

福祉情報誌

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21年6月23日(毎週火曜日)増刊AJU通巻9070号

昭和54年8月1日低料第三種郵便物認可

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

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
わだちコンピュータハウス
連絡先 / 〒466-0025
名古屋市昭和区下横町1-3-3
わだちコンピュータハウス内
TEL(052)841-9888
FAX(052)841-1015
E-mail: f-joho@aju-cl.com

第100号

2009年6月20日号

定価**250円**

テーマ

チャレンジ
challenge
チャンス
chance



絵 森 美由貴

はじめの一步をふみだしたあなたへ

- 100号記念インタビュー
福島智さんに聞く…………… 1
- あなたの声に応えます
シンポジウムに行ってきました
障害者医療問題全国ネットワーク …… 15
人工内耳大作戦！ その3
由紀乃ちゃんのご家族に
聞いてみました〜♪…………… 18
- かつきのページ…………… 24
- 体験レポート
ダイエットを考えてみよう。…………… 25
- 生活の道具相談室
100号を振り返って…………… 27
- トラベル情報…………… 29
スイス・アルプスの旅 10 日間
いつでも行ける個人・グループプラン
ベストシーズンに行く北海道ゆったり旅 他
- 福祉用具のリサイクル情報…………… 31
- グルメな調査隊 第60弾…………… 32
鮮魚 いちにいさん
- 読者のこえ…………… 33
「ピンオープナー」「缶オープナー」の感想
- いろいろ情報…………… 33
地下鉄トイレ問題
2009花火大会特集！
べんりぐっず情報 第1弾！
100号記念プレゼント！ 他

100号記念インタビュー

福島智さんに聞く

『見えなくて聞こえない。この世界から消えてしまったような感じがして、
だんだんと世界から遠のく、あるいは世界が遠のくようなイメージですよ。
痛みとかはないのですが、おそろしいほどの孤独…。』



9歳で視力を失い、18歳で盲ろう者になった福島智さん。福島さんを絶望の淵から突き動かしたものは何だったのでしょうか。

『コンディションの悪さが、実は仲間を作るきっかけになったり、自分の人生を楽しむネタになったりする。そういう冒険心もあっていいと思う。』と語る福島さんから、障害者の自立と障害者福祉の展望についてお話を伺いました。

初夏の風が心地いい5月14日
東京大学先端科学技術研究センターにて

山田：おじゃましま～す。

編集部：こんにちは。お世話になります。

福島：確か、金沢においで頂いたのが10年ぐら
い前でしたよね。

山田：そうです、よく覚えていて頂いて。2000
年だと思えます。ありのまま自立大賞の…。

福島：ええ、ええ、（ありのまま自立大賞の候補
の時に）事前の審査のために金沢までいら
っしゃった。

山田：僕が福島さんを知ったのは、たまたま名古屋
でテレビを見ていたこと。僕は、あり
のまま自立大賞の選考委員を仰せつかって
いて、「これはいい！」ということで、金
沢大学まで押しかけて行って、推薦させて
頂いたということがきっかけだったんです
ね。それから10年。

福島：そうですね、自立大賞が2000年5月だっ
たから、その前の年ぐらいいましたか？

山田：いえ、3月頃ですね、雪が降っていたから。

福島：向こうの研究室はせまかったので、大変で
したけど。

山田：少し経ってから、仁親王殿下から、「ほ

れみよ、俺が選んだ福島が東大の先生にな
ったがや」（山田さんの表現）とお褒めを
もらいました。

福島：『がや』か～、はははっ、それは名古屋弁？

編集部：そうです、そうです。

山田：ということで、とても褒めてもらいました、
「よく見つけてきた」と。でも、その前か
ら殿下はご存じでしたよね？

福島：そうですね、一度お目にかかったことはあ
ります。でも、自立大賞がきっかけで、そ
の後、何度かお会いしています。この前も、
お屋敷というのか、御用邸にうかがって、
ボイストレーニングの一環でお話し相手と
いうか…。この先端研にも殿下が来られた
ことがあります。

山田：先日、殿下にお目にかかったときに、ここ
で、自分の声を出す機械（電気式人工喉頭）
と一緒に作っていると伺いました。

…と話は、思い出話や電気式人工喉頭の話から
スタートしました。

また、福島さんは「指点字」という方法でコミ

コミュニケーションをされていましたが、まず、そのスピードにとっても驚きました。そして名古屋弁で話す山田さんの言葉をそのまま伝え、時に通訳者の存在さえも忘れさせてしまうくらい自然に会話していることに、指点字を読み取るスピードと通訳者のすばらしさを感じました。

ということで、インタビューはとても和やかな雰囲気が始まりました。

● ありのまま自立大賞 ●

社会福祉法人「ありのまま舎」(仙台市太白区)は、「障害」の重度・軽度に関わらず、自己の可能性を信じ、より良い「ありのまま」の人生を求めて、挑戦を続けてきた人々、言い換えれば「障害」者という枠にとらわれる事なく、前向きに生きようとする人々を応援してきた。

社会の中で、自己の生活を自ら切り開き、自立生活を営む千差万別の障害を持つ人々が、さらにより高い理想を掲げて生きようとする活動を支援することを目的に、1999年に創設された賞。

『紙爆弾、風船爆弾みたいだ。』

山田：本日は、お忙しいところお時間を頂きましてありがとうございます。

福島：とんでもないです。それでは、今回が福祉情報誌「チャンス！」の100号ということで。

山田：福祉情報誌というのは、障害を持った人たちやその家族に、数多く情報を出していきたいという思いから始まりました。僕は「紙爆弾」と言ったんですが。

福島：「紙爆弾」、はははっ。風船爆弾みたいだ。

山田：とにかくいっぱい情報を送って、その中から自分の好きな情報を拾ってくるという形で出そうとスタートしました。福祉機器の紹介や使い方、今何を求めているかといった情報を、障害を持った人、特に家族に対して伝えていこうと。家族が子どもをサポートするのではなくて、『子どもは親から

離れるんだよ。』ということを中心に伝えていきたい。そのために役立つ情報を伝えていきたいと。障害を持った子どもを持つほとんどの親は、最後まで子どもを抱えてしまう。子ども達を我々の仲間引っ張ろうと思っても、親のバリアが大きくて…。そこから情報誌が始まったということをご理解いただけると嬉しいなと思います。

『周りの人がいたから乗り越えられた、具体的なサポートがあったから自分の中で革新が起きた。』

編集部：先生が視力を失い、聴力を失い、盲ろう者になられて、最初は失意の底にいらっしゃったと思いますが、そこから今に至るまで、何が先生を突き動かしてきたのでしょうか？モデルとなる人もなく、初めての経験ばかりだったと思うのですが、前向きになれた原動力は何だったのでしょうか？

福島：「盲」については、わりと一般的だし、見えなくなった後は、一時的には落ち込みましたが、わりとすぐに復帰しました。小さかったのであまり覚えていませんね。小学4年でした。学校へ行かないで、1年間家でぶらぶらしている間、ラジオで落語を聞いていました。それもたまたま聞いて、これは面白いなと思って…。見えなくなって、いろいろできないことは気になっていましたが、音楽があり、落語があり、会話が十分でき、盲人用にアレンジしたスポーツもある。それよりも、普通学校に行っていた時は、目は見えていましたが、目のためによくないと医者に言われて、あまり学校に行けませんでした。見えなくなって1年間の自宅療養を経て、その後盲学校に移ると、見えないけれど、毎日学校へ行けるようになりました。それがむしろ嬉しかった。見えない友達や、弱視(見えにくい)の友達が周りにいる。だんだん見えにくいという

ことが当たり前になってきた。ところが中学生の頃から片方の耳が急に悪くなり、とうとう高校2年で両耳聞こえなくなったときは、やはりすごく絶望的な状況になりました。

絶望を突き破るエネルギーの元、きっかけには、幾つかの段階があると思います。最初は、とことん落ち込んで絶望していました。いったい、どうなるのか。見えなくて聞こえない。この世界から消えてしまったような感じがして、だんだんと世界から遠のく、あるいは世界が遠のくようなイメージですよね。痛みとかはないのですが、おそろしいほどの孤独…。盲ろう者になっていく過程でも落ち込んでいました。しかたがないので、点字の本を読んだり、日記や手紙を書いたりして、精神のバランスを取っていました。いわゆる文学作品とか、思想性のあるような小説などを読んでみると、真面目な人間と思われるかもしれませんが、それしか読む本がなかったんです。あの頃は、点字の本の絶対数がなかったんですよ。しかも、文学作品が優先的に点字化されていました。しかしそれでちょうどよかったのかもしれない。というのも、私はむしろ芥川龍之介が自殺に至るような自分の精神状態の作品や、カフカの「変身」とか、気が滅入るようなものを読みたかったのです。

モデルケースについては、ヘレンケラーは知っていましたが、自分とは重ならなかったですね。彼女は小さいとき盲ろう者になった。サリバン先生との出会いで、言葉を獲得していく。野生児的な状況から人間的に成長していくという、感動と成長の物語。それに対して私は喪失の物語。生まれた時は見えて聞こえていたのが、だんだんと目と耳を順番に失い、18歳には両方を失う。坂道を下りきってどん底へ至るといって、喪失の物語。ヘレンケラーの自伝を読んでも、

あまり共感できませんでした。

もう一人、4つか5つのときに盲ろうになった『二人目のヘレンケラー』ロバートスミスダスという人がアメリカにいます。アメリカで初めて盲ろう者として大学に入ったのはヘレンケラーさんですが、その後スミスダスさんが50年ぐらい遅れて、第2号として大学へ進みました。

ヘレンケラーもスミスダスも、アルファベットを指で表す『指文字』という方法を使っていました。ヘレンが口の動きを読み取って話したというエピソードがありますが、結局、指文字で通訳してもらっていたそうです。私は1981年の1～3月に耳が聞こえなくなっていくんですけども、スミスダスがモデルケースになるといわれて、自分が盲ろうになる過程で彼の自伝を読みました。^{あんたん}暗澹たる思いでした。自分はどうなっていくのか、盲ろう者になっていくのか、指文字で話すのかと。その当時は、指文字がどんなものなのか分からなかったけれど、本を読んでいる限りでは、そんなに速く読める感じはしなかった。ヘレンの大学時代の記述でも、講義の通訳が難しく、ノートテイクがメインになってしまったと書いてあります。私も音の世界で生きてきたから、リアルタイムでコミュニケーションができないということは、コミュニケーションできないことと等しいと感じていました。とてもしんどかった。

前向きになるには、2つの原動力があって、1つは、内面的なレベルでの原動力。踏ん切り、開き直り。凝縮された時間の中で、変化が起こっていて、「何で自分がこんなことにならなあかんねん！」と思う。おそらく、山田さんも、どなたも、「何で自分がこんな目に？」と多かれ少なかれ思われるかと思います。私の場合は、最初は目で、それが落ち着いたと思ったら耳まで加わって、「なにも2つも重ならなくてもええや

ん。」と思いました。ヘレンケラーやスミスダスの他にどんな人がいるか知らなかった。世の中に、盲ろう者なんていないんじゃないかと思ったり。外国の人のことは分かっても、日本の場合はどうなるのか、大学へ行くかどうか、どんな風にコミュニケーションするかも分かりませんでした。

何でこんな状況になるのかと思いました。よくよく考えたら、そもそも、なぜ生きているか、なぜ自分が存在しているかも分からない。「神の力」という人もいる。「自然の働き」「宇宙の摂理」という人もいます。少なくとも、自分が自分を生み出したのではない。私が私の存在の原因にはなっていないということははっきりしている。私たちが人間を越えた何者かが、私を存在たらしめている。そう考えても、生きていることの意味は、自分には分からない。そうであれば何者かが僕を生かしているのであれば、僕が盲ろう者になって生きることの意味がある、と思うことにしよう。それを日記に書いたり、友達に手記として手紙で送ったりしました。それで、内面的なバランス、感情の落ち着きを持てた。でも、そのままほっとかかれていたら、その気持ちは変わったかもしれませんが。

一方で、具体的な変化として、母が指点字を考え出しました。そういう具体的なサポートもありました。その時は、そんなに嬉



しくはなかったです。母親しか話し相手がいなかったし…。でも、3ヶ月間の療養を経て、学校に戻ってきて、友達と話せると分かったら、可能性があるかなと思い始めた。もちろん、一直線に登っていたのではなく、でこぼこはあった。指点字でコミュニケーションができるということは分かったが、結局ほっておかれる。友達からは「久しぶりだなあ」「よく帰ってきたな」「がんばれよ」と言われるが、それが一通り終わると再びほっておかれる。地下室みたいな穴蔵に閉じこめられたような感じ。時々差し入れがあったり、面会人が来て、窓の向こうに5分か10分くらいいて、その人たちと話して帰っていくと…。

編集部：『壺の底にいる』というたとえですね。

福島：そうそう、そのたとえ。牢屋。壺の底でもあり、地下の独房でもある。断続的で、相手はいつ来るか分からないという状況。それはコミュニケーションとは言えない。外の世界が分からない。牢屋の外では、広い世界が広がっていて、みんなはリアルに動いているが、私には伝わってこない。もし、そもそもコミュニケーションの方法が全然なかったら、しんどいけれどあきらめがあったかもしれませんが。でもコミュニケーションの方法はある。指点字という方法はあるのに、なぜコミュニケーションできないのか？とすごく悩んで、その時の絶望が一番深かった。一度、希望を持った後の絶望の方が深く、「これはあかな」という感じになりかけていました。でも、指点字で単に私と話をするのではなく、指点字で私と世界とのパイプ役になる、つまりサポートするという行為をする人と会うことによって、壁が破られた。パイプ役が一人いたら、そのやり方を参考にしながら、第2、第3のサポートをする人が出てくる。その人のサポートのすごかったところは、自分が話したいから話すというのではな

く、いわば自分を透明にしてサポートするところ。言われてみれば、そんなに不思議なことではないが、誰も思いつかなかったし、誰もやらなかったことを始めたこと。私も目が覚める思いで、「こうすればいいんだ!」と。つまり、バラバラに話しかけているから分からない。他の人の話を提供する、繋ぐパイプの役割をする人がいれば全然違うと分かってきました。それが後に、通訳介助者の派遣制度を創らなければならない、そうじゃないと、盲ろう者は、にっちもさっちもいかないと思って働きかけていく出発点になりました。自分自身でピンチを脱したというより、周りの人がいたから乗り越えられたと。抽象的なモデルケースがいたのではなく、具体的なサポートがあったから、自分の中で革新が起きた、変化が起きたということですね。

編集部: 内面的な世界の豊かさだけでなく、具体的な周りのサポートがあったことで、自分が変わったという体験を持たれたということですね。

福島: そうですね、私だけではどうにもならない。実際に、高齢の盲ろう者が、コミュニケーションがうまくいなくて、知識や経験があっても、思いが空回りして、周りとうまくいなくて、閉じこもってしまうという人もいます。私の場合は、若かった。柔軟性があったこと。周りにも人がいたので、工夫したり新しいことにチャレンジすることが可能だった。指点字のサポートや通訳というもの内容は非常に複雑で奥が深いのですが、みんなでわいわい言いながら、合宿的な雰囲気、みんなで工夫していった。私自身が楽しんでいて、どこまでできるか、何ができるかと。

編集部: 何もシステムのないところから、手探りで自分たちで創り上げていく。そこに勢いを感じられます。

福島: そうそう、そうです。例えば、指点字とい

うのは、言葉をそのまま速記のように書き取るが、速度が速いと追いつかない。頻繁に出てくる言葉は、短い記号で置き換えた方がいいのでは?という発想が出てきて、略字を作る。よく出てくる言葉は何か、また頻度だけではなく、とっさにさっと答えないといけないものは何か。例えばあいさつ。「おはようございます」「ありがとうございます」は、とっさに答えられないとそこで終わってしまう。日本語の中には頻出する言葉があります。例えば、私は大学に進んだから、「大学」「問題」「考え」は記号にしよう。私一人ではなく、わいわいがやがや言いながら、試行錯誤しながら作ってきた。面白い、手作りの感じで。

● 盲ろう者のコミュニケーション方法 ●

触手話... 聴覚障害の人が使う手話をもとに、その手話を触りながら触読する。

指文字... 少しすぼめた手のひらに指で形づくった指文字を示して理解してもらう。手のひらへの当て方など若干の工夫がいる。

指点字... 6つの点で表す点字のしくみを応用して、盲ろう者の両手の人さし指、中指、薬指の計6本の指先の「手の甲側」に指先でポンポンと打つ。

ブリスタ... ドイツ製点字タイプライターで幅1センチほどのテープに打ち出されてくる点字を読む。

手書き文字... 手のひらに指で直接、文字を書く。特別な技術がなくてもすぐできるのが良い点。盲ろう者によって、ひらがなやカタカナだけの人、漢字もOKなど違う。

『ゆびさきの宇宙』より引用

編集部: 山田さんが社会に出て来る時に、制度がないところで、周りと一緒に創り上げていくところの勢いと、ダブって感じる

ところがありました。

福島：最初は誰かがやらないといけない。世の中なんでもそうだと思いますが、昔からずっと同じ状態であるのではなく、最初はない状態から始まっています。山田さんは、戦後の大変だった時期を、小さい頃に経験されていると思いますが、何もないという状況、非常に乏しい中で、何かを生み出していくというイメージがあると思います。逆にモノがありすぎると、そこに矛盾が起こる。モノも制度も便利だしあった方がいい。サポートがたくさんあればありがたいが、ありすぎると、ハングリー精神が衰えて、チャレンジ精神が鈍ってくる。良い悪いは簡単に言えないが、バランスが必要ですね。

編集部：山田さんと福島さんに共通するなと思うのは、生きる力というか生活力。何もないところから創り出していくというところは、小さい頃の経験が関係するのでは？

福島：小さい頃は、入院していることが多かったです。じっと寝てないといけないこともあったので、両親が本をたくさん読んでくれました。情操教育のためでなく、私が暇だから。エネルギーをもてあますこともあって、静かにさせるために本を読んだのだと思います。ファンタジー、夢や想像の世界…。たくさん本を読んでもらったことが、後に私が言葉を武器にして生きていく下地になっています。

眼帯が取れて、小学1～3年は普通学校へ行っていました。まだ見えていたのに、炎症が起こるから本はあまり読むなと言われていました。見えなくなった時真っ先に思ったことは、本が読めないということ。入院患者の中で、点字があると教えてくれた人がいて、練習を始めました。後に、点字図書だけでなく録音テープで朗読してある本も読む（聞く）ようになりました。当時はオープンリールでしたが、点字図書館から大きな機械を借りて。音も悪かったし、

テープが絡まったり…。小学校4年の時の思い出です。

『今日の晩飯を自分で決められること、デートをしたい相手にアタックできる自由があるか。』

山田：障害者自立支援法ができて、我々にも、そして国にも大きな課題があります。自立支援法という前に、障害者の自立について、どうとらえているかお聞かせ下さい。

福島：そうですね、そのときどきでいろんな表現をしていますが…。昔から言っているのは、今日の晩飯を財布と相談して自分で決められること。それからデートの申し込み。ふられるかもしれないが、デートをしたい相手にアタックできる自由があるか。言い換えれば、自己決定、社会参加、共に生きる、といわれていることの実体ですね。自分が食べたいと思うものを、懐具合も含めて決められるかどうか。給食のように誰かが決めて機械的に食べるのではなく、自分で決めて食べられるかどうか。それとデート。自分の生活や人との出会いを自分で決める余地があるかどうか。ただし、自己決定することや自分でコントロールできるということだけを言い過ぎると、それが難しい人は自立していないのか？と次の問題が出てきます。

たぶん、自立はいろんなバージョンがあると思います。自立の最も根っこに、『生きている』ということがあって、生きていることを保障するというのが社会の役割。どんな状況でも生きていけるようにする。自立を助ける、自立を実現する上での重要なものだと思います。このあたりの概念の構造は、平面的なのではなく、立体的になっていると思う。根っこで生きているということを支える営みが、本人と周囲の人の相互関係の中で生み出されている状態。これだと自立していないのかと考えると、最

初の定義、晩飯やデートを考えると自立していないわけですが、人間が生存しているという意味では自立していて、社会には自立を支える責務があると思う。そういう部分が根っこにあって、それとは別の階層で、晩飯やデートの話があると思っています。

山田：一時期から、あらゆる場面で盛んに「自立」といわれるようになった。「日本の自立」「社会的自立」「ホームレスの自立」「母子家庭の自立支援」...その中の一つに、「障害者の自立」も当たり前にも語られているが、本当は社会全体が問われていると思う。そういわなければならない社会の要因とは？

福島：よく「自活と自立は違う」と言われます。その通りだと思う。社会でこれまで言われてきたことはほとんど「自活」に近い。経済的にどこまで自分でできるか、身の回りのことを自分でどこまでできるか、に重きがありました。経済的にいろんな活動をして、例えば月10万円稼げるようにすることは素晴らしいことだと思う。そういった取り組みは、プラスのこと。それを社会の側から「自立しなければいけません」と言われる。でも、人に言われたからではなく、自分がしたいからやる。したいと思えば、環境が整っていることが大事なのではなくて、その人なりにやればよいですね。

もう一つ、もう少しクリエイティブなことを言えば、身近のことをどこまでできるかといわれても、私は服を脱ぎ着することはできるが、ひとりで外に買い物に行くことはできません。足は動くが、どこにぶつかるか分からない。移動能力がない。自分の力で移動できる人が自立といわれれば、手助けが必要な私は自立していない。

山田：僕は10年間病院、3年間施設で過ごし、自分の身の回りのことを自分でやれるようになることが自立の第一歩といわれました。指先を動くようにして、ワイシャツも

着れるようになることが第一歩といわれ、訓練させられてきた。でも、身の回りのことは何もできないが、電動車いすに乗れば自由に出て行ける。ある面では、福島先生と二人合わせればいい社会ができますね。

福島：なるほど、そうですね。トレーニングは一定程度は必要ですが、本人が納得した上でやるのが大事。訓練はあくまで手段であって目的ではない。手段が目的化した瞬間、訓練は意味がなくなる。あくまでも手段として。そのへんの伝統的な日本の取り組みがおかしかったということだと思います。

『社会のハードもソフトも 障害のない人を基に創られている。』

山田：僕は、施設生活を通して非人間的な世界を見てきました。AJUを立ち上げるとき、病院と施設での13年間を反面教師として取り組もうと思った。僕らの一番大きなバリアは、「社会の常識」だと思う。福島さんは、それをどうのり越えてきましたか？

福島：越えられないバリアもあります。越えられてもしんどくなることもあります。1995年頃、結婚後の話ですが、スイミングクラブに行こうとした時のこと。嫁さんの分もお金払うからと言ったが、「耳が聞こえないから危ない。」と断られました。外国人も日本語が不自由だからだめと...。プールで泳ぐこととどういう関係があるかと尋ねたら、「危険が伝わらないといけないから」と。闘おうかと思ったが、その頃は盲ろうの会で東京都の福祉制度を立ち上げようとしていた時期なので、自分の個人的なレベルで闘っていたのでは身体が保たないと思い、腹が立ったけれど引き下がった。その後、金沢大学に行って、似たような経験をしました。金沢で知り合った通訳者と一緒にスイミングクラブに行こうとしたら、最初は断られた。その時は、少し気持ちにも生活にもゆとりがあったから、本腰入れて

交渉しました。法的にもっていてもいいとか、メディアに問いかけるとか、半分脅して。そしたら、本社と相談するとか言われ、最終的にはOKが出ました。そして1年分の会費は介助者と2人分払った。でも、その壁を突破すると、気が抜けてしまったのか、年に3回くらいしか行ませんでした。

山田：はははっ、ちょっと安心しました。福島さんにも、そういうことがあるんですね。自分のことは妥協しても、人のことになると妥協しないで闘うんだ。

福島：社会のハードもソフトも、障害のない人を基に創られています。そこを、いろんな状況をかかえている人もやっていけるようにする。そのためにはいろんなところを変えていかないといけないし、壁にぶつかる。一方で、私達は生身の人間なので、発揮できるエネルギーの全体量は決まっています。エネルギーは温存して、ここぞというときに使って闘う。そうでないときは、横に逃げたり、後ろに下がったりということが必要だと思います。

『自分にとっての生命維持装置を作るような、自分が歩いていく道を創るようなもの。道を創りながら歩く。道がないから工事しながら歩く。』

山田：初めて大学の先生になったのは？

福島：最初は、都立大学で助手として手伝いみたいなことをしていました。

都立大学は出身大学でもあるので、事情が分かっているし、障害の状況が分かる。先生も様子が分かっている。ゼミなどで平気で教員と議論するような院生だったので、当時は記憶力も良く、数学や固有名詞などの記憶も正確だった。それで、「これはおかしいじゃないか」と平気で言っていたし、私が言うことの方がたいてい正しかった。障害があるというところも少しはおもしろいと評価されたかもしれないが、よく発言

や議論する人間だったので、院生にも刺激になっていいということになったと思うし、たまたま、ポストが空いたということもあった。

山田：都立大学の助手から、金沢大学の助教授になった。金沢は保守的なところだと思いますが、福島さんの一番大きな変化は？

福島：そうですね。まず、金沢大学の評価できるのは、最初に教員としてスカウトされたところ。私が学会に投稿した論文を読んだ人が、こういう人が来たらいいのではないかと。たまたまポストが空いていたということもあり、声がかかってチャレンジしました。「そもそもコミュニケーションできるか？」「どうやって大学教員をやるのか？」「教授会には出るか？」とか、人事の話とかうるさく言う人はいました。面接の時にサポートする人がいなかったからカミさんで行ったら、意地悪な面接官がいて、「奥さんが通訳するとのことですが、奥さんが怪我や病気の時はどうするの？」と。金沢には知り合いがいなかったので、「今から通訳者養成に取り組むので、1年で必ず養成します。妻とはいつでも離婚できるようにします。」と斬り返し、みんな笑って面接は切り抜けました。実際に一年で、最初の通訳者を養成した。問題は、どうやって通訳者の身分保障をするかということ。そもそも大学側には、サポートに対して経済的な保障をするという発想がありません。保守的なところですし、家族がサポートするのが当たり前という考え。本当は、家族がサポートするのも、必要に応じて公的に保障すべきだと思う。でも、いきなりそれを言っても無理だと思った。たまたま、卒業生に1年間やってもらったりして、97・98年は、ほとんど保障もなく、お金のことも含めて非常に苦しい2年間でした。通訳者の保障の問題を最初から前面に出すと抵抗する人が出てくるから出さない方がいい

いと言われました。私もそう思ったから、通訳者の保障がいりませんとは絶対に言わなかった。でも保障がいらないとも言わなかった。採用されてから、内部でボトムアップで少しずつ要望書を書いたりして運動しようと思いました。最終的に学長まで話があったが手応えがない。最初から予想していたので、マスコミに訴えろとか、中央の官庁や政治家に働きかけるのは？と考えて、周囲に相談しました。一年は、とにかく正攻法でボトムアップでやりましょうとアドバイスがあった。ひどいことも言われたし、冷やかな感じでした。一年経って以後、ありとあらゆる方法を試した。ただし、政治的なことはしないで、役所内部でのツテをたどった。最終的には、中央からプレッシャーがかかって、学長の持っている予算「学長裁量経費」（国から各大学に下りる、学長が判断して使える予算。）で通訳者の謝金を支払うということになりました。通訳者のサポートの経費なんてしれたものだった。やろうと思えば最初からできたが、学長がやる気がなかった。外部や上から言われたから、という感じだった。大学事務との関係や学長、学部長との関係もぴりぴりしていて胃が痛かった。でも、大学の教員になった盲ろう者は私が日本では初めてで、世界でも例がない。妥協したらこの先進まない。自分も苦しいけれど、盲ろう者のサポートも第1号であればあるほど、できるだけ条件整備しないと後の人が困ると思い、胃潰瘍になりながら…。 5



つも6つものいろいろな方面や関係機関の人に対して、どんな順番でどんな話しをどんなタイミングでするのがいいか、複雑な方程式を解くようなものなので、誰に相談もできず、どうしたらいいか、ひとりで考えて。最低限の通訳者がいないと、大学にも行けない、自分にとっての生命維持装置を作るような、自分が歩いていく道を創るようなもの。道を創りながら歩く。道がないから工事しながら歩く。前例がない場合、やらなければならない。宿命だと思う。東大の時は、金沢でやっていたお陰で「私にサポートがついた方が話がスムーズですよ。金沢でもこれでやりました。」と伝え、一度通ってしまうと、今度はプラスに働き、話が通りやすい。東大の場合は呼ばれてきたので、「金沢大学よりはいい条件にさせていただきますよね？」という風にもっていききました。私がやってきたことがきっかけで、その後、東大で障害がある人が採用されたり、元々いた人に障害が出てきた場合のサポートに繋がっていくんです。東大着任後最初の3年ぐらいは、今言った障害教員のサポート体制をどう作っていくかにかかなりエネルギーを使った。私一人ではなく、役割分担しながらやっていった。最終的には、東大の大学憲章に、「支援を行う」「差別的な対応をしてはいけない」ということを書き込むことができた。これは大きな意味があります。ルールを書き込むこと自体はお金はいらないから通りやすい。それがあると、それを根拠に内部的な予算要求がしやすくなる。ただ、現在は大学も財政が苦しくなってきた、振り出しに戻りつつあって、また闘わなければならない状況になっています。盲ろう者に通訳者の派遣をするということは、私だけのことではなく、みんなのこととしてやってきました。最初は、盲ろう者協会のモデル事業としてやって、その後、国が補助金を出して自治体が

行うというスタイルになって、現在は自立支援法の地域生活支援事業の中に含まれています。ただ、実際には財政的な差がある。しかも盲ろう者のように、本当は前からいたけれど、最近出てきたグループについては、地域生活支援事業はパイが決まっているので、昔から頑張っている先輩障害者グループに食い込むことができない状況です。

『高齢者、障害者、その他の人、全てを網羅した、障害者、高齢者といわれない人たちをも網羅して法制度を作る。』

山田：福島さんは国の社保審障害者部会の委員になって、当事者の立場で国に発言してきましたが、審議会では少数意見で通らないことなど、ジレンマはありましたか？

福島：結果的には通らないことは分かっていました。でも黙っていたら、どうにもならない。私自身がなぜ審議会のメンバーに選ばれたのか分からないが、私の有利な点が1つ。団体の代表をしていないこと。盲ろう者のグループには入っていても、私自身、審議会の中でそのことは敢えて出さない。障害はあるけれども、学識経験者という立場で出ています。特定の障害者団体の立場や利益を代表するものではないということが周りも分かるし、実際に私も、特定の障害種別にこだわらない。話の例として盲ろう者のことを挙げたことはあるけれど、限りなく少ない。原理原則を重視して、その上で個別の、法律の中の問題や制度設計と原理原則を照らし合わせて提案し、矛盾を訴えた。言ったからといって法案が変わるとは思えなかったし、2004年グランドデザインが出た時点で、これは通ると思った。しかし、私の立場で言えることは言おうと思った。私自身のためでもあり、報われない人たちの声を、審議会ですべて代弁する必要もあ

る。特定の団体の代表でないということは、逆にいうと、他の団体の声を反映する必要と、そういう責務が私にはあるんだと。専門家と呼ばれる人は大学教員が多いので、そういう意味では私ももの怖じせずに言えるので、積極的に発言するようにしています。でも無理なことは言わないようにしています。

山田：そういう中で、社会では障害者自立支援法についていろいろな意見がありますが、今後どうしていったらいいと思いますか。

福島：今は過渡期だと思う。つまり、自立支援法の改正案が承認されつつある状況で、「あの時ああすればよかった」と、過去を振り返ってもしかたがない。歴史的な問題、行政内部、政治的絡み、他の福祉制度との兼ね合い、いろいろある。でも、今後は自立支援法だけでなく、社会保障制度全般の問題を根本的に変えていく必要があると思います。障害者だけでなく対象も拡大して。予算規模も国の財政規模に対して小さすぎます。その意味では、自立支援法だけにこだわりすぎていると、大きな視点で改革が実現されない可能性がある。もちろん、おかしいところは要望を出しつつ、中長期的なことも必要。権利条約の絡み、差別禁止法的なものを日本でどう作るか。根本的には財源をどれくらい割けるか。財政改革に反対の人がいて、限界があるんだろうなと思いますが、それを社会的に訴える時に、障害者のことだけを突出させて言っていると限界が来る。私は、介護保険との統合は反対してきました。それはそれとして、高齢者の福祉の方が、ずっと大きなお金が絡んでいるので、高齢者福祉の問題と関連させたものにしないと、障害者だけでは通りにくいと思っています。様々な社会保障の中でいろんな制度が乱立しているので、高齢者、障害者、その他の人、全てを網羅した、場合によっては、障害者、高齢者とい

われない人たちにも関連する、網羅的な法制度を作る。その背景として財源確保。その為に財政を含めた財源確保の問題も含めて変えていくという大きな流れの中に、障害者の施策をどう位置づけるかという議論が今後重要になってくると思います。それは、どっちがいいかということではなく、目の前にある具体的な短期的な闘いはやりつつ、同時に中長期的な戦略を練るための努力を、医療の問題とも絡むと思いますが、他の人とも協力して、2段構えでやっていく必要があると思います。

『目に見えない存在、どこにいるのか分からない状況だと、障害者はテレビの中だけの存在になってしまう。』

編集部：先生としては、いろんな課題を整理し見通そうとされていると思いますが、障害当事者として、これからどんな取り組みが大事になってくるとお考えでしょうか？

福島：具体的にできる取り組みは、なんとと言っても自分たちのプレゼンス、存在を社会に示していくことと、広い意味でのシンパ（シンパサイザー）、共感してくれる人たちを作ること。「共に生きる」「交わりをもって」という表現は本当はあまり好きではない。地域で住んでいるからと言って、何でもこの馬の骨とも分からないようなおっさんと仲良くしないといけないのか、何で障害者だけが「共に生きる」と一々言わなければならないか、と思う。でも一つは、交わりや接点がないと世の中の人には障害のことが分からない。家族や友達に障害者がいれば、そういう経験を背景にシンパシーを持ちやすいと思うが、そうでない人も多いので、社会の中での障害者の活動や自己実現をしていくことと同時に、シンパ作りの意味あいがあります。結局、日本が政治的に変わったり、社会の仕組みが変わっていくとき、「障害者もいたんだ」と多くの市

民が思い出せるようにするかどうかだと思います。人間はエゴイスティックにできているので、まず自分のことを考え、自分に関係ないことは2の次、3の次に考えてしまう。目に見えない存在、どこにいるのか分からない状況だと、障害者はテレビの中だけの存在になってしまう。地域で暮らして、地域の活動をしているとか、具体的には、仕事をしたり遊びも含めている人々とつき合ったり交わりを持つことで、結局は、障害者が近くにいるということが伝わる。ひいては社会を変えていく上で、障害がある人も一緒にやっていく、理屈ではなくそれが自然だ、逆に言うと障害のある人をのけ者にすることが不自然じゃないか、ということが感覚的に伝わるようにしていくために大事な取り組み。それぞれの立場でなさっている活動を、より深く広くやっていくこと。地道な積み重ねが大切だと思います。

編集部：社会の仕組み、社会保障制度を変えていくという課題について、専門家には任せられない、当事者の思いを反映したいと願っていると思うが、企画・政策決定のところに直接関わっていく仕組みについては？

福島：障害者の国会議員を増やすこと。政策決定に参画をしていくこと。審議会に出るとかパブリックコメントに意見を言うとか、新聞投稿、メディア...いろいろあると思う。つくづく思うのは、最終的に決定権を持っている国会議員に重度障害者がいない。政策への参画をどうするか。政策研究での当事者の立場は大事だと思うが、現実を動かすには、議員を出すことしかないのでは？ そのためには政策研究や政策立案への参画の活動をするなど地道な活動と同時に、さまざまな障害の立場を代弁できるような当事者議員を、できれば複数擁立できるようになること。障害者関係のコミュニティに関連する人は多いと思う。立場は微妙に違

うので、どこまで最大公約数くみ取るかということはあるが、仮にも700万人いる障害者、その家族や友達は2000万とか3000万とかは身近にいると思う。その人たちの票を集めるような候補者が出てきたら、議員も出て来るんじゃないかな？2・3人出てきたら、そうした人たちを核にして運動ができるでしょう。以前、八代栄太さんや堀議員という議員がいました。私たちの声を代弁していく人材を、与党でも野党でもいいから2,3人見つけていく必要があると思います。

『**コンディションの悪さが、実は仲間を作るきっかけになったり、自分の人生を楽しむネタになったりする。家族の皆さんと障害を持った人の人生は違う。どんなに愛していても、その人の人生になりかわることはできない。』**

山田：最後に、目が見えない、あるいは耳が聞こえないで悩んでいる障害者、また全身性の障害を持った当事者やそういう子どもを持った家族がいる。福島さんは、若者が障害を負った時に、あるいはその家族に何を伝えたいですか。

福島：まず、障害を持った若者たちに。

いろんな障害があると思います。「障害」といったとき、障害者というのと、運動会の障害物レースがある。それを同じ「障害」というのはけしからんという人もいますが、私はそれでもいいと思う。つまり、障害者の障害も運動会の障害物リレーも、邪魔なものを乗り越えていく。障害者自体が邪魔者と扱われるのは困るが、生きていく上で、障害物が発生することはだれにもある。平坦なトラックを走る競技とは別に、障害物競技、陸上でいうハードル競技がある。それはそれで味がある。何も無いトラックを直線で走るより、ハードルを越える大変さ

があると思うが、同時におもしろさがあります。

編集部：社会の側に障害があると思うから、先生はそういわれるのですか？

福島：社会と個人と2つの問題があると思う。社会が生み出している様々な障害は、できるだけ取り除いた方が良く思う。一方で、どうあがいても個人が抱えている、障害の実体的な悩みやしんどさは、ゼロにはならない。でも、よくよく考えると、悩みもしんどさも辛さも無い人生などない。障害があってもなくても、どんな人間も抱えているもの。自分がもっている障害のしんどさというのは、ある種、自分が歩いていく道のでこぼこさ、陸上競技でのハードルと同じ。個人的な体験としての様々なバリアに直面するというのは、自分がバリアを突破するためのチャンスを与えられたのだと思って、どこかで面白がったらいいと思う。あまりにも安全で整っていたら、人生面白くない。ガラス張りのようなツルツルな床を滑らかに滑っていただけでは、おそらく面白くないんです。ある程度引っかかりがあったり、でこぼこがあるから面白いし、生き甲斐もある。社会的な環境の整備は、それはそれで大事で進めるべきだが、社会的なことだけでは消し去れない個人的なしんどさは、どこかで楽しむ気持ち、あるいは、自分が工夫をしてなんとかしていくというチャレンジ精神を、どこかで楽しむも



のです。これは道徳的に何かしないといけないとか、努力しなければいけないという意味ではありません。そういう状況自体が、自分がかかえている障害者という条件を、自分に与えられた人生のコンディションなんだなぁと思って、その中でどうプレーするか。(障害者である)おかげでというか、グラウンドコンディションがあまり整備されていないのが障害者の人生。社会の側にできるだけ整備してもらうことはいい。ただどう頑張っても無理な部分は残る。それはコンディションが悪いからダメだと考えるのではなくて、どういうグラウンドでどのようにプレーするか。それがどれだけ楽しいかが人生。いくら素晴らしいグラウンドコンディションでも、自分がやりたくない野球やサッカーをやってもつまらないし、仲間がいなかったり、ひとりぼっちでは意味がないでしょう。どんなに悪いコン

ディションでも、仲間とワイワイやれば楽しいプレーだと思う。「コンディションの悪さ=つまらない」ではなくて、コンディションの悪さが、実は仲間を作るきっかけになったり、自分の人生を楽しむネタになったりする。そういう冒険心もあっていいと思う。どっちみち私達の人生というのは生きれば、自然と終わってしまう。それなら冒険した方が面白い。

家族に対しては、一言で言えば、家族の皆さんと障害を持った人の人生は違うということ。愛情を注ぐことは大切、家族で助けあうことも大切だが、どんなに愛していても、その人の人生になりかわることはできない。そこだけは忘れないようにしてほしいです。

山田：長時間にわたりありがとうございました。

● 福島智さんのプロフィール ●

1962年兵庫県神戸市生まれ。

生後5ヶ月で眼病を患い3歳で右目、9歳で左目を失明する。18歳のときに特発性難聴で失聴し全盲ろう者になる。

母・令子の考案した指点字を使い会話、コミュニケーションを図る。指点字は、盲ろう者のコミュニケーション手段の新たな選択肢となる。

盲ろう者として日本で初めて大学へ入学。1996年、東京都立大学人文学部助手、金沢大学教育学部助教授などを経て、2001年4月より東京大学先端科学技術研究センター助教授(バリアフリー分野)を経て現職の教授へ。

1995年に手話通訳士の光成沢美と結婚。2003年には、米国の週刊誌TIME誌(2003年4月28日号)にて「アジアの英雄」に選ばれる。

現在は、大学でバリアフリー論・障害学の研究・教育に従事する一方、盲ろう者を含めた障害者の福祉増進を目指す社会的活動に取り組む。



書籍の紹介

生井 久美子 著 「ゆびさきの宇宙 福島智・盲ろうを生きて」

岩波書店(2009/04) 1,890円

無音漆黒の世界にただ一人、果てしない宇宙に放り出されたような孤独と不安。

それを救ったのが母の考案した「指点字」とその「通訳」の実践だった。

盲ろう者として幾多のバリアを突破してきた福島の生き方に魅せられたジャーナリストが密着、膨大なインタビューをもとに、その軌跡と思想人間的魅力に迫る。

人間にとって本当に大切なものは何かを考えさせられる一冊。

福島 令子 著 「さとし わかるか」

朝日新聞出版(2009/05) 1,680円

目も見えず、耳も聞こえない「盲ろう者」でありながら東大教授となった福島智氏。

9歳で失明してから、18歳で耳が聞こえなくなり、「指点字」という独自の会話法を編み出すまでの苦難の日々を、母親である令子さんが初めて綴った感動の子育て、闘病記。

山田昭義さんのプロフィール

1942年生まれ。15歳のとき、海水浴の飛び込み事故で頸椎(けいつい)骨折、四肢まひに。寝たきりの闘病生活を経てタクシーやバスの乗車拒否、飲食店の入店拒否にも屈せず、街に出ようと「障害者の生活をよくする会」の結成に参加。1990年、社会福祉法人AJU自立の家を設立、現在同法人専務理事。全国自立生活センター協議会代表や、DPI日本会議議長などを歴任後、2009年5月、河村新市長の下、名古屋市の経営アドバイザーに就任。



福島先生はじめ研究室の皆さま

この度は大変お忙しい中、取材にご協力いただきまして、ありがとうございました。とりわけ福島先生には、ご多忙の中、膨大な原稿を細かなところまでご確認いただき、本当にありがとうございました。

障害者医療問題全国ネットワーク 第8回シンポジウムにってきました。

みなさん。こんにちは。でっちゃんです。私は、脳性まひ（アトーゼ型）で不随意運動（自分の意志とは関係なく身体が動いてしまう等）と言語障害があり、移動は、電動車いすを利用しています。5月17日、国立オリンピック記念青少年総合センター（東京）で行なわれた障害者医療問題全国ネットワーク第8回シンポジウムにってきました。



まずはじめに

私はこのシンポジウムには第5回（2005年11月に開催）より参加しています。その当時、私は二次障害の症状（手足のしびれ、首を後ろに倒すときに左肩から左肘に電気が走るような強い痛み、おしっこが我慢できないなど）があり、「二次障害における整形外科治療の紹介」というテーマで、南多摩整形外科病院の松尾先生のお話を聞くことができました。そして、2007年5月に南多摩整形外科病院で筋解離術（きんかいりじゅつ）を受け、今は痛みはほとんどなく元気に同じ障害を持つ夫と共働きをし介助者の手を借りながら生活しています。そこで、同じ二次障害に悩んでいる人たちのために、少しでも情報提供ができればと思い参加しました。

今回のテーマは「最新のリハビリテーションの現状と効果について」

プログラム

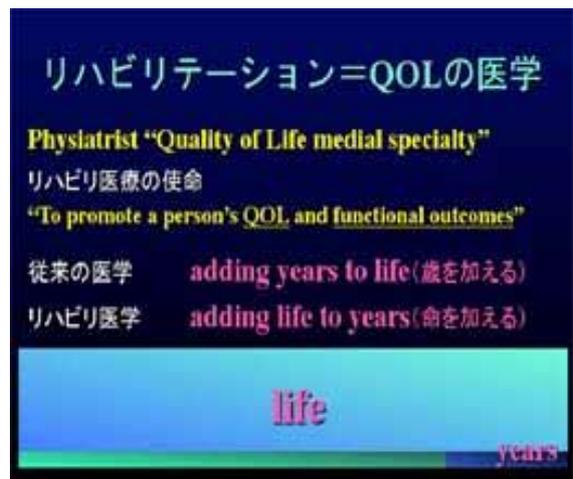
- 13:30 開会挨拶
- 13:35 講師紹介
- 13:40 講演：最新のリハビリテーションの現状と効果 損傷した脳内の再構築と脳に再学習を促す事の可能性について
- 15:10 質疑応答
- 15:40 報告 ポリオの会より活動報告
- 16:10 閉会挨拶
- 16:30 親睦会

二次障害の予防にはリハビリテーションが有効だといわれています。そこで、NHKスペシャル等で取り上げられた脳の可塑性とCI療法の可能性について兵庫医科大学リハビリテーション医学教室 教授の道免和久先生の講演でした。

道免和久先生の話

リハビリテーションはQOLの医学

伝統的な医学は病気を治療すること。そしてできるだけ延命をはかることが目標でした。もちろんこれも重要ですが、忘れていけないことは患者さんのQOLです。（QOLとはQuality of Life「生活の質」）また、患者さんは一人一人に対応が異なり、医療で大事なものは個別性だ。



という話で始まりました。

脳卒中のリハビリ中心の話

厚労省の主張する早期、回復期のみのリハビリ重視で、多くの患者さんは、健常側のリハビリやADL (Activities of Daily Living「日常生活動作」) のリハビリが中心となっていて、本来は、できるだけ麻痺した上肢を訓練することも重要です。この両方がうまくバランスがとれていれば良いのですが、結局「実用的に」ならないなら、最初から健側を使う訓練をした方が早い、と考える医師や療法士も少なくありません。その方が早く着替えや食事などのADLが改善するからです。普通、リハビリ医療では治療効果を判定するために、ADLを点数化しています。ですから、健側上肢による片手動作ばかり訓練した方が、より点数が上がりがやすく、「効果的な」治療ということになります。「『障害受容』ができていない」など当事者の価値観の多様性の否定にもなりかねない。本当にそれでよいのでしょうか？ADLは重要なことではあるが、唯一絶対ではなく、私達が測定できていない指標で、慢性期にも常に改善している可能性があると思います。

『麻痺側上肢集中訓練プログラム』CI療法

米国では10数年前から、麻痺している方の上肢をもっと集中的に訓練しよう、という動きが出てきました。これはやみくもに頑張る、といった類のものではなく、脳の可塑性(やわらかさ)を利用するれっきとした先端医療です。健側上肢を三角巾などで使えないようにした上で、麻痺した方の上肢だけを使う訓練を集中的に行う治療法です。

健常側の上肢を三角巾等で使わないようにします。

右片麻痺の患者さんの想定です。

作業療法士が適宜助言します。

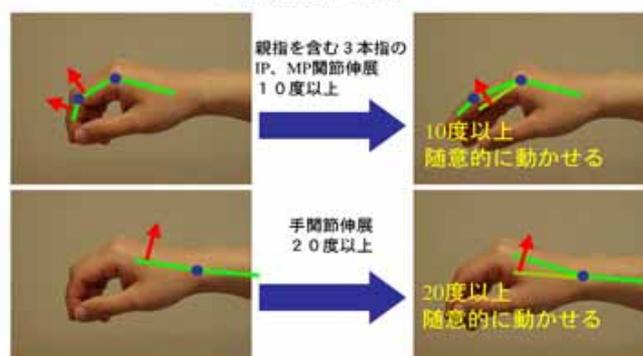


日中動いている時間の8割以上、麻痺した方の上肢だけを使い、それを2週間くらい続けます。麻痺側の上肢で行う訓練は、作業療法士が付きっきりで、簡単な動作から、ちょっとずつレベルアップしていき、複雑な動作へと進めていく。麻痺の重症度によっていろいろと変化をさせなければなりません。このような訓練は決して楽ではありませんが、効果は実証されています。脳卒中になって何年も経過し、どの病院でももう治りませんよ、と言われた患者さんの多くがこの治療を受けることで(程度の差はありますが)改善します。ただし、以下の適応基準があります。

兵庫医大および兵庫医大篠山病院における適応基準

麻痺している側の手首が、手の甲の側に20度以上動かせること、なおかつ、親指を含めた3本指が10度以上伸ばせること
必ず<適応基準の説明図>をご覧ください。
日常生活は片手動作(麻痺していない方の手)で自立していること。
基本的なリハビリが終了し、すでに一人で歩いていること。
ご自宅で暮らしていること。(病院入院中や施設入所中でないこと)
患者さん自らが、CI療法について理解した上で、希望されていること。
長時間の集中訓練のストレスに耐えられること。
血圧やその他の病気が安定していること。

CI療法の適応基準



上記の他に、認知症や高次脳機能障害がないこと、自ら訓練する意欲があること、重大な合併症がないこと、集中訓練のストレスに耐えられることなどを、リハビリ科医が総合的に判断する。

- 長時間の集中訓練をしますので、基準を満たさない場合には、転倒、ストレス、胃潰瘍、再発などのリスクが高まることも予想されます。

- 通常の「早期リハビリ」とは異なり、手のCI療法は慢性期のどの時期でも可能です。まずは、基本的なリハビリが終了してからで遅くありませんので、現在、基本的なリハビリを受けておられる方は、そちらを優先させて下さい。
- 決して「奇跡の治療法」ではありません。麻痺が完全に治るわけでもありません。また、途中で中断される方、最後まで治療しても改善しない方もおられます。

この基準に当てはまらない患者さんには、リハビリ支援装置でのリハビリもはじめています。

ロボットリハビリ

装置はロボットの腕のような形で、先端に付いた取っ手を握り、パソコン画面の指示に従って動かし、平面だけでなく立体的な腕を動かすことができます。1回40分のリハビリを週3回、6週間継続した。

麻痺した手を活用して肩やひじの筋肉が強くなり、関節が動く範囲



も広がり日常生活で手を使用する頻度も増えたという。CI療法は、どちらかというとも手指の動きの改善が主で、ロボットリハビリは肩肘の動きの改善が主ではないかと予想しています。いずれにしても先端医療ですので、今後検証をしていく予定とのことでした。上の写真は訓練風景（麻痺した左手を使ってエアホッケーゲームを行っているところ。）です。

CI療法の今後の可能性について

海外での臨床報告から、脳卒中の上肢機能障害以外に、脳外傷・脳性麻痺・局所性ジストニア・幻肢痛・失語症・脳卒中による下肢麻痺・脊椎損傷などへの応用拡大も期待できるとしている。と

のことでした。

でっちゃんの感想

やはり会場からは「脳性麻痺、ジストニアへの応用は可能なのか？」という質問が多くありました。日本では症例が少なく、まだ研究段階だという答えでした。私自身、脳の可塑性（やわらかさ）についての説明で「点字読者は読字をする指を支配する運動皮質の体部位再現領域が拡大する。」などの例でなんとなくわかりました。また『CI療法』は「簡単な動作から、ちょっとずつレベルアップしていき、複雑な動作へと進めていく。」この「ちょっとずつ・・・」と「達成感」がポイントのように思いました。しかし、相当、過酷な訓練だと思ってしまいました。私はリハビリはスポーツに近いもっともっと楽しいものであってほしいなあと思います。

障害者医療問題全国ネットワーク(二次障害情報ネット)

〒156-0043

東京都世田谷区松原6-39-12

カーサイズミダ101

特定非営利活動法人 自立の家 内

TEL 03-3327-0971

FAX 03-3327-0972

E-mail info@nijishogai.net

兵庫医科大学リハビリテーション医学教室

〒663-8501

兵庫県西宮市武庫川町1-1

TEL 0798-45-6881

FAX 0798-45-6948

TEL 0798-45-6111(大学代表番号)

なお、この記事は

兵庫医大リハビリテーション医学教室

<リハビリ・関西プロジェクト Project Domen>

のホームページを参考にしました。

<http://www.bekkoame.ne.jp/~domen/>

index.html

人工内耳大作戦！ その3

ゆきの 由紀乃ちゃんにご家族に聞いてみました～

みなさん、こんにちは。雨でもポンチョを来て出かけた、いづみです。頸髄損傷で手動車いすと電動車いすユーザーです。ヘルパー派遣制度や訪問看護を利用しながら、地域で生活しています。

前号は、日本の京都大学病院にて1歳7ヶ月（当時の日本では最年少！）で人工内耳の手術を受けることになった秋谷由紀乃ちゃんの手術や入院生活についてと、退院した当初、どのようにご家族が協力しあって、どのような子育てをされたのかについてお伝えしました。人工内耳大作戦企画の最終回となる今回は、由紀乃ちゃんが保育園や小学校に入るときの取り組みや、現在の生活について書く予定です。

秋谷さんご家族は、父 英紀さん、母 由佳さん、長女 由紀乃ちゃん、次女 由衣ちゃん、秋谷さんのご両親である祖父 紀穂さん、祖母 和江さんの6人家族で、現在、愛知県の豊田市に同居されています。詳しくは98号、99号を参照下さい



由紀乃ちゃんのお母さんの由佳さんは、現在は専業主婦ですが、元イラストレーターをされていたそうです。その経験もあり、由紀乃ちゃんのために、人工内耳についての分かりやすい絵と説明を入れた紙芝居を作られたそうです。入園、入学の際には、まず先生方に、人工内耳について理解が得られるよう、紙芝居を使ってお願い（プレゼン）をされたそうです。

保育園や小学校選びについて

Q 由紀乃ちゃんを預ける保育園はどのような基準で選びましたか。いくつか見学に行って、何ヶ所かをお願いをされたのでしょうか。希望のところへ入れましたか？

由佳さん(母)：保育園を選んだ基準は「自宅から近いこと」と「人工内耳についてご理解頂ける園長先生がいらっしゃること」でした。お願い（プレゼン）にあがった保育園は、結果的に「狙いの1校のみ」でしたが、運よく人工内耳と由紀乃に対し深く理解を示して頂ける園長先生がいらっしゃったおかげで、その後の入園から卒園までスムーズに進めることができました。幼稚園児でも分かるように、その時作った紙芝居をご紹介しますね。

目がよく見えない人は、メガネがないとよく見えません。
メガネをつけると～よく見えます。
由紀乃は耳がよく聞こえません。
人工内耳をつけないと～聞こえません。
人工内耳をつけると～よく聞こえます。
とても大切なものです。
つついたり、さわったり、しないでくださいね。おわり



Q 小学校でのプレゼンで先生方の反応はいかがでしたか。プレゼンをするにあたって、由紀乃ちゃんに何か説明されましたか。由紀乃ちゃん自身の反応はいかがでしたか？

英紀さん(父)：「人工内耳」という言葉自体を初めて聞くという先生方が多く、はじめのうちは驚いておられましたが、同行させた

由紀乃本人を見てもらいながら、先生方と由紀乃との相性・感触などをじっくりと確認して頂きました。1時間くらいの話合いができたと記憶しております。由紀乃を同行させるにあたり、本人に伝えたことは2つ。「パパも通ったこの小学校に由紀乃も立派に通いなさい。」「先生には大きな声でしっかりご挨拶すること!」だけです。ところで、当日の由紀乃自身の反応はといえば、パパがプレッシャーをかけたせいで”コチコチ(カチカチ)”で、緊張のあまり面接後半に座ったまますっかり寝入ってしまったという”おまけ”付きでしたが、立派に挨拶もでき、私たち両親としては満足でした。

由佳さん：小学校ではプールの授業がありますね。プールの時も全く聞こえなくなるので、それをみんなに分かってもらえるように、それに合わせて紙芝居をつくったのでご紹介しますね。

人工内耳が、雨や水にぬれると、壊れてしまいます。ですから、プールの時間は、はずします。はずすと由紀乃は、音や話し声が、全く聞こえません。そんな時は～サーッと由紀乃の正面にまわって、“トントン”と肩をたたいたりして下さい。そして、由紀乃が気が付いてから～、口がよく見えるようにして、話して下さいね。プールの後は、ドライヤーで髪をしっかり乾かしてから～人工内耳を付けます。だから、みなさん、分かって下さいね。おわり。



由佳さん：その他、普通に生活していて、聞こえているように思われていても、実は聞こえにくいといった場所があることを分かってもらい、友だち同士の関係がうまくいくようにと思い作った紙芝居もご紹介します。これは由紀乃が4年生になった時に、先生に読んで頂いたものです。

こんな時、聞きづらいかなあ～。

由紀乃は、みんなの声をたくさん聞きたいと思っています。でも時々聞きづらい時があるのです。

それは～人工内耳という機械を耳に付けて、聞いているためです。

機械なので、みんなのように、“聞きたい”と思う音だけを聞くことができないのです。

どんな時に聞きづらくなるかをお話しします。

音や声が重なってしまうと、聞きたい音が聞き取れません。たとえば、チャイムの音とみんなの音が重なってしまったとき、そんな時は話の内容がよく聞き取れません。

二人から三人の人が同時に話しをする時も、聞き取れずに困ってしまいます。だから、一人一人、ハッキリと話しかけてあげて下さい。

「車の通る音で聞きづらい道では、車の音が静かになったら、話してあげて下さい。

由紀乃に“いま、なんて言ったの??”と聞かれたら、もう一度、話してあげて下さい。

話しをしている場所が原因で聞きづらいときもあります。体育館や運動場など広い場所では、声が届きにくいのです。こんな時は、由紀乃は振り向いたり、返事をする事ができません。でも、それは、無視したり、怒ったりしているのではありませんから、誤解しないで下さいね。

由紀乃が気が付いてから、話してあげて下さい。

みんなのやさしい気持ちで、由紀乃の”きこえ”を助けてくれます。みんな、ありがとう!おわり。



編集部：由紀乃ちゃんのおかげで、みんなが“聞こえないこと”について考える環境ができて、良かったなあと思います。

現在の生活について

Q 好きなことはなんですか?好きな本はありますか?

由紀乃：好きなことは、勉強、読書、絵を描くこと。勉強の中でも、国語と英語が一番好き。好きな本は、ハリポッター小説版、海賊ポケット、もののけ姫などです。図書館にもよく行きます。本を読むのが好きで、一日に20冊とか読むこともあります。映画も『ゲゲゲの鬼太郎』とか観に行きました。

Q 学校は楽しいですか？今一番楽しみにしていることはなんですか。

由紀乃：学校は楽しい。今（取材させて頂いた今年の1月頃）一番楽しみにしていることは、4月から5年生になること。上の学年に行って、大きくなるっていう感じを味わえるから。それと、妹（4月から1年生）と一緒に学校に行けることが、ちょっとうれしい。

英紀さん：小学校入学以来、無欠席です。つい最近風邪を引いて、熱が出て、顔にぶつぶつが出て大変でしたが、ちょうど土日で学校がないときだけ休む形で、欠席にならなかったんだよね

由紀乃：うん！

英紀さん：私は、学校は、まず休まずに行くことが大事だと思っています。学校がおもしろいと思えるようにするには、授業がわかり、勉強ができることが大切な要素の一つだと思っています。そのためには、予習と復習をしっかりとやること。うちは、スパルタかも知れませんが、（笑）学校の先生や友達、ちゃんと人工内耳のことを理解して、授業とか遊びとか、話したりしてくれているのかな？



由紀乃：うん。

和江さん(祖母)：寒くても、雨が降っていても、ちゃんと休まず学校へ行っていますからね。嫌とも言わずに。嫌だったら行けないよね。

由佳さん：あれは一番うれしいですね。

英紀さん：それは学校のみんが人工内耳について理解して、協力してくれているわけだから、由紀乃も感謝の気持ちを忘れてはいけませんよ。もし勉強が分からなくて困っている子がいたら、由紀乃は恩返しで教えてあげてね。助け合いだからね。

由紀乃：うん。

和江さん：イスや机の脚の裏にテニスボールの布を貼って、音が出ないようにすると本で読みまして、学校にお願いに行きましたら、即、クラスで対応して下さい。 (2009.6月現在、テニスボールは使用されない方向になってきています。中から微量の化学物

質が出てくるため、体調を崩す子供がいるようです。)

英紀さん：豊田市では、フェルトです。

和江さん：音が出なくて静かになるのは、由紀乃だけじゃなく、みんなにとって良いことなので、学年で取り組むといいのにな～と家族で話していたら、先日、新聞にも同じようなことが載っていました。

Q 現在同じ障害をもつ方との交流はありますか？

由紀乃：Aちゃん！あと...半田のM・Sちゃん。

英紀さん：人工内耳を付けたお友達はあちこち

にいて、こちらから遊び

に行ったりもしていま

す。春休みに1回とか、

年に1回くらい交流は

あります。『人工内耳友

の会・東海』といった団

体があり、そこでの集まりに時々参加して

います。始め、その集まりに参加すること

に躊躇する気持ちがありましたが、しっか

りとアイデンティティーが芽生えてきた由

紀乃本人が、ある日、自分からこんなこと

を言ったのです。「わたしや、Aちゃん、

Mちゃん以外に、人工内耳を付けている子

が、日本にいるの？そういう子たちに会

いたい！」と。“そうか、本人が、他の人工

内耳を付けた子に会いたいと思うようにな

ったのか。それなら一度参加してみようか

～”ということになったのです。

由佳さん：そこでの集まりは、子どもたちを託

児室に預け、大人たちは別の部屋で会議を

したり、情報交換したり出来るように配慮

されています。

英紀さん：そこで仲間ができて、人工内耳は、

いま日本ではこんな状況で、世界ではこん

な状況なんだと本人が知ることができまし

た。そんなチャンスや、交流の仕方だけ教

えたら、あとはメールもあるので、どんど

ん交流を広げていってくれるものと期待し

ています。

Q 由紀乃ちゃんは、手話を使うことはありますか？

由紀乃：たまにある。お風呂の時に。

編集部：そうか、そうか。お風呂の中で人工内

耳を外して聞こえなくなる時に。それは、姉妹の間でするのかな？それとも家族で、お父さんやお母さん、おじいちゃんやおばあちゃんのみんなとするのかな？

由佳さん：私の手話はだいたい分かるみたいで、父や母とは筆談とかですね。

由紀乃：ホワイトボード！

英紀さん：スキューバダイビングをする人たちが水中で会話するときに使っている物を買ってきて、お風呂に入れてありますね。

編集部：水にぬれても大丈夫なものです。

紀穂さん(祖父)：けれど、今はほとんど必要ないですね。勘がいいのか、話したいことはだいたい分かるので。

由佳さん：あと、口の動きでも分かりますね。

編集部：口でも読めるの？

由紀乃：だいたい分かる。

由佳さん：難しい話になると、筆談の方が確実なときもあります。簡単なやりとりは分かりますね。あと、いま“指文字”も覚えようかということで、トイレやお風呂に“アイウエオ表”が貼ってあります。



人工内耳の取り扱いにおいて、気を付けておくことについて

Q 由紀乃ちゃんは人工内耳をつけていて、気を付けていることはありますか？

由紀乃：雨が降った時に、雨水が（人工内耳に）つかないように、耳を傘でしっかり守っている。また、壊れることはないと思うけど、夜（人工内耳を）乾燥BOXに入れる時に、（人工内耳の）電源をちゃんと切って寝るようにしています。

編集部：学校生活の中では？

由紀乃：友達と遊ぶときに気を付けていることは特にないかな。先生も、みんなも人工内耳のことを理解してくれていて、大きな声で話してくれたり、気を付けてくれてます。

編集部：運動していてずれたり、とれたりすることはありますか？

由紀乃：たまになわとびとか、夢中で体を動かしたりしてはずれちゃう時もある。ちょっと外して先生に預かってもらったり、ポケ

ットに入れたりしています。

和江さん：ポトンと落ちないように、ママがゴムで服のボタンにひっかけるよう、工夫してくれていますね。



英紀さん：服にボタンが無いときは、メガネにピッとゴムで、固定することもあるよね。ちょっと格好良く、ファッションのようですね！（笑）ファッションデザイナーになりたいんだよね。

由紀乃：仕方なくやってる！

Q 人工内耳の電池は、どのくらいで交換しますか？

由紀乃：2～3日くらい。けっこう保つ。交換は、一週間に1回か2回です。

英紀さん：学校に行っている月～金曜日の間に2回換えるくらいで、土～日曜日の間で1回換える感じかな。

由紀乃：そんな感じ。

編集部：それは、聞こえが悪くなってきた、電池が切れたことが分かるの？

由紀乃：電池が切れそうになった時に、耳が“ピーピー”と鳴って、その時交換するから、よく聞こえるようになる。

編集部：お知らせの合図だね！

英紀さん：その音は、由紀乃本人だけに聞こえていて、私たち周りには聞こえません。

由紀乃：遠くで救急車のサイレンが鳴っているのとよく似ています。

英紀さん：よく似ているから間違えそうになるんだね。（笑）

Q 人工内耳はつけていて痛くなることはありますか？

由紀乃：痛くないけど、昔、髪の毛をたくさん「すきすぎた」時に、磁石のくつつく力が強くなってしまい、痛くなった時もあった。磁石を弱くしたり、髪の毛を伸ばしたりしたら痛くなくなった。

由佳さん：人工内耳を付ける前に補聴器をつけて、耳にかけることに慣れるようにしていた時代はあります。由紀乃が人工内耳を嫌がって、自分ではずしたことは一度も無いです。

英紀さん：ベルギーにいた時、由紀乃の人工内耳の手術をすると決めて、ドクターに相談した時のことです。ドクターから補聴器を両耳に装着することを強く勧められました。理由は2つあり、一つ目は人工内耳の手術を右の耳にするか、左の耳にするか分からないため、両耳に機具を付け慣れさせておく。2つ目は聴覚神経を刺激しておくためだそうです。これは、聞こえにかかわらず、聴覚神経を刺激し続けることで、人工内耳を付けた時の効果を最大限にするためだそうです。人工内耳の手術を受ける前に、このような下準備をしていました。



人工内耳の手術を選択したご家族からのアドバイス

Q 人工内耳の手術を受けるかどうか迷っている方とこれから受けようとしている方（その親御さん）へアドバイスとしてひとことお願いします。

英紀さん：私たちは、手話という非常に素晴らしいコミュニケーション手段があることも知っていましたが、人工内耳を知った当初から由紀乃と「音声を中心にしたコミュニケーションで生活したい」という家族全員の強い思いがありましたので、迷うことなく人工内耳を選択しました。ただし、人工内耳手術前や術後まもない時期、人工内耳を外した状態（お風呂、プールなど）では、積極的に手話やホームサイン、筆談などを活用することで、由紀乃との生活の中に「コミュニケーションの空白」ができないよう心掛けました。

現在、人工内耳の手術を受けるかどうか迷っていらっしゃるご本人・ご家族の方々の気持ちは大変よく理解できます。できるだけじっくりと時間をかけ、ご家族全員で相談していただき、「音声」でいくのか「手話・口話」でいくのかを決め、決定後は迷わずその道を家族全員で力を合わせ歩むことが大切だと感じております。

うわさを聞きつけて、うちにも人工内耳の

ことについて相談しに来られる若いご夫婦の方がみえます。何件か、色々お話しさせてもらっていますが、最後は皆さんで決断して下さいねと伝えていきます。ただ、環境さえ整えてあげれば、ココまでは獲得できますよ、とは言うことができます。環境がそうしたわけですから。手話もすばらしい文化だと思います。ただ、私たちは由紀乃と音声でのコミュニケーションが取れることを望み、決断したまでです。

Q 質問最後に、由紀乃ちゃんにとってお父さんはどんな人ですか。お母さんはどんな人ですか？

由紀乃：



パパは、休みのとき遊んでくれる優しいパパ。宿題とか勉強で分からないところをちゃんと教えてくれる。「妹をいじめるな！大切にしてください！」と怒られるときが一番怖い。



ママは、健康を考えて、毎日おいしい料理を作ってくれて感謝している。誕生日、クリスマス、お正月や家族パーティーや学校で表彰されたときに、張り切って料理を作ってくれるところがうれしい。

毎日、日本語の本や英語の本を読んでもらったり、自分の音読をしっかりと聞いてくれるからうれしい。好き嫌いをなく食べなさいと怒られる時が怖い。



妹は、最近生意気になってきて怒れてしまうことがあるけど、やさしくて、一人しかいない妹だから大切にしないといけないと思うけど、ついつい怒れてしまう・・・ごめんなさい。気に入っているところは、楽しくて、みんなを笑わせてくれるところ。



おじいちゃん（英紀さんの父）は、やさしくて、いつも落ち着いているから話しやすい。由紀乃が聞こえやすい声で話してくれる。

畑（家庭菜園）にお花を植えたりする時に一緒に手伝ってくれる。お酒を飲むと、おやしギャグをたくさん言って、おもしろく変身してしまう。



おばあちゃん（英紀さんの母）は、昔の人の知恵について説明をつけて教えてくれるので勉強になる。色々なことを知っているので尊敬している。

パパ、ママ、おじいちゃん、おばあちゃんみんな仲良しでうれしい。



一宮のおじいちゃん（由佳さんの父）は、大きい声で話してくれるし、話しやすい。話し相手になってくれて、頼れる。



一宮のおばあちゃん（由佳さんの母）は、花の名前をよく知っていて、教えてくれる。花の物知り博士で、尊敬している。

（将来、由紀乃は「花屋」か「服のデザイナー」になりたいと思っているため）
料理が上手、いつ食べてもおいしい。

さいごに

障害があっても地域でみんなと同じように生活していけるよう、由紀乃ちゃんのご家族は積極的にまわりに理解を求めて行動されていて、すごいな～と思いました。“障害があっても、学校は休まないで行けるように！”という、由紀乃ちゃんのお父さん、英紀さんの子育てに対する強い姿勢と想いが感じられました。今回、由紀乃ちゃんご家族に取材させて頂けて、私自身、とても多くの恵みと勇気をいただきました。英紀さんが最後に「選択肢をつくってあげるのは、親の役目です。あとは子どもが、どれでも選べばいいから。」と言われた言葉が心に残りました。

私たちがチャンスがあったら、チャレンジできるように、そばで応援したり、いっしょに考えたり、親も子どもも障害があっても、あきらめずに希望をもって前に進んで行きたいですね。

節句働き

堤 剋喜

吾郎という男がいた。

みんながせっせと働いているときは、ずぼらで何もしていないのに、みんなが仕事を休むお祭りの頃になると、張り切って細々と指図し始め、「俺は働き者だ」という顔をしていた。

やがて、節句にだけ働く人という意味を込めて、「節句働きの吾郎」と呼ばれるようになった。

その年、端午の節句の前に、吾郎は高い熱を出して寝込んでしまった。

「節句働きの節句に腹をこわした。」

「節句働きの節句に働けなかったら、いったい、いつ働く？」

と、はじめはみんな笑った。けれど、

「今年のちまきは美味くないぞ。」

「色といい歯ごたえといい今ひとつ。吾郎が仕切らないと」

「そういえば、七夕の段取りはどうしたらいいんだろう？」

「今年の七夕のお祭りはできるのかな。」

お祭りができないのはつまらないし、寂しい。

「七夕までに、吾郎が元気になってくれれば。」

「吾郎の病気が早く治りますように。」と願った。

学校でこう習った。

「私たちが休んでいても、世の中はあわただしく動いている。

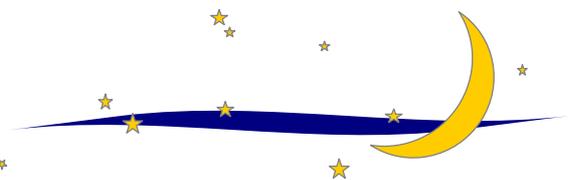
私たちが眠っていても、地球は恐ろしく速く回っている。」と。

世の中や地球と同じ速さで動く必要はないし、そんなことできっこない。

好きなだけ速く走りたいし、

好きなだけゆっくり歩きたい。

好きなときに、休んだり眠ったりしたい。



同じ場所で、すごしたいこともある。

助けが必要になって、助け合う。

新聞を読みながら、ある人が問いかけた。

「今生きている人は放っといても、いずれ皆死ぬ。

何故わざわざ殺し合うのか？」

ダイエットを考えてみよう。

みなさんこんにちは。まさしくアラフォー世代のまちとでつです。二人とも脳性マヒのアテトーゼ型で、外出時には電動車いす、室内では手動車いすを使っています。またお互いに言語障害があり、二人でしゃべっているときはよく「何を話しているか分かん。よく会話になっているねえ」と言われます。それから自分たちは殆ど自覚がないのですが、お酒が強いらしく、二人でいるときは「どこへ飲みに行くの？」と声を掛けられます。



でつ:若い頃は確かにやっとな。それぞれで缶ビールを5本空けて、その後カクテルとか焼酎とか飲んだもん!!

まち:私はその後ぶっ倒れとったけど、でっちゃんは最後まで片付けて、パジャマに着替えて寝とったんだよね。今じゃあ年も取ってそんな無茶も出来なくなったけど。

ちなみに二人とも全く飲めない旦那がいます。(ハハハ・・・!) ああ、忘れていたけどまちには小学生の怪獣(息子)もいます。こんな二人が今回企画したのはウケを狙って、ああちゃった、ちょっと重度の障害をお持ちのみなさんへ、『ダイエットを考えてみよう。』ということを思いつきました。

きっかけは二人の会話から始まった。

まち:ねえねえ、最近は何の具合はだよ?

でつ:二次障害の進行を遅らせる手術(本誌 90・91・92・94・95号に連載)を受けてからは良くなる悪くもなく今の状態を維持しとるわ。

まち:そう言えば二次障害になる前までは自分で歩いていたんだよね。私も進行とまではいかないけど前は歩行器にぶら下がって歩いていたんだなあ。

でつ:そうだなあ、お互いに年取ると体がうごかなくなるわな。ほんだで、介助してもらうことが多いもんで動かなくてもよくなり、運動量がだいぶ減ったんだがね。

まち:前からでっちゃんは食欲旺盛で、昔は食べたものがどこに入るのって思うくらいホントに痩せていたよね。今の体型がちょうど良



いくらいかな。

でつ:まちは昔からポッチャリ型だよな。でも今は子供と戦つとるでやけ食が増し、前よりは体重が増えとるかも・・・。

まち:だわねえ。確実に太っているかも・・・でも、この頃まわりでよく聞くんだわ、三十代・四十代を過ぎた障害のある人が身体介護を受けていて、介助をする人が体を支えきれなくなり、危ない思いをしたという話を。

でつ:年取ると動きも鈍くなり、さらに体重が増えとると介助者も耐えられなくなるってことかあ。人ごとじゃあないわな。

まち:うちらあの場合、二次障害のことも考慮して運動を考えんといかんでなあ。なんか良い方法はないかなあ。

でつ:ちょっと調べてみようかね。

さあ、何から始めようか・・・?

まち:なにかうちらあ(重い障害がある人)でも簡

単に身体を動かせる体操はないかなぁ？

でつ:この前ネットで調べとったら、こんなんがあったよ。

ジャジャン！「ゴロ寝体操」

A 足開き(右足7回・左足7回で1セット)



あおむけに寝て、足を肩幅に開き、右足を10 cm上げる。

右足の足首をそらしたまま床と平行に30 cm開き1秒止める。

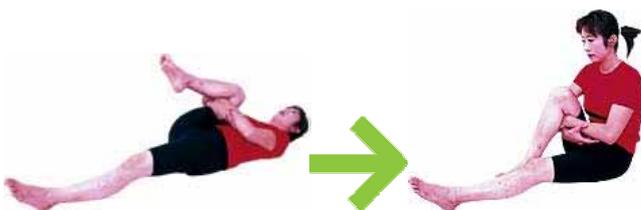
B 足上げ(右足7回・左足7回で1セット)



あおむけに寝て、足を肩幅に開き、右足を斜め上に。

右足をできるだけ高く上げ1秒間止める。

C 上体起こし(右足10回・左足10回で1セット)



あおむけに寝て、膝の裏から太股を抱え、起き上がる。

右足に軽く反動をつけ、腹筋を使って起き上がる。

まち:oh! これは凄い・・・

ちょっと私やってみようかな。

まちは実際にやってみた・・・

ということでまちはこの「ゴロ寝体操」を一週間ほどやってみました。でもねえ、翌朝「あ、イタタタ・・・」なんでこんなにお腹が痛いのか？そうか、昨日Cの「上体起こし」をやりすぎたんだわ。アホやねえ。みなさんはこのようなことがないように気をつけましょう。

でもこの体操だったら、たとえ自分で動かせなくても家族や介助の人に手伝ってもらいながらも出来るかと思います。

私もまだ始めたばかりですが、なんとなく前に比べて足の動きが良くなったような気がします。ただ、ダイエットとまではいかないかな・・・！

今回は下半身が多少でも動く人のための体操を紹介しましたが、上半身を使った体操や簡単にできるダイエットメニューなんかもご紹介したいと思います。みなさんも「こんなことで痩せたよ！」という体験談や、画期的なダイエット方法がありましたら、編集部までお寄せいただくとありがたいです。

まち:でっちゃん!! えーわえーわで、食べて飲んでると、私を超える体型になってまうよ。

でつ:..... わしもがんばるわ!.....



なく「福祉用具」をわかりやすく紹介する記事になりました。そのころの「福祉用具」の記事を読み直すと今の情報（材料・価格・形など）と大きく変わりがありません。しかしとりあげる道具の種類は、身の回りの小さな道具から歩行器・靴・入浴などダイナミックな道具に広がりました。

相談室から生まれたものたちのコーナー

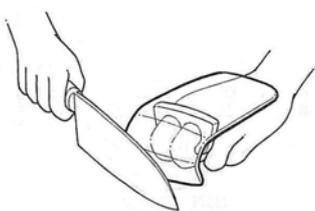
調理ガード（包丁を使うときに使用するもの）

相談内容：包丁を使う時、手も切ってしまうと怖いので、おさえる方の手をガードするものが欲しいんだけど・・・。

ポイント：おさえるものが見えないと切りにくいので、それが見えるように作ること。ファッションブルなものにすること。

材 質：包丁でたたいても割れない「ポリカーボネイト」

費 用：1,500円



介護保険制度やハートビル法など、社会制度が少しずつ打ち出される中、福祉用具は身体障害をもつ人だけでなく、高齢者に市場を広げました。製品の普及もさることながら、オーダーメイドの道具「自助具」に対する関心もたかまり、全国に工房が立ち上がりました。名古屋市福祉用具プラザに自助具グループが結成されたのは大きな収穫です。AJU自立の家を拠点にする「生活の道具相談室」のお客さんは少なくなりましたが、自助具やオーダーメイドの道具づくりの活動が広がっているのは、うれしい限りです。

情報誌の記事も具体的な自助具の紹介から離れて上手に道具を使うための体や手の運動についての紹介をするようになりました。

途中お休みの年もありましたが、今まで「生活の道具相談室」として続けられたのは、読者や編集委員の皆さんのおかげです。振り返ってみると、自助具の紹介だけでなく、福祉用具の使い方や市販品の工夫を身近な道具に限って紹介してきています。身体的な障害をもち、地域で生活を続け、年齢を重ねれば、いろいろな健康上の問題と向き合っなくてはなりません。援助を受けることは大切ですが、身の回りのことを自分でする気持ちもなくしたくありません。マイツールは、そういう時に役にたつものです。読者の皆さんにマイツールをひとつでも多くもっていただき、楽しい自分流のライフスタイルを築かれるよう、これからも記事を書き続けようと気持ちを新たにしています。



チケットラベル ハートTOハート

知床・道東4日間

風曜日(かぜようび)に連泊しながら道東の大自然をバスで走り、いかにも北海道らしい雄大な景色をご覧頂きます。美味しい地元食材も好評です。

期 間: 8月16日(日)~19日(水)
料 金: ひとり148,000円(2名1室)
出発地: 羽田・中部・大阪

スイス・アルプスの旅 10日間

山岳交通が発達したスイスでは車椅子ご利用の方でも、息を呑むような素晴らしい眺望へお連れすることができます。ユングフラウヨッホ・シャモニ・マッターホルンの3大アルペンリゾート滞在。

期 間: 8月23日(日)~9月1日(火)
料 金: ひとり548,000円(2名1室)
出発地: 成田・中部・大阪

パース&シドニー オーストラリア7日間

霏雨気の落ち着いた美しい街パースでは、インド洋に沈む夕陽がロマンチックです。オペラハウスで有名なシドニーでは、ブルーマウンテンズの絶景展望地へご案内します。

期 間: 9月4日(金)~10日(木)
料 金: ひとり438,000円(2名1室)
出発地: 成田・中部・関空

パンダに会いに 九寨溝と成都6日間

周囲の深緑の緑と紺碧の水が織り成す、幽玄な世界の九寨溝。そして成都では愛らしいパンダに会いに。現地事情に精通した現地ガイド及び、数名のスタッフと共にご案内します。

期 間: 9月11日(土)~16日(水)
料 金: ひとり378,000円(2名1室)
出発地: 成田・中部・関空

いつでも行ける個人・グループプラン

2名から行けるバリ島

ショッピングや観光、体験ダイビングなど好きなアレンジが人気のバリ島です。女性だけではなく、男性にも人気のエステは気軽に受けられる金額!

2名から行ける沖縄

飛行機+ホテル+観光タクシーでお好きなアレンジが可能!
沖縄の夏の日差しは強烈なので、日焼けにご注意です。

申し込み・問い合わせ

観光庁長官登録旅行業第735号
(株)チケットラベルセンター ハートTOハート

〒460-0003 名古屋市中区錦1-20-19 名神ビル6F

TEL:052-222-7611 FAX:052-212-2778

【月~金 09:30-18:30 土日祝休】

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

【担当】松本: matsu@tictravel.co.jp

こちらから伺う旅行会社 「トラベルパレット」

皆様のご要望から生まれた旅

ベストシーズンに行く北海道ゆったり旅

航空券+宿泊+ありきたりの観光バスツアーでは行かない、お勤めのグルメ・スイーツを楽しみませんか。効率よく、観光めいっぱい.....でもやっぱり家族との時間をたっぷり欲しい方。気ままな旅が好きという方におおくりするお勤めコース

- 6・7月 梅雨のない北海道にはラベンダーの便りとともに、ベストシーズンが到来です。
- 9月 短い秋を堪能するのもいいですね。旭岳に足をのばせば紅葉も！

「グルメも満喫」ベストシーズンに北海道ゆったり、旭山動物園滞在をたっぷりともりこんだお手軽3日間プラン！！

スロートラベルをお望みの方、北海道初めての方にもお勤めのコース案です。

1日目
中部国際空港・・・千歳空港（午前着）・・・富良野・美瑛をめぐり旭川へ
 旭川グランドホテルなど

2日目
朝食後・・・旭山動物園（ゆったり滞在）・・・札幌（市内観光）・・・定山溪温泉
 万世閣ミリオーネ・定山溪ビューホテル・グランド瑞苑

3日目
朝食後・・・小樽（散策）・・・千歳空港・・・中部国際空港（午後着）
✂ お帰りの時間帯によっては、積丹・支笏湖などにも立ち寄れます。

料金（2名様1部屋）

❖ レンタカー

- 6・9月 60,800円
- 7・8月 80,300円



❖ ウェルキャブタイプのレンタカー

- 6・9月 62,050円
- 7・8月 79,300円

❖ お任せの専用タクシー

6・9月 104,800円

7・8月 105,800円

❖ 至れり尽くせりリフト付車両

（2名様1台貸切の場合）

6・9月 135,800円

5名様で1台利用の場合は 105,800円。

旅くらぶで集まっていきませんか

出発日

6・9月 6月28日・9月3日

7・8月 7月26日・8月5日

付添乗員つき、お一人ご参加など、ご要望をお伺い、見積もりご案内させていただきます。

🌸 便利なお車プラン誕生 🌸

便利なお車プラン「日帰りモニターツアー」

【予定】

❖ 出発日：7月5日（日） 名古屋発着

❖ 内容：車椅子対応の車で、あじさいの京都（予定）日帰り

❖ 料金：お一人様 \ 4,900（食事代実費）

* 車椅子のままお座り頂けるお席、先着2名様までとさせていただきます。

* スタッフ数名の付き添いは、研修をかねさせていただきます。

* 旬の場所を選定する予定ですが、行き先は変更になる場合がございますのでお問合せください。

申し込み・問い合わせ

「こちらから伺う旅行会社」 トラベルパレット

〒453-0021 名古屋市中村区松原町 1-24

COMBi 本陣 S204

（東山線本陣駅徒歩1分 旧本陣小学校）

TEL:052-526-8008 FAX:052-483-8883

<http://www.t-palette.jp>

〔担当〕桜井：

travel-p-sakurai@dg.rmail.ne.jp

営業時間：10～20時 年中無休

（お届けなどで不在の場合あり）

福祉用具のリサイクル情報 (09/6/4 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です。

ベッド、床周り品

- ・手動ベッド(背上げ、足上げ) 10年使用
- ・1 モーター(ブラッツ) 応相談 半年使用
- ・2 モーター(パラマウント) 10年使用
- ・3 モーター(パラマウント) リサイクル品 半年使用
- ・エアーマット(モルテン) 応相談 未使用
- ・エアーマット(ケーブ) 3年使用

移動用品

- ・手動車いす スチール製 9年前購入 2ヶ月使用
- ・テニス用車いす OX \50,000 未使用
- ・小児用ストレッチャー ニッシン (酸素ボンベキャリー付、リクライニング式) 1年使用
- ・PCウォーカー(2,3才用) リサイクル品 1年使用
- ・シルバーカー \10,000 未使用

入浴用品

- ・入浴用車いす(リクライニング) 10回使用
- ・(シャワーキャリー-LX) 応相談 6年使用
- ・簡易浴槽セット 応相談 10回位使用
- ・入浴用踏み台 6年使用
- ・入浴用チェア(リサイクル品) 7年使用
- ・(アロン化成) 3ヶ月使用
- ・入浴用介護リフト (ミクニマイティエイド80) \100,000 5年使用
- ・(リフトつるべFセット) 応相談 未使用

トイレ用品

- ・ポータブルトイレ (座楽背もたれ型) 応相談 未使用
- ・(家具調自立ラタン) 1年半使用
- ・(プラスチック製) 不明
- ・(プラスチック製 肘掛け、背もたれなし) 未使用
- ・差込便器(ゴム製) 10回使用
- ・補高便座 未使用

その他

- ・キャリングケース付きポータブルハンドシャワー (寝た状態で洗髪可能) \6,000 不明
- ・足浴器 応相談 4年使用
- ・拡大読書器 アシストビジョン材 AV100 未使用
- ・ゆかた、寝巻き 不明

譲って欲しい！

ベッド、床周り品

- ・1、2、3 各モーターベッド
- ・折りたたみベッドかソファベッド・パイプベッド
- ・和式寝台・マット(除圧、体位分散、エアー、口ホ)
- ・サイドテーブル・ベッド手すり(パラマウント用)

移動用品

- ・各車いす(手動、介助用、電動)
- ・電動三、四輪車・歩行器・電動車いすユニット
- ・マイリフティ・JW1 か JW2 のバッテリー
- ・シルバーカー・歩行器・松葉杖

入浴用品

- ・入浴用車いす・入浴用チェア・バスボード・バスリフト

トイレ用品 ・トイレ用簡易手すり

その他

- ・紙おむつ・防水シート・円座
- ・各クッション(低反発、体位変換、車いす用、口ホ、エアー)
- ・口ホクッションカバー・クッションチェア Lサイズ
- ・子供用イス(パンダ2 1/2位の大きさ)
- ・各スロープ(折りたたみ、レールタイプ) (2M、3.9Mの板タイプ)
- ・段差解消機(据置型)・電動昇降椅子
- ・リフト(つるべ)・福祉車両(リフト付、ハイエース)
- ・立ち上がり補助いす・ストレッチャー・介護テーブル
- ・靴(22.5cm~23cm)(24cm)
- ・防水カーシート、3点とめカーシート
- ・徘徊防止用フローセンサー、ベッドセンサー

「譲って」欲しい方、「譲りたい!」という方、ぜひご連絡下さい。

<福祉用具についての問い合わせ>

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>

毎週木曜日の朝日新聞(朝刊)にも、リサイクル情報が掲載されています。

グルメな調査隊 第60弾

『鮮魚いちにいさん』

場 所：名古屋市熱田区金山 1-2-1

金山スクウェアビル 3階

TEL・FAX：052-682-5883

最寄り駅：市営地下鉄名城線、名鉄、JR『金山』駅下車

(ホーム～改札～地上 エレベータ有り)



名古屋市 i さんより

南口を出て、東側の道路をはさんだ向かい側にあるビルで、少し分かりづらいですが一階に入って左手に車いす対応エレベータがあります。エレベータを上がるとすぐに店のドアがあります。お魚と、色とりどりのサラダのようにあっさりした味付けのお漬物が美味しかったです。

ジャンル 鮮魚・居酒屋

平日の夜はサラリーマンの人たちで混み合い、エレベータがなかなか乗れないこともあります。昼も夜も予約をとっていただけます。ランチ時の時間を少しはずした時間は、比較的入りやすいです。車いすをご利用の常連さんもいらっしゃいます。どうぞご来店下さい、と店長さん。

ランチメニュー (全 13 種類)

日替わりランチ (小鉢、メイン料理、味噌汁、漬物食べ放題、ごはん) 数量限定・・・750 円
 日替わりお刺身定食 15 食限定・・・750 円
 名物! カレーきしめん・・・680 円
 漁師豪快! お刺身御膳・・・1,450 円
 縞ほっけ炙り焼き定食・・・980 円
 黒豚味噌カツ定食・・・880 円

ランチは全て、ごはん、お味噌汁おかわり自由。漬物バー (7 種類 / 食べ放題) と、フリードリンク付き。水・土曜のランチ利用の方に、



5 種類のプチデザートの中から 2 種類プレゼント!

ディナーメニュー例

北海道直送 活ほっけの姿造り 1,600 円、海鮮太巻王 1,480 円、海鮮祭りの 7 種盛り 2,980 円
 ピリマヨイカサラダ 780 円

ドリンク、デザート

フリードリンク (カルピス・オレンジジュース・ウーロン茶・緑茶・アイスコーヒー・コーヒー・紅茶・etc)
 焼酎、日本酒各種
 季節のデザートアラモード 680 円

店内の様子

ビル出入口：段差無し

入口：段差無し、2 重押し引きドア。

店内：カウンター席側に 1 箇所 1 段、段差あり (15 cm)。テーブル 40 席、椅子移動可、壁側固定ベンチシート席あり (40 席の内、約 14 席分)
 テーブル高さ 71.5 cm (テーブル下 68 cm)

お手洗い

最寄りの車いすトイレ：金山駅、アスナル金山、名古屋ポストン美術館

営業時間

ランチ 月～土 11:00～14:00 (L.O.13:30)
 ディナー 月～土 17:00～24:00 (L.O.23:30)
 日・祝 15:00～24:00 (L.O.23:30)
 日・祝日はランチがありません。

定休日 特になし

駐車場 なし

その他情報

・夜は 4,000 円、5,000 円、6,000 円コース料理もあります。コースは 4 名～受付。前日までに要予約。飲み放題は 90 分、席は 2 時間まで。(料理 + 飲み放題 + 税)

情報誌読者特典

本号をお持ちの方は、飲食代より 10%引き。来店時に本誌を提示して下さい。

ランチタイム不可、コース料理不可、割引上限 5 千円迄、他券との併用不可、イベント期間中不可、クレジットカード不可

読者のこえ

「ピンオープナー」「缶オープナー」の感想

名古屋市 Sさんからのメールより送っていただきました「福祉情報誌」、興味深く読んでいます。福祉情報誌第99号に「自動オープナー」の紹介があり、「ピンオープナー」と「缶オープナー」に興味を持ち（私も年老いていきますので）、早速購入しました。以下が私の感想です。

ピンオープナー

- ・使用できるピンがかなり限定されます。
- ・当方の事務所にある3つのピンで試した結果は以下です。OKはフタが開きます。NGはフタが開きません（フタの高さが高いのが原因みたい）。

インスタントコーヒー「MAXIM(100g)」(AGF)	OK
インスタントコーヒー「NESCAFE EXCEL(150g)」	NG
ストロベリージャム(165g)(TOPVALUE)	OK

- ・思ったより大きいという印象と、以外に使いにくいです。
 - 缶オープナー
 - ・使用できる缶はかなり限定されますが、缶は切れました。
 - ・缶を切った時、カッターが缶の中身が付着しますが、洗浄が極めて面倒です。もちろん、そのまま水洗いは出来ません。
 - ・ただし、アルミ缶には使用出来ません。
 - ・国内で売られている缶詰はほとんど「プルトップ」方式になっているので、この缶オープナーが活躍できる場は少ないのでは、と思います。
- >>>情報誌としてはユーザの観点から伝えるべきところ、安易に紹介してしまい申し訳ありませんでした。
- 貴重なご意見を、ありがとうございました。

いろいろ情報

ノンステップバス運行区間のお詫びと訂正

情報誌99号の付録「名古屋市でノンステップバスが導入されていない運行区間」に、一部誤りがありました。大変申し訳ありませんでした。

一覧に掲載していましたが、『系統：なごや観光ルートバス』につきましては、ノンステップバスが運行されていました。

なお、名古屋市交通局のホームページ「市バス系統路線図」に、『ノンステップバス運行』の表記がありませんが、時刻表には表記されていますので、ホームページをご覧の際はご注意ください。

地下鉄トイレ問題～和式トイレしかない！～

編集委員3年目に入った昭和区でひっそりと暮らしている身体+聴覚障害で独歩のT.Mです。この前、伏見で映画を見に行き、その帰りに地下鉄トイレを大の方で使おうと思ったけど、一般トイレには和式だけしかない！仕方なく使いましたが、しゃがむのが大変でした...

そこで、「和式しかないのはどの駅かなあ」と思って、ダメもとで名古屋交通局に問い合わせしてみました。

名古屋市交通局様へ

はじめまして。このメールを送ります。用件としては地下鉄にどの駅に洋式トイレがあるかどうかを調べたいと思っています。

どうしてかという最近、伏見駅にトイレを使おうと思って、入ったら、和式しかなかったのです。しゃがむとき、足腰がしんどかったです。背中も痛めてしまいました。

未だに一般トイレに和式しかない駅はかなりあると思います。和式しかない駅はどこなのかを教えてくださいたいと思います。今後、これらの駅に洋式トイレ導入を検討してみたらいかがでしょうか？

しばらくして、名古屋市交通局さんから次のようなお返事が届きました。

『地下鉄駅のトイレにつきましては、バリアフリー整備の一環で、エレベーター工事等に合わせて、多機能トイレの設置や一般トイレも改修し、洋式トイレの整備も進めております。設置状況につきましては下記のとおりですので、ご参考にしていただければ幸いです。

今後も全駅設置を目指して整備してまいりますので、ご理解賜りますようお願い申し上げます。』

洋式トイレ設置状況

	駅名	設置状況
東山線	亀島駅	
	中村公園	
	池下	
	本郷	
鶴舞線	上小田井	
	庄内通	
	伏見	
	鶴舞	
	いりなか	
	原	
	塩釜口	
	赤池	
桜通線	中村区役所	
	久屋大通	
	車道	
	今池	
名城線	名城公園	
	砂田橋	
	名古屋港	

印の駅は洋式トイレが全く設置されていません。

印の駅は車いす使用者対応トイレ（洋式）以外は洋式トイレが設置されていません。

上記以外の駅は一般トイレに洋式トイレが設置してあり、さらに車いす使用者対応トイレ（洋式）が設置してあります。

あっ、ちゃんと検討して下さっているのね。全ての駅で洋式トイレが使えるようになるのはまだまだ時間がかかるが、実現する事になっています。これで、障害者だけでなく高齢者や、洋式しか使ったことない子供が利用しやすくなるのが、とても良い事です！

2009花火大会特集！

梅雨が明ければ、メチャ暑い夏がやってきます！



花火大会を台紹介します。

会場周辺及び駅の様子、身障者用のトイレの数などについては、連絡先までお問い合わせ下さい。

第63回海の日名古屋みなと祭花火大会

名古屋みなとまつりのフィナーレを飾る花火大会。

日時：2009年7月20日（月）

19時30分～20時30分

雨天決行、荒天の場合は中止

会場：名古屋港ガーデンふ頭

住所：愛知県名古屋市港区港町

料金：無料

打上数：非公開

昨年度の来場者数：39万人

連絡先：052-654-7894

（名古屋港管理組合総務課広報係）

URL：<http://www.port-of-nagoya.jp/>

交通：地下鉄名古屋港駅から徒歩すぐ

あおなみ線稲永駅から徒歩20分

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：10ヶ所（予定）

口コミ情報：港区にあるジャスコベイシティー港店の立体駐車場からとても綺麗に花火が見れるそうです。運がよければ反対側は長島の花火も見られるかも！

豊田おいでんまつり花火大会

豊田市の「おいでんまつり」の一環として祭り最終日に行われる花火大会。日本煙火芸術協会同人の秀作花火（5～10号）が数多く出展されます。割物玉を腰を据えて見ることが出来る花火大会ともいえます。こうした5～10号単発玉を主体に数多くのスターメイン、会場幅いっぱいのナイアガラも展開。手筒花火やスターメインのコンクールもあります。

日時：2009年7月26日（日）

19時10分～21時00分

雨天時は、翌日に順延

会場：矢作川河畔 白浜公園一帯

住所：豊田スタジアムの近く

料金：無料

打上数：1万発

昨年度の来場者数：35万人

連絡先：

TEL0565-34-6642 / FAX0565-35-4317

E-mail oiden@citytoyota-kankou-jp.org

URL：<http://www.oidenmaturi.com/hanabi/index.html>

交通：豊田市駅から徒歩10分

駐車場：あり（約4000台、一部有料）

トイレ：仮設を含め設置有り

口コミ情報：非常に混み合うが、音と花火が一体化した会場近くで観るのが一番のビューポイントです。会場以外のビューポイントは平芝公園や毘森公園などがおすすめです。

蒲郡まつり納涼花火大会

太平洋岸で最大級を誇る正三尺玉が最大の見もの。開くと直径650mになるという、息をのむ迫力の花火が、一晩に三発も打ち上げられる。

日時：2009年7月26日（日）19時30分～

小雨決行、荒天の場合は翌日に順延

会場：蒲郡埠頭

住所：愛知県蒲郡市浜町



料金：無料
 打上数：約 4000 発
 昨年度の来場者数：20 万人
 連絡先：0533-66-1120（蒲郡市観光課）
 URL：<http://www.kankou.city.gamagori.aichi.jp/navi/>
 交通： JR 蒲郡駅から徒歩 5 分
 音羽蒲郡 IC から音羽蒲郡有料道路経由
 10km15 分
 駐車場：あり（6000 台、無料）
 トイレ：5ヶ所
 口コミ情報：蒲郡駅付近のエイデン周辺が穴場！
 海も近くてロマンティックだそうです。

岡崎観光夏まつり第 61 回花火大会

創作スターミンや金魚花火、仕掛け花火などい
 ろいろな花火が夜を彩る。栈敷席は事前申込要。
 日時：2009 年 8 月 1 日（土）
 18 時 50 分～21 時(予定)
 雨天時は、翌日に順延
 会場：乙川、矢作川河畔
 住所：愛知県岡崎市康生町
 料金：一部有料
 打上数：未定
 昨年度の来場者数：48 万人
 連絡先：0564-23-6217（岡崎市観光協会）
 URL：<http://www.city.okazaki.aichi.jp/kankokyokai/>
 交通：名鉄東岡崎駅から徒歩 10 分
 駐車場：未定
 トイレ：未定
 口コミ情報：ジャスコの駐車場は、急に雨が降っ
 てきても、店内にすぐ逃げ込めるので安心。



下呂温泉花火ミュージカル夏公演

8 月 1 日～3 に行われる「下呂温泉まつり」のフ
 ィナーレを飾る「下呂温泉花火ミュージカル夏公
 演」は、コンピュータを駆使した特殊演出花火。
 日時：2009 年 8 月 3 日（月）20 時～21 時
 小雨決行、荒天の場合は 8 月 21 日（金）
 に延期
 会場：飛騨川河畔下呂大橋上流
 住所：岐阜県下呂市幸田
 料金：無料
 打上数：約 1 万 3000 発
 昨年度の来場者数：3 万 4000 人
 連絡先：0576-24-2222（下呂市観光課（代））
 URL：<http://www.city.gero.lg.jp/>
 交通： JR 下呂駅から徒歩 3 分
 中津川 IC から国道 257・41 号経由

52km60 分
 駐車場：無料（約 700 台）
 一部有料（1 時間を超えて 7～19 時は 30
 分 100 円、19～7 時は 60 分 100 円）
 トイレ：6カ所
 口コミ情報：本公演の前に 1 日「龍神編」、2 日
 「下呂おどり編」の花火が打ち上げられます。

第 57 回伊勢神宮奉納全国花火大会

全国各地から選抜された 50 の花火師たちが参加
 する日本三大競技花火大会。競技花火のほかにも
 仕掛文字花火など見どころ満載の伊勢屈指の一大
 イベント。混雑するため公共交通機関の利用を。
 日時：2009 年 7 月 18 日（土）
 19 時 30 分～21 時 15 分
 雨天時は、翌日に順延
 会場：三重県伊勢市中島宮川河畔（度会橋付近）
 住所：三重県伊勢市中島
 料金：一部有料（6 人用観覧席 1 マス 15000 円
 ・12000 円、2 人用観覧席 1 マス 6000
 円、個人観覧席 1 人 1500 円）
 打上数：約 9000 発
 昨年度の来場者数：22 万人
 連絡先：0596-25-2020(テレホンガイド(当日専用))
 URL：<http://www.ise-kanko.jp>
 交通： 近鉄宇治山田駅からシャトルバス 10 分
 JR 山田上り口駅から徒歩 10 分
 近鉄宮町駅から徒歩 15 分
 伊勢西 IC から県道 37 号度会橋周辺経由 20 分
 駐車場：有料 3000 台 1 回 1000 円
 トイレ：約 20カ所

熊野大花火大会

海上自爆のほか、国の名勝天然記念物でもある鬼ヶ
 島という岩場や洞窟を利用した「鬼ヶ城大仕掛け」
 など約 1 万発が打ち上げられる。当日交通規制あり。
 日時：2009 年 8 月 17 日（月）
 19 時 20 分～21 時 20 分
 雨天高波の場合は順延
 会場：七里御浜海岸
 住所：三重県熊野市木本町
 料金：無料
 打上数：約 1 万発
 昨年度の来場者数：19 万人
 連絡先：0597-89-0100（熊野市観光協会）
 URL：<http://www.ztv.ne.jp/web/kumanoshi-kankoukyoukai/index.htm>
 交通： JR 熊野市駅から徒歩 5 分
 大宮大台 IC から国道 42 号経由 90km



120分

駐車場：有料 6000台 1日 1000円

トイレ：周辺に多数設置

口コミ情報：第5ゲートのど真ん中で見ると、どこで花火があがってもよく見れるらしい。あと当日に四日市港からにっぽん丸フェリー出港旅行ツアーもあります。ここからも花火大会が見れます。詳しくは各観光会社までにお問い合わせ下さい。

長浜・北びわ湖大花火大会

スターメインを中心に約1万発。クライマックスには超特大のスターメインが打ち上げられ圧巻。全国の花火師が精魂込めた芸術玉など多彩な花火を觀賞したい。

日時：2009年8月5日(水)

19時30分～20時45分 雨天時は翌日に順延

会場：長浜港湾一帯

住所：滋賀県長浜市港町

料金：一部有料(特別観覧席中学生以上1人3000円、小学生以上1000円、幼児無料)

打上数：約1万発

昨年度の来場者数：13万人

連絡先：0749-62-4111(代)(長浜市観光振興課)

URL：<http://www.nagahamashi.org>

交通：JR長浜駅から徒歩10分

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：8カ所

口コミ情報：湖岸沿いの佐藤クリニックさんの大きな駐車場が解放されていて、大迫力の花火を近くでみられるそうです。車も無料で駐車でき、屋台や夜店などすぐ近くなのでとても便利。帰りもすぐに湖岸道路に出れるので、混む前に帰れます。帰りはお早めに…。



江戸川区花火大会

今年のテーマは「みんなで呼ぼう！！」

2016東京オリンピック！！」です。日本を象徴する「富士山」を舞台に、オリンピック招致をテーマにした5色の色鮮やかな花火が打ちあがります。

日時：2009年8月1日(土)

19時15分～20時30分 雨天時は翌日に順延

会場：江戸川河川敷(都立篠崎公園先)

打上数：約1万4千発

昨年度の来場者数：139万人

連絡先：03-5662-0523(江戸川区花火大会実行委員会)

URL：<http://www.city.edogawa.tokyo.jp/chiikinojoho/event/hanabi8/index.html>

交通：都営新宿線篠崎駅 徒歩15分

JR総武線小岩駅、京成線京成江戸川駅 徒歩25分

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：あり(設置数未定)

口コミ情報：よくいわれるスポットとして篠崎公園があげられますが地元の方は土手の中腹程でまったり見えています。

場所としては旧篠崎図書館、ポニーランドの先を行った場所です。出店や地元の人がいるので比較的解りやすいと思います。ナイアガラが見れないのは難点ですがシートを広げてのんびり夜のピクニック気分で見物できますよ！

神宮外苑花火大会

スターメイン(連発花火)を中心に約10,000発、1ヶ所の打ち上げ密度では都内最大規模となっています。また、神宮球場のレフトスタンドには「大富士」、100mの「ナイアガラ」等の光のシャワーが輝き、スタジアムならではの距離感で迫ります。

日時：2009年8月6日(木)

19時00分～20時30分 雨天時は翌日に順延

会場：東京都新宿区 明治神宮外苑(神宮球場、国立競技場、秩父宮ラグビー場、神宮軟式球場)

料金：神宮球場(全席指定)4500円

国立競技場指定席4000円

自由席2000円

秩父宮ラグビー場指定席3000円

自由席2000円

軟式球場1500円

打上数：約1万発

昨年度の来場者数：17万人(有料観覧席のみ)100万人

URL：<http://jingu-hanabi.com/>

交通：地下鉄外苑前駅(神宮球場)、JR総武線信濃町駅(神宮軟式球場)、JR中央線千駄ヶ谷駅(国立競技場)、地下鉄外苑前駅(秩父宮ラグビー場)、各駅からそれぞれ徒歩5分～15分

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：あり(会場内各所)

第21回なにわ淀川花火大会

水都大阪を流れる淀川とわが街をこよなく愛する地元ボランティアスタッフが周辺企業・団体・商店など地域住民の方々のご寄付のみによって財政をまかない「企画・運営・実行」を手がけるといいう「手作りの花火大会」なのです。

日時：2009年8月8日(土)

19時50分～20時40分

荒天の場合は翌日に順延

会場：淀川河川敷



(新御堂筋淀川鉄橋より下流国道2号線までの淀川河川敷)

住所：大阪府大阪市淀川区

料金：有料(協賛チケットについてはチケットセンター：06-6307-0090)

打上数：約20000発

昨年度の来場者数：38万人

連絡先：TEL 06-6307-7765

(24時間音声ガイダンス)

URL：<http://www.yodohanabi.com/>

交通：十三会場側最寄駅：JR東西線御幣島駅、JR塚本駅、阪神姫島駅、阪急南方駅・十三駅、地下鉄西中島南方駅

大淀会場側最寄駅：阪急梅田駅、地下鉄野田阪神駅・梅田駅、阪神野田駅、JR大阪駅、JR東西線海老江駅

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：未定

口コミ情報：現在では大阪の花火大会の中でトップクラスの打上げ規模を誇る。1時間弱の間に大玉が惜しげもなく連発され、特にラストの空一面に広がる銀カム口菊は圧巻だ。轟音が周囲のビル群などに反射して津波のようにこだまするのも大都会の花火大会ならではの。夜景スポットに出向いて花火とセットで楽しむのもいい。

源氏物語千年紀記念第49回宇治川花火大会

「源氏ロマン」をテーマに約70種類の花火が打ち上げられる。フィナーレは1500発のナイアガラ。

日時：2009年8月10日(月)

19時45分～20時45分 荒天の場合は順延

会場：宇治川畔一帯

住所：京都府宇治市宇治

料金：一部有料(観覧席1000席・2000円)

打上数：7000発

昨年度の来場者数：22万人

連絡先：0774-23-3334(宇治市観光協会)

URL：<http://www.kyoto-uji-kankou.or.jp>

交通：京阪宇治駅から徒歩すぐ

JR宇治駅から徒歩10分

駐車場：車での来場はご遠慮ください

トイレ：11カ所

口コミ情報：宇治郵便局の近くにできた道(フレンドマートの向かい側)が坂になっていて、歩行者の道路が少しひろくとってあり、穴場かも。

第67回ドッコイセ福知山花火大会

約2000個の灯籠流しとともに開始。16のシリ

ーズに分け、約1時間半にわたり打ち上げられる。各シリーズに豪華なスターインが入り、大玉・尺玉25連発、5号玉の早打ち55連発などあり。

日時：2009年8月15日(金)

19時30分～21時

荒天の場合は8月18日(月)に順延

会場：由良川音無瀬橋河畔

住所：京都府福知山市中ノ

料金：無料

打上数：6000発

昨年度の来場者数：11万人

連絡先：0773-22-2108(福知山商工会議所ドッコイセ福知山花火大会実行委員会)

URL：<http://www.fukuhanabi.org/>

交通：JR福知山駅から徒歩15分

福知山ICから国道9号経由7km15分

駐車場：無料

トイレ：30カ所



べんりぐっず情報 第1弾!

今回から、3回シリーズで飲み物関係の便利グッズを紹介しま〜す。第1弾は、ドリンクホルダーです。

Daiwa ハンドル付ストローキャップ ブルー

価格：\900(参考上代)

コメント：様々な角度で飲む事ができる、介護用ストローキャップです。ハンドル付きで持ちやすくなっています。

問い合わせ先：(株)台和～Daiwa～

TEL 03-3834-4111

FAX 03-5818-0450

http://www.daiwa-grp.co.jp/nitiyo/kaigo/kaigo_2.html#2d



紙パック飲料ホルダー

価格：525 円

コメント：紙パック飲料をつぶさず、こぼさず飲むホルダーです。

赤ちゃんがひとりでしっかり持てるハンドルつき。いろいろなサイズの紙パック飲料に使える、3段スライド方式。紙パック飲料に合わせてホルダーサイズを調整できます。

サイズを合わせてからハンドルでロックするので、紙パックをしっかりホールド。使わない時は小さく折りたたんで、持ち運びにもかさばりません。幅 32 ~ 42 mm、奥行 40 ~ 63 mm の紙パックに使用できます。

問い合わせ先：ピジョン(株)

TEL 03-3661-4200 (大代表)

<http://pigeon.info/products/item/index-104.html>



くまのプーさん ドリンクホルダー

価格：714 円

コメント：ハンドル付きで赤ちゃんが自分で飲みやすい設計のドリンクホルダー。

問い合わせ先：コンビ(株)

TEL 048-797-1000

FAX 048-798-6109

http://www.combi.co.jp/products/tableware/pooh_sy/index.html



アンパンマン紙パックホルダー

価格：576 円

コメント：しっかり持てる両手ハンドル。ジュースや牛乳をこぼさずに飲めます。前後にひっぱると引き出しが出て、サイズ調整が可能です。

(一般的な 200ml、スリムな 200ml サイズの紙パックに対応しています。)



問い合わせ先：(株)バンダイ

TEL 04-7146-0371 (東日本)

TEL 06-6375-5050 (西日本)

<http://catalog.bandai.co.jp/item/4543112548924000.html>

ペットボトル・缶(プルタブ) オープナー

価格：126 円

コメント：ペットボトル・飲料缶を力をいれず、らくに開けられます。握力の弱い方、指先の動きが制限される方、またマニキュアをしている女性の方にも便利です。

問い合わせ先：(有)ヒラメキ工房

TEL 03-3846-3830

FAX 03-6909-6820

<http://shop.yumetenpo.jp/goods/d/hirameki.co.jp/g/T03/index.shtml>



今回は、情報誌 100 号を記念して、抽選で 100 名様に「ペットボトル・缶(プルタブ) オープナー」をプレゼントいたします!

ご希望の方は、FAX またはメールでお申し込み下さい。発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

申し込み締め切りは、7月31日です。

FAX 052-841-1015

メール f-joho@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みえた「リハビリテーション医の万歳登茂子先生」のご協力で開催。

《相談日》7月4日、18日

8月1日、8日、29日

いずれも土曜日、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 johoc@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



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》7月4、18日

8月1日

いずれも土曜日、午後1時半から

《費用》無料

《受付》サマリアハウス 浅井

TEL 052-841-5554

FAX 052-841-2221

E-mail sumai-sien@freeml.com

URL http://sumai-sien.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

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》7月4日、25日

8月お休み

《場所》上記と同じく

編集後記

暑くなってきましたが、読者の皆様お元気ですか？お陰さまで福祉情報誌は創刊100号を迎えることができました。

これもひとえに情報誌の各種取材に協力いただいた皆様、そして何より長年に渡り、購読して頂いている読者の皆様のお陰です。

この場を借りてお礼を申し上げます。

今回は東大の福島教授のインタビュー記事を掲載しました。いい話がたくさんあります。また、3号に渡り連載されている由紀乃さんのインタビュー記事も最終回を迎えました。これらの記事を障害のあるお子さんのいる親御さんに読んでほしいと思います。

今回は2つのインタビュー記事を含めて40ページといつもよりページ数が多いです。ゆっくり味わって読んでください。今後とも福祉情報誌をよろしく願いいたします。

克己

みなさまからの、ご感想やご要望を
お待ちしております！

情報募集中！

自立支援法への意見、町で見つけたアクセシブルな穴場、あれ？ちょっとおかしいな？と思う車いすトイレの造り、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。

ぜひぜひ、編集部までご連絡下さい



編集部

TEL 052-841-9888

FAX 052-841-1015

E-mail f-joho@aju-cil.com

お待ちしております

隔月発行

年間購読料：1,500円

振込先：郵便局 00890-0-90573

お問い合わせ・購読中止のご連絡は、こちらまで...

TEL 052-841-9888

FAX 052-841-1015

E-mail f-joho@aju-cil.com