

# 福祉情報誌

編集／社会福祉法人A J U自立の家  
福祉情報誌発行委員会  
発行／A J U車いすセンター  
A J U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  
A J U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、ちょっとくわくすることがある、そんな情報を贈ります。

平成16年10月19日(火) 増刊 通刊6453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

## A J U自立の家

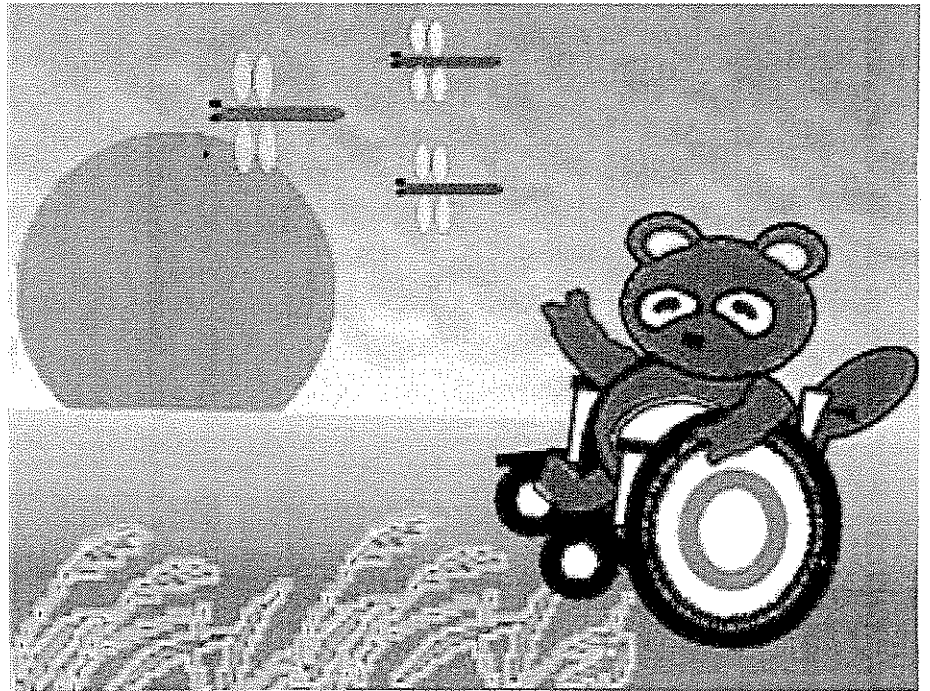
### 第72号

2004年10月10日号

定価**250円**

テーマ

# あなたの声に こたえます。



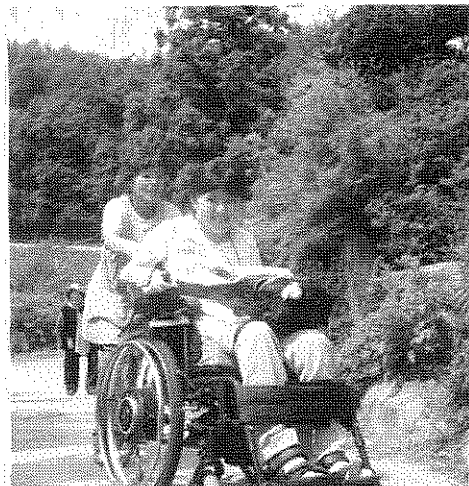
絵 森みゆき

## はじめの一歩をふみだしたあなたへ

- |   |   |
|---|---|
| ●あなたの声に応えます。第4弾 … 1<br>「脊髄損傷の人の排便コントロール」      | ●グルメ情報第34弾 …… 19  |
| ●あなたの声に応えます。第5弾 … 5<br>「脳性まひ二次障害入院レポート」       | ●福祉用具情報 …… 20<br>「リサイクル情報」  |
| ●福祉制度情報 …… 9<br>「福祉制度の動向」                     | ●読者の声 …… 21<br>「ブドウ狩りに行ってきました」<br>「脊髄損傷治療の最新情報は？」など                       |
| ●マッチのコーナー …… 11<br>「マッチの子育ては大変だ!」             | ●いろいろ情報 …… 22<br>「東京モーターショー」<br>「スポーツイベント」<br>「地下鉄4号線開通」<br>「福祉ホーム入居者募集中」 |
| ●さつきの突撃体験レポート …… 14<br>「ぶどう狩りに行ってきました。」       |   |
| ●かつきのページ …… 16                                |   |
| ●トラベル情報 …… 17<br>「クリスマスに行く旅」<br>「春の石垣島」「簡保の宿」 |   |

# 頸随損傷や脊髄損傷の人の 排便コントロール

今年度は、前回のアンケートで読者の皆様から頂いたご要望にできる限りお応えしていこうということで、『あなたの声に応えます。』を年間のテーマとして取り組んでいます。今回はその第4弾で、脊髄損傷の方（胸椎8、9番、22歳）の「排便コントロールについての情報がほしい。摘便に1～2時間かけても、次の日に失便したりして困っています」に、頸随損傷の私（いづみ）が応えます。



.....

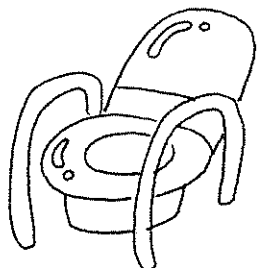
## 読者の方の声

- 脊髄損傷ですが、摘便についてどの様にされているか、排便のコントロール、失便など何かよい方法があれば教えて下さい。
- 頸椎損傷（不全）の排尿・排便と、家族の介護について、どうされているのか教えて欲しい。

.....

膀胱や直腸に障害のある頸随損傷や脊髄損傷の人にとって、排便コントロールはとっても気になる問題です。外出しているときに失禁（失便）してしまうことや、家に一人でいるときに失禁（失便）してしまうことは、そんなに特別なことではありません。

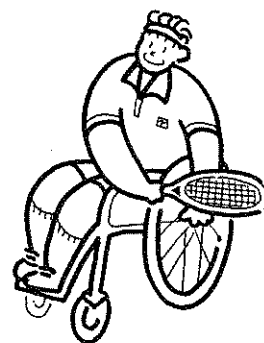
「そんなとき、他の人はどうしているんだろう??」「何か良い方法はないだろうか??」そんな読者の方の声にお答えして、今回は何人かの人に、普段どのように排便コントロールをしているのか、聞いてみました。



## まずは、豆知識

せきずいそんしょう けいずいそんしょう  
 ■ 脊髄損傷・頸随損傷とは

事故による骨折など様々な原因で、脊髄内の神経が部分切断したり傷ついたことによる障害。損傷した脊髄の場所（損傷レベル）によ



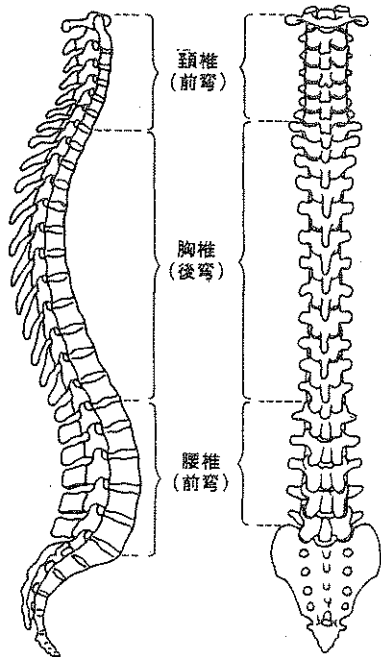
って症状が異なり、頸部の損傷の場合は、四肢まひ、胸腰部の損傷は下半身まひとなります。手足が動かなくなるという「運動まひ」、さわってもわからない、痛みも感じないという「知覚障害」が起こります。神経にまひを起こすと排便・排尿のコントロールが難しく、尿意を感じなくなる人や尿意を我慢できずすぐトイレに行かなければならない人もいます。排泄するときに使う筋肉がまひしているため、導尿など排泄の工夫をしている人も多くいます。完全まひに対して不全まひの場合には、感覚があったり、歩けたり、排泄が通常通りに行えることもあります。

### ■脊髄とは

脳から出て背骨の中をとあっている、太い神経のようなものです。脳から送られる命令は、この脊髄を通り、それぞれの神経に枝分かれして体中に送られています。また体の各部分から脳に送られる情報も、まず脊髄をとおり脳に伝わっています。

### ■損傷レベルとは

損傷した部分をいいます。脊髄は、部分ごとに髄節として、上から頸髄（C）8つ、胸椎（T）12つ、腰髄（L）5つ、仙髄（S）5つ、尾骨1つにわけられます。通常、どこの部位を損傷しているのかを、頸ならC、胸ならT、腰ならL、という具合に略しています。頸髄の5番目の場合は「C5」と表します。損傷ヶ所と損傷の度合い（完全か不全なのか）によって、運動機能と感覚機能のまひの度合いも人それぞれ変わってきます。



### ■失禁とは

大小便が、自分の意志にかかわらずに排泄されること。

## Tさん

女 / 55歳 / 主婦

胸椎3番 / 完全マヒ / 受障歴19年

質問1. 排便は定期的に行っていますか？  
週にどのくらいのペースですか？

Tさん：はい。1～2日おきです。

質問2. 前日に下剤は使用していますか？

Tさん：いいえ

質問3. 排便方法とかかる時間をおしえてください。

Tさん：レシカルボンという座薬を使っていて、あとは摘便(\*1)。かかる時間は、約50分。それに、洗浄など、おしりを清潔にするのに、プラス20～30分が必要です。

(\*1) 指を肛門から入れて便を取り出すこと

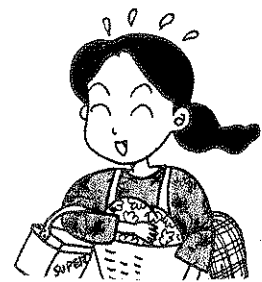
質問4. 外出先で失禁（失便）されたことはありますか？そのときはどう対処されましたか？

Tさん：はいあります。その時は、トイレで自分で摘便をしました。今は体力的にムリですが。

質問5. 自宅で失禁（失便）されたことはありますか？そのときはどう対処されましたか？

Tさん：はい。人がいるときは見ってもらって、トイレで摘便をして、お湯をかけてもらいました。家族がいるときは、

頼んで摘便してもらおう。誰もいないときは、無事できることを祈りながら、ひとりでできるかぎりのことをします。



**質問6. 失禁（失便）対策を何かされていますか？**

**Tさん：**はい。下痢になりやすいものを食べないこと。腹巻きを使ったり、お腹までくる下着をつけたりして、おなかを冷やさないようにすること。過労を避けてよく寝ること。

**質問7. トイレ介助は必要ですか？  
介助される方は？**

**Tさん：**はい。訪問看護師さんと子どもに手伝ってもらっています。

**質問8. 排便管理で何か工夫されていることあればおしえてください。**

**Tさん：**水分を十分とること。ほとんど毎日、ヨーグルトを食べること。できるだけ1日1回外に出て運動すること。便が堅すぎたり、下痢にならないために部屋の温度調節で乾燥しすぎに気をつけること。

**Aさん**  
**女 / 35歳 / OL**  
**胸椎11番 / 完全マヒ / 受障歴10年**

**質問1. 排便は定期的に行っていますか？  
週にどのくらいのペースですか？**

**Aさん：**はい。2～3日おきです。

**質問2. 前日に下剤は使用していますか？**

**Aさん：**はい。「カマ、ラキソベロン」を使っています。効き過ぎて下痢になるのが不安です。

**質問3. 排便方法とかかる時間をおしえてください。**

**Aさん：**レシカルボンという座薬を1本使っています。だいたい20分ぐらい。

**質問4. 外出先で失禁（失便）されたことはありますか？そのときはどう対処されましたか？**

**Aさん：**はいあります。車いす用トイレが近くにあったときはそこにかけ込み、いつも携帯している服に着替えて、おむつを当ててすぐにうちに帰りました。トイレがないときは、すぐ車に戻り、いつも用意してある新聞紙をシートにひいて乗り、やはりすぐに自宅へ向かいました。

**質問5. 自宅で失禁（失便）されたことはありますか？そのときはどう対処されましたか？**

**Aさん：**はい。家であればお風呂も使えるので、自分で何とかしています。

**質問6. 失禁（失便）対策を何かされていますか？**

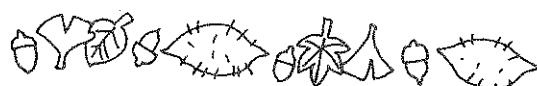
**Aさん：**はい。おむつをします。

**質問7. トイレ介助は必要ですか？  
介助される方は？**

**Tさん：**緊急時のみ必要です。

**質問8. 排便管理で何か工夫されていることあればおしえてください。**

**Aさん：**食事、マッサージ、つぼ押し



.....

**頸随損傷の読者の方の情報**

バリ島で買ってきた”ノニドリンク”を飲んだ時、トイレに行けば必ず出るというほどの効果があり、これを探し出して買ってきてくれた現地旅行会社の人に喜びメールを送りましたが、その効果も5日間だけ、それを過ぎたら元に戻ってしまいました。食事の内容によっても変わるし、おやつの内容によっても変わるし…。ずっと手探りの状態です。

.....

## 17人に聞きました。

	損傷	まひ	性別	年齢	定期的 に排便	ペース	下剤の 使用	商品名と量と使用した感 想	摘便 する	くすり	時間	自然 排便
1	C1	不全	女	33	はい	7日おき	はい	1回6錠／プルセニード	○	使用(内服薬)	1時間	○
2	C6	完全	男	33	はい	毎日	いいえ				10分	○
3	C6	完全	男	52	はい	5～6日おき	はい	1回2錠／ソルベン／なん となくきいているような		使用(洗腸液120cc)	40分～1時間	
4	C6	?	男	29	はい	毎日	はい	整腸剤	○	使用(レシカルボン)	1時間30分	
5	T3	完全	女	55	はい	1～2日おき	いいえ		○	使用(レシカルボン)	50分+20～30 分必要	
6	T3.4	不全	女	37	はい	2～3日おき	はい	4日以上出ていない場合 のみ		使用(レシカルボン)	30分	○
7	T5	完全	女	43	はい	毎日	いいえ		○		5～10分	
8	T6	完全	男	31	いいえ	3～4日おき	いいえ				10～20分	○
9	T7.8.12	完全	男	27	いいえ	不明			○			
10	T11	完全	男	21	はい	毎日	いいえ		○		5分	
11	T11	完全	男	32	いいえ	7日おき	いいえ		○		20分	○
12	T11	完全	男	31	はい	毎日	いいえ		○		5分	○
13	T11	不全	男	39	はい	毎日	いいえ			使用(レシカルボン)	30分	
14	T11	完全	女	43	いいえ	2～3日おき	いいえ					○
15	T11	完全	女	35	はい	2～3日おき	はい	カマ、ラキソベロン／効き 過ぎて下痢になるのが不安		使用(レシカルボン)	20分	
16	T12	不全	男	30	いいえ	3～4日おき	いいえ				10～30分	
17	T12	完全	女	38	はい	7日おき	はい	ラキソベロン／体調によっ て効果が違う。すごくお腹 が痛くなる		使用(レシカルボン)	30分～1時間	
18	L4.5	不全	男	27	はい	毎日	いいえ		○		10分	

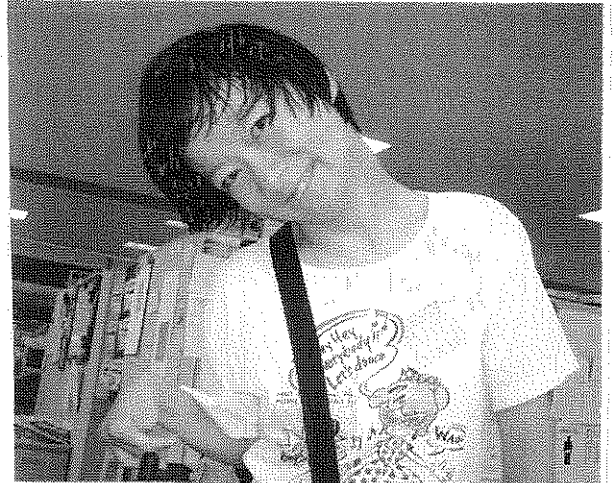
## 取材した感想

私は頸随損傷ですが、脊髄損傷の人たちも私と同じように排便に苦労している人が多いことを改めて実感しました。私自身は、下剤も座薬も使用していて、排便は定期的に行っていますが、受障してから19年、変わっていないのは事前に飲む下剤の薬くらいです。施設入所中は、週3回のトイレの習慣を、施設側の都合で週2回に減らすことになったり。断続的に便が下りてくるため一日3回の摘便が必要なときもあれば、ほぼ自然排便で一日1回で済むときもあつたり。洗腸とレシカル(座薬)だけで摘便の必要がなくて、失便ゼロだったことも。苦い経験から、私は失便対策として、気温が低い日は、足が冷えお腹も冷えて下痢になったり、失便のキケンがあるので、膝上の靴下をはいて室温を上げたり、足と腰にバスタオルをかけていたりしています。出掛ける際は、やはり膝上の靴下をはいたり、ひざかけをするなどして足とお腹を暖めています。その時々体調や運動量や食べ物や気温にも関係してくると思いますが、この薬とこの方法ならずと調子いいな～♪という決まったものは、残念ながらなかなかないのかなと思ったりもします。いろんな人の排便管理方法を参考にされて、その中で自分の体にあつたある程度落ち着く排便管理方法を見つけるといいと思います。

# 脳性まひの二次障害(頸椎症) 入院レポート

でっちゃんです。

突然ですが、私の夫(森パパとみんなから呼ばれているので、以下森パパ)が、脳性まひの二次障害(頸椎症)で入院しました。私も森パパも入院したことがなく、準備から何もかも、初めてのことばかりでした。同じ脳性まひの読者の方からも、「二次障害の情報を!」と言う声が寄せられているので、森パパの了解の元に、入院の様子を紹介していきます。今回は、入院準備から手術前までの体験レポートです。



## 入院に必要なもの

ここで少し、入院時の持ち物について書いておきますね。

### ★ 入院時 ★

- ・前開きのパジャマ、または、寝巻き
  - ・下着
  - ・バスタオル
  - ・タオル
  - ・洗面道具(洗面器・歯ブラシ・歯磨き粉 石鹸 シャンプー・リンスなど)
  - ・らく飲み、または、ペットボトル。
  - ・水に流せるティッシュ(100円ショップにも売っている)
  - ・スプーン、フォーク、ストロー
- ※所持品には名前を付けること。

### ★ ハローベスト装着前 ★

- ・トレーニングウェアの下
- ・Tシャツ

## 読者の方の声

- 年齢で重くなる二次障害について。
- 二次障害治療情報を教えて欲しい。
- 二次障害を治療する病院や温泉効果などを教えて欲しい。

## 入院前の症状

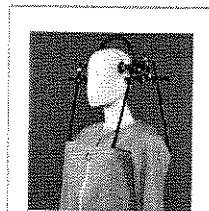
3月に風呂場で転んで、頭を強く打ちました。それ以前の半年ぐらいは、転びやすくなっていたのですが、食事や室内での歩行(屋外は、電動車いすを使用)、着替えなど、日常的なことは、介助は必要ない状態でした。転んでからは、徐々に歩けなくなり、トイレ(小便)も我慢できなくなり尿器を使うようになりました。そして、手の握力もなくなり、立つことも難しく、着替えも食事も介助が必要になってきて、入院直前1週間前には、浴槽から自力で出ることができず、緊急で人を呼び、助けてもらったこともありました。

★ ハローベスト装着後 ★

- ・ハローベスト専用下着（これは、病院でも購入できるが、ちょっと高いかも？私は、知り合いに頼んで作ってもらいました。これは、柄が色々あり、看護師さんたちに好評でした。市販のものは白一色だそうです）
- ・専用服（これは2着購入しましたが、もう1着、母に頼んで作ってもらいました）



母に作ってもらった服



市販の専用服

★ 手術時 ★

（ハローベスト装着手術、造影剤検査時にも必要）

- ・T字帯（ふんどし）3枚くらい
- ・和式寝巻き（浴衣）3枚くらい
- ・紙オムツ（長方形のもの）
- ※ T字帯、和式寝巻きは水洗いをしてノリを落とすこと。

★ ハローベストがとれた後 ★

- ・ガーゼのハンカチ5枚くらい
- ・タオルハンカチ5枚くらい（これは、首の装具につけるため）
- ・前開きの服および下着。（首の装具のため、かぶりの服は着られないから）

さあ、入院です。

8月9日 入院当日

病院は、名古屋市瑞穂区にある名古屋市総合リハビリテーションセンター内の病院。（以下、リハセンと略）10時までに病院にきてくださいといわれたので、9時に自宅からリフトカーで病院へ。

受付をすませ、病棟へ案内された。まだ、部屋の準備ができてなく、デイホール（入院してい

る人が昼の集まれるスペース）で、待っていた。それから、看護師さんから今後のスケジュール、担当の看護師、医師などの紹介、現在の生活状況など、聞き取りを受け、部屋に入った。部屋は個室だが、テレビがなかった。

ポツリヌス療法

午後から、ポツリヌス菌を打つところと量についてアメリカの製薬会社の医師がきて、体の具合をみながら、細かく指示をしていた。その後、ポツリヌス菌の注射をうった。最近は、リハセンでもポツリヌス療法が取り入れられている。

初日から風呂で・・・初体験！

全裸でリフターに乗せられ、女性の看護師さんに介助してもらったそう。

森パパメール

『恥ずかしかった。せめて、お尻だけでも隠したかった！』

『トレーニングウェアのズボンとTシャツを多めに持ってきてください。』

毎日、OT・PTのリハビリがあり、パジャマを着ている人はいないそうだ。

8月10日

転ぶと危険と言うことで、自分でトイレに行くことと、ベッドへの乗り移りが禁止となる。

小便を尿器でとってもらうのだが、男性の看護師さんだと、すぐにできる！けれど、女性の看護師さんの介助ではなかなかでない。

森パパ『大人になってからは自分でしていたから、やっぱりはずかしいなあ。』

## 8月11日

森パパ『体がでかいせいか、ベッドがあわない！  
堅いし、狭いし……。腰がずっと痛い！』

## 8月13日

ボツリヌスの菌の効果？

今まで向けなかった方向も向けるようになった。肩も首も楽。

## 8月14日

お盆なので、外出届けを出して、お昼からふた  
りで病院から電動車いすで走って、森家の墓参  
りにいった。夕食も外で、食べた。

### ここで少し豆知識

支援費は、入院時は、使えないが、外出  
外泊時には使える。もちろん病院の移動  
(行き、帰り)にも使える。

## 8月15日

お昼から、お見舞いラッシュ。

森パパ『のんびりできんかった。』

## 8月16日

14時から頭をバリカンで刈  
られ、その後、風呂場で、つる  
つるにそった。

バリカンで刈っている最中に

看護師さんに不随意運動がある人は、ハローを  
つけたら、頭は痛いし、しゃべると呼吸が大  
変だよと脅された。

でっちゃん心の言葉『パパで大変なら、私なんか  
もっと不随意運動があるから、どうなるんだろう』



つるつるに  
なった森パパ

## 8月17日

ハローベストの装着手術をするため、朝から絶  
食。昼からも絶飲食。リハビリも休み。

森パパ『待つとる時間がいやだなあ。』

16時頃から手術をするそうで、20分前頃か  
ら看護師さんがきて、手術のときの服の着替え  
と、トイレを済ませ、ストレッチャーに乗り、  
体温と血圧を測り安定剤の注射をして、手術室  
へ。手術をしている間、看護師さんたちは、あ  
わただしく部屋を模様替え、吸引機を用意し  
たりベッドの位置を変えたり、いろんな器具を取  
り付けていた。

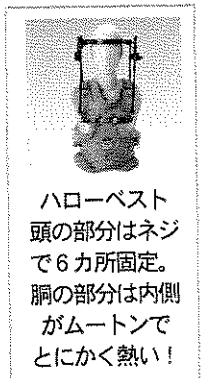
でっちゃん心の言葉

『本当の手術ではないのに、  
そんな大変なのかなあ？』

森パパ『手術中は局部麻酔で、医師はレントゲ  
ンをみながら、ハローベストをつけていた。頭にネ  
ジを入れるときは、骨に響くカチンカチンという機  
械音がイヤだった。』

部屋に戻ってきたのは、16  
時55分ぐらい。

頭を固定され辛そう。点滴も  
打たれ、「つばは飲み込めそう  
ですか？」ときかれ、何とか  
飲み込むことができたみたい。  
寝ているのも呼吸をするのも  
辛いらしく、ベッドの角度を  
何度も調節していました。



ハローベスト  
頭の部分はネジ  
で6カ所固定。  
胸の部分は内側  
がムートンで  
とにかく暑い！

## 8月18日

ハローベストをつけて大変そうです。眠れなく  
て呼吸がしにくく、しゃべると食べ物の飲み  
込みが辛いそう。でも、ちゃんとリハビリには  
行った。リハビリから帰ってきて、森パパ『さ  
すがに、起きとるのは疲れるわ。』ハローベ  
スト装着時は、電動車いすも、外出も禁止だそう。  
ハローベストをつけていると寝返りもうてな  
く、寝ているときの体位も限られてしまい、全  
介助状態。



この日、看護師さんから食事介助を身内の方にやってほしいとお願いされました。この病院は、完全看護のはずなのですが、特に朝と夜は、看護師さんの人数が少なくなってしまうので、「土日の朝と夜だけでも、お母様にきていただけませんか？」といわれた。これは、どこの病院でも介助量の多い人に対しては、同じ状況らしく、私は、家に帰ってから早速、知り合いにメールをして、何とか8月中の土日は手配できた。

### 8月19日



自分で撮った写真です。

森パパメール  
『今日からは、どうにか、やれそうな気がしています！せめて、ふたりでデートできるようにガンバ！ヘルパーさんにも、写真見せて、あげてください。』

てっちゃん心の言葉『ちょっと、ひと安心。』

森パパ『何とか今日は食べられたわ。ジャガイモとか、カボチャは食べにくいな。あんたの気持ちがよく分かるわ。』

手術のために血液検査を受けた後、あらかじめ自分の血液を保存しておくという貯血をした。400cc。

森パパ『こんなにたくさん血を採ったのは、初めて！倒れちゃわないかなあ？』

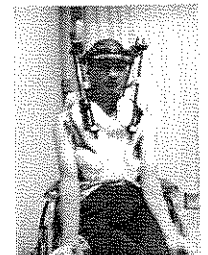
### 8月20日

森パパ『今までに何人も二次障害で手術をされた人からお話をきいていたけど、細かいことはきいてなかった。ハローベストをつけた直後の状態とか、今まで自分でやっていて、看護師にやってもらってことの気持ちの葛藤とか、…情報としては、ほしいと思うよ。一つの例として。』

### 8月21日

森パパ『昨日から、緊張止めと痛み止めの薬をのんだら眠たい。昨日は、ちょっと眠れたかな。』

今は、ハローベストをつけていてもお風呂に入られるそうだ。ハローベストに付いているムートンが、マジックテープで取り外しができて、頭の装着部分にジェル状の消毒薬をつけて、頭も洗えるそう。



服を脱いだらこんなんです！

ゆるんだネジをしめるためにハローベストの調整が週に3回ある。骨に響くカチンカチンという機械音がするらしい。また、ハローをつけていると、あくびが一番辛いそう。

### 8月22日

今日もお見舞いラッシュ。



ネジをしめるドライバー

森パパ『10人もきてくれたわ。俺って、人気者？』

### 8月23日 造影剤検査

回転するレントゲン台のうえで脊髄に腰の辺りから注射する。そして逆さずりにされて注入液が頸部に流れて来るのを撮影する。前に経験した人から脊椎注射は痛いときいていたが、そんなに痛くはなかった。個人差があるようだ。終わってから何ともなかったが、一日安静ということで、点滴を打たれ、ベットから動けなかった。造影剤を抜くために水分を多量にとるようにいわれた。

### 8月24日

造影剤が、うまく抜けてないらしく頭痛。

### 今回のレポートはこの辺で。

次回は、もう一歩ふみ込んで、医師とのやりとり、いろいろな検査の様子、手術に踏み切った決め手。そして、手術からハローベストがとれるまでの予定です。まだまだ、続きますよ！

# 福祉制度の動向

10月1日、「乗降介助」が新設されるなど、いくつかの改正がありました。また、厚生労働省は10月12日の社会保障審議会障害者部会で、今後の障害者施策の方向性をまとめた試案を提出しました。今後は、この試案を議論した後、案としてまとめた上で、「国民的議論」を進めていくという流れとなっています。全国の障害者団体は、10月20日「障害者の地域生活確立の実現を求める全国大行動」を厚生労働省周辺で行い、デモ行進や、国会議員周り、ピラマキ等をして、障害当事者の意見をアピールしていこうと全国の仲間達に呼びかけています。

## 支援費制度

### ホームヘルプサービスの改正

#### ★「乗降介助」が新設

10月から、通院や行政機関などへの外出の際に介助が必要なときに「介護タクシー」(ヘルパー1人が車を運転して障害者1人と病院などに行く場合)を利用した場合、「乗降介助」のサービス区分で利用することになりました。新たに区役所で支給決定の手続きをする必要はありませんが、「乗降介助」の1回の利用につき、「身体介護」を30分利用した取り扱いとなります。ただ、車に乗る前後(20~30分程度以上)、外出先での介助が必要な場合は、「身体介護」の区分となります。

【単 価】1回 1,000円

#### ★「家事援助」「移動介護」について、「30分未満の単価」が新たに設定

これまで「家事援助」「移動介護」は、30分を超えなければ利用できませんでしたが、10月からは30分未満でも利用できるようになりました。

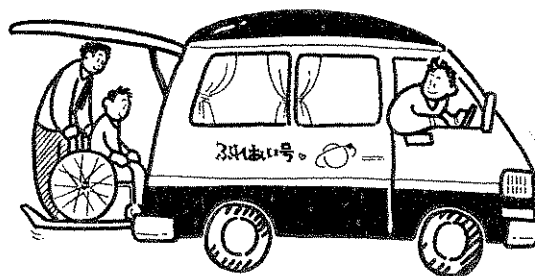
【単 価】

- 家事援助 30分未満 800円
- 移動介護(身体介護を伴うもの)  
30分未満 2,310円
- 移動介護(身体介護を伴わないもの)  
30分未満 800円

## 介護保険改正

### 特別養護老人ホームの家賃、光熱費などが自己負担に

厚生労働省は、来年度予定されている05年の介護保険制度改正で、現在は保険給付対象になっている特別養護老人ホームなどの施設入所者の「ホテルコスト」(食費、家賃、光熱費)を、基本的に全額自己負担に変更する方針を固めた。ホテルにはほど遠い状況なのに、この言葉を使って、さらに自己負担にするとはいふ。同じ介護度の人々の施設利用と在宅生活の負担額に格差があるためだ。(施設の方が割安の実態)ただ、年金額が一定水準以下の低所得者や、個室でない「大部屋」利用者については、所得に応じて自己負担分を光熱費にとどめるなどの対応をとるようだ。



## 盲ろう養護学校での 教員のたん吸引など容認！

学校生活を送る上で必要なたん吸引などが、これまで、医療従事者と家族にしか認められず、なんとか認めて欲しいとの声が上がっていましたが、今回、厚生労働省の研究会は、盲・ろう・養護学校の教員が、たん吸引やチューブを使った食事（経管栄養）などの介助をすることを、条件付きで容認する意見を取りまとめました。厚生省より、全国の都道府県や関連団体に通知する方針。認められたのは、経管栄養とたん吸引、カテーテルを使って排尿の手助けをする「導尿」の3つの処置の一部。

詳細：厚生労働省医政局

代表TEL 03-5253-1111

<看護課>看護職員確保対策官 野口(内2592)

<医事課>課長補佐 泉(内2564)

企画法令係長 岡(内2569)

.....

## 障害を持つ中・高生対象

### 「障害児タイムケア事業」(仮称)

厚生労働省は、支援費の対象からはずれていた、障害のある中高生等の放課後、休日の活動場所の利用選択肢を来年度一つもうける方向で動いています。デイサービス事業所や養護学校等の空き教室等を利用して実施予定。

利用料：1回1,000円程度

実施主体：市町村(事業費の半額を国が補助)

<支援費制度の豆知識>

○児童デイサービス対象者：小学生や盲・ろう・養護学校の小学部までの幼児や児童

○身体・知的障害者デイサービス対象者：18歳以上

.....

10月9日 朝日新聞朝刊より

### 身体・知的・精神障害者支援を一本化厚労省が新法案

厚生労働省は8日、05年度からの障害者政策の改革試案をまとめた。身体障害者が知的障害者向けの通所施設を利用できないなど身体・知的・精神で分かれているサービス提供を一本化するのが柱。05年に「障害福祉サービス法」(仮称)をつくり、相互に利用で

きるようにする。市町村で利用時間などサービスにばらつきがあるため、客観的な基準を設けて格差を解消する。介護保険の活用もにらんでいる。障害者の自己負担は支払い能力に合わせた「応能」から、利用量に基づく「応益」にする。

試案は12日の社会保障審議会障害者部会で示す。改革は、施設での保護中心から、地域生活や就労支援中心に転換するのが狙い。05年の介護保険改革では、身体・知的・精神の障害者も介護保険を利用できるようにすることが焦点で、新法制定はその地ならしの意味もある。

来年の通常国会にサービス法案や、身体障害者福祉法、障害者雇用促進法など関連法の改正案を提出、5年程度かけて段階的な実施を目指す。

現在、ホームヘルプやデイサービスなどは障害種別で分かれ、原則として相互に利用できない。このため、各法にある地域生活支援の規定を新法をつくってまとめ、相互利用できるものは共通で使えるようにする。

このほか、地域ごとに支援の基盤を整えるため、社会福祉法人に限られている通所施設の運営を、NPO法人などにも認める。学校区単位で地域の拠点作りを進める介護保険の見直しに合わせ、市町村の実情に応じて学校の空き教室や公民館なども利用できるようにする。財政面で国や都道府県の責任を強める。

また、住んでいる自治体で利用できるホームヘルプサービスの回数が違ったり、外出の介助が受けられなかったりするなど地域格差がある。

それを解消するため、市町村がサービス内容を決める際の詳細な基準を設け、専門家チームが必要なサービスの内容や量を決め、進学・就労相談にも応じる総合的なケアマネジメント制度を導入する。必要な人に適切なサービスを提供することで、慢性的な予算不足に対応する狙いもある。

サービスを利用した場合の自己負担も、応能負担から、利用量に応じて一定の負担を利用者に求め、障害児を除いて親など扶養義務者の負担はなくす。入院・入所時の食費も原則、自己負担にする。受けられるサービスが増える一方、負担も増すため、自己負担額に上限を設けるなど低所得者対策もきめ細かくする。

# まっちのやっぱい子育ては大変だ～

みなさ～～ん、こんにちは。またまたお久しぶりの小島万智です。私の障害は脳性まひのアテトーゼ型で、外では電動車いすを使用し、家の中では手動車いすか、床をはって移動しています。私は現在、同じように障害を持つ主人と、この8月で5才になったばかりの長男“歩”（あゆむ）と、喧嘩しながら仲良く生活をしています。



## ちゃんとお母さんやっていますよ

この情報誌には“歩”が産まれる前から「マタニティーライフ」と言う妊娠・出産の記録と、「やっぱい子育ては大変だ!」という“歩”が3才頃までの育児日誌を載せていますが、その後は「人」をテーマに男性の保育士さんや、CBCのディレクターさんのインタビューを掲載しているので、育児日誌を書くのは本当に久しぶりのことです。ですから熱烈な愛読者の皆さんから「ちゃんとお母さんやっているかなあ」というお声が聞こえてきそうですが、子供に叩かれようが、物を投げられようが、毎日大声を張り上げながら戦っています。



## トイレでウンチ

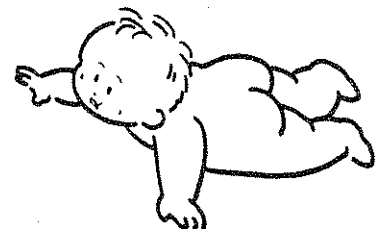
元々顔だけは赤ちゃんの頃からしっかりとした顔立ちでしたが、さすがに5才にもなると引き締まって少年らしくなってきました。4才を目前にしていた“歩”は、ウンチがしたくなると奥の部屋に隠れて、仁王立ちのままパンツの

中でもよおしていました。その時の踏ん張っている“歩”の顔は、何とも言えない可愛い表情でしたが、親としては「なんとか手を打たねば」と言うことで、ある日、“歩”が踏ん張りだしたので、

私「おトイレでウンチが出来たらいいものあげるから」  
 歩「いいものってなあに？」  
 私「なんだろうね。おトイレ先に行こう」  
 歩「なに、なにってばあ・・・」  
 私「だからトイレに行ってから・・・」  
 歩「わかったわ、いったるわ」

そんなこんなでこの取引があつてからは、ウンチをトイレでするようにになりました。(気になった「いいもの」は、当時流行っていたアバレンジャーのDVDでした)

また、なかなか自分の思ったことがうまく言葉に表すことが出来ず、叱られたり、気に入らないことがあると、「叩く」とい



う行為で表していたのですが、今はそれも少なくなり、大人顔負けの言葉も言ってきたり、こちらが参っています。

## お手伝い♪

“歩”は着替えや排泄やお風呂など、自分のことは何とか出来るようになりました。また、こちらの言うことも理解できるようになってきたので、朝食の時に牛乳をコップにくんでくれたり、チーズの包紙を剥いてくれたり、マンションや地下鉄でエレベータのボタンを押して待っていてくれたりと、少しずつお手伝いもしてくれるようになってきました。(もちろん機嫌の良いときだけです)

そんな訳で一日のうちで介助に入ってもらう時間は11~13時間と、“歩”が生まれた頃に比べると、約半分になりました。



## ひと怒り、ふた怒り・・・

ただ、食事時間の前後はやはり介助者が必要になってきます。それで面白いことに、子供って食事時間の前後が一番活動的なんですよね。例えば朝、なかなか食卓に着いてくれなくてひと怒り。のんびりと食べ終わってもうすぐ保育園に行く時間だというのに、まだ着替えられなくてふた怒り。夕方に保育園から帰ってきて、おやつは出しておくのですがそれで物足りないのか、勝手に冷蔵庫からお菓子やジュースを出して奥の部屋で隠れて食べてござるといふ・・・(ムカツ!)当然夕食はあまり食べられず、そこでまた何回目か忘れたけど怒ります。こんな光景はおそらくどこにでもあるとは思いますが、うちの場合ここで問題になってくるのは誰

が「叱り役」をやるかと言うことです。もちろん母親である私がするのは当然の事ですが、お菓子を取り上げたり、押さえつけたりと言うことは私では出来ないし。また“歩”が泣き叫んでいると私の声では届かないため、介助者に代わって叱ってもらうこともあります。この頃は少しずつ言葉も理解できるので、“歩”と私の1対1でバトルする事も多くなってきました。なにしろ一度や二度で聞いてくれる生き物ではないので、対戦後はドーッと疲れが出ますが、これも親の責任なんだと実感させられている次第です。ちなみに旦那は余程じゃないと雷は落としません。“歩”が3人から叱られるのは可愛そうだと思うからでしょう。私もそれは同感です。

## 5才でひらがな読めるの？

この前5才児検診と知能発達検診に行ってきた。医師からは

「絵の描き方やお喋りの仕方、あと、ひらがなも読めないこともあって、4才ぐらいの知能でしょうか」

私「そうですか」

私の心の声:えっ!今って5才でひらがな読めるの?そんなもん読めるわけないじゃん、教えてないもん。

「教えるよ」と言われそうなので、そろそろ頑張ってみます。はい。



“歩”の5才、そして私の母親5年生の記念に詩を書いてみました。良かったらご覧下さいませ。

## 母親五年生記念日

三十五年前の私

もちろん記憶がない  
二才児の私はどんな子供だったのだろう  
それは私の両親がよくわかっている  
今はそれがよくわかるような気がする



三十年前の私

ピカピカの小学生  
でも何か違う 両親も焦っている  
どうして身体が壊れてしまったのだろう  
あの頃は兄と同じ学校に行きたかったなあ

二十五年前の私

まがりなりにもセーラー服姿の私  
だんだん自分におかれた状況が判ってくる  
学校に通えるだけでも幸せだと思ふ両親  
いつの間にか両親より友達の方が大切に思えた

二十年前の私

保護された学校生活も終わりに近づく  
人並みに異性にも興味を持つ  
限られた選択値の中で自分の将来を占う  
そんなことを友達と語っても尽きないほど語り合う

十五年前の私

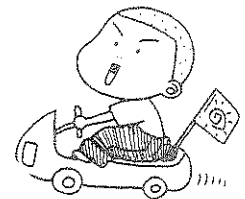
二十歳を過ぎて一応は大人の仲間入り  
なんとか自分の出来ることを見つけ働き出す  
だが周りは体の不自由な人と口先だけの職員ばかり  
閉ざされた生活の中で自分はどうなるのだろう

十年前の私

一か八かで始めた一人暮らし  
苦労も感じたけど一人になる空間があることは落ち着いた  
そんな矢先に もし私が男だったらこんな人かな  
そう 一番身近で解り合える存在の人に気づく

五年前の私

結婚なんて ましてや子供なんてと思っていた私  
私たちにとって大切な宝物の誕生  
私たちの分まで歩いて欲しいと「歩」と命名<sup>あゆむ</sup>  
その日から大切な宝物を育てる母親となった



母親五年生の私

いつの間にか我が子は五才に  
色んな優しさに支えられながらすくすくと育っている  
色んな優しさと子供に支えられながら私も育っている  
ふと 五才の誕生日に振り返っています

何年後かの私

一つの心を育てる難しさを感じているでしょう  
いつか私が両親に思ったように貴方も私のことを疑う時が来る  
それでも貴方が父親になるまで この詩の意味が分かるときまで  
私は貴方の母親でいなければならない

そう自分に言い聞かせながら 改めて五才おめでとう

# ぶどう狩りに行って来ました！

こんにちは。さつきです。私は脳性まひで電動車いす利用者です。

9月8日（水）、くれよんBOX（名古屋市昭和区）のみんなでぶどう狩りに行って来ましたので紹介します。くれよんBOXとは、本誌の編集委員が中心となり作った小規模作業所で、私も所属しています。



## 11人で出発！！

身障トイレがあるぶどう園をインターネットで調べ、メンバーとボラさん含め、11人（うち車いす利用3人）でリフト付きの車1台と乗用車2台に分乗して、11:30出発しました。

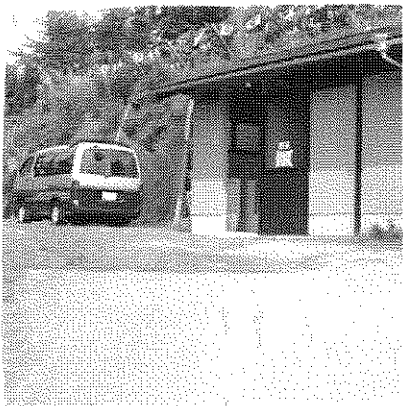
- 春岡インターから名古屋高速道路 → 東名阪 → 東名高速道路 → 岡崎インターでおおりる → 一般道を約40分走る
- 高速代金：2,250円（1台片道）

## 13:00頃「ヤマサ園」に到着。

車の中で、各自で用意したお昼ご飯を軽く食べて、「ぶどうをいっぱい食べるぞ～」と密かに誓う。ぶどう園に到着して車を降りると、微かに甘い香りがしてきました。

駐車場で園のおじさんが、「ぶどう棚の近くに車を停めていいですよ」といわれたので、お言葉に甘えて停めさせてもらいました。そこからぶどう棚までは、急な坂があります。車いすの人は介助が

必要でした。（ぶどう棚の下に車1台を置かせてもらったので少し楽でした）



## 甘い！

ぶどう狩りの前日が台風だったので心配でしたが、ぶどう棚には雨よけがありました。ぶどう棚に入って行くと、袋をかぶったぶどうがたくさんありました。地面はでこぼこしていましたが、電動車いすでは大丈夫でした。テーブルと

いすが置いてあり、取ったぶどうを座って食べることができます。ぶどう園の人から、ハサミと取り皿とバケツ



をもらいました。バケツを何に使うのかなと思っていたら、水を入れてぶどうを洗うためのものでした。ぶどうはハサミで切って食べるとのこと。車いすのままではちょっと届かない高さで145cmくらい。取ってもらったぶどうをバケツの中で洗ってもらって食べてみると、すごく甘い！

ぶどうの種類は巨峰。種があるのもあったみたいですが、私の食べたぶどうは種がなく食べやすかったです。どんどん食べ続けました。私の場合、一つずつ粒を取っていくのは難しいので、細かくちぎってもらいました。みんなもおいしそうに食べていて楽しそうでした。

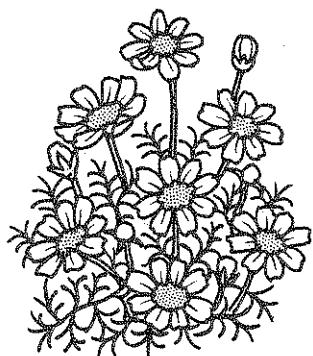
## 身障トイレ

ぶどうをたくさん食べて、お腹いっぱいになって、それぞれ休憩しました。そしてトイレを済ませました。身障トイレがあり、使いやすかったです。



## 豊田東インターが近かった～

お土産売り場に立ち寄り、15:00ヤマサ園を出発。帰りも高速道路を使いましたが、岡崎インターからではなく、豊田東インターを使いました（実はこちらのほうが早かった）。16:00くれよんBOX到着。



## 感想

ぶどう狩りはいつもくれよんBOXに遊びに来てくれる、ご近所に住む一人暮らしのおばあちゃんの「ぶどう狩り行きたいな～」の一言から計画が始まりました。自分たちでぶどうを取ることは無理だったけれど、おばあちゃんやみんなのおいしそうに食べる姿を見て幸せな気分になりました。ヤマサ園さんはぶどう狩りの他にも、バーベキューなどもできるようです。今年はぶどう狩りの季節はもう終わりなので、来年の参考にしてみたいかたがでしょうか？

## 岡崎駒立 ヤマサ園

〒444-2104 岡崎市駒立町カワテ 56・57

TEL : 0564-45-5566 FAX : 0564-45-5720

<http://www.nande.com/coma-grape/yamasa.htm>

※今年は残念ながら9月23日で閉園しました。

**営業時間** 9:00~16:00(受付) 期間は無休

○種なしハウスぶどう 7/20～7/31(要予約)

大人 ¥1,500 小人 ¥800

○巨峰 8/20～10/15頃(今年は終わり)

大人 ¥1,500 小人 ¥1,000

\*団体割引・インターネット割引有り

**アクセス** : 豊田東インターから車で約20分

.....

## これから楽しめるミカン狩り

### ★「里の駅」ないぜしぜん村

三重県度会郡南勢町内瀬1537-8

TEL 0599-67-8100 FAX 0599-67-8101

<http://www.isesima.jp/naize/index.html>

時期 : 10月下旬～1月下旬

営業 : 木曜定休、祝日の場合は営業  
10:00～18:00

料金 : 大人1,500円、小人1,000円(お土産付)

駐車場 : 身障者用あり

車いすトイレ : あり

平地のみかん畑があるので、自分の手で収穫可能。「里の駅」では特産品も販売している。

### ★小坂みかん共同農園

静岡県田方郡伊豆長岡町小坂1336

TEL 055-948-4141 FAX 055-948-4180

<http://www.jasnet21.com/~muro/>

期間 : 10月～1月5日

営業 : 9:00～16:00 期間中無休

料金 : 入園料(食べ放題)400円  
みかんの持ち帰り付き900円

車いすトイレ : あり

自分の手で収穫するための苗を昨年植えたばかりなので、現在はミカンは斜面にしかなく、介助が必要とのこと。



## 「夜型の」アサガオ

堤 剋喜

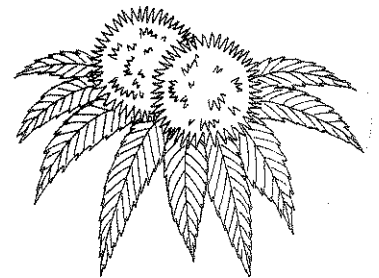
本題の部分はとっくに忘れていたのに、枝葉のところだけ覚えていることがよくある。その記憶が正確か？ それはまた別の話だけれども。

「渡り鳥が群れで飛ぶときに作る編隊の形は、鳥形になる。  
自分達を1羽の巨大な鳥に見せかけて、天敵を威嚇するためだ。」  
と、教わった覚えがある。僕の生活には支障がなかったのだから、そう信じておくことにした。

「教えた」先生に今更ながら釈明を求めたとしたら、  
「記憶がない。」  
あるいは  
「教えたつもりはない。雑談か冗談だ。  
教科書にも載ってなかったし、私は試験に出さなかった。」  
と言うかもしれない。

実際は「渡り鳥の編隊は航空力学的に説明が可能」だそうだ。  
渡り鳥が一番楽で、疲れずに飛ぶ方をしてる！  
そういわれてみれば、渡り鳥の群れに鳥形を見るのは、地上から見上げる人の目だけ。  
空中から獲物をねらうワシやタカの目には、きっと違って映るだろう。

また、こうも習った気がする。  
「アサガオは、昼間の時間が短くなってから咲き始める短日性植物なので、  
どんなに早く種をまいても、夏至より前に咲くことはない。」と。  
こちらは、今でも学校や学習塾で、まじめに教えられているようで、  
私立中学の理科の入試問題では正解扱いになるらしい。



春先に買った「あさがおのたね」の包装紙には、  
『発芽後60日ほどで咲き始めます。午後3時頃まで花はしぼみません。』  
(朝寝坊でも、ゆっくり花が見られそうだ。)  
と、安心して蒔いてみた。

貧相ながらも、そこそこツルや葉が伸びて、  
夏至を待つことなく、6月の10日過ぎには咲き始めてしまった。  
『午後3時頃』を過ぎて、夕方や夜になっても花は開いていた。  
「花の咲いている時間が長い品種」という意味では、宣伝に偽りはない。

〈夜型のアサガオって、本当にアサガオだろうか？〉  
でも、朝には花がちゃんと咲いていた。アサガオはアサガオ。  
人間の夜型とは違う。

9月に入り、葉が何枚か黄色くなっているけど、このアサガオには、まだ花芽がある。

たぶん、「花の咲く時期を長く、一輪の花がしぼむまでの時間も長く」を  
目標に品種改良され、蛍光灯の光の影響も受けて、  
模範的なアサガオではいられなくなってしまったのだろう。  
夜更かしの朝寝坊には最適でも、例外を示すことになるから、教材としては不向きかな。  
ちなみに今年の夏休み、姪の自由研究は「アサガオの開花」だった。

いずれにせよ、子どもたちへ知識を受け売りする際には、  
十分ご注意を

**クラブツーリズム**  
**バリアフリー旅行センターツアー**  
 (成田発着、添乗員同行)

**クリスマスムード満点 東フランス7日間**

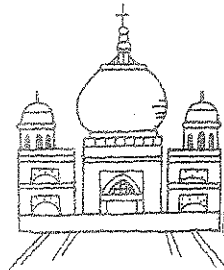
訪れるすべての町でクリスマス市が開催！クリスマスツリー発祥地 フランスのアルザス地方やゲンゲンバツハの市庁舎など各地で特色あるクリスマスが楽しめます。冬の寒い季節の観光のため、教会や美術館など建物内部の観光が多くなっています。



**期 間：** 12月9日(木)～15日(水)  
**料 金：** 389000円～441000円  
**ポイント：** リフトバス利用、朝食5回、昼食4回、夕食4回付

**数々の文化が一つの島に融合**  
**地中海の十字路シチリア8日間**

地中海の真中に位置し、冬でも温暖な気候、ギリシャ、ローマ、アラブなどの文化が混ざり合い、他の地域では見られない独特な文化を生み出したシチリアの旅。



**期 間：** 11月26日(金)～12月3日(金)  
**料 金：** 429,000円  
**ポイント：** 添乗員とトラベルサポーター同行、リフト付きバス使用

**■申し込み・問い合わせ■**

東京都新宿区西新宿6-3-1  
 新宿アイランドウイング10階  
<http://www.club-t.com/>

TEL 03-5323-6915 FAX 03-5323-6987

**ベルテンポ・トラベル・**  
**アンド コンサルタンツ**  
 (成田発着、添乗員同行)

**ホノルルマラソンツアー2004**

レースデーウォークへの参加者募集中。これは10キロを皆でのんびり歩く企画。車いす利用の方、全盲の方、聴覚に障害がある方、ひとり参加の方もどうぞ。



**期 間：** 12月9日(木)～14日(火)  
**料 金：** ひとり 198,000円(予定)  
**ポイント：** 食事・観光・マラソンエントリー代金などは別料金

**■申し込み・問い合わせ■**

東京都中央区湊1-2-3 プロスペリテ八丁堀202

<http://www.beltempo.jp/>

TEL03-5541-3020 FAX03-5541-3028

**チックトラベルの**  
**おすすめツアー**  
 (名古屋発着、添乗員同行)

**きらきら香港**

**クリスマスイルミネーション3日間**

クリスマスの飾りつけで街全体が輝くイルミネーションでいっぱい香港。バーゲンセールも見逃さない！この季節ならではの、食べる、見る、買うを楽しめます。



**期 間：** 11月28日(日)～30日(火)  
**料 金：** ひとり 88,000円(2名1室)  
**ポイント：** リフト付貸切バス利用、全食事、観光(夜景観光含む)つき

### 悠久のエジプト浪漫の旅 9日間

このツアーは、ハートTOハートツアーの定番となっている。現地には助っ人アシスタントがいるので、車いすで困ることなく観光ができる。

期 間：1月25日（火）～2月2日（水）  
 料 金：ひとり 398,000円（2名1室）  
 ポイント：リフト付貸切バス利用、全  
 食事、観光つき

### 神秘のオーロラ体験、カナダ6日間

同じホテルに3連泊するので、オーロラ遭遇のチャンスが多いのが最大の特徴。暖房の効いた観測小屋で、暖かい飲み物とケーキやお菓子を楽しみながら待ちます。

期 間：1月中旬  
 料 金：ひとり 158,000（2名1室）  
 ポイント：リフト付貸切バス利用

### 石垣島で南国気分、 のんびり牛車にゆられて

石垣島は一足早い初夏を迎えるような気候。美しい海を眺めているだけでも満足してしまう豪華ホテルを利用。牛車にゆられてのんびり観光はいかがですか？



期 間：2月中旬  
 料 金：ひとり140,000（2名1室）予定  
 ポイント：専用車用意

#### ■申し込み・問い合わせ■

〒460-0003名古屋市中区錦1-20-19 名神ビル6F

TEL052-222-7611 FAX052-222-1223

<http://www.heart-to-heart.ne.jp/>

.....

### 愛知県近郊の簡保の宿

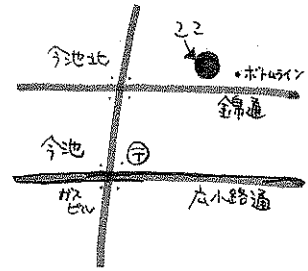
リフトまでを準備した簡保の宿が増えてきました。ひとまず、東海地方を紹介します。

	施設名	ベ 駐 車 ス ス	ト イ レ	身 障 者 用 手 摺	浴 槽 の	チ ェ ア ア ッ 	介護浴室		身障者用客室		
							家 室 族 浴	介 護 ト リ	室 客	ベ ッ ト 介 護	介 護 ト リ
長野県	鹿教場センター 小県郡丸子町大字西内1160 Tel0268-44-2101 Fax0268-44-2103	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	諏訪センター 諏訪市大和2-15-16 Tel0266-52-1551 Fax0266-57-1072	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
静岡県	伊豆高原センター 伊東市八幡野104-5 Tel0557-51-4400 Fax0557-51-4403	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	焼津センター 焼津市浜当目1375-2 Tel054-627-0661 Fax054-628-4481	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
	浜名湖三ヶ日センター 引佐郡三ヶ日町南郷2972-2 Tel053-526-1201 Fax053-526-1206	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
岐阜県	岐阜羽島センター 羽島市桑原町午南1041 Tel058-398-2631 Fax058-398-2629	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
	恵那センター 恵那市大井町2709 Tel0573-26-4600 Fax0573-26-4678	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○
三重県	鳥羽センター 鳥羽市安楽島町1200-7 Tel0599-25-4101 Fax0599-25-4101	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
	熊野センター 熊野市井戸町1020-7 Fax0978-9-4411 Fax0578-9-4412	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○
愛知県	三ヶ根センター 幡豆郡幡豆町大字東幡豆字入会111-221 Tel0563-62-2650 Fax0563-62-2654	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	知多美浜センター 知多郡美浜町大字奥日字砂京39 Tel0569-87-1511 Fax0569-87-1551	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○

# グルメな調査隊 第35弾

## 名古屋市 I さんより

一品一品が丁寧に作られていて、いろんな野菜が食べられます。こんな料理方法があったのかと発見することもありますよ。



## 創作やさしい料理 菜食志向 (さいしょくしこう)



場 所：名古屋市千種区今池4-7-28

スターブル今池1F

TEL・FAX 052-741-2877 HP <http://r.gnavi.co.jp/n029600/>

最寄り駅：地下鉄今池駅 エレベーター出口より徒歩5分、2番出口（階段）より徒歩1分

### ★ジャンル やさしい懐石

前菜からデザートまでの全11品を、旬の野菜で堪能できる。お魚やお肉も使うけれど、あくまで主役は野菜達。「ひとりで切り盛りしているので、きめ細かくサービスすることがなかなかできませんが、料理でだけはおお客様の期待を裏切ることのないようにしていきたい。」と店主談。野菜嫌いを克服できるかも？！



### ★おすすめメニュー

メニューは月替わりで1コースのみ、10月のやさしい懐石は

[まずは、スターターの三品] 茄子の梅ジュレ、焼き芋キッシュ、茸のホイル焼き明太バター

[揚げ物&サラダ] 里芋のロールサンドフライ マスタード風味サラダ添え

[メイン一皿目] 蓮根と黒米のガレット

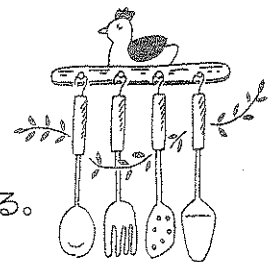
[メイン二皿目] かぼちゃ団子のホワイトソース包み 銀あん仕立て

[しみじみご飯] ごぼうのキムチご飯

[ホッとするスープ] カブとキャベツのトマトクリームスープ

[和みのスイーツ] フロマーージュプランのムース ローズヒップの香り、マロンパンディング、洋梨のジェラード 以上11品 2625円(税込み)

\*お店にメンバー登録をすると、次回から1995円のメンバー価格で食事ができる。



### ★店内の様子

入り口引き戸 段2センチ、店内 段差なし/カウンター12席 いす移動可  
店内は狭めなので、車いす使用者は入り口近くの席を予約した方が無難。

### ★トイレの様子

洋式トイレ、手すりなし、開き戸、トイレまでの通路は車いすのまま行くのは困難  
地下鉄今池駅に障害者用トイレあり

### ★駐車場 なし

★営業 17:00~24:00 定休日 不定休 3名以上、前日迄の予約でお昼の営業も可能

### ★サポート倶楽部の方への特典

平成16年12月末まで、メンバー以外の方もメンバー価格の1995円でご提供！！  
(会員証の提示をして下さい)

お気に入りのお店情報をお待ちしています。編集部まで TEL 052-851-0059 FAX 052-851-0159

# 福祉用具のリサイクル情報 (10/7現在)

欲しいもの、不要なものはありませんか？  
リサイクルの輪を広げよう！

◆AJU自立の家は、なごや福祉用具プラザの中で、福祉用具のリサイクル品のコーディネートと福祉用具の販売、自立生活情報の提供などを行っています。

**譲りますよ！** \*金額の表示のないものは無料

## ★ベッド、床周り品

- ・ベッド 4年くらい使用
- ・手動ベッド 3ヶ月使用
- ・2モーターベッド ¥100,000 わずか
- ・1モーターベッド KQ-103 ¥100,000 2年使用
- ・3モーターベッド ヒューマンケア介護ベッド FB-730 ¥70,000 半年使用
- ・3モーターベッド 寝返りベットK3-0070 ¥200,000 5年弱使用
- ・ベッド手すり
- ・エアーマット ¥50,000 7ヶ月使用
- ・エアーマット (ユーマイエアー) +マイエアーポンプじょくそう予防マット ¥10,000 3年半使用

## ★移動用品

- ・電動車いす 3～4年位使用
- ・歩行器 (身長90cm～115cmの子供用) 5～6年使用
- ・屋内歩行器 (数回使用)
- ・電動三輪車 ¥100,000 3年くらい使用
- ・電動四輪車(ET4E) ¥130,000 数回

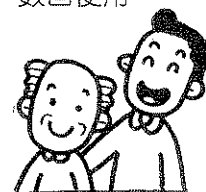
## ★トイレ用品

- ・ポータブルトイレ 未使用に近い
- ・スカットクリーン男性用セット ¥2,000 2, 3回使用
- ・ポータブルトイレ ¥5,000 わずか
- ・安寿AR-1 ¥10,000 未使用
- ・スカットクリーン女性用 ¥10,000 1年使用

- ・木製ポータブルトイレ ¥10,500 数回使用

## ★その他

- ・エアークッション大 数回使用
- ・平行棒 数回使用
- ・介護リフトつるべF1Z-F1セット (支柱のみ) 数回使用
- ・階段昇降機 数回使用
- ・健康マシン エアトラッカー (新品に近い)
- ・酸素のホース カニユーラ 未使用
- ・松葉杖 ¥2,000 数回使用
- ・スリングシート (メッシュタイプ) ¥7,500 数回使用
- ・吸引器 ¥50,000 2年半使用
- ・車いす昇降機 UD-500 ¥250,000 3年使用
- ・福祉車輛 ダイハツアトレースロープ付き (タクシー仕様) ¥1,500,000 2ヶ月使用



その他にも、ゆずりたい物、ゆずってほしい物の登録がたくさんあります。お気軽にご連絡下さい。

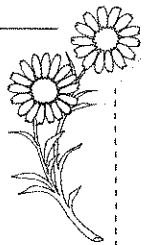
「譲って」欲しい方、「譲りたい！」という方、ぜひご連絡下さい。

### ●AJU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.aju-cil.com>

毎週土曜日の朝日新聞 (朝刊) にも、リサイクル情報が掲載されています。



## Tさんより ヤマナカ果園にブドウ狩りに 行ってきました。

頂いたチケットで、駒立のブドウ狩りに車いす利用の人4人とその仲間2人の計6人で、車2台で出掛けました。竹の子料理で有名な真福寺の前の1本道を山の中へ山の中へと走りますと途中にも幾つものブドウ園がありますが、1番奥の園がヤマナカさんでした。前もって申し込みの時に車いす利用だと伝えておいたので、駐車場も入口近くの所へ案内してくれて、盆明けの日曜日で沢山の車でしたが楽にとめる事が出来ました。ただ、園に入る所が砂利道の坂なので手動の車いす利用者は1人では無理でちよつと助けが必要でした。園の中は広くトイレ（少し汚かった・・・）も車いす用のも設備されていて問題はありませんでした。ただ、車いすからのブドウ狩りはやはり届かず、採ってもらったものを食べるだけですが、ぶどうのなっている棚の下でブドウを見ながら色々の種類の採りたてのブドウを沢山食べられると言う事は園へ行かなければ味わえない事ですし、時間制限も無いのでゆっくり出来お勧めです。

場 所：愛知県岡崎市駒立町ノボリ51  
TEL 0120-45-6863 FAX 0564-45-6863  
<http://www.mis.ne.jp/~grape/>

## 頸髄損傷のHさんより

脊髄損傷の先進医療はどれくらいすすんでいるのでしょうか？

編集部：まずは、新聞掲載情報より



### ★今年の7月7日の産経新聞

脊髄損傷の治療に向けた「骨髄間質細胞移植」の臨床応用が、この秋にもスタートする。すでに動物実験で効果を確認。救命救急部門が整う関西医科大学で実施の予定。事故などにより背骨を骨折、救急で病院に運ばれてきた患者が対象。急性期の患者に限られるが、脊髄損傷治療

への一歩として期待がかかる。従来はスプーンを握れないレベルの脊髄損傷も、スプーンを持ち上げられるぐらいまでの回復は期待できるらしい。

※「骨髄間質細胞移植」とは、脊椎を元の位置に戻すために行われる腸骨移植手術の際に、患者の腰部腸骨の海綿骨を採取し、10日～2週間かけて骨髄間質細胞のみを約1千万個まで純培養し、腰椎麻酔と同様の方法で腰から髄液内に注入する。

### ★今年の7月22日の読売新聞より

中国で中絶胎児の細胞移植治療を受けた脊髄損傷患者が9人いた。現段階でこの治療法の効果や安全性ははっきりしていない。しかし、覚悟の上で回復の可能性を探る日本人希望者は数人いるらしい。費用は200万円以上かかる。

※「細胞移植治療」とは、中絶胎児の鼻粘膜から神経の周囲の細胞を採取して培養、脊髄に注入して脊髄機能の再生を促す。

.....

## 脊髄損傷のEさんより

仕事用の洋服（スーツ）で袖が汚れない何か方法があれば、障害者用の機能的なスーツを考えてほしいです。

編集部：確かに、汚れて困りますよね。ただ、機能的なスーツを作るよりも、タイヤに泥よけを付けるとか、スーツの色にあう腕当て、袖上げの腕輪などを利用する人が多いようです。シンプルな泥よけも今販売されていますよ。

おまけ：身体にあったオーダーメイドスーツを作る会社が岐阜市にあります。車いす利用者のための、座った姿勢に合わせたスーツを開発。オーダーメイドで一着7万円程度。写真だけでサイズを計ることができそうです。

問い合わせ：キノ ノードプランニングルーム  
岐阜市加納北広江町41 三幸西ビル1F 東側  
TEL 058-273-6660 FAX 058-273-6660  
<http://www6.ocn.ne.jp/~kinonod/>

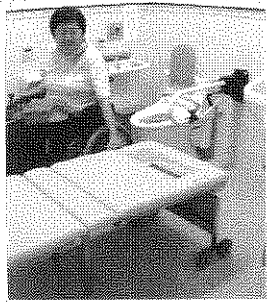
.....

## 引き続き、お便りお待ちしております

## あおなみ線に乗ってきました

(頸随損傷 手動車いす利用)

名古屋駅から金城ふ頭まで乗車。名駅の車いすトイレには大人も使える折りたたみベッドの設置あり。あとは、基本的にバリアフリーなので、使いにくかった点のみ紹介。



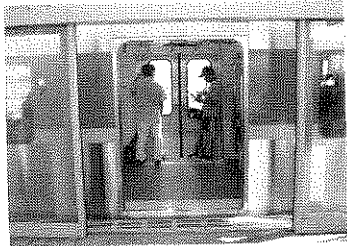
### 駅名

名古屋～ささしまライブ～小本～荒子～南荒子～中島～名古屋競馬場前～荒子川公園～稲永～野跡～金城ふ頭

**エレベータ**：名古屋駅のエレベータは、出入口が異なり、出口が入口の横についている。車いす利用者2人で乗ると切りかえせなくてなかなか出られなかった。

**車両とホームの段差**：比較的新しい上飯田線との比較になるが、想像より段差があった。駅によっても違う。金城ふ頭駅のホームから車両へのアクセスは手動

車いす利用者にとっては大変。扉の前にガラスの自動ドアのようなもの



があり電車が到着したらそれが開くのだが、床のレールがちょっとした段になっていて、前輪

が引っかかる。前輪をあげると、勢いでホームと車両の隙間にはまった。注意が必要。

## 地下鉄4号線

### 名古屋大学～新瑞橋間 開通！

開通日：平成16年10月6日（水）

全駅、エレベータでホームから改札、改札から地上まで移動可能。車いすトイレ

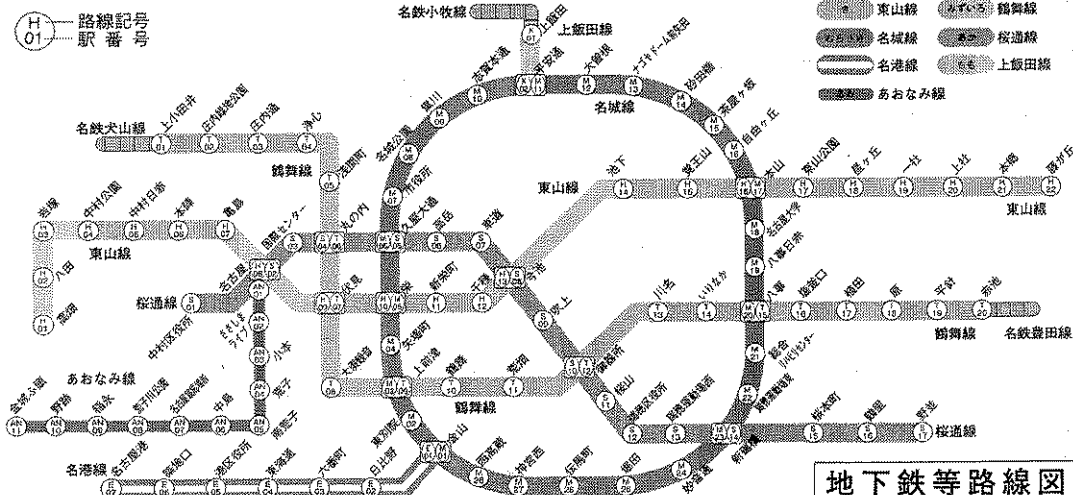
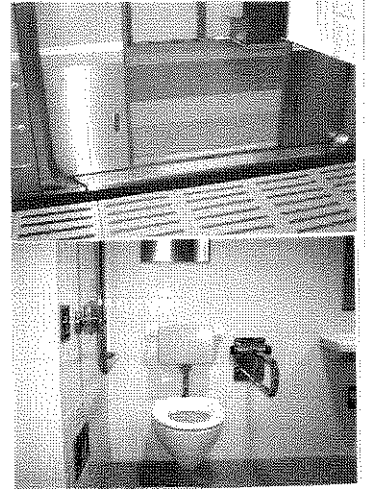
（オストメイト対応付き）も設置され、安心して使用できる。

八事日赤駅：2番出口付近のエレベータから名古屋第二赤十字病院（八事日赤病院）の前へ出られる。

八事駅：鶴舞線との乗り換え駅。近くには中京大学やジャスコなどがある。

総合リハビリセンター駅：エレベータ出口が2ヶ所ある。総合リハビリテーションセンターへは1番出口のエレベータを使うとよい。病院まで屋根続きなので雨の日も安心。

瑞穂運動場東駅：グランパスの応援はこの駅から。瑞穂陸上競技場へ一番近い3番出口にエレベータがついている。



## 三重交通が リフト付き観光バス導入

車いす利用者がそのまま乗れるリフト付きの大型観光バスを導入しました。車の中央部分の床下に電動リフトを収納。4人の車いす利用者のスペースあり。座席は補助席を除き45席。通常の観光バスとしても使用可能。

### <問い合わせ>

観光営業部

TEL059-229-5534 FAX059-226-9473

名古屋観光営業所

TEL052-583-1556 FAX052-586-1840

<http://www.sanco.co.jp/>

## 長良川サービスセンターの イベントのご案内

### ★グランドゴルフふれあいマッチ

日時：11月3日（水）10:00~15:00

場所：芝生広場

木製スティックでボールを打ち、ホールまでの打数を競う競技

参加料：無料

### ★オリジナルスポーツ体験

日時：11月7日（日）13:30~15:30

場所：ミーティングルーム

当日随時参加型の軽スポーツの体験会。日常にある道具を使った軽スポーツを毎回、2,3種目行う。

場所：ミーティングルーム

参加料：無料



### ★太極拳教室

日時：11月13日（土）13:30~15:30

場所：ミーティングルーム

太極拳の初歩的な基本動作を中心に高齢の人や障害のある人も気軽に体験できる初心者向けの太極拳教室を実施。

参加料：無料

募集：電話FAX等で事前申込

定員：20名

### ★車いすダンス教室

日時：11月14日（日）13:30~15:30

場所：ミーティングルーム

音楽やダンスが好きな初心者を対象に、車いすを使用したダンスを体験する教室を実施。マンボ、ブルース、ワルツ、ジルバなどの初歩的なステップを中心に行う。

参加料：無料

募集：電話FAX等で事前申込

定員：20名



### ★エクササイズ教室

日時：11月28日（日）13:30~15:30

場所：ミーティングルーム

健康の維持・増進の一助となる新しい運動・体操を紹介し実技指導する教室。今回は、心身共にリラックスできるストレッチと転倒予防や身体バランスを整えるエクササイズを行う。

参加料：300円

募集：電話FAX等で事前申込

定員：30名

### 申込先・問い合わせ先

長良川サービスセンター

TEL:0584-54-2075 FAX:0584-54-5275

岐阜県海津郡海津町福江字角山1202-2

東名阪自動車道「弥富IC」より約20分、

「長島IC」より約15分

駐車場：90台、無料



## スポーツイベント

### ○第4回全国障害者スポーツ大会（埼玉県）

日 程：11月13日（土）～15日（月）

場 所：埼玉県熊谷スポーツ文化公園他

### ○フラミンゴ・インドア・

アーチェリー選手権大会

（名古屋市）

日 程：11月21日（日）

場 所：障害者スポーツ

センター体育室



### ○第1回名古屋市障害者スポーツ大会

（卓球・ボウリング）

日 程：11月28日（日）

場 所：卓球→障害者ス

ポーツセンター体育室、

ボウリング→ブランズウ

ィック・スポルト

（名古屋市中区新栄）



### ○ツインバスケットボール東海ブロック予選

日 程：12月5日（日）

場 所：障害者スポーツセンター体育室

### ○クリスマスパーティー

日 程：12月12日（日）

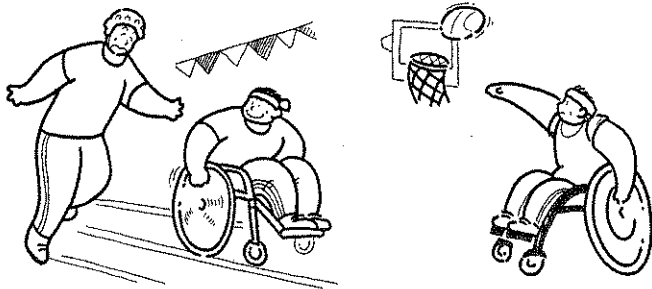
場 所：障害者スポーツセンター体育室

### ○カローリング大会

日 程：12月19日（日）

場 所：障害者スポーツセンター体育室

.....



## 省力型ホームエレベーター

名古屋市にある、NITTOH（ニットー）では、高齢化社会のニーズに応え、今までのホームエレベーターのほぼ半額で安全でコンパクトなエレベーターとエスカレータを取り扱っている。建築基準法に適合する国土交通大臣の認定昇降機（アローテック社製）で、簡単な工事で施工面積も小さくてすむ。昇降機審査委員会の性能評価を取得し、安全装置を十二種類組み込んでいる。

### <特 徴>

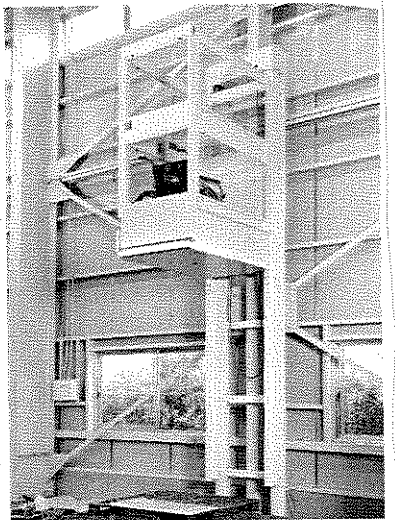
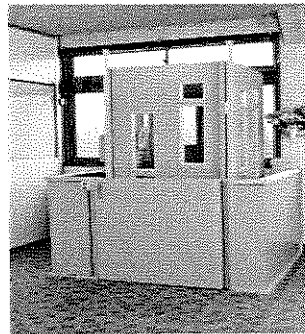
- ・2階に床に貫通穴をあけるだけの簡単工事
- ・従来のエレベーターのほぼ半額
- ・エレベーター2人乗りは、100ボルト400ワットの電力省力型

### ○エレベーターは2種類

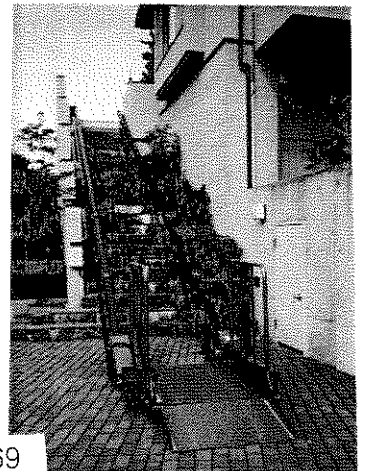
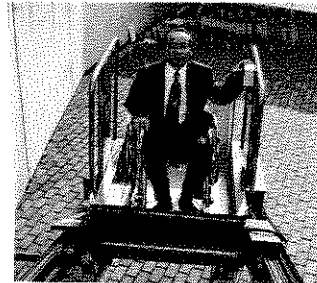
2名用（185kgまで）

2名+車いす用

（245kgまで）



○簡易ホームエスカレータ車いすごと乗れる、静か、オプション色々



### 問い合わせ：

☎NITTOH

名古屋市北区山田西町2-69

TEL 052-915-2100

FAX 052-914-2524

<http://www.nittoh-info.co.jp/>

## 多治見ワインフェスタ2004

自立の家の通所授産施設『ピア名古屋』は、多治見でブドウを栽培して、ワインを作っています。今年も無事収穫が終わり、みんなで一緒に収穫を祝うイベントを下記のように行います。ワイン飲み放題、楽しいイベントあり。楽しい休日と一緒に過ごしませんか？

日 時：11月23日（祝）11:00～14:00

参加費：2,000円（ワイン飲み放題）

場 所：多治見修道院



岐阜県多治見市緑ヶ丘38

アクセス：<車>多治見インターより15分

<電車>JR多治見駅下車（階段がありますが、事前連絡をすれば手伝ってもらえるTEL

0572-22-0080）徒歩25分

問い合わせ：社福）AJU自立の家ピア名古屋

TEL 052-841-9994 FAX 052-841-4810

## 2級ホームヘルパー養成講座 受講者募集中！

住み慣れたまちで「あたりまえ」に暮らしたい。  
そんな「あたりまえ」をみんなで支えたい。

### ■ 期 間

16年10月～17年3月（概ね、月・水・金の夜間）

### ■ 内 容

「2級ホームヘルパー養成講座」

カリキュラムのとおり

### ■ 開講会場

サマリアハウス、名古屋福祉用具プラザ、名古屋保育福祉専門学校

■ 実 施 社会福祉法人AJU自立の家

■ 定 員：50名

■ 受講料：50,000円（資料代を含む）

■ 申込先：社福）AJU自立の家サポートJ

〒466-0037 名古屋市昭和区恵方町2-15

TEL 052-841-6677 FAX 052-841-6622

担 当：水野 玉那覇（たまなは）

## 福祉ホームサマリアハウス 入居者募集中！

自立の家の福祉ホームは、「障害者の下宿屋」です。障害があるからという理由で家族や職員の「保護」のもとで生きる受け身の生活ではなく、独立したひとりの大人として主体的に暮らす生き方をしたいという人（18才以上の身体に障害を持つ人）を入居の対象者としています。福祉ホームは、一般社会で生活を営む上で必要な様々な経験を具体的に積み重ね、地域社会で自立した生活をするためのステップの場です。障害者としてではなく、ひとりの人間としてあなたの人生を創っていきましょう。

### ■ 入居条件

(1)入居期限は原則として4年間です。

(2)原則として職員は身辺介助を行いません。

（支援費のヘルパー制度が利用可能）

(3)自分のことは自分で考え、決定し、その責任をとること。

■ 募集人数 単身者 3名

■ 募集締切 平成16年10月31日

### ■ 設 備

単身用居室→6畳（ミニキッチン 電磁調理器  
エアコン トイレ付）

### ■ 利 用 料（共益費を含む）

非就労 5,000円、福祉的就労 12,500円、

一般的就労 20,000円

### ■ 食 事

1日3食の給食サービスが利用できます。（尚、  
料金は別途徴収）

### ■ 入居申請手続等

申請書類の請求→直接申請→見学→面談→文書  
にて通知

### ■ 問 い 合 せ 先

〒466-0037 名古屋市昭和区恵方町2-15

社福）AJU自立の家 福祉ホームサマリアハウス

TEL052-841-5554 FAX052-841-2221

担 当：木下、片山、小長谷

e-mail:home@aju-cil.com



### 医療相談室

長年、診療機関で障害を持つ仲間の医療ケアに携わってこられた「リハビリテーション医の万歳登茂子先生」のご協力で開設。

<相談日> 11月6、20日、12月4、18日  
いづれも土曜日、予約制、30分程度  
時間は要相談

<対象> 障害を持っている人

<費用> 無料

<受付> 自立生活情報センター

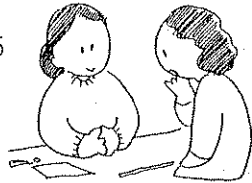
TEL 052-841-6677

FAX 052-841-6622

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

<場所>

名古屋市昭和区恵方町2-15  
(社福)AJU自立の家  
サマリアハウス内相談室



### 生活の道具相談室

障害当事者、福祉、医療関係者が有志で開設。  
道具の導入相談、道具の工夫や制作に対応。

<相談日> 11月6、20日、12月4日

いづれも土曜日の午後1:30~

\*事前にご連絡をいただくとスムーズです

<費用> 無料

<受付> サマリアハウス 浅井

TEL 052-841-5554 FAX052-841-2221

<場所> 名古屋市昭和区恵方町2-15

(社福)AJU自立の家サマリアハウス内

### やさしい住まいの支援ネット

障害当事者、福祉、医療、建築関係者が有志  
で開設し、住宅の改造などの相談に対応。

<相談日> 生活の道具相談室と同じ

<費用> 無料(訪問時は交通費実費必要)

\*受付、場所は生活の道具相談室と同じ

### 編集後記

シアトルマリナーズの「イチロー」がとても偉大なことを成し遂げた。84年ぶりのメジャー記録を更新した。シスラーの持つ年間257本の安打記録である。日本中が沸きに沸いた。号外がでた。記録更新時にシスラーの長女(81歳)と和やかに言葉を交わし、感謝を伝え、栄光を称えあった。イチローが言う「僕の野球人生の中で最高に熱くなりました。最高の瞬間でした。(新記録は)時間がたって、とんでもないことと気付くと思う。」「小さなことを重ねることが、とんでもないところにいく唯一の道だということ。」イチローは知っていた。一つ一つの積み重ねがとても大切なことを。打つという事だけでなく、いつも打撃に必要な事柄に対し鍛錬を怠らない。優雅に湖面を走る鳥たちは水面下で必死に水を權ているイチローがクールと言われる由縁か。目的に向かって必死に立ち向かう。日本人が忘れかけていることを見せられた。今こそ、我々の声を届けよう。一人は小さな声ではあるが、みんなの声を無視は出来まい。

10.20 障害者の地域生活確立実現を求める全国大行動へいざ出陣! 鬼頭

### AJUグループの行事のお知らせ

◎10月24日(日)第20回シティハンディマラソン  
10:45 スタート(久屋大通公園)テレビ塔の周りを、重い障害をもつ人たち等約1000名の人たちが走り抜けます。応援に来て下さい。

◎10月30日(土)サマリアハウスコンサート  
カンツォーネシンガーの後藤いくこさんを迎え、地域との交流を目的に、福祉ホームサマリアハウスの入居者が毎年企画しているコンサートです。いっしょに楽しいひとときを過ごしませんか?  
17時30分開場 18時開演 前売:600円

◎11月14日(日)恵方町教会バザー  
自立の家がお世話になっているお隣の協会のバザーです。掘り出し物、模擬店あり。ぜひ、遊びに来て下さい。

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

加入者名:福祉情報誌発行委員会