

SSKP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！」

ゆにーく your らいふ

2002年4月号



☆写真：CIL・小平職員、事務所の前にて

～目次～

- P. 2 2級ヘルパー養成研修・事業報告
- P. 4 「CIL・小平クリスマス会」活動報告・感想
- P. 6 利用者交流会報告・感想
- P. 8 「バレンタイン・ホワイトデー、チョコ&クッキー作り」活動報告
- P. 9 「知的ILプログラム・ひなまつり交流会」報告
- P. 10 介助者紹介
- P. 12 今の自分・むかしの自分～その④～
- P. 14 なぜ私は施設から出る決心をしたか？～その④～
- P. 15 CIL・小平、活動報告(平成13年12月・14年1月・2月・3月)
- P. 19 会員募集のお知らせ・編集後記・地図
- P. 20 サービスのご案内

2級ヘルパー養成研修・報告

昨年12月から今年1月にかけて、西東京自立支援センター（※注）が実施する、2級ヘルパー養成研修が開かれました。この研修は通信形式で、受講生は基本的にテキストを読みながら自宅で学習してレポートを提出し、それと平行した5日間の登校学習（スクーリング）と、研修の締めくくりとして行われる施設実習に参加します。この方式を採用したのは、現在介護の仕事をしている人を受講の対象としたので、仕事をしながらでも学習できる通信形式が最適であると判断したためです。

今回、この研修事業を実施した目的はいくつかあります。第一に介護者の介護技術の向上です。これは主に「サービスの受け手である当事者を主体としたサービス提供の理念」と、「最重度の障害者・高齢者に対応できる介護技術」を学んでもらおうというものです。第二に介護保険対象者に対する派遣の需要が増加していることを考え、介護保険にも対応できる有資格ヘルパーを育成しようというものです。もう一つの目的は、2003年度からの「社会福祉基礎構造改革」と関係があります。ニュース等でご存じの方も多いと思いますが、2003年度から障害者のホームヘルプサービスを始め大部分の障害者施策が、利用者と事業者の契約方式に変わるのに伴い、ホームヘルパーも資格が義務化されることが濃厚です。この改革を見込んで、ヘルパーの義務化に対応できるように準備することも、研修の目的のひとつです。

西東京自立支援センターとしては初めての研修事業だったわけですが、受講生の皆さんの熱心かつ真剣な受講態度によって、内容の濃い研修になったのではないかと思います。ここでは、5日間のスクーリングの中から、いくつかの授業風景をご紹介します。

最初にご紹介するのは、『共感的理解（ロールプレイ）』という授業です。これは受講生が、用意されたシナリオに沿って障害者・施設の職員・介護者・駅員等を交互に演じ、自分の感じた気持ちなどを話し合うものです。受講生たちは、最初は照れもありぎこちない演技でしたが、実際に障害を持つ講師の指導のもと真剣にそれぞれの役を演じ、自分の受けた印象などについて話し合っていました。このロールプレイは、自立生活プログラムなどで実際に使われている手法を取り入れたものです。

次にご紹介するのは、介護「する」技術を学ぶだけでなく、介護「される」側の立場を実際に体験する授業です。内容は、アイマスクを使っての視覚障害体験や、手をタオルで縛って片麻痺などの障害を疑似体験するというものです。当事者を主体とした介護をするために、介護者も介護を受けるということがどういうことなのか感じ、考えてほしい、という狙いからこの授業を行ったのですが、普段なかなか意識しない介護を受けるということについて、考えるきっかけになったのではないかと思います。

最後に、『フィールドトリップ』という授業についてご紹介します。これは、受講生がいくつかのグループに分かれて、それぞれ設定された目的地まで、様々な課題をクリアしながら行って戻ってくるという小旅行です。各グループには車椅子が一台ずつあり、2～3人で障害者役と介護者役を交代して体験します。介護者役の人は、すべて障害者役の人の指示に従って動きます。課題は、エレベーターのない駅での移動や、障害者役の人は、昼食を完全介護で食べるというものでした。意気揚々と出発した受講生たちでしたが、実はこの授業が行われた1月19日、東京地方はととても寒く、帰ってきた受講生たちは口々に、「車椅子の上は寒かった」「交代で車椅子から降りるとき、脚が動かなかった」「障害を持つ人で、膝掛けをしている人が多いのはなぜかが良くわかった」と感想を述べていました。

この他にも、現在の障害者福祉の制度や社会福祉基礎構造改革についての講義・介護事例検討・守秘義務についてのディスカッション・訪問看護についての講義などの頭を使うものから、介護者の健康維持のためのストレッチ・地元救急隊員の方々による緊急対応についての実習・二人一組になって、口頭の指示だけで洗髪し髪のセットを行う授業など、体を使ったものまで様々な内容の研修を行いました。

この2級ヘルパー養成研修は、これからも毎年度行う予定です。これからもより良い研修を実施できるよう努力していきたくと考えています。

※注）西東京自立支援センターとは…自立生活センター・小平の下部組織の、特定非営利活動法人（NPO）。介護保険の指定事業者であり、また小平市とその周辺5市から、ホームヘルパー派遣の委託を受けている。今回、新たに東京都からヘルパー養成研修（2級・3級通信講座）の事業者指定を受けた。

（佐藤）



C I L ・小平クリスマス会 ・活動報告

平成13年12月19日、西東京市中央公民館でクリスマス会を開きました。利用者の方と、私達スタッフで20名位です。私は当日、皆で会うのが最後ということもあり、1年間色々な事を乗り越えて、それぞれが無事に過せたので、お疲れ様の意味を込めてカンパイしました。

そして4つのグループに分かれてケーキ作り！2段に分かれているスポンジケーキをフルーツやお菓子で飾り、少し硬くホイップし過ぎたクリームで想いのままのクリスマスケーキを作りました。

ケーキ屋さんに売っているような大人っぽいケーキや、フルーツをいっぱいのおせたケーキ、人の顔をしたケーキでしたが皆、ペロッと食べてしまった位、おいしくてかわいいケーキになりました。

その後もお料理を食べながら自己紹介して、クリスマスの歌を歌いました。

そして次に、用意してまたプレゼントを持って輪になり、ジングルベルを歌いながら交換して...

何だかそれぞれにあったプレゼントが届いたような気がします。

何度も歌ったクリスマスの歌。本当にたくさん歌ったのできっと皆肺活量が増えたのではないのでしょうか？少しの時間でしたが、初めて一緒に過した方も、時々会える人も、皆で同じ時間を過す嬉しさと、クリスマスの楽しさを1年の終わりに感じられたことを感謝すると共に、今年1年間、昨年よりもたくさんの時間を皆さんと過したいと思いました。

それから最後に登場した天使の羽のはえたサンタクロース2人。来年も会えるかな...？

(山崎)



大好評&珍騒動で幕を開けたCIL・小平「クリスマス会」。そんな会にご参加いただいた、2名の利用者の方々に感想を書いていただきました。

①高橋恵砂美さん

12月に行われたクリスマス会に出席しました。

始めにグループごとで自己紹介をしました。

それからプレゼント交換やクイズをしました。

私が一番楽しかったのは、ケーキ作りでした。スポンジの周りにクリームを塗るのが、とても楽しかったです。その上にイチゴやみかん、チョコチップなど、用意してあった飾りを全部使って上手く仕上がりました。

こういう行事がもっと増えたらいいと思います。

②松田春広さん

私はこの秋に病気をしました。なんとか良くなりました。みんなに世話を焼いていただき、大変うれしかった。ありがとうございました。みんながお見舞いに来てくれて、お世話になりました。

私は12月のクリスマスパーティーには行かれないと思っていました。だけど元気になって出かけるようになりました。うれしいと思いました。

12月19日のパーティーは、ケーキなんかも出て、楽しかった。プレゼントを交換した。また来年のクリスマスパーティーも参加したいと思います。どうぞよろしく願います。



利用者交流会・報告

ポカポカと過ごしやすい日々が続いていますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？
既にご存じの方もいらっしゃると思いますが、1月31日より自立生活センター・小平では、利用者交流会が始まりました。

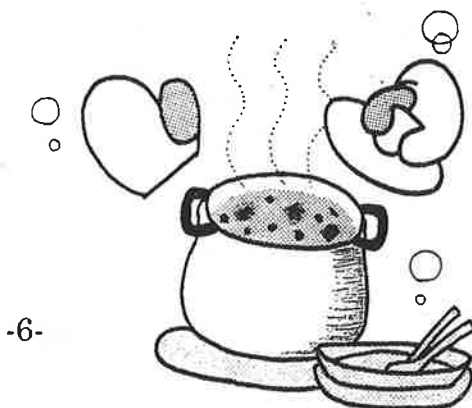
当初よりバーベキューや忘年会などで利用者の皆さんとは交流を深める場はありましたが、それだけでは普段作業所や、自分の生活でお忙しい利用者の皆さんと顔を合わせる場面も少なく、コミュニケーションを取ることが困難でした。そこで、月1回利用者の皆さんと、当センターの職員が腕によりをかけた美味しい食事を楽しく食べられる場を設けたく、利用者交流会を始めることになりました。

記念すべき第一回目の交流会は1月31日（木）に行いましたが、第一回ということで、利用者の皆さんの出欠が気になるころでした。しかし、当日は4名の利用者の皆さんにご参加いただき、当センターの障害・健常スタッフ、介助者を合わせて20名ほどの大にぎわいで楽しい一時を過ごすことが出来ました。食事は2時間程度で終わりましたが、何人かの利用者さんは当センターに残って下さり、引き続き楽しい会話をすることが出来ました。料理の方は、色とりどりの具に飾られた手巻き寿司、数時間煮込んだ柔らかい煮物、鯛の出汁がとっても効いたお吸い物をご用意させていただき、どれをとっても好評でした。

第二回目は、3月5日（火）に行いました。メニューは、ひじきご飯に、水餃子、そして季節の食材を一品として菜の花の芥子和えにしました。この日は、前回に比べ多少人数が減りはしたものの、“美味しかったよ”や、“楽しかった”などと、ご盛況の声も届いています。

今後、利用者の皆さんのリクエストにお答えしつつ、普段一人ではなかなか食べられないようなものを季節の食材を取り入れつつ、ご用意させていただければと思っています。さらに、食事と合わせてその月ごとの誕生者の利用者さんへ、ささやかですが心ばかりの誕生会も企画しています。毎月第三火曜日の利用者交流会、皆さんのご参加を自立生活センター・小平の職員一同、心よりお待ちしております。来たれ、利用者交流会！！

（小泉）



続いて、第一回目の利用者交流会に参加いただいた利用者さんに、感想を書いていただきました。

☆内藤征治さん（写真：右）☆

はじめまして、東京都三鷹市に生まれました（1944年4月13日生まれ）。内藤征治です。

生まれて2、3ヶ月の時から脳性小児マヒになりましたが、色々な病院に通い今にいたります。昨年7月の中頃から自立生活センター・小平にお世話になります。母の指のケガがきっかけでお世話になります。その時は24時間介護に入ってもらい非常に僕は助かりました。

昨年9月29日小金井公園でのバーベキュー大会によばれ参加しました。センターの行事に初めて参加してたくさんの人々と知り合うことが出来、非常に楽しかったです。1月31日、利用者交流会に呼ばれ非常に楽しかったです。日笠さんと色々話げできました。

今度2月6日に小川の緑成会に車椅子をつくり直す為齋藤さんと馬場さんと3人で行きます。

まだまだ世間知らずの私ですが、宜しくお願ひします。



バレンタイン・ホワイトデー、チョコ&クッキー作り・活動報告

2月6日水曜日に、西東京市中央公民館に於いてバレンタインデーとホワイトデー用のチョコレートとクッキー作りを行いました。

参加者7名、研修生1名、スタッフの総勢12名で、寒い2月の午後を楽しみました。

チョコレートは、ブラックチョコレートとホワイトチョコレートを湯煎で溶かし、カップで固めたり、大きなケースに入れたり、2色を重ねたりして、かわいいハート形のチョコレートやコンペイトウのトッピングで飾りました。

クッキーはお砂糖をまったく使わず、はちみつで甘さを出し、ローストしたクルミを入れました。一口大の大きさや、直径5センチ位の大きさ、天板にいっぱい広げて大きなものを作ったりと、皆さん独創的なクッキーになりました。

ラッピングをし、メッセージカードを作り、すぐに渡せるように作る方もいました。作っているときは、差し上げる方の顔を思い浮かべているのか、とても楽しそうでした。誰にあげるのかな？（そうそう、もう渡している方もいたような……）

公民館のオーブンを初めて使用したので、上手に焼けるか心配したのですが、試食用の焼き立てのクッキーを食べて、その心配は消し飛びました。とてもおいしく出来ました。

単発のお楽しみプログラムをこれからも、企画していきたいと思っています。こんな事をやってみたい、作ってみたいと思う方、一人でするのは、大変だけれど、みんなと一緒に楽しいですよ。ご連絡ください。



（竹島）

☆焼き立てクッキー！写真：左から山崎さん、高橋さん、本多さん（介助者）

知的ILプログラム・ひなまつり交流会

2月25日(月)小平福祉園で自立に向けての勉強を園内で行っている、『自立生活P』の方達と交流会を行いました。交流会も今回で4回目となり、初めて場所を鈴木地域センターに移して行いました。園生4名、職員4名、当センターの障害者職員3名と介助者3名の参加でした。

皆さん視覚障害と知的障害の重複なので、初めての場所だと不安を抱かれる方もいますから心配でしたが、狭い自立生活センターの会議室と違い、のびのびと交流できたと思います。2、3ヶ月に一度の交流なので、私達の名前を覚えてもらうことはまだできていないと思うのですが、聞いたことのある人の声ということは分かってくさっているようでした。

お互い自己紹介をした後、園生の荻野さんの素晴らしいピアノの演奏で「うれしいひなまつり」と「はるがきた」を歌いました。次に今回視覚障害が有っても無くても、一緒に参加できるものをもとを考えて、箱の中のものを手で触ってそれが何かを当てる「箱の中身はなにゲーム」をしました。電池で動く人形や、たわしなどなかなか解からず、皆で大いに盛り上がりましたが、普段ものおじしがちな方々が、私達と一緒にゲームに興じているのをとても嬉しく思いました。

ゲームの後は、ひなあられでティータイムです。食べる時は皆真剣で、あまりおしゃべりもせず、おやつを食べられていました。最後にくじで、おだいりさまとおひなさまのカップルを決めて、こちらで用意した「なりきりおひなさま」の扮装で、写真撮影をしました。かんむりなど頭にのせるのは苦手な方たちが嫌がりもせず、おだいりさまとおひなさまになって、写真におさまりました。皆良く似合っていました。最後に当センターの職員どうしがカップルというオチまでついてしまいました。あっというまの2時間が過ぎ、次の交流会を約束しておひらきとなりました。少しずつですが、みんなとの関係がとれていけそうです。もっと思っていることを言えるような雰囲気作りを心がけていきたいと思いました。

(竹島)



介助者紹介



今回は2名の介助者をご紹介します。

①新井 智さん

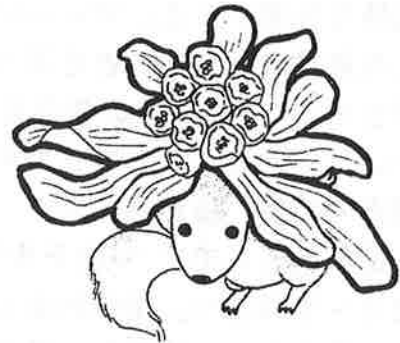
初めて登場の新井です。よろしくお願いします。

簡単に自己紹介をすると、趣味は読書・カラオケ・・・あ・あとは。。無いです。特技はパチスロ、ビタ押し率は99%を誇っております。（マニアック??）性格はかなり根暗で、長所は友人を大切にすることです。好きな女優は、もう亡くなりましたがオードリー・ヘップバーンです。生きてる人だとジュリア・ロバーツ、黒木瞳、財前直美、モー娘のなっち・矢口、浜崎あゆみ、フジTVの西山喜久恵ア・内田恭子アです。似ていると言われる芸能人は保坂尚輝（馬場カには最初保坂君と呼ばれていました）あとミスチルの桜井ですが、自分ではK-1のピーターアーツに似ていると思っています。この仕事を始めたのは一昨年の7月で、気づけば早1年と7ヶ月が経ってしまいました。しかし思い返すと至らない所ばかりで、迷惑をかけ続けてきた記憶しかありません。こんな自分を暖かく見守ってくださっている皆様に、この場をお借りして心からの感謝をします。本当にいつもいつもありがとうございます。

さて、本題ですが私がこの仕事をする上で、また日常生活の上で、徒然に考えている事を書きたいと思います。（沼崎君と良く語り合っている事なのですが・・・）今だかつて無い戦争と悲惨な歴史の20世紀も終わり、早くも1年が経ちました。21世紀は平和と人権の明るい歴史を作らなければならない、と各国指導者・平和学者は訴え、また1庶民の私でさえそう思っています。国連も2001年は『文明間の対話年』と位置付け、少なくとも徐々に世界平和の方向に向かっていくのかなあ、と思っていたところ起きたテロ事件。私は非常に悲しい思いをしました。「なんで同じ人間同士が争わなければいけないのか？また悲惨な歴史を繰り返さなければいけないのか？」色々考え、友と語り合う中で、昨今の暗い世相の根本原因は『人間不在』ということが言えるのではないかと私は考えています。イデオロギーや宗教や科学など、本来は人間の為にあるものが人間の存在を追い越して先走っている、この本末転倒が変わっていかない限り平和も遠いのだと実感します。

小平のCILの考え方もそういった面でもとても共感します。一人の人間として障害者の生活を充実させるために、という考えから自立生活も介護保障も介護者の立場も、端を発しているところが私はこの仕事をやっているととてもやりがいを感じる場所の一つです。

ものすごくえらそうな文句を吐いてしまいましたが、私は上で言ってきた様な事を言える資格を持てるように、まず今年は、介護者として自分で一番直さなければならないと思っている部分から改善していきます。どうぞ皆さんよろしくお願い致します！！



②米山 ゆり子さん

こんにちは。

昨年8月から働かせて頂いている米山ゆり子です。

はじめて事務所に来たときは、明るくて風通しの良さそうなところだなあと感じていました。面接を受けながら、何だかすごいところに来てしまったと驚いて、次の日、図書館で自立生活という言葉で本を検索してみました。すると、たくさんでてくるではありませんか。その頃は、その学校の図書館でアルバイトをしていたので、職員用のカードで何冊も借りて帰ったのを覚えています。

福祉の仕事に就きたいとか、障害者と接する仕事がしたいというような、きちんとした動機が何もなく、経験もまるでなく、何となくポツと来てしまったので、採用してもらえとは思っていませんでした。実際に仕事してみると、今まで考えてもみなかったことにたくさん出会い、自分の視点が変わっていくことがとても楽しいです。

私は古い建物がとても好きで、階段の踊り場や、細い渡り廊下や、くねくねした路地裏などが大好きです。そうして、エレベーターやエスカレーター、スロープなどは建築の意匠としては嫌いでした。そんな考え方が、どんどん崩れていく瞬間がおもしろいです。

けれども、家事は苦手で、特に料理は最悪なので、私の手が加わった物体を食べる人は大変なのではないでしょうか。今年はそこらへんを、少しは料理らしく見えるくらいにはしなければと、思っている今日この頃です。



今の自分、むかしの自分～その④

皆さんは、“勇気”という言葉聞いて何を思い浮かべますか？私が考えるには、勇気には段階（レベル）があると思います。それは勇気を使う量であって、少しの勇気で済むものと、沢山の勇気が必要なものがあるという意味です。これは、あくまでも私の視点から見たレベルの話ですが、例えば少しの勇気で済むものとして、嫌いなものを食べることや、感謝の気持ちを表すこと。中くらいの勇気があるものとして、大勢の人の前で話をすることや、人の意見に反したことを言うこと。そして、沢山の勇気があるものとして、命に関わる決断をすることや、愛の告白をすること。また、本当に自分が悪いと思ったときに“ごめんなさい”と言えることなどです。このように、勇気にはいろいろな段階があり、いろいろな場面での使い道があります。ただ、どの勇気にも共通して言えることは“自己主張”に繋がると言うことです。“自己主張の出来ない障害者は病人である”と、『今の自分、むかしの自分～その②～』でふれましたが、今回は私が昔に比べどのような段階を経て“勇気”が使えるように、すなわち自己主張が出来るようになったかを簡単にお話しします。

私は前にもお話しした通り、幼少の頃から施設生活をしてきた所為か、社会や他人に対して発言する機会が少なく（正確には機会を得ようとしなかったのもあります）、一歩外に出ると何も言えなくなるうえに、かなりの人見知りで引っ込み思案でした（人見知りは今でもありますが、誰も信じてくれません…）。ですから、お店で何かを買うにしても、お母さんや施設職員に店員の対応を任せて何も言わなかったり、駅員が自分以外に話しかけてもそれが当たり前になっていました。結果、自分を否定し、社会に対して“障害者は何も出来ない存在”だと言いふらしていた事に繋がると今考えるとと思います。しかし、当時の自分の思いとしては自分が発言する事により相手はどう思い、どんな言葉が返ってくるのかという恐怖や、後ろに守ってくれる誰かがいるという安心感から甘えていたというのが事実です。ほんのちょっとした勇気と社会経験さえ有れば、何でもないことであろう事（小さな勇気にあたるであろう以上の事柄）が本当にハードルの高い事だったのです。



さて今の私はといえば、当たり前な事なのですが、普通に店員と話しますし、駅員と喧嘩だってします。ですが、ここに至るまでには多少の時間はかかりました。やはり自立を始めた頃は、介助者に頼ってしまうところが大きで、外へ一歩出ればおとなしいものでした。それから3年の月日が経ち、CILの考えを学び、自立生活プログラムでリーダーをやらせて頂き、また実際に地域で、施設とは違った一般社会で生活出来たお陰で、自分はエンパワメント（人間が本来持つて居るであろう力を出すこと。自己信頼、自己尊厳の確立）出来たと思います。

話はそれですが、こういう経験をした事があります。それは私がまだ施設にいた頃の出来事でした。私は、学生時代の恩師と一緒にあるシンガーのライブに出掛けたのです。帰り道、駅に向かう歩道橋のエレベーターの前に100人くらいの人が並んでいました。私と、その前後には数台の車椅子に乗った障害者がいたのですが、おとなしく列の中に居ました。エレベーターには一度に5人くらいしか乗れず、いっこうに列が減りません。すぐ近くに階段も有ったため、私は“譲ってくれればいいのに”と思いながらただただ順番が来るのを待っていました。すると、遙か後ろの方から20代前半くらいの女性が列の先頭まで走って行って、“みんな！順番変わってあげようよ！私たちは階段で上がれるんだからさ！”と大きな声で言いました。その瞬間周りの冷たい視線が彼女に集中しました。私が、その行動に驚きながらも“誰の付き添いだろう？”と周りを見回していると、彼女の彼氏らしき人が“行くぞ！”と言いながら彼女と階段の上へと登って行ったのです。私は、“すごい勇気のある人だなあ”と感動しました。

話を戻しまして、今ほどの勇気とは言いませんが、障害者の皆さんがお出かけする際に、人に助けてもらうシーンが多かれ少なかれありますよね（例えば、エレベーターのボタンを押してもらった時など）。大抵の人は介助者に、お礼や意見を求めるような視線を浴びせます。そんな時、自分が“ここにいるんだぞ”と周り（社会）に主張出来るくらいの姿勢を持ち、自らが感謝の気持ちを伝える事は必要だと思いますよね。自分のことを周りに主張出来ることは、素晴らしいことなんですから…。

さて、皆さんは勇気の始まりが“ありがとう”の一言から始まるって知っていましたか？
(小泉)



なぜ私は施設から出る決心をしたか～その③～

私は一昨年（2000年）の7月末に35年間の施設生活から出て自立生活を始めた。最初の2ヶ月間はいろいろな生活用品を揃えたりと初めての体験で非常に面白かったが身体は疲れていたらしく、また、母の死で精神的にもダメージを受けて9月22日の夜発作を起こし救急車で病院に入院する羽目になった。だが、私の担当になった医師が全く障害者を理解しようとしなくて一方的かつ大げさに診断をして私は正直言って怖いものを感じた。何とか早く家へ帰りたかった。その入院中24時間のヘルパーをC1L小平が付けてくれたから助かった。施設にいたら職員が見舞いに時々来るだけで病院側に預けてしまうので私達は非常に困る。私は特に言語障害とか緊張があるので慣れていない看護婦だったら余計困っていただろうと思う。だから「自立してから良かったなあ」と思った。

年々、機能低下を感じているが生活は毎日お風呂に入って楽しんでいる。ホームページを開いたり庭に菜園をつくったりホームパーティをたまに開いている、暖かい時には手に入れた中古の軽自動車で買い物に行ったり公園へ行ったりしている。寒い冬はなるべく表に行かないようにしている。それは風邪やインフルエンザにうつらないようにしているからである。私は熊や蛇などの動物達と同様に冬は冬眠している。もうすぐ暖かい春になるのを楽しみにしている。

1日の食事、朝食はバナナ1本とチーズとハチミツ入りホットミルクを365日続けている、そろそろ変えようと思っているが食材が思いつかない。昼食は有るものを食べるかコンビニの焼きそばとかを食べている。夜は食材の宅配サービスを使いともかく自分の身体の事を考えて食べようとしている。毎週、生協からいろんな食材や雑貨をとっている。冷凍物が多い、朝のチーズも生協で買ったものである。夕食の宅配サービスのメニューで嫌いなものはとらないで生協から買った冷凍物を食べている。その他、買い物はイトーヨーカドーとかユニクロとかJマートとかに行きまとめて買ってくるのが好きで、いつもストックしておくのが常である。なにかを切らして困ったことはない。やっぱり戦中生まれという年とA型という血液型の為かなと思って自分で苦笑いしている。

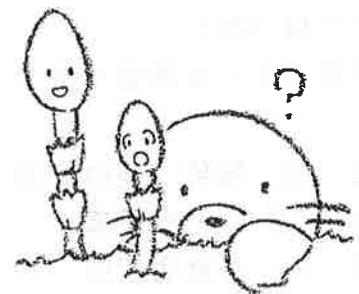
今年は私も60歳の還暦になる、誕生日にはどこかを借りて盛大な誕生日パーティを開こうと今から考えている。

（山科）

《CIL・小平 活動報告：2001年12月～2002年3月》

2001年12月

- 1日（土）ピアカウンセリング集中講座／主催『CILふちゅう』（小泉）
～2日（金）
- 3日（月）介助者新人研修
知的障害者自立生活プログラム（竹島・大淵・山崎）
- 6日（木）ピアカン・IL会議
- 7日（金）報告・検討会議
介助者新人研修
- 8日（土）障害者政策研究全国集会／主催『全国自立生活センター協議会』
（川元・大淵）
- 9日（日）障害者政策研究全国集会／主催『全国自立生活センター協議会』
（川元・竹島・大淵・山崎）
- 11日（火）空白県向け自立生活プログラム（川元・竹島・大淵・山崎）
- 12日（水）空白県向け自立生活プログラム（川元・竹島・山崎）
- 13日（木）ピアカン・IL会議
- 14日（金）事務局会議・報告・検討会議
- 19日（水）クリスマス会（小泉・竹島・大淵・山崎）
- 20日（木）ピアカン・IL会議
- 21日（金）報告・検討会議
- 27日（木）ピアカン・IL会議
- 28日（金）報告・検討会議
介助者・事務所職員合同慰労会



1971年6月17日 第3種郵便認可 毎月6回(5の日 0の日発行)

2002年3月11日(月)発行 SSKP 通巻第1850号

2002年1月

11日(金) 知的障害者サポート会議

報告・検討会議

12日(土) バリアフリー研修

主催：『誰もが使える交通機関を求める全国行動東京実行委員会』(大淵)

18日(金) 事務局会議

報告・検討会議

21日(月)

～22日(火) エキスパート研修(川元・小泉・馬場)

23日(水) 東京学芸大学講師(岡村)

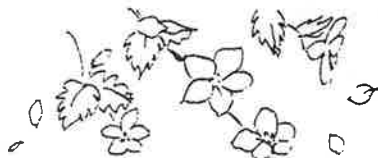
24日(木) ピアカン・IL会議

25日(金) 報告・検討会議

28日(月) 個別ILプログラム(川元)

31日(木) CIL小平利用者交流会

～2月2日(土) 空白県向け広島養成研修(川元・馬場・岡村)



2002年2月

1月31日(木)

～2日(土) 全国自立生活センター協議会介助委員会・推進協会合同

空白県向け広島養成研修(川元・馬場・岡村)

1日(金) 報告・検討会議

4日(月) 介助者研修

5日(火) 介助者研修

6日(水) 単発ILプログラム

『バレンタイン・ホワイトデー チョコ&クッキー作り』

7日（木）

～8日（金）リーダー養成講座

主催：『誰もが使える交通機関を求める全国行動東京実行委員会』

（大淵）

8日（金）事務局会議

報告・検討会議

9日（土）さあ！はじめよう

知的障害者の地域生活支援／主催：『さあ！はじめよう実行委員会』

（小泉・山崎・成田・沼崎）

14日（木）ピアカン・IL会議

介助者面接

15日（金）介助者面接

ホームヘルパー2級研修反省会

報告・検討会議

21日（木）ピアカン・IL会議

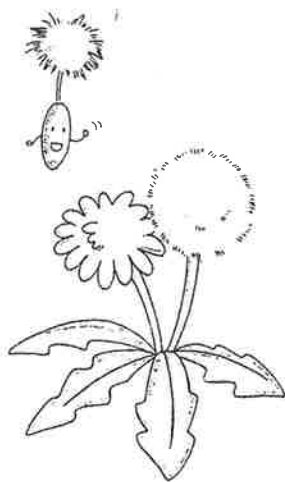
22日（金）報告・検討会議

24日（日）利用者訪問（川元）

25日（月）知的障害者ひな祭り会（小泉・竹島・大淵）

新人介助者研修

28日（木）ピアカン・IL会議



2002年3月

- 1日（金）報告・検討会議
- 2日（土）利用者訪問（竹島）
- 4日（月）利用者訪問（小泉）
- 5日（火）CIL小平利用者交流会
平成14年度地域福祉振興財団説明会（小泉・岡村）
- 7日（木）ピアカン・IL会議
- 8日（金）事務局会議
報告・検討会議
- 10日（日）利用者訪問（大淵・岡村）
- 11日（月）個別ILプログラム（川元）
- 12日（火）交渉：小金井市役所（川元・馬場）
個別ILプログラム（小泉）
- 14日（木）ピアカン・IL会議
- 15日（金）報告・検討会議
利用者訪問（川元）
- 17日（日）利用者訪問（竹島）
- 18日（月）利用者訪問（川元）
- 19日（火）利用者訪問（川元）
- 20日（水）利用者訪問（竹島）
- 22日（金）報告・検討会議
CIL・小平職員支援費支給制度研修
- 23日（土）利用者訪問（竹島）
- 25日（月）個別相談（川元）
- 26日（火）利用者訪問（小泉・栗田）
利用者訪問（川元）
- 29日（金）事業計画検討会議
報告・検討会議
- 30日（土）これからどうなる！？障害者の介助！
ー全身性障害者介護人派遣制度から支援費支給法へー
（講師：川元）

会員募集のお知らせ

ならびに平成14年度会費納入のお願い

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下さい。

また、はがきでもお知らせしましたが、すでに会員になられている方は、今年度の会費をお支払い頂きますようよろしくお願いいたします。

※会員は以下の2種類です

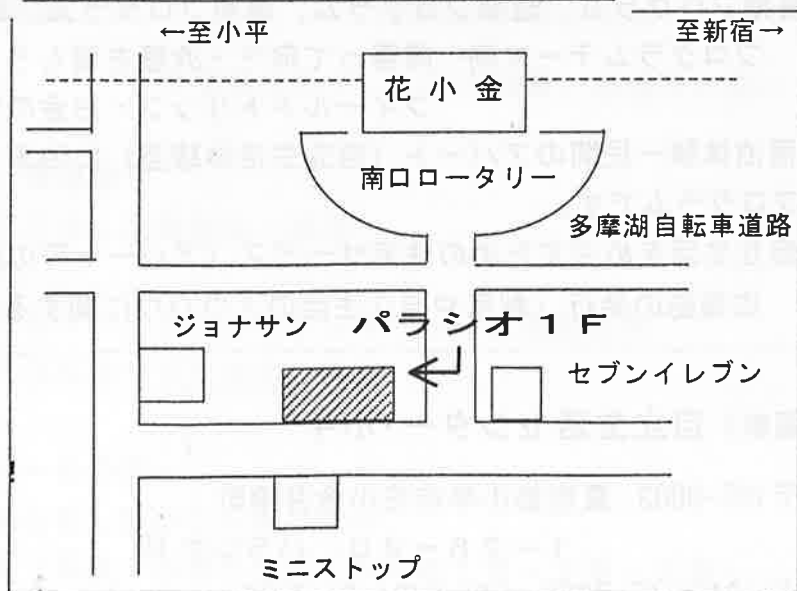
1. 正会員	2. 賛助会員
小平市とその周辺にお住まいで、サービスを利用、または提供される方	「自立生活センター・小平」の趣旨に賛同し、資金的援助をしてくださる方
会費：4,200円（/年）	会費：2,000円（/年）
振込先 三井住友銀行（前さくら銀行）、花小金井支店 普通 6487824 自立生活センター小平	

編集後記

2002年もあっという間に三ヶ月が過ぎ、季節はすっかり春！皆様如何おすごしですか。今年の冬は雪が少なかった所為か、桜の花達の気も早くあっという間に咲いてしまいましたね。この季節、昼間は暖かくても、夜はかなり冷え込んだりしますので、お出かけの際には羽織る者をおわずレズに！今年もヨロシク願います！

（※自立生活における訪問看護の利用は作者都合により、しばらくお休みさせていただきます）

C I L ・ 小平の地図



（副編集長 小泉）

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。(初めてサービスを利用する場合は、利用規約等について事前に説明する場を設けさせていただきます。)

・ 介助内容

◇家事一般 ◇食事 ◇排泄 ◇入浴 ◇着替え ◇体位交換 ◇外出

・ 利用料金

…その他必要な介護をいたします

平日 9:00~17:00 ￥1,250/時

17:00~ 9:00 ￥1,450/時

休日 終日 ￥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

◇ピア・カウンセリング(集中講座、個別)

◇自立生活プログラム(生活力、社会性を高めるプログラム)

長期プログラム、短期プログラム、個別プログラム、単発プログラム

プログラムテーマ例…障害って何?・介護を頼もう(介護者との関係)・制度学習
フィールドトリップ・お金の管理・調理実習 …など

◇宿泊体験—民間のアパート(自立生活体験室)に泊まって、自立生活を体験するプログラムです。

◇自立生活をめざすための住宅サービス(アパート等の住居の確保)

◇ 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

1-26-30、パラシオ1F

TEL/0424-67-7235、FAX/0424-67-7335

E-MAIL: cilkodaira3@hotmail.com

《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)