

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 19年 5月 1 日 (毎週火曜日) 増刊 AJU通刊 第 7905号

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

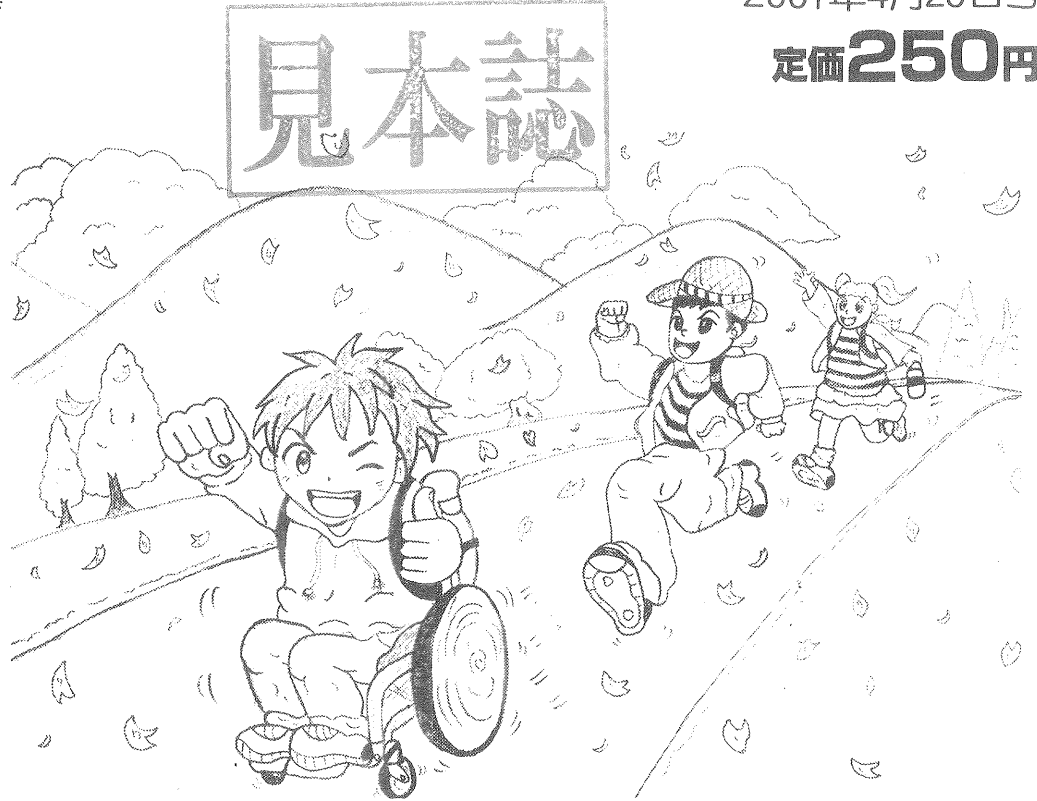
AJU自立の家

第87号

2007年4月20日号

定価250円

見本誌



絵 平良 隆志

テーマ

あなたの声に こたえます。

はじめの一步をふみだしたあなたへ

- 高校進学おめでとう特集 1
- かつきの詩 24
- 「高校生向けインディペンデントスクール」
- 福祉用具リサイクル情報 25
- 特集 あなたの声に答えます 7
- 読者の声 26
- 「介助者とのほどよい関係」
- いろいろ 28
- 人・活動紹介 13
- 「ピア・カウンセリング入門講座」
- 「一日神領民バリアフリーお木曳き」
- 「腎移植をした橋本さん」
- 「『バリアフリー・ハワイ』創刊」
- 克己のおまかせ情報 17
- 「名古屋新名所、ミッドランドスクエア」
- 福祉制度情報 19
- 「名古屋市の支給決定基準 訂正」
- そらいろ探邸団 第21回 20
- 「名古屋市のAさん邸」
- トラベル情報 23
- 「アメリカ・グランドサークル・バスツアー」
- 「初夏の九州横断4日間」
- 「YOSAKOIソーラン祭観覧と函館巡り」

高校生のインディペンデントスクール

「バレンタインデーの日に、障害のある高校生が男女ペアになってデートするという企画があって、その介助者として栄に行ったんですけど楽しかったですよ。介助者は二人のじゃまをしないように3m離れて付いていく決まりがあって、呼ばれたときだけ手伝うんです。」という興味深い話を聞き、どんなことをしているんだろう??と取材してみることにしました。



「インディペンデントスクール」とは?

その企画は、本紙発行母体の社会福祉法人A J U自立の家が行っている『インディペンデントスクール』(以下、『インディ』と略)でした。日本語にすると、「自立の学校」というのでし
ようか。

対 象: 『夏期体験プログラム』(*1)に参加した高校生、または参加を希望する高校生。4~8人

目 的: 休みの日に、仲間と楽しいことをたくさんして、多くの経験をする。

内 容: 障害のあるスタッフが先輩として高校生のために楽しい企画を準備して実施している。おしゃれをして街に出かける、食事に行く、カラオケに行くなど

開 催: 毎月第2土曜日

参加費: 1日3,000円 ※交通費別

(*1)対象は、障害のある高校1~3年生(3年生が優先)、目的は『インディ』と同じだが、違う点は、長期休みの夏休みを使って1週間の短期集中型で行うという点。内容は、泊まり体験、海水浴体験、迷子体験(結果的に?)、公共交通機関を利用して自分の行きたいところへ行く体験など

参加している3名の高校生にインタビューしました

Aさん: 一宮養護学校高等部2年生、女、脳性まひ、独歩

Bさん: 港養護学校高等部2年生、女、脳性まひ、電動車いす使用、必要な介助はトイレ、風呂など

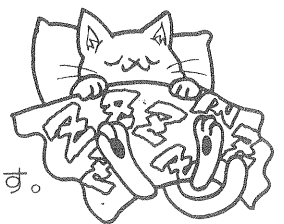
Cさん: 港養護学校高等部2年生、女、先天性多発性関節拘縮症、手動車いす使用、必要な介助は車いすの手押し

Q: 長期の休みや、放課後は何をして過ごしていますか?

Aさん: 放課後は教室で友達と話したりしています。それから隣の寄宿舎にもどります。長期の休みは、家にいることが多いけれど、時々養護学校の友達と遊びに行ったり、先輩の誘いで出かけたりもします。

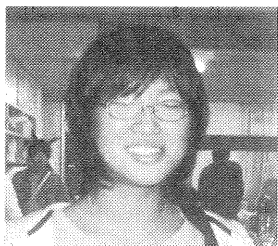
Bさん: 宿題をやっています。A J Uのイベント以外は家で過ごします。

Cさん: 長い休みはお父さんとお母さんの実家に家族でよく出かけるので忙しくしています。



Q：参加しようと思ったきっかけは？

Aさん：『夏期体験プログラム』（以下、『夏期体験』と略）が終わって誘われたからです。『夏期体験』に参加したのは、学校に井川さん（『インディ』の障害のあるスタッフ）が講演に来て、ひとり暮らしをしている話と『夏期体験』の話をして、自分にもできるのかなと興味を持ったからです。そして、友だちも行くといっただので、参加しようと決めました。



Bさん：親（母親が特に）にすすめられました。

Cさん：キャンプ(*2)に参加したのがきっかけです。

(*2)「愛知県重度障害者の生活をよくする会」が主催する、毎年恒例のキャンプ。今年は

Q：参加はスムーズでしたか？親の反応はどうでしたか？

Aさん：電車に一人でのることもあったのですが、そんなに回数は多くなかったので慣れていなくて通うことが少し大変でした。それから、連絡するために何度か電話をかける必要があったけれど、それまであまり電話で話す経験がなくて上手く出来なかった。

Bさん：スムーズでした。

Cさん：母さんは「行ってもいいよ」と言ってくれて、お父さんは何も言いませんでした。



Q：参加する前の気持ちは？

Bさん：どこに行くのが楽しみだった。

Cさん：一人で暮らすことがどれだけ大変なのか知りたかった。

Q：これまでどんな企画に参加したの？

Aさん：『夏期体験』では、地下鉄で街へ出かけてとても楽しかった。参加したことで今までより出かける機会が増えました。あとは、オシャレ企画が楽しかった。集合場所でお化粧をしたりして、男の子とペアになって出発。オアシス21へ行ってプレゼント交換をしました。ペアになった男の子が好きだったミニカーをプレゼント。私はマグカップをもらいました。



Bさん：『夏期体験』で友達と一緒に買い物に行ったのがとても楽しかったです。今日はセントレア（中部国際空港）に行って、ご飯を食べたり買い物をしたりしました。セントレアは初めてだったし、親ではなく友達と一緒にだったので楽しかったです。

Cさん：カラオケへ行く企画に参加しました。カラオケは好きなので前から親と一緒に行っていましたが、友だちと行ったことはありませんでした。自分の好きな曲を（同じ曲を2回！）唄うことが出来た！（親と一緒にいる時は遠慮してしまうので、唄えなかった。）親と一緒にいくのと、友だちと行くのとでは全然違うと思いました。クリスマス会にも参加しました。

Q：一番刺激的だったこと、楽しかったこと、困ったことは？

Aさん：他の学校の子たちと出会えて出かける機会ができたことが刺激的でした。あと、外に出る機会が増えたことが良かった。

Bさん：困ったことは自分で何でもしないとイケないこと。普段だと親がいろいろ決めてくれるので。楽しかったことは、自分の好きな服が買えたこと。親と一緒にだと親が選んでしまう。

Q：学校や家と違うところはある？

Bさん：自分で決めたり行動すること。切符も買えたし、道も覚えた。

Q：集合場所まではどうやって行くの？

Aさん：電車で行きます。

Bさん：ヘルパーとリフトタクシーで行っています。

Cさん：電車を利用しています。

Q：これからどんな企画をしたいですか？

Aさん：特に思いつきません。

Bさん：参加できなかったので「オシャレ企画」に参加してみたい。

Q：卒業したら何をしたい？将来の夢は？

Aさん：卒業してからはまだ分からないけれど、もっと外に出たい、旅行もしたい。

Bさん：卒業後は大学で英語を勉強したい。そして、将来はOL。

Cさん：パソコン関係の仕事がしたい。



主催者インタビュー1 スタッフの井川潤子さん



一宮養護学校高等部卒、29歳、女性、電動車いす使用、先天性多発性拘縮症により、日常生活全般（食事、入浴、寝起き等）に介助が必要、現在実家より独立して地域で生活している。

Q：スタッフとなった経緯を教えてください。

A：高2のときに私も『夏期体験』に参加したんです。今から3年？いやいや13年くらい前です。進路を決める時にいくつかの作業



所で体験実習しましたが、自分に合うところがありませんでした。そのとき恩師から「自立の家というところがあるよ」と紹介されたのがきっかけとなりました。それで問い合わせの電話をして、『夏期体験』を知りました。話を聞いて進路の一つとして自立生活に役立ちそう！と思い参加しました。参加したことによって今の私の生活があります。ですから、今度はこれから進路を決めていく人たちに、選択肢が広がるよう、体験を通していろんな可能性があることを知って欲しくて、そのサポートする側になりたいと思いました。

Q：『夏期体験』に参加してどうでしたか？

A：とにかく楽しかった。「車いすでも地下鉄やバスを使って外へ出ていいんだ！」と思えました。実は、高校1年のとき初めて電動車いすで地下鉄を利用した日のこと。地下鉄金山駅で駅員さんの指示に従ってエスカレーターを使用したところ、エスカレーターに不具合が起きて、何故だか駅員さんに叱られました。そして駅員さんの人だかりがで、「直すのに何百万かかる」と言われ、それがトラウマのようになっていました。あとは、初めて自分で自分の欲しいもの（洋服や髪留め）を買いに行くことが出来たことはとても新鮮でした！それまでは月に1、2回、親とカラオケや近くのスーパーへ出かけるぐらいで、服は親が選んだものを着ていました。お小遣いは使い道がなく、貯めるものだと思っていました（笑）

Q：その体験は今の生活に活かされていますか？

A：かなり活かされています！『夏期体験』で外出が出来たことによって、自分にも出来ることがあることを知りました。もしかしたら家族と離れて生活が出来るのかも！という実感が持てました。（自立生活を始めるまでには、ブランクがありました…。）

Q：後輩たちへ伝えたいことは？

A：諦めないでほしい。いろんなことが出来るんだと知ってもらいたい。「〇〇は、してはダメ！」と言われてそう思い込んでしまっている人たちにも、「みんなと同じようにいろいろ体験してもいいよ」ということを伝えたい。

Q：これから企画したいことは？

A：多くの高校生がしていることと同じような体験が出来るように考え中…。たとえば、友達同士で行く旅行など！



Q：保護者へ何か伝えたいことはありますか？

A：やりたいと思うことはなんでもやらせてあげてほしいです。「危険だから」とか、「他人に迷惑がかかるから」という理由で反対しないでほしい。一番身近な親が味方でいてあげて下さい。



Q：学校の先生へ何か伝えたいことはありますか？

A：進路を決めるとき「何が出来るのか？」ではなく、「何がしたい？」をもっと聞いてほしい。そして、その生徒がやってみたいことに対して、どうしたら出来るか相談にのってもらいたいです。

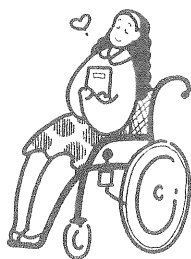
主催者インタビュー2
よしちか
スタッフの森 美親さん



名古屋養護学校高等部卒、44歳、男性、脳性まひ、電動車いす使用、卒業後約5年間更生施設で過ごし、その後通所授産施設で働く。現在は障害者デイセンター職員であり、『愛知県重度障害者の生活をよくする会』の会長も努める。本誌編集委員の「でっちゃん」の旦那さま。日常生活では、入浴、着替えなどに介助が必要。

Q：高校生向けの企画をはじめた経緯を教えてください。

A：『夏期体験』を始めたのは、はっきり覚えていないけれど今から約20年前だから、1987年ぐらいからで、『インディ』は、2006年4月に始め



ました。長期の休みは高校生にとってたくさんの経験ができる楽しい休みです。しかし、自分もそうでしたが、養護学校へ通っている高校生は、友達が近くにいなかったり、介助者がいなかったり、親が一人で外出させないなどの理由で、自宅で親と過ごすことが多く、社会とふれる経験がとても少ない現状です。高校生という多感な時期、進路を考える時期にこそ、主体的に何かをするという経験を重ねることが必要だと考え始めました。『インディ』は、『夏期体験』に参加した生徒も夏休みが終わると、もとの家に閉じこもる生活に戻ることが多いことが分かり、せっかく経験したことを忘れていってしまうようだったので、夏の体験を風化させないために、そして、『夏期体験』で不十分なところを補うためにはじめました。

Q：『インディ』に参加した人は何人ですか？

A：7人です。まだ始めて1年だからね。

Q：現在の参加状況はどうですか？

A：休むときもあるけど、だいたい続けて参加しています。多いときは7人。少ないときは2人でもやったことがあります。来てくれる生徒がいれば、この企画は実施します。



Q：企画しているスタッフはどんな人たち？

A：『夏期体験』の卒業生が中心です。19才～30才くらいの人が5～6人来ています。あと障害のない人が1人ボランティアで来てくれていて、みんな合わせると8人ぐらい。

Q：どんな進め方をしていますか？

A：週1回、金曜日の15:30～17:00まで企画会議をしています。参加した高校生からどういうものがやりたいか意見を聞いたり、企画メンバーが案を持ち寄りたりして進めています。

Q：広報はどうしていますか？

『夏期体験』：各養護学校（東海3県）に、事前に説明会の案内を送り、6月の終わりに説明会を開き、そこで申込用紙を配る。

『インディ』：9月に『夏期体験』をした人に案内を送る。

Q：今までの企画内容を教えてください。

○セントラルパークで鬼ごっこ（人さがし）のようなことをする。

○オシャレをしてデートをする。

参加した高校生同士でペアを組み、お互いに相手が欲しそうな物をプレゼントする。

○行きたいところへ行く。

ちなみに3月は中部国際空港へ。また、デート企画は大好評でした。

Q：介助が必要な人の介助者は？

A：こちらで手配しています。サポーターと呼ばれる人で、参加する生徒さんと年が近い人（同性）を手配できるようにしています。費用は入りません。通常の場合、介助者（ガイドヘルパー、親）が行き先などをコントロールしてしまっていることが多いので、『インディ』では本人の意思決定を大切にするために、企画側からあえて介助者に指示を出して、交差点などで行

き先の意味確認をすることや、本人が何か言うまで動かないようにすることもあります。これが『インディ』での介助者のあり方として一番大事にしていることです。

Q：今後のイベント予定は？参加したいときはどうすればいいの？

A：4月以降の予定としては、何か突発的なものを企画する予定。参加希望の人には1度本人と面接して介助者さがしなどをしたいので、時間をいただきたいです。今後参加したい人は、下記でお問い合わせください。

社会福祉法人AJU自立の家
TEL052-841-5554 FAX052-841-2221

Q：続けてきてどうですか？

A：成果はたくさんありますよ。本人たちに力がたくさんついてきています。企画側も楽しんでやっているし、まだまだ体験してほしいことはたくさんあります。私の持論ですが、「いろんな経験をしないと大人になれない！」と思っています。

これまでうれしかったことは、参加した高校生が目標を達成して、笑顔で「自信がついた！」と言ってくれたときです。困ったことは、無限にあります。一番は、スタッフ側の力不足で目標が達成できなかったことですね。

Q：後輩たちへ伝えたいことは？

A：とにかくいろんな経験をしよう！失敗してもいいから。それがないと前には進めないから。

Q：保護者へ何か伝えたいことはありますか？

A：失敗させてあげること。数多くの経験をさせてあげること。子離れを早くしてください。
(←こことっても大事！)

Q：学校の先生へ何か伝えたいことはありますか？

A：先生たちが勇気をもって生徒たちにいる

んな事にチャレンジさせてほしいし、一番の味方であってほしい。あと、障害をもつ当事者を自立活動のために講師としてよんでいただきたい。そのような授業を取り入れてほしい。

Q：今後の展開は？

A：本当は毎週やれるといいけれど、スタッフもボランティアに近いものがあるので、身分的な保障がないことが(収入の面で保障がない)つらいです。それだけではないけれど、その問題が解消できれば、毎週でもできると思います。この事業を文科省に応援して欲しいと強く願います！本来なら、これは親や学校がやらなければいけないことだと思うからです。希望としては、放課後支援までやっていきたいですね。

まとめ

取材を通して、うんうんとうなずけることがたくさんありました。スタッフの、参加者一人一人の成長を願う気持ち、たくさんの経験をさせてあげたい！という想いが伝わってきて、心が熱くされました♪ 高校生の皆さん、ぜひ、この頼もしい先輩たちと一緒にたくさんの楽しい経験にチャレンジしてみてください。

また、障害のある子どもが成長していく上で、自分で判断したり、選んだり、親から離れて行動してみようとする時、まわりにいる人たちは、失敗を恐れないでチャレンジさせてほしい、離れたところから見守っていてほしいなあとも思います。私の場合、同じ車いす生活になった母が良き相談者として、いろいろな制度や利用できる施設のこと、褥瘡^{じよくそう}防止のための対策法など、様々な面で情報提供をしてくれたし、イベントの際は快く送り出してもらえたので、本当に心強かったですね。まわりで一番身近な存在である人は、その子が自立していくにあたって壁になるのではなく、味方であり、良き相談者であり、協力者であってほしいと思います。

介助者と「ほどよい関係」でいられるために…

みなさんこんにちは。私は脳性マヒのアテトーゼ型で外では電動車いすを使用、家の中では手動車いすか床をはって移動しています。私の家族は同じ障害を持つ主人と、現在小学校二年生でますます生意気化してとても手を焼いている息子の3人です。さて、今回は読者の声にお応えして「家族や施設職員以外の介助者との付き合い方」について特集を組むことになりました。



はじめに

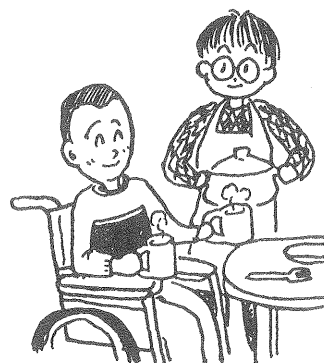
介助をする人は、私たち重い障害を持つ当事者にとって自立した生活を創る上ではとても重要な存在です。私自身も、結婚11年目を迎えますが、特に子供が生まれた頃は24時間体制で介助者に入ってもらい育児や家事を手伝ってもらっていたし、現在も時間数は減ったものの家事を手伝ってもらっていて、介助者なしでは成り立たない生活をしています。そこで、現在介助者を導入して生活している当事者の皆さんや、実際に介助者として活動されている皆さんにアンケートを取らせてもらい、介助を受ける側の「当事者」とサポートする側の「介助者」が、「ほどよい関係」を保つためにどんな方法があるかを考えてみたいと思います。

親や施設職員以外の介助者とは？

介助者は、大きく分けると「ヘルパー（有償）」と「ボランティア」に分かれます。出会いは様々ですが、ヘルパーはヘルパー事業所のコーディネーターが利用者(当事者)と話し合い、派遣時間や介助内容に応じてコーディネーターが決定した介助者(ヘルパー)を派遣することが多いです。多いと言ったのは、私は現在「セルフコーディネート」で介助者(ヘルパー)に入ってもらっているからです。「セルフコーディネート」というのはヘルパー事業所から介助者(ヘルパー)

を紹介してもらい、その後はその人と自分で時間の約束をして、その結果を事業所に報告する方法です。全国の障害当事者による自立生活センターを中心に取り入れています。具体的には、いついつの何時からヘルパーAさん、何時からヘルパーBさんという予定を事業所のコーディネーターが決めるのではなく、自分で直接紹介してもらったヘルパーと約束をし予定を組むという仕組みです。そうすることによって自分が何を手伝ってもらうかという介助内容に最も適したヘルパーに介助者として入ってもらうことができるので安心して介助が受けられるというメリットがあります。デメリットはお互いの予定が合わないをお願いしたい派遣時間に穴が空いてしまい、他のヘルパーを捜さなくてはいけないと言った点でしょうか。

一方、ボランティアはサークル活動などで出会ったり、ボランティア情報センターで紹介してもらったことが多いようです。



アンケートを実施しました

まずは、前編として『障害を持つ当事者の皆さんに宛てたアンケート』（28人分の回答）から見てみましょう。ただ、すべての回答を紙面に掲載することはできないため付録にまとめました。そちらもご参照ください。

現在、何人ぐらいの介助者に手伝ってもらっていますか？

<アンケート>

○総介助者数

有料ヘルパー数	人数	ボランティア数	人数
3人以下	6	3人以下	12
5人以下	5	5人以下	3
10人以下	7	10人以下	3
15人以下	1	未記入	10
20人以下	4	合計	28
25人以下	2		
30人以下	1		
未記入	2		
合計	28		



○1日に入る介助者数

一日の介助者数	人数
1人	1
2人	3
2~3人	3
2~4人	1
3人	3
4人	1
5人	1
合計	13

障害も生活スタイルも違うので介助者の人数もまちまちですが、最高で一日に5人の介助者に入ってもらっていると言う方もいて、きっと気疲れで大変だろう

なあとと思います。

まちの場合: だいたい一日に3人の介助者が入るので一週間で21人。ただ毎週決まった介助者が入るというわけではなく、特に土・日は仕事の関係で不規則に入ってもらう介助者もいるので、幽霊さん(たまにひよっこり来てくれる介助者)もあわせると30人ほどです。今は皆さんヘルパーとして登録してもらっていますが、7年ほど前までは全てボランティアとして来てもらっていました。

どんなことを手伝ってもらっていますか？

アンケート: 今回は「付き合い方」の特集なので介助内容は細かくお聞きしませんでした。ほとんどの皆さんが身体介護、家事支援、外出介助を手伝ってもらっているようですね。

まちの場合: 普段は家事支援と外出介助。あと、その他で育児支援を手伝ってもらっています。でも、旅行へ行ったときは状況が変わるので身体介護もお願いしています。

介助者に手伝ってもらおうと思ったきっかけはどんなことでしたか？

アンケートより: 「障害の重度化」、「ひとりでやり続ける体力の限界」、「自立生活をするために必要だったから」、「同居している家族の高齢化」などがきっかけとなっています。

まちの場合: 結婚する前はひとり暮らしをしていたのですが、出来ないことは両親が施設職員にやってもらっていました。そして結婚と同時に福祉ホームに入居し、「いつまでも親を頼ってられないなあ」という思いで介助者を導入しました。

はじめて介助者に手伝ってもらうとき、不安や戸惑いはありましたか？その不安はどうなりましたか？

<アンケート> 複数回答

不安・とまどい	人数
伝え方受け取り方	11
プライバシー	6
コミュニケーション	6
介助の質	6
約束の時間	2

ほとんどの皆さんが「ある」との答えでした。具体的には、「どう伝えたらいいか」、「指示通りにやってくれるか」という不安が一番多かったです。また、「トイレ介助を他人にしてもらうのは恥ずかしい」などのプライバシーの不安、「障害のことを理解してくれるだろうか」「落とされないか」な

どの介助の質、「何を話そう」「言葉が通じなかったらどうしよう」というコミュニケーションに関する不安が続きました。

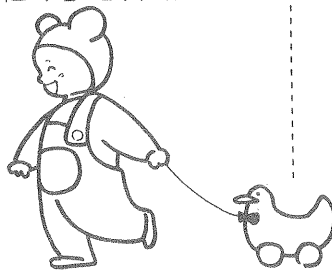
まちの場合:不安はもちろんありました。私は養護学校を卒業して、更生施設、入所型の授産施設とある面では守られた生活で、社会と接する機会があまりなかったのです。だから全くの他人が自分の言語障害のある言葉を理解してくれるかどうかすごく不安でした。

<アンケート> 不安や戸惑いが取り越し苦労

その後の不安・とまどい	人数
実際はスムーズだった	8
回を重ねて慣れた	6
工夫した	5
相談した	1

だった人が多かったようです。そうではなかった人も、「習うより慣れよ」で、回数を重ねること

で解消された人や「介助の方法を文章化した」など「工夫」をした人も多いようです。そんな中で気になったご意見として、「うちの中に入るのでプライバシーが守られるか心配」とありましたが、残念ながら解消はされていないようです。確かに難しいですね。財布にお金がいくらあるかとか、FAXやメールの内容がなんであるかとか……。ただ、介助者側も見たくて見る訳ではないので、ここで今一度お互いに個人のプライバシーは絶対に守ってもらえるようお願いしたいと思います。プライバシーと言えばちよつとずれるんですが、世の男性諸君が持っているだろうAVビデオがうちにもありまして、それはやはり恥ずかしいので私は棚の奥の方へ隠したのですが、見事に息子が見つけてしまい、ビデオを見て「これなあに？」と介助者のお姉ちゃんに聞いていたことがありました。まあ、その時の介助者は理解ある人だったのでよかったのですが(汗;)



まちの場合:場所が自宅なので静かだったということもあり、ゆっくり話せば分かってもらえるんだとわかり自信ができました。なにしろ話さないと家事とかが進まないのです。

実際に介助者に入ってもらって良かったと思うことは何ですか？

<アンケート> 今まで時間をかけて自分でや

よかったこと	人数
以前より生活が充実している	10
時間を有効に使える	5
したいことができるようになった	4
情報が入る・介助者との話が楽しい	4

っていたことを介助者に手伝ってもらうことで時間が短縮でき、有意義に生活を送ることが出来るという意見や、いろんな人との

出会いがあり、視野が広がったという意見が多かったです。その中で「以前より他人に優しくなった」という意見があって、これって素晴らしいなあと思いました。「人に優しくされると、自分も人に優しくなれる」という考え方を、いじめで問題になっている学校の先生や子供達に教えてあげたいと思います。

まちの場合:うちはいろんな職業を持った人が介助者として入ってくれています。保育士さんやOLさんやスナックのママさんまで。それまで社会と関わるのが少なかった私にとっていろんな職場で働いている人たちの話を聞くのは、未知の世界に足を入れるという感じで勉強になることも多いです。やはりいろんな人との出会いがあることは良いと思います。

逆に介助者に入ってもらって良くなかったなと思うことは何ですか？

<アンケート> 介助者と何時から何時までと

よくなかったこと (主なもの)	人数
約束の時間に拘束される	2
人間関係の困難	2
うまく伝わらないこと(人)がある	2

いう時間の約束をするので、「生活が約束の時間に拘束されてしまう」という意見がありました。

家族と同居の家庭では、介助者をお客様扱いとする傾向もあるのか、その人の家族も介助者も居づらくなるといった意見もありました。そう

例えば、介助を受ける人にとっては「家」は安らぎの場であるはずですが、たまに「さあ、がんばるぞ〜」とハイテンションで来られる介助者もいて、これがけっこう私たちには疲れるんですね。こちらも余裕があれば応えられるんですが…。介助者の方にはお願いです。雰囲気をつかんでもらい、疲れてるなと感じたらそおとしてもらえるとうれしいです。(出来る範囲でいいので)

まっちの場合:うちは家事支援と育児支援の介助が多いので、必然的に主婦の方が介助に入ることが多いです。ほとんどが子育てを終えた方達で色々なアドバイスがもらえてとても助かっている反面、「自分の子育て論」を押し付けてくる方もいて…、「自分はこう思っている」と説明してもなかなか理解してもらえないことがあります。私はそう言うとき、もうその「子育て論」とやらを適当に聞き流しています。



介助者と付き合う上で配慮していること、工夫していることはありますか？

アンケート:やはり皆さん「介助者の得意・不得意を把握する」ことは欠かせないようです。把握した上でその人にあった介助内容を依頼している人が多いようです。その中で特に「食事」について工夫されている方が多く、ネットで料理のレシピを調べたり、料理の苦手な介助者には簡単なものをお願いするか、お総菜を一品買ってくるといった工夫もあるようです。それから、終了時間に終われるように介助者に合わせて何を手伝ってもらうか事前に決めておく人や、身体介護は力のある人をお願いするという人もありました。また、身体介護の場合は危険を伴うこともあるので、介助を受ける前によく

話し合うこととありました。

まっちの場合:セルフコーディネートなので介助者の手配は自分でやっています。ですから、お互いの連絡先は必ず教え合っています。最近はメールが普及して、言語障害のある私としてはとても助かっています。

食事の時間に介助者がいるとき、介助者の食事はどうしていますか？食事代は？

アンケート:介助者に食べるかどうかを選択してもらい、食べるのであれば実費でいくらか払ってもらうという意見や、始めから食事を取らないと決定しておき持参してもらったり、食事の時は他の家事(台所の片付け)をやってもらうといった意見が多いです。そんな中でよく考えているなあと思う意見がありました。介助者にも食事を一緒に食べてもらう理由に、「自分が作った料理の味を分かってもらうため」と、「お互いのコミュニケーションをとるため」とのことです。これは介助者にとっては厳しいご意見ですが、考え方を変えれば料理がうまくなるチャンスかも知れませんね。

まっちの場合:臨機応変かな…。遠方から一時間半とか一時間ほどかけて来てくれる介助者もいるので交通費代わり(ヘルパー事業所の交通費支払いの上限を超えるので)に食べてもらうこともある、ヘルパーを本職として入ってくれる人は基本的に食べません。でも子供の誕生日とか何かイベントがあるときは一緒に食べて会費はもらうことにしています。



頼みにくいことや改善してほしいことがあったとき、どう伝えますか？

アンケート:介助者に正直に話す人もいれば、様

子を見ながら分かりやすい言葉で説明するという人もいました。あと、どうしても言えないときはヘルパー



事業所のコーディネータから伝えてもらうという意見もありました。また、こんな意見も。「しゃべってばかりで仕事はかどらないとき」→こちらからなるべく話題を提供しない。「指示通りにできないとき」→ある程度回数を試みてもらってそれでも無理なら諦める。「終了時間までに終われない」→時には30分延長にしてもらう。

まちの場合:私はけっこう苦手です。本当はいけないのですが、介助者と親しくなると言いたいことがあっても「まあいいかっ」とに逃げてしまうことがあります。でも、やはりどうしても言わなきゃいけないことは介助に入る前に直接伝えたり、あとからメールで伝えたりしています。

どうしても相性が合わなかったときは
どうしていますか？

アンケートより:自然消滅を考える意見もあれば、当事者の仲間に相談してみたり、ヘルパー事業所に伝えて交代してもらうという意見がありました。

まちの場合:自然消滅……。私は自分で介助者に「今度いつ来るか」という約束をしているので、どお～しても「イヤだ」と思う人には、次回の約束をしません。

「困ったなあ」と思ったことがあれば
教えてください。

アンケート:特に気になった意見として、「気がつけば介助者のカウンセラーになっていること」とありました。そうですね、私たちも気持ちに余裕があるときは介助者を友達として雑談

や悩みを聞くことができます。でも、逆に介助者の皆さんも同じような場面に遭遇された方も多いと思います。余裕がないときは大変だけれど、お互いに混み合った話が出来るのは信頼感があるからかなと思います。

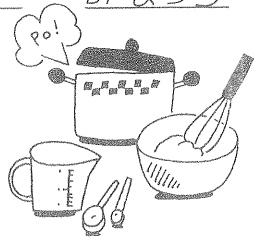
まちの場合:子供が小さい頃は自分よりも介助者に甘えることが多く、また実際介助者の方が子供に手を掛けることが多いので、介助者も子供も責められないということで淋しい思いをしました。今では子供も大きくなり、決定権は私が持っていることが子供にもわかっているので、うまく甘えられたり、介助者がいない時だけは、頼れる「ちびっ子ヘルパー」をやってくれています。これから育児支援をされる介助者の皆さんへ。それぞれの経験、考えもあるでしょうがほんの少し母親・父親の思いもくんでもらいながら介助にあたってもらえるといいなあと思います。

どんな介助者であってほしいですか？

アンケートより:この質問には本当に色々な意見がありました。その中で「基本的には当事者主体の生活なので、当事者の意思を尊重してほしい」「空気のような存在」「有償・無償の立場を超え、互いに約束を守り、理解し合える存在」「ある程度慣れたらこちらが指示を出さなくても、確認しながら次の介助にあたってほしい」。等々。そして「有償介助者にはある程度の専門知識を望む」という意見もありました。介助者の皆さんには厳しいご意見もあると思いますが、再度認識いただけたら良いなあと思います。**まちの場合:**「癒し系の介助者」を望みます。とにかく一緒にいてホッとできる人かな。

これから介助者に介助依頼をする人へ
アドバイスをお願いします。

アンケート:「世間話はお互いのことを知る情報



交換になるので良いと思う」、「他人のことを半分聞くこと」(このニュアンスいいなあ)、そしてこんな意見もありました。「ヘルパーに資格が必要なように、当事者側にもスキル(手腕技量)を求める機会やトレーニングする場があった方がよい、福祉ホーム入居経験など」。つまり、有償の場合は介助をする側には資格が求められ、講習を受けなくてはならないけど、当事者側はいきなり地域で生活を始める人も増え、しかし介助者とのトラブルも多く発生していると聞きます。そうですね。当事者側も「人とのつきあい方」についてノウハウを持っていた方が介助者との関係もスムーズに入ることができると思います。

介助者を探したことはありますか？
その方法も教えてください。

アンケート:ほとんどの人が「ある」と答えています。やはりヘルパー制度では認められていない一泊旅行や職場や学校での介助者探しは大変ですよね。探し方としては友人や知人に電話やメールで片っ端から聞いたり、サークル等で知り合った人に声を描けるという意見がありました。う～ん、「介助者集めのための出会い系サイト」があつたらいいのになあ。でも間違つてとんでもない人が来たらどうしよう・・・?(笑)

まっちの場合:探したことはあります。ボランティアとして介助者に来てもらっていた頃はビラ配りやホームページで介助者を集めていました。現在では、講師活動で受講者の中に目新しい人がいれば声をかけたり、今来ている介助者に「誰か出来そうな人いない？」と尋ねています。

ま と め

この原稿を書いて「あ～、長いなあ」と思ったので、アンケートにお答えくださった皆さんにも貴重なお時間を割いたように思います。ご協力どうもありがとうございました。

私は結婚と同時に介助者を導入し、はじめの四年間はすべての介助者にボランティアとして来てもらっていたので、やってもらう立場としてとても気を遣うこともありました。でも、介助者側も喜んで来てくれていたので、何か得るものがあったのでしょね。ヘルパー制度が充実してきた現在では、介助者が報酬を得られることで、「介助を受ける人」と「介助する人」がほぼ対等な立場で関係がもてると思います。私事ですが、母親と介助者のことでよくけんかをします。例えば、母親が息子に「せっかくヘルパーさんが考えて作ってくださっているのに、全部食べないかんよ」というと、私は「材料を買って献立を考えるのは私。ヘルパーさんは作るだけ」とおこります。確かに母の言い方にはムツとくるけど、「やってもらったらありがとう」という感謝の想いを子供にも伝えていきたいと思っています。

最後に、現在一人暮らしをされている当事者の方から、これから介助者を導入して生活しようとしている皆さんへ、とても貴重なアドバイスをもらいましたのでご紹介しましょう。

「家族や施設職員へ介助を依頼することに慣れている人には、他人介助に慣れることに時間が必要だと思うが、積極的な姿勢で社会的に焦らず、忍耐強く慣れることが寛容。それとともに地域で暮らすことだけが目的ではなく、自分は地域で何をしたいのかという目的知識をしっかりと持ってほしいと思う。この目的知識が希薄だと、地域で暮らしてはみたけれど、介助者さんとの人間関係だけで疲れてしまうところがある。自宅や施設と変わらない生活にならないよう、社会参加、余暇活動を楽しんでほしい」

次回は介助者のみなさんにご協力いただいたアンケートを元に、私なりにご意見を述べさせてもらおうと思います。どうぞお楽しみに。

じんいしょく 腎移植をした橋本さん

本誌の校正ボランティアとしてずっとお手伝いいただいている愛知県春日井市の橋本さん（36歳、女、慢性腎不全^{まんせいじんふぜん}（*1）による内部障害1級）が、『腎移植』を受けてから1年が経過しました。『腎移植』とは、病気で働きを失った腎臓を第三者により提供された健康な腎臓と取り替える治療法です。今回は橋本さんに、移植を受けるまでの生活と現在の生活についてうかがいました。



(*1)腎臓は、尿を作ることにより血液をきれいにする「ろ過器」です。腎不全とは、何らかの原因で腎臓の機能が低下した状態で、その機能が元に戻らなくなった状態を「慢性腎不全」といいます。慢性腎不全の治療には「腎移植」と「透析療法」があります。

Q：発病はいつ頃ですか？

A：10歳の時に学校の尿検査で^{たんぱく}蛋白の数値が引っかかり、病院を受診しました。でも、原因が分からず、ネフローゼ（腎臓病の一種）と言われたりして、症状が良ならないまま病院を転々としました。18歳のときにまた調子を崩し、愛知医科大に入院してやっと「腎不全」と診断され、ちゃんとした治療が始まりました。

Q：透析(*2)はいつ頃からですか？

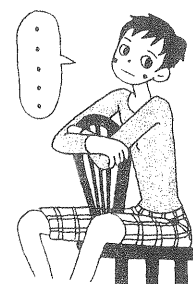
A：20歳で吐き気など腎不全の末期症状がでてきました。透析の可能性もあるということで、いつでも透析を始められるようにシャント（手術で動脈と静脈をつなぎ、動脈から直接静脈に血液を流す道）を作りました。そしてその翌年、風邪を引いたと思って近くの病院に行ったら「透析導入」と言うことになりました。入院して最初は3日間毎日透析を行い、その後1日おきに1回4時間の透析をしました。2週間ほどで身体が慣れたので退院して、自宅から近くの病院に1日おきに通うことになりました。最近、症状の軽い状態から透析を始めるけれど、その当時は重くなってからはじめていたようです。

(*2)腎臓の代りに血液をきれいにする治療法

Q：透析に通う生活はどうでしたか？

A：1ヶ月たたないうちに、シャントが使えなくなって、反対の腕にまたシャントを作りました。あと大変だったのは時間。1日おきに通うのも大変だけれど、患者が多くて病院の待ち時間も長く、いつも4時間以上かかり大変でした。日常生活では階段の上り下りが辛かったし、食事の制限もあって、料理は味付けをする前に自分の分をなべから取って薄味にして食べていました。

私は旅行好きなのですが、2泊以上の場合は旅先の病院で透析の予約をする必要があるのではなかなか気軽には行けませんでした。心臓に水がたまっていないかをレントゲンで確認したり、3ヶ月に一回心電図（心臓疾患の確認）をとったり、カリウムを取りすぎているか心配したり（排泄されなくなると重い不整脈などになる）、体重も増やしてはいけない（体重が増えて血液の量が増えると心臓に負担がかかかると）と気がかりの日常でした。



Q：『腎移植』までどれくらい待ちましたか？

A：『腎移植』の登録を教えてくれたのは、透析病院のケースワーカーでした。障害者手帳の手続きと一緒に、腎不全の生活や腎移植の登録の方法を教えてくれました。だから、15年待機したことになります。一度だけ、年末の年もおし迫った時期に「腎移植を受ける気がありますか？」と電話があっただけで（結局その時は選ばれなかった）、私は長く待ちすぎているので半分諦めていました。

Q：今回の連絡はどうでしたか？

A：昨年1月13日午後7時、ちょうど私が病院で透析をしていたとき、腎移植センターから「献腎移植けんじんいしょく(*3)できますがやりますか？」と電話がかかってきました。とても驚きましたが、もちろん私は「やります」と答えました。改めて電話をすることだったので、私は家の電話の前でずっと待ちました。待っている間はとてもとても長い時間を感じました。そして、深夜2時半頃、待ち望んでいた電話がやっと鳴りました。どんな内容だろうととても緊張しました。「朝9時までに〇〇病院に入院の準備をして来て下さい。」という内容でした。喜びと不安といろいろ複雑な思いの中あわただしく入院の準備をしました。

(*3)亡くなられた方から腎臓を提供していただく移植のこと。

Q：手術と術後はどうでしたか？

A：入院したその日の夕方手術を受けました。腎臓が届くのが遅れ、18時手術開始が19時半になりました。手術は5時間と聞いていたが4時間半経過した深夜0時頃に終了。私が目を覚めたのはその日の朝、集中治療室でした。経過は順調でした。ただ、腎臓に負担をかけないために動くことができず、寝たきりが続いた

ことがとても辛かったです。切ったところが鬱血うっけつしないために足は曲げられませんでした。しかも、紙の下着と腹帯を付けて、和式のねまきを上からかけられた状態で…。術後免疫抑制剤（移植した臓器の拒絶反応を抑えるための薬、副作用として菌に対する抵抗力が下がり感染しやすくなる）を飲んでいて、この1週間が移植した腎臓が安定するかどうかのヤマだと言われていました。せっかくだいた腎臓、やはり感染して機能しなくなるのが一番怖いので、辛くても無菌の個室でじっとしているしかありませんでした。

術後1日目：集中治療室を出て透析へ、その後個室へ移る

術後2日目：安静

術後3日目：透析

術後4日目：安静

術後5日目：腎臓の状態がよく、この日から透析がなくなった

術後6日目：昼過ぎから座る練習開始
夕食は座って食べた

術後7日目：朝から立つ練習
午後は歩く練習

術後8日目：狭い病室の中を歩く。

術後2週間半頃：おとなしく無菌の個室で過ごしていたが発熱。とても心配したが、何とか腎臓はそれを乗り越える。

術後18日目：家族以外の面会が可能になる

感染が怖いので退院するまでずっと病棟のあるフロアーと売店までの範囲しか行けませんでした。



そして、ついに2月25日、術後42日目に無事退院しました。それからは、発熱したことも何度かあったけれど、いただいた腎臓は元気に動いてくれています。

Q：最近の調子はいかがですか？

A：調子はいいです。太りました。以前は食事制限があったのですが今は以前ほどではないので、食生活食習慣は変わっていないつもりだけれど……。体重計にのるのが怖い。尿量も違います。以前は一回大さじ一杯ぐらいでしたが、今は普通にしています。便秘もなくなりました。

Q：以前の生活と変わりましたか？

A：透析が必要なくなったので、時間にとらわれなくなりました。あと、以前は2日間おきに（透析に行く日）身体がとてもつらかったけれど、それがなくなって、階段の上り下りも楽になりました。以前は、いつでも貧血状態で、「きつい」「辛い」と踊り場で休憩しながらだ



ったのが、休憩しなくてすむようになりました。足が軽くなった気がします。先生は腎臓の機能はよいと言っています。これからは旅行にいっぱい行きたい。

Q：今通院はしていますか？

A：まだ腎臓を薬でだましている状態なので、病院をさぼると腎臓が腐ってしまうと先生に言われています。ただ、退院直後2週間に1度だった通院が1ヶ月に1度になっているし、薬もなくなりはないけれど減っています。ずっと免疫抑制剤を飲んで免疫を下げているので、風邪を引かないように気を付けています。

Q：^{けんじんいしょく}献腎移植についてどう思いますか？

A：新聞などで色々な意見を目にします。最近では病気の腎臓を移植する話もありましたね。また、臓器移植は脳死の判定基準など難しいことがいっぱいです。ただ、私は私に腎臓を下さった方やその家族の方に感謝の気持ちでいっぱいです。その方の分まで私に何ができるかまだ分かりませんが、なにか役に立てればと思っています。私は前腎協（社団法人全国腎臓病協議会）に入っていて、年に1度、「^{ぞうきていきょういしひょうじ}臓器提供意思表示カード」(*5)を街頭で配っています。最近、コンビニや本屋などでもカウンターにおかれていますよね。多くの人に『臓器移植』のを知ってもらって、臓器を提供するしないはそれぞれの意思で決めべきだと思います。ですが、なんらかの意思表示をしてもらえればと思います。



臓器移植について考える

橋本さんの調子もどり本当に良かったと思います。透析時間がせまった以前の彼女はとても辛そうでした。それに、透析に行かないと命に関わる状態を日々続けてきたことは慣れもあるとはいえストレスだったと感じます。

橋本さんのことをきっかけに、改めて^{ぞうきいしょく}『臓器移植』のことを調べてみました。

●待機者数

『日本臓器移植ネットワーク』(*4)に登録して『臓器移植』を待っている人は、平成19年4月2日現在で、下記のとおりです。

	心臓	肺	肝臓	腎臓	脾臓	小腸
登録者数	100	128	152	11,941	157	1
内、心肺同時	4	4	-	-	-	-
内、肝腎同時	-	-	0	0	-	-
内、脾臓同時	-	-	-	129	129	-

橋本さんのように『腎移植』を希望する人は、全国に11,941人もいます。また、末期の心臓病や肝臓病の方は移植を受けないと生死に関わるのですが、『心臓移植』で100人、『肝臓移植』では152人も人の登録があり移植を待っているそうです。

● 『献移植』の種類

『献移植』には、「脳死移植」と「心停止後の移植」があります。

脳死移植:すべての臓器の移植が可能。ただ、「脳死」は、脳の機能が停止している状態だが心臓は動いているので、死とは認められていない。しかし、「臓器移植法」によって臓器を提供する意志（本人と家族）がある場合に限り「死」と認められ、下記のような流れで移植される。

- ①「脳死」と診断
- ②生前の本人の意思を「臓器提供意思表示カード」などで確認
- ③家族の承諾を得る
- ④脳死判定で「脳死」と認められる
- ⑤移植

心停止後の移植:腎臓、脾臓、眼球のみ移植可能。つまり、生死に関わる『心臓病』『肝臓病』の人たちに必要な臓器は、この移植からは得られない。

「脳死」は人の死なのか？

一方で、「脳死」移植に反対をしている人たちもいます。「脳死といわれる状態でも体温は暖かく、胎児もおなかの中で成長する。メスを入れれば血圧は変化するし、死んでいるとは言えない。脳死にならないような治療法も現在実施されている。脳死に対する認識があいまい。脳に重い損傷を受けたときは、本人の救命に専念するのが国や医療関係者の責務である。心臓病などの治療には移植によらない方法の研究に方向転換することを求める。」と主張しています。

う～ん、難しい。何をもって死とするのか。ずいぶん前から「臓器提供意思表示カード」を携帯している私ですが、「脳死」について深く知らなかったと痛感しました。移植しか生きる道がないと言われている人たちは脳死での臓器移植の機会を待っているでしょう、でも、その「脳死」状態が本当に回復できない「死」の状態なのか、回復できないとしてもそれを「死」と誰が判断するのか。

私たちには考え、判断するための情報がもっとも必要だと思いました。

これをきっかけに、多くの方が今一度「人が生きること」、「人の死」、「医療」について考えていただけることを願います。

○社団法人 全国腎臓病協議会

〒170-0002 東京都豊島区巣鴨1-20-9

巣鴨ファーストビル3F

Tel 03-5395-2631 Fax 03-5395-2831

<http://www.zjk.or.jp/>

E-mail:info@zjk.or.jp

○社団法人日本臓器移植ネットワーク

〒105-0001 東京都港区虎ノ門1-5-16

晚翠ビル3階

TEL 03-3502-2071 FAX 03-3502-2072

一般用リ-ダイヤル 0120-78-1069

<http://www.jotnw.or.jp/index.html>

○「脳死」・臓器移植を許さない市民の会

〒104-0061 東京都中央区銀座6-9-7近畿建物

銀座ビル7階 銀座通り法律事務所内

TEL03-5568-7603/FAX03-5568-7607

<http://noushi.fc2web.com/>

E-mail info@changejapan.org

名古屋の新名所『ミッドランドスクエア』のご案内

皆さんこんにちは。脳性まひによる四肢まひで電動車いすを使用している克己です。3月名古屋駅前にオープンした『ミッドランドスクエア』へ外出好きの克己が皆さんをご案内します。



『ミッドランドスクエア』とは

名古屋市の玄関口名古屋駅前にそびえ立つ、地上47階、地下6階からなる高さ247mのビルの名称です。会社のオフィスと商業施設、映画館、屋外型展望施設（スカイプロムナード）などが入っています。特徴としては、高級ブランドショップや、高級飲食店、そして、日本一の高さを誇る屋外展望施設でしょうか。オープン以来連日テレビをにぎわせた新名所、皆さん一度は行ってみたいですね。

地下街と6ヶ所で接続

車いすを使用していると、目的地の建物に着いたのに段差のない入口が見つからず時間が余分にかかることがよくありますが、『ミッドランド』は、地下街とつながる6ヶ所の連絡口がすべて平らなのでそんな心配はいりません。もちろん地上からも問題なくアクセスできます。

展望台（スカイプロムナード）

まずは、オフィスタワーのシャトルエレベータに乗り41階へ行きます。降りると係員が案内してくれます。多くの人は並んでエスカレータで展望台へ行くようになっていますが、車いす使用者やベビーカーを押している人、杖をついている人、妊婦さんなどは別のルートでエレベータへ案内されます。別の言い方をすると並ばずに展望台に行けます。ただ、僕は個人的には分けられるのは嫌いです。並んでもみんな同じルートで行けるといいなと思います。エレベ-

タに乗る前にチケットを購入します。

<チケット代> 小学生 300円

中学生以上 700円、65歳以上 500円

障害者手帳の提示で本人と介助者1名 無料

エレベータは身障仕様で、ボタン操作に特に問題はありません。44~46階が展望台です。46階で降りて、歩ける人はスロープや階段などで下のフロアへ移動するようですが、車いす使用者の場合は、エレベータで移動します。3フロアありますが、どこも僕には同じように見えて違いは説明できません。展望台は屋外型のため、雨天時は濡れます。また、高層のため風が強くなり傘の使用が難しくなるそうでレインコートが必要のようです。

展望はとてもよかったです。北の方角には名古屋城、ナゴヤドーム、テレビ塔、市役所等が見えます。東には東山スカイタワー、熱田神宮等が見え、南は名古屋港等が見えます。

<営業時間> 11:00~23:00（最終入場は22:30）

映画館

5階にあります。そこまでは、車いす使用者、ベビーカー、杖使用者、妊婦さん専用のエレベータに乗ります。僕が利用したときは、係員がその専用エレベータに乗っていて一般の人が乗ろうとすると断っていました。それ以外にも3基エレベータがあり、そちらは僕たち以外でも利用可能です。みんなが並んでいるときは、専用エレベータもかえって気がひけます。

映画館のロビーは明るくて、窓から隣の超高層

ビルがみえます。ベンチが設置されているので外を見ながら飲食もできます。

<特 徴>

- 7つのスクリーンの全座席に本牛革張シートを採用。
- 各スクリーンに車いす席が2席ある。スクリーン1（6列目）以外は、前から3列目にあり、どの車いす席も前列とは通路を挟んでいる。

僕は飲み物飲みながら見るので、ドリンクホルダーがあると使いやすいのですが、残念ながらありませんでした…。ちなみに、ポップコーンとドリンクのセットで500円でしたよ。

同じフロアーに障害者用トイレもあります。

<映画料金>

- 一般 1,800円、大学生・高校生 1,500円
- 中学生・小学生、60歳以上 1,000円
- 障害者手帳提示（本人と同行者1名）1,000円

<貸し出しサービス>

- チャイルドシート（身長に合わせて2種類用意）
- 掛け用ブランケット
- 難聴者向けヘッドフォン及び補聴器対応アダプター

障害者用トイレ

多目的トイレという名称で設置されています。ドアの開閉は手をかざすセンサー方式。ドアが開くと同時に中の電気がつきます。ドアが閉まると施錠中の文字が表示されます。この文字が表示されたことをしっかり確認してください。僕がトイレをしている最中にドアがひらいてしまったのでちょっとびっくりでした。



4階のレストラン街

お昼は4階レストラン街の「今井屋本店」で焼き鳥丼を食べました。食後のコーヒがついて、1,600円でした。おいしかったですよ。4階のレストラン街は特に段差のある店はありませんでした。ただ、値段が高いですね。レストラン街は11時オープンです。ただ、まだ混んでいるので、予約をするか、11時に行かないと待つことになるかもしれません。

韓国料理、スペイン料理、イタリアン、酒蔵料理、京料理、中華、洋食、天ぷら、江戸前寿司、焼き鳥、手打そばなど

地下1階

「ハーゲンダッツ」に似たアイスクリーム屋『ピエール マルコリーニ』に行って、チョコレートチップを食べました。630円と高いけれどおいしかったですよ。アイスクリームは持ち帰りもできます。この店はチョコレートとエクレーアも有名みたいです。バラ売りしているチョコレートは1個300円位が多かったです。エクレーアは僕が行った時は、すべて売り切れていました。

最後に

これからのシーズン展望台はおすすめです。心地よい風に吹かれてのんびり景色を楽しんだり、夜は様々な色に変化する霧で神秘的なムードを演出しているので、デートによさそうです。また、名古屋駅から地下街で繋がっているため雨の心配はありません。ただ、地下街、展望台、映画館と、すべてエレベータが分かれているので、乗るエレベータを間違えると行きたい場所にはなかなか付けません、事前によく確認してエレベータに乗ってください。たまにはおしゃれな気分でもミッドランドスクエアを楽しんではいかがでしょうか。

自立支援法 名古屋市の支給基準(訂正)

前号で「名古屋市の支給決定基準」を掲載しましたが、使用したデータが少し古く「重度訪問介護」の単位数が少し変わっていたため、最新の単位数をお知らせします。「居宅介護」については、支給決定Ⅱ、Ⅲの列に単位数を入れました。重複する部分もありますが、参考にいただければと思います。

●支給決定基準Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ(介護給付)

(1)支給決定基準Ⅰ

名古屋市の利用実績の平均から標準的な基準を障害程度区分ごとに設定

(2)支給決定基準Ⅱ・Ⅲ

介護を行う人の状況、介護給付費など各種サービスの受給状況、障害者などの置かれている環境などの理由により、障害程度区分ごとに支給決定基準Ⅱ・Ⅲを設定

○支給決定基準Ⅱ(上記の理由によりさらに介護量が必要な場合)

支給決定基準Ⅰを居宅介護は1.5倍、重

度訪問介護・重度障害者等包括支援は1.3倍拡大した基準

○支給決定基準Ⅲ(単身又はそれに準じる場合)

支給決定基準Ⅰを居宅介護は2倍、重度訪問介護・重度障害者等包括支援は1.5倍拡大した基準

●審査会の意見聴取

支給決定基準Ⅰ・Ⅱ・Ⅲでは、対応できない非定型な支給決定は審査会の意見聴取を踏まえて決定する。

居宅介護	支給決定基準Ⅰ	Ⅰの1.5倍		Ⅰの2倍		備考
		支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	
区分6	21,790単位	32,690単位	43,580単位			※身体介護1時間400単位、家事援助1時間150単位で計算
区分5	15,890単位	23,840単位	31,780単位			
区分4	11,360単位	17,040単位	22,720単位			
区分3	7,620単位	11,430単位	15,240単位			
区分2	5,530単位	8,300単位	11,060単位			
区分1	3,360単位	5,040単位	6,720単位			
児童区分3	12,590単位	18,890単位				
児童区分2	8,390単位	12,590単位				
児童区分1	5,880単位	8,820単位				
重度訪問介護	支給決定基準Ⅰ	Ⅰの1.3倍		Ⅰの1.5倍		備考
		支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	
区分6	64,400単位	83,490単位	96,370単位			※1時間230単位で計算
区分5	45,770単位	59,340単位	68,540単位			
区分4	25,530単位	33,120単位	38,180単位			
重度障害者等包括支援	支給決定基準Ⅰ	Ⅰの1.3倍		Ⅰの1.5倍		備考
		支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	支給決定基準Ⅱ	支給決定基準Ⅲ	
区分6	90,360単位	117,470単位	135,540単位			



そらいろ探邸団

そらいろたんていだん

一級建築士のどんちゃんがあなたのお宅を訪問します。



マンションのエントランス

～第21回 名古屋市のAさん邸～

今回は名古屋市にお住まいのAさん宅にお邪魔しました。Aさんは新婚ほやほやで、旦那さん（いわゆる健常者の方）と新築のマンションに二人で暮らしています。Aさんは脊髄性筋萎縮症のII型で、上肢にも障害があり、生活のほとんどに介助が必要です。平日は授産施設で働いています。外でも家の中でも電動車いすを使用して生活されています。

どん：いやあ、素敵なマンションですね。

Aさん（以下、A）：ありがとうございます。このマンションを購入するまでには紆余曲折がありました。まだ結婚する前、付き合いだして2年ほど経った頃ですが、夫が一人暮らしをすることになって、私が電動車いすのまま遊びに行けるアパートを探したんですが、なかなか良い物件が見つからず、結局満足のいくところを借りることができませんでした。その頃から徐々に結婚を意識し始め、今度はちゃんと一緒に住める場所を探そうということになりました。このマンションを購入する2年ほど前のことでした。最初は民間の賃貸物件や、市営住宅などを探していたのですが、電動車いすのまま入れる、駅から近い、などの条件を満たす物件に出会うことができずにいました。それで選択肢を新築マンション購入というところまで広げて探したところ、条件に合ったこの物件に巡り会いました。

どん：なるほど。家賃と毎月のローンの返済額を比べると、購入してもあまり変わらない場合がありますよね。

A：そうなんです。ただ長いローン生活が始まってしまいましたが…。契約時はまだ工事も始まっていなくて、細かい設計の変更ができるということで、共用部分の使い勝手など、私でも使いやすいように変更してくれるということで、この物件に決めました。

どん：良いタイミングでしたね。予算が変わらない程度の変更なら、マンション販売会社も売るためにそれくらいのことはしてくれるでしょう。

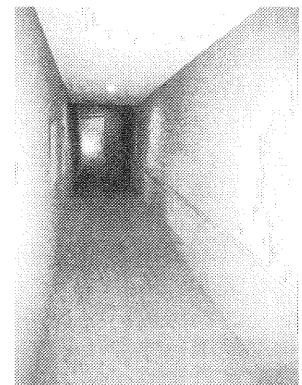
A：道路からのアプローチですが、このマンションのエントランスホールまでは階段が5段あり、車いすでは行けません。でもすぐ横に駐輪場用の出入口があり、そこなら段差なくエントランスホールや自室まで車いすでアプローチできます。

どん：駐輪場の出入口も自動ドアなんですね。これなら車いすでも出入りしやすいですね。

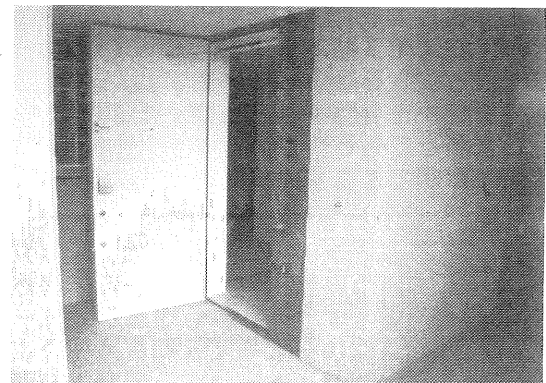
A：道路からどのように自室まで行くかは、購入前にマンション販売会社と念入りに打合せをしました。駐輪場の出入口は鍵が掛かっているのですが、鍵の位置を私が一番使いやすい位置に変更してもらったので、一人でマンション内に入ることができます。エントランスホールまではスロープで繋がっていま



駐輪場の出入口（壁に付いているのがドアの鍵穴）

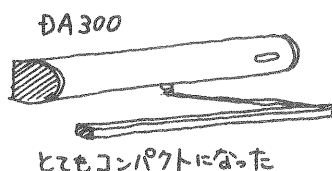


エントランスまでのスロープ



玄関（玄関ドア上部にドアオペレーター）

[*]アブロイのニュータイプ：



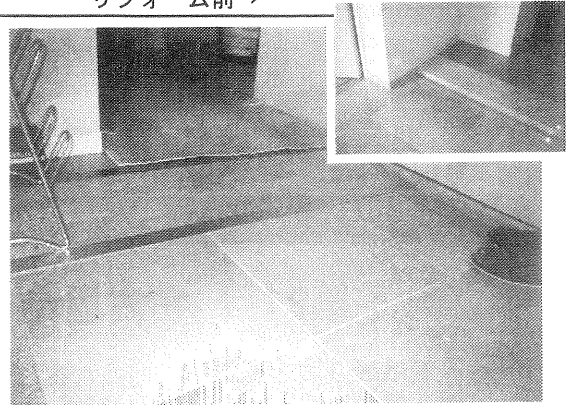
ABLoy(アブロイ) フィンランドのX-カー

・DA300(インテリアドア専用) 210,000円(税込・本体のみ)
寸法 巾45.3cm×奥行8.2cm×高6.8cm
重量 3.1kg 最大ドア重量 60kg以下

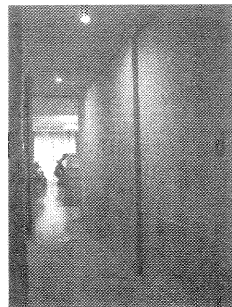
・DA361(エクステリア・防火戸用) 336,000円(税込・本体のみ)

※ちなみに前機種は 246,750円(税込・本体のみ)

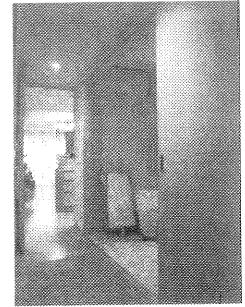
す。
どん：最近のマンションは「バリアフリー」を売り文句にするくらいですからね。一昔前とはずいぶんと時代が変わったものです。
A：このマンションは全戸バリアフリー仕様になっています。といっても玄関には少し段差があるのですが。
どん：それでは玄関を見せて下さい。
A：玄関ドアには電動でドアの開け閉めと鍵の施錠のできるものを付けました。
どん：これはアブロイのニュータイプ[*1]のドアオペレーターですね。
A：以前は一種類しかなかったそうなのですが、新しい商品では屋外用と屋内用の二種類になり、屋外用は以前のものより価格が高くなってしまいました。
どん：以前より約9万円高くなりましたね……。
A：名古屋市の障害者住宅改造補助金の上限である80万円以内で工事金額を収めたかったので、屋内用が使えないかを考えました。
どん：屋内用は逆に以前のものより約4万円安くなっています。でも屋内用はパワーが屋外用よりも弱く、玄関で使うにはリスクがありますね。
A：リスクは承知の上で屋内用を取り付けることにしました。今のところ問題はありませんが、キッチンの換気扇を強めにしていたり、強風が吹いていると開かないことがあります。
どん：締め切った部屋で換気扇を回すと、部屋の空気が換気扇に吸い込まれ、玄関ドアに引っ張る力が働いて、ドアが開かなくなるんですね。
A：ドアを開ける時は換気扇を弱めれば良いと分かっているのですが、そんなに問題ではありませんが。
どん：玄関の段差はスロープで解消されています。
A：大理石の上がり框があったんですが、それを撤去しスロープとしました。段差が4cm程度だったのでスロープは短かいです。
どん：それでは水回りですが、廊下に見えて大きな引き戸がありますね。
A：幅は約2mあります。その引き戸を引くと脱衣室があります。
どん：これは広い脱衣室[*2]ですね。
A：電動車いすで入って、介助者が一人いても、まだ余裕があります。元々約半帖の物入があったのですが、購入して一度も使わないまま壊しました。またトイレの前の空間も脱衣室として取り込んだ結果、とても広い空間になりました。
どん：およそ3帖あります。そしてなんとと言ってもこの広い引き戸が一段と広さを活かしていますね。
A：引き戸を全部引き込めば、空間が廊下と一体となり脱衣場への行き来がとてもしやすいです。入浴後はこの戸を閉めれば湯冷めせず着替えができます。また車いすの友達が来た時も、この大きな引



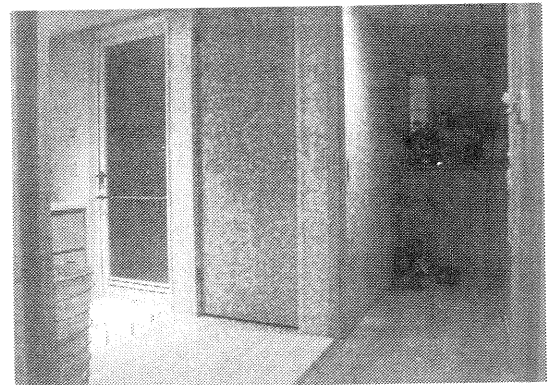
玄関の段差はスロープで解消



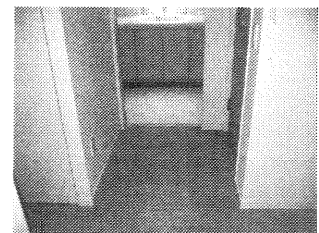
脱衣室の引き戸が閉まっている状態



脱衣室の引き戸が開いている状態



脱衣室（浴室とトイレのドアが見える）

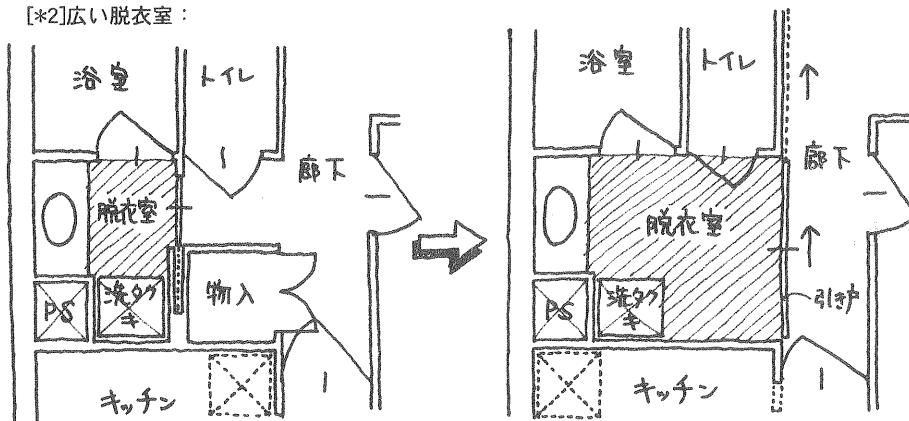


工事前の脱衣室（左に物入）



工事後の脱衣室

[*2]広い脱衣室：



き戸を閉めれば、トイレのドアは開けっ放しにできるので、使いやすいと好評です。

どん：廊下ですが、一般的なマンションより10cm程度広がっています（有効幅約90cm）。

A：このマンションの売り文句になってました。扉のドアノブも廊下側に出っ張っていないので、電動車いすに買い物袋をぶら下げていても引っかかることはありません。スイッチの高さも最初から低めになっていました。

どん：最近のマンションは良いですね。トイレも浴室も段差はないです。もちろん部屋にも段差はありません。それではキッチンを見せて下さい。

A：洗面台は使いにくいので、私は洗面台の代わりにキッチンのシンクを使っています。

どん：最近のキッチンは背が高いですが大丈夫でしたか？（高さ90cm）

A：契約前に内部を見せてもらったのですが、シンクの下には引き出しがあり、実際に車いすで使うことができるか分からない状態でした。最初はもったいないけど、キッチンを作り替えようかとも思いましたが、実際にシンク下の引き出しを外し、車いすの前輪が当たるところを撤去し、邪魔なものを取り外したところ、ぴったりの高さだったので、このキッチンのまま使うことに決めました。

どん：水栓には自助具[*3]が付いてますね。

A：手を伸ばすことが難しいので、手元で操作できるようにアルミ材で取っ手を作ってもらいました。しかし、実際に使ってみると取っ手の重さで勝手にレバーが下がり、水が止まってしまうので、工事後に大工さんに来てもらって直してもらいました。

どん：この穴がたくさん開いているのは軽量化のためだったんですね。よく見ると取っ手の一番奥におもりが付いていてバランスの役目をしています。

A：このように改良してからは問題なく使えています。

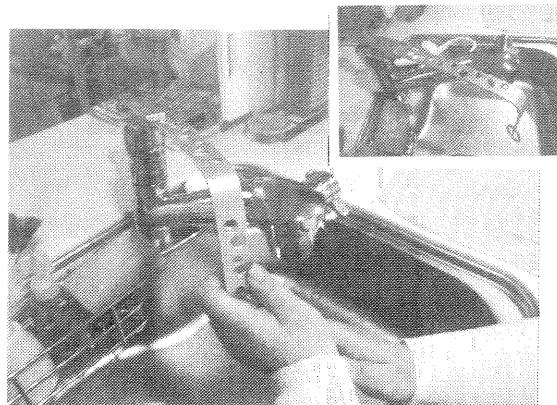
どん：リフォームは工事をしたらそれで終わり、ではなく、実際に生活してみて、使いにくい所を改良していくことがとても重要です。そういうちょっとしたことを、嫌がらずに面倒見てくれる大工さんはうれしいですね。他に改造したところを教えてください。

A：テラスに出られるように、スロープを付けてもらいました。

どん：テラスがとても広いので、スロープで対応できた訳ですね。これだけ広いと外でランチなんて食べてみたくなりますね。今日はどうもありがとうございました。



キッチン（車いすで近づけるように改造）



シングルレバーに自助具を付けて利用



テラスへ出るためのスロープ

Aさんのお宅は閑静な住宅街に建つ、デザイナーズマンションのような、おしゃれな新築マンションでした。授産施設に通いやすく、駅からも近いという立地条件が一番の決め手だったそうです。脱衣室のリフォームは図面を見て、物入を取り壊して脱衣室を広くしよう、と最初から考えていたそうです。まだ住んでいない新築のマンションをリフォームするということで、できるだけ新築同様になるようにと、床フローリングや壁・天井のビニールクロスも同じメーカーの同じ型番のものを使用し、どこをリフォームしたか分からないほど違和感なく馴染んでいます。新婚生活をこんな素敵な住まいで過ごせるなんて、みんなに羨ましがられること必至、なAさん邸でした。

[*3]自助具：障害のため日常生活において不便に感じることを、その人に合った道具を作ることで、可能な限り自分でできるようにした道具。文字通り「自分を助ける道具」。詳しくは好評連載中の「生活の道具相談室」を参照。

チケットトラベル ハートTOハート
添乗員同行 リフトバス利用

大自然の旅 アメリカ・グランドサークル・バスツアー9日間

アメリカのユタ州とアリゾナ州にまたがるグランドサークルは国立公園の宝庫であり、古代インディアンの貴重な遺跡も数多く見られます。何億年の年月をかけて出来た大自然の姿は訪れる人々を感動の世界へと導きます。

期間: 6月28日(木)～7月6日(金)
料金: ひとり 498,000円(2名1室)
出発地: 成田 中部 関空 福岡

キラウエア火山とマウナケア山頂の夕陽と星空観賞6日間

ハワイ島は世界で最も天体観測に適した場所の一つです。各国の天文台が並んでおり、今回の旅は、大型望遠鏡を利用してガイドの星座の説明を聞きながら星空観賞が楽しめます。

期間: 9月13日(木)～18日(火)
料金: ひとり 328,000円(2名1室)
出発地: 成田 中部 関空 福岡



初夏の九州横断4日間

福岡から鹿児島まで九州の雄大な景色を楽しみながら縦断します。阿蘇・霧島・桜島その他、知覧では特攻平和資料館にも立ち寄ります。砂蒸し体験は車いす用設備もあり、安心して楽しめます。

期間: 6月13日(水)～16日(土)
料金: ひとり 158,000円(2名1室)
出発地: 東京 中部 伊丹(神戸着可能)

夏の北海道

旭山動物園と道南・道央4日間

かわいい動物たちで有名になった旭山動物園にたっぷり滞在できます。ラベンダーが咲き誇る

富良野、パッチワークのような美瑛、夜景が美しい函館と行きたい場所が無理なくまとまったコースです。

期間: 7月20日(金)～23日(月)
料金: ひとり 178,000円(2名1室)
出発地: 東京 中部 大阪 福岡

※ 福祉先進国視察ツアー予告 ※
デンマークの福祉を学ぶ9日間

ヨーロッパの福祉でお手本になった都市といえばデンマークオーフス。この街の福祉を学び、実際にグループホームや支援施設を訪問します。

期間: 10月初旬(現地と調整中)
料金: ひとり 495,000円(2名1室)
出発地: 中部(各地から接続便利用可能)

■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
TEL: 052-222-7611 FAX: 052-222-2778
<http://www.tictravel.co.jp/>

JTBバリアフリープラザ

よさこい
YOSAKOIソーラン祭観覧と
函館巡りの旅4日間

毎年大通公園とメインステージで繰り広げられる熱狂的なイベント『YOSAKOIソーラン祭』を車いす専用席から間近に楽しめます。また、函館山から100万ドルの夜景もみれます。

期間: 6月7日(木)～10日(日)
料金: 中部発165,000円、東京発162,000円、大阪発168,000円
ポイント: リフトバス利用、添乗員同行

■申し込み・問い合わせ■

東京都中央区日本橋1-13-1 日鉄日本橋ビル2階
TEL 03-3273-8410 FAX 03-3273-8413
<http://www.jtb.co.jp/bfplaza/>

かれこれ9年ぶりに海峡を渡る。
とはいえ、通ったのは関門トンネル。毎度ながら、海はほとんど見えなかった。
10年近く1つの島の中だけで過ごせたのか。本州も九州も、充分広大な島だ。
僕の日常生活ときたら、遠足もふくめて、ほとんど濃尾平野の中で収まってしまう。
地図の上で習うまで、自分か本州「島」の住民であるとは思ってもよらなかった。

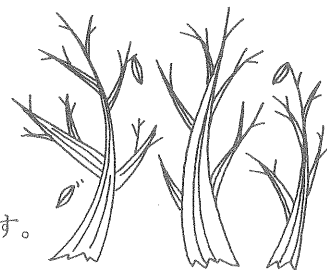
ホテルのベッドの中で、ふと考え込んだ。
明日はお墓参り。先祖伝来の墓地。
被葬者のうち会ったことがあるのは父と祖母を含めて6人だけ。
過去数百年間に亡くなった大勢の親戚、、、
縁もゆかりもあるが、僕が会ったことのない人々が葬られている場所だ。
子孫の一人として、どんな祈りを捧げたらいいだろうか。
「願わくは、死せる信者の靈魂、安らかに憩わんことを」
却下。ご先祖様独自の信条がおありのはず。「信者」と呼び換えることは許されまい。

「すべての死者を心に留め、・・・平和と一致を・・・」
これは司祭に割り当てられた言い回し。僕には使う資格がないだろう。

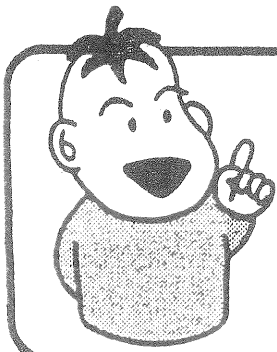
いっそのこと、自分で祈祷文、というか、口上を作ろうか。

「私、堤 剋喜から、ご挨拶を申し上げます。

あなた方から受け継いだものが、歴史、文化やDNAなどいろいろな側面で
私の根幹の多くを占めています。私が今ここに存在していることを感謝します。
万民の救い主たる神よ。ここに葬られた人々に平安をお与えください。
そして、彼らとの結びつきを謙虚に保ち続けられるように、私をお導きください。」

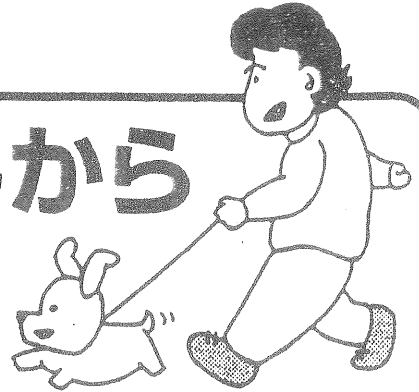


文言は、許容範囲だろう。それにしても何となく落ち着かない。どこか後ろめたいのだ。
「この無礼者。遅いではないか。今頃になって、こんな口上を述べおって。」
「お腹立ちはごもつともながら・・・」ここは、何とか釈明しなければ。
大慌てで、堤家の墓地に関する記憶をたどってみた。どの場面にも父の姿がない。
何たることか。今、気がついた。当たり前すぎて、ずっと気づかずにいた。
法事や墓参りのたびに、ほかの参列者から、そして兄たちからも、
自分だけ取り残されているような寂しさを感じた。父の3回忌あたりまでは怖がるだけ。
やがて、信教の違いも持ち出してみたけれど、この寂しさと違和感の正体は、けっきょく解らなかつた。
兄たちは、父と一緒に「おじいちゃんのお墓参りをした」思い出を語る。
兄たちも、この祖父と会ったことがない。その意味で、一番近いご先祖といえる。
「おじいちゃんのお墓にお父さんも眠っている。」と聞かされた。
でも、僕の「肉筆の生育史」には、冒頭近くで、突如、「お父さんが葬られた場所」が出現する。
それより前には、墓参した記憶がない。体感的に、ご先祖と父の順番が逆になってしまった。
僕の視点からは、堤家の墓地が専ら、いや、第一に『父の墓』であり続ける。
墓地は、僕以外の参列者にとって、多かれ少なかれ、父との思い出のある場所だった。
僕は居合わせていながら、父との思い出につながるものを見つけられなかつた。
父を追悼する特別な場所にいるというのに!
そこで父を追慕しようとする、目を閉じて、自分の中の思い出を引き出すことになる。
子どもは暗闇をおそれるから、場の流れに乗り損ねた。
「なぜ、私はおびえていたのでしょうか？」
「おおかた、見知らぬところに迷い込んだと早合点したのだろう。」
「早合点、というと？」
「本当は父親と共に訪れたことがあるのに、訪れたことがないものと思ひこんでいる。
要するにお前がチビだったから、覚えていないだけだ。
年上の者に尋ねてみるとよかろう。きっと話してくれる。」
あまり眠れぬまま、朝になった。



読者のみなさんから のメッセージ

たくさんのメッセージ、ありがとうございます。



●愛知県名古屋市 Tさん

いつもありがとうございます。楽しみに読ませて頂いています。旅行のページが特に楽しみです。部屋、トイレ等ほんとに気になるものなので参考にになります。

●京都府京都市 Oさん

非常におもしろく毎号読ませて頂いています。知識の乏しい私にとって大変有益で感謝しています。

●愛知県名古屋市 Yさん

時々、発行が遅れると心配になります。頼りにしていますので、これからもたくさんの情報をよろしくお願い致します。

●愛知県宝飯郡 Kさん

いつも楽しみに読んでいます。これからも頑張ってください。

●愛知県名古屋市 Aさん

いつも大変役立っております。ありがとうございます。

●愛知県名古屋市 Yさん

年々、内容が充実してきて読み応えが有ります。全面介助で意志が伝えられない人についても取り上げてください。

●愛知県名古屋市 Mさん

障害を持つ方にも、福祉に携わる方にもとても参考になる情報が満載ですね。地域に根づいている点もとてもよいと思います。

●愛知県名古屋市 Hさん

毎月情報誌のくるのを楽しみに待っています。

●愛知県名古屋市 Wさん

AJUの皆さんがいらっしゃることで、行政は強引に施策を後退できません。高齢者の方たちをリードして教えてやってください。

●愛知県名古屋市 Sさん

いつも情報が盛りだくさん。それでいて的確、正確で役立っています。ありがとうございます。

●愛知県名古屋市 Kさん

毎回ありがとうございます。とてもよくわかりますので参考にさせて頂いています。

●愛知県一宮市 Mさん

いつもありがとうございます。私は福祉関係の仕事に就くことは叶いませんでしたが、再就職させて頂くことができました。しかし、この情報誌を通じてもっと勉強して何らかの形で関わって行きたいと考えています。これからもよろしくお願い致します。

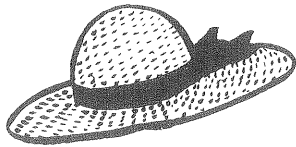
●愛知県常滑市 Kさん

皆様おつかれさまです。電車に乗ることが多くて駅員の方とも顔なじみになり外に出るのがたのしくなりました。



●愛知県北名古屋市 Nさん
いつも楽しみにしています。

●愛知県名古屋市 Hさん
とてもいろんな面でためになります。



●愛知県名古屋市 Aさん
私達、障害者の未来はどうなるのでしょうか。このまま世の中住みにくくなるのではと今から心配しています。

●愛知県海部郡 Iさん
いつも楽しみにしています。安くてバリアフリーで行ける情報がほしいです。

●愛知県名古屋市 Kさん
「かつきの詩」のページは必ず読みます。特集ものは興味深く読みますが、ちょっとした情報も楽しみにしています。
(着物の着つけやレストラン情報など)

●愛知県名古屋市 Aさん
タイムリーな情報ばかりで勉強になります。

●愛知県名古屋市 Kさん
内容充実、とても読み応えがありました。拍手を送ります。

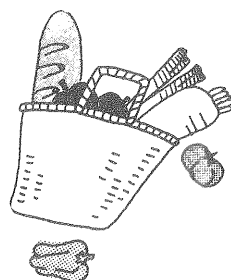
●愛知県名古屋市 Oさん
ご苦労様です。いつも情報誌が来るのを楽しみにしています。

●愛知県名古屋市 Aさん
情報誌ありがとうございます。少しカラフルなところがあればもっと読みやすいと思うのですが。

●愛知県名古屋市 Aさん
タイムリーな情報ばかりで勉強になります。No.86号は内容充実。とても読み応えがありました。拍手を送ります。

●愛知県岡崎市 Iさん
情報誌が届くのをいつも楽しみにしています。現在どれくらいの購読者の人がいるのでしょうか？本屋さんでは、こういう身近な話題を提供してくれる本がないので、助かっています。生活に密着した話題もどんどんお願いします。

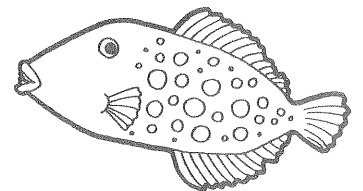
●愛知県岡崎市 Kさん
いつもこの情報誌の情報を参考にさせて頂いております。この編集スタッフのご苦労(大変な)お察し申し上げます。



●愛知県名古屋市 Oさん
ご苦労様です。いつも情報誌が来るのを楽しみにしています。

●愛知県名古屋市 Hさん
毎回充実した内容で関心を持って読んでいます。特に名古屋の情報はとても役立っています。今後ともよろしく。

●愛知県名古屋市 Yさん
わかりづらい福祉制度を詳しく調べて下さって、わかりやすく説明してもらえるのが有難いです。(それでもわからない事があるけど)今後も頼りにしています。がんばって下さい。



.....
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。下記までお願いします。

〒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-mail: joho-c@aju-cil.com

.....

ピア・カウンセリング入門講座 開催のお知らせ

ピア・カウンセリングとは同じ障害を持った仲間同士が支えあうことです。生活の悩みや普段表へ出しきれていない思いを、同じ障害を持った仲間と話し合っ共有していくことで、気持ちが開放されてスッキリと元気になっていきます。入門講座らしく、シンプルでリラックスした内容でピア・カウンセリングに触れていきます。ぜひご参加ください。

日時: 5月20日(日) 13:30~17:00

場所: 山田コミュニティセンター

アクセス: 地下鉄鶴舞線庄内緑地公園駅(エレベータあり)より徒歩10分

講師: 加古雄一、立川絵美、井上洋一

内容: ピアカンとは? カウンセラーとは?
クライアントとは? セッションのやり方、感情の開放など

対象: 障害を持った方で、ピア・カウンセリングに興味のある方、ピア・カウンセリングを気軽に受けてみたい方

参加費: 500円

募集: 10名程度

Q1: 普段表へ出し切れていない思いとは?

A1: 障害を持っていると、何かしらの差別や抑圧を受けたりして傷を持っていることが多いです。また、障害がゆえに我慢させられている事もたくさんあります。その痛みや受けた傷のことです。ピアカウンセリング(以下ピアカン)は、経験を話し合い、その時に起きた感情に素直に向き合っ、否定的になっている気持ちを肯定的にしていくことで一つずつ前向きな気持ちになっていき、自分の自信の回復を図っていきます。

Q2: どんなことをするのでか?

A2: 主にピアカンの考え方を話したり、カウンセラー(聞く人)とクライアント(話す人)という立場を交代



しながら話をしていきます。これを“セッション”といいます。その中で必要なテクニックと、感情の引き出し方やその環境作りの方法を学んでいきます。この考え方やコツを知るのが「ピアカウンセリング講座」ですが、今回の「入門講座」とはもっとも簡単に触りの部分だけ体験するものです。

Q3: 参加するのに戸惑いがありますが…。

A3: 大丈夫ですよ。みんな初めての時がありましたから。リーダーやサブリーダーがいてちゃんと配慮してくれます。そもそもピアカンでは、その人の発する言葉を聞いて肯定しようというのがテーマです。

Q4: 食事やトイレ介助が必要です、自宅では親に手伝ってもらっているのですが、親と一緒に参加してもいいですか?

A4: 親を介助者として連れてくることは原則的に無しです。親兄弟を除いた他人の中から自分で手配してください。どうしても手配出来ない人はご相談ください。原則として、講座中介助者は外に出てもらいます。障害者だけの安心して話せる環境を作るためです。

Q5: 言語障害がありコミュニケーションを取るのに不安です。大丈夫でしょうか?

A5: 不安なときは担当者に相談してください。リーダーと相談して対応を考えますので大丈夫です。文字盤で話す人も、「あかさたな」で合図する方法で話す方も参加されていますから、大丈夫だと思います。

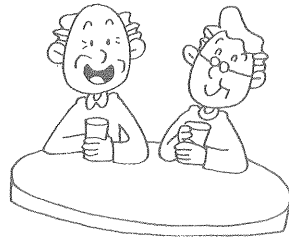
Q6: 参加者層はどんな感じですか? 年齢や性別障害や障害の重さなどを知りたいです

A6: さまざまです。身体障害の軽い方重い

方、精神障害の方や視覚障害や聴覚障害の方も参加されています。特に配慮が必要な方は問い合わせて、担当者に相談してください。

Q7: ピアカウンセラーが仕事になりますか? ピアカウンセラーになるにはどうしたらいいですか?

A7: 一般的にピアカウンセラーという肩書きの仕事をしてる人はいますが、この場合は相談役という意味合いでの職業で

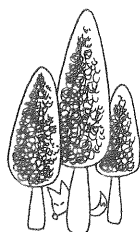


す。ピアカウンセリングの考えでは、普段の生活の中に取り入れて、仲間同士で支えあうことですから、あくまで対等のもので。そう考えると職業にするのではなく、みんなが使える資源の一つです。ただし、その環境作りや講座をするリーダーになるという意味で仕事にする事も不可能ではないと思います。障害を持った人ならカウンセラーには誰でもなれます。人の話や気持ちを聞こうという意識のあることが必要です。ただし、聞くことや話しやすい環境づくりをする為に大事な事がありますので、ピアカン集中講座、長期講座をたくさん受講することが必要です。

問い合わせ申し込み

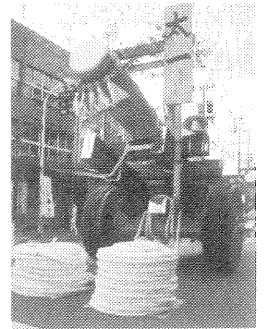
自立生活センター生活塾
〒452-0814名古屋市西区南川町92
若草マンション1F
TEL: 052-506-8733 FAX: 052-506-8736
MAIL: seikatsujuku@s8.dion.ne.jp
担当: 加古雄一まで

.....



伊勢神宮式年遷宮 バリアフリーお木曳(きひ)き 参加者・ボランティア募集

伊勢神宮は1300年前から、20年に一度新しい神殿を造る行事が行われています。第62回の行事が平成25年に行われるため、昨年から今年、神殿に使用する



ご用材を神領民(伊勢市民)たちの「お木曳き(おきひき)行事」によって運び入れています。お木曳きとは奉曳車(ほうえいしゃ)という山車に木を積み運ぶことです。この行事、基本的には神領民である伊勢市民しか参加が出来ないのですが、20年に一度という意義深い伝統行事であり、多くの人たちに参加してほしいということで、伊勢市民でなくても参加できる「一日神領民」という枠が5月の金・土・日につくられました。そして更に、障害を持つ人たちのための「一日神領民バリアフリーお木曳き」を5月6日(日)に行うことになりました。バリアフリーという形態で行うお木曳きは史上初です。

日時: 5月6日(日)

集合8:30~9:00 出発9:00~9:30

出発から約2時間

参加費: 1人7,500円

* はつぴ、ハチマキ、帯、記念DVD(冊子つき)、記念品・奉曳^{ほうひ}諸費等を含む。

お問合せ・ご相談

NPO法人伊勢志摩バリアフリーツアースセンター
〒517-0011 三重県鳥羽市鳥羽1-2383-13

鳥羽一番街1F

TEL: 0599-21-0550 FAX: 0599-21-0585

E-MAIL iseshima@barifuri.com

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

地球の歩き方リポート 「バリアフリー・ハワイ」創刊

今や本屋の旅本のコーナーに行くはずらりと並んでいる『地球の歩き方』。そのリポートシリーズで、「バリアフリー ハワイ」創刊されました。交通アクセス、ホテル情報、アクティビティの参加情報など、知りたい情報盛りだくさん。写真もたくさん使っています。旅行前に利用するホテルの浴室やトイレを写真で確認できると安心できますよね。



※お問い合わせ先は、
東京、大阪、名古屋の各支店の連絡へ
www.tinyurl.com

本屋さんに並んでいますし、インターネットからの購入も可能です。

価 格:

出 版:

<http://tinyurl.com/2e4hpg>

生活塾の仲間と

放課後を楽しく過ごしませんか？

障害を持った児童を対象に、放課後を有意義に過ごせる場を提供し、障害があっても当たり前社会参加が出来るよう、放課後の支援に取り組んでいます。



名古屋養護学校の生徒を中心に、学校からの送迎や生活塾での活動を一緒に楽しんできましたが、来年度からスタッフも増えるので、活動の内容を充実かつ拡大させていきたいと思っています。生活塾には社会に羽ばたいていった障害児と、その子たちを育てた親御さんたちがたくさんいます。そんな先輩たちとともに、多くの方へ支援、取り組んでいきたいと思っています。お気軽にご相談ください。

活 動: 放課後から18時頃まで

※緊急時や長期休暇での利用にも対応します。

介 助: 学校から生活塾や活動場所まで移動、生活塾での活動中に介助が必要な方については、ヘルパー派遣の利用をお願いすることがあります。

問い合わせ申し込み

自立生活センター生活塾 前ページ参照

.....

恒例の名大祭ツアー開催のお知らせ

名大祭は東海地区最大規模の大学祭で、毎年多くの企画や模擬店、フリーマーケットでにぎわい、当日は5万人を超える多くの方々が集まるため非常に混雑します。この企画は、「肢体に障がいのある方の中にはこの混雑状況では危険と思われる方もいるかもしれない。障害のある方にも安心して名大祭を楽しんでほしい」という思いで学生によって作られました。

内 容: 12:00に名古屋大学構内にあるツアー本部に集合し、事前に募集したボランティア1名と参加者1名のペアで自由に名大祭を回る。その後、17:45までにツアー本部に戻り、簡単なアンケートに答える。ツアー中は、ボランティアがサポートします。

日 時: 5月9日(土)、10日(日)

13:00~18:00(予定)

場 所: 名古屋大学東山キャンパス

アクセス: 地下鉄名城線名古屋大学駅よりすぐ

募 集: 肢体障がいを持つ方

参加費: 100円(保険料)

定 員: 40人

応 募: インターネットの「メイダイサイドットコム」から申込の場合→『参加者申込みフォーム』に必要事項を記入して応募する
電話で申込の場合→TEL:052-789-5178(名大祭本部実行委員会)

募 集: 4月9日(月)~5月2日(水) 20時

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＞ 5月19、26日、6月2、16、30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

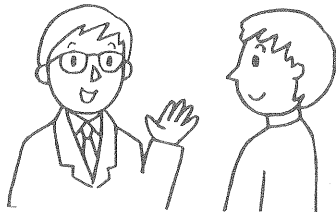
＜受付＞ 自立生活情報センター

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

E-mail : joho-c@aju-cil.com

＜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＞ 5月19日、6月2、16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

* 受付、場所は生活の道具相談室と同じ

ホームページができました！！

<http://sumai-sien.hp.infoseek.co.jp/>

平成19年度の購読料の振り込み

ありがとうございました。

今年度も皆様の声にお応えするため、編集委員一同頑張ってまいりますので、どうぞよろしく
お願いいたします。お支払いいただきました購
読料は封筒の宛名下に「支払い済み年度」を書
かせていただいておりますので、そちらでご確
認をお願いいたします。尚、封筒の宛名印刷の
時期の関係で、4月17日以降にお振り込みいた
だいた分は反映されておられません。次号で確認
してくださいませ。また、購読中止の方は、お
手数ですが編集部（TEL 052-851-0059 FAX052-
851-0159）までご連絡をお願いいたします。

情報募集中！

自立支援法への意見、街で見つけたアクセ
シブルな穴場、ちょっとおかしな？と思う
車いすトイレの作り、親切なお店、グルメ
なお店、みんなに聞いて欲しい事件などな
ど、皆さんからの情報をお待ちしています。



■編集部 TEL 052-851-0059

FAX 052-851-0159

メール : joho-c@aju-cil.com

隔月発行

年間購読料 1,500 円

振込先：郵便局 00890-0-90573