使用。投げた距離を競う「ディスタンス」、投げたフリスビーが輪の中を通った数（10枚投げる）を競う「アキュラシー」がある。

◎まずは「スポーツ教室」に参加するという手もある！

募集期間中に申込みが必要。広報なごやに募集記事が掲載されるので、こまめにチェックしよう！

◎練習日が決まっているスポーツ

バドミントン	火曜日	17:30~20:00
アーチェリー	金曜日	17:30~20:00
卓球	金曜日	13:30~15:30
テニス	月曜日	13:30~15:30

- *アーチェリーは教室を受けた人が参加できます。
- *すべて事前申込み不要

◎いつでも練習できるスポーツ

水泳、卓球

名古屋市外にお住まいの方も利用できます。身障手帳所持者は無料。見学は自由です。

■問い合わせ 名古屋市障害者スポーツセンター
〒465-0055 名古屋市名東区勢子坊2-1501
TEL052-703-6066 FAX052-704-8370

◆スポーツクラブを紹介します。

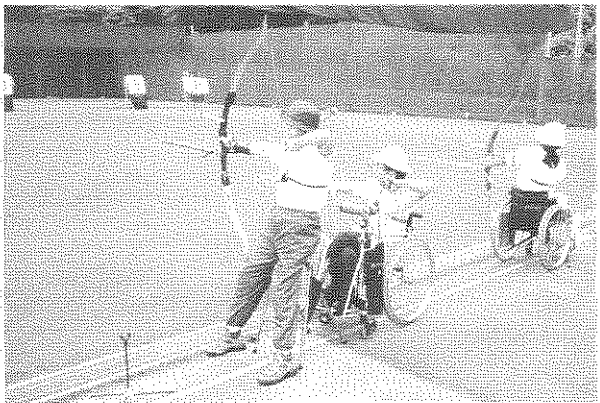
◎フラミンゴ アーチェリークラブ

会員数：24名 会費：年額3,000円

出場大会：愛知県アーチェリー協会月例会、
フラミンゴ・インドア・アーチェリー大会など。

練習場所：名古屋市障害者スポーツセンター
毎週金曜日・午後5～8時

*名古屋市猪高緑地アーチェリー場/名古屋
市/総合体育館アーチェリー場等・随時



～クラブ員さんに聞いてみました～

初心者大歓迎です。体験もできます。この競技は、弓を水平に持ち上げ、弦を張り矢を射るのですが、手を離す動作が自分でできない場合は‘リリース’という補助具を使用しています。聴覚障害、脊損などの車いすの方など、弓を持ち上げることと、弦を張る力があればどなたでもできます。頸損の方も会員にいますよ。

フラミンゴアーチェリークラブは全国的にみても大きいクラブで、シドニーパラリンピック女子団体に銅メダルの松岡ひとみさん（脊損）も所属しています。（パラリンピックの選手に会える！）来年の4月には彼女の活躍を記念して豊田にアーチェリーの競技場ができるそうです。

■連絡先 代表 井戸憲一

〒465-0058 名古屋市名東区貴船3-208

サンシティ名東1Fクラフト・コア内

TEL052-702-3331 FAX052-702-3331

チーム フォロウ アップ

◎Team Follow up（自転車競技のクラブ）

会員数：男女合わせて選手12名、コーチを含めたサポーター8名

会費：年額2500円（通信費と保険代）

参加レース：年二回ある日本身体障害者自転

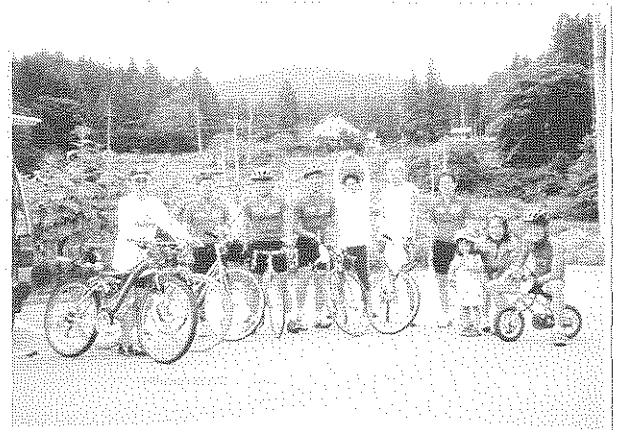
車競技選手権大会、大阪（3月）・愛知（5月）大会、その他に参加できる人は一般のロードレースにも出場（愛知県は障害を持っている人の自転車競技人口が一番多い地域）

練習場所

自転車初心者、三輪→矢田川の河川敷の散歩コース

二輪→青少年公園のサイクリングコース

- ・上肢・下肢の切断や機能障害、聴覚障害、軽度の脳性マヒの方→二輪の自転車
- ・二輪に乗ることが難しい脳性マヒやその他の障害の方→三輪の自転車
- ・視覚障害の方→「タンDEM」という二人乗りの自転車に健常者と一緒に乗る。



～メンバーに聞いてみました～

Q：大会を目指すというよりは自転車を楽しみたいという方のクラブ参加については？

A：今のメンバーは、初めは自転車に乗ってみたい、乗れるのだろうか？という人たちばかりでした。そして、大会をいい練習会場にして、参加を繰り返すことによって自転車にも慣れ、楽しくなり、更にいろいろな大会に出るようになっていきます。だから大会を目指すというより、安心して走れる場所で楽しむということが大会に出るといふ事なのです。怖さがあったてはなかなか楽しめないし、続かないでしょ。

Q：見学に行った方が自転車に乗る体験はできますか？ レンタルの自転車はありますか？

A：名古屋市障害者スポーツセンターに三輪車1台が置いてありますので、それは来てもらえれば乗ることはできます。二輪については置いてありません。視覚障害者用のタンDEM（二人乗り）はあります。レンタルします（無料）。

Q：どのような改良・改造をするのですか？費用は？

A：改造については、協力してくれる自転車ショップがあるのでそこをお願いしています。自分にあつた自転車を作ってくれたり改造してくれませす。例えば、片手の人が前と後ろのブレーキを1つのブレーキレバーでできる様にブレーキワイヤーとワイヤーをつなぎます。費用としては部品台と作業料ですが、この場合は部品代だけです。部品によって違うので具体的にいくらとは言えませんがそんなに高くはありません。ただ三輪は既製品が売られてないので日本障害者自転車協会から借りているものを使っています。

Q：片まひや片足の方の場合は、どうやってこぐのでしょうか？

A：自転車のペダルにはいろいろ種類があり、靴とペダルがくっついているものがあります。これを使うと片足でもペダルをしっかりとこげます。

Q：頸損、脊損の障害の方は参加できますか？

A：ハンドサイクルがあります。これは、手でペダルを回すように工夫されています。ただ、日本ではほとんど普及されていません。ハンドサイクルの自転車があまり作られていないこと、乗る場所があまりないからです。

■連絡先 名古屋市障害者スポーツセンター内
Team Follow up 事務局（担当）荒賀博志
TEL052-703-6633 FAX052-704-8370
E-mail QZK12610@nifty.ne.jp

◎珍しい？乗馬クラブのご紹介

石川県の障害者乗馬クラブ
「STROKE乗馬クラブ hanamuke」

障害者乗馬って何???

欧米では、乗馬療法を「医療」「教育」「スポーツ」の3つの分野から、それぞれが互いに関わり合いながら、それぞれの目的のための相乗効果を生み出すものとしてとらえている。STROKE乗馬クラブでは、この3つの分野を「レクリエーション」という分野でとらえ、障害者乗馬に関わる全ての人々に楽しさと馬への理解を求めて活動中ということなのです。

乗馬療法の原理って???

馬の動きが、騎乗者の能動的な反応を高め、反応の多様性を促進する。

◆乗馬時間（レッスン）

障害の程度や体調等により変化したが15～20分を目安にしている。何度も通える方の場合、プランを立てレッスンを進めていく乗馬教室がある。

◆サイトウオーカー
家族の方や施設職員等、その乗り手の方をよく知っている方がいいが、無理なようでボランティアを探してくれる。



◆乗馬の予約等

当日でもOKだが、できるだけ前日までに。キャンセルもできるだけ前日までに。キャンセル料無料。

◆設備 身障トイレは6月中に完成予定

◆料金

〈馬場内コース〉 ひき馬で馬場内を2周
障害者（児）及び小学生以下／500円、一般（中学生以上）／1000円

〈お散歩コース〉 ひき馬で馬場外を1周
障害者（児）及び小学生以下／1500円、一般（中学生以上）／2000円

◆営業時間：午前9時～午後5時。水曜定休。

◆アクセス：JR金沢駅からJR能登鉄道・珠洲駅下車、車で10分。または、JR金沢駅から高速バスで約2時間、鉢ヶ崎下車、車で10分。

■問い合わせ：〒927-1445
石川県珠洲市唐笠町ソ字82番地 竹中健也
TEL090-7087-8173 FAX なし

おわりに

誰でも始めのうちはこわごわだけど、やってみると自分はスポーツに向いていることを発見するかも。自分のペースでやっていけばよいのでは？ところで障害を持っている人のスポーツっていうと、ひとつのイメージがあるような気がします。リハビリや体力維持の為といったことばかりではなく、スポーツすることを楽しむとか、今までにない記録に挑戦するとか、連覇を目指すとか、いろいろあるよね。これからは、スポーツする場所、施設やコーチが増えること、競技種目の開発、用具の工夫など、もっともっと進めて欲しい。そうすればいろんなことができるようになるよね。

福祉用具のリサイクル情報 (01/6/3現在)

欲しいもの、不要なものありませんか？リサイクルの輪を広げよう！

◆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相談とコーディネート、福祉用具の販売、自立生活情報の提供をしています。

◆譲りますよ！

*金額の記述のないものは無料

ベッド、床周り品

◇ 1モーターベッド	¥10,000	… 9年使用
◇ 2モーターベッド (トイレ付き電動ベッド)		… 数年使用
◇ 3モーターベッド	¥100,000	… 数回使用
◇ 立てるんバー KQ-82 (ベッドからの立ち上がり用)		… 3年半使用
◇ エアーマット	¥15,000	… 2年半使用

移動用品

◇ 手動車いす (女性用)	¥20,000	… 数回使用
◇ 介助用車いす (肘掛けはね上げ式)	¥20,000	… 1年使用
◇ リクライニング式車いす	¥30,000	… 数回使用
◇ 電動車いす (室内用電動車いすS-SMART)	¥50,000	… 1年使用
◇ 電動四輪車	¥50,000	… 2～3ヶ月使用

入浴用品

◇ リクライニングバスチェア		… 未使用
◇ シャワーいす	¥1,500	… 数回使用
◇ 入浴用バスボード (手すり付き)	¥5,000	… 未使用
◇ 入浴用リフト (UⅡセット 2関節タイプ)	1年使用	* 取り外し料金が必要
◇ 浴槽用手すり (バスアーム)	¥1,000	… 未使用
◇ 浴槽用滑り止めマット (コンビ)	¥1,500	… 未使用

トイレ用品

◇ 安楽尿器 (男性用)	¥1,000	… 1回使用
◇ トイレ用簡易手すり	¥3,200	… 数回使用
◇ 採尿器 (スカットクリーン女性用)	¥6,000	… 未使用
◇ ポータブルトイレ木製		… 2, 3回使用

その他

◇ つなぎパジャマ (Mサイズ 3枚)		… 1ヶ月半使用
---------------------------	--	----------

◆譲ってほしい！

介助用車いす／手動車いす／エアーマット／おむつ／電動ベッド (3モーター) / 4点杖／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。

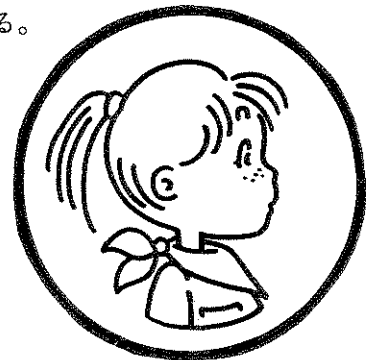
横顔

堤 剋喜

しゃがみこみ、かかとで地面をひっかく。
白っぽい乾いた砂をはじくと、茶色く跡が残る。
色が変わったところには少し湿り気があった。
同じ地面なのに、色が変わるんだよね。砂も集めると違う色に見える。
案外飽きずにやっていた。
側溝のふたの上で、黒い点が動く。
今度は、指でアリを追いかける。なかなか当たらない・・・

すぐそばに人の気配がした。
しまった。アリをつぶそうとしてるのを見つけたかな。
運動場にいるアリは、害虫ではなくて「勤勉なアリ」の親戚筋。
「砂場で棒倒しやらない？」
とがめる口調はない。安心して誘いにのった。
でも、どうしてうまく逃げられるんだろう？
こちらは上から狙っているし、アリは飛ぶわけでもないのに。
まあ、僕がのろいのは確かだけれども。
アリは逃げるのに人の顔を見てはいまい。見るとしたら、人の指1本だけだ。
いっぼう、人はたいてい、アリの体が全部見えているつもりで追いかける。

常設展示室の中程に、大きめの作品が掛かっていた。
最初、淡い色彩に日本画かと思ったが、油彩とある。
画面中央に、半裸の男の子がストローをくわえて立っている。
ふくらみきったシャボン玉がストローの先に静止。



画家は、子どもを真横から見ている。
くっきりした背中中の輪郭線。
肩と腰、2つのふくらみを結ぶ線。ええと、S字曲線だっけ。
まっすぐ立っているときにも、人間の背中は程良く曲がっているわけだ。
ずいぶん長い間、同じ絵の前をうろうろしていた。

「ざっと見たところ、君だけだよ。横顔を描いたのは。」
「そうらしいですね。一応、人物には見えますか？」
「うん。悪くはないよ。ただ、他の作品では人物がどれも正面を向いている。
その中に1枚だけ横顔があると、それなりに目立つね。なぜ横顔にしたの？」
「『過去を振り返る自分をかけ』と言われたので。
それなら横顔にした方が、振り返る感じが出そうに思えて。」
「ほう。」「それに」「何？」
「たぶん、こちらの方が大きいんだけど、”省エネ”ですよ。
ほら。横から見た姿だということにした方が書き加えるものが少なくていい。
正面からだど2つずつ対で描かなきゃならないものが、横からだど一つで済むでしょう。
目とか眉とかを左右同じように描いたり、対称に配置するのが苦手なので、横顔の方がやりやすい。」

「鮎には目がいくつありますか？」と訊かれたら、二つと答える。
でも、一匹の鮎を描こうとするとき、目を二つ描き込むことは少ない。
鮎のイメージとしては、「横顔」の方が断然優勢で、
目が1つだけでも、ごくふつうの絵になる。
この向きの方が皿に盛りやすいからとか、
川岸から眺めているからとか、
描き手である人間の事情でそうなっているのだろう。

当の鮎にとって、本当に自分らしいのは、どんな姿だろうか？

バークレーの会

★北海道（道央、道東）自然満喫4日間 7月24日（火）～27日（金）

気候の一番よい時期、とても素敵な場所をまわる旅です。ホテルは、すべてバリアフリー、移動はリフトバスを利用します。

旅行費用：168,000円（20名様以上参加の場合）

1日目（7月24日） 宿：サホロリゾートホテル
名古屋空港→旭川空港→美瑛の丘めぐり（パッチワークの丘など絵画のような風景が続く）→フラワランド上富良野（ラベンダーのベストシーズン）→ドラマ「北の国から」の舞台 → 狩勝高原

2日目（7月25日） 宿：釧路全日空ホテル
グリユック王国（中世ドイツのグリム童話の世界へ）→ハナック「花時計」（ギネスブックにも記載されている巨大な花時計）→池田ワイン城（十勝ワインの試飲）→ハルニレの木

3日目（7月26日）
宿：ピュアフィールド風曜日
釧路湿原展望台（日本最大の湿原）→阿寒湖→マリモ展示観察センター→遊覧船→アイヌコタン散策（アイヌ民族の集落）→摩周温泉

4日目（7月27日）
摩周湖→硫黄山→屈斜路湖→小清水原生花園→女満別空港→名古屋空港



問い合わせ：バークレーの会 田中栄一
TEL & FAX 052-763-7707
〒464-0036 名古屋市千種区本山町2-19-5
コンフォール本山102

JTBト ラ ベ ル ネット

バリアフリー特選ツアー（添乗員・旅行サポーターが同行）

★ユニバーサル・スタジオ・ ジャパンと古都・京都

USJの他に京都の名所もまわる楽しいツアー。
電車とリフト付きバス、バリアフリーホテルを利用。

2泊3日 旅行費用：¥89,000

宿：京都全日空ホテル 東京駅発

7月 9日（月）ユニバーサルスタジオ

7月10日（火）三十三間堂→清水寺→知恩院

→河原町界限にて自由行動

7月11日（水）東映太秦映画村

★高山2泊3日

リフト付き観光バスを利用して、味わいと歴史の町高山へお出かけ下さい。

旅行費用：79,000円 宿：高山グリーンホテル

9月5日（水）東京駅初

9月6日（木）高山朝市、飛騨

高山まつりの森

白川郷合掌村

9月7日（金）下呂温泉、

妻後塾



★たっぴりスイス！

純白の氷河を頂く雄大なアルプス、輝くような湖、清涼感あふれる大自然が目の前に待っています。

5泊7日 旅行費用：¥450,000 成田発

9月20日（木）～26日（水）チューリッヒ→ルツェルン→グリンデルワルド→グリムゼム峠→テーシュ→ツエルマット→シオン城→ジュネーブ

* 地方からの出発も手配してもらえます。
料金も 変わってくるので詳細は下記へお問い合わせ下さい。



問い合わせ：

◎ト ラ ベ ル ネット デスク

東京都千代田区丸の内1-5-1 新丸ビル1F

TEL03-3212-7601 FAX03-5224-3535

ホームページ <http://www.jtb.co.jp/travelnet/>

◎名古屋団体旅行錦店

TEL052-961-5716 FAX03-961-2253 古川

チケットラベル ハートTOハート 初夏のツアー 名古屋発

★話題のメジャーリーグ観戦!

大リーグ観戦とアメリカ西海岸7日間

9月10日(月)～

リフトバス利用 258,000円

日本人選手も活躍中の大リーグの観戦。テーマパークタウン、ラスベガスも満喫できるデラックスプラン。自由時間もたっぷりあり、初めての海外としてもお勧めです。

★初秋のカナダ周遊8日間

9月3日(月)～

リフトバス利用 旅費は近日発表

カナダツアーはハートTOハートの定番。雄大なカナディアンロッキー観光もナイアガラの滝も、カナダはバリアフリー先進国として安心して旅行



できるところです。身障者トイレの心配がないのは旅行先としても心強いですね。

★ユニバーサル・スタジオ・ジャパン

1泊2日 9月4日(火)～

リフト付きバス利用 39,800円

ユニバーサルスタジオ・ジャパンにたっぷり滞在して、2日目は自由時間もあります。ショッピング街「シティーウォーク」にもすぐに行けるホテルに宿泊しますので時間も有効に使えます。

問い合わせ

〒460-0003 名古屋市中区錦2-19-25

日本生命広小路ビル2F

(株) チケットラベルセンター ハートTOハート

E-mail heart@heart-to-heart.ne.jp

TEL052-222-7611 FAX052-222-1223

トラベル情報読者の声 「ユニヴァーサル・スタジオ・ジャパンに行行って来ました」 by pipo

近畿日本ツーリストの日帰りバスツアーで5月23、24日にUSJへ行ってきました。車いすをバスの荷物入れの中に入れてくれるかどうか、私の場合旅行会社を選ぶ条件のひとつ。23日の21時に東岡崎駅を出発。途中、豊田と名古屋で参加者を乗せて翌朝の6時にはU・S・Jに到着しました。私は自前の簡易集尿器を持って行ったのですが、女性の方はご自分で工夫してね。開門は9時からなので、待っている間にお土産を買って宅急便で送っておいだ。何しろ、帰りのバスの時間は15時発。楽しめるのはわずか6時間しかない。その間にも食事をしたりトイレに行ったりしなければならぬので、アトラクションを楽しむ時間はさらに短くなる。だからせいぜい4つくらいしか回れないだろうと思っていたら…。順番待ちの列に並ばなくても、別の入り口からすぐ中にに入れてもらえたので、4つのアトラクションを回り終えてもまだ、午前11時半。ただ、「ジョーズ」では車いすごと乗れるポートが1台しかないで、私は15分ほど待たされました。車いすの人が何人も同時に行けば、かなりの時間がかかってしまうのでその辺の工夫が必要かも知れません。少し早いけどレストランで昼食。12時になった途端に、お客さんがぞろぞろと入って来て、たちまち店が満杯に。ここも、午前11時半が40分前に行くのがベスト

だと思えます。しかし、まだ帰りの時間まで後2時間半もある。さらに2つのアトラクションを楽しみ、それでもまだ時間はあったけれど、介助者も「バック・トゥ・ザ・フューチャー・ザ・ライド」で相当ショックを受けて疲れていたで、メイン通りでスヌーピーなどのぬいぐるみを着てる人と記念写真を年甲斐もなく撮ることに…。こういうのもいい記念になる事でしょう。私の体験した6つのアトラクションについて面白かったものに順位をつけることにします。

【独断と偏見に満ちたオモシロ・アトラクション順位】

1. バック・トゥ・ザ・フューチャー・ザ・ライド
2. ターミネーター2・30
3. E.T.アドベンチャー
4. ジュラシック・パーク・ザ・ライド
5. ジョーズ
6. バックドラフト



なお、USJのアトラクションは、ご存知のように映画を基にアレンジされているので、これらの映画をビデオでチェックしてから行かれると、より楽しめます。もちろん、映画を観ていない方でも十分にたのしめますが…。特に、お勧めなのは何と言っても「バック・トゥ・ザ・フューチャー・ザ・ライド」です。U・S・Jに行かれる方はこれだけは、ぜひ…。

pipoさん情報ありがとうございました

東海三県の花火大会とサポーターの方にお寄せいただいた花火大会情報を紹介します。まだ少し時期が早いので予定日を掲載しました。正確な情報は、事前に主催者に確認をお願いします。

愛知県

海の日名古屋みなと祭花火大会

7月20日(金) 3,500発

時間: 19:30~20:45

場所: 名古屋港ガーデン埠頭前面海上

問い合わせ: 名古屋港管理組合総務課内

海の日名古屋みなと祭協賛会

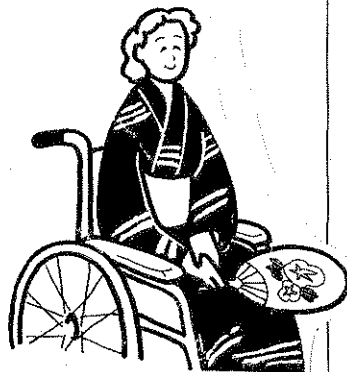
TEL052-654-7894 FAX052-654-7990

★Nさん(体幹機能障害/女/28歳)より
トイレはやたら混むので、余裕を持って探しておきましょう。身障トイレ: 水族館入り口付近と地下鉄名古屋港駅構内

★Aさん(脳性まひ/女/36歳)より
ライトアップされた名港トリトンをバックに打ちあがるスターマインも見もの。実は、港区に住んでいるので部屋の中から見えるのです。

★Kさん(脳性まひ/男/35歳)より

地下鉄築地口付近から名古屋港への道路に露店が並び、これが楽しい。いつも少し早めに言って露店で食べ物を買って、港の先まで行って場所をとり楽しんでいる。人が多いので、早めに行くことが大切。今年は名古屋港駅にエレベーターが付いたので、うれしい。



豊田おいでんまつり花火大会

7月29日(日) 17,000発

時間: 19:10~21:20

場所: 矢作川河川敷

問い合わせ: 豊田市観光商工課

TEL0565-31-1212 FAX0565-34-6642

★Kさん(頸髄損傷/女/34歳)より
ジャスコ北側の歩道からよく見えました。

★Nさん(脳性まひ/男/40歳)

毎年市内の障害を持つ人には、花火見物指定席の募集があります。名物「メロディ花火」を始め、

「ナイアガラ瀑布」、スターマイン5台同時点火などみどころがたくさんです。

.....

全国選抜名古屋花火

8月4日(土) 10,000発

時間: 19:20~20:30

場所: 北区矢田川辺

問い合わせ: 東海ラジオ放送事業部

TEL052-951-2525 FAX052-951-7246

★Eさん(脳性まひ/女/17歳)

アピタ北店の近くで見えています。

★Mさん(脳性まひ/女/29歳)

西区の公団に住んでいる友達のところへビールと枝豆を持参して、屋上で団地の人たちと一緒に見えています。

.....

岡崎観光夏まつり花火大会

8月4日(土) 20,000発

時間: 19:00~21:30

場所: 菅生川・矢作川河川敷

問い合わせ: 岡崎市観光課

TEL0564-23-6217 FAX052-603-6910

★Sさん(脳性まひ/男/35歳)男

二カ所から花火が打ち上げられ、仕掛け花火も日本一です。

.....

東海まつり花火大会

8月11日(土) 4,000発

時間: 19:20~20:50

場所: 大池公園

問い合わせ: 東海市商工労政課

TEL052-603-2211 FAX052-603-6910

★Iさん(二分脊髄/女/30歳)

大池公園の近くにビジネスホテルがあり、その屋上のビアガーデンからよく見える。早く予約を取ること。

.....

江南夏まつり 8月18日(土)

時間: 20:00~20:45
場所: すいとびあ江南周辺河川敷
問い合わせ: 江南夏まつり実行委員会
TEL 0587-54-9131 FAX 0587-55-3094

★Kさん(四肢まひ・筋力低下/女/年齢不明)

江南市のすいとびあで開催される花火大会は、障害者の招待があり、すいとびあのテラスから見るができます。*今年も招待をするかどうかは、現在検討中とのこと。



日進市花火大会 8月19日(日)

時間: 19:00~ 場所: 本郷町周辺
問い合わせ: 日進市市役所産業振興課
TEL05617-3-7111 FAX05617-2-4603

★Kさん(頸随損傷/女/27歳)

役場近くの畑(田んぼ?)の真ん中から打ち上げられるので、車いすでもラクラク間近に行けて観られるヨ。1時間前くらいに行くことをオススメ。何年か前に行ったとき、かなり盛大に打ち上げてたけど、今年はどうかな・・・?

★Gさん(脳性まひ/女/35歳)

日進市のマンションに住んでいる人に「きれいだから見に来ない」と言われ、楽しくパーベキューをしながら見た花火は忘れられません。

岐阜県

全国選抜中日花火大会

7月28日(土) 25,000発

時間: 19:15~20:45
場所: 長良川河畔、長良橋下流
問い合わせ: 中日新聞岐阜総局
TEL052-221-0671 FAX052-231-3221

★Uさん(頸随損傷/男/45歳)

仕掛け花火は毎年20以上、創作花火やスターマインのコンクールもあり、とても華やかできれいです。

長良川全国花火大会

8月4日(土) 27,000発

時間: 19:30~21:00
場所: 長良橋鵜飼屋
問い合わせ: 岐阜放送
TEL058-264-1151 FAX058-265-1632

尾西市・羽島市花火大会

8月14日(火)

時間: 19:30~ 場所: 木曾川河川敷
問い合わせ: 羽島市商工観光課
TEL058-392-1111 FAX058-391-0905

三重県

桑名水郷花火大会

7月28日(土) 4,000発

時間: 19:30~21:00
場所: 長良川・揖斐川中州
問い合わせ: 桑名市観光商工課
TEL0594-24-1199 FAX0594-24-1140

★Aさん(脳性まひ/女/34歳)

水中スターマインは珍しいのではないのでしょうか。灯籠流しもありますよ。

津花火大会

8月1日(水) 4,000発

時間: 19:30~20:30
場所: 阿漕浦
問い合わせ: 商工労政課 TEL0592-29-3170

四日市市花火大会

8月19日(日) 6,000発

時間: 19:00~20:15
場所: 富双、霞ヶ浦埠頭
四日市市役所商工課
TEL0593-54-8178 FAX0593-54-8307

読者のみなさん、ぜひ遊びに行って、楽しんでください。また、来年のためにも、穴場情報を教えてください。

お宿のご案内 第4弾

メルパルク NAGOYA

(郵便貯金会館)

〒461-0004 名古屋市東区葵 3-16-16

TEL(052)937-3535

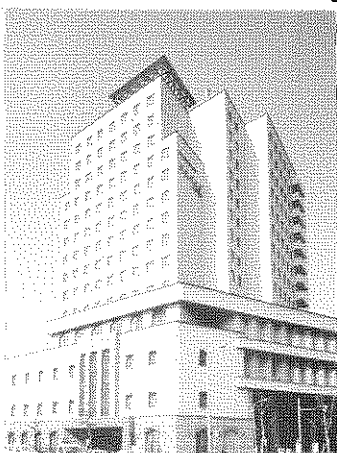
FAX(052)937-3673

http://www.mielparque.or.jp/

2001年4月5日に移転オープンした「メルパルク NAGOYA」をご紹介します。名古屋の繁華街である名古屋駅や栄、今池へ地下鉄桜通線を利用すれば乗り換えなしで行くことができるし、名古屋港水族館、ナゴヤドームも「久屋大通」駅で名城線に乗り換えをすれば、車いすでの移動も楽にでき、便利ですので、真新しい施設を拠点として名古屋の街を楽しもう。

バリアフリースイーン:

洋室6室(5,12,13階)
全室、浴室・トイレ付き。入り口は開き戸。浴室にはシャワーチェアがあり、又、浴槽と同じ高さの、腰を下ろすスペースもある。手すりあり。クローゼットは、車いすの目線に設置され、長いコート等は掛けやすくするため、手前に引けば引っ掛け棒が目線までありてくるようになってる。



聴覚障害の方は、フロントでバイブレター式の見覚まし、ドアを叩くと光で人が訪ねて来たことを知らせる装置、フロントと直接会話ができる液晶の会話装置が借りられる。

館内の移動: 玄関は段差なし。車いす対応エレベーターがあり、各階車いすで移動可能。

食事: 1階レストラン「PARQUEMIEL」(パルクミエール)を利用。広めのテーブル席で、椅子移動可能。旬の素材を使ったコース料理(3,600円)を中心に、和洋中揃ったセレクトメニューも多数用意がある。

朝食は840円(税込)で食べることができる。

料金: バリアフリースイーン1室2名で利用の場合
1泊11,800円(税・サ別)

身障用トイレ: 共用部分に4ヶ所(1~4階)

身障用駐車場: 地下に3台分(1泊1,000円)

貸出車いす: 3台

盲導犬・介助犬受け入れ: 可能

その他: フロント、クロークは車いすで利用しやすいように一段低くなっている場所がある。館内にある自動販売機、両替機も車いすで利用しやすいものが設置されている。

アクセス: 公共交通機関…最寄りの駅は地下鉄東山線「千種」下車①出口前(階段のみ)。車いすの場合は、地下鉄桜通線「車道」(エレベーター有り)下車③出口南へ徒歩2分。

夜はホテルから飛び出そう!!

ホテルから歩いて5分位のところには、身障用トイレのあるタイホウビルがある。中にはカラオケボックス「V-seed」や居酒屋「鳥せい」、ボーリング場(投球台あり)等が入っている。(情報誌41号参照)また、錦通り沿いを栄方面に向かえば、地ビールや食事が楽しめるレストラン「トライアングルブルー」(身障用トイレあり)もあります。

◎ラウンドワン(ボーリング場)

TEL(052)238-1615 FAX(052)238-1614

◎カラオケ V-seed (ブイード)

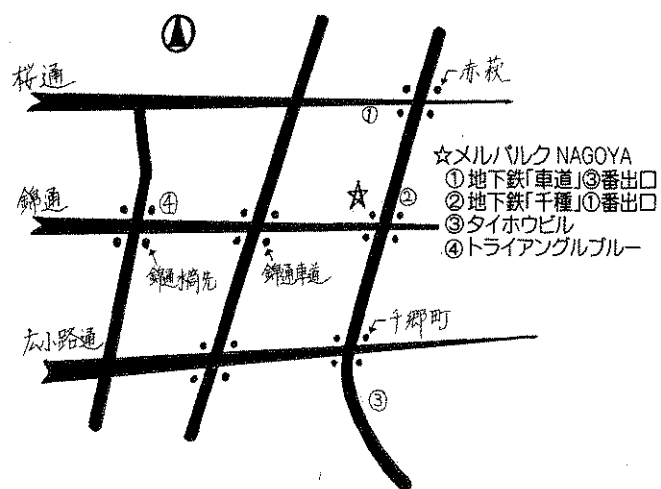
TEL(052)249-0717 FAX(052)264-1868

◎鳥せい

TEL(052)264-7810 FAX(052)264-7820

◎トライアングルブルー

TEL(052)932-3353 FAX(052)932-3826



編集部より...引き続き皆様からの情報をお待ちしております。どしどし、お便り下さいね。

AJU 福祉情報誌発行委員会

〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通 3-12-1

ステーションビル 3階 なごや福祉用具プラザ内

TEL(052)851-0059 FAX(052)851-0159

E-mail: aju-inc@pop21.odn.ne.jp

グルメな調査隊 第15弾

守山区の高橋さんよりいただいた情報です。

弥次郎平 猪子石店

(やじろべい いのこいしてん)

名古屋市名東区猪高町猪子石原786

TEL052-760-4111

FAX052-776-3511



★ジャンル 和食(うどん・そば)

★お店の人にインタビュー

お店ができて一年ほどになります。バリアフリーを意識して店を作ったわけではありませんが、広くて平坦なので車いすの方がたまに見えますよ。うどんとそばは手打ちで作っています。そばは「さらしなそば」と言って、そばの芯だけで作るのので白いそばです。

★おすすめメニュー

- ・「弥次郎平」(釜揚げ、天ぷら、とろろご飯) ¥980
- ・ランチの人気メニュー「おひろどき」(うどん、天丼、天ぷら、さしみ、白玉だんご) ¥950

★店内の様子

店の入口平坦/扉は第1、第2扉とも自動ドア/店内平坦/テーブルの高さ65cm/一部のイス移動可

★トイレの様子

男性トイレ:手すり付き洋式(入口幅73cm/便ぼう入口幅56cm) *小便器も手すり付

女性トイレ:手すり付き洋式(入口幅65cm/便ぼう入口幅56cm)

*両方とも第1扉は幅が広いので車いすで入れるが、便ぼう入口は幅が狭いため、車いすが入らない。
身障用トイレはお店から車で約5分の「ダイエー名古屋東店」の各階にある。

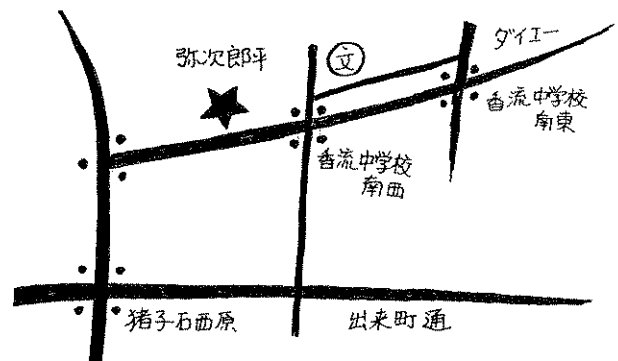
★駐車場 一般30台、身障用1台

★営業時間 11:00~21:30 年中無休

★サポート倶楽部の皆さんへの特典

会員カード1枚提示で、お一人様につき食事をすればアイスクリームをサービス

期間:6/10~7/10まで



情報ありがとうございました。引き続き読者のみなさん、お気に入りのお店を教えてください。調査票が手元がない方は、下記までご連絡下さい。なお、ホームページからこちらへ送っていただくこともできます。情報お待ちしております。

福祉情報誌発行委員会

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159 <http://www.ipc-tokai.or.jp/~aju/recycle/afj.html>

名東区のTさんより

毎号、素敵な情報誌を届けていただいて、どうもありがとうございます。51号に掲載されていた大型ショッピングセンター「イオン岡崎」へ出かけました。一日では回りきれないあまりの大きさ、広さに驚きました。ただ、私は車が運転できませんので、公共交通機関を利用していますが、イオン岡崎に近い名鉄東岡崎駅では駅舎が地下になっているため、障害者がひとりで行くと駅員を呼び手段がなくとても困りました。私は勇気を出して階段を降りて行く人に「駅員を呼んでください」とお願いしました。駅員が来て、駅の隣りの駐車場を抜けてホームへ向かおうとしたとき、柵に阻まれて車いすが進めず困りました。私は少し立って歩くことができるので、車いすをたたんで通り、ホームへ向かいました。新築されたばかりの駅舎のようでしたが、なぜ「呼び出しボタン」をつけなかったのでしょうか？でも、不完全な分、駅員にとっても親切にいただき、感謝しています。また今度、友人を誘って出かけてみようと思っています。

北区に加藤さんより

平成12年度、第4回一般募集抽選結果報告「あなたは云々落選 抽選番号13番あなたの応募住戸は、抽選玉数17個でした」これ、何か分かりますね。一軒の空き屋に17人応募して13番で落選という報告です。体は急速に弱くなり、車いすと杖の生活で一般アパートの出入り口の段差を出たり入ったりはもう無理。福祉向け住宅の応募もあるけど、これも応募は続けてはいますが、確率が低過ぎる。一般応募の空き屋ねらいで、入居の後改造するほうが確率がよさそう。新築団地をもっと大量に建ててくれよ…。切なる願いなんだけどねえ。

脳性マヒのお子さんのお母さんより

特集「楽しいことから始めよう！」はおもしろかった。紹介された方々、積極的に行動的ですよ！！自分の好きなこと、合ったこと、見つけることができてるよ！！私の息子もいつ見つけさせるのかな。車いすで屋外へ出掛けるのは、とても大変だと思っていたので、一人で気軽に

て、しかもスポーツや演劇などで楽しんでいる姿に驚き。いつかうちも……。

モニターさんの感想

●読者のみなさんからのメッセージが、とてもわかりやすく良かった。Q&A形式で、文がだらだら書いてなくて、読んでいても飽きてこなかった。私の子は脳性マヒの四肢マヒです。学校は地域の学校に通っているの。でも、整形の先生から、身体がとても固くなっている。訓練を取るか、勉強（人間関係）を取るかと言われ、私は両方なのですが……。みなさんなら、どちらを取りますか？（状況にもよると思うけれど……）

●特におもしろかったのは、「バンクーバーホームステイ」です。英会話学校の“ジオス”が国際プログラムを作っているなんて、初めて知りました。障害を持っていても、受け入れてくれるホームステイ先の家族に拍手を送りたい気持ちです。やはり、ジオスは世界のいろいろなところに、学校を持っている為、ユニバーサルな視野ですべての人を受け入れてくれるのでしょ。また、AJUの編集部の皆さんも協力してくださり、ボラを探してくれたと書いてあり、加古君がとてもうらやましいです。留学への道をひとつ見つけたようで、何だかとてもうれしくなりました。またの機会に障害を持つ者でも、行くことのできる留学プログラム等を行っている語学学校等を教えて下さい。

●加古君のバンクーバー・ホームステイ記がよかった。フィリピン系の家族とすごせてよかったなあと思った。

●私としては加古君のホームステイ記が一番興味があります。ホームステイ記をたくさん載せて欲しい。

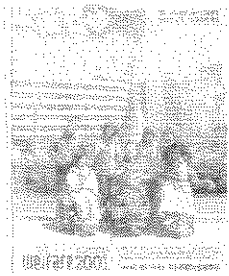
●息子は高校受験を控えているので、その情報、特に、校内設備、受け入れ状況、etc。大学に関しても情報が欲しい。（普通校で）

●海外留学の記事をみて、「〇〇募集」とみても、「車イス」じゃダメだろうなと思っていることが多い自分に気が付いた。「当たって砕ける」の精神が必要と考えさせられた。「メッセージ」もよかった。情報いっぱい、とても参考になりました。加古君のホームステイ記は、介助者を探るところから始めたというのにとっても勇気づけられました。私も、ちょっとがんばってみよう、思いました。

ガイドブックのご紹介

『優・遊お出かけガイド 名古屋駅編』完成!

昨年作った『栄編』に続き、第2弾です。今年も、車いすを利用する人や歩行に障害を持っている人が名古屋の繁華街を歩く時に役立つようにと、中日新聞社会事業団から依頼をうけて本誌編集委員が調査をしました。今話題の「セントラルタワーズ」、「高島屋」や地下街や各鉄道の利用方法など、車いすで楽しむためのポイントを紹介しています。ぜひ、手に入れて名古屋駅周辺を探索して下さい! 冊子をご希望の方は、140円切手(送料代)を同封して下記へ申込んで下さい。



問い合わせ：
〒460-8511 (住所不要)
中日新聞社会事業部「お出かけガイド」係

日進市の「ハッピーマップ2001」

日進市の障害者団体とボランティアの人たちが市内の施設や店を、障害を持った人が利用しやすいかどうか調査して福祉ガイドマップを作成しました。以前にも「ハッピーマップ95」を作り、その第二弾としてより充実したものとところろがけ作られたそうです。本と同じ内容が市のホームページでも見る事ができるので一度アクセスしてみてください。

<http://www.city.nisshin.aichi.jp/happymap/>

問い合わせ 日進市市役所福祉推進課
TEL05617-3-7111 FAX05617-3-6845

東海市『福祉ガイドマップ』

ふれあいマップTokai

社会福祉協議会とボランティアのメンバーで、地域のバリアフリー調査を行い「福祉マップ」と「福祉マップホームページ」ができました。ホームページは、地区ごとのバリアフリー状況や、福祉制度の情報、施設情報を見ることができます。また、今はまだデータがないようですが、レストラン、喫茶店、書店、ビデオ・CDレンタル店などの情報も今後掲載していくように



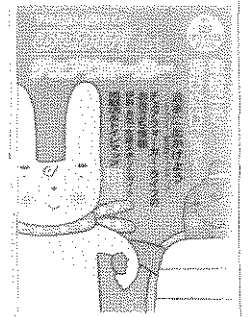
す。下記のアドレスへアクセスして下さい。
<http://www.nhk-chubu-brains.co.jp/aichi/tokai/fureai/>

問い合わせ：東海市社会福祉課
TEL052-603-2211 FAX052-603-4000

情報誌『伊勢・鳥羽・志摩ガイド』

おでかけチエアウォーカー

「情報が不足しているために、車いすの人たちは外出できないのではないか?」という思いから、有志の市民グループが「伊勢バリアフリー団」を発足して、観光スポットや飲食店などを調査した情報満載の冊子です。車いす利用者にとって役立つ情報の他に、身障駐車場の使い方や介助方法や車いすの種類など、車いす利用者への理解を求める内容もあり、いろいろな人に見て欲しい一冊。本に関する問い合わせは下記まで。



問い合わせ：
伊勢志摩NPO
ネットワークの会

TEL0596-20-6616 FAX0596-20-6617
E-mail ponpon@mint.or.jp
1冊200円(送料別)

『伊勢・鳥羽・志摩バリアフリー

観光マップ』CD-ROM

ネットビジネス会社「サイバーウェイブジャパン」が、バリアフリー関連事業としてこのほど『伊勢・鳥羽・志摩バリアフリー観光マップ』CD-ROM版を完成させました。伊勢・鳥羽・志摩地域を対象にバリアフリーの対応状況を映像、写真、文字情報で紹介するものです。公共施設、観光施設、宿泊施設などが地図と検索画面から簡単に探せて、これらの施設を実際に利用した場合の動画映像を収録し、伊勢鳥羽志摩地域の魅力とバリアフリー状況が具体的に分かるようになっています。CD-ROMをご希望の方は下記へ問い合わせをすると無料でもらえます。また、同じ内容をホームページからも見る事ができます。

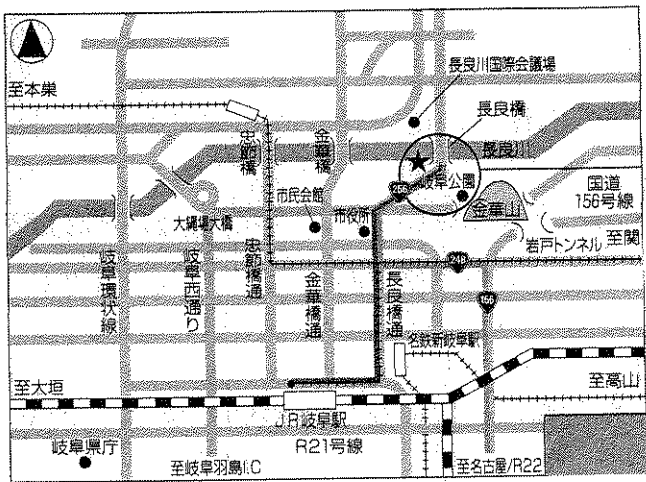
<http://www.bfree-net.ne.jp/>

問い合わせ：志摩郡阿児町神明字寺川原764-165
TEL0599-44-5700 FAX0599-44-5701
(株)サイバーウェイブジャパン 担当 山崎

鵜飼い船のろう！！

長良川に、車いすのまま鵜飼いが楽しめる観覧船が導入されました。スロープ型の棧橋を船にかけて乗り込みます。手動でも、電動車いすでも乗船可能。(15台)約2時間半の旅です。飲食物は船に用意がないので、弁当持参可能。また、仕出し屋(2000~5000円)の紹介もしている。身障用トイレは観覧船の待合所に1ヶ所ある。

- 期間：5月11日~10月15日
- 乗合船：18:15発/18:45発/19:15発
- 予約：要予約。3日ほど前まで
- 料金：大人3,300円/子ども2,900円
- *貸切船もある 15~50人乗り(4万円~)



連絡先：岐阜市鵜飼事務所
〒500-8009 岐阜市湊1-2
TEL058-262-0104 FAX058-264-2061

ホームページなどのご紹介

『勤労者福祉施設ガイド』

愛知県内の勤労者福祉施設等を障害者や高齢者にも幅広く利用してもらおうと、施設と交通機関及び道路等における障害物の有無を調べ、より安全スムーズに施設に行くことができるようにとマップをまとめたホームページができました。

<http://www.pref.aichi.jp/roudoufukushi/map/index.htm>

『NAGOYA 介護ネット』

名古屋市内、近郊の介護サービス事業者を、サービスの種類や事業者の所在地、空き情報などで検索できるホームページ。介護保険制度や、Q&A、介護保険関係法令などの情報を得ることもできます。<http://www.kaigo-nagoya.com/>

『ウェルネットなごや』

名古屋市内のショッピング・グルメや文化、スポーツ・レジャー、宿等のバリアフリー情報や、障害者福祉のしおり、手帳制度、相談の窓口、在宅サービス等の制度情報を得ることができる。

<http://www.hcsupport-nagoya.com/>

「ドラゴンズニュース」などのホームページ情報が電話で聞けるよ！

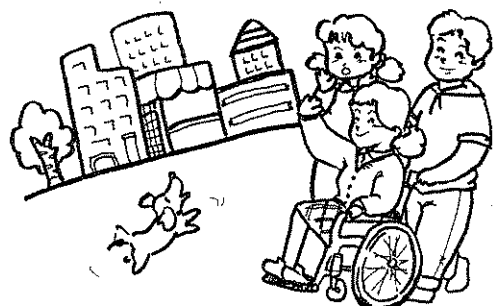
富士通中部システムズが開発した「テレホンブラウザシステム」は、家庭の電話や携帯から所定の番号に電話すれば、インターネットのホームページ(以下、HP)上の情報を音声で聞くことができるシステム。テレホンブラウザ(サーバー)がインターネットサイトからダウンロードしたHPの文字情報を拾い出して自動音訳化。電話のボタン操作によってネットサーフィンすることも可能。インターネットが急速に普及する中、高齢者や障害者など、パソコン操作が困難な方にとって、身近な電話機を使用して簡単な操作で情報が取り出せることになる。利用者はテレホンブラウザに電話を掛け、音声案内に従って操作する。プロバイダ契約やインターネット接続料金は不要、利用料は電話代だけ。現在は、中日スポーツ/ドラゴンズ情報/名古屋市の最新情報ボックス/名古屋市のホット情報/インターネット博覧会/東京新聞インデックス/福祉とパソコンのホームページを聞くことができる。

テレホンブラウザシステム
TEL052-744-0230

システムに対する問い合わせ
TEL052-744-0225 FAX052-744-0222

(株)富士通中部システムズ・千種事務所
<http://www.tokaido.co.jp/fukushi/>

*上記ホームページでは、テレホンブラウザシステムの他に、体幹、視覚、聴覚障害の福祉機器なども紹介されている。



自動車事故対策センターの

『介護料支給』制度の改正

自動車事故により介護を必要とする最重度後遺障害者の家族の負担を軽減するために、介護料を支給するという『介護料支給』制度が、この7月1日より大幅に改正され、支給対象が拡大されました。(申請受付6月1日より)

*自動車事故対策センターとは、法律に基づき国が出資して設立された政府関係機関。東京に本部があり、全国に支所を置いている。自動車事故の発生防止と被害者の保護の増進を目的としている

支給対象者と支給額(月額)

- (1) 常時介護が必要な方のうち、「重度後遺障害診断書」で症状が「最重度」とであると認められた人 68.440~136.880円
- (2) (1) 以外の常時介護が必要な人 58.570~108.000円
- (3) 随時介護が必要な人 29.290~54.000円

*短期入所の費用は、上記とは別枠で助成あり

支給要件

介護保険の介護サービスや、労災保険などの介護給付を受けたとき、主な生計者の所得金額が一千万円以上の場合は対象外となる。

利用方法：自動車事故対策センターへ必要書類を提出し、受給資格の認定を受ける

問い合わせ：自動車事故対策センター

<http://www.osa.go.jp/outline/list.html>

本部：TEL03-5276-4451 FAX03-3239-9468

名古屋主管支所：TEL052-571-1537

FAX052-571-1539

静岡支所：TEL054-262-3421 FAX054-262-3542

岐阜支所：TEL058-263-5128 FAX058-263-0051

三重支所：TEL059-225-1007 FAX059-225-1391

トイレ研究会より中間報告

昨年、読者の皆様に「トイレ研究会」のアンケート調査にご協力を頂きました。たくさんのご回答をお寄せ頂きありがとうございました。他の団体からの回答も合わせ260件余りが集まりました。現在、アンケートのデータ入力完了。分析を始めています。また、現在アンケートで記載して頂いた、街中の‘使いやすかったトイレ’、‘使いにくかったトイレ’を実際に調査中です。秋頃にはこれらをまとめ冊子をつくる予定です。また、あらためてご報告します。

建築前の住宅を仮想体験できるシステムが開発された！！

これまではさんざん考えて家を建てたり改築しても、実際使ってみないと本当の使い勝手が分かりませんでした。でも、もう大丈夫。設計図の段階で住宅を仮想体験できるすばらしいシステムが開発されました。利用者は、車いすに座ったまま(車いすは固定されて車輪が浮いた状態)、まず小型液晶画面の付いたマスクを顔につけ、肩、手にセンサーを取り付けます。すると目の前に設計図を取り込んだパソコンの画面が立体的に現れ、車いすを操作することで住宅の中を動き回ることができるよう。例えば、ドアの幅が狭いと車いすが動けなくなったり、洗面台などの高さも体験できる。不便な点については、その場で設計図を調整することが出来る。現段階は完成したばかりで、これから値段などを決め、普及に力を入れるそうだ。

問い合わせ：岐阜県生活技術研究所

岐阜県高山市山田町1554

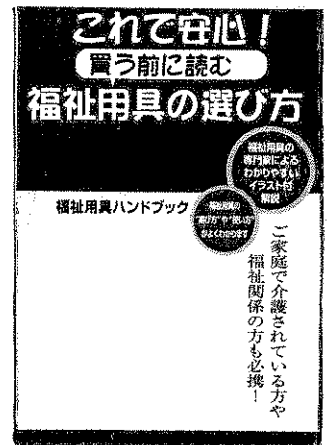
TEL0577-33-5252 FAX0577-33-0747

福祉用具ハンドブック

「これで安心！買う前に読む

福祉用具の選び方」販売中！！

車いす、つえ・歩行器・靴、移乗用具、いす・机、ベッド、自助具、排泄、入浴、住宅関連、コミュニケーション関連、共用品の全11巻セット。B6版オールカラー。わかりやすいイラストや、大きな字で読みやすいです。



値段：1,870円(税込み)

編集：社福)名古屋市総合リハビリテーション事業団なごや福祉用具プラザ

販売：AJU自立生活情報センター

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159



やさしい住まいの支援ネットの「住宅リフォーム相談」が始まりました

やさしい住まいの支援ネットは、障害のある方やご高齢の方に出来るだけ住みやすい住環境を提供することを目的としている市民ボランティア団体(NPO)です。建築士、作業療法士、福祉関係者等の専門家と実際に住宅建築の経験をもつ障害のある人が相談に応じる事で、当事者の立場に立った住宅リフォームを目指します。現在のお住まいに不自由を感じてみえる方、どうぞ一度ご相談ください。相談は無料です。また、リフォーム済みのお宅を訪問し実際の現場見て体験していただくことも出来ます。

- ◆相談日時：毎月第1・第3土曜日
午後1時30分～3時30分
- ◆相談場所：社会福祉法人AJU自立の家内
名古屋市昭和区恵方町2-15（担当：浅井）
TEL052-841-5554 FAX052-841-2221



※上記（浅井）へ連絡の上、予約をして下さい。また、来談できない方も出来る限り相談に応じます。

★ 会員・支援者 募集中！！ ★

- 正会員：会の活動・意思決定に参画する個人会員
3,000円/年
- 事業会員：会の指導のもとリフォーム工事を行う
会社・法人会員 30,000円/年
- 賛助会員：賛同し支援する会員 一口 3,000円/年
毎月第1土曜日PM3:30より例会・勉強会開催

やさしい住まいの支援ネット事務局
TEL&FAX 052-879-5551（担当：鈴木）
Email kou21@minos.ocn.ne.jp
電話受付時間：毎週火曜・木曜
午後4時～午後7時/FAX・Emailは常時受付

第17回 DP I 日本会議全国集会 名古屋大会 記念講演

平成15年に障害者福祉が大きく変わろうとしています。今に具体的な案が出されていない現状です。今回、DP I 日本会議名古屋大会では、その担当責任者である河幹夫参事官を招き記念講演などを開催します。ぜひ、ご参加下さい。

日時：6月24日（日）
場所：名古屋市昭和区役所ホール

内容 ●シンポジウム「地方分権と当事者運動」
●『21世紀のサービスシステムと障害者施策』
講師：厚生労働省社会保健担当参事官 河 幹夫氏
定員：400人 参加費：2000円（資料、昼食代込み）
主催：DP I 日本会議/社会福祉法人AJU自立の家
問合わせ：TEL052-841-8841 FAX052-852-4810

編集後記

いよいよ日本列島も一年の恒例行事？「梅雨」に入りました。これから一ヶ月あまり外に出にくい日々が続きますね。そんな日には部屋の中で読書をする人も多いのでは…。数年前、本を読むと三行で眠くなってしまふ小生が、岩波文庫（だったかな？）の上下巻の単庫本を買って読んだ。芥川の「羅生門」以来の偉業だ。映画好きの小生の心に残る一つに松本清張原作の「砂の器」がある。先ほどの単庫本を映画化したもので、特に親子で旅をするシーンが強く印象に残っている。今までに何回見たことだろう。観るたびに瞳の奥に熱いものが溢れ出しそうになる。そんな折り、なぜだか原作を読んでみたくなったのだ。映画がきっかけで不治の病と言われてきたハンセン症を知った。ハンセン症は感染力の弱い病原体だが、人々の心に大きな爪痕を立てた。人間としての、人として生きる思いを胸に刻みながら、無念の思いで眠りについた人たちの心が忍ばれる。小泉首相の大きな決断は日本中を駆けめぐった。当事者運動の大切さがまた一つ実をつけた。当事者運動がハンセン症を持った人たちに光をあてた。日本国民が偏見と差別に立ち向かい意志を示す機会となった。そして、一人一人の意志を伝える参議院選挙がもうすぐ始まる。自信を持って意思表示をしよう。

生活の道具相談室

やさしい住まいの支援ネット

<相談日>

6月16日 7月7日・14日

*いづれも土曜日の午後1:30～

<場所>

名古屋市昭和区恵方町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> TEL 052-841-5554

FAX 052-841-2221 浅井まで

AJU 福祉情報誌購読者募集中！！隔月発
年間購読料 1,000
振込先：郵便局 00890-0-9057
福祉情報誌発行委員