

# 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。

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)841-3788  
E-mail: f-joho@aju-cil.com

平成30年10月16日(毎週火曜日) AJU通巻13225号

昭和54年8月1日低料第三種郵便物承認

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156号

2018年10月20日

定価**250円**

テーマ

未来へ



絵 川口いづみ

「未来へ」  
書 阿部真澄

### はじめの一步をふみだしたあなたへ

- アクセル全開!! 🚗  
アクセル&マイライフ刈谷夏キャンプ 2018!!  
『繋ぐ〜そして仲間へ〜』……………1
- インクルーシブ社会をめざして  
許せない! 障害者雇用水増し問題 ……5
- 体験レポート  
夏季体験のお手伝いをしました! ……8
- かつきのページ ……………11
- 旅の空から ……………12
- トラベル情報 ……………15  
＜国内募集型企画旅行＞  
リフトバスで行くリング狩りと五平餅作り体験  
京都の秋 新名所將軍塚「清龍殿」を訪ねて  
奥大井湖上駅 鉄道と石和温泉  
・リニア見学・K A B Aバスの旅 他
- 福祉用具のリサイクル情報……………18
- 読者のこえ・いろいろ情報 ……………19  
食欲の秋～食べやすくなるレシピ特集 2018  
東海地方初登場!  
ららぽーと名古屋みなとアクルス  
中部国際空港 FLIGHT OF DREAMS  
第15回  
AJU ワインフェスタ in 多治見修道院 他

# アクセル&マイライフ刈谷夏キャンプ 2018!!



## 『繋ぐ～そして仲間へ～』

今年も行ってきました、三河自立サポートグループ アクセル & マイライフ刈谷 夏キャンプ！  
8月29・30日の1泊2日、たくさんの思い出を作ってきました。

今年のテーマは『繋ぐ～そして仲間へ～』。実行委員は、去年と同様、きゅ～ちゃんことマイライフ刈谷職員の久田（きゅうた）と、すなこと佐藤さん（旧姓砂川）、アクセルからジャスティスこと濱川くん、そして新しく実行委員として、職員1年目笑顔が素敵板垣さん（ガッキー）を迎えた4名。去年の企画に負けないよう、今年も夏をめいっぱい楽しめるように、私たちは企画をしていきました♪  
それでは久田が今年もお伝えしま～す！！



きゅ～ちゃん



ジャスティス



ガッキー



すな

## 今年も仲間がたっくさん！

日本福祉大学からは、いつもイベントで力を貸してくれる心強いサークル、『スマイルコネク』、『チェンジ』の学生が参加してくれました。また、今年も、普段ヘルパー活動をしている学生にもたくさん声を掛けました。その結

果、31名もの仲間が参加してくれることに！日本福祉大学のヘルパーサークルチェンジからは、女性の当事者も参加してくれました。その当事者は、川に入ったことがないと言っていたので、「このキャンプ企画の狙いでもある、非日常を体験するということが達成できるのでは…」と思い、実行委員もウキウキしました。

そしてキャンプ企画のテーマにもあるように、新しい繋がりもできました。いつもはアクセルのメンバーがキャンプに参加することが多いのですが、今年は石川県から障害のある女性当事者が参加してくれました。

実は、その女性は私の高校時代の友達なんです。彼女は今、石川県の福祉ホームで生活しています。私は、彼女とたまに連絡をとるのですが、以前から「何か楽しいことがしたい。新しい繋がりが欲しい」ということを言っていたので、毎年恒例企画でもあるキャンプに誘ったところ、なんの躊躇もなく「行きたい！」の一言で実現しました。正直に言えば彼女はとても人見知りだし、石川県からはるばる1人で来れるとは思ってなかったので、「本当に来れるかな」と半信半疑で…来るという返事を聞いた時はとてもびっくりしました。石川県から来るからには、とことん楽しんでもらいたいと思い、頑張りました！

## 今年も宮島キャンプ場へ♪

さてさて、前置きは長くなりましたが今年のキャンプ会場はというと、去年コテージにスロープを付けてくれた所でもある、岐阜県中津川市の『宮島キャンプ場』です。私はもう一度、このキャンプ場に、どうしても行きたかったんです！暑い日にあの場所で川遊びを楽しみながら、夏の思い出を作りたいかったんです！私の強い思いから、今年も宮島キャンプ場に行くことを決めました。コテージに入ると懐かしい感じがしました。もちろんスロープもばっちり！さぁ、さっそく川へ行こう♪ってことで、みんなで川へレッツGO！！



## 信じられない光景が・・・！

なんとということでしょう！！



去年、コテージの前は、全面砂利だったので…



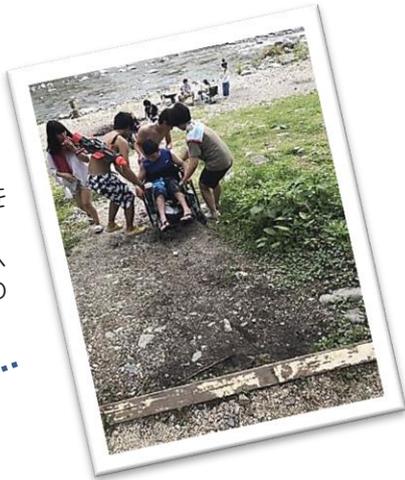
コテージからバンガローまで、舗装された道ができていて、とっても移動しやすくなっていました！

砂利道が土で舗装されているではないですか！なんと、車椅子の人達が今年もキャンプ場に来るからということで、2ヶ月前から準備してくれたようでした。「雨でガタガタしちゃってたから舗装しておいたよ～」・・・気遣いに感動です！

でも驚きはそれだけではありませんでした。

なんということでしょう・・・！！

みんなで声を掛けながら、  
かついで川へ向かったあの道が…



コンクリートで舗装された道のおかげで、みんな安心して川まで行くことができました！

川までの坂道がコンクリートで舗装されていました！この坂を見た時は本当に感動しました。短期間でこんな立派なものが作れるのかと思ったし、ちゃんと私たちのことを覚えてくれていて、『楽しんで欲しい』という宮島キャンプ場の方の想いが伝わってきて、キャンプ開始早々感動していました。

今年も天気にも恵まれ、川日和！！協力し合ってみんなで川へ♪とても暑い日だったので、川の水がとても気持ちよかったです。アクセルメンバーも一生懸命水鉄砲を打ち合いながら楽しんでいました。そして初参加の女の子2人も、「冷たい」と言いながらニコニコしていました。2人ともとても人見知りだけど、川に入ったことでテンションもあがった様子。まわりの学生ボランティアさんに声を掛けて、一緒に楽しんでいました。やっぱり夏は川遊びが一番ですね～！

### 猛獣狩りに行こうよ♪

川で思いっきり遊んだ私たちはお腹ペコペコ。バーベキューで腹ごしらえ！お肉は争奪戦です(笑)そして、今年も参加してくれたサークルメンバーの学生達に、レクレーション企画をしてもらいました。

私も初めてやった『猛獣ゲーム』！「猛獣狩りに行こうよ！」という掛け声から始まり、みんなでリズムに合わせて掛け声をかけ、鬼になった人が言った言葉の文字数と同じ人数でグループを作るゲーム。例えば鬼が言った言葉が「しまうま」だったら4人、「キリン」だったら3人のチームを作るという感じです。人数がはみ出したり、余ってしまったら罰ゲーム！初めは「好きな色は何？」というごく普通の質問だったのですが、ゲームの内容が上がっていくうちに、罰ゲームの内容も「好きな人のタイプは？」などと普段聞くことの出来ない話題になっていきました。なんだか違う一面も知ることができ、とても楽しかったです♪ちなみに、私は罰ゲームにはなりません(笑)

### 初のお披露目？！

BBQにキャンプファイヤー・・・こうして夜も更けていき、自由時間となったところで、私たちは劇をお披露目しました。私たちが所属しているマイライフ刈谷は、今年で開所10周年。10周年記念パーティーの中では、マイライフ刈谷職員が一丸となって劇を披露します。実はこれ、私

が脚本を考えました。タイトルは『自立へ向かう私たち〜初めの一步〜』です。

劇のあらすじを簡単に言うと、親に言いたいことが言えない女の子と、怪我をして引きこもりがちな男性が、それぞれ人との出会いによって一步を踏み出す勇気が持てるようになる、というような物語です。私自身の経験も盛り込みました。

「障害があるからできない」ではなく「仲間が居れば大抵のことはできるんだ」ということを、かたくなりすぎず、コミカルに伝えられるように工夫しました。劇中は、個性溢れるキャラクターをたくさん登場させ、それぞれ一生懸命自分の役を演じました。

この日は、人前での初のお披露目。とても緊張しましたが、みんなが笑いながらも真剣に見てくれたので、一安心♪セリフも間違えただけで達成感がありました。私たちが伝えたかった思いも伝わったようでした。

## 地域が変わる

2日目の朝になって、ようやく宮島キャンプ場の管理人さんと感動の再会を果たしました。

管理人さんは「今年もきてくれてありがとう！」と握手をしてくれました。私は感動して泣きそうになりました。去年は管理人さんの粋な計らいでスロープを付けてくれ、快適に過ごすことができました。2年続けて行くことが出来て、また更にパワーアップしていることにとってもびっくりしましたが、管理人さんの『楽しんで欲しい』という想いに本当に感謝です。私たちの考えたイベントが新しい繋がりを作って、地域を変えていけたということが感じられたキャンプでした。これからも繋がりを作って、みんなが楽しめる企画を立てていきたいなと思います！！

## ☆キャンプ場情報☆

★宮島キャンプ場（コテージ）★

住所：岐阜県中津川市付知町 146

アクセス：中央自動車道 中津川I.C.より 45分

付知町、国道 256・257 号の「付知峡口」信号を右折し、約 4km

お問い合わせ：付知町観光協会

TEL：0573-82-4737

FAX：0573-82-4818

※予約受付はお電話のみです。



★キャンプ運営団体★

マイライフ刈谷

住所：愛知県刈谷市幸町 2-7-14

TEL:0566-61-2141 FAX:0566-61-2143

三河自立サポートグループアクセル

住所：愛知県刈谷市幸町 2-7-14（マイライフ刈谷事業所内）

MAIL：acclmikawa.k@gmail.com



# 許せない！障害者雇用水増し問題

いったい、どこまで闇なのか。今年8月、中央省庁全体で合わせて3,460人に上る障害者雇用の水増しがあったことが発覚しました。その後も国会と裁判所、地方自治体、教育委員会等でも次々と不正が明るみに。

この問題の背景に何があるのか。どういう解決が求められるのか。障害者が働くためには何が求められるのか。考えてみます。



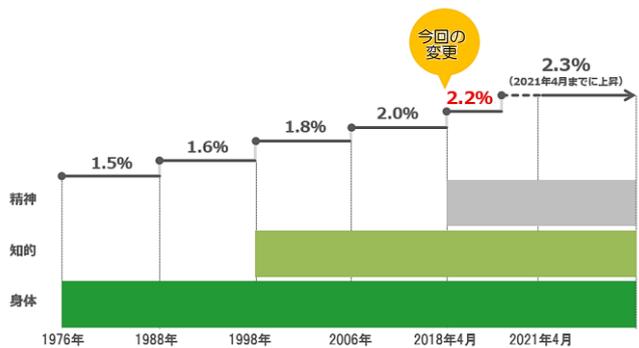
## 障害者雇用率制度とは？

法定雇用率とは、一定の従業員数を超える企業や自治体が、法律で決められた障害者を雇用しなければならない人数の割合のことです。障害者雇用促進法が法定雇用率を定めています。民間企業、国、地方公共団体は、「常時雇用している労働者数」の一定の割合（法定雇用率）に相当する人数以上の障害者を雇用することが義務づけられています。

法定雇用率は、一定期間（5年）ごとに見直され、徐々に引き上げられてきました。今年の4月から障害者雇用の法定雇用率が民間では2.0%から2.2%に、行政機関は2.3%から2.5%に引き上げられました。同時に精神障害者が雇用率のカウントに追加されました。

- (1) 原則として、週30時間以上の常用労働者（1年を超えて雇用が見込まれる者）が算定の対象。
- (2) 重度身体障害者、重度知的障害者については、1名を2名として計算できる。（ダブルカウント制）
- (3) 短時間労働者の重度身体障害者、重度知的障害者は、1名として計算される。
- (4) 短時間労働者の精神障害者については、2018年4月から特例措置が設けられ、要件を満たす場合は、1名として計算される。要件を満たさない場合は、1名を0.5名と計算する。
- (5) 実雇用率の算定は企業単位。複数の事業所（本店、支店、工場等）を有する企業は、全社分を合計する。

法定雇用率未達成の民間企業に対しては、雇用計画の提出や未達成分に相当する納付金を徴収する罰則があります。また、正当な理由なく計画を達成しなかったり、実施勧告に応じない場合は「社名の公開」が行われます。



## 組織的な障害者排除!?

官庁や自治体の障害者雇用率不正算入問題は深刻です。調査の結果、次から次へと不正が明らかになりました。

- ・ 8月28日、国の33の行政機関のうち27機関で障害者雇用の不正算入が発覚。水増しは3,460人。雇用していたとする障害者約6,900人のうち、不適切な算入は半数に上った。平均雇用率は2.49%から1.19%に半減。
- ・ 9月7日、衆参両院と国会図書館で37.5人、全国の裁判所で399人の計436.5人の過大計上が判明。職員に占める障害者の比率は衆参両院などが1.31%、裁判所が0.97%で、いずれも法定雇用率の2.3%を下回った。

事業主区分	2018年3月以前	2018年4月以降
民間企業	2.0%	2.2%
国、地方公共団体等	2.3%	2.5%
都道府県等の教育委員会	2.2%	2.4%

- ・ 37 府県、1 政令指定都市、5 市町村、2 の警察本部で不適切な採用や水増しが判明。
- ・ その後も都道府県教委でも不正算入が相次いで発覚。9 月 28 日、愛知県教委で 425 人の不適切算入が発表。



主な行政機関の障害者雇用状況

	水増し 雇用数(人)	実際の 雇用率(%)	調査前 雇用率(%)
内閣官房	22.0	0.31	2.38
内閣府	27.0	1.14	2.37
警察	0.0	2.41	2.41
金融庁	0.0	2.42	2.42
総務省	70.0	0.76	2.3
法務省	539.5	0.80	2.44
公安調査庁	31.0	0.38	2.36
外務省	125.0	0.39	2.47
財務省	170.0	0.78	2.36
国税庁	1022.5	0.67	2.47
文部科学省	35.0	0.57	2.41
厚生労働省	3.5	2.76	2.76
農林水産省	168.5	1.22	2.39
林野庁	13.0	1.66	2.34
経済産業省	101.5	0.81	2.36
特許庁	49.5	0.50	2.36
国土交通省	603.5	0.70	2.38
気象庁	47.0	1.35	2.35
環境省	31.0	0.54	2.33
原子力規制委	0.0	2.38	2.38
防衛省	315.0	1.01	2.60
防衛装備庁	28.0	0.54	2.63
会計検査院	12.5	1.57	2.54

※2017 年 6 月 1 日時点

※厚生労働省調査から対象となる職員数が 1000 人以上の行政機関を抜粋

※重度以外の短時間労働者は 0.5 人分としてカウント

## 理解不足が原因 !?

本来は、厚生労働省のガイドラインに基づいて障害者手帳の確認が必要ですが、障害者手帳がなくても、弱視であるとか、健康診断で異常が確認されたとする職員を障害者と認定していました。本人の確認を取らず勝手に障害者として計上されるケースもあったようです。

どの機関も厚生労働省のガイドラインの理解不足と釈明していますが、果たしてそうなのでしょうか。

法定雇用率は、国や地方の行政機関の方が民間企業より高めに設定されています。公共機関が先陣を切って範を示していかなければならないから

です。国や公共団体に定められた法定雇用率はどうか、民間企業に課している水準すら満たしていませんでした。

さらに、国の 27 の行政機関の水増しは実に 42 年間にわたっていました。背景には、民間企業に比べて国や地方公共団体に対するチェックが甘かったことがあります。「単なる理解不足」が伝統的に脈々と受け継がれたのでしょうか。組織的系統的に障害者を排除する体質があったのではとさえ疑われます。

障害者雇用のチェック方法の比較

	国の行政機関	民間企業
チェック方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 監督官庁がなく、各省庁まかせ</li> <li>・ 年 1 回、雇用者数などを厚生労働省に伝える（障害者手帳のコピー不要）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 厚生労働省が監督</li> <li>・ 年 1 回、個人名や障害者手帳の番号を報告</li> <li>・ 3 年に 1 回高齢・障害・求職者雇用支援機構が監査</li> <li>・ 障害者手帳のコピーなどを確認</li> </ul>
ペナルティ	なし	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 不足 1 人あたり月 5 万円を納付</li> <li>・ 大きく下回った場合は厚生労働省が計画作成の命令や勧告</li> <li>・ 改善されなければ社名公表</li> </ul>
雇用率算入基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 厚生労働省ガイドラインで「障害者手帳によって確認」と規定</li> </ul>	

## 207 億 6 千万円 !?

今回明らかになった中央省庁で水増しされた障害者雇用の数は 3,460 人。

民間企業なら 1 人あたり月 5 万円の雇用納付金を支払わなければなりません。過去に遡って払うとなると、仮に 10 年間として

$3,460 \text{ 人} \times 50,000 \text{ 円} / \text{人月} \times 12 \text{ ヶ月} / \text{年} \times 10 \text{ 年} = 207 \text{ 億 } 6 \text{ 千万円}$

42 年となると、地方公共団体の不正分を加えると、とんでもない数字です。

民間なら厳しいチェックと取り立てがあるので責任をとって支払うところ、国と地方公共団体は免除されています。単にチェック機能を設けるとか、再発防止策を示すだけでは済まされません。これを機に、障害者雇用に関する職場の合理的配慮のモデルを示すべきです。

## 今後の採用計画は

ところで、国の行政機関は 3,460 人も障害者をどのように採用し、どのように働いてもらうのでしょうか。

政府は 9 月 21 日、国の行政機関での障害者雇用を進めるため、一定数を「障害者枠」で常勤職員として採用する新たな試験を今年度中に実施する方針を示しました。実施時期や採用人数などは未定で、各省庁がこれからつくる障害者の採用計画を踏まえて決めることになっています。

実のところ、働ける障害者はとくに働いています。法定雇用率の引き上げに伴って、民間企業も障害者のとりあいともいえる状況です。これまで雇用につながらなかった障害者を採用するとなると、相当の掘り起こしと、相応の支援が必要なのは、それぞれの障害特性に合わせた合理的配慮など、採用後の就労環境をどのようにつくるかが問われています。

## 単年度契約の非常勤職員でよいのか

近年障害者の雇用率を押し上げてきたのは、精神障害者でした。最低賃金保障の日給月給、単年度契約の非常勤採用というのが基本でした。障害者だから非常勤職員でも仕方ないというのが通例です。精神障害者の中には、労働時間の短い働き方が向いている場合もありますが、身分としては不安定でした。

また民間企業の場合、特定求職者雇用開発助成金というのがあります。障害者を雇用した際に、最長 2 年（重度障害者の場合は最長 3 年）、事業主に対して助成される制度です。助成金のおかげで民間企業は雇いやすくなるのですが、企業は障害者の賃金に助成金を当てにするので、単年度契約 2 年で雇い止め（離職）になるケースが多いのも事実です。金の切れ目が縁の切れ目。安定した雇用にはつながらない状況です。

国が常勤職員としての採用枠の検討を始めたのは新しい動きですが、民間でもより安定した採用につながる仕組みが検討されるべきでは。

## 就労分野も社会モデルへの転換が必要

最後に根本的な問題提起を。

今回の水増し問題は、障害者手帳の確認を怠ったことがきっかけでした。法定雇用率の対象となる障害者の範囲を、障害者手帳の所持で認定する医学モデルがベースです。

常勤雇用された障害者の中には、健常の従業員に手間をかけるのを遠慮して、健常者の何倍も苦勞して、無理をして働いているケースがあります。合理的な配慮を受けられないからです。

福祉から就労へ。福祉的就労から一般就労に移行した瞬間から、障害者ではなく職業人としてのパフォーマンスが求められます。甘えが許されない世界で、苦手な部分を個人の努力で解決しなければなりません。心身のストレスに耐えられず、または一般の従業者との違いに孤立して離職する人は少なくありません。

一方、障害者手帳のない人の中にも、発達障害や難病をはじめ、さまざまな働きづらさを抱えた人がいて、雇用の現場にも大勢いるはず。そうした人たちも、周囲に迷惑をかけられない、努力するしかないギリギリまで自分を追い込んでいるはず。手帳制度に代わり、苦手な部分を認定し、配慮される仕組みをつくるべきです。

そもそも障害者手帳だけで認定している国は少なく、日本とその影響を受けている韓国や台湾以外には障害者手帳制度はありません。

欧米諸国のように、障害者権利条約に基づき社会モデルとしての観点から見直すとともに、法定雇用率の設定については、障害者の範囲の見直しと他国の状況も加味した検討を進めるなど、障害者雇用促進法の抜本改正を行う必要があるのではないのでしょうか。



# 夏季体験のお手伝いをしました！

みなさん、こんにちは！ 高橋幸子です。

季節の変わり目で、体調管理が大変ですが、風邪をひかないように気をつけましょう！

私は生まれつきの脳性マヒで、日常生活では簡易電動車いすを使用しています。早いもので地域生活を始めて5年経ちました。いいタイミングで夏季自立体験プログラムのお手伝いをすることになりました。今回はその記事を書きます。



## きっかけ

夏季自立体験プログラム（以下、夏季体験とします）とは、障害がある高校生が、行ってみたい場所へ出かけたり、やってみたくてもできなかったことを実現させようというプログラムです。

ある日、夏季体験のスタッフをしている友人から、「今年の夏季体験プログラムの企画で、8月29日に地域で一人暮らしをしている先輩の家を訪問することになったから、協力してもらえないか」と言われました。

私は、昨年度末で夏季体験プログラムのスタッフを辞めているので、少し迷いましたが、引き受けることにしました。

### 高橋さんお宅訪問 聞くことリスト

- 特別支援学校の話(辛かったこと、楽しかったこと)
- リハセン<sup>\*1</sup>の話(辛かったこと、楽しかったこと)
- 親との関係(親から言われた言葉)
- 自立をしようと思ったきっかけ
- 自立をして辛かったこと
- 自立をして感じたこと
- サマリア<sup>\*2</sup>時代の楽しかったこと
- 家探しと住宅改修
- 地域生活を始めてみて

※1 名古屋市総合リハビリテーションセンターの略

※2 福祉ホーム サマリアハウスの略

お宅訪問の前日にプログラムの担当者からラインと打ち合わせの電話があり、ラインの画面に私から高校生に話してほしい内容が書かれたメモの画像が添付されていました。電話で担当者と項目を1つずつ確認しながら、打ち合わせをしました。

## 高校生がやってきた

8月29日の午後、高校生1人と、サポーター2人と、スタッフ1人の合計4人が私の自宅に来ました。



高校生は、三重県の特別支援学校に通っていて、障害は脳性マヒ、程度は軽いそうです。

軽く自己紹介をしたあと、改修工事した場所を実際に見ながら、家の中の住宅改修について説明しました。高校生は、キッチンを見て「使う人に合わせてキッチンの高さを変えたり、蛇口を変えることができるんだ」と感心していました。

続いて、お手洗いを案内しました。高校生は、手すりを見て「私の家のお手洗いにも手すりがある」とつぶやきました。お互いに手すりにつかまったら立てるという話で、少し盛り上がりました。



入口のところに付けた縦の手すりのおかげで、立ち上がることができます。

続いてお風呂場に案内しました。実は、最近日常生活用具の制度を使って、すのこを新しくしたのですが、すのこが新しくなったのがとてもうれしくて、説明をしているときに、私のテンションが上がりました。



新しくなったすのこです。表面はやわらかい樹脂製です。



白いフックがなくなり、台に置くだけで設置できます。入浴するときにヘルパーさんに設置してもらおうのですが、設置が楽になったと喜んでいません。



すのこの台も新しくしました。

最後に、玄関の自動ドアについて説明しました。リモコンを高校生に押ししてもらいました。ボタンで開閉するドアを見て、「おお〜」と声を上げていました。



自動ドアのリモコンです。「赤（左）ボタン→開く・青（右）ボタン→閉まる」です。ドアが閉まると同時に鍵がかかる仕組みになっています。家の中にはもう一つ、予備のリモコンがあります。



玄関の自動ドアです。実は5年の間に2回ドアが壊れました。1回目は猛暑でセンサーが反応しなくなりました。2回目は、家の近くにカミナリが落ちて、ドアが動かなくなりました。2回目のドアの修理のときに、業者さんが小さいおたまのような補助具をつけてくれました。センサーの下にある物が補助具です。自動ドアの故障のとき、補助具の取っ手を下げながらドアを押すと、ドアが開きます。

## 住宅改修の説明が終わったので

ひととおり住宅改修の説明をしたあと、メモの項目に書いてあることを説明しました。何から話



そうかと迷っていたら、スタッフが助け舟を出してくれました。私が説明中に言葉に詰まったときも言葉を補足してくれたので、気持ちが楽になりました。

## 質問タイム！

メモの項目の説明が終わったので、私が高校生とサポーターに「何か質問はありますか」と聞きました。ところが、高校生もサポーターも遠慮しているのか、静かになってしまいました。私は困りました。かわりにスタッフが質問し、私が答えていると、高校生とサポーターからも質問が出てきました。

**高校生:** お金の管理はどうしていますか？

**私:** 一人暮らしを始めた頃は、お金がなくて困ったこともあったけど、節約したり家計簿をつけるようになってから、少しずつお金がたまるようになりました。



**サポーター:** リハセンの職員に、こうしてほしいかなということがあったら教えてください。

**私:** リハセンの訓練で、一人暮らしをするにはどうすることが必要かという話を聞く訓練があったのですが、職員の一人暮らしの自慢話で、まったく参考になりませんでした。それよりも、実際に一人暮らしをしている人の家を見学したほうが参考になると思うので、そういうことをしてほしいかったです。



## 施設あるあるで大盛り上がり

リハセンのことを話しているときに、高校生も施設での生活を話してくれました。

施設の部屋がせまくて荷物の置き場所がなかつ



たり、起床時間と就寝時間が早くて、まだ寝ていたいのに職員が起こしに来たり、就寝時間になると電気を消されてしまうとか、食事は同じメニューの繰り返しといった施設あ



るあるの話で盛り上がりました。

盛り上がっているうちに高校生が戻る時間になり、お宅訪問が終了しました。



## まとめ

今回のお宅訪問で気づいたことは、5年前の生活と今の生活を比較することができたことでした。5年前よりも今のほうが生活に余裕があるかもしれないと感じました。高校生は明るく話してくれて、お宅訪問が盛り上がり、楽しかったです。

ただ、お宅訪問に来てくれる人は、積極的に質問する人もいれば、まったく質問をすることなく、ただ時間が過ぎていく人もいます。実習にきているのに、気になることや聞きたいことを聞かずに帰ってしまうのは、もったいないと思いました。

とはいえ、私としてはお宅訪問をきっかけに、高校生が、障害があっても工夫をすれば、一人暮らしができるんだなと思ってもらえたらうれしいです。



## マルタとマダガスカル

### 堤 剋喜



最初の演目が始まる前に、コンサートの主催者がマイクを手にステージへ上がる。客席の照明はまだ落とされてない。こういう場面のスピーチは、来場者への謝辞や作品の解説が主だけれど、もうひとつ、チケットに書かれた開演時刻に数分遅れて駆け込んでくるお客さんを落ちついて着席させる目的もある。だから、これから始まるコンサートとは直接関係のない話も出てくる。

「アジアの作曲家を対象に新作を公募したところ、最も遠方からの応募者はマルタの人でした。貴国はヨーロッパ圏ではないかと確認したら、我々の文化の基礎はアジアだ、と返答があった。作品を受理しました。アジアは実に広い」

日本から最も遠いアジアとして、僕が習ったのはマダガスカル。アフリカ大陸との間の海峡は海の難所で、東南アジアからインド洋へ出て西へ進んだ航海者たちの方がマダガスカルへ到着しやすかったと説明された覚えがある。赤道を越えなくて済む分、マルタの方が近い。今、マルタ共和国はEU加盟国で、通貨はユーロ。地中海の島国には、貿易・戦略上の要衝として、イギリスの海軍基地があった。インド植民地とイギリス本国との航路を守る拠点といったところ。イギリス軍の撤退の動きの中で、ミニ国家として独立した島国という点ではバレーンと似ているかも知れない。

マルタの形容詞形がマルチーズになることは、何かの拍子に英和辞典で知った。

うちの犬の犬種名と似ていると感じたが、偶然だろうと思っていた。ところが、この愛玩用の小型犬、原産地はマルタで「マルタ島の犬」という意味合いで名付けられたようだ。

孤島の小型犬と聞くと、島しょ効果（動物が餌や住処が少ない島に隔離されると、大陸の同種の個体群よりも全体的に体が小さくなる）を連想してしまうけれど、これは野生動物の話で、家畜または伴侶動物としてのイエイヌには直接当てはまるまい。

「神は人間をつくらなかったかも知れないが、人間は犬をつくった」とどこかで読んだ。犬の品種の背景には人間の事情がある。ただの想像だが、中小型帆船の時代、乗組員や船客の遊び相手や寄港地での生きた交易品として連れて行くなら、小型犬の方が都合。待てよ。航海中の船は、地盤のない人工の動く孤島だから、いわば、人為的島しょ効果か。マルチーズのご先祖様は今の子孫たちより大柄だったと思う。

僕の遊び相手として最初にあてがわれた室内犬は、雄のマルチーズ。

営利のブリーダーか、一般家庭なのかは定かでない。子犬が何匹か生ま

れて、ペットショップに引き取りを依頼した。

「この子は元気そうだが、買い手がつきにくいから」と一匹だけ引き取らなかった。残ったその一匹が、我が家に譲られてきた。口を閉じたとき、上の歯が外から見るというのが、店が引き取らなかった理由。つまり、「出っ歯だから、売れ残る。売れ残るものはいらない」店の言い分を知って、どこか理不尽さと哀れさをおぼえた。

下顎が小さいか、いびつだと出っ歯になる。母体内でほかの兄弟との栄養とスペースを巡る競争に負けたか。あるいは、小型犬といえども、脳や感覚器が入る頭蓋骨とそこにくっついていく上顎は小さくなくなり、下顎は縮小しやすい傾向が強くなったからか。後者は現代人の乱ぐい歯の説明と同じ。他人事ではない。

ともかく、多少出っ歯だろうが十分にかわいらしい犬で、予防接種を除くと、結局、獣医さんの世話には一度もならず済んだ。病死や老衰ではなかったから。

## 旅の空から

皆さん、こんにちは。いつも旅行情報を掲載していただいている(株)チックトラベルセンターの松本です。

食いしん坊の皆様には、嬉しいシーズンの秋ですね。私も、りんごの王様「ふじ」が食べられる季節がやってくるのが楽しみです。りんご狩りに出かけると、3つは軽く食べてしまいます。



今回は、アメリカの西海岸にある都市、ポートランドについてお知らせいたします。

あまり聞いたことがないという方もいらっしゃるでしょうけれど、「オレゴンから愛」というテレビドラマをご存知の方なら、すぐにお分かりいただけるでしょう。ずいぶん古いテレビドラマですが、オレゴンの大自然が紹介されて、行ってみたいと思われた方が多いはずですよ。

### ◆ ポートランドへのアクセス

ポートランドへは、成田空港からデルタ航空が直行便を運航しています。今回は、セントレアからANAで成田へ移動し、乗り換えて出かけました。



セントレアで預けたスーツケースは自動的にデルタ航空に積み替えしてもらえますが、ANAは国内線として運行されており、成田空港ではデルタ航空の搭乗手続が必要です。自動チェックイン機が並んでいるので、日本語を選択して自分で出来ます。成田からポートランドまでは、直行便で8時間50分の飛行です。

### ◆ オレゴン州

ポートランドのあるオレゴン州は、日本の富山県と姉妹関係にあります。日本との関係も深く、州内の日本企業は140社以上が入っています。

コンパクトシティとして、アメリカ国内だけでなく日本の地方都市の街づくりのモデルとして注目されています。市内を流れる川を利用して、小麦なども日本や中国に輸出されています。大きな船も通ることが可能な川幅と水深があるのです。また、鉄道でポートランドへ運ばれた輸出品を、船で運ぶことも可能です。海から140kmも離れていても、貿易港として機能しています。

ちょうど通りかかった貨物列車が、112両という

長〜い編成でした。踏み切りではイライラしますね。

### ◆ ポートランド国際空港



ポートランドの空港は、航空大国アメリカでは小規模の空港です。到着後にアメリカ国内線に乗り換えする人と、ポートランドが最終目的地の人もここで入国審査がおこなわれます。

アメリカ入国には、ESTAと呼ばれる電子ビザの事前取得が義務付けられていますので、ESTAを持っている人は、キオスクと呼ばれる機械を使って入国審査をします。

簡単な質問(英語)に答えて指紋を取る画面に指を当て、最後に機械から出てくるカードを持って入国係員のところへ行きます。その後は荷物を受け取って、アメリカ国内線航空機に乗り換えする人と、ポートランドに滞在する人が分かれる通路で係員が案内してくれます。バスで中央のターミナルへ移動し、現地ガイドさんと合流します。

### ◆ ポートランドでの移動

滞在を楽しむ人は、空港からトライメット社が運行する電車が市内まで走っていますので、こちらの電車がとても便利です。タクシーを利用しても、市内中心部まで20分~30分ほどですので、アメリカの大都市と違い、アクセスが便利な空港です。

今回は朝の9時15分にポートランドに到着しましたので、専用車を用意してツアーの皆様をそのまま観光にご案内しました。

### ◆ ホテル

アメリカのホテルは、基本的にADARoomと呼ばれるお部屋があります。しかし通常のお部屋でも、扉の幅が広く部屋



エンバシー  
スイーツホテル

内は段差がないので、使いやすいと感じています。

今回は「エンバシースイーツバイヒルトン」という、100年の歴史があるホテルを利用しましたが、完璧なメンテナンスで、古さを感じさせない建物でした。

部屋はスイーツという名に相応しく、応接セットの部屋とベッドルームが分かれたタイプで、あまりの広さにお客様はびっくり！そして各参加者の部屋を見学なさったそうで、部屋の作りはすべて違っており、中には「部屋の中で迷子になりそう…」という部屋もあったそうです。

私はひとり部屋でしたので、応接ソファのある部屋は使わずに、ベッドルームとバスルームだけ使いました。歩くのが面倒になるほど広いので、ベッドルームだけで充分でした。



ホテルの部屋。  
応接セット側は使わず…

最後の夜は、参加者全員がひとつの部屋に集まって宴会でしたが、応接の部屋に全員が入っても狭く感じないので、コンビニで購入したビールの空き缶が、もの凄い量に…。

### ◆ 観光場所

最初に、郊外にあるクラウンピスタポイントという展望台へ。この展望台建物は、1918年に建造さ



クラウンピスタポイントの展望台  
車椅子用スロープあり

れたもので、修復を済ませた立派な展望台です。

遠くカナダのバンフから流れてくるコロンビア川と、ポートランドの市内も見える素晴らしい展望台です。

そして落差 189 メートルを誇るマルトノマ滝へ。

滝への通路は、もちろん車椅子ご利用の方もアクセスできるようにスロープがあります。この滝は上のほうに橋があり、滝の目の前でしび



マルトノマ滝。滝へアクセス可能なスロープ

きを浴びながら見えるポイントがあります。

1934年から続く伝統的なバラの女王を決めるコンテストがある。美しいだけでなく普段からボランティア活動をしている実績なども評価される。



ローズガーデン通路とネームプレート



翌日は、朝から全米最大のバラ園へご案内しました。満開のバラの花は香りもよくて、その広い敷地に手入れされた色々なバラが楽しめます。金曜日とあって、昼には駐車場が満車となっていました。

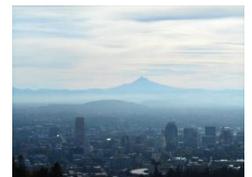


ビトックマンション建物  
手入れされた庭が見事

そして高級住宅街にあるビトックマンション（豪邸）へ。ここは高台にあるため市内を一望でき、街の歴史的建造物として管理されています。

ここから、「オレゴン富士」と

と呼ばれるマウントフッドの山も良く見えます。内部は入場料が必要ですが、展望所や庭と建物の外観は無料ですので、午前中の早い時間がお勧めです。



マウントフッド(オレゴン富士) 標高 3423m

### ◆ 街中の観光

ポートランドの街は人口 64 万人ほどで、こじんまりとしています。街中にはライトレールと呼ばれる市電が走っていますので、1日券を購入して観光しました。65 歳以上の方は1日券が 2.5 ドル、大人通常 1 日券は 5 ドルです。こちらはバスも乗り放題



なので、使い勝手の良いチケットです。停留所にある自動販売機で、クレジットカードを差し込んで全員分を購入しました。大人の 1 日券をタッチしたのですが、出てきたのが 2 時間有効のチケットで、結局また後で 1 日券を購入せざるを得ませんでした。

現地ガイドさんによると、この機械は時々調子が悪いので、苦情が多いとのこと。今後は日本の鉄道系カードのように、プラスチック製のものに変わるそうです。市電なので改札もなく、切符を持っていけば OK なのですが、時々係の人が乗り込んできて、切符の確認をするそうです。その時に切符を提示できないと、多額の罰金を徴収されるとのこと。1 日券はそれほど高額ではないので、誤魔化さずに購入しましょう。

◆ 食べ物

ポートランドはアメリカらしく、レストランで提供



クレジットカードで登録可能なレンタル自転車。駐輪場にあれば自由に借りて別の場所に返却。

される料理はビッグサイズです。ピザも40センチはあろうかという大きなもので、見るだけで満腹になりそうです。フライドポテトも半分



巨大ピザ

でいいと言いたいくらいの量です。毎日の食事は、その場でレストランや食べる場所を決めて、ハンバーガーやサンドイッチ、中華料理、タイ料理など皆様に楽しんでいただきました。

ホテルの近くに、まるきんラーメンの店があり、「今夜はラーメンが食べたい」という皆様をご案内しました。ポートランドは地産地消をモットーとする店が多く、地ビールも有名です。ビール好きのお客様は、毎回違うビールをお楽しみでした。日本食を扱う店やレストランも多く、食べ物には困らない都市です。

## ◆ ロープウェイ

市内の大学病院が山の上にあります。ここは、病院へのアクセスがロープウェイとなっています。市電の停留所を降りて、ロープウェイの乗り場へ。切符を購入して、山の上の病院へ行くのです。治療やお見舞いの為に行くだけでなく、街の展望台としても開放されているので、観光客も自由に行けます。



大学病院へのロープウェイ。平日は白衣を着たドクターも利用する。

展望の為のテラスもあり、羨ましく感じるほどの設備です。テラスから見る街の風景は、すでに紅葉が始まって、とても素晴らしいものでした。この病院なら、病気も早く治りそうな気がしますね。

## ◆ サタデーマーケット



PSU市場に並ぶ野菜。  
PSU：ポートランド州立大学

土曜日は、ポートランド州立大学のキャンパスを利用したマーケットが開かれます。地元産の野菜や果物、そして手作りのチョコレートや食べ物、すべてオーガニックという青空市場です。地元市民の他、観光客も多く

大変な賑わいです。注意することは、レジ袋が無いことです。環境にも気を配っていて、買物袋は持参が当たり前という市民の考え方です。試食や試飲も多く、全部もらっていたら満腹になりそうです。

大学が休みの日を利用したマーケットは、構内に市電の停留所もありアクセスしやすいので、日本

でもぜひ導入してもらいたいですね。松茸を探しましたが、まだ少し早く高額でした。土が付いていなければ、日本へ持って帰ることが可能です。とにかく安いのです。生花を見たお客様は、「日本に持って帰りたい〜！」と悔しそうに眺めていらっしゃいました。



日本に持って帰りたいと評判の切花。これで12ドル

## ◆ 消費税ゼロ

オレゴン州は、消費税がかからないのです。このため、表示価格ぴったりを支払えば良いので、買物や食事はとても楽です。レストランでは15%や20%のチップが必要ですが、フードコートやマクドナルド、売店でのチップは不要なので、日本からの観光客にはありがたいですね。

このため、街中や空港には免税店というものが一軒もありません。海外へ行くと、「免税店、免税店」と目の色を変えてお買物をなさる方もいらっしゃるようですが、この街では普通に買物できます。

今回のお客様で、「どうしてもアウトレットへ行きたい」という方がいらっしゃいました。

車で1時間ほど走った場所ですが、「その巨大さに驚くばかりで、半分の店を巡るのが精一杯でした」とのこと。それでも「コーチのショルダーバッグなどが、セールで半額以下だった」と、満面の笑みで戻ってこられました。



街中には動物のオブジェが…街の人がマフラーをかけたたり、帽子を被せたりしている。



海外旅行は敷居が高いとっていらっしゃる皆様も、アメリカで空港からのアクセスが良い都市を選ぶと、思ったよりお金をかけないで旅行できます。

アメリカのADA法で、ホテルも必ず車椅子で使いやすい部屋があります。今回のポートランドは、車椅子ご利用の方々には行きやすい都市だと感じました。

観光庁長官登録旅行業第735号  
株チクトラベルセンター

ハートTOハート事業部

松本 泰守(まつもと やすもり)

ハートTOハートを担当して22年目

〒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

matsu@tictravel.co.jp

## チケットラベル ハートTOハート

<国内募集型企画旅行>

### リフトバスで行くリンゴ狩りと五平餅作り体験

車椅子ご利用の方も、バリアフリーりんご園でのりんご狩りが楽しめます。五平餅は簡単に出来る体験です。もちろん身障者用トイレも安心です。

旅行日：11月18日(日)

出発地：名古屋駅前

料金：ひとり 12,000円

ポイント：リフト付き大型観光バスで、車椅子固定は4台まで。五平餅はあつあつを食べてもよし、お土産でお持ち帰りも可能です。りんごの王様「ふじ」の季節です。

<いつでも出発可能な個人ツアー>

〔海外〕

### ☆ソウルを知ろう！個人ツアー3日間☆

仁川空港から電車で、ソウル中心までアクセス可能。地下鉄駅直結のホテルは、便利でバリアフリーも整っています。

旅行日：11月末～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 58,000円より

### ☆寒い冬はシンガポール4日間☆

シンガポールの空港からは、地下鉄で市内へ。駅のすぐ近くのホテルで滞在すれば、移動にはすべて地下鉄を利用して観光もできます。

旅行日：12月～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 98,000円より

### ☆B級グルメを楽しむ台湾3日間☆

桃園空港から電車で市内へ。台北の地下鉄は、バリアフリーが完璧です。士林夜市も地下鉄で移動すれば、楽々アクセスです。

旅行日：12月～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 60,000円より

### ☆ホノルル5日間 デルタ航空利用☆

4名なら専用の送迎車をご用意致します。折りたたみ可能な手動車椅子ならお勧めです。

旅行日：12月～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 148,000円より

〔国内〕

### ☆博多で屋台グルメの3日間☆

福岡空港から地下鉄で、直接市内へアクセス。天神地区のホテルは、屋台街も近く便利です。美味しいものがいっぱい博多の町は、グルメをうならせるファンキータウン。

旅行日：12月～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 34,000円より

### ☆沖縄の夜を満喫3日間☆

那覇空港から、ゆいレールで市内へアクセス。国際通りにある、便利なホテルを利用します。

旅行日：12月～2月まで

料金：ホテル+航空券(2名1室利用)  
ひとり 36,000円より

### ※個人旅行のお勧め

最近、個人旅行のご相談をいただくことが増えました。私たち「ハートTOハート」は、行き先の設備はもちろんですが、現地での移動が便利かどうか判断しています。海外でも、空港から電車や地下鉄があるアジアの都市は、日本語表示があるところもあります。またインターネットで事前に調べると、思ったより簡単に移動ができます。友人同士やご家族で、チャレンジなさと良いでしょう。

ただし、海外旅行保険は必ず加入して出かけましょう。クレジットカードの保険だけでは不十分です。外国では、日本と違い高額な医療費が請求されます。また病院によっては、支払いが可能である証明(旅行保険など)を提示しないと、治療も受けられない国もあります。

### ■申し込み・問い合わせ■

観光庁長官登録旅行業第735号 日本旅行業協会正会員  
(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 10:00-18:00 土日祝休】

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

【Eメール】 [heart@tictravel.co.jp](mailto:heart@tictravel.co.jp)

## 旅サポート事業推進室



こんにちは！  
旅サポート事業推進室です。  
10月も中旬にさしかかり、  
朝夕の冷え込みと日中の寒暖  
差で、体調を崩しやすい時期  
となりました。

お気をつけてお過ごしください。

今回は、お客様が九州と五島列島へ旅行に行か  
れる事もあり、五島列島にあるホテルのバリアフ  
リー情報について、お伝えしたいと思います。

### <五島コンカナ王国>

#### 基本情報/その他

- ◆フロント：横にスロープが着いているので、車  
いすのまま行くことが可能。
- ◆レストラン：部屋（洋室コテージ）から徒歩約  
5分
- ◆客室：入口にスロープあり（↓写真）  
完全なバリアフリーでは  
ないが、洋室ツイベッ  
ド、シャワー付客室。



シャワー室



客室入口のスロープ  
トイレ正面にシャワー  
室あり（←写真）  
シャワーチェアの用意  
も可能。

- ◆温泉（大浴場）：露天風呂もあるが、行くまで  
に10段ほど階段を下らなければいけない。  
風呂に一部手すりあり。
- ◆食事会場「レストランカウベル」  
：入るのに4段上がらないといけなため、  
自力であがってもら  
う必要あり。入っ  
てしまえば中はレス  
トランなので、イス・  
テーブル席で車いす  
での食事が可能。



レストラン入口

※ 部屋、食事会場のレストラン等、バリアフリー  
ではない為、全く歩けない方ですと、厳しい  
かと思われます。

## 旅サポーターと一緒にでかけましょう！

### <モデルプランの特徴>

- ◎ご希望でヘルパー資格を持った旅サポーターが同行します。
- ◎車いすでご参加いただけます。
- ◎1名様から催行！介護タクシーは、  
\*使用車種により1台に2~8名様の乗車が可能です
- ◎介護タクシー又は公共交通機関を利用します。
- ◎バリアフリーに配慮した行程でご案内いたします。
- ◎期間中、都合の良い出発日を選んでいただけます。  
お時間はご希望に合わせて調整します。
- ◎ご家族、ご夫婦など、介助の必要のない同伴者様も追  
加代金にてご参加いただけます。
- ◎ご自宅や最寄り駅へのお迎えも可能です。  
（別途交通費が必要な場合もあります）
- ◎旅行代金は大人お一人様の金額です。

### モデルコース1

#### ◇由緒ある和食処で四季折々を楽しむ◇

名古屋市内 — 徳川園 宝善亭 — 名古屋駅  
11:00 頃発 12:00 (昼食) 13:00 14:00 頃着

<利用交通機関> 介護タクシー（最大8名）  
<出発日> 12/10までの毎日（定休日除く）  
<旅行代金> 8,000円（8名様参加の場合）  
<旅行代金に含まれるもの> 行程中の交通費、昼食代、  
（入園料）※ご希望の場合は旅サポーター&入園料別途請求。  
料金は変動する可能性があります。  
お気軽にお問合せください。



### モデルコース2

#### ◇京都の秋 新名所將軍塚「清龍殿」を訪ねて◇

ご自宅 — 將軍塚清龍殿 — 東山 —  
7:00~8:00 発 (昼食)  
— 東福寺 — 伏見稲荷 — ご自宅  
17:00~18:00 着

<利用交通機関> 介護タクシー  
<出発日> 12/10頃まで  
<旅行代金> 21,500円から（1名様参加の場合）  
<旅行代金に含まれるもの> 行程中の交通費、入場料。  
ご希望により旅サポーター同行（有料）。  
昼食代は含みません。（自由食）

### 旅サポート事業推進室

TEL (052)582-2164

e-mail: tabisupport@mwt.co.jp

（受付時間：9:00~18:00 土・日・祝日は休業）

〒450-8577 名古屋市中村区名駅南2-14-19  
住友生命名古屋ビル8F

名鉄観光サービス株式会社

観光庁長官登録旅行業第55号 日本旅行業協会正会員

こちらからも伺う旅行会社「トラベルパレット」

**バスツアー専用車安心プラン**

ゆったりですが盛りだくさん♪

<1泊2日>

**奥大井湖上駅 鉄道と石和温泉**

**・リニア見学・KABAバスの旅**

- ☆車いすのままご乗車可能
- ☆移動はリフト付専用車にて
- ☆撮影スポットとしても話題“奥大井湖上駅”へもラクラク
- ☆石和温泉でゆったり！
- ☆時速 500km/hの世界を見学！
- ☆(オプション) 水陸両用KABAバスに乗ろう！

◆料金◆

車いすのままご乗車

32,500円(2名様1室ご利用の場合)

※ 料金には、バス代・有料道路代・アプト列車運賃・宿泊代(ホテル平安・朝食付き)・山梨県立リニア見学センター利用料・2日目昼食代が含まれます。

(KABAバス：オプション)

※ プランはひとつの例ですので、お客様のご要望に応じて変更が可能です。



◆行程◆<例>

<1日目>

千種駅 — 吹上IC ——— 島田金谷IC ———

7:00発

— 接阻峡温泉駅  千頭駅 — 石和温泉  
10:40着 列車乗車 18:00 (泊)

<2日目>

石和温泉 ——— 桔梗屋(お土産 買い物) ———

8:20発

8:40~9:30

— 山梨県立リニア見学センター — ご昼食 —  
10:10~11:20 <ほうとう>

— 山中湖KABAバス ——— { } ——— 千種駅

14:45~15:00

18:30着

バリアフリーな宿へアレンジも可能です。

詳しくはお問い合わせください。

**絶品！秋の味覚松茸を味わいの旅も実施！  
松茸づくし料理♪をまったり堪能**

「お泊りは無理だけれど、日帰りでゴージャスに♪」というお客様に好評です。

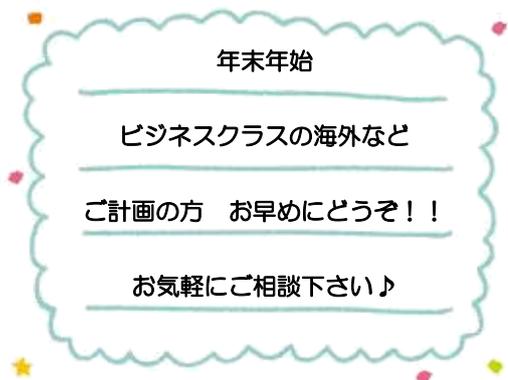


- ・出発日/10月27日(土)
- ・宿でのご昼食・豪華“松茸会席”  
+介護タクシー(5名様ご乗車)
- ・料金/お1人様 21,000円
- ・「バリアフリー対応トイレ」あり
- ・「椅子テーブル席」のご用意がございます

観光・ご移動は、「リフト付き」タクシーで思いのままにご計画ください。

行程・お食事場所のご相談、航空会社サポート対応依頼等々、ご旅行までのご計画も、楽しくおすすただけけますよう、心をこめてご案内させていただきます。

絶景のビューポイント等もご案内いたします。



■申し込み・問い合わせ■

こちらからも伺う旅行業 「トラベルパレット」

[担当] 桜井恵子

〒464-0841 名古屋市千種区覚王山通 9-18

覚王山センタービル1階

TEL:052(753)7545 FAX:052(308)3802

Email: sakurai@t-palette.jp

(株)日本旅行提携店

愛知県知事登録旅行業 第3-1214号

ホームページ <http://www.t-palette.jp>

トラベルパレット便り <http://blog.t-palette.jp/>

10:00~18:30 水・日祝：休み

(訪問等で不在の場合がございます。ご予約優先にて承ります。当日でもご連絡いただくと有り難いです。)



(ブログ：新規 別途 準備中)

☆店内 写真館 随時更新中☆彡

# 福祉用具のリサイクル情報 (18/10/3 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！

なごや福祉用具プラザで、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！** \*金額のないものは無料です。

## ★移動用品

- ・段差解消機  
(スマートリフト S120 ハナオカ)  
¥要相談 3年使用  
  
(UD-310 イウラ) 不明

## ★その他

- ・クッションマット  
(マルチマットムニュー エー・エム・プロダクツ)  
¥5,000 未使用

## ★洗浄消毒、点検整備済中古車いす★

- ・自走式車いす  
(NA-101 日進医療器) ¥25,800  
(AR-211B 松永製作所) ¥25,800  
(スキット4 ミキ) ¥39,800
- ・介助式車いす  
(スキット2 ミキ) ¥39,800
- ・歩行車  
(シンフォニーSP 島製作所) ¥10,800  
(ピウプレスト 75 象印ベビー) ¥20,000

※なお、各種中古商品の販売も行なっておりますので、  
ご要望等ございましたら、お問い合わせ下さい。

**譲って欲しい！**

## ★ベッド、床周り品

- ・3モーターベッド
- ・体圧分散マット
- ・体位変換マット
- ・エアーマット
- ・ロボマット

## ★移動用品

- ・手動車いす
- ・介助用車いす
- ・子供用車いす
- ・簡易電動車いす
- ・JW1 のバッテリー
- ・歩行器 (馬蹄型)
- ・つるべー
- ・介護リフト用シート
- ・座幅 45 cmの車いす
- ・リクライニング車いす
- ・バギー
- ・片手駆動車いす
- ・歩行車
- ・床走行式リフト
- ・段差解消機 (屋外用)

## ★入浴用品

- ・入浴用車いす
- ・入浴用チェア
- ・浴槽台
- ・バスボード
- ・安楽キャリーBタイプ
- ・入浴用リフト
- ・浴槽手すり
- ・バスリフト

## ★その他

- ・ロホクッション
- ・車いす用座位保持ベルト
- ・置き型手すり
- ・スロープ (折りたたみ) 2M、3M
- ・スカットクリーン (女性用)
- ・紙おむつ
- ・座位保持用クッション
- ・昇降座いす
- ・拡大読書器 (小型)

「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>

なごや福祉用具普及協議会代表事業者

**(株)メディケア リサイクル相談事業部**

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

# いろいろ情報

## 食欲の秋～ 食べやすくなるレシピ特集 2018

今年も食欲の秋がやってきました！あれもこれも食べるぞ～。でも、嚥下障害・歯が少ない・口内炎など色々な事情があって美味しく食べれない人のために工夫したレシピを紹介したいと思います。

### 【嚥下障害の症状】

- 食事中によくむせる（特に水分でむせることが多く、みそ汁などを避けるようになる）

- 食事中でなくても突然むせる、咳き込む（唾液でむせているもの）
- 飲みこんだ後も、口腔内に食物が残っている
- ご飯より麺類を好むようになったり、咀嚼（そしゃく）力低下や歯科的問題で、噛まなくてよいものを好むようになる
- 食事の後、がらがら声になる
- 食べるとすぐ疲れて、全部食べられない
- 体重が徐々に減ってきた

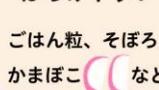
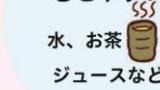
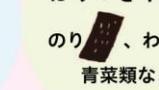
- 毎日飲んでた薬を飲みたがらない
- 水分をとりたがらない（尿量が減った）
- 発熱を繰り返す（誤嚥性肺炎の疑い）
- 夜間、咳き込むことがある

（エルメットエーザイ（株）ホームページより抜粋）

## 飲み込みやすくするポイント

次のような食感の食べ物は、むせたり、喉につまったりする可能性があります。飲み込みやすくするように工夫をしましょう！

具体例

<b>バサバサ</b> ばさつきやすい  パン、カステラ、いも類など	<b>ポロポロ</b> ばらけやすい  ごはん粒、そばろ、かまぼこ など	<b>サラサラ</b> むせやすい  水、お茶、ジュースなど	<b>ペラペラ</b> はりつきやすい  のり、わかめ、青菜類など
---	---	---	--

※粘り気の強い「もち」や、噛み切りにくい「いか」「たこ」などにも注意が必要です。

### 飲み込みやすくするポイント

#### 1 適度な水分を含ませる

ばさつきを防ぐために、適度な水分が必要。



#### 2 ツルンとさせる

ゼラチンなどで固めると、口の中でばらけることなく、のどごしがよい。



#### 3 油脂やつなぎでまとめる

マヨネーズなど油性のソースで食材をまとめる。卵や小麦粉などのつなぎを、加熱前のひき肉に混ぜてまとまりをよくする。



#### 4 とろみをつけてばらけるのを防ぐ

食材にあん風のとろみをつけて、口の中でばらけるのを防ぐ。のどごしもよくなる。



#### 5 調理方法を工夫する

素材の形状を変えたり、やわらかく調理すると飲み込みやすくなる。



#### 6 サラサラした液体にはとろみをつける

お茶などの液体にはとろみをつけて、むせを防ぐ。



楽しい食事は心と体に栄養を与えます。調理をちょっと工夫すれば、家族と一緒に楽しく食べられますね！

とろみ調整食品が手軽でたいへん便利です。

### 【レシピ紹介】 《野菜コンソメとろりスープ》

野菜・きのこ・コーンなどをコンソメスープで煮て、とろみをつけて。栄養たっぷりスープになります。体中ポッカポッカになりますよ。

#### 【材料】

お好みの野菜適量、コンソメ(キューブ)1個、水 300cc、お好みで胡椒少々、トロミ調整食品 or 水溶性片栗粉適量

※分量はお好みに調整してください。

#### 【作り方】

1. コンソメスープと水とお好みの具を煮ます。
2. 1 を攪拌し、とろみをつけて出来上がり。  
サイズを小さく切るか、ミキサーまたは棒ですりつぶしてもOK。

◎一度に作って、1回分ずつに分けて冷凍すると便利です。

◎家族の食事のコンソメスープから取り分けたり、塩・胡椒等味を整える前の薄味状態で取り分け、味や固さを調整すれば手間が省けます。

参考：『改訂版 図解かみにくい、飲み込みにくい人の食事』藤谷順子・江頭文江監修（主婦と生活社）  
『「食べる」介護がまるごとわかる本』菊谷武 著（メディカ出版）

◎攪拌して冷凍しておいたものに牛乳または豆乳を加え、温め、水溶き片栗粉でとろみをつけると、栄養もアップ。



### 《かぼちゃのふわふわパンケーキ》

かぼちゃとホットケーキミックスを両方使って、ふわわりと口の中でとろけるような食感のパンケーキになります。歯が少ない方や野菜が苦手な方にお勧めです。カボチャが全然ダメな僕でも食べれました！さつまいもを使ってもできます。もうすぐハロウィーンなので、お勧め！

#### 【材料】

ホットケーキミックス 100g、かぼちゃ（正味）100g、卵（MかLどちらでも）1個、牛乳または豆乳 150cc、バター適量、メープルシロップ適量

#### 【作り方】

1. かぼちゃの皮を剥いて適当な薄切りにして耐熱容器に入れ、電子レンジ600wで3分ほど加熱します。その後熱いうちに潰しておく。
2. ボウルに潰したかぼちゃを入れて卵を割り入れ混ぜ合わせる。混ぜたら牛乳を入れてさらに混ぜ合わせます。
3. ホットケーキミックスを入れて混ぜます。
4. フライパンを熱して一度冷たい布巾で冷やし、再度火にかけてごく弱火で焼いていきます。
5. 表面がぷつぷつとなってきたら、くるっとひっくり返します。
6. キツネ色に焼けたら出来上がり。

◎お好みでバターとメープルシロップをかけて召し上がってください。ジャムやフルーツを乗せても良いですね。

### 《ミートボール肉じゃが風》

市販の食品を使って、ちょっと手間をかけるだけで、歯が少ない方のためのやわらかい食事ができます。ミートボールを和風の味付けで肉じゃが風にしてみました。是非一度お試しください！

#### 【材料】

#### 《ミートボール》

ミートボール 3個（市販食品でも可能）、じゃがいも 80g、玉ねぎ 50g、にんじん 20g、グリーンピース 3g

#### 《だし》

だし汁 1カップ、砂糖大さじ 1/2、酒大さじ 1/2、薄口醤油小さじ 1、濃い口醤油小さじ 1、塩少々、水溶き片栗粉

※分量はお好みに調整してください。

#### 【作り方】

1. じゃがいもは塩茹でにしてざるにあげて水を切り、マッシュにします。
2. 1を形よく丸めたものを皿にのせます。
3. にんじん・玉ねぎはみじん切りにし、ミートボールは縦 1/4 切りにします。
4. 3をだし汁と調味料を合わせたものに加え、火にかけます。ミートボールがやわらかくなるまで煮て、水溶き片栗粉でとろみをつけます。
5. 2の上から 4をそそぎかけます。
6. 茹でてみじん切りにしたグリーンピースを飾って出来上がり。

## 東海地方初登場！ ららぽーと名古屋みなとアクルス オープン情報

全国に何か所かある、三井不動産が運営する複合型大型ショッピングセンター「ららぽーと」が、9月末、愛知県にオープンしました。東海初登場です。

施設内には店舗・サービス含めて 217 か所あります。その中でも、ららぽーと名古屋とデッキで繋がる「萬屋書店」は、愛知県に初出店です。普通の書店とは違って図書館のような内装で、カフェもあり、ゆったりと出来ます。本好きな人もそうでない人も必見です。

また、周辺エリアにはスマートタウンもまちびらきをしました。周辺面積がなんと約 33ha！というナゴヤドーム6個分の広大なフィールドです。

所在地：愛知県名古屋市港区港明二丁目 3-2

#### 営業時間：

ショッピング/サービス…10:00～21:00

フードコート…10:00～21:00

レストラン…11:00～22:00

萬屋書店（別棟）…8:00～22:00

※営業時間が異なる店舗があります。

休業日：年中無休

飲食店：レストラン・フードコート多数あり。

バリアフリー：車いす優先・オストメイトトイレ  
各階あり/エレベーターあり/補助犬入場可能

アクセス(電車)：

地下鉄名港線「港区役所」駅より徒歩2分

地下鉄名港線「東海通」駅より徒歩3分

アクセス(バス)：

名古屋市営バス各路線「港区役所」よりすぐ

水上バス「ガーデンふ頭」より徒歩6分

**駐車場：**入庫後2時間は無料。それ以降有料。  
買い物の金額によって時間サービスあり。  
※車いす用スペースについては、お問い合わせ下さい。

**問い合わせ先：**ららぽーと名古屋みなとアクルス  
TEL：052-651-3400(代表)  
受付時間：10:00～18:00

## 中部国際空港 FLIGHT OF DREAMS オープン情報

中部国際空港セントレアにボーイング 787 初号機の展示をメインとした複合商業施設「FLIGHT OF DREAMS (フライト・オフ・ドリームズ)」が10月12日にオープンしました。

この施設には、ボーイング 787 初号機の展示を中心としたエリア「フライトパーク」には、9つの体験型コンテンツがあります。

また、ボーイングのオフィシャルストア「ボーイングストア」が日本初出店されます。ボーイング創業の街シアトルをテーマとした「シアトルテラス」では、食事やショッピングを楽しむことができます。

飛行機が大好きな方、フライトオフドリームズへレッツゴー！

**所在地：**愛知県常滑市セントレア 1-1  
FLIGHT OF DREAMS

**営業時間：**

【フライトパーク】  
10:00～17:00 (最終入場 16:30)  
毎週土曜日のみ 10:00～19:00  
(最終入場 18:30)

【シアトルテラス】  
飲食店 10:00～22:00  
物販店 10:00～18:00  
(店舗により閉店時間が異なります)

**休業日：**年中無休

**フライトパーク入場料金：**

大人(中学生以上)…1,200円  
子ども(3歳～小学6年生)…800円  
3歳未満…無料

※障害者手帳を提示すると、本人と付添いの方1名は、当日券のみ入場料が半額となります。  
当日チケットカウンターまでどうぞ。

※団体割引あり

**飲食店：**レストラン多数あり

**バリアフリー：**

車いす優先・オストメイトトイレ各階あり／エレベーターあり／車いす貸出あり(台数制限)／補助犬入場可能

**アクセス(電車)：**名鉄「中部国際空港」駅より徒歩

**アクセス(バス)：**中部国際空港セントレアバスターミナルより徒歩約5分

**駐車場：**なし。セントレア駐車場をご利用下さい。  
セントレア駐車場には身障スペースあり。

**問い合わせ先：**セントレアテレホンセンター  
TEL：0569-381-1195

受付時間：6:40～22:00 年中無休

※セントレアホームページからも  
お問い合わせ出来ます。

## 第15回

## AJU ワインフェスタ in 多治見修道院

このワインフェスタは、小牧ワイナリーの障害のある仲間たちが葡萄を作り、ワイン造りから販売まで行っています。

一年を通しての作業やワイン造り、自立に向かっている成果を発表する場として、AJU自立の家が扱う自家醸造ワイン、世界のワインを味わいながら、多彩なゲストにご協力をいただき、様々なイベントとともに開催しています。ワインフェスタ開催中のワイン販売収益は、ピア小牧で働いている障害をもつ仲間の工賃として支払われます。



**日時：**2018年11月3日(土・祝) ※雨天決行  
開場9:30～ 時間10:00～14:30(予定)

**会場：**多治見修道院

**参加費：**前売券3,000円 当日券3,500円  
(未成年者 入場無料)

ワイン1本と記念ワイングラス付き

※前売り券の販売方法については、ホームページをご確認下さい。

※未成年者と運転される方の飲酒は堅くお断り致します。

※当日、お客様専用駐車場は用意しておりません。

公共交通機関をご利用ください。

※JR多治見駅北口よりシャトルバス(午前9時から)  
随時運行。徒歩で約30分

**問い合わせ先：**AJUワインフェスタ実行委員会  
(※AJU小牧ワイナリー内)

TEL：0568-79-3001

FAX：0568-79-3002

E-mail：komakiwinery@aju-cil.com

車いすに乗ったまま「行きたい!」をかなえる



## 介護タクシー ところ

でんわ 090-9184-5515

名古屋市千種区新池町2-22-8  
tel/fax 052-782-3172

## そらいろ工房

一級建築士事務所

“バリアフリー住宅”にこだわる  
設計事務所です。

車いす利用者の方のより良い住まい  
を一緒に考えます。

受賞歴

わが家のリフォームコンクール最優秀賞  
あたたかな住空間デザインコンペ最優秀賞  
ハウスアダプテーションコンクール佳作  
愛知まちなみ建築賞

おご  
気相  
軽談  
には  
ど無  
う料  
ぞで  
す。  
。



〒466-0012

名古屋市昭和区小桜町3-11

TEL: 052-741-2907

FAX: 052-741-2760

そらいろ工房 井上義英

## 編集後記

すっかり秋たけなわの今日この頃、読者の皆様  
はいかがお過ごしでしょうか。

さて、本号にも載せたように、7月に官公庁や  
行政、司法機関が障害者の雇用数を水増しして、  
雇用率を高く見せかけていたという問題が発覚  
しました。

詳しくは本文をお読みいただければご理解い  
ただけると思いますが、この問題は障害者軽視、  
障害者差別と言わざるを得ず、障害者差別解消法  
の趣旨にも背くことで、厳正に処罰し、防止策を  
講じてもらいたいと思います。

このように、タイムリーな話題も載せますの  
で、皆様からもご意見やご要望などをどしどしお  
寄せください。できる限りお応えします。

(ナベ)



「軽」ならではの料金、パフォーマンス

## 福祉タクシー 軽タク サンダル



- 訪問介護の現職介護福祉士がドライバーです。
- 通院や外出の付添い、介助なども可能です。
- 初めてのルートには見積もりをお出しします。
- 介助や買い物だけのご依頼も承ります。



☎080-4228-2243

運行中や介護中には電話に  
出られないこともあります。

ホームページあり

### 医療相談室

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

《相談日》11月10日、24日  
12月8日、22日  
いずれも土曜日、予約制、30分程度  
時間は要相談

《対象》障害がある人

《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》11月17日  
12月1日、15日(要予約)  
いずれも土曜日、午後1時半から  
事前にご連絡下さい

《費用》無料



《受付》

やさしい住まいの支援ネットのホームページ  
URL <http://sumai-sien.com>  
TEL/FAX 052-879-5551 担当:鈴木  
E-mail:sumai-sien@freeml.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

### 福祉情報誌オンラインショップ

AJU福祉情報誌オンラインショップを開設しました。あなたの家まで年間購読や最新各号のバックナンバーを郵送するだけでなく、インターネットからダウンロード販売も行えるようになりました。

お支払方法は次の3つです。

- ① 銀行振込(ゆうちょ銀行)
- ② 郵便振替
- ③ カード決済(Paypal)

問い合わせ先:

AJU福祉情報誌発行委員会(担当:水谷)  
URL: <http://fjoho.cart.fc2.com/>  
TEL: 052-841-9888  
FAX: 052-841-3788

福祉情報誌オンラインショップ

※年間購読でダウンロード版をご希望の方は、編集部までご連絡ください。

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



### 情報募集中!

障害福祉制度への意見、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 052-841-3788  
E-mail f-joho@aju-cil.com

お待ちしております

年間購読料 1,500円

隔月発行

振込先(郵便局にて振込)

加入者名:福祉情報誌発行委員会

口座番号: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:052-841-3788

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