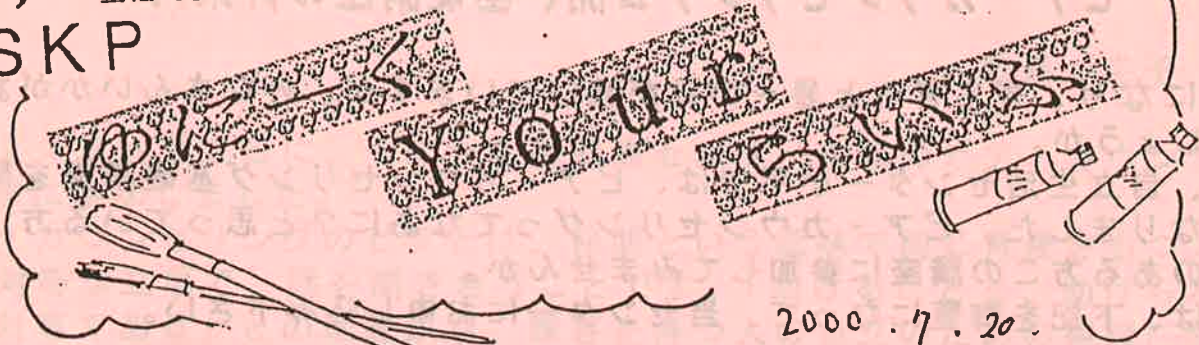


1971年6月17日 第三種郵便認可 毎月6回(5の日 0の日発行)
 2000年7月20日(木)発行 SSKP増刊 通巻第1286号

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」

SSKP



2000.7.20



～ 目次 ～

6月16日、調理ⅠL(カレーライス)

- P. 2 ピア・カウンセリング公開、基礎講座のお知らせ
- P. 3～4 ピア・カウンセリング集中講座に参加して
- P. 4～5 個別ピア・カウンセリングを受けて
- P. 5～7 『CIL・小平介護者研修』を読んで
- P. 7～8 一人暮らし、一年が経ちました
- P. 8～9 あっという間に
- P. 9～11 “介護ってなに？介護者ってナニ??②”
- P. 11～12 “自立生活における訪問看護の利用④”
- P. 13～14 4月、5月、6月活動報告
- P. 15 会員募集／編集後記／事務所の地図
- P. 16 サービスのご案内

ピア・カウンセリング公開、基礎講座の御案内

八月になり、ぎらぎらと暑～い日が続いていますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

さて、自立生活センター小平では、ピア・カウンセリング基礎講座を開くことになりました。ピア・カウンセリングってなあに？と思っている方、また興味のある方この講座に参加してみませんか。

日程等は、下記を御覧になって、当センターにお申し込み下さい。

記

期間：2000年9月30日（土）、10月7日（土）、14日（土）、21日（土）

時間：午後13：00～17：00

場所：花小金井南公民館

対象：第1回は公開講座なので、健常者の方でもOKです。

参加費：1回につき、1000円

リーダー：村山美和（全国自立生活センター協議会 IL、ピアカン委員会からお二方を講師としてお招き
篠原由美 しております）

サブリーダー：大淵由理子

内容

9/30	第1回	ピア・カウンセリングと私 ピア・カウンセリングを体験しよう
10/7	第2回	近づきあおう ピア・カウンセリングってなあに
10/14	第3回	NEW & GOODS どんな気持ち
10/21	第4回	障害について アプリケーション

定員：第二回より、10名限定

申し込み・問い合わせ先：自立生活センター小平 担当：大淵、小泉

ピア・カウンセリング集中講座に参加して

竹島 圭子

5月21日～23日に、くにたち援助為センター主催のピア・カウンセリング講座に参加しました。

ピア・カウンセリングのピアとは、仲間という意味で同じ背景をもつ人同士が、対等な立場で、話を聞き合うことです。「助けることと、助けられることは対等である」との理念から、障害を持つ人の自立のための相談に障害者自身が当たります。そして、ピア・カウンセリングは自己信頼の回復と人間関係の再構築を目標とする自立生活にむけてサポートすることです。

○自己信頼の回復のために

・自分が何を望み、何を必要としているのかを知る。・・・目標の明確化

・それを獲得するために、何が妨げになっているかを知り、十分な気持ちを表現する。・・・感情の解放

・それが充分になされたあとで再評価を行う。・・・目標の修正は必要か、あるいは獲得の方法に他の可能性が探求できるかなど

○人間関係の再構築の為に

・自己イメージの一新

・関係性の再評価

・積極的なサポート関係をカウンセラーとの間で作り上げ、それを手始めとして、さまざまな人との関係性を作っていくということです。

「ありのままのじぶんでよい」という安心できる場作りのために

1 自分のことも、他人のことも否定、批判しない。

2 時間を対等に分けあう。

3 人の話をよく聞く。

4 プライバシーを守る。

5 感情の解放。

などがあげられています。

今回、一番難しいと思ったのは、「人の話を聞く」ということです。つい自分の意見を挟みたくなったり、話し手が言葉を選んだり、沈黙したりしたとき、間が持てないと話題を変えたりしていることが、いかに失礼なことか、そして、問題の本質を見誤ってしまうことわかりました。

ロールプレイ(自分がぶつかっている問題を再現する模擬劇)によっていろいろな問題をみることもできました。

受講者は、年齢が18歳から60歳と幅広く障害もいろいろな方たちで、とても勉強になりました。

また、日頃意識の外に忘れていた本当の自分を少しだけ取り戻せたかな?とも思います。

『すべての人間はあふれるほどの想像力と、知性、喜びを持ち、愛を助け合いたいという気持ちに満ちた存在である。』

※自立生活センター小平では、9月30日からピア・カウンセリングを開くことになりました。それに先駆けて、亀山さんには個別で受けて頂きました。

個別ピア・カウンセリングを受けて

亀山健一

さあ、これから気持ちを入れ替えて、何とか頑張らなくては……。これが、貴自立生活センターへ最初に来所した時の私の思いでした。私は勤めていた事業所内を人間関係のトラブルで、辞めさせられたばかりの頃で、しかも結果的には学校の先生や母親までも巻き込んでしまったという、自分の未熟さを痛感していました。そして「自分自身ステップアップしたい」という思いがあり、自立生活の術を身に付けたく、貴センターに相談に行かせていただきました。「でも、これから自活を目指すなら、そんな人間関係のトラブルくらいで周りの人にまで影響を及ぼすようでは、ダメなんだろう」と思っていました。それで、冒頭に記したような思いが生じたのでした。

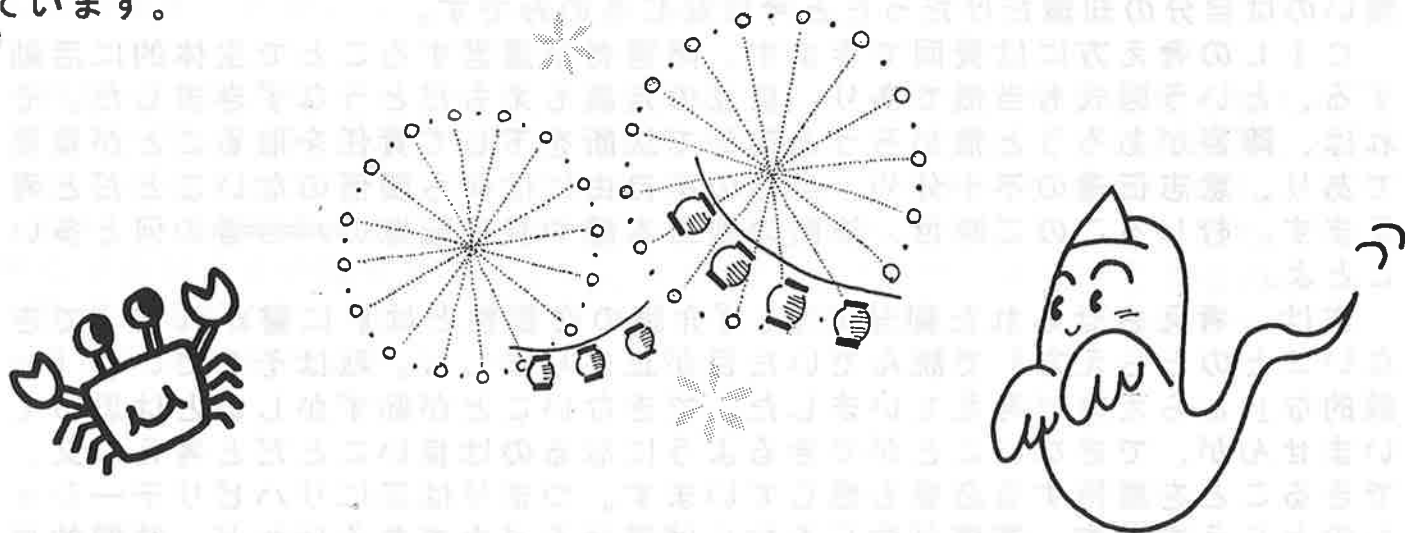
そんな私の思いの中、最初の相談は、ピア・カウンセラーに今までの私の体験してきたことを聞いてもらったり、自立生活センターの機能を説明してもらったりしました。そして、この次からピア・カウンセリングをしてもらえることになりました。そのとき、私は、「自立生活に取り組むための心構えといったようなものから、そのテクニックまでをも叩き込まれるのかなあ」と思い、期待と不安でいっぱいでした。

でも、実際そのカウンセリングを受けてみると、私のイメージしていたものとはまったく違い、とにかく自分の受けてきた苦い経験を一気に吐き出すというものでした。最初のうちはなんとなく恥ずかしかったのですが、ピア・カウンセラーの私に対する共感や時にはそのほかの職員役を演じてもらうことで、思わずそのときの感情が私の中に甦り、思い切って感情をぶつけられました。そのぶつけた感情の内容は、はっきり覚えていませんが、カウンセリングを重ねるたびに、「過去のことに対して、自分は何も悪いことしていなかった」と安心できました。それと同時に何か心の中にあつたモヤモヤした気分が徐々に取り除かれ、すっきりした気分になりました。このようなことを考えると、このカウンセリングのおかげで自分に自信を持つことができ、自分に対して正直に向き合えるようになったような気がします。

今はもう、かなり落ち着いてきましたが、それでも利用者の親から電話が入ると、まだその親の悩みと自分の受けてきた経験がダブってしまうことがあります。ですから、これからそのような電話が入っても、自分のことは別離し、またそれを許せるぐらいになり、その分相手の親のことをきちんと聞くことができるように努力したいと思います。

そして、自立生活にあたり、私自身特別な努力をしなければいけないと思っていました。ところが、権利を学んだとき、ごく普通の権利を私たち障害者も与えられていることに気づかされました。特別に克服するものはないが、ただ障害をもっているがゆえにできないことはできないこととして受け入れていけばいい、と改めて認識しました。

今では、逆に生活そのものは一生継続くものだから、決して無理せず、ありのままの自分で、障害ゆえにできない部分を制度など利用して、補い、人間としてあたりまえな自由な生活を送ることが、自立生活。そんな考えをもっています。



※前回の通信の感想が届いたので、掲載させて頂きました。

『CIL・小平介護者研修』を読んで

国立精神・神経センター 武蔵病院
筋ジストロフィー病棟保育士 片桐 有佳

先日送付された通信第1202号の『CIL・小平介護者研修』に関する記事を読んで、知識を得た部分、考えさせられた部分がさまざまあり、外部者ながら投稿します。

現在の障害者を支える制度はサービス・補助金、両面で格段の進歩をとげていると思わず。勿論、まだまだ充分と言えないにしても一昔前とは确实

に変化しています。そこには、訴えたり、運動をしてきた過去の努力があり、多くの人が大変な思いをして勝ち取ってきたものだと思います。巻頭の川元さん記の過去の経過は、頭が下がる思いであるとともに、古人の努力を無駄にはしていないのだと肝に銘じて読みました。又、自立生活センター誕生の背景や、考え方・方針は今回初めて知り、CILの存在意義の大きさを感じました。CILの存在は勤務する病棟の関係(厳密には成り行き)で知ったのですが、自分の無知を恥を承知で告白すると、そこいらにある民間の、というよりは、個人が始めた細々とした団体なんだろう、くらいの認識でした。失礼極まりないのですが、CILに関与することで自立が実現するというのが半信半疑でもありました。それは、障害者の自立が不可能であるという意味ではなく、細々としたこの団体にそんな効力があるのかという疑問でした。でも今回の通信を読み終え、そして何回も読み返すうち、これだけの裏付けがあり、確固たる信念があり、全国にまたがるネットワークがあり、無いのは自分の知識だけだったと今は恥じるのみです。

CILの考え方には賛同できます。障害者が運営することで主体的に活動する、という図式も当然であり、自立の定義も尤もだとうなずきました。それは、障害があろうと無かろうと自分で決断を下して責任を取ることが重要であり、意志伝達の不十分や、身体の不自由には何ら関係のないことだと考えます。むしろこのご時世、決断の他力本願や責任転嫁の~~非~~善の何と多いことよ。

次は、考えさせられた部分です。『介護の必要性とは』に書かれた『できないことのとらえ方』で読んでいた目が止まりました。私はそこでいう「一般的な」とらえ方で考えていました。できないことが恥ずかしいとは思っていませんが、できないことができるようになるのは良いことだと考え、又、できることを維持する必要も感じています。つまりは正にリハビリテーションのとらえ方です。苦痛が生じるならば避けるべきであるけれど、時間的ロスがあっても自力で行うことに意味はないのでしょうか。訓練として行う時間だけがリハビリなのでは無く、生活に取り入れることこそ必要なのだと考えていたし、今もその考えは変わっていません。状況に合わせることは当然理解していますが、根本的な考え方として着替えに20分、その後に休憩を必要とすることは『できる』とは言わないのでしょうか。「施設職員の発想だなあ」と言われそうですね。確かに介助を受けて着替えが5分で終了し休憩も取らなければその1時間が有効に使えるというのもわかります。時間がかかって自力行為を勧めることが、将来的に快適(体力維持・寝たきり防止)な期間の長期化につながると信じて疑いませんでした。「信じて疑わない」のは良いことではないけれど、記事を読んだ今は「疑った上で信じて」います。介助を受けずに日常生活が実施できる者の思い上がりなののでしょうか。着替えに20分かかずに介護者に依頼することを全面否定するつもりは無いのです。ただ、その20分にこそ意味があると思っていたので、改めて考える良い機会となりました。もちろん、考え方が変わったわけではありません。

更には『施設職員は管理や指導を～個々人の意志や希望を尊重するわけにはいかないのである。』という一文です。反感を持つ部分があると同時に少々ひっかかりました。確かに介護サービスを生業としている以上、見えない部分で管理や指導を計算しているのは事実です。しかし、それがイコール下線部とはつながりません。と、反感を持つものの、管理や指導のみを表に出している職員が多いのも実際のところであり、頭の痛い思いであまり強くは言えません。そして、相手（障害者）が「意志や希望を尊重されてない」と思っていることは我々がもっと理解し、痛切に感じなければいけません。個々人の意志や希望を尊重できていないことが、『～個々人の意志や希望を尊重するわけにはいかない』と感じさせているのでしょう。実際、外出一つとってもあまりに制限が多く、呼んでも待たされる、やることは大雑把、と、痒いところに手はとどかない、窮屈な思いをさせてることは否めません。反省ですね。「対等の関係だ」と理想論を唱えても、結局、相当な我慢をさせてしまいます。忍耐力ばかりの強化指導です。

『障害者主体とは』で書かれている内容はわかります。障害が有る無しに関わらず一個の人格として尊重されるのは誰しも同じこと。そのために、介護者は手となり足となるだけで良いのかは私は少し疑問なのです。でも、そうしなければ人格の尊重が守られないのも事実なのでしょう。人を見て、文を読んで批判するのは簡単ですが、どうすれば良いのか、自分はどうか、は、難しいはずです。新鮮な視点を与えてくれたこの通信を良い機会として、もう一度考えてみたいと思います。

※「CIL小平」がかかわって来た高橋恵砂美さんが、昨年の3月に小金井市で自立生活をスタートさせてから、1年が経ちました。

この1年を振り返り、高橋さんに感想を書いて頂きました。

一人暮らし、1年が経ちました・・・。

高橋 恵砂美

1年経って、だいぶヘルパーにも慣れてきました。

最初の頃に比べたら、指示も出せるようになり、外出もよくしています。はじめの頃は、指示があまりヘルパーに出せなかったけれど、指示も出せるようになりました。

実家にいる頃は、どこへも出かけませんでした。

一人暮らしを始めて、自分で行き先を決め、ヘルパーにサポートしてもらい、いろんな所へ行けるようになりました。

最初は、気持ちが、一人暮らしをしようかどうか迷っていましたが、やってみて今の生活にも慣れてきました。

一人暮らしをしてみてもよかったことは、私が出かけたい所に出かけることが出来る、ということです。

夜なんか、時間とかを気にしながら遊んでいましたが、今ではそれほど時間を気にしなくてもよくなりました。今、ヘルパーと仲良くやっています。いろんな話とかをしながら、楽しく生活しています。

これからも事務所の人たちと末永く付き合っていきたいと思います。よろしくお願いします。



あっという間に…

あれは、一年と三ヶ月前。二十年という長い施設生活にピリオドをうち、私は十数名の施設職員に見送られながら、自立生活に踏み切った。あの頃は、何で自立したいのかも、ハッキリ言って解っていなかった。ただ、高校生の時に『自立って何だろう？』と思っていたのが、いつの間にか『自立する！』という方向になり現在に到るのである（この辺の経緯については、書くと長くなるのでまたの機会にということ…）。

あっという間に一年が過ぎてしまったが、この間が今までで一番生きた感じがした一年だったと思う。初めの頃は、生活や、介護者や、仕事に慣れることで悩みも多々あったが、何とか無事に生きているので、これ幸いとしておきたい。まあ、悩みのデカサで言えば今の方がデカイのだが、それも人間成長したと言うことで…。で、成長したと言えば恋愛話もあげなくてはと思うのだが、一つくらい謎めいた所を残しておきたいので、勘弁こうむりたい。

それにしても自立生活は良いもんだ。自立した当初は、遊びという遊びも

知らず、出かけたとしても殆どがデパートなどでの買い物だった。まあ、今も対して差はないのだが、遊び=買い物だったのが、遊び=飲み系に変わってきたのは言うまでもない。それが良いかどうかは人それぞれだろうが、自分らしく生きられる点を見てもらえれば、誰もが頷いてくれることだと信じていたい。社会人としての責任はあるが、それだけメリットも沢山あるので、自立を目指している人にとってはお勧めスポット?だと思う。

さて、現在は『自立生活センター小平』に勤めて一年強が経ち、何となくではあるが自分の居場所が見えてきた気分である。初めの頃は電話番が主で、書類整理や、コピー取りなど、まるでOLにでもなった気分であった。会議に出ても、飛び交う単語は殆どが未知の世界(アメリカ人が日本語吹き替えの洋画を見ると、きっと私と同じ気分になっただろう)、『この人たちは俺と同じ人種か?!』と、何度思ったかは覚えていないぐらいだ。それでも、人間一年もいると変わるもので、最近ではテレパシー能力まで身につけたようだ。が、しかし、未だに大きな顔をして発言する勇氣はなく(頭はデカイのだが)、おとなしくしていることも数知れない。仕事内容はというとメッキリ増え、ILPの下準備や、ILリーダー&サブなど、等、ナド、お陰様で超多忙な日々を過ごしている。しかし、生半可に周りが見えてくると、見てはいけないもの?まで見えたりするので、そこら辺が悩みのタネである。まあ、何だかんだ言っても、家庭的な一家団欒とした当センターが私は気に入っているので、これからも助け合って(助けられる方が多いか…)、ふんばっていきましょうと思っている。

“まだまだ不慣れな私を、どうぞヨロシク!”と、言うことで…。

(小泉)

介護ってなに? 介護者ってナニ?? ②

前回の通信で、今後は具体的な介護の場면을例に挙げて・・・と書きました。が、今回はその前に、CILが大切だと考えていることの一つ‘指示に基づく介護’ということについて、あらためて考えてみたいと思います。

実際介護に入っていてどうでしょう。恐らく、指示が細かく出る方もいればそうでない方もいる。出された指示の内容について介護者の方から詳しく確認をとることもあるでしょう。また、指示がなかなか出ないのをひたすら待って時間だけが過ぎて行く、なんてことも・・・?そんな時、また様々な場面で、「これって‘指示に基づく介護’っていうのかな?」と疑問をもったこと、皆さんはありませんか?(私はあります・・・)

指示がなかなか出なかったり、指示の内容があまり詳しくなかったりするのはどうしてか。それには以下のようにいくつかのパターンや理由があると思います。

その①：指示を出すことそのものが難しい

介護者を入れて生活する経験がまだ少ない方や言語障害が重い方にとっては、指示を出すこと自体が大変なことだったりします。慣れていないが故に、介護者に遠慮してなかなか介護を頼めない、ということも考えられます。

その②：一つの指示で、いくつかの介護が含まれている場合

例えば、「出かける用意をします」という一つの指示で『洗顔→歯磨き→整容』と一通りの流れを考えている方であれば、いちいち「次は歯を磨きます」とか「髪をとかしてください」などの指示は出ないことになります。どこまで細かく指示を出すかは、それぞれ皆さん違いますよね。

その③：細かいことについては、介護者に任せている場合

詳しく内容を指示されない、ということは、それがその方にとって“そんなにこだわっていないこと”ということとも考えられます。例えば「洗濯物をたたんでください」と言われて、それ以上の指示がなければ、普通に…せっかくきれいになった洗濯物にしわができたたりするようなたたみ方でなければ構わない、ということなのかも知れません。

その④：待機の仕方はどうですか？

指示が出されたときにすぐに動けますよ、という態度でいること。障害者の方が指示を出すのをためらって、遠慮してしまうような雰囲気にならないようにすることは、どんな方の介護でも心がけるべきことです。

その⑤：衛生や清潔については介護者もこころがけることです

食事の後、口の周りがきれいかどうか、排泄等の際の衛生管理など、清潔を保つことは誰にとっても大切なことです。また、障害者の方が自分で確認するのが難しいことが多いのもこの部分です。「それぐらい言われなくてもやるのが当然」と思っている方もいるかも知れません。

指示が出なければ「指示を促す」、とか「わからないことは本人にきく」ようにお話していますが、それは、このように指示が出ないことの背景・理由が(それぞれに異なって)あるからです。

では、‘指示に基づく介護’の“指示”の部分“(本人の)意志”ということばに置き換えてみて下さい。そしてその意味を広く解釈すると、それぞれの介護先で自分が心がけるべきことは何なのか？が見えてくると思います。つまり、指示が出るように介護者の方から積極的に働きかけることがあるとしても、そのことについて「どうするか？」という最後の判断を障害者本人がしているかどうか、そこが大事なのです。冒頭に書いた「これが指示に基づく介護なのかな？」と、かつて私が疑問を抱いたことへも、そう解釈することで答えがでると思います。

そうは言っても、初めて介護に入る時、そしてそれからしばらくの間は、私はとにかく指示を待ち、指示が出たら動くように心がけています。なぜなら、その障害者がどのくらい指示を出す方なのか、生活の中で大事にしている部分とそうでない部分は何か、・・・などなど、とにかく何もわからないからです。それぞれの利用者の生活に沿うためには、それぞれに必要とされる技術があると思います。自分に足りないもの(課題)や求められているものが何なのかは、その障害者の生活のスタイルやこだわりがわかって初めて見えてくる…。私たち自立生活センターが「指示に基づく介護」を大前提に掲げているのは、そういう理由からであって、指示がなければ何もしなくていいです、ということではけしてないのです。

また、“指示を待つ”と言っても、ただぼんやりとそこにいるのと、状況に合わせて「こういう指示がでるかな？」と気づいているのとでは大分違います。ある程度予測が出来ていれば指示の中身もよりの確に短い時間で伝えてもらうことが出来ます。そのほうが、指示を出す障害者も楽ですよ。ただ、一方で、先回りして動き過ぎてしまう場合もありますから、自分のやり方がその障害者にとって‘やり過ぎ’か、あるいは‘足りない’のか、考えることも大切だったりして…。なかなか難しくはありますが、それも含めて介護者の技術、質につながることだと私は思います。

と言う訳で、今回もなんだか大きなお話になってしまいました…。大きくてもけっしてあいまいには出来ないこと、だからこそ敢えて取り上げました、・・・ってことでお許しください。次は、今度こそ「こんな時どうする」のお話をしたいと思います。ではまた……。

(岡村)



自立生活における訪問看護の利用④

前回までの記事では、いかに私に課せられた食事制限が苛酷なものであるかをお話ししてきました。引き続きその制限をいかに守っていたのか、自立生活センターはそういうケースにいかに対応できるのかを書いていきたいと思えます。

退院して元の生活を再開した頃は、入院前のようにメニューを決めるのも料理をするのも、介護者に指示してやってくだな一って思っていたんですが、現実はその甘くなかったのです。とにかく料理や食事どころではな

かったのです。

心不全と肺炎で入院し体力と精神的な力が十分でなかった時期でした。体的には疲れやすく指示を出すのさえきつと感じていたし、食欲もない状態で献立のことも考えられなかった記憶があります。精神的には退院後、明らかに筋ジスが進行して人工呼吸器を現実的な問題として抱えながら自立生活を続ける自信を失っていました。

料理自体の問題もありました。まず第1に計算しながら献立を作ることは慣れが必要でした。味付けは大さじや小さじで計るし、材料の重さは「はかり」で計る必要がありました。第2に技術的な問題がありました。自立生活センターの介護者は指示介護が基本なので特に料理の技術を持った人が来てるわけではないので、手の込んだものを限られた時間に作るのは困難でした。私の介護者は全員男性なので、なおさら料理は指示する必要があります。しかし私が指示を出すのも大変なので技術的な不利を補うのは無理でした。

そこで自立生活センターにサポートをお願いしたわけです。

食事をきちんと作ることに、作らなければと思うことが大変で、そのことをまずセンターの人に伝えるところから始めました。コーディネーターと1リーダーが相談に乗ってくれました。

センターでの自立サポートで私のようなケースは初めてだったようですが、対応してくれることになりました。自立生活で問題があればセンターでサポートするのは当然という感じで言ってもらえたのが心強かったです。将来的にできるようになれば戻していくことで当面は全面的にサポートしてもらうことにしました。

「食事づくり」、具体的にどのように対応してくれたのかといいますと、段階に応じていくつかのパターンになりました。初期の頃は全てお任せの状態でした。メニューを考えること、料理をすることのすべてをセンターにサポートしてもらいました。

食事制限の内容をコーディネーターに勉強していただいて、メニューを考えてきてもらいました。その上で作ることも自分で指示して、というのが大変だったのでサポートしてもらいました。

作るのは料理のなれているセンターの職員に料理専門で入ってもらい介護者とダブル体制にしました。その理由としては①いつも入っている介護者(男性)の料理技術の向上と②制限をしている脂肪と塩分の調整の指導がありました。二日に一回程度、たくさん作り置きをしました。この方式で半年程度続けました。

次の段階ではメニューを自力で考え、ダブル体制はそのままという状態を半年取り入れました。自分で「決める」ことから始めました。

その後、体力と精神的な部分が回復するに従って自力でやるようになりました。現在は定時で入っている介護者に指示をして作っています。

(つづく)

(黒田)

《 C I L ・ 小 平 活 動 報 告 》

2000年4月

- 1日 はたらきば花見(小泉・大淵)
個別ILP(黒田・岡村)
- 5日 個別ILP(川元)
- 6日 個別ピアカン(大淵・川元)
事務局会議
- 13日 個別ピアカン(大淵・川元)
事務局会議
- 14日 清瀬療護園訪問(川元)
- 18日 個別ILP(大淵)
全国障害者介護保障協議会 常任委員会(川元)
- 19日 介護者面接
個別ILP(黒田・岡村)
療育センター(川元)
- 20日 ILPリーダーズ(大淵)
事務局会議
- 24日 CIL浦安ドリームセンター来所
- 26日 交渉:小平市(馬場)
- 27日 個別ピアカン(大淵)
事務局会議
- 28日 交渉:厚生省保護課(川元)

2000年5月

- 11日 交渉:三鷹市(川元・岡村)
- 12日 個別ピアカン(大淵)
- 13日 政策研究集会実行委員会会議(川元)
- 17日 個別ILP(川元)
- 18日 第6期長期ILPプログラム第1回(川元・大淵・小泉)
事務局会議
- 20日~21日 JIL総会(川元・黒田)
- 21日~23日 ピア・カウンセリング集中講座(主催:『CIL国立』)(大淵)
- 22日~26日

1971年6月17日 第三種郵便認可 毎月6回(5の日 0の日発行)

2000年7月20日(木)発行 SSKP増刊 通巻第1286号

福祉用具専門相談員講習会(岡村)

- 25日 ILプログラム第2回(黒田・大淵・小泉)
- 26日 事務局会議
- 30日 ILPフィールドトリップ下見(黒田・小泉)

2000年6月

- 1日 事務局会議
- 2日 ILプログラム第3回(川元・黒田・大淵・小泉)
- 3日~4日
DPI日本会議2000年度記念総会(川元)
- 5日 個別ILP(川元)
- 8日 ILプログラム第4回(黒田・大淵・小泉)
介護者面接
- 9日 事務局会議
- 13日 ILPリーダーズ
(主催:『町田ヒューマンネットワーク』)(大淵)
- 14日 介護者研修会・講師(主催:『くにたち援助為センター』)
(川元)
- 15日 事務局会議
- 16日 ILプログラム第5回(黒田・大淵・小泉)
- 19日 交渉:小平市(川元・黒田・大淵・小泉・馬場・岡村)
- 21日 事務局会議
- 22日 ILプログラム第6回(黒田・大淵・小泉)
介護者面接
- 23日 交渉:厚生省(川元)
自薦ヘルパー推進協会 電話会議(川元)
- 24日 介護者面接
- 26日 介護者研修・説明会
- 28日 介護者研修・説明会
- 29日 ILプログラム第7回(黒田・大淵・小泉)
- 30日 事務局会議

会員募集のお知らせ

各サービスを利用したい方、スタッフとしてサービスを提供したい方は、
会員制になっておりますので下記の要領で会員になる手続きをしてください。

年会費

1. 小平市とその周辺にお住まいでサービスを利用、または提供したい方
正会員 年会費 4,200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 2,000円

会費振込

さくら銀行 花小金井支店
(普) 6487824 自立生活センター小平

※詳細はセンターまでお問い合わせください。

編集後記

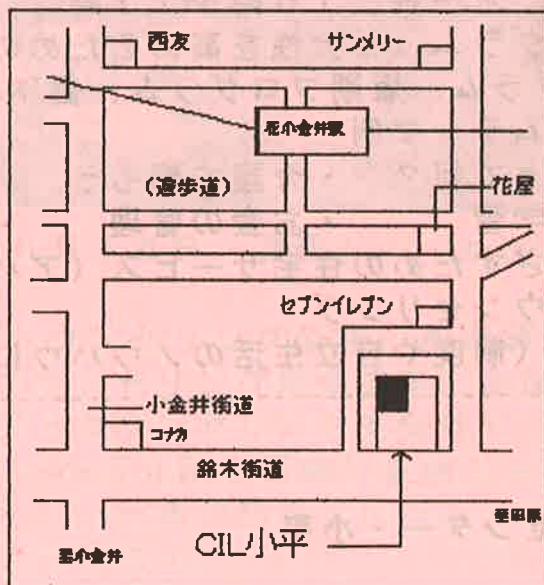
いやー。暑いですね。今年は涼しいって話は私の勘違いだったのでしょうか。

この暑さの中でも事務所は動いています。自立生活に夏休みは無いからです。

「通信」が届く頃には少しでも暑さを和らげばいいなと願ってしまいます。

(編集長 黒田)

事務所の地図



※西武線「花小金井」駅より徒歩5分

『自立生活センター・小平』サービスのご案内

24時間、365日介助派遣サービス

近隣の8市にまたがって身体障害者、知的障害者、精神障害者にサービスを提供しています。

・介助内容

- ◇家事一般 ◇食事 ◇排泄 ◇入浴
- ◇着替え ◇体位交換 ◇外出 ◇その他必要な介護

・利用料金

平日 9:00～17:00 ￥1,250/時

平日 17:00～9:00 ￥1,450/時

休日 ￥1,450/時

(上記いずれも1時間あたり50円の事務経費が含まれています)

障害者生活支援事業サービス

□介助制度、手当、住宅改造、生活保護などの制度利用の申請のサポート
ならびに生活に関わるあらゆる相談をお受けします。

・電話相談：365日、9時～22時

・面接相談：月～金、10時～17時

□自立生活プログラム(社会性を高めるためのプログラム)

：長期プログラム、短期プログラム、個別プログラム

プログラムテーマ例

- ・障害って何? ・介護を頼もう ・フィールドトリップ
- ・制度学習 ・お金の管理 ・調理実習 など

□自立生活をめざすための住宅サービス(アパート等住居の確保)

□個別ピア・カウンセリング

□広報誌の発行(制度や自立生活のノウハウに関する情報提供、情報交換)

〈編集〉自立生活センター・小平

187-0003

東京都小平市花小金井南町1-12-2

コンフォール花小金井1F

TEL 0424-67-7235、FAX 0424-67-7335

メールアドレス cil@Cherry.yyyor.jp

〈発行所〉

障害者団体定期刊行物協会

東京都世田谷区砧

6-26-21

(定価 100円)