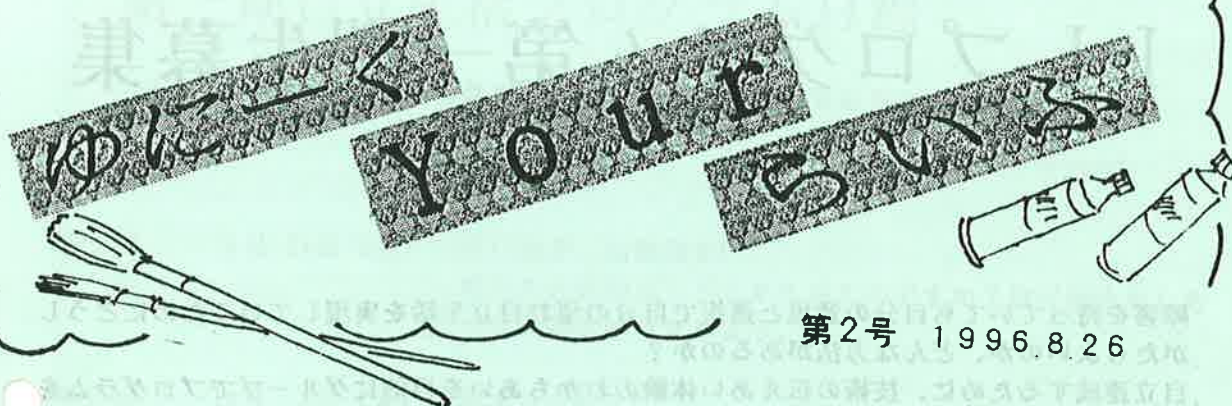


自立生活センター・小平「通信」

生活を豊かに彩る 「ゆにーく ゆあ らいふ」

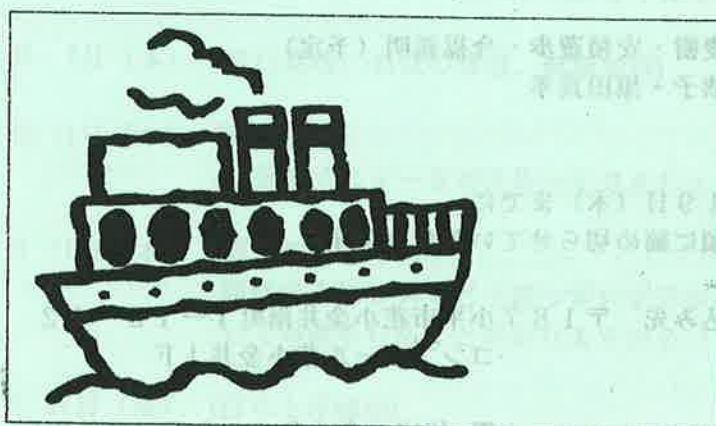


第2号 1996.8.26

残暑お見舞い申し上げます

暑い日が続き東京は水不足が心配される今日この頃ですがみなさんいかがお過ごしでしょうか。9月の声を聞きやっと暑さがやわらぐ予感がしてきました。私たち自立生活センター小平は秋に向けていろいろな準備を進めてきました。まず9月26日から最初の自立生活プログラムを組んでいます。詳しいプログラムの内容については次ページ以降の広告をご覧ください。またこれからは地域で自立する障害者へのいっそうきめ細かいサービスを心掛けたいと思っ

ています。まだまだ設立したばかりで未熟ですが、秋からもどうかよろしくお願いします。



「自立生活センター小平」通信 目次

第一期自立生活プログラム受講生募集	1
シリーズ 私の自立生活	3
事務所からの案内	5
自立生活センター小平運営スタッフ紹介	6

ILプログラム第一期生募集

障害を持っていても自分の意思と選択で自分の望む自立生活を実現していくためにどうしがたらよいか、どんな方法があるのか？

自立達成するために、技術の伝えあい体験のわかしあいを目的にグループでプログラムをすすめます。自立生活をしたい方、ぜひ参加して下さい。

日時 96年9月26日から毎週木曜日午後1時～4時連続9回
(フィールドトリップ、調理実習は朝10時から午後4時になります。)

場所 花小金井南公民館、花小金井北公民館、その他

参加費 9回全部で1万円(介助料は1時間千円+事務費・交通費・材料費は別に戴きます。)

リーダー 益留俊樹・安積遊歩・今福義明(予定)
川元恭子・黒田良孝

締め切り 9月19日(木)までに、
先着順に締め切らせていただきます。

問い合わせ・申し込み先 〒187小平市花小金井南町1-12-12
コンフォール花小金井1F

TEL/FAX 0424-67-7235

主催 自立生活センター・小平

第一期自立生活プログラム日程

※（みんなの都合・その他により予定を変更する事もあります。）


- 第1回 9月26日（木）【自己紹介、目標設定】
あなたの名前は？どこから来たのですか？自己紹介をしあって友達を作りましょう。
- 第2回 10月3日（木）【障害って何？】
自分の障害を知っていますか？
- 第3回 10月17日（木）【介護をたのもう】
障害があるために、何もできないと思いませんか？介護者って何だろう。
- 第4回 10月24日（木）【フィールドトリップ】
電車に乗ってピクニックに行こう。
- 第5回 10月31日（木）【制度学習】
自立をするために必要な制度を学ぼう。
- 第6回 11月7日（木）【自己管理、お金の管理、健康管理】
- 第7回 11月14日（木）【調理実習】
自分でメニューを考え作って見ましょう。
- 第8回 11月21日（木）【親子関係について】
親は自立についてどう思っていますか？あなたが自立についてお話をしたことがありますか？
- 第9回 11月28日（木）【打ち上げ感想】
自立プログラムを受けてみてどうでしたか。これからも、自立生活ができる目標をもってがんばりましょう。

用語説明

自立生活プログラムとは

自立生活プログラムは通常ILプログラムと呼ばれる自立生活センター独自のプログラムで障害者が地域で自立をする上での重要な研修の場となっています。一言で自立生活プログラムといっても様々な種類があります。肢体不自由者対象のものや、知的障害者を対象としたもの、期間別に分ければ長期・短期、また対象者を絞った個人プログラムがあります。自立生活センター小平で現在行っているプログラムは主に肢体不自由者を対象とした長期・短期・個人プログラムです。今回提供するプログラムはグループ形式の長期プログラムです。

自立生活プログラムは内容も多様で福祉制度、介護者とのかかわりかた、調理実習、電車を使ったフィールドトリップなどセンターがプログラムします。



シリーズ わたしの自立生活

黒田良孝

CIL 小平通信の編集を担当し、事務局長を務めている私が自立して一人暮らしを始めて一ヶ月たちました。

自立生活センターは障害者が地域で暮らしていくためのサービスを提供するわけですが、実際に自立するというのはどういうことで、どうすればできるのかということを経験を通じて皆さんに説明することにしました。

これから数回にわたってシリーズで自立の体験記を書くことになりました。第一回目のテーマは私が自立することを決心した経緯です。

私は現在22才、小金井市に暮らしています。東京に暮らしはじめたのは5年前からですが、これまでは家族による介護を受けていました。障害は筋ジストロフィーで日常生活のすべてに介護が必要な重度障害者です。自立を決意したひとつの理由は家族による介護の限界が見えてきたことにあります。家族といっても介護の主体は両親です、しかし両親も50を目前に控え体力的にきつくなってきました。特に私の介護は全面介助ですから二人の人間が負担を分けあうにはあまりにも大きかったと思います。両親は二人三脚で車の両輪のようなもので片方が身体を壊せば生活が成り立たなくなります。そういう薄氷を踏むような生活がはたして続けられ

るだろうかというのが介護者を入れる生活を望んだ根底にありました。

家族による介護の限界性というのはある意味で物理的な要因ですが、私にとってより重要な意味を持つのが精神的な要因でした。それは自分の人生を自分の力で切り開きたいという願いでした。家族といっしょに暮らすことは生きていく責任というものを曖昧なものとする事ができて楽な反面、自分が生きている人生が自分のものだという確信がもてなくなります。自分で決定して自分で責任を取る生活がしたかったのです。生活のすべてを自分の価値観で生きたい、この願いは家族と生活している限りは得られないものでした。なんとなく観念的な表現となりましたが具体的には自分の持っている資源に責任を持ちたかったのです。人にはそれぞれ自分のために使う資源があると思います。例えば時間、これは平等に与えられているかは別として誰でも持っています。他には感性・価値観など自分の人生を演出する様々なものがあります。これらの資源は他人によって引き出されるものもありますが、結局は自分が管理して責任を持って使うべきものだと思います。自立した今ではすべてが自分の管理下にあり、自分の意志で使って生きています。

次回以降のテーマ案

これから何回かにわたって私個人の自立体験を書いていきたいと思いますが、どういうテーマにするかはつきり確定してはいませんが、今考えているテーマは以下のようなものです。

- ・ アパート探し
- ・ 自立生活プログラム受講
- ・ 市役所での手続き
- ・ 介護者を入れる生活
- ・ 住宅の改造



自立生活センター小平では、

『在宅福祉サービス総合保険』
 に加入しています。

センターの活動中におきた事故や、損害を与えた場合に補償されます。

会員となった方は、全員加入（保険料は事務内負担）となります。
 詳しくは事務所までお問い合わせ下さい。

		支払金額		対象になる場合
		Aプラン	Bプラン	
傷 害 部 分	死亡	300万円	500万円	偶然な事故によりケガをし、事故の日から180日以内に死亡した場合
	後遺障害	9万円～ 300万円	15万～ 500万円	偶然な事故によりケガをし、事故の日から180日以内にそのケガが原因で後遺障害が生じた場合
	入院1日	1,500円	3,000円	偶然な事故によりケガをし、入院した場合（180日分限度）
	通院1日	1,000円	2,000円	偶然な事故によりケガをし、通院した場合（90日分限度）
	手術保険金			入院して、手術を受けた場合は、入院保険金日額に一定の倍率を乗じた額をお支払いします。
	付添看護保険金			入院して、所定の状態になり、付添者を雇い入れたときに1日につき入院保険金日額の50%をお支払いします。
賠償責任部分	対人	支払限度額		第三者の身体に損害を与え、法律上の賠償責任を負った場合 〔1回の事故で多数の被害者が発生した場合は、左記の1事故の限度額を適用します。〕
		1名につき 4,000万円	1名につき 6,000万円	
	1事故につき 1億円	1事故につき 1億2,000万円		
対物	1事故につき 400万円	1事故につき 500万円	第三者の財物に損害を与え、法律上の賠償責任を負った場合	

自立生活センター小平スタッフ紹介の続き

私は「名前だけでいいから」という甘言に乗り、「それでは随時解任OKですから」などと、恥知らずにも運営委員になってしまった五十嵐みどりという者です。

普段は点訳や障害児相手の活動などに携わっていますが、福祉だとかボランティアに対して、何か特別高尚な哲学を持っている訳ではありません。

弟が事故の後遺症で人格障害を持つようになったこともあり、日常生活はかなりエキサイティングであります。

運営委員としては全く役立たずに終わると思いますが、CIL小平では熱意に溢れたスタッフが頑張っています。

どうぞ皆さん応援してくださいね



名前♥馬場 真実 近々、「境 染場」（さかい そや）という名前にしようかと思っている。居住地♥田無市 年令♥? この辺りの自立生活センターのスタッフとしては、多分一番の年寄りかな。朝鮮戦争勃発の年生まれ。趣味♥陶芸といたいだが、ちゃわんづくり・水泳・ロシア語・油絵などなど、いずれもキャリアは長いが、実力は初心者。大体忙しくて、趣味に興じる時間はほとんど無い。今、牧場経営に乗り出している。(?) 性格♥血液型A型に準じた性格 体形♥O型

ひとこと♥この仕事は、面白くて好き。と最近思い始めている。人が生き生きと発想し、発言するには、頭のうえに十分な空間があることが大切と感じる。どんな場合も、人との信頼関係を築くのが大事。何か問題が起きたときには、相手が悪いのではなく、先ず自分が悪いのかもしれないというところから出発しないと解決しないとつくづく思う。自分に、人に、素直に優しくなろうね。

会員を募集しています

1.小平市とその周辺にお住まいで、サービスを利用したい方

正会員 年会費 4200円

2.自立生活センター小平の趣旨に賛同し、資金的援助をしてくださる方

賛助会員 年間 2000円

会費振込先

太平信用金庫 花小金井支店

(普) 1046863 自立生活センター小平 会計 馬場真美

編集後記

自立生活センター小平通信第二号いかがでしたか。はやくはやくと思いつつ8月終わりになってしまいました。秋が近づきつつありますが通信の内容も一層実りのあるものにしたいと思っていますのでよろしくお願いします。

担当者：Y.K.

制作 自立生活センター・小平

〒187 小平市花小金井南町1-12-2

TEL/FAX

コンフォール花小金井1F

0424-67-7235

発行人 身体障害者団体定期刊行物協会

東京都世田谷区砦6-26-21

編集人 自立生活情報センター

〒187 小平市花小金井南町1-12-2

コンフォール花小金井1F

1971年6月17日第3種郵便認可
1996年9月5日発行
毎月6日発行
SSK通信第731号