

# 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14年2月19日増刊 通巻4941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

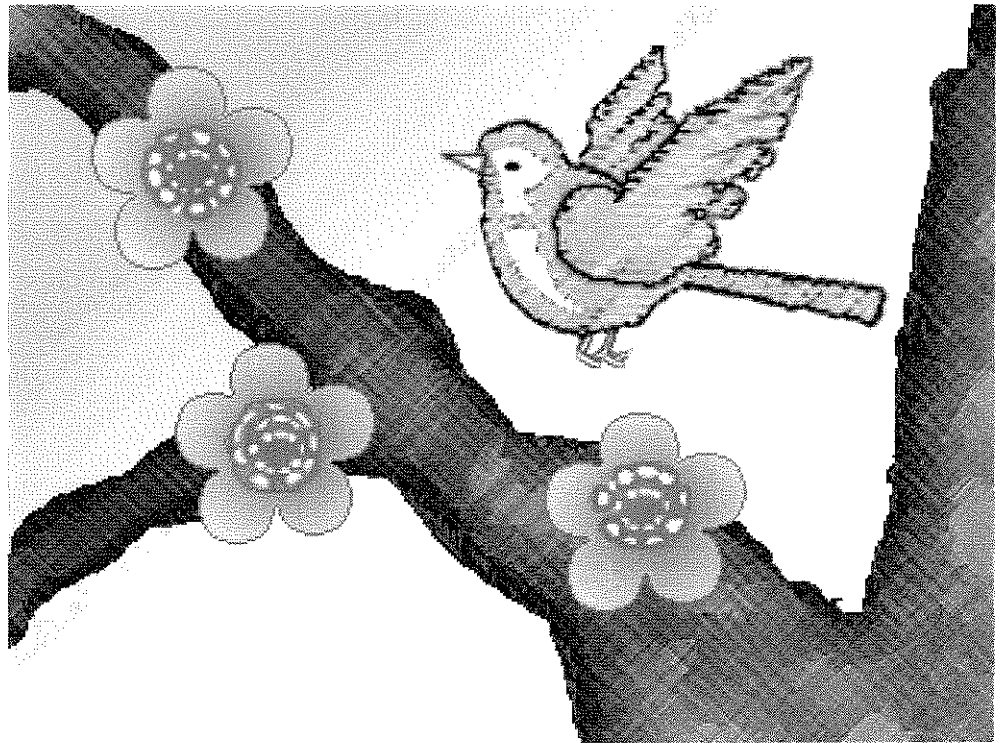
第56号

2002年2月10日号

定価 **250円**

テーマ

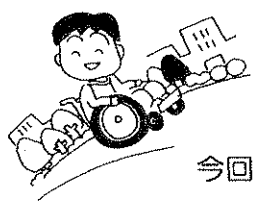
# 飛び出せ。



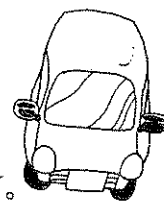
絵 森みゆき

## はじめの一歩をふみだしたあなたへ

- 特集…………… 1  
「外へ飛び出そう！外出のノウハウ」
- レジャー情報①…………… 9  
「ノリタケの森」  
「カラフルタウン岐阜」
- レジャー情報②…………… 11  
「いちご狩りへ行こう！」
- 〇〇って何だろう？…………… 13  
「ボランティアって何だろう？その1」
- 生活の道具相談室…………… 15  
「便利な道具“ピンチ”」
- かつきの詩のページ…………… 17
- トラベル情報…………… 18  
「パラリンピックツアー」「ケアンズ」  
「台湾」「介助付き温泉」など
- お宿のご案内 第8弾…………… 20  
「東京国際ユース・ホテル」
- グルメ情報 第19弾…………… 21  
「CESARI (チェザリ)」
- 福祉機器リサイクル情報…………… 22
- 読者の声…………… 23  
「地下鉄の新設エレベータ」  
「パソコン教室開いています」など
- いろいろ情報…………… 25  
「スポーツ医事相談」  
「脳性まひ者等医療相談」  
「軽自動車福祉タクシー」  
「ピアカウンセリング長期講座」  
「あいち小児保健医療総合センター  
一部オープン」など



## 外へ飛び出そう! ~外出のノウハウ~



読者の皆さん、お久しぶりです。

今回は僕の得意な「移動」について、担当しました。外出も色々な工夫があるようです。ぜひ、自分にあった方法を試してみてください。

### よく公共機関などを利用して外出している二人に、インタビューしました。

Kさんは、週に1回デイサービスに通っていて、その他の曜日体調がよければよく外出しています。

Hさんは、小規模作業所に週に2回1人で通っていますが、まだひとりで外出するようになって日の浅い人です。

#### Q1: 出かける時の移手段について教えてください。

Kさん(頸随損傷、女性、27歳): 足の代わりとしては、電動車いすと手動車いすを使い分けています。電動車いすは介助者がいない時や、雨がふって自分で手動車いすを操作することができない時に使って、手動車いすは、筋力低下の心配で少し運動する必要がある時や、電動車いすで段差があったりして行きにくい場所へ行く時に使っています。交通機関としては、少し遠くへ行く時は、地下鉄や低床やリフト付きの市バスや名古屋市の制度で低料金で利用できる「リフトカー」(リフト付きタクシー)を利用しています。

Hさん(関節リウマチ、女性、40歳): 私は、松葉杖と電動車いすを利用しています。松葉杖だと長距離の移動の時は疲れるので、電動車いすを利用することが多いです。交通手段は、主に名古屋市の制度の「リフトカー」です。ドアTOドア(ドアまで迎えに来て、目的地のドアまで送ってくれる)で便利です。ただ、利用時間や利用回数などに制約があり、何より大勢の人が利用しているのに台数が少なく、自分が使いたい時に必ず利用できるとは限らないので大変です。どうしても出かける必要がある時は、とても高いけれど、タクシー会社のリフトタクシーを利用したり、体力的に余裕がある時は、家から一番近い(といっても30分かかる)地下鉄の駅まで電動車いすで行くこともあります。

#### Q2: 外出して困ったことはありますか?

Kさん: 名東区の本郷駅前から低床バスを利用しようとしたら、バスが満員で乗車できず、たまたま本数が多い路線だったので次のバスを待っていたけれど3本続けて満員で乗れなかったことがありました。その時は、行き先が「障害者スポーツセンター」だったので、市バスをあきらめてそのスポーツセンターの送迎バスに乗り

ました。あとは、リフトバスや低床バスの操作方法を知らない運転手もまだまだいるので、私が操作の仕方を運転手さんに説明することもあります。

Hさん: 電動車いすで地下鉄に乗り込む時に、前輪がホームと電車との間に挟まり、怖い思いをしました。今もまだ慣れていなくて怖いので、駅員さんにスロープを用意してもらうように頼んでいます。スロープのない駅では、乗車時に後ろに付いてもらっています。その他いろいろです。それが社会さあ〜。でも、電動車いすなのに、押してあげますって、親切?な人も結構いる。

かえって、迷惑だったりする場合もあるけれど、「車いすなんかで出てくるな」って、地下鉄駅で電動車いすを蹴られたこともあるよ。でも、最近は、ホント、よくなった。電動車いすで走っていると、この頃はよく高齢の人が「便利なものができたね〜」とか「どこに行くとそういうものがあるの?」って聞かれる。小学生もおもちゃ感覚で見ているね。

#### Q3: 出かけるにあたって、何が気をつけていることや準備していることはありますか?

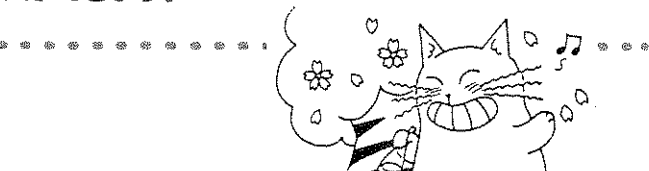
Kさん: 地下鉄に乗ろうと思ったらエレベータが点検中で困ってしまった体験から、利用する地下鉄の駅の電話番号を控えるようにしています。出かける前のアクセス情報を調べるのに便利なので、「地下鉄とバスの時刻表」(500円)を持っています。

克己: 僕もたまにエレベータの点検の時にいくわすけれど、点検作業をしている人に「使わせてください」と言うと、作業を一時中断してエレベーターを利用させてくれます。ただ、誰にでも同じような対応をしてくれるかどうかは分かりませんが…。僕自身は、同様の体験を2度しているし、同じ体験をした人も知っているのだから、点検中でもあきらめずに頼んでみる価値はあると思います。

Hさん:あまり欲張った計画をしない。トラブルの元だし、出かけた先でゆっくりできないので楽しくない。電動車いすの場合はバッテリーは十分に。あとは、帰りの移動手段を決めてから出かけている。天気予報によっては雨具の用意、レインコートや傘を持って出かける。

**Q4:はじめて単独で外出する人にアドバイスをお願いします。**

Kさん:外出中は、車いすのパンクや故障などといったトラブルなどがあるかもしれないので、携帯電話は必需品です。控えておく便利な電話番号は、「市バス・地下鉄テレホンセンター」。名古屋市内を走るリフト付きバスや低床バスの時刻や停留所、地下鉄のエレベーターの有無を教えてください。「地下鉄とバスの時刻表」もあると便利ですが、インターネットにつなげられる人は、名古屋市交通局のホームページでも同様の情報が入手できます。



# サポーター倶楽部の

## みなさんに、移動方法、テクニックについて聞いてみました。

### 回答者36人の紹介

#### 障害について

筋ジストロフィー症	1
頸髄損傷	5
脊髄損傷	2
脳性マヒ	13
その他	6
無記入	9
合計	36

#### 年齢について

～10歳	4
20歳	6
30歳	10
40歳	8
50歳	3
60歳	1
無記入	4
合計	36

#### 性別について

男	15
女	19
無記入	2
合計	36

○「市バス・地下鉄テレホンセンター」

TEL 052-522-0111 (7:00～21:00/年中無休)

○名古屋市交通局ホームページ

<http://www.kotsu.city.nagoya.jp>



○「地下鉄とバスの時刻表」

最寄り駅の駅長室や市バスターミナル案内所などで購入できる。500円

Hさん:行きと帰りの移動手段を確保してから出かける。まず、慣れたところに行ってみる。困ったときに、迎えに来てもらえるような連絡先を控えて出かける。

克己:僕は、バスを利用する時は、時刻表の時間より5分位早くバス停で待っています。市バスは時刻表の時間より早めに来ることがよくあります。多くのリフト付きや低床バスの路線は、1時間に1本しかないので、乗りそこなうと大変ですから注意が必要です。それから、地下鉄で駅員や通りすがりの人に、抱えてもらったり、切符を買ってもらったりという介助をお願いする時は、自分がどんな介助をお願いしたいか細かく伝えることが大切です。不安な人は、介助カードを作ったり、頭の中でシミュレーションするなど、準備をしましょう。



## 移動方法別の工夫

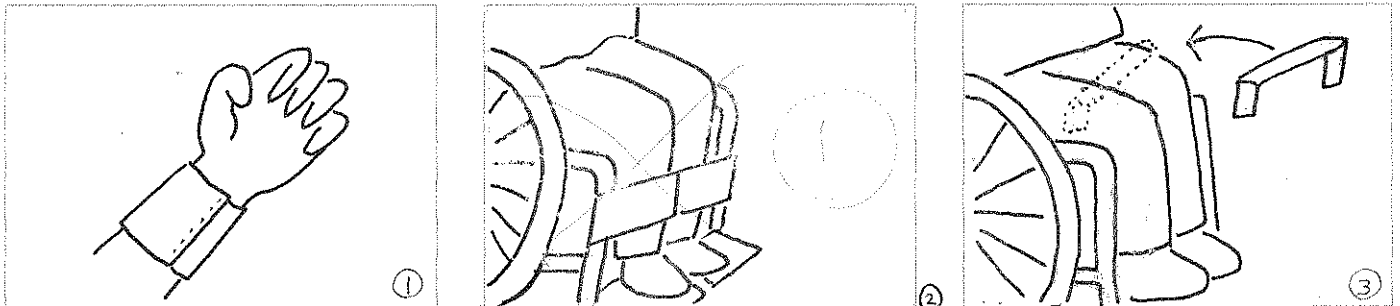
### 手動車いすを自分で操作する人の工夫

- ・車いすのハンドリムをまわす力が弱いので、すべりにくいゴム製素材の手ぶくろ使用。
- ・車いす販売店に頼んで、車いすのハンドリムを生ゴムでコーティングしている。
- ・頸随損傷で手でハンドリムを回せないなので、手首に豚皮のカバー(リストバンド)をつけて、手首の部分でこいでいる。

(イラスト1参照)

はじめは牛革だったけれど、牛は値段が高いので、東急ハンズで比較的安い豚皮を見つけて、それがとても良かったので、友達と1頭分購入してカバーを何本か作って使っている。東急ハンズは、大きさを言えばカットもしてくれる。(有料)

- ・人の足をタイヤで引っかかないように注意している。
- ・褥そう防止用のROHOクッションを使用している。
- ・車いすから何かへ乗り移る時は、必ずブレーキをかけたかを再確認している。
- ・家の中にあるテーブルや机に高さが合うように、車いすの座面を設定した。
- ・カバンはだいたいリュックを使用して、貴重品以外はそれに入れ後ろの押し手にかけている。
- ・体調が悪いときは周りの人に声を掛け介助してもらおう。
- ・道は以外とデコボコしていて姿勢が崩れやすいけれど、自分では直しにくいので、足がだんだん前に出てお尻の位置がずれてこないように、足首にベルトをつけている。(写真2参照)
- ・下肢にマヒがあり、膝が勝手に開いてしまい恥ずかしいことと、膝をそろえていないと装着している集尿器のじゃまになるという理由で、アルミの両縁を膝の幅でまげ、それに痛くないようにキルティングの袋をかぶせて、膝の上にかけて足が開かないように工夫している。膝を閉じておくと膝の上に荷物も置いて便利。(イラスト3参照)



- ・なごや福祉用具プラザ(\*1)で相談して、車いすに松葉杖たてを取り付けてもらった。(イラスト4参照)
- ・乗り降りしやすいように手すりの前をカットした。
- ・頸損なので上肢に障害があり、下りや登り坂でのハンドリムの操作が大変なので、スロープマスターを取り付けとても楽になった。(写真5参照)
- ・座面の下にネットを取り付け、荷物がおけるようにしている。(写真6参照)
- ・座面の下に特別にポケットを作ってもらって、名刺や財布をすぐ取り出せるようにしている。
- ・背もたれが低く、疲れた時や、急な坂道などで車いすを押しってもらうときに介助者が楽にできるように、イレクターパイプ(ホームセンターで販売)で介助しやすい高さに押し手をつけた。
- ・外はデコボコの道が多く、車いすが大きすぎると座位が取りにくく疲れるので、身体にぴったり合う車いすを作成。

(写真8参照)

- ・正しい姿勢が取れて動きやすいように、シーティングしてもらった。

(\*1)

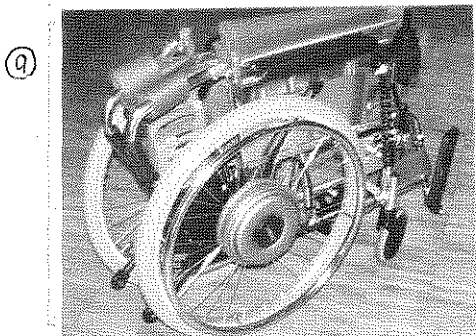
なごや福祉用具プラザ

名古屋市昭和区御器所通3-12-1ステーションビル3F TEL052-851-0051 FAX052-851-0056

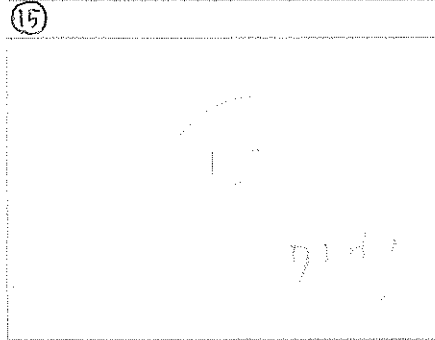
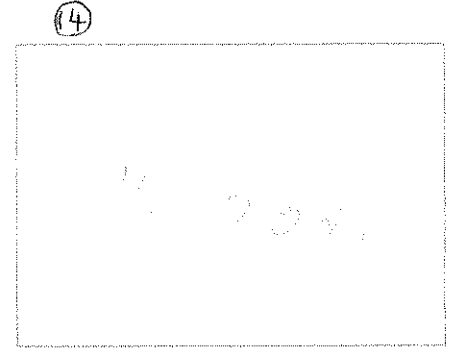
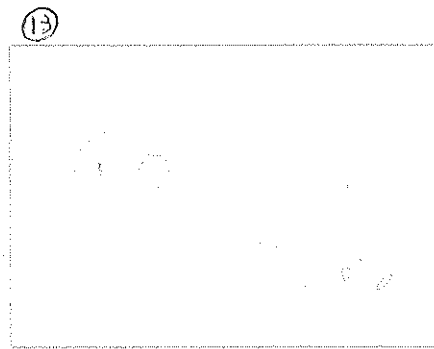
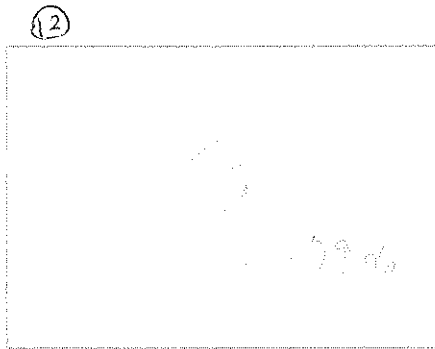


電動車いすを利用している人の工夫

- ・バッテリーが切れないように、移動距離と時間を事前に考える。
- ・コントローラーが雨などで濡れて壊れないように、ホテルなどによく常備されているシャンプーハットを付けている。  
(持っているだけではいざとなったとき遅いので)
- ・困った時にタクシーに乗れたり、気軽に乗用車でも出かけられるように積み込めるタイプの電動車いす(ヤマハのJW-1)を選択。
- ・1回の充電では走行距離の短いヤマハのJW-1を利用しているので、目的地によっては充電器を持参したりして工夫している。  
(写真9参照)
- ・雨具は必ず常備。
- ・シートベルトをする。
- ・下に落としたものなど手の届かない所のものをつかむために、リーチャーをいつも持っている。
- ・エレベータのボタンが届かないところが多いので、生活の道具相談室で作ってもらったボタンを押すための棒を持っている。
- ・傘立てをとり付けている。(写真11) (\*2)
- ・収納できるテーブルを付けている。/ドリンクホルダーを付けている。(写真10参照)



- ・自分の操作しやすい位置(あご)にコントローラーを付けている。(写真12参照)
- ・首から上しか動かないので、背もたれにコントローラーを取りつけ、頭の動きで操作している。
- ・携帯電話ホルダーを付けている。(写真13参照)
- ・工房バリアフリー(\*3)で、トーキングエイドで会話するので、打ちやすい位置にマジックテープ付きのテーブルをつけ、トーキングエイドの裏にもマジックテープを取り付け、動かないように固定している。(写真14参照)
- ・トーキングエイドを足で操作できるように、大きいパネルをフットレストに取り付けている。(写真15参照)
- ・同じ姿勢を続けられないので、一番操作しやすい足の部分にリクライニングのレバーを付けている。
- ・できるだけテーブルに近づけるように、オプションでコントローラーをサイドにスイングできるようにした。



- ・正しい姿勢が取れて動きやすいように、シーティングしてもらった。
- ・コントローラーの電源ボタンが押しにくいので工夫してもらった。
- ・デコボコ道に行くことが多いので、パワーのあるタイプを選んだ。
- ・少し高いけれどノンパンクタイヤを選んだ。

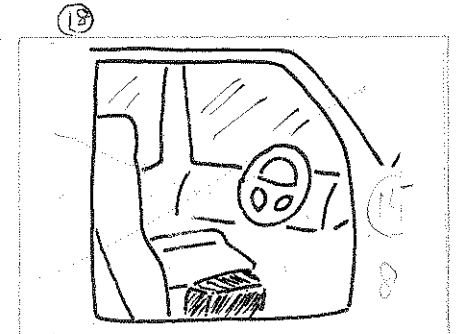
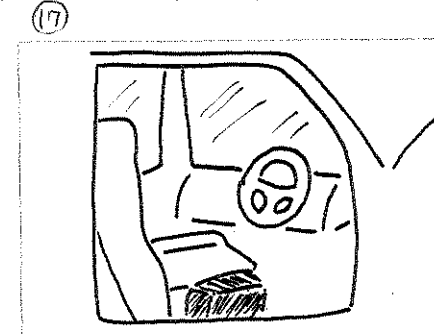
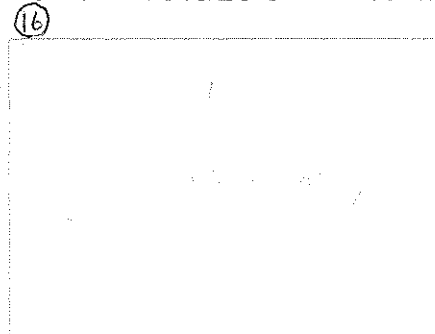
(\*2) 生活の道具相談室

名古屋市昭和区恵方町2-15(社福)AJU自立の家 担当浅井  
TEL052-841-5554 FAX052-841-2221

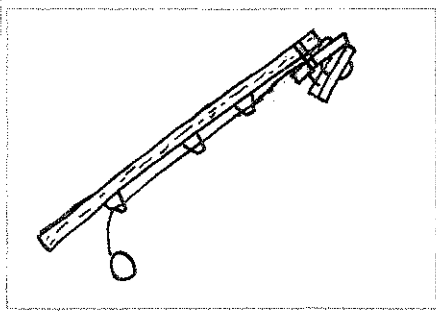
(\*3) 工房バリアフリー 名古屋市南区明治1 TEL052-694-0197

### 乗用車を自分で運転して移動する人の工夫

- ・ Hondaは障害者用のキットがあるので(トヨタもある)Hondaの車に乗っている。  
車はHonda、運転装置は他社製品ということより、サポートや設備面で有利。
- ・ 障害に合わせ、左アクセル、旋回装置を付けている。
- ・ ハンドルが回せないで、ハンドルにノブ(握り)を付けている。(写真16参照)
- ・ 運転席への乗り降りが楽なタイプを選んでいる。
- ・ 座席と車いすの間に空間があり不安なので、寸法を測って空間を埋める堅めのクッションを作った。(写真17参照)
- ・ 車いすから座席に移る時、車いすが動かないように車内にひも取り付け、それを車いすにかけて固定してから乗り移っている。
- ・ 運転席のドア部分が広いタイプを選んだ。
- ・ 運転はできるが自分で車への乗り移りができないので、出先で通行人に介助を頼むこともある。
- ・ 自分で車いすを車へ積み込めないで、積み込みリフトを取り付けた。(写真18参照)
- ・ 高速道路などのカードなどが取れないので、自分にあつたリーチャーを作成。(写真19参照)
- ・ 開いたドアを閉められないので、ひもを付け引っ張っている。
- ・ 身体によくはないことは分かっているけれど、車いすを自分で車に積み込む為に、背もたれを低くして、ドア上部に引っかかるようにしている。
- ・ 自分で歩いて車いすをトランクに積むので、あまり車いすを持ち上げなくても乗せられるように、車をワゴンタイプにした。
- ・ トランクを閉めるとき手がとどかないので、ディーラーにひもを付けてもらった。
- ・ 手でハンドルを回せないで、足でハンドル操作できるようにした。
- ・ オートマでは物足りないで、手動操作のマニュアル装置を付けた(写真20参照)



19



20



21

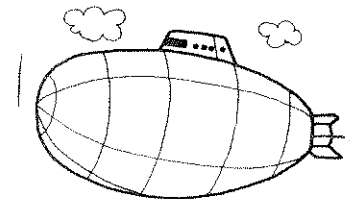


### バスを利用する時の工夫

- ・パソコンや電話で路線や時刻の情報を得ている。
- ・乗り遅れないようにしている。
- ・乗降時に手伝ってもらうので3人1組で行く。2人では無理。
- ・バスが見えて来たら、自分が乗ると意思表示の目的で手を挙げると、運転手はゆっくりとできる歩道に近づけて停車してくれる。
- ・見落としておいて行かれないように、前方のバスの通常の乗り口付近で運転手に乗る意思を表し、真ん中辺りにある車いす乗り口へ戻る。
- ・自分がリフトの操作を覚えておくと不慣れな運転者の時も比較的スムーズ。
- ・停車した位置と歩道が離れている時は運転手さんにバスを切り返しをして幅寄せしてもらうこともある。
- ・無料パスがすぐ提示できるように定期入れに入れて鞆につり下げている。

### 鉄道や地下鉄を利用する時の工夫

- ・バリアフリー情報を事前にこまめにチェックする。
- ・座席には移らず車いすのまま乗る。
- ・出入口は時間帯によっては混雑するが、一番収まりやすい。
- ・エレベーターがついている駅を利用する。
- ・エレベーターがない駅に行く時は、事前に連絡すれば階段昇降機を用意してくれる。(写真21参照)
- ・一人の移動が多いので、列車の運転手の後のドアか、最後の車両の車掌のいるドアに乗ると必ず手を貸してもらえる。
- ・駅員さんに降りる駅の介助の手配を依頼する。
- ・スロープ付きの入口が別の場所にある場合は、事前に駅の電話番号を調べて置いて、通用口に着いた時に携帯電話で連絡すると待ち時間が少なくてスムーズ。
- ・急がない時は、ラッシュ時をさけている。
- ・ちょっと早めに行く。
- ・予約しないと乗れないのはおかしいと思うので予約しない。
- ・前もって作った介助カードを通行人や駅員に見せて手伝ってもらう。
- ・無料パスがすぐ提示できるように定期入れに入れて鞆につり下げている。
- ・券売機は使いにくいので、そのまま改札に通せる1000円のユリカカード(改札に通しても割引の半額がひかれる)を使っている。



### タクシーを利用する時の工夫

- ・言語障害があるので、「〇〇までお願いします」とワープロで作ったカードを運転手に見せる。
- ・介助者がいる時は行ける所まで行ってもらってタクシーを呼び、お金を節約。
- ・乗りやすい助手席にのる。
- ・迎えに来てもらっても「車いすがトランクに入るか？」など、運転手があまりいい顔をしないので、迎え料金も要らないし、他の人も手伝ってくれるので営業所まで行く。
- ・介助カードを事前に作成。
- ・いつも利用する会社に住所を登録し、簡単に呼べるようにしている。
- ・街でひろう時は、一緒にいる介助者に止めてもらう。車いすの自分が止めると無視されることが多い。

- ・タクシーによってはトランクに入りきらない時もあるので、トランクが開かないように縛るひもを持っている。
- ・かばんや円座をトランクに入れてもらうと忘れることがあるので、細かいものは座席に置いてもらう。
- ・気に入った運転手さんに名刺をもらい、いつもその人に来てもらっている。
- ・言語障害があるのでFAXで依頼ができるようにタクシー会社に登録している。
- ・乗ったら、運転手さんの名前を確認して「〇〇さん、よろしくね！」と必ず声をかけている。  
名前を覚えたよとアピールすれば、おかしな対応はしないと思っているから。
- ・行く道はできるだけ説明できるようにしておく。

### ~~~~~ リフト付きタクシーを利用する時の工夫 ~~~~~

- ・名古屋市のリフトタクシー制度を利用する時は話中が多いのでこまめに電話すること。
- ・名古屋市のチケットを利用しているので、1ヶ月8枚(年間96枚使える)を頭に入れ計算しながら予定を立てている。
- ・複数の車いすの友達との移動に利用している。
- ・車庫から料金が発生するため、できるだけ近くの会社に依頼する。
- ・色々な情報を持っている運転手もいるのでよく話をする。

### ~~~~~ 今までに困ったこと、失敗したこと、それをどう解決してきたかについて聞きました。 ~~~~~

- ◎東京から名古屋駅に帰ってきたとき、夕方人手がないという理由でエレベーターを使えなかった。職員がいなくて使用できない仕組みになっているのはおかしい。仕方なく階段を使った。  
JRの人に手伝ってもらわなくても、エレベーターが使えるようにしてほしい！！
- ◎市バスに乗った時、低床バスではなかったので、乗降に時間がかかって、他の乗客に申し訳ない思いがした。  
「すみませーん」と、一言言っただけで終わってしまった。それ以来、乗っていない…。
- ◎エレベーターのない地下鉄で、階段を4人で上げて頂いて利用していたが、ある日、乗車拒否をされたので名古屋市交通局へ行き抗議しました。特別な解決策もなく、私もエレベーターのある駅を利用したり、双方が歩み寄りの形になりましたが、以来バスの乗務員や地下鉄駅員も大変親切で利用しやすくなりました。抗議文を出して、面会日を決めて出かけました。市バス担当2名、地下鉄担当2名、抗議の窓口2名で計6名の方とお目にかかり話しをしました。エレベーターがすぐ付くわけでもなくノンステップバスが増えるわけでもありませんが、車いす利用者の気持ちや思いやりの気持ちをわかって欲しかったので訴えました。現在はエレベーターのある駅まで行きUターンしてノンステップバスの出る駅まで戻りますが、地下鉄駅員とバスの乗車員双方が手伝ってくれて助かっています。
- ◎電動車いすのバッテリーがなくなってしまった、それで家族に車でスペアを持ってきてもらった。
- ◎タクシー乗り場で並んでいて、乗車拒否された。何人かが、自分の番の時運転手さんへ言ってくれ乗せてくれた。
- ◎雨の時、傘をさしても雨は入ってくるし、風邪ひいた。雨の日は、ひたすら出ない。
- ◎駅にある身障用のトイレの扉に鍵がかかって利用できないことがある、かと言って、インターホンって、どこについてんだろ？あれって困るよね。
- ◎リフトバスの最終を逃した。隣接の市に行くのに何の交通手段もなく、タクシーを利用。
- ◎どうしても、目的地までの道中に階段しかなかった時困った。通行人やその辺りの人達数人で車いすを吊ってもらった。
- ◎初めていく所でバスがあると思ったらその日は運休でした。タクシーで行きました。
- ◎タクシーに乗るとき運転手さんに手伝ってもらうとあまりいい顔をされないときがある。減多に乗らない。
- ◎タクシーに乗りたくても止まってくれなかった。たとえタクシーに乗せてもらえても態度が悪いタクシーもあった。  
今はハンディキャブなどがあるからタクシーにはのらない。
- ◎母の通夜と葬式の時の移動に困り、リフトタクシーを一日中かりた。
- ◎自家用車が壊れた時、リフトタクシーの数が少なかったため、友人のリフト付きの車を使った。
- ◎行きはリフトバス等でベイシティまで行けたが、帰りのリフトバスが夜9時頃までなくて、予定していた時間までに家に帰れなくなった。結局、待てないので友人に車で迎えに来てもらった。
- ◎外出先で電動車いすの電気回路が壊れた。手動に切り替え一緒にいた人に押しもらった。



# 「いろんなトラブルがあるのに、

## それでも出かけるのはなぜなの？」

アンケートの困りごとを読んで、

「外へでるのは怖いな、大変だな」と思った人は多いと思います。

僕が直接インタビューした二人も失敗やイヤな思いを何度もしています。

「それでも出かけるのはなぜだろう？」きっとみなさんも不思議に感じているこの疑問への答えを、二人に聞いてみました。

**Kさん:**家の中ばかりいてもつまらないし、それに、出かけるようになって色々な人との関係もできてきて、今は出かける用事があるから出かけている。トラブルが怖いなんて言ってもらえない。困ったこともいっぱいあるけれど、いいこともあるんだよ。たとえば、ちょっと前のことだけれど、急いでいる時に降りる駅を乗り過ぎてしまっ、次の駅であわてて降りたらその駅には階段しかなかったの。人通りも少なく、介助者に駅員を呼んできてもらうしかなくて、予想外の時間のロスにしょんぼりしていたら、3人の外人さんが通りかかったの。それでさりげなく、「この階段上りますか？」と声をかけてくれた。それで、私はその外人さん達のおかげで無事階段を上ることができた。その時の外人さんの言葉はとってもうれしかったよ。あとは、道をふさいでいる自転車を通りがかりの人がどけてくれたり、地下鉄の駅のエレベーターが点検中でひとりりで困っていたら、通りがかりの人が駅員さんを呼んでくれたこともあったよ。こんな人の優しさにふれることがよくある。世の中捨てたもんじゃないなって。まだまだ階段がある駅や通りにくい道は多いけど、気軽に手伝ってくれる通りがかりの人がいると、障害があっても安心して外出ができると思う。そ

れにね、電動車いすで外出をするようになって色々な道を通るので新しい発見があるよ。例えば、おいしい食べ物屋さんをみつけるとか、もちろん段があったり、中には理解のない人達もいてイヤな思いをすることもああるけれど、それより嬉しいことの方が多いいのも事実。

**Hさん:**以前はいつも家族か友達に「お願いして」出かけていたけれど、今は「お願い」をしなくてもよくなったことでとても気が楽になった。一緒に出かけるとやはり相手のことを気遣います。「自分」と「一緒にいる人」と「出先の相手」という変な三角関係の会話になったりすることも多々あり疲れます。車いすに乗っていると、私には尋ねないで介助者(見た目にしっかりした方)に話しかけることってよくあるよねえええ。それって、すごいストレスたまる！一人で出かけることができるようになって、「自分」のお出掛けの予定や計画が立てられるようになったことがうれしいし、色々な人と介助者なしに「自分自身」が直に接するわけで、「これが社会なんだね〜」って経験ができてる。…いったい、私何歳の人の感想って感じですねえ。でも、ひとりりで出ようって思ったキッカケが最近だったから仕方がない。今、青春しています。それに、社会の荒波にもまれ打たれ強くなった(と、思う)。

## 最後

僕は、両親に「一人で外出すると危ない」と言われ続けて、25歳頃まで杖で歩いて行ける範囲(ほんとに近所…)しか単独で外出したことがありませんでした。これではいけないと思っていた時、タイミングよくミスターナッツの障害者留学の情報を得て、一大決心をして家を出ました。そして、アメリカで高速(時速12km)の電動車いすをおっかなびっくり操作しながら、僕は一人で外へ出ることを始めました。実は自分はひどい方向オンチです。だからはじめは、自分がどこに行けばいいのかわからないし、地図も分からず、私のいるとどこでしょう？という状態でした。しかし、たくさん迷って、失敗して、リフト付きバスや地下鉄も利用してあちこちに外出するようになり、自信が持てるようになりました。インタビューやアンケートでも分かるように、行く先にたくさんの階段があったり、タクシーに乗車拒否されたり、街にはまだまだ段差や人の不理解といったバリアがいっぱいあります。でも、それを恐れてよくなるのを待っていては、せっかくの人生が終わってしまう可能性もあります。たくさんの人との出会いの可能性、結婚の可能性、子育ての可能性、やりがいのある仕事をする可能性、海外旅行に行く可能性、パラリンピックに出場する可能性、お金持ちになる可能性、歌手になる可能性、人の可能性は無限です。現に、これらを実践している障害を持つ人達はたくさんいます。たくさんバリアを上回る楽しみはたくさんあります。だからこそ、多くの障害を持つ人達がどんどん外へ出るようになってきたのだと思います。そして、社会とたくさんふれることで、お互いに理解し合い、歩み寄ることがはじまっていると思います。「バリアフリー」という言葉は社会にだんだん浸透しはじめています。たかが外出と言うなかれ、外出は自分や自分と関わった街の人達の価値観を変えるきっかけになります。ぜひ、多くの障害を持つ方々に、僕たちの集めた情報を参考にさせていただいて、外へ出ていく勇気を持って欲しいと思います。これで、年間のテーマ『飛び出せ！』の特集を終わります。



## ★「パレット」「ボックス」「カフェコーナー」のある建物

### ・ライフスタイルショップ「パレット」

お洒落な陶器の茶碗や皿、カップの他に、プレゼントすると喜ばれそうなお茶、外国製のお菓子、エプロン、絵本などが並んでいる。くまのぶーさん、となりのトトロ等のグッズもあり、見るだけでも楽しめるヨ。

### ・アウトレットショップ「ボックス」

皿やカップ、台所小物等が見やすい高さに並んでいて、様々な模様で大きさも色々揃っている。

### ・カフェコーナー

ノリタケのお洒落なお皿やカップが食器として使われていて、コーヒーが一段と美味しく思える。窓際の席は、外の景色を眺めることができオススメ。

館内：段差なし、床はフローリング。ゆったりした空間で車いすで移動しやすい。暖房がよくきいていてとても暖かい／身障トイレ：あり

## ★「ノリタケの森ギャラリー」レストラン「キルン」の建物

### ・ノリタケの森ギャラリー

絵画、陶芸、彫刻など、有名な作家の芸術品が展示してある他、市民の方の個展なども開かれている場所。

開館時間：10:00～18:00 TEL052-562-9811

### ・レストラン「キルン」

フランス料理とイタリアン料理が楽しめる。従業員の方も親切で、デートやゆったりと食事がしたい時はおすすりなレストランです。120名までのパーティー予約もできるそうなので、結婚式の二次会等でも使えそう。今週のランチ980円、ランチ1800円、Bランチ2800円／ディナーA 3500円、B 4500円、C 5500円（要予約）

TEL052-561-7304 FAX052-561-7308

営業時間：モーニング 10:00～11:00／ランチ 11:30～15:00／カフェ 14:00～16:30／ディナー 17:30～22:00

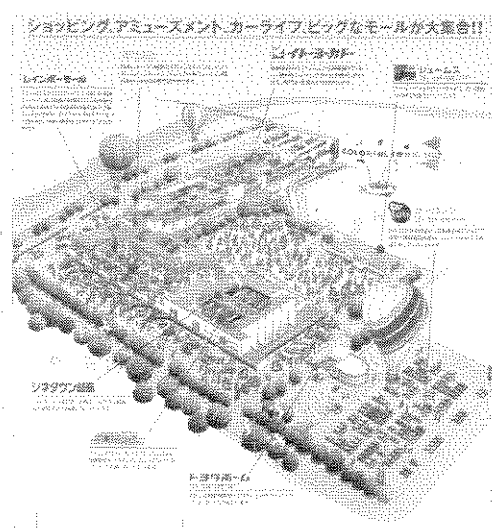
店内：平坦 イス：移動可能 身障トイレ：あり

# 『カラフルタウン岐阜』へ行こう！！

岐阜県柳津町にある大型ショッピングセンター「カラフルタウン」へ取材へ行ってきました。イトーヨーカドーとモール街があり、その中に専門店やレストランなどが並んでいて、ショッピングや食事などが楽しめます。映画館やナムコワンダーパーク（ゲームセンター）も入っています。とにかくすごく広くて、一日ではまわりきれないくらいです。それから、「カラフルタウン」のもうひとつの魅力は、レインボーモール館の1階にある新車の展示スペースの並びに、「フジコン」や「ウェルキャブ」の福祉車両や車いすなどが展示してあり、実際に試すことができる点です。他にもいろいろ発見があると思います。ぜひ遊びに行ってみてください。

車いす駐車場：39台分あり／身障トイレ：各フロアーにある／車いすの貸出：あり（無料）／買い物介助サービス：あり／車いす利用者用優先レジ：あり／ゆったり試着室：通常の4倍のスペース、段差なし  
場所：岐阜県羽島郡柳津町丸野3-3-6（岐阜県庁より南へ3km）<http://www.colorfultown.co.jp/>


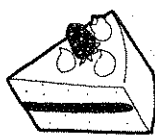
TEL058-388-5400 FAX058-388-5410 カラフルタウン10:00～21:00＊レストラン街は22時まで



# いちご狩りへ行こう!



いちごの季節となりました。車いすで利用できる農園が増えていきますよ。おいしい旬のいちご、お肌にもいいビタミンCいっぱいのをいちごを食べに行きましょう。そして、帰ってきたら編集部までぜひ感想をお知らせ下さい。

名前・場所	特徴	期間 料金	身障 トイレ	時間 制限
<b>「伊豆長岡 いちご狩り組合」</b> 静岡県田方郡伊豆長岡町 南江間1454 TEL0559-48-6160 FAX0559-48-0844 伊豆中央道「長岡北IC」 より約3分	今年から車いすの方も体験できる ようにと、通路を広くした平地栽 培と一棟はプランター栽培を高く したハウスがある。 予約時に車いす利 用と言えばどちら かのハウスを案内 してもらえます。 	4/10まで1500円 5/6まで1000円 *要予約 営業 無休 9:00~16:00	2月末頃 建設予 定。 2/1~は 仮設身障 用トイレ を設置	30分食 べ放題
<b>「萩原農園」</b> 静岡県清水市増270 TEL0543-34-4540 FAX0543-36-4040 東名「静岡IC」より30分	駿河湾ををながめながら、イチゴ 狩りを楽しめる農園。車いすの通 れる幅の石垣栽培ハウスが三棟あ る。売店にはフルーツやいちごジ ャムなど販売されている。	5月下旬まで 1500円~1900円 *要予約 営業 不定休 9:00~16:00	あり	無制限食 べ放題
<b>「赤ずきんちゃんのおもしろ農園」</b> 静岡県小笠郡大須賀町大淵 3130 TEL0537-48-4158 FAX0537-48-6350 東名「掛川」「菊川」各IC より30分 <a href="http://www2.wbs.ne.jp/~akazukin/">http://www2.wbs.ne.jp/~akazukin/</a>	車いすの方やお年寄りの方もいち ご狩りが楽しめるように考えられ たバリアフリー農園。章姫、新品 種の紅ほっぺが味わえる。また、 ポニーなどの動物遊べる「ふれあ い動物園」もある。バーベキュー とセットで楽しめ る夜のいちご狩り (要予約)もある。 	3/21まで 1700円~2000円 4/7まで 1200円~1500円 5/6まで 900円~1000円 6月上旬まで 800円*要予約 営業 無休 9:00~16:30	あり	30分食 べ放題
<b>観光農園 「フロンティアファーム」</b> 静岡県浜松市都田町 3888-6 TEL/FAX 053-428-1583 E-mail : frontier@orange. ne.jp	一般的な水耕栽培と違い、細根を 重視した栽培なので、甘味が強く ジューシー。ミルクをつけなくて もおいしく食べられる。品種：章 姫。車いすに座ったままいちごが つめる。	4/4まで1,300円 5/10まで1,000円 *要予約 営業 無休 9:00~15:00	あり	30分食 べ放題

名前・場所	特徴	期間 料金	身障 トイレ	時間 制限
<b>伊那みはらしファーム</b> <b>「みはらしいちご農園」</b> 長野県伊那市西箕輪羽広 TEL/FAX 0265-74-7430 <a href="http://www.janis.or.jp/ja/ka&lt;br/&gt;miina/">http://www.janis.or.jp/ja/ka miina/</a> 伊那インターから約10分	通路が広く立体栽培なので、車い すに座ったま まいちご狩り が楽しめる。 練乳付きで、 章姫、女峰が 味わえる。 	5/10まで1,200円 5/31まで1,000円 6/30まで500円 *要予約 営業 無休 9:00~15:00	あり	無制限食 べ放題
<b>「いちごの里」</b> 愛知県知多郡南知多町内海 字奥鈴ヶ谷40-1 TEL0569-62-1115 FAX0569-62-1519 <a href="http://www.1115.jp/">http://www.1115.jp/</a> 南知多ICから約1分	南知多インターから内海方面へ車 で1分ほどで到着。酸味が少なく 甘みがつよい章姫（あきひめ）と いう品種を栽培していて、砂糖や 練乳を使わなくても美味しく食 べられる。棚栽培なので車いす からでもつみやすくなっている。	4/10まで1500円 5/31まで1200円 *要予約 営業 不定休 9:00~15:00	あり	無制限食 べ放題
<b>ウエストパーク松坂の</b> <b>「ハッピー農園」</b> 三重県松坂市伊勢寺町 595-1 TEL0598-58-1845 松坂ICより約1分	いちごはハウスで立体栽培されて いるので、立ったままで楽々とい ちご狩りができる。 その他に、季節の 花を楽しむことも できる。 	2/20まで1,300円 4/10まで1,200円 5/6まで1,100円 5/31まで1,000円 営業 不定休 9:00~16:00	隣のレス トラン内 にあり	無制限食 べ放題
<b>美杉リゾート</b> <b>ガーデンファーム</b> 三重県一志郡美杉町八知 TEL059-272-1155 FAX059-272-1160 久居ICより40分	ハウス入口に約10cmの高さの敷 居があるが、入れば通路が広く、 立体型なの で車いすの ままつめる。 章姫、女峰 を5月末ま で味わえる。 	2月 1,800円 3~4月1,500円 5月 1,300円 営業 無休 10:00~16:00	身障トイ レなし。 車で約3 分のホテ ルアネッ クスに洋 式トイレ あり。	60分食 べ放題
<b>五桂池ふるさと村</b> 三重県多気郡五桂956 TEL : 0598-39-3860 FAX : 0598-37-2900 <a href="http://www.ma.mctv.ne.jp/~jr2u&lt;br/&gt;at/village/village.htm#">http://www.ma.mctv.ne.jp/~jr2u at/village/village.htm#</a> 勢和多気ICより約7分	ハウス入り口に段差はあるが、ス タッフが手伝ってくれる。通路は 広く、立体栽培なので車いすで楽 しめる。花と動物ふれあい広場や ロッジ、バーベキューハウス等楽 しめる設備がたくさんある。	1,200円 身障手帳提示で 2割引(960円) 営業 5/31まで 無休 10:00~16:00	ふるさと 村の建物 の中にあ る。車で 約2分	無制限食 べ放題

# 「〇〇って何だろう？」

## 第10回

# "ボランティア"って何だろう？ その1「こころがけ」

ロダン：そういえばさ、突然なんだけど。ボランティアってしたことある？

タマ：う～ん、どちらとも言えないわね。



ロダン：したことあるの、したことないの？



タマ：だから、どちらとも言えない、って言ってるでしょ？

ロダン：何でさ？

タマ：何で、って、そもそもロダンは何が言いたいなの？

ロダン：いや、最近ヒマだし、かといって出かける用事もないから、ボランティアでもしてみようかと思って。

タマ：じゃあ、すればいいじゃない。マサルがよく知ってると思うから、聞いてみたら？

マサル：なにか呼んだ？

タマ：ロダンがね、ボランティアやった事ある？って聞いてきたの。マサルならよく知ってると思って。



マサル：う～ん。ロダンはどんなボランティアをしてみたいの？

ロダン：まだあんまり考えてないよ。タマがボランティアをしたことがあるなら、参考になるかなあと思ってさ。だから、したことある？ボランティア。

タマ：だから、どちらとも言えないのよ。私がしていたのは、小学校の時に先生に言われて、クラスのみんで近所の公園を掃除したくらいだから。

ロダン：立派なボランティアじゃないの？

タマ：それがそうとも言えないんじゃないか、って最近思うようになってきて。

ロダン：それは、色々勉強してきたからなの？

タマ：うん…。「ボランティアってそもそもなに？」って調べていくと、その“原則”みたいなモノがあってさ。そのうちの一つに“自発的（自分で進んでやる）”ってのがあるのよ。

マサル：タマがしたことのある“近所の公園を掃除”ってのは、先生に言われてしたことなんだよね。だから“自発的”じゃない、だからボランティアじゃない、ということ？

タマ：そう。その部分が引っかかっているの。

ロダン：じゃあさ、タマはその、先生に言われた“一度きり”しか、公園の掃除はしていないの？

タマ：う～ん、ひまな時はするようになったわ。

マサル：すごい、じゃあ、立派なボランティアじゃない。それ。

タマ：どうしてよ、先生に言われて始めたのよ？

マサル：きっかけは“誰かに言われて”だけど、それを続けているのはタマ自身の“自発的”な活動なんだよね？だから、立派なボランティアだよ。

タマ：そういわれてみたら、そうかもね。

マサル：それに、ボランティアの原則の中には“継続性”といって、一度きりの活動じゃない、ということがあるんだ。

ロダン：じゃあ、タマのやっている“公園の掃除”は、自分から進んでやっていることだし、続けていることだから、ボランティアなんだよね？

タマ：他にも理由はあるわ。公園に来るのは私だけじゃないもの。近所の人だって来るでしょ？公園に来た人が気持ちよく公園を使えたらなあって。言われて始めた時には何となくイヤな気持ちがあったけど、それに気づいてからは、結構楽しいものね。

マサル：それでイイと思うよ。というか、その部分はとても大切だね。

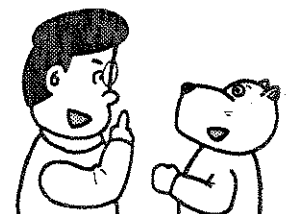
ロダン：えっ？どの部分？

タマ：“公園に来た人が気持ちよく…”ってコト？

マサル：そのとおり。やっぱりボランティアという以上は、自分のためじゃなくて、他の誰かのためにする活動、ってことが一番重要じゃないかな？

ロダン：誰のためなの？

マサル：そりゃ、みんなのためだよ。タマは、ある“誰か”のために、公園の掃除をしているワケじゃないんだよね？来た人みんなが気持ちよく公園を使えるように、って思ってやってるんだからさ。



□ダン：先生に言われてやったときにはしょうがなくやってたんだよね。でも、自分から進んでやるようになってからは、みんなが気持ちよく使えるように、って、それが“ボランティア”ってこと？

マサル：そうなんだけど…じゃあ、目の前で転んだ人を助けたのはボランティアとは言わないよね？

□ダン：人助け？

マサル：そうだよね。まあ、めっさに起こらないけどね。じゃあ、この“転んだ人を助けた”という



タマ：ん～、どういうこと？

マサル：どうかなあ…。自分だけが助けるんじゃないで、周りの人も“転んだ人を助ける”ように努力していくとか。

タマ：なにそれ。

マサル：例え方が悪かったかなあ…？

□ダン：困っている人を助けるようにする、ってコトなの？

マサル：まあ、それは当たり前なことなんだけども、なかなか出来ない。だから、みんながそれを出来るようにしていく、というコトが必要なんだろうね。

□ダン：でもそれって、誰かに言われてすることでもないよ。

マサル：だから、周りに働きかけるんじゃない？

タマ：私にも心当たりがあるわ。確かに、公園の掃除を先生に言われてやってたときには、クラス中みんなですらやってくれたけど、それからしばらくは私だけだったの。でも、そのうちに何人かの友達も一緒になってやるようになったわ。

□ダン：それ、すごいことじゃない！タマのしていることを見て、一緒にやってくれる人が出てきたんだよね！

マサル：“公園の掃除”って、ボランティアといえるかどうかは難しいよね。でも、必要なことだったら、それを周りの人に広げていくこと、困らないように仕組みを作っていくこと、それがボランティア、ってコトなんだろうね。

タマ：じゃあさ、自治体とかが公園の掃除を始めたら、公園の掃除をするボランティア、つまり、私みたいな活動をしている人は必要なくなる、ってことなの？

□ダン：そんなことはないんじゃない？タマは、

自分から公園の掃除を始めたんだよね？じゃあ、他の誰かがやったら、やめちゃうの？

タマ：…まだ必要だと思えばやめないと思う。

□ダン：でしょ？だから、ボランティアはなくならないと思うな。

マサル：その通りだね。誰かに言われて始めたことじゃないから、誰かの行動によっても止めることはないよ。周りに影響されずに、その活動を続ける、ってのもボランティアにとっては重要なことだと思うな。公園の掃除をすることで、タマはイ気分になれるし、その公園に遊びに来た人も、気持ちよく遊べるもんね。

□ダン：なんか、引っかかる言い方だね～？

タマ：うん…。そう言われると、掃除を続けるのがいやになってきちゃった。

マサル：だからさ、一人でやることないんだってば。

タマ：友達も一緒よ？

マサル：そうじゃなくてさ。さっきの道の話、忘れたの？

タマ：あ、周りにも働きかけていく、ってこと？

マサル：その気持ちがあって、広げていこうとするなら、立派にボランティア、って言えると思うよ。

□ダン：ボクにも出来るかな？

タマ：たくさん気をつけることはあると思うの。だけど、何事もまずは“始めてみるコト”が大切だと思うな。じゃあ、少しまとめてもイイ？

マサル：どうぞ。

タマ：ボランティアといえるかどうかは、

- 1.自発的な活動（自分から進んでやっているか）
- 2.継続した活動（一度きりで終わってしまわないか）
- 3.周りに広がっているか（一人きりの活動じゃないか）
- 4.周りに広げようとしているか（みんなの活動にしようとするかどうか）

…このくらいかしら？

□ダン：あれ？ボクが読んだことのある本には“無報酬”って言って、活動をしたことについて何かもらってはいけない、



というようなコトが書いてあったと思うんだけど…

タマ：別に私は“公園の掃除”をして、何かもらっているわけじゃないわよ。だから、□ダンの言う“無報酬”も当てはまっているわ。

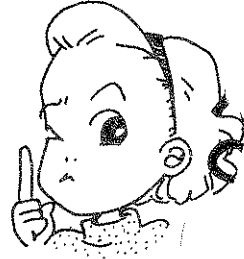
マサル：本当にそうかな…？

□ダン&タマ：えっ… つづく！

# 便利な道具『ピンチ』

## “ピンチ”に強くなろう！

今年の名古屋は、大雪にはじまりました。インフルエンザも大流行。年末・年始のあわただしさも一段落して春におけて準備をはじめたいところですね。



今号では、“ピンチ”をとりあげてみました。

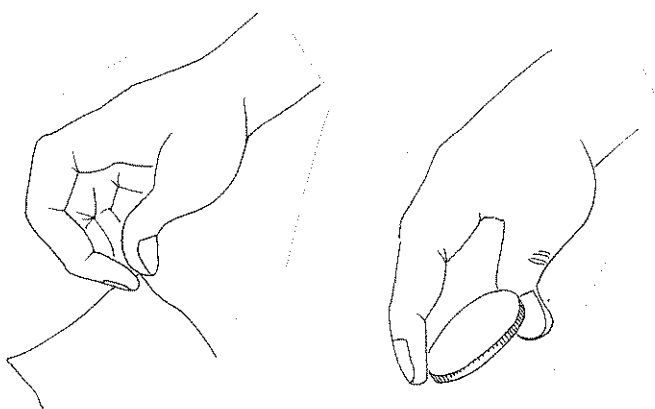
“ピンチ”って“あぶない”ってさげびたくなるようなこと、ではなくて、“つまみ”のことです。「ハナをつまむ」「豆をつまむ」「お寿司をつまむ」ときの“つまみ”です。ここでの“ピンチ”は、「指先で物を挟んで持つこと」を指します。道具相談室でもこれまで、この“ピンチ”を助ける道具をいくつか作ってきました。

“ピンチ”ってどんな身体のしくみとつながっているのでしょうか。どんなとき“ピンチ”が必要になるでしょうか。身の回りのことで“ピンチ”を使うときのことを考えてみましょう。“ピンチ”を助ける道具も紹介します。

## ピンチが必要になるとき

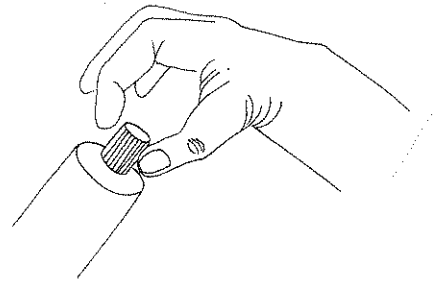
例えばこんなときをとりあげてみました。

- ① 紙をめくりあげるとき
- ② 硬貨をつまみあげるとき



③ 鉛筆をもつとき

- ④ チューブの蓋をあけるとき

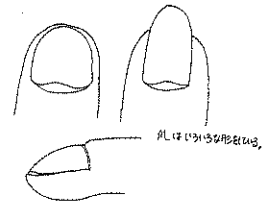


## 指先をよく見てみましょう。

特に親指の爪は、きれいですか？

爪は、どんな形をしていますか。

爪は、この“ピンチ”にかかせない道具です。爪がない人は、爪の変わりになるものを付けるとつまみやすくなります。



## OKサインがつかれますか？

これも“ピンチ”に必要な体の道具です。片方の手ならばOKサインですが、両手の指の腹をあわせて持ち上げることでつまむことにもなります。

指先は、アンテナです。指先は、荒れていませんか。

“ピンチ”は、指先のアンテナがマヒ麻痺していると上手につまめません。指先のアンテナが麻痺しているときには、しっかり指先をみていることで目が指先のアンテナの代わりをします。指先の皮膚には、たくさんセンサーが働いています。荒れていたらクリームをぬったりして適度に保湿しましょう。物を感じやすくなります。よく感じれば指は、自然な力を持つことができます。

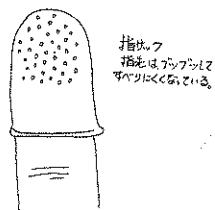


## つまむ力が弱いとき

こんな工夫ができます。

①指サック（指サックはゴムでできていて、サイズもいろいろあります）

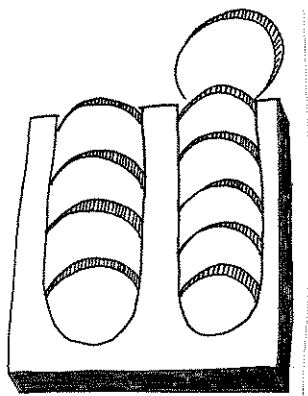
指サックに指をいれるのは容易ではありませんが、紙などを扱う仕事するときには最初に指サックをしておくと、なにかと便利です。親指に指サックをいれておくだけで紙の押さえになります。これは、指先に働く摩擦の力を大きくして弱い指先の力を補っているのです。



②財布の工夫

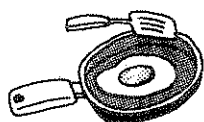
つままずに硬貨を引き出す。このときは、指は、一本で事足りる。

“ピンチ”は通常2本の指の力によりますが、硬貨は平板なため、つまみあげるには親指の爪を支点にした「てこの原理」を使わなくてはできません。そこで、「てこ」の部分をはぶいて硬貨をだす工夫が必要になります。硬貨をはさむようになっている財布は、硬貨を引き出すだけでよいのです。落とした硬貨をひろうには、粘着性のあるゴムを使った「リーチャー」やコインサイズに開く先端をもつ「マジックハンド」が便利です。



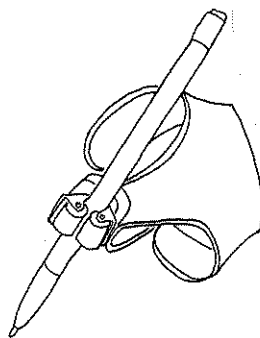
③厚みをつける工夫

つまむものが薄くなればなるほど“ピンチ”は、難しくなります。つまむところを厚くすることでつまみやすくなります。よくつまむ紙類や衣類・食器類などは、つまんで持ち上げるところに厚みをもたせておくと楽になり、指の関節を守ります。

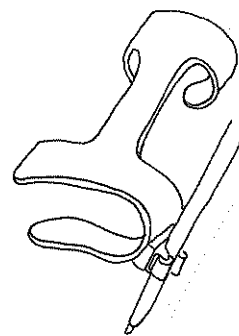


④鉛筆を持つ

鉛筆を持ち続けるのは、弱いつまみの人には至難のわざ。こんなときは、手に鉛筆をつける工夫やグリップでクリアしよう。これは、指先が発揮する力を、握ったりする力に変えて働かせるものです。



ローラーキャッチを使った書写用補助具



指の力と関節の両方の力が弱いとき

指の力が弱いとき

④チューブのキャップをあける

指先の力の弱い人は、指先の関節の動きも弱い人が多いです。チューブをひねる動作は、関節にも大きな力が働いてしまうので無理をすると関節をいためる結果になってしまいます。無理をしないためには、キャップの大きいものや、キャップのミゾが大きく手に引っかかりやすいもの、キャップが跳ね上げ式のものを選んだり、キャップにゴムをまく工夫をしてみましょう。

⑤ファスナーをあける

“ピンチ”をつかわずともファスナー先に指をひっかけられるひもを付ければ、ファスナーの上げ下げができます。

## あなたにあった道具作りの お手伝いをします。

生活の道具相談室では、第1・第3土曜日の13:30～15:00まで、作業療法士3人が交代で身体の相談にのりながら、道具づくりをすすめています。井戸端相談も可能です。お気軽にご相談下さい。日程は、本誌の裏表紙参照。

# 馬の書き順

堤 剋喜

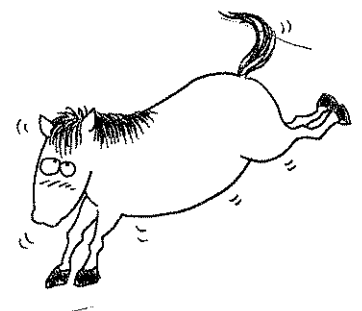
生まれて初めて描いたものは何だろう。  
まず、文字ではない。絵だろうか？直線だろうか？曲線だろうか？  
答えは「点」。  
太めのクレヨンを手のひらに握って紙に打ち付ける。  
後にいろいろな大きさの点が残る。  
点はだんだんつながって、曲線になる。  
点と曲線がいくつか集まると、絵や文字になる。  
しばらくの間、文字は書くだけのもので、読むものではなかった。  
本は誰かに読んで聞かせてもらえばよかったから。

小学校に入って最初の「ずこう」の時間は自由画だった。  
象を一頭と、水たまり、バックは緑と、空の青で塗ったような憶えがある。  
「ゾウには2種類（3種以上に分類することもあるけれど）いて、  
耳や牙が大きくて、背中中央にくぼみがあるのがアフリカゾウ。  
耳や牙が小さくて、背中中央がふくらんでいるほうはインドゾウ」  
とは知っていた。知っているからといって描けるものではない。  
細かいところはどうあれ、図体がでかくて鼻が長ければ象には見える。  
・・・そういえば、あのとき、牙は描いたっけ？  
省略したような気がする。となると、あの絵の中の象はインドゾウのほうだろうか。

何かの拍子に馬の絵を描いた。  
何度かやっているうちにそこそこ描けるようになった。  
「この子は馬の絵が好きなんだねえ。」  
「何代か前の親類に獣医がいた。そのおじさんも馬専門だったよ。」  
学校の先生の前で「怪獣と戦車」を描くのは気が引けたけれど、  
題材が馬なら、そんな気兼ねはいらなかった。

「ふーん。どうせならもっとしっかり。馬の脚ってそうなってる？  
まあ、好きになさい。それなりに味があるから。」  
「天馬よりもふつうの馬の方がいいよ。おまえの場合。しかし、好きだねえ。」  
周りから「好きだねえ」と連発されると、本人も不思議とその気になる。  
「良さそうな本があったから買ってきたよ。これ読んで勉強したら。」  
渡されたのは水墨画のテキスト。題して『馬の描法』。  
作品例だけを眺めた。  
最後の写生会のときはシマウマの柵の前に座った。

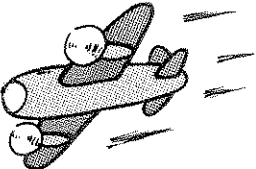

どうやら、『馬の脚』は『象の鼻』に当たるらしく、  
脚が馬らしく描ければ全体が馬に見えるようだ。  
いくつかポイントがあって、全部満たそうとすると脚が太くなる。  
そのせいか、貧相な痩せ馬になって、どうも駿馬には見えない。  
とにかく、いまのところ、  
頭、首、前脚、下腹の線、後脚の順に完成させ、最後に背中線としっぽを書き込む  
が僕にとって一番失敗が少ない『馬の書き順』。



夜中なのに部屋が明るい。  
向かい側の空が赤っぽく見えた。  
さっき聞こえたサイレンは救急車。何で空が赤いんだろ。火事かな。  
窓を開けると雪景色。  
街灯の光が雪とガラスに乱反射して赤く見えたのか。やれやれ。  
午年最初の大雪。

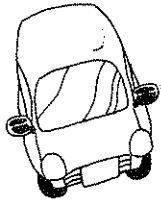
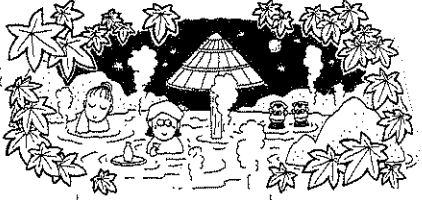
# 海外旅行へ行きませんか？



コース名	出発日	料金等	特徴	旅行会社
<b>2002 ソルトレイク パラリンピック 観戦ツアー</b> ★開会式と競技観戦 6日間コース  ★閉会式と競技観戦 6日間コース  *添乗員同行	3 / 7 (木) 成田発着  3 / 13 (水) 成田発着	178,000円  食事：朝4 回、夜1回  募集人員 30名（最 小催行人員 15名）	アメリカ・ソルトレイクシティ で、長野の感動をもう一度！！ ソルトレイク到着後、障害者スポ ーツ写真家の第一人者である清水 一氏が、みなさんと夕食を交え ながら、パラリンピックのみどこ ろや競技の楽しみ方について語っ てくれる。ホテルはソルトレイク シティ市内の中心に昨年の秋オー プンしたばかりの「リトルアメリ カホテル&タワーズ」で、デラッ ククラスの広い部屋を利用。	JTB団体旅行錦 支店 パラリンピ ック応援デスク 担当：木戸、市川  TEL052-951-8444 FAX052-961-2253 E-mail : njtb@ngo jtb.com http://www.parap hoto.org/2002/k/jt btour/jtbtour-g.ht ml
<b>ケアンズ5日間</b>  *添乗員は同行しない が、現地係員が案内  	2/20・21・28 3/5・12・14 ・19 4/7・14・21 名古屋発着	89,800円 *空港使用 料、ピザ等 別途必要 食事：なし 定員：先着 20名様限 定、最小催 行人員2名	ホテルは「トレードウィンズホテル」のハンディーキャップルーム を利用。送迎には、専用車リフト タクシーを手配。1日目 夜：空 路ケアンズへ 2日目 早朝：ケ アンズ着後、ホテルへ 3～4日 目 終日フリー 5日目 早朝又は 昼頃：空路、名古屋へ、夕刻名古屋 空港到着後、解散	有限会社 ジェイナス  TEL052-218-1303 FAX052-218-1311 E-mail : jnas@h4. dion.ne.jp 担当：三輪
<b>『車椅子で行こう                      麗しの台湾                      3日間の旅』</b>  *添乗員同行	第1班 2/20 (水) 発 第2班 2/27 (水) 発 名古屋発着	車いす利用 の方 58,000円 車いす以外 の方 98,000円	東海労金・チャイナエアライン協 力で、車いす利用の方の料金が安 く設定されている。移動はリフト バスを利用。各班とも車いす利用 の人は7名まで。	チックトラベルセ ンター『ハート TO ハート』 (名古屋) TEL052-222-7611 FAX052-222-1223
<b>『常夏で泳ごう、                      グアムツアー』</b>  *添乗員同行	3 / 13(水) ~ 名古屋発着	108,000円	グアムの海に入りたい人集 合！飛行機で約3時間半の常夏リ ゴートグアム。移動はリフトバス を利用。	E-mail : heart@he art-to-heart.ne.jp  http://www.heart-t o-heart.ne.jp/
<b>その他の4月出発ツアー</b> ：エア・カナダ再運航記念ツアー『カナダ・オーロラツア ー』、『カナダ・バンクーバーステイ』、『イタリア周遊の旅』など。すべてリフトバス使 用。詳細は、お手数ですが、お問い合わせ下さい。				

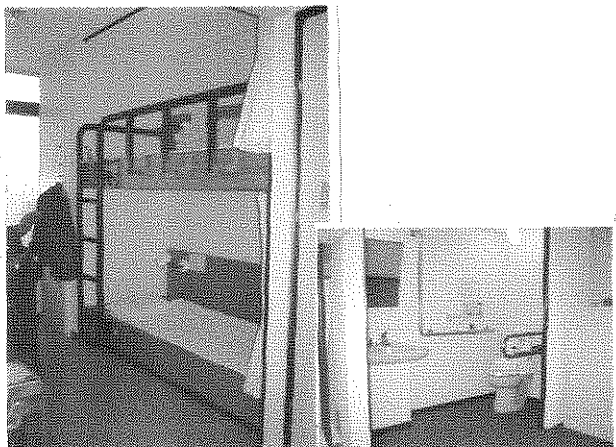
# 国内旅行へ出かけましょう！



コース名	出発日	料 金	特 徴	旅行会社
石垣・西表～水牛 車体験～由布島 3日間	3/22(金) 発 名古屋発着	140,000円  12名限定 ツアー	暖かい南の島でのんびり過ごしま せんか？水牛に 引かれて、由布 島へ渡ります。 *添乗員同行、リフトバス利用	チックトラベルセ ンター『ハート TO ハート』 TEL052-222-7611 FAX052-222-1223 E-mail : heart@he art-to-heart.ne.jp ホームページ http://www.heart-t o-heart.ne.jp/
四国旅情 道後温泉・うずし お鳴門・瀬戸大橋 4日間	3/4(月)発 名古屋発着	139,000円  定員15名	道後温泉では、入浴介護が付くの で、安心して温泉が楽しめる。 *添乗員同行、リフトバス利用	出かけてみる会 事務局(*1) 名鉄観光サービス ㈱中部支社 国内 営業部 担当 赤井 TEL052-581-5749 FAX052-571-3854
現役ヘルパーに よる介助付き！ 榊原温泉(三重県) モニター宿泊(*1)  	相談により決 定。現地集合 車：伊勢自動 車道久居イン ターより約10 分 電車：近鉄榊 原温泉駅より リフト付き車 両で送迎あり	19,000円 * 2名1室 1泊2食付 きの場合の 1人分料金	清少納言が「枕草子」につづった 美人の湯の誉れ高い古湯をひく 「湯元 榊原館」に宿泊。ハンデ ィキャップルーム、貸切露天風呂 利用。また、着替や入浴、食事の 介助を現役ヘルパーが手伝ってく れる。(無料)	
貸切り利用OK！ 名古屋市西区の くつろぎの湯 『八千代湯』 名古屋市西区上名古屋 1-12-5 一般駐車場20台分  	相談により決 定。	380円	名古屋城の北側にある銭湯。13 時から14時までの1時間を車い すや高齢の方のために貸切で利用 させてくれる。ロビーに1ヶ所(約 15cm)だけ段差あり。トイレは 洋式のみで、身障トイレはない。 シャワーイス貸出あり。場所と時 間提供のため、各自で介助手配の 必要あり。	トラベルサロン 名古屋 担当 高井 TEL090-2682-8910 FAX 052-522-1127

(\*1)2005年に愛知万博が開催されることが正式に決まったことにより、重度障害者の立場や高齢者の立場で、全国、世界各国から愛知万博に参加したいという全ての人達が気軽に参加できる万博、参加してよかったと言われる万博をめざして、名鉄観光と(社福)AJU自立の家が『出かけてみる会』を設立しました。万博会場までのアクセスやホテル等の宿泊施設に至るまで、ひとつひとつ点検活動をしながら、ハード面、ソフト面の充実に向けて関係機関に協力を訴えていきます。今回の『榊原温泉モニター宿泊』もその一環で、宿泊の際に必要なとされるサービス等について簡単なアンケートにお答えいただきます。

# 東京国際ユース・ホステル



「できるだけチープな旅をしたい!」「いろいろな国の人達とも交流したい!」という方におすすめのお宿。JR中央線の飯田橋駅(ホームから改札まで階段なし)のすぐ隣というすばらしい立地条件。どこに行くのも便利です。海外からの旅人の利用も多く、楽しい出会いがあるかもしれません。ただ、お風呂を使用するのは大変です。

## ◎ハンディキャップルーム

洋室2室。1室3人まで利用可能。入り口は開き戸、身障用トイレあり。ベッドは2段ベッドで、必要に応じてソファベッドも利用できる。浴室はない。

## ◎食 事

夕・朝食とも19Fの食堂を利用。車いす利用の場合は、専用エレベーターを使用。セルフサービスです。夕食900円、朝食400円。ご飯おみそ汁お変わり自由。とてもリーズナブルな値段で、おなかいっぱい食事ができます。\*料金は今年の4月1日より改定の予定あり

## ◎館内の移動

段差なし。

## ◎部屋料金：

大人ひとり3,100円/小人ひとり2,000円

\*ユース・ホステル(\*1)の会員、非会員の差はない

## ◎大浴場

水道水。入口は、間口は広いが2段の階段がある。浴室の入口も間口は広いが5cmの段差が

〒162-0823 東京都新宿区神楽河岸1-1  
セントラルプラザビル18階  
TEL 03-3235-1107 FAX 03-3267-4000  
チェックイン：13:00～21:30まで

ある。浴槽は、縁が床から62cmと高くなっている。単独での使用は難しい。ただ、シャワースイスを貸してもらえるので、その2段を介助してもらえば、シャワーを浴びることはできそうだ。シャンプー・リンス・石けんの用意あり  
使用時間：17時～23時まで

◎身障用駐車場：なし・一般用もない

◎貸出車いす：なし

## ◎アクセス

JRの「飯田駅」下車、西口より徒歩1分。

## ◎予約方法

3ヶ月前から 往復ハガキによる予約申し込み  
2ヶ月前から 電話・FAX・その他による申し込み

## ◎最寄りの観光施設：

皇居・東京ドームは至近距離にあり、都内はもとより、東京ディズニーリゾートへの便もよい。

(\*1)『ユースホステル(YOUTH HOSTEL)』とはドイツで生まれた世界的な「旅の宿」ネットワークで、だれもが安全に楽しく、経済的に旅ができるようにと考えられたもの。日本にも北海道から沖縄まで約350ヶ所あり、宿泊料金は一泊3,000円前後とても経済的。部屋は基本的には男女別の相部屋。泊まり合わせた人同士が気軽にふれあえる旅の宿。

編集部より・・・この記事を見て「行ったよ～」と言う方は、ぜひ編集部にご感想をお寄せ下さい。また、「いい宿あるよ」という方もお便り下さいね。

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3F

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

# グルメな調査隊 第19弾

昭和区の万智さんからの情報です。

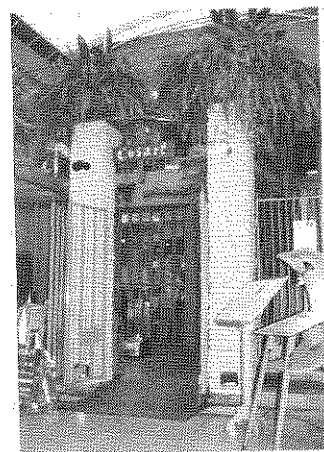
電動車いすで行きました。ハムトーストとパスタを食べましたが、とてもおいしかった。自家焙煎のコーヒーもおすすめです。

## CESARI(チェザリ)

名古屋市中区大須3-36-40

TEL 052-238-0372

FAX 052-238-0288



★ジャンル 洋食

★お店の人にインタビュー

大須の東仁王門通アーケード内にお店はあります。1階はピザ、パスタを中心としたメニューが並び、2階は夜に肉や魚といったコース料理をだしております。車いすの方で2階の夜メニューを注文されたい方は1階まで食事をお持ち致します。また、ランチ以外にケーキセットやカクテルも用意しております。

★おすすめメニュー

・日替わり洋食ランチ 860円

・パスタランチ 860円

(4種類のパスタの中から選べる)

※平日は14:00までバイキング付き、土日祝は別メニューランチ

・日替わり定食1,430円

※ピザ、パスタ、ドリンクに加え、サラダ、スープ、パンの3つの中から2つ選べる



★店内の様子

入口スロープ / 開き戸(幅71cm) / 店内平坦 / 全120席  
テーブル(高さ69cm)、イス移動可能・固定席もある

★トイレの様子

トイレは2階にあり、階段しかないので利用困難。

※近くの身障トイレは、『チェザリ』より徒歩約5分の万松寺通沿いにある「コメ兵本店」(TEL052-242-0088 FAX052-242-3188)の4Fと5Fにある



★駐車場なし

★営業時間

11:00~22:00 (ラストオーダー21:30) 年中無休

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 TEL 052-851-0059 FAX 052-851-0159

<http://www.ipc-tokai.or.jp/~aju/recycle/afj.html>

# 福祉用具のリサイクル情報 (02/2/1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

- ◇ 3モーターベッド (背上げ、上下、足上げ) ..... ¥70,000 ..... 1年くらい使用
- ◇ 木製ベッド
- ◇ 手動ベッド
- ◇ 移動支援バーSE-06 ..... ¥3,000 ..... 数回使用
- ◇ ソフトナース (床ずれ防止用マット) ..... ¥12,000 ..... 1ヶ月弱使用
- ◇ エアーマット ..... ¥40,000 ..... 7ヶ月使用
- ◇ エアーマット (エアドクターセット CR-238) ..... ¥50,000 ..... 2,3回使用

## 移動用品

- ◇ シルバーカー ..... ¥3,500 ..... 数回使用
- ◇ シルバーカー ..... 1~2年使用
- ◇ シルバーカー (ヘルシーワン T-R) ..... ¥5,000 ..... 1年弱使用
- ◇ 介助用車いす (タックル連動ブレーキ付) ..... ¥25,000 ..... 2、5年くらい使用
- ◇ 介助用車いす ..... ¥30,000 ..... 7ヶ月使用
- ◇ 手動車いす ..... ¥50,000 ..... 数回使用
- ◇ 電動三輪車・四輪車 ..... ¥10,000
- ◇ 杖につける雪道対応金具
- ◇ リフト付きワンBOX車 (平成10年式、黄色、走行距離25800km、電動車いすのまま乗車可能) 70万円で

## 入浴用品

- ◇ 入浴用手すり (浴槽幅10cmまで対応) ..... 1回使用
- ◇ シャワーいす ..... 2年使用
- ◇ コンパクトシャワーチェア ..... ¥3,500 ..... 数回使用
- ◇ 入浴用リフト (マイティエイド80) ..... 2年使用
- ◇ 浴室用すのこ (エラストイフロア) ..... 2年使用
- ◇ 浴槽台 ..... ¥1,500
- ◇ バスボード (手すり付き) ..... ¥5,000 ..... 未使用
- ◇ 家庭用入浴介護リフト ..... ¥50,000 ..... 2ヶ月位使用

## トイレ用品

- ◇ ポータブルトイレ (プラスチックタイプ/背もたれ有り) ..... 1年弱使用
- ◇ 木製ポータブルトイレきらくAN型 ..... 1ヶ月位使用
- ◇ 尿取りパッド、紙おむつ、尿とりパット ..... 未使用
- ◇ 安寿ポータブルトイレFX-1 (プラスチック) ..... ¥3,000 ..... 1年半使用

## その他

- ◇ ロククッション ..... 3年半使用
- ◇ 床走行式リフト (KQ-740) ..... 2年使用
- ◇ 階段昇降機 (直線タイプ) \*取り外し、取付が必要 ..... 未使用
- ◇ 折りたたみ式リフト (ディズミニ) ..... ¥50,000 ..... 数回使用

◆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/recycle/new.html

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。

### 千種区の田中さんより

#### 名古屋駅東山線にエレベータ新設

寒中お見舞い申し上げます。身体が不自由な者にとっての大敵、寒さが本番のこの時期、編集委員の皆さまは、よりよい情報を集めるために駆け回り、熱くならしてみえるのでしょうか。

すでにご存じかと思いますが、きのう地下鉄東山線名古屋駅で下車しましたら、ホームからコンコースにエレベーターが作動していました。今月から運行し始めたそうです。設置場所が、長いホームの亀島駅寄りなので、栄、今池方面へ行きたい時はホームへ降りてからの移動が大変かと思います。でも、障害者にとっても、お手伝いして下さる駅員にとっても、多少は楽になったのではないかと思います。まずはお知らせまで。

編集部：情報ありがとうございました。

1月24日には、栄駅にも、東山線と名城線を結ぶにエレベーターが新設されました。だんだん便利になってきています。

\*\*\*\*\*

#### 脳性まひの子供さんのお母さんより

55号の「脳性マヒの二次障害パート2」はとてもおもしろかった。二次障害のことは、とても興味があります。首都圏だけではなく地方にも、脳性マヒの二次障害について勉強し、手術等の経験の豊富な先生がいてほしいものです。

55号は、私の興味のあることばかりがたくさん載っていてとてもよい勉強になりました。

「いろいろ情報」の全日空のPBLの情報はとてもうれしいことです。以前、名古屋空港からグアムへJAL（日本航空）で行ったのですが、事前に何度もコックピットまで自分の車いすで行けるようにとお願いして、電話ではOKをもらい安心していましたが、空港では専用の車いすに乗り移されてしまいとても不愉快な経験をしたことがあります。ANA（全日空）はいつもぎりぎりまで自分の車いすで行けるのですが、JALはそのようなことがありませんでした。私個人としてはANAやJASの方が好きです。

### Tさん(脊髄損傷の女性)より

学校に関する事ですが、私は車いすを使用している2児の母親です。(子供は健全者)小学校では、子供の教室が2階なので、学校が授業参観のときに階段昇降機を市



に要請してくれました。また、体育館の入口など、段差がある所はスロープにしてくれたり、車いす用トイレを作ってくれたり、とにかく、校長先生が熱心な人でしたので、市の方に強く要請してもらえたようです。普通は、子供に障害があつて改造をする時は、すぐにOKがでるそうなのですが、保護者となると…。でも、校長先生が頑張ってくれたようで、とても助かりました。中学校は、体育館の入口はすぐにスロープにしてくれました。でも、教室までは建物の構造上無理なので諦めていたら、この間、三者懇談の時に、裏からスロープを作ってくれていて、初めて教室に行く事ができました。ビックリしました。来年1年生に車いすの子が入学するのでスロープを作ったようです。前の学校では、そこまでしてくれなかったので、校長先生の考え方次第でいろいろ変わるものだとよく分かりました。

\*\*\*\*\*

#### 脳性マヒのお子さんのお母さんより

「学校に関する困りごと」で、いろいろな意見とても参考になりました。でも、結果はバリアフリーとか人権とか世間では言っていますが、ほとんど通用していないように思われました。息子が、この前、ふと言ってました。「ぼくって、なんで‘ありがとう’や‘すみません’や‘ごめんなさい’をいっぱい言わなきゃいけないんだろう」って…。確かに、私たちって、他の人たちより言ってますよね。早く気兼ねしなくても良い暮らしになるといいですね。(やってもらって当たり前ということではありません)

\*\*\*\*\*



### 脳性マヒのお子さんのお母さんより 55号の「学校に関する困りごと」を読んで

私の子ども（15歳）も、地域の小・中学校に入学するときに悩みました。今は、高校進学で（中3）さらに悩んでいます。私立高校は設備的に無理だと断られることが多い。‘いろいろ情報’がとても楽しみです。出掛け先トイレや設備が心配で、あまり外出する気にならないのですが、紹介される情報を見ていると、「よし、行ってみよう」という気持ちになれます。



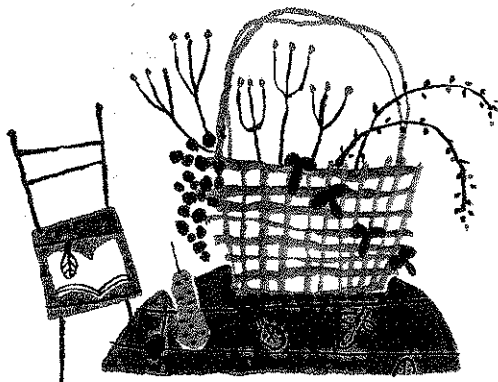
\*\*\*\*\*

### お答えします 名古屋市のだまさんより

55号の「郵便局の福祉定期の4.15%という以外に、預貯金のよい物はありませんか？」と言う質問についてですが、ないですね～。

今私は、外貨貯金をしています。外貨投資は手持ちの円をドルなどの外貨に換えて、外貨建ての預金や投信などで運用するもので、円と投資する外貨との間の『為替レート』によって損益が大きく変動します。つまり、外貨投資の鉄則は、投資したときよりも円安の水準で円に戻す。これができれば、為替の変動による損を防ぐことができ、金利などの収益に加えて為替差益もゲットできるわけです。もちろんリスクもあるので、誰にでもおすすりはできないし、円安の今は、時期が悪いです。でも、私は為替ニュースをドキドキしながら見て楽しんでます。

\*\*\*\*\*



### お答えします 脳性マヒのMさん(女性)より

「月謝が安くて、車いすでも入れるパソコン教室の情報」の情報ですが、浜松市は、職業訓練校（昼間）や、浜松駅前の社会保険センターで講座をやっています。

\*\*\*\*\*

### お答えします 西尾市のTさんより

福祉情報誌いつも楽しみに拝読させていただいております。今回は私が開いているパソコン教室を紹介します。私自身が車いす生活を送っているため、教室はもちろんバリアフリーです。ただ、残念ながら少し時期が早くて今すぐ連絡先などを紹介できません。次号ぐらいでまた紹介したいと思っているので、西尾に「パソコン教室」があることだけ覚えておいてくださいね。

\*\*\*\*\*

### 欲しい情報

- ◎市内で、バリアフリーのまんが喫茶はないでしょうか？
- ◎安くて親切な床屋さんはありませんか？
- ◎車いすで入れて親切な「風俗店」の情報が欲しい。
- ◎車いすステッカーで外からではなくて、車の中から貼れるステッカーはないのでしょうか？外からはると汚れや傷みが早いので。
- ◎車いすで坂道を上るときなど、膝の上に大きい荷物を持っていると動かしにくくて困っています。何か工夫はないでしょうか？

\*\*\*\*\*

お便りありがとうございました。引き続き、お便り・情報をお待ちしています。

〒466-0015 昭和区御器所通3-12-1 3F

AJU福祉情報誌編集部宛

TEL052-851-0059 FAX052-851-0159

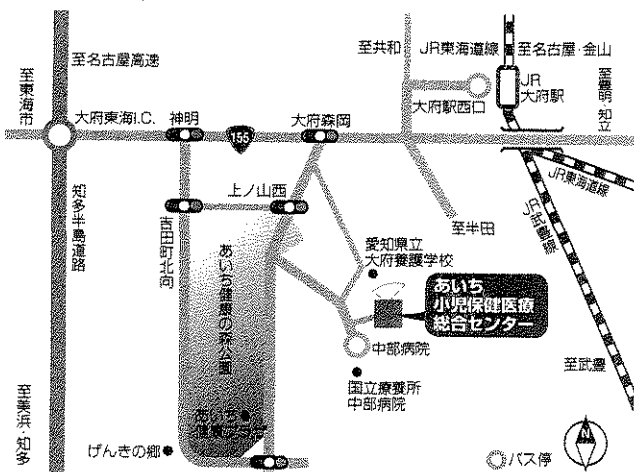
Eメール：aju-inc@pop21.odn.ne.jp

## あいち小児保健医療総合センター オープン

小児医療の充実が叫ばれるなか、小児保健医療専門病院として開設準備されている『あいち小児保健医療総合センター』の建物の一部が、昨年11月にオープンしました。壁には絵が書かれていたり、各診療科の待合室には絵本の図書とプレイルームが設置され、子供が喜びそうなかわい造りになっています。

『小児保健医療総合センター』は、保健と医療を併せ持つ新しいタイプの小児専門の保健医療施設で、小児保健活動を行うと共に、医療分野では、既存の医療機関で対応が十分でない医療分野に対応する機能を持ちます。現在は、小児のアレルギー、腎臓病、生活習慣病、心臓病などの内科的疾患や、心療系の疾患（虐待、いじめ、不登校や摂食障害などの問題、青年期の精神疾患の診断・治療）ならびに、小児の眼科疾患、耳鼻いんこう科系疾患の診断治療と訓練、さらに外科系疾患の外来診療などを行っています。

また、慢性疾患の子供も入院をしながら十分な教育が受けられるように、大府養護学校（病弱）と連携して病室から専用連絡通路を通して学校に通ったり、病状によっては養護学校の先生が訪問して授業を受けられるようになっています。年齢に関係なく容態やお親御さんと離れることを寂しがるお子さんの場合は家族が希望されれば夜間ベットのサイドで一緒に過ごしたり、24時間家族が面会可能となるような配慮もされています。今後、平成15年度には全面オープンを予定していて、ICUや200床の小児専門病床や診療内容も更に充実される予定です。



### ●診療科目

小児科、アレルギー科、精神科、小児外科、心療内科、泌尿器科、循環器科、形成外科、耳鼻いんこう科、眼科、放射線科、麻酔科

●外来診療時間 9:00~ 12:00 13:00~16:00

●紹介予約制(\*1)

(\*1)診療に関する相談や紹介予約制に付いての問い合わせは TEL0562-43-0500まで

予約電話 0562-43-0509

予約FAX 0562-43-0510

(予約日、名前、生年月日、FAX番号を記入)

場 所：大府市森岡町尾坂田1-2

代表 TEL0562-43-0500 FAX0562-43-0513

<http://www.achmc.pref.aichi.jp/>

\*\*\*\*\*

### 脳性まひ者等医療相談事業のご案内

名古屋市の更生相談所が、脳性まひによる障害に起因して発生する二次障害を予防することを目的として医療相談を行っている。

対象者：脳性まひに起因する運動機能障害により身体障害者手帳を交付されている方。

内 容：問診、相談、指導 検査(\*1)

(\*1)身体計測、血圧測定、理学的検査、検尿、総コレステロールや中性脂肪の検査、肝機能検査、腎機能検査など

\*二次的な障害について精密な診断もしくは治療等の必要があると判断した場合は、その障害に応じた専門医等を紹介してくれる。

相談日：毎月一回

費 用：無料

申し込み：予約制

申込先：名古屋身体障害者更生相談所  
名古屋市瑞穂区弥富町字密柑山1-2

TEL052-835-3821 FAX052-835-3724

\*\*\*\*\*

### 名古屋市障害者スポーツセンターの サービスを紹介

#### ★スポーツ用具相談★

今までスポーツなんて無理だと思っていた方、用具がなじみにくいなどの不満や悩みを持っている方はいませんか？身障スポセンでは、現在使用している用具の改造や便利な道具を作る相談にのってくれます。スポーツを楽しみたい方、競技力の



向上を計りたいと考えている方は、一度ご利用下さい。

相談日：第2・4 木曜日14:00～16:00

2月14・28日 3月14日28日

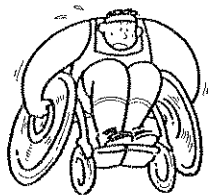
相談員：リハビリテーション工学技師

費用：実費自己負担をお願いします。

申込：要予約。直接または、電話、FAXにて申込み。

### ★スポーツ医事相談★

スポーツを行うことによって生じる障害への影響や不安に対して、または、よりハイレベルなスポーツの体力づくりに対して相談ののつてくれます。日にちにより担当相談員の専門が異なるので、事前に相談が必要。



相談日：3月2日・7日・14日・18日

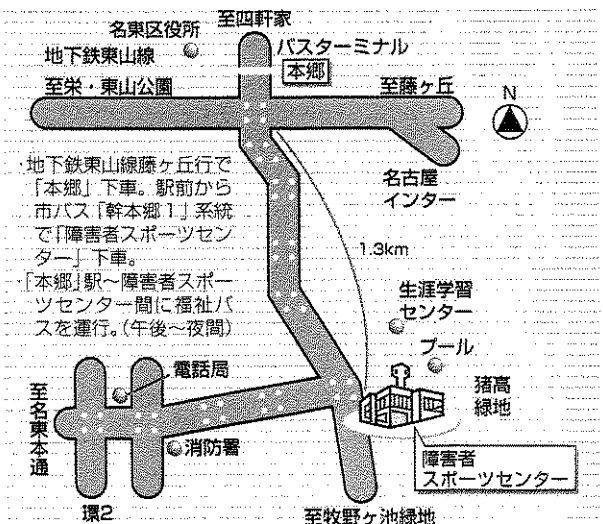
14:00～16:00

相談員：理学療法士／内科医／神経内科医

費用：無料

申込：要予約。直接または、電話、FAXにて申込み。

場所：名古屋市障害者スポーツセンター  
名古屋市名東区勢子坊二丁目1501番地  
TEL052-703-6633 FAX052-704-8370



アクセス：①地下鉄東山線藤ヶ丘行で「本郷」（エレベータあり）駅下車、駅前から市バス「幹本郷1猪高緑地」行で「障害者スポーツセンター」下車（ノンステップバス運行路線）  
②「本郷」駅～障害者スポーツセンター間を福祉バス（リフト付き）が運行。

## 運転手付き大型リフトバス 車両の貸し出し

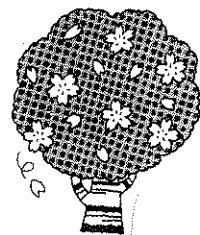
障害者の社会参加の促進を目的として、名古屋市身体障害者福祉連合会が貸出をしているリフト付きの大型バスをご存じですか？運転手さんも派遣してもらえます。もうすぐ春です、みなさんで1泊旅行に出かけませんか？

利用条件：利用人員が障害者を中心に、20人以上43人以下。1回の利用は、原則、2日まで

定員：車いす固定席（3席）普通席（33席）  
補助席（7席） 合計43席

### 利用料

- 8:00～同日17:00まで 1万円
- 1泊2日の場合 2万5千円
- \*8:00～同日17:00を越えて利用する場合は、1時間越えるごとに2千円加算



- その他、燃料費は無料。有料道路通行料、駐車料金、宿泊の場合の運転手の宿泊費は利用者負担。

申し込み：利用希望日の属する月の3ヶ月前の1日（土・日・祝日の場合はその翌日）より

（社福）名古屋市身体障害者福祉連合会  
名古屋市熱田区森後町11-12健身会館内  
TEL052-682-0878 FAX052-671-3124

\*\*\*\*\*

## 生活支援住宅が知立市に完成

一定の介護が必要な人（要介護3程度）を対象にした、介護サービス付き賃貸住宅「アルナ知立」が愛知県知立市に完成しました。これまでの介護付き賃貸住宅は、一千万を越える高額な料金のため利用は高所得者に限られがちでしたが、「賃貸住宅」と「介護」を経営上別にしたことで、周辺の賃貸住宅並りの利用が可能となりました。部屋はワンルームで、車いすで充分移動できます。また一階にはヘルパーステーション、訪問看護ステーションがあり、スタッフが24時間常駐しています。介護サービス料は、介護保険の枠内で、また、介護保険の対象ではない人は、15分単位（625円）で支払います。家賃は67,000円～71,000円、駐車場

と共益管理費は約2万円、敷金は50万円、礼金は家賃の1ヶ月分。

お問い合わせ

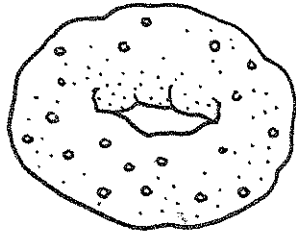
アシステッド・リビングネットワーク協議会

TEL052-759-0015 FAX052-757-5078

\*\*\*\*\*

## タイハウ名駅南ビルオープン

「ミスタードーナツ」、「モスバーガー」、「ザどん」など飲食店、パチンコ店、ボーリング場、ゲームコーナー、バッティングセンター、カラオケ屋さん



という、遊びのスポットがたくさんつまったビルが、昨年12月の半ばに堀川沿いにオープンしました。年中無休

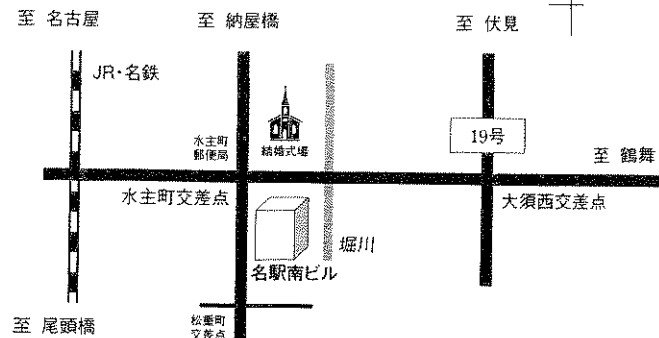
- 1階 ミスタードーナツ・モスバーガー・ザどん
- 2階 まんが喫茶（車いすトイレあり）
- 3～6階 駐車場
- 7階 カラオケ・ビリヤード・卓球・ボーリング
- 8階 ゲームセンター（車いすトイレあり）
- 9階 バッティングセンター

ボーリング場：段差はないのですが、残念ながら投球台がなく、座席とテーブルの間隔が狭くて、車いすでは投球位置まで行けません。

バッティングセンター：入口が階段で中も使いにくそうでした。

場 所：名古屋市中川区松重町4-35

タイハウ名駅南ビル



7～8階 TEL 052-350-4511 FAX 052-350-4514

カラオケ専用 TEL. 052-350-4515

身障トイレ：2、8階

身障駐車場：数台分あり

アクセス：江川線沿い、「柳橋」交差点南へ1km

## 障害を持つ人に対しての パソコン導入支援方法を学ぶ 「パソコン導入支援講座」

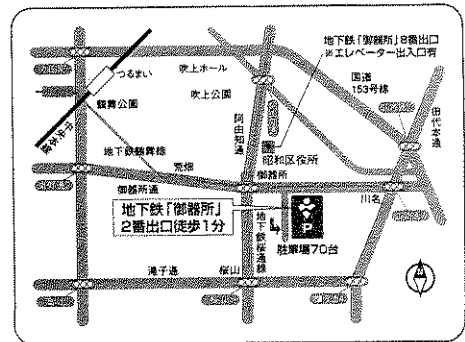
身体に障害のある方にとって、パソコンを使ってインターネットや電子メールを使いこなすことは、生活の質を向上させるための重要な要素です。ただ、身体に障害があるが故に、パソコンを操作するためには、周辺機器の増設などいくつかの工夫が不可欠です。現在必要とされているのは、障害を理解し、身近でパソコン導入支援ができる人材です。この講座では、機器操作の体験を通して、パソコン導入支援技術を学べます。

日 時：平成14年2月23日（土）13:30～16:30

場 所：なごや福祉用具プラザ

名古屋市昭和区御器所通3-12-1

ステーションビル3F 研修室



内 容：

- 【講義】障害を持つ人のパソコン操作方法
- 【実習】導入支援のためのパソコン、入力装置の知識
- ①簡単にできるWindowsユーザー補助機能の使い方
- ②障害を持つ人のためのマウス、キーボードや入力補助装置について
- ③障害を持つ人のための補助ソフトについて
- ④パソコン導入のための周辺機器の体験とグループワーク

対象者：パソコン導入支援に関心のある施設職員、またはパソコン支援に興味のある方

定 員：30名(先着順) ※定員になり次第、締切り

教材材料費：1,000円

問い合わせ：

TEL 052-851-0051 FAX 052-851-0056

Eメール nrc4@japan-net.ne.jp 担当：渡辺

## アメリカの、誰もが使いやすい「電子情報技術アクセシビリティ(使いやすさ)基準」

アメリカは、昨年の6月21日より、「電子情報技術アクセシビリティ(使いやすさ)基準」をスタートさせた。これは、「リハビリテーション法508条」(\*1)に基づいて定められたもので、「アクセシビリティ基準」では、パソコン、電話、ファックス、コピー機、ソフトウェア、政府機関のホームページまで、あらゆる電子・通信技術は、障害のある人もない人と同じように使えるものでなければならないとしている。すごい。このことにより、例えば、連邦政府がこの規格を満たしていない製品を購入した場合、これを使えない人たちは、政府を訴えることができる。とすることで、メーカーは新規格に沿った技術・製品の開発に取り組むことになり、これはアメリカの企業だけに関わるのではなく、アメリカに多くの製品を輸出している国や日本にも大きな影響を与えている。コピー機の世界では世界の生産量の8割近くを日本メーカーが占め、米国連邦政府も多くを購入している。ひとりひとり異なる‘障害’に、どこまで、‘製品等’が対応できるか等の問題点もあるが、これまでより、‘障害をもっている人’にとって使いやすいものが開発されることになり、“障害者”の社会参加や雇用の促進に繋がっていくと思われる。

### (\*1)リハビリテーション法(アメリカ)

1973年の改正で「障害をもとにした差別の禁止」が明記され、連邦政府から資金を受けている全ての施設やサービス、プログラムに適用されることになった。(504条)(民間については規定がなく、1990年ADA(障害を持つアメリカ人法)で、その差別禁止規定が民間にも拡大された。)また、同法508条では、連邦政府や関連機関が開発、入手、維持、使用する電子・情報機器について、障害のある人たちも他の人と同じように利用できなければならない。障害のある人たちが使えない状況はその人たちに対する差別であり、社会参加を奪うものであるとし、政府としては社会参加を保障する意味を込めてアクセシビリティの規定を確立した。

日本でも、「技術革新が進む今の状況において、障害者雇用の促進を」という方針を打ち出している。アメリカの「電子情報技術アクセシビリティ基準」について、名古屋市に聞いてみました。

Q1: 何か影響は出てくるとお考えでしょうか?

Q2: 今後、どのような取り組みをされますか?

回答: 情報化推進課より (TEL052-972-2268  
FAX052-972-4113)

ご指摘のありました米国の「電子情報技術アクセシビリティ基準」は法的に情報バリアフリーを推進する制度で、IT先進国らしい画期的な取り組みであると認識しております。

一方、我が国においては、総務省等により「障害者等電気通信設備アクセシビリティ指針」、「障害者等電気通信設備アクセシビリティガイドライン(第1版)」(\*2)が策定されております。しかしながら、これらに関しては、平成13年7月発表の総務省IT推進有識者会議報告「誰もがITを利用できる社会の実現を目指して」において、使いやすい機器等の普及を図るため、関係府省が連携して、指針・ガイドラインを見直すことが求められております。今後、こうした提言を踏まえた国の取組みに留意してまいりたいと存じます。

現在、名古屋市は厚生労働省の制度により、障害者の方が情報関連機器を購入される際の購入費の一部を助成する事業を行っております。

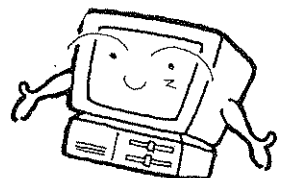
また、今年度、全国的に実施されているIT講習の一環として、本市は、視覚障害者、聴覚障害者及び上肢障害者の方を対象とした講習を開催させていただいているところです。

このほか、本市では、平成13年7月に、他の政令指定都市と連名で「高齢者や障害者が利用しやすい機器の開発、導入の促進など、情報格差の是正に向けた施設の充実を図る」よう、国に対して要望いたしました。

今後とも、本市では、ITの恩恵をすべての市民が享受できる情報バリアフリー環境が実現されるよう、内外の動向に留意しつつ検討してまいりたいと存じますので、ご理解をお願いいたします。

(平成14年1月21日)

(\*2)インターネットの急速な普及、特定非営利活動促進法(いわゆるNPO法)の施行等の情報通信をめぐる新たな動向を踏まえ、誰もが等しく情報通信を有効に利用することができる「情報バリアフリー」環境の整備や、字幕放送へのアクセス機会の拡大等、定着させていくために必要な具体的方策を示したものの。



## 名古屋市身体障害者福祉連合会 後援会第14回ボランティア講座

テーマ：『悪徳商法から身を守ろう～巧妙な手口の  
紹介とその対処方法について』

内容：悪徳商法の手口、身を守る方法、被害  
にあった時の対応などを、講演、ビデオなどで  
説明する。自分だけは大丈夫と思っている人ほ  
ど悪徳商法の手口にひっかかりやすいそうです。

講師：全国消費生活相談員協会

日時：3月2日（土）13:30～（受付13:00～）

場所：名古屋市中村区中村町7-84-1

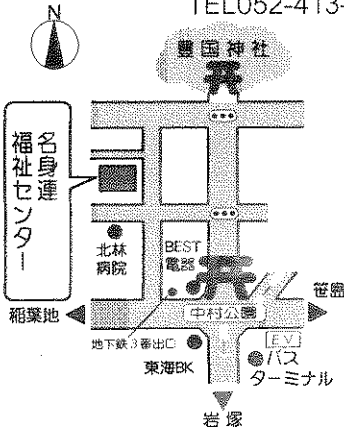
TEL052-413-5811 FAX052-413-5808

定員：50名（定員になり次第締め切り）

参加費：一般500円

申し込み：名古屋身体障害者福祉連合会 浜島

TEL052-413-5811 FAX052-413-5808



\*\*\*\*\*

### 福祉定期郵便貯金の

### 預入取扱期間は2月28日まで！

既に、ほとんどの銀行は「福祉定期」の新規の預入は取り止めています。郵便局では、今年の2月28日（木）まで預入が可能です。

- ・福祉定期：預入期間1年の定期郵便貯金
- ・利率：年 4.15%（税引き後3.32%）固定金利
- ・対象者：障害基礎年金等の受給者
- ・預入限度額：対象者一人につき300万円
- ・非課税の取扱可（※非課税限度額は、他の非課税扱いの郵便貯金と合わせて350万円。郵便貯金の利用は一人1000万円まで。）

◎「定期貯金」「定額貯金」を非課税で貯金して、郵便局以外から、福祉定期を郵便局へ預入する場合、定期貯金・定



額貯金の利率によっては、「福祉定期」を非課税の取扱にした方が得ということもあります。（※非課税の取扱参照。この場合、非課税の取扱の貯金は「解約」という形になります）窓口でご相談を。

下記ホームページで福祉定期について紹介されています。

<http://www.yusei.go.jp/pressrelease/japanese/kawase/010220j301.html>

\*\*\*\*\*

## 名古屋に軽自動車の 福祉タクシーが走る

昨年6月に規制が緩和され、これまでタクシー事業に利用することができなかった「軽自動車」を、身体障害者や高齢者が車いすで乗車できる福祉タクシーに限定して運行することが可能になりました。これを受け、中川タクシーと朝日タクシー（グリーンタクシーグループ）は、軽自動車による車いすタクシーの運行を始めます。

運行：平成14年3月半ばより

車両：10台（予定）

料金：メーター制 基本料金540円（1.8kmまで）380m毎に90円加算 お迎え料200円

\*名古屋市のタクシーチケット使用可能

受付：TEL 052-821-2345 FAX 052-811-3322

問い合わせ：TEL052-363-1212へ

\*\*\*\*\*

## 運転席が電動車いすに早変わり、 トヨタエスティマ

トヨタ自動車は、運転席シート部分が自動リフトで着地または乗り入れできる「ウェルドライブシステム」を完成、同システムを搭載した「エスティマ・ウェルキャブ・フレンドマティック」を発売した。シートは着地後、車輪が出て、そのまま電動車いすとして利用できるという優れもの。同

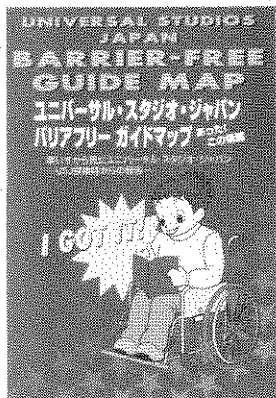
システムは運転席が後部座席まで後退し、後部ドアの位置で回転、リフトによって車外に着地する。一連の動作はリモコン操作が可能。電動車いすとしての能力は最高時速3・5キロメートルで、1回の充電で5キロメートルの距離を走行できる。このシステムにより身障者ドライバーの拡大が見込める。トヨタは、今後、他車種への展開も検討するとのこと。デモ車が営業所を巡回予定。

問い合わせ：カローラ愛豊 お客様相談室まで  
TEL0120-151-1786

\*\*\*\*\*

## あった！この情報 ユニバーサル・スタジオ・ジャパン バリアフリー ガイドマップ

障害のある人、ない人で3度も足を運び作成したガイドマップを紹介します。トイレの場所だけではなく、トイレの中の手すりや便器の向き、道路と歩道の段差や、通り抜けできないところ、路面のデコボコまでわかりやすく掲載しています。



問い合わせ：USJ探検隊事務局  
名古屋市総合リハビリテーションセンター  
生活支援相談室 TEL・FAX052-835-3848  
1部：200円

\*\*\*\*\*

## AJU車いすセンター ピア・カウンセリング長期講座のご案内

1970年代に、アメリカの「自立生活センター」の障害者たちが、自立を目指す後輩の障害者のために始めたピア・カウンセリングが、アメリカに行きつて勉強してきた日本の障害者たちによって1986年頃から日本にも広がり始めました。障害者自身が中心となった「ピアカウンセラー養成講座」が全国各地で開かれていて、現在は、行政の委託を受けて「仕事」として障害者カウ



ンセラーとして障害者カウ

ンセラーが働いています。ピアカウンセリングとは、障害者故に、自分は大げな人間なのだと、思いこまれてきた自分自身の歴史を、カウンセリングを通じて、そうではなく、障害を個性としてとらえ、自分に対する信頼を取り戻すことを目的とする自立生活についてのサポートです。愛知で、今回のような「長期講座」を通いで行うのは初めてです。ぜひ、ご参加下さい。

期間：2002年3月14日～4月25日  
(原則として毎週木曜日・全7回)

日時：3月14・28日、4月11・25日は、  
9:30～17:00  
3月22、4月4・18日は、  
1:00～17:00

場所：ウィルあいち  
名古屋市東区豊杉町1

定員：10名  
応募多数の場合は選考いたします

参加費：20,000円 (講師代・資料代等)

参加資格：障害を持つ方  
原則として全日程に参加できる方

締め切り：2002年3月1日(金)

主催：AJU車いすセンター

後援：愛知県社会福祉協議会・名古屋市社会福祉協議会・JIL(全国自立生活センター協議会)

問い合わせ：AJU車いすセンター 中川  
名古屋市昭和区恵方町2-5  
TEL 052-841-8841 FAX 052-852-4810

\*\*\*\*\*

## 「精神障害者に関するセミナー」 開催のお知らせ

精神に障害を持つ人が関わりとされる事件が相次ぎ、精神障害についてのマイナスイメージばかりが先行している一方で、精神障害者へのホームヘルプサービス事業の拡大、精神障害に関わる制度改正など、制度的にも転機を迎えようとしています。このような流れの中で、精神に障害を持つ人自身は、どう考え、どんな生活をして、何を必要としているのかについて、当事者自身の生の声を聞くセミナーを企画しました。当日は、精神に障害を持つ人自身をパネラーとして迎えます。また、コーディネーター

として、愛知県ココニー発達研究所の三田優子さんにご協力いただきます。当事者の声を聞くまたとない機会です。ぜひご参加下さい。

日時：3月16日（土）13:00～17:00

場所：名古屋市高齢者就労支援センター  
5階大会議室

名古屋市昭和区御器所3-12-1  
ステーションビル

内容：パネルディスカッション／質疑応答  
問い合わせ：AJU車いすセンター 中川

名古屋市昭和区恵方町2-5

TEL 052-841-8841 FAX 052-852-4810

\*\*\*\*\*

### 平成14年度分の購読料(1,500円)振り込みのお願い

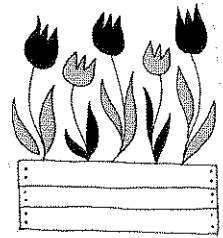
購読料の継続の季節となりました。今年度は、『飛び出せ』をテーマとして外出のためのノウハウを中心に特集を組んだり、読者のみなさんの困り毎を元にした記事を掲載しましたが、いかがだったでしょうか？来年度も皆様のご希望に答えるべく、発行委員一同、更なる努力を致しまして内容の充実 に努めてまいります。引き続きご愛読をよろしくお願ひ申し上げます。

つきましては、封筒の皆様の宛名近くに「購読料支払い済み年度」を書かせていただいています。そちらをお確かめいただき、同封の郵便振込用紙にて継続をお願いいたします。なお、すでに来年度分 お振り込みいただいている方にも発送の都合上振り込み用紙が同封されております。大変申し訳ありませんが、ご了承下さい。

(郵便振替) □ 座：00890-0-90573

加入者名：福祉情報誌発行委員会

\* 通信欄に、何年度分の購読料の入金かど、情報誌への感想、皆さまの近況などをぜひご記入下さい。



\*\*\*\*\*

### 読者拡大にご協力をお願いします！

たくさんの人達に情報を届けるために、ぜひ弊誌誌をPRしていただき、読者の拡大にご協力下さい。今年も、新規加入の方には、ご希望により1年分のバックナンバーをプレゼントします。送料は実費をいただきます。



\*\*\*\*\*

### 編集後記

福祉の灯がまた一つ消えた。「WE'LL」の休刊である。皆様ご存じのように「WE'LL」は障害者への情報提供と共に社会啓発に大きな役割を果たしてきました。全国に福祉情報をお洒落な感性で届け、一般の情報誌的なカラフルな紙面構成で日本中の店頭にあっても不思議でないその洗練された完成度は、私たちのあこがれであり、目標でもありました。今回の休刊の知らせに、私たちは大きな衝撃を受けました。障害を持つ人たちにとっては、いろんな情報を持っているか否かでは生活が大きく変わります。情報の入手がしぼんでいくのは何とも辛い出来事です。一日も早い再刊を望むものであります。私たちの「福祉情報誌」は非力な情報誌ではありますが、読者の皆様に支えられて、当事者の立場に立った情報をこれからも届けていきたいと思っています。今後とも皆様のご支援とご愛読をお願い申し上げます。福祉情報の灯を絶やさないためにも……。 鬼頭

### 生活の道具相談室

#### やさしい住まいの支援ネット

<相談日> 3月2日・16日、4月6日  
いつでも土曜日の午後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！！隔月発行  
年間購読料 1,500 円  
振込先：郵便局 00890-0-90573  
福祉情報誌発行委員会