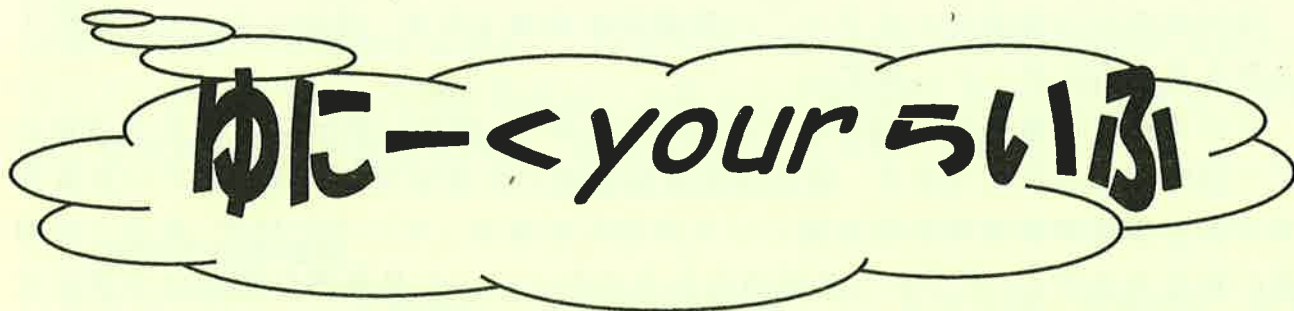


SSKP自立生活センター・小平 通信

生活を豊かに彩る「ゆにーく ゆあ らいぶ！」



2005年12月号



☆写真:単発自立生活プログラムより

～目次～

- P. 2 障害者自立支援法について
- P. 7 単発自立生活プログラム講座(お化粧IL)報告
- P. 8 単発自立生活プログラム講座(お化粧IL)感想
- P. 9 第11期 長期自立生活プログラム報告
- P. 10 バーベキュー大会報告
- P. 12 NEW FACE紹介 介助者・職員・コーディネーター
- P. 21 復職しておもうこと
- P. 23 自立生活1周年
- P. 24 ふとした瞬間・・・その⑤
- P. 26 私と障害と家族(番外編)
- P. 28 CIL・小平、活動報告(2004年12月～2005年9月)
- P. 37 会員募集のお知らせ・編集後記・地図
- P. 38 サービスのご案内

障害者自立支援法について

川元 恭子

障害者自立支援法は10月31日衆議院本会議で可決、成立しました。平成18年4月からスタートします。

自立支援法は骨格の枠組みだけを決めた法律で、細かい部分は政省令や通知などで随時決められてきます。例えば重度障害者の介護制度は、現時点では重度訪問介護と重度障害者等包括支援という枠組みが決まっているだけで、単価や時間数の算定方法など、どうやって保障されるのかといった具体的な部分は今後正式に決まっていくわけです。

1・自立支援法の施行スケジュールについて

まずは障害者自立支援法の施行スケジュールとして、平成17年11月11日の障害保健福祉関係主管課長会議で提出された資料を紹介します。

障害保健福祉関係主管課長会議
 H17.11.11 資料2
 ◎国提示 ・市町村等の対応

障害者自立支援法の施行に向けた当面のスケジュール(主なもの)

区 分	17年		18年	
	年 内		1月 ~ 3月	4月以降
利用者負担の見直し (福祉サービス、自立支援医療)	○事務処理費額の提示 ・利用者への周知		説明、負担額の見直し手続、利用者負担上限額の決定等	
障害程度区分・ケアマネジメント	○障害程度区分の提示 ○1次判定ソフトのインフォメーション提示		○1次判定ソフトの配布 ○相談支援事業者の指定の考え方の提示	○市町村審査委員会定数集約決定 ○相談支援事業者の指定運営基準・報酬告示 ・準備支給決定(～9月) (申請受付、認定調査、市町村審査会、支給決定) ・指定相談支援事業者の準備決定(～9月)
基準・報酬 (旧体系・新体系)	○基本的な考え方の提示		○サービスごとの基準に関する考え方の提示	○指定運営基準・報酬告示 (旧体系の見直しの施行) ・新体系サービスに係る事業者の準備決定(～9月)
地域生活支援事業	○基本的な考え方の提示		○ガイドライン(実施要綱)案の提示	○ガイドライン(実施要綱)の通知 ○交付要綱の通知(4月)
障害福祉計画	○基本的な考え方の提示		○基本指針案の提示	○基本指針の告示 ・施設・事業所の移行調査(4月～) ・サービス見込み量の推計開始
政省令	18年4月施行分		○パブリックコメントの実施 ○政令の公布 ○省令の公布	
	18年10月施行分		○パブリックコメントの実施 ○政令の公布 ○省令の公布	
全国課長会議	11月 ○利用者負担 ○自立支援医療 ○地域生活支援事業	12月 ○障害程度区分 ○サービス内容 ○地域生活支援事業 ○障害福祉計画 ○政省令	1月 ○18年度予算案 ○地域生活支援事業が伴う案 ○報酬基準の考え方 ○相談支援事業者の指定の考え方 ○計画の基本指針案	2～3月 ○地域生活支援事業が伴う案 ○指定運営基準・報酬告示案 ○基本指針告示案・移行調査 ○政省令案 4月以降も随時実施

○主要内容について簡単に説明します

・利用者負担の見直しー応能負担から応益負担へ

これについては、18年3月までに各利用者に対して周知・説明や、月の利用者負担上限額が決定されます。18年4月から施行されます。

・障害程度区分

障害程度区分とは介護保険の要介護認定と同じようなもので、106項目の調査項目に基づいてコンピューターで6つの区分に分けられます。これをもとに特記事項や医師の意見書を加味して、市町村審査会で利用者の区分が最終決定されることとなります。この完全実施は18年10月からで、9月までは現行の支給量に利用者負担額が設定された、みなし支給という形で実施されます。

・地域生活支援事業

市町村で行うことが義務付けられる各種事業です。身体介護・家事援助・日常生活支援などは個別給付と違ってこれまでと同じように、自分の選んだ事業所から介護を受けられますが、現在の移動介護はガイドヘルプとしてこの地域生活支援事業に組み込まれます。

地域生活支援事業は10月下旬までは「市町村がすべての方式を決める」とされていたので、新制度で移動介護を受ける場合、市町村より委託を受けた事業所からでないとい介護を受けられなくなるところでした。

それについては私達当事者の運動の成果で、国が事業実施のガイドラインを作ることになり、そこに「市町村は、新制度の居宅介護事業者や、これまでの移動介護などを行っていた指定事業者などを活用して事業委託に務め、その事業者の中から任意に利用者が選択できる」と盛り込まれることになりました。

地域生活支援事業の実施は、平成18年10月からです。

2・自立支援法付帯決議について

10月13日、自立支援法が参議院で可決された時に、与野党全会一致で付帯決議が付けられました。この付帯決議には私達の運動の成果で、障害者団体の意見が反映された箇所がありますので紹介します。

七、介護給付における障害程度区分について介護サービスの必要度が適切に反映されるよう、障害の特性を考慮した基準を設定するとともに、主治医の意見書を踏まえるなど審査の在り方についての適正な措置を講ずること。また、支給決定に係る基準や手続きについては、生活機能や支援の状況、本人の就労意欲等利用者の主体性を重視したものとなるよう必要に応じて適宜見直しを行い、関係団体とも十分協議した上で策定すること。さらに、障害程度区分認定を行わないこととなる障害児については、障害児に対する福祉サービスが障害児の成長過程において生活機能を向上させる重要な意義を持つものであることにかんがみ、市町村が適切なサービスを提供できるように体制を整備するとともに、障害程度の評価手法の開発を速やかに進め、勘案事項についても必要な措置を講ずること。

八、市町村審査会の委員については、障害者の実情に通じた者が選ばれるようにすること。特に、障害保健福祉の経験を広く有する者であって、地域生活に相当の実績を持ち、中立かつ公正な立場で審査が行える者であれば、障害者を委員に加えることが望ましいことを市町村に周知すること。また、市町村審査会の求めに応じ、サービス利用申請者が意見を述べることを市町村に周知すること。

九、介護給付や訓練等給付の支給決定については、障害者の実情をよりよく反映したものとなるよう、市町村職員による面接調査の結果や福祉サービスの利用に関する意向を十分踏まえることを市町村に周知するとともに、決定に不服がある場合には都道府県知事に申立てを行い、自ら意見を述べる機会が与えられていることを障害者及び障害児の保護者に十分周知すること。

十、基本指針の策定に当たっては、現行のサービス水準の低下を招くことなく、障害者が居住する地域において円滑にサービスを利用できるよう、サービス提供体制の整備を図ることを障害福祉計画に盛り込むこと、計画の策定の際に、障害当事者等の関係者の意見を聴く機会を設けることについて明記すること。また、移動支援事業、コミュニケーション支援事業、相談支援事業、地域活動支援センター事業などについては、障害者の社会参加と自立生活を維持、向上することを目的として、障害福祉計画の中に地域の実情に応じてこれらサービスの計画期間における数値目標を記載することについて明記すること。さらに、これら障害福祉計画に定めた事項が確実に実施できるよう予算を十分に確保すること。

十一、ALS、進行性筋ジストロフィー等の長時間サービスを必要とする重度障害者については、受け入れる事業者が少ない現状にもかんがみ、その居住する地域において必要なサービス提供が遅滞なく行われるよう、社会資源の基盤整備などの措置を早急に講ずること。また、現行のサービス水準の低下を招くことのないよう重度障害者等包括支援や重度訪問介護の対象者の範囲については、重度の障害のある者のサービスの利用実態やニーズ等を把握した上で設定することとし、そのサービス内容や国庫負担基準については、適切な水準となるよう措置すること。

3・現状の問題と今後の運動について

○障害程度区分間での国庫補助の流用について

これまでの支援費制度では、利用者が3段階の障害程度区分に分けられて、市町村はそれぞれの区分の基準時間〇〇h×1800円×利用者数の国庫補助が受けられ、余った区分の国庫補助を流用して125時間以上介護が必要な重度障

害者の制度を確保してきました。

自立支援法においてはその区分が6段階に分けられるのですが、区分間の流用を認めさせることが私達の運動の焦点でした。これまで厚生労働省は認めないと言っていたのですが、先日の国会答弁で「検討する」という内容がありましたので紹介します。

いままで、障害程度区分間で国庫補助の流用はさせないとの方針を説明していた厚生労働省ですが、10月25日の国会で、現状の利用者が困らないように検討することを答弁しました。

与党の公明党の質問に西副大臣が答弁し、「区分間流用はいままでおこなっていたので、現在使っている人に大きな変化を生じないように検討したい」と回答しました。

また、もう1つの課題である、小規模自治体で流用できないことについても、取り組むと回答しました。 (介護制度情報HPより)

また、国庫補助基準を超える市についての答弁もありました。

10月28日の国会質問で、与党である公明党福島議員は、福岡県筑後市と沖縄県宜野湾市の事例(せきそん連資料)を出して、国庫補助基準を上回っている市の対策を質問しました。両市とも人口10万人以下で、CILによる障害者の自立支援が活発で、1人暮らしの最重度障害者の比率が高いため、市のヘルパー事業費が国庫補助基準を超えています。

西副大臣は「水準を上げる」「現行制度において、委員のご指摘のようにどのようなことが自治体に生じているのか、その1人1人の日常生活の状態等も十分考え合わせて検証したい」と回答しました。 (介護制度情報HPより)

以上の2点を政省令に盛り込むには、次に挙げる問題などまだまだこれから運動が必要ですので、引き続き情報をお伝えしていきます。

○大問題！！包括支援や日常生活支援(重度訪問介護)で大問題が発覚

介護制度情報HPより

障害程度区分は区分1～区分6の、6区分になり、それぞれの区分に応じて6段階の国庫補助基準が決まりますが、この国庫補助基準はどのサービスを使っても同じ区分なら同じ国庫補助とされていました。違いました。

厚生労働省によると、

- 1 ヘルパー(身体介護・家事援助)を使う場合、
- 2 重度訪問介護(日常生活支援)を使う場合
- 3 重度包括を使う場合

4 入所施設を使う場合

などで、全部、国庫補助基準が違うそうです。
現状の案では、それぞれで流用も出来ません。

つまり、同じ区分6の障害者が2人いたとすると、ヘルパー(身体介護・家事援助)を使う場合の国庫補助基準と、重度訪問介護(日常生活支援)を使う場合の国庫補助基準は、別になるそうです。

しかも、単価が違うので、当然サービス間の流用も出来ません。

区分間流用に前向きの国会答弁が出て解決に向かうかと思った矢先、ますます1つの区分の人数が減ってしまう問題が発生です。

人口10万人の市でも日常生活支援の利用者は多くても10人です。(地方では1~2人以下のところほとんどです。)(この10人の9割が区分6の最重度になったとして)この9人以下の人数で国庫補助のやりくりをしなければいけなくなります。これでは、1人でも「24時間介護の必要な障害者」が出ると、たちまち国庫補助基準をオーバーしてしまいます。(結果、1日数時間くらいまでしか日常生活支援(重度訪問介護)が受けられなくなる恐れがあります)。

対策としては

「重度訪問介護(日常生活支援)」の区分5~6については、国庫補助基準を設けず、市町村が審査会を経て決めた必要な事業費には、確実に2分の1の国庫補助をつけること(または800時間の国庫補助上限基準を設ける)という要望を与党議員などに緊急に行っていくしかありません。国庫補助の仕組みについては、12月には骨格が決まっていきます。各地での議員説得等皆様のご協力をお願いします。

以上、難しい内容になりますが、障害者自立支援法について現状の報告をさせていただきます。

現在の焦点は細かい部分まで規定される政省令に、どれだけ重度障害者の生活を保障する内容を盛り込めるかです。

なかなか心配の多い年越しになりそうですが、厳しい冬を越えた後は桜の暖かい季節がやってくるように、この障害者自立支援法も良い内容になればいいなと思います。

皆様にはまた大行動のお知らせなどさせていただくこともあるかと思いますが、安定した地域生活の基盤が作られるように戦いは続きますので、何卒よろしく願いいたします。

単発LP報告—お化粧編

久保田 さおり

2005年4月12日に単発の自立生活プログラムを行いました。内容は化粧の仕方を専門家を招いて勉強するというものでした。何年か前に川元さんがリーダーで行われたようでそのノウハウをもとにしました。5人の方が参加されました。

講師としてきてくださったのは「コスメティックしのぎ」の須永さんで、時間をかけて丁寧に教えてくださいました。モデルには大淵さんがなり、まず大淵さんが化粧されてそれをみて参加者が自分でやってみるということでした。まず顔の汚れを落とすためにオイルでふき取り、そのあと化粧水、乳液、化粧下地の順に塗っていきました。介助者に指示してする方と自分でする方といましたが、となりの参加者のやり方をみて、参考にしている方もいました。

普段なにげなく化粧しているため、なんとなく道具も使っていますが、正しい使い方はわからないので専門家に教えてもらえたのは私自身とてもいい経験でした。参加された方に最近お会いしたらとてもうまくお化粧されていてうれしく思いました。ゲスト講師を呼んでプログラムを行うのは私は初めてでしたが、私たちが勉強して行うには限界があるので専門家に来てもらうという方法もとてもいいなあと新鮮に感じました。



単発LP感想—お化粧品編

中山 喜美子

はい！みんな綺麗になりました。女性はだれでも多かれ少なかれ美という事に興味を持っているようです。今年4月24日に須永講師をお招きして、お化粧品ILが行われました。

参加者はベトナムから勉強に来ていた留学生のカンさん、利用者の高橋さん、浅野さん、池田さんの3名、障害者職員の竹島、久保田、大淵、中山の4名でした。モデルになったのは職員1で初めてお化粧品道具や化粧品の説明があり、モデルさんにはまず基本からやり方を教えていただき、それを見ながら自分で出来る人はやれるところまでやって、出来ない人は介護者に手伝ってもらい、先生が出来具合を一人一人見てくださり大忙しでした。

普段はお化粧品などしたことがないので、どの化粧品のどう使ったらいいのかさっぱりわからなく、初めてこんなふうにするのが分かり、美しく化けるにはこんなに化粧品が必要なのかと驚きました。参加者もわりとお化粧品をしたことがない人が多かったのですが、なるほど—と思えるほど綺麗で素敵でした。ある程度時間をかけ基本どおりやれば美しくなれるのですよ—、諦めている人は考え直して「化粧とは、べに、おしろいなどをつけて顔を美しくすること」とある辞書に書いてありました。女性は幾つになっても美しくなりたいと思う気持ちを抱いているものです。(男性も近ごろはまゆを書いたりしていることもある。)

私は万年素肌で普段はまゆを書くくらいです。素肌美人になろうかとも思ったのですが、それではダメージが多くなってお肌には良くないので、普段からお肌のお手入れをしないと、しみやしわの原因になるそうです。

先生の手ほどきを受けてすっかりお化粧品が終わった後、自分の顔を鏡に映して見ると綺麗になりました。私の顔でもまだましになるのだなと心うきうきでした。留学生のカンさんも他の利用者さんも綺麗になったと大喜びで、きっと女優にでもなった気分だったのではないかと思います。

長い時間でしたが皆さんお疲れ様でした。予定時間より長くなってしまいましたが、講師の須永先生、本当にありがとうございました。皆の喜びと幸せを与えて下さったことに深く感謝いたします。

この機会を作って、準備してくれた障害者スタッフもご苦労様でした。



第11期長期自立生活プログラム報告

小泉信治

冬本番になってまいりましたが、皆様如何お過ごしでしょうか？

自立生活センター・小平では、第11期長期自立生活プログラムを5月19日から7月28日の日程(全11回)で開催しました。

第1回 5月19日・自己紹介・目標設定・CILとは?・今の気持ち

第2回 5月26日・障害ってなに?

第3回 6月2日・雇用主として～介助者との関係～パート1

第4回 6月9日・雇用主として～介助者との関係～パート2・自立者宅訪問

第5回 6月16日・フィールドトリップ 池袋サンシャイン60

第6回 6月23日・自立生活ってなに?パート1(自立生活運動の歴史・制度学習)

第7回 6月30日・調理実習(アスパラの肉巻き/ほうれん草のおひたし/味噌汁)

第8回 7月7日・自立生活ってなに?パート2(金銭管理・衛生管理:掃除・洗濯)

第9回 7月14日・フリートーク(今思うことを言おう・自立生活の楽しいところ)

第10回 7月21日・家族との関係

第11回 7月28日・反省・感想・打ち上げ



※池袋ナンジャタウンにて

以上の内容で受講生3名を迎え、リーダー5名の計8名で行いました。今回も例年に引き続き、自立生活を始める前に学ぶ基本的な事柄を行いました。ただ例年と違うことがあり、受講生が3名とも自立をしていて、うち2名は他センターからの参加ということもあり、自立生活のノウハウを学ぶというよりは、プログラムの行い方を伝えていく講座でもありました。自立しているということもあり、質問や意見も高度なものが多く行う側としてもいつも以上に気を引き締めて取り掛かりました。今年で11回をむかえた長期ILPですが、各プログラムを行えるリーダーが大分増え、3人で持ち回りをしていたころに比べ、かなり心強く思える今日この頃です。駆け出しのリーダーたちはまだ行うだけで精一杯な様子ですが、回数をこなしていくうちに“プログラムってたのしい”と思えるようになってもらえればと思います。今後とも、みなさまのご参加心よりお待ちしております。

バーベキュー大会報告

吉川 圭子

5月14日 土曜日 この日、都立小金井公園にて17年度最初のイベントとなるバーベキューが開催されました。

職員会議で立候補したものの、幹事という自覚がないまま、第1回バーベキュー幹事招集の声がかかりました。幹事メンバーはベテランから初心者まで素敵な顔ぶれで、打ち合わせも楽しく丁寧に進んでいきました。

今までは、どのようにしてイベントが進んでいくのか知ることがなかったのですが、今回幹事をやらせてもらうことによって『みんなこんなふうに進めていたのか』と、今まで幹事をやってくれていた人たちに感心しました。『その部分を知りたい』ということも、私を立候補させた理由の一つでした。

まず、参加者を募るため、分担を決めて電話がけをしました。食材や飲み物の量などは、前年までの反省を参考に、電話の結果出た参加者人数を基に決めていきました。ゲームなども、みなさんにも意見をいただき、何とか決めることが出来ました。そして始まった本格的な準備は、前日の夜遅くまで続けました。

天候が心配される中、朝8時から始動しました。お手伝いを引き受けてくださったみなさんにもフル活動の協力をいただき、場所取りや設営、食材の運び出し、大量のおにぎり作りなど、幹事だけではできないことを一緒にやっていただきました。

準備が整ったところで、参加者のみなさんも次第に集まり、11時よりバーベキューが始まりました。テーブルや、シートの配置を考えたので、みんなが輪になることができました。思ったよりも寒かったので、急遽みそ汁を作ってみなさんに配りました。お肉も、野菜も、おにぎりも、結構好評でした。みなさんにローテーションで焼き係にもついていただき、幹事も食



べ物を口にすることができました。ゲームは『だるまさんがころんだ』をやりました。昔懐かしい遊びに、みなさん楽しんでいましたようです。だんだんと終わりの時間に近づき、またみなさんと手分けして片付けをしました。

さあ、ここからは2次会です。若干お腹が空いている人もいたようだったので、さらに10合ほどお米を炊いておにぎりを作りました。1日外にいた日は、体



がだるくなるものですが、それでも2次会に参加してくれた方々も多数いました。その後はまったりと、お話をする人、満たされなかったお腹を満たす人、と、ゆっくり時間が進み最後の片付けもまた、みなさんの協力をいただいて、無事に1日が終了しました。

今回1番感じたのは、みなさんの協力のありがたさでした。自分も幹事という経験をして、例えば今度行事があったときは、きっと今までと違った視点で協力ができるのではないかと、思いました。自分が積んだ経験を活かすことは、行事だけではなく、仕事や自分の生活にとっても大切なことだと思います。すべて経験から色んな事を吸収して、豊かな人間になっていきたいものです。

バーベキューに協力していただいたみなさん、本当にありがとうございました。
吉川 圭子

CIL・小平 写真館

～'04忘年会にて～



自己紹介中の亀山さん
後ろのアフ口は・・・??

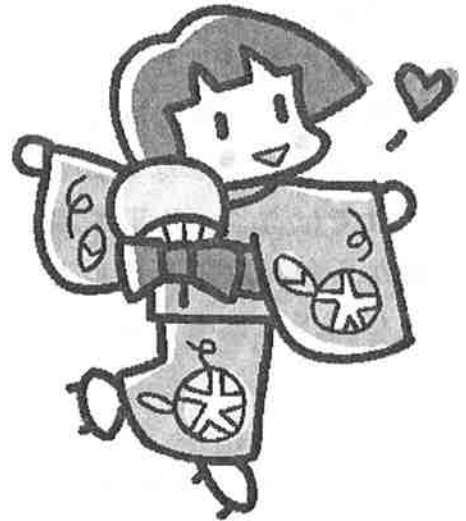
柳原さん、通称：昭チャン
画伯で詩人で写真家で書道家で
多彩な総合芸術家です



NEW FACE紹介

介助者紹介 一 岸本真奈実さん

皆さんこんにちは！岸本真奈実と申します。自己紹介をしますと、1981年3月20日生まれ、魚座のA型。旅行をする事、遊ぶ事、お酒を飲む事が好きで、所謂お祭り人間です。インドアタイプではなくアウトドアタイプ。思い立ったら行動に移さないと嫌なタチで後先考えず突っ走ってしまい、たまに痛い目に遭います…(涙)



福井県で生まれ、高校までは福井にいて、京都の大学を卒業し(京都での生活は私の人生の転機でした！**関西魂**が芽生えたのも京都です！！)、2004年3月に東京に来ました。そして4月末にこの事務所に出会い、5月からここで介助者として働かせてもらっています。この事務所との出会いは、**運命の出会い**と言っても過言ではありません！！現在の私のライフスタイルはこの事務所が半分以上を占めていると言っても過言ではありませんっ！！ちょっと言い過ぎでしょうか…(笑)でも、この事務所に出会わせて頂き本当に良かったと思っています。

介護の仕事についてですが、今でも常に心掛けている事があります。それは今の自分に満足しない事。満足してしまっただとそこで終わりだと思うからです。この仕事は自分が成長できる仕事だと思います。私も始める前と今とではきっと変わったと思うし、これからも成長し続けていきたい、そのためにはもっといろいろな事を経験したい。そして自分の世界をもっともっと広げていきたいと思っています。

こんな岸本ですが、皆さん、どうぞ宜しくお願いします！！



CIL・小平 写真館

※霞ヶ関での大行動にて
スタッフの久保田と介助者

介助者紹介 — 平本雄一郎さん

[自己紹介がてら]僕の名前は平本 雄一郎、成人男子二十六歳の射手座です。C I L小平に来たのは約一年前の夏でした。それまで働いていた家具屋が経営不振で潰れた事がきっかけでした。それまで介護に興味はなく、働けるならどこでもよかった、というのが当時の正直な気持ちです。面接には僕の他に数人が受けに来ていました。彼らの多くは福祉系の学校に通っていた経歴を持っていたり、施設や他のセンターで働いていた経験者でした。彼らの口から発せられる専門的な言葉や、聞いたことのない「ヘルパー何級」という資格の存在を耳にした僕は、「ええ～！俺って完全に場違いやんけ！」と心の中で絶叫しました。同時に「せやな、確かに彼らのような人間が介護に携わるべきやな。」という納得もしました。申し訳なくおもった僕は、与えられた質問にありのまま答え、気が付けば言うつもりがなかった儚い夢まで喋っていました。「お前みたいな奴が来る所じゃねーよ。」などと、彼ら経験者の心情を勝手に想像しながら…。がしかし！どうでしょう！介護経験ゼロのド素人である僕が面接に合格したのです！コレびっくり！…いや、ド素人だったからなのかも知れません。

そんなこんなでヘルパーになった僕ですが、実際に介護に入って感じたのは「これ自分に合っとんちゃうか？」です。はい、過信です。確かに難しい問題は多いのですが、やってみると結構うまくいくのです。もちろんそれには研修で学んだ知識や、先輩からのアドバイスがあってこそだと思いますが、今考えてみればどれも当たり前の事でした。それにうまく順応出来ている(と感じている)理由は、やはり僕がド素人だったからなのだと思います。介護に対しての先入観がなく、教えられた物を素直に受け入れる事が出来たのです。もし僕が過去に、どこかの施設や事業所で働いていれば、そんなにうまくいかなかったのかも知れません。

介護は信頼関係がとても重要だと思います。信頼関係というのは凄くシビアな物だと思います。何気ない言動や行為で簡単に崩れてしまうからです。ではなぜ信頼がそれほど大事なのか、僕なりに考えてみました。僕が出した答えは『楽しい生活を送りたい』、これだと思います。というより前後が逆で、楽しい生活を送るためには信頼関係が必要なのではないのでしょうか。「こいつ、何するかわからへん！」そんな人間と一緒にいて楽しくなる筈はないと思います。楽しい生活といっても、いつも明るく冗談を言って笑っていれば良いというものでもなく、一人になりたい時もあるれば、泣きたい時、深い問題などについて話したい時もあります。そんな自分なりの・自分らしい生活を当たり前を送れる事こそが『楽しい生活』なのだと思います。それには信頼関係が必要不可欠なのだと思う訳です。

C I L小平のヘルパーになって本当に良かったと感じる事は、良い意味でこの様に考えさせられ、勉強できる事が多いからです。それと、みんな明るくおもしろいねん！

職員紹介 — 山下由美子さん

はじめまして、山下です。2003年の11月から事務所との付き合いがスタートしました。週3回の登場で主に経理を担当しています。去年は優秀な3名の生徒を得て、簿記講座も開設させてもらっていました。商売柄、人にもものを教えるのがクセになっていましたので、大変楽しかったです。実は隣の田無で『丹誠塾』という学習塾を始めて、足掛け29年、今に至っています。今はつれあいの福島が中心になって、若手と一緒に小1から大受験生までと付き合っています。私は塾では、会計事務と中3社会を担当するだけとなりました。



この事務所との出会いといえば、もともとは馬場さんの友人だったことが縁です。ほんのちょっとのお手伝いのつもりが、この事務所の若い人たちとの付き合いが楽しく、かつ小平の法人設立時にC・I・Lの根本的なことを学習したことがきっかけで、深みにはまった感じがしています。これからも長く事務所の力になりたいと思っています。

自己紹介をします。1955年生まれ、ちょうど50歳です。生まれ育ちは兵庫県の高砂市で、大学から東京の人になりました。大学2年の終わりごろから、仲間と資金をため始め、田無の地に塾を始めたのが3年生の2月でした。勉強することは面白いんだということ子どもと共有することが一番の授業の目的でした。成績で子どもを差別しないことも基本的な姿勢でした。私たちの塾は乱塾時代にも異彩を放つ、超マイナーで時代に逆行する塾となりました。もちろんずっと極貧生活でした。入塾時の親との面談で「成績が上がるかなんて約束しません」って伝えてましたから……。補習でもなく進学でもない塾……。そのころから「あの塾は勉強以外に行事が多いよ」というのも評判でした。キャンプ・スキー・野外活動が一年中ありました。なぜかって？面白かったからです。今は学習塾から独立して、野外体験を中心としたNPOを立ち上げて、各所から助成金をもらって、自然体験や科学体験を続けています。その書類作りがもっぱらの山下の仕事となっています。



私の一番好きなことはお酒を飲みながら人と話すことです。花や土をいじったり、編み物や料理も好きです。それから、一年を通じて山に入り、山菜やきのこを採って四季の味を楽しむことも大好きです。そして今は各地の源泉めぐりが元気の素になっています。子どもは地方で自立した大学2年の息子と高校2年の娘がいます。2人ともあっという間に育って、今は残された娘との「現役の母時代」を名残惜しんで生活しています。

最近、最愛の母を亡くして、日々襲ってくる喪失感・不安感とつき合っています。

す。若いときの不安感と違って、静かに受け止めるしかない種類のものと感じて、庭の草花の自然の中に救いや安らぎを求めています。でも、庭の掃除をやりすぎて先日ぎっくり腰になったので、これもダメかと、一層、静かに過ごしています。人を送ることはその時代の自分をも送ることだと知りました。心のバランスをとっている最中です。

とりとめもない、自己紹介です。こんな山下ですが、一緒にお酒を飲んでやろうという人はよろしくお願いします。最近では静かなお酒になっています。
(2005/06/09)

CIL・小平 写真館



ベトナムから来た留学生カンさんと、左から小野田&栗田(コーディネーター)右・伊藤(職員)



単発IL(バレンタイン)より 左:松本さん 右:内藤さん

職員紹介 一 吉田尚教さん

はじめまして。吉田尚教(ヨシダマサミチ)と申します。29歳。よろしくお
願いします。出身は北海道函館市です。

大学を中退してから病院の精神科に働きたくて看護学校を受験するも二次試験の面接で不合格になり、3年間空白のような時を過ごしました。25歳の時に誰でも入れる福祉専門学校に入学しました。その時の面接で「障害者や高齢者と旅をする仕事がしたい」と言った記憶があります。もともと、旅行が好きで大学を出たら運輸系に就職したかったからです。

3年間の学校生活では、知的障害者のガイドヘルパー、身体障害者施設でのバイト、11週間の介護実習、社会福祉現場実習、ボラ等。その中で、施設には働きたくないと思い始めました。なぜなら、学校で勉強した事で理想を持って施設にいくとそこが刑務所にしか見えないからです。

利用者さんに物をクワセテル、ナースコール忙しいから無視、お風呂は大根洗い、問題行動は押さえ込め、利用者は暇が当たり前、健常者は利用者にとってすばらしい目標を立てよう等。自分の感想です。初めて行った介護実習(生活保護の救護施設)の施設の反省会で、「自分がここに入れられたら耐えられない。親をここに入れたくない。」と発言しました。失礼な話です。当然、女性棟の主任からは爆撃にあいました。

しかし、一つ働きたかった施設があります。非行少年の児童自立支援施設です。実習でお世話になったのがきっかけです。それまでは、どの施設にいても働きたいと言う気持ちがわかなかったが、児童の施設で初めてここなら働きたいと思いました。なぜなら、実習で担当してくれた職員夫婦の姿勢を見て真剣に人と接する施設がここ。と思ったからです。その施設では夫婦小舎制と言って入所児童と職員夫婦とその家族は一つの寮に住む形になっています。ほぼ365日一緒に生活する感じです。そこで働く児童自立支援専門員の国立養成所が埼玉にあります。入学条件は大学卒です。通信制の大学を専門学校と同時に進めがんばりました。しかし、オチがありました。26歳までの年齢制限。当時は27歳。ガーン。何度も養成所に話をし、お世話になった園長も養成所にお話をしてくれました。二つ条件が出ました。「夫婦なら特例で許可する。」「今年はやできないが来年、年齢の緩和を検討する。」そんな・・・。彼女に事情を説明するが当然、現実的でない。「やっぱり、自分は働きたいと思うところには行けない人間なんだなあ。」自分に言い聞かせた

その時アルバイトをしていたダイエーの就職を本気で考えました。ダイエーで



の仕事は楽しかったし、会社は苦しいけど、どん底から這い上がる渦中を体験できるのもいいじゃないか。と思いつつ。しかし、しばらくして、あるボランティア介助で川元さん、中西さん、大野さんのお話を聞かせていただけるチャンスがありました。初め介助をするだけ、みたいな感じで、お話の内容やどういう方々かは知らず、何となく聞いていたのですが川元さんの言葉で「社協、コム〇ンのように、ならない為には・・・。」自分は「え？」今まで学校では社協が見本のように教えられていたけど、全否定？川元さんのように障害を持っている方が言っているんだから、障害者が求めているのは学校、国で教えているのとは違うんだ。だから、施設はあんなにつまらないんだ。やっと施設つまらない説のナゾが解けました。

その後、川元さんとお話を何回かさせていただきました。児童自立の施設の夫婦職員さんとなにか重なりを感じました。それは、人と接する姿勢かなあと感じます。縁があり小平にお世話になっています。



東京では函館で、できない経験がたくさんあります。その一つに抗議行動があります。北海道では福祉新聞でしか読む事ができなかった。読んでも、当事者の訴え、命がけ等それほど伝わらないです。実際に参加してみて、当事者が救急車で運ばれるのを見て、ここまでしていたのか。が感想でした。

あとは、当事者の自立生活です。学校の勉強で自立と言うとりハビリや日常生活動作ばかりで、自立生活は聞いた事も考えた事もなかったです。どうして自分はそこで自立生活センターのような発想がなかったか、自分の当事者への考えが浅く感じます。自立生活センターを偶然知って自立生活を送っている当事者の方はたくさんいると思います。地方の介護者も似た環境にあると感じます。地方で介護の仕事をしようと探すと資格が第一条件です。そうなると、学校に行かなければ働けないとなります。そこで、施設的な教育を受けてしまいます。しかし、初めは誰もが利用者さんの事を本人の望みどおりと考えるはずです。そして、施設に実習に行きショックを受けて、それでもあきらめて慣れてしまう。でも、何かが違うから施設を転々とする。自立生活センターを知っていればという介護者はたくさんいると思います。今、自分は「やっと、自分が働きたいと思えるところにたどり着いた。一つのこと集中できる環境を与えてもらった。」それが、自分にとって今までにない最高の環境です。

総務で仕事をしていますので、みなさんよろしくお願ひします。

職員紹介 一 二村亜希子さん

みなさま、こんにちは！介護者として登録されてから2年、そして4月からは改めて職員としてお世話になっています、二村亜希子です。これまでは事務所に行くことがほとんどなかったのですが、まだ事務所に行くのは少し緊張します・・・今回ははじめましての方も多と思うので簡単に自己紹介させていただきます☆

22歳のO型で、性格は負けず嫌いだったりマイペースだったり小心者だったりします。好きなことは食べること、散歩、買い物、スポーツ（見るのもするのも）、犬とあそぶなどなど。あ、あと絶叫マシンが大好きです☆周りからはたまに毒を吐くとか、胃下垂だとか言われます。自分の好きなこと、やりたいことならたとえ次の日朝が早かろうが、仕事の直後だろうが楽しいことを優先するので逆に周りから心配されたりしますが、意外と自分体力あるかもなんて思う今日この頃です。



昨年までは某大学で福祉を学ぶ学生でした。福祉分野とは小学生の時のクラブ（吹奏楽）で老人ホームに演奏に行ったり、家の近くにある短期大学の文化祭で手話を習ったり、小学校のイベントで出会った地域のおじいさんと手紙交換したり（6年も続きました！）とちょこちょこ触れ合う機会があり、そんな中で高校生の時にふと「福祉だ！」という思いが強くなりそのまま大学へと進みました。高校の担任には「体力がいるからお前には無理だ」なんてことを言われましたが、耳を貸さず今に至ります。またもともと人に喜んでもらうことが好きで、何かをした時に「ありがとう」と言ってもらうとこちらこそ喜んでくれてありがとう！！という気持ちになってそれだけで幸せな気持ちになるという単純な性格でもあります。

小平との出会いは、周りの友達に介護のアルバイトをしている人が多く、私も就職前に少し経験しておこうかなという理由で探していた時に、求人雑誌でちょうど募集が出ていたのがきっかけでした。面接は自分の中では入学試験のような雰囲気、きっと声は震え自分でも何を言っているかわからない状況だったような気がしますが、縁あって今もお世話になっています。大学では福祉を専攻していたというものの、実際に介護に入ってみて講義では習わなかったようなことがたくさん身につく、また経験できたと思います。

介護の仕事をするようになって2年、時に自分の無能さや人間関係に悩んだり、失敗や自分のしたことに対しこうすればよかったかな・・・とったりもしますが仕事自体は本当に楽しいです！利用者みなさんには早とちりやマイペース、

鈍感な部分で多々ご迷惑をかけていると思いますが、温かく見守って頂いて感謝しています。これからも失敗をすることがあるかもしれませんが、その度に介護者としても人間的にも成長する糧になればいいなと思っております。スタッフの方を始め周りの皆さんにもこれからたくさんお世話になることがあると思うので、どうぞよろしくお祈りいたします☆

文章力には自信がないのでまとまった内容であったか不安ですが、読んでいただきありがとうございます！

～コーディネーターになって～

三澤 勇人

一昨年(2003年)の9月でした、自分が職員に・・・とても驚きました、本当にやっていけるのかと不安でしたし、そもそも何をやっていけばいいのかも全然分かりませんでした。

それでも自分の信じるままにと、ここまでがむしゃらに突っ走ってきました。もちろん悩んだり苦しんだりもしましたが沢山の皆さんに支えられながら何とか今ここにいます。

そんな私も職員として働き出してからもうすぐ二年になろうとしています。今思えば、あっという間の二年でした。

そして気がつけばコーディネーターに・・・！！そもそもコーディネーターってどんな仕事をするのか、どんな存在なのか？職員になった時よりも緊張感が自分の中で生まれていました。

でもやるしかありません、前に進むしかない。自分でやると決めた以上は・・・少しずつ仕事も覚え、何とかやっていくうちに、本当に大変な内容の仕事である事が分かってきましたし、今まで以上に沢山の人の関わっていく事が必要であると知りました。だけど、そもそもこの仕事の原点はそこにあると思いますし、とことん人と関わっていく、それこそがコーディネーターの仕事だと自分は思います。



少しずつですが関わりを持っていく方がふえていく、でも良く考えると今までの人生もその繰り返しだった。時や場所、条件は違っても今まで出会った人達も僕の中では大切な一人一人でした。

そう考えると自分は幸せなのかと思います。本当に深く関わっていくこと、それがコーディネーターには求められるのですから。

しかし実際はそんなに甘くはありません。そんなに簡単に深く関わっていく事など出来るわけもない。どうすればいいのかわからず、

考えなやんでいる・・・

しかし立ち止まってもしょうがない、まずは相手のことを知ることから、話を聞くことから始めよう。でもその為には自分のことも知ってもらう必要があるかな？だって自分の話しをする事ってとても勇気のいる事だと思うから。

そんなことを思いながら、仕事をしています。少しずつ話し、話してもらえようになればいいあせらず行こうと、自分の周りには沢山の良き仲間がいるのですから。

まだまだこれから学ぶ事も沢山あるし、やりたい、やらなきゃって事も山ほどありますが、一つ一つ、丁寧に、真剣に取り組んでいくこと、それが自分の課題だと思っています。

どうぞ皆さんこれからも末永く宜しくお願いします。

CIL・小平 写真館

～お花見 '05～



松田さん

とても高齢なのに運動精神に溢れている方です。みんな見習いましょうね。

讃岐さんと原さん&介護者
讃岐さんはいつもギターと歌で盛り上げてくれます。
原さんはいつも笑顔でなごませてくれます。



～復職しておもうこと～

介助コーディネーター 岡村千重子

昨年8月に出産し、約8ヶ月の育児休暇を経てこの4月に復帰いたしました。娘は8月に誕生日を迎え、1歳になりました。子供の成長はあっという間とよく聞きますが、自分が親になってみて、今まさにそれを実感しています。



私が産休に入ったのは、昨年の6月、C I L・小平で仕事を始めてから丸7年が経っていた頃でした。その少し前から、それまでひたすら走り続けながらも、徐々にペースダウンしていた…早い話「ちょっと疲れてるかなー、私」とだいぶ長いこと感じていました。また、子供を産んだ後も、仕事を続ける気持ちは最初から決まっていた。それなら、こんな時間を過ごせるのは今だけだ！ちょっとここで一休み、そう考え、産前はとにかくのんびり、子供が生まれてからも、ひたすら娘とスリスリしながら

ゆったりした時間を過ごしました(最初の1ヶ月は、想像を絶するような育児の大変さに、「私が泣きたいよー！」と子供と一緒に泣くこともありましたけどね)。「4月から、娘は保育園、私は仕事」…娘が産まれてからずっと、そのことを忘れることはなく、ふとした瞬間にどうしようもない寂しさに襲われることもありました。が、それを意識することで、かえって娘とのかかわりを大切に出来たように思います。

いざ復帰して。子供が別れ際にぐずったり泣いたりしたのは最初の一週間だけ…離れることになかなか慣れなかったのは、親の私の方でした。復帰して1ヶ月は、仕事に同じ月齢のこどもを見かけるたびにいろんな感情がわき、思わずうるっ…としてしまうこともありました。きっと、小さな子供を預けて働くことに、私の中に迷いがあったのだと思います。でも、親が自分のしていることに自信が持てなかったり、気持ちを揺るがし続けていたら、子供にはその何倍もの大きさになって不安が伝わってしまうのでは…。そんな思いにたどり着き、とにかく、自分が決めたようにまずやってみよう、うまくいかなることがあればいさぎよくやり方を変えればいい…復帰して約半年が経ち、ようやくそう思えるようになりました。

そこに至ることが出来たのは、幸い私のまわりには私の選択を支持してくれる意見が多かったこと、そして、同じように子育てをしながら働いている方々や、子育てを経験された先輩方の励ましがあったからです。また現場では、子供がいることで以前の様な働き方が出来ない私にも、可能な範囲で仕事をさせてもらっ

ていることもそうですが、私をとりまくあらゆる状況を理解してもらえているという、精神的なサポートにこそ私は支えられている、それが、私が今一番強く感じていることです。月並みかもしれませんが、私の復帰は職場の理解がなければ実現出来ないことでした。どんな職場でもそうあるべきことが、現実にはなかなかそうはいかず、泣く泣く復職をあきらめる女性も多い中、私は本当に恵まれていると感じています。今これを読んで下さっている、全ての方に感謝しています。ほんとうにありがとうございます！このCIL・小平で、子供を産み育てながら仕事をさせてもらっている自分が、今現在、そしてこれからママやパパになっていくスタッフの皆さんに、今度は私がサポートする側になってかかわって行く…感謝する気持ちを、そういうかたちで返していけたらいいな、と思っています。

これまで仕事を続けてくる中で、私がいつも考え、悩んできたことの一つに、自分が人とどのようにかかわっていくか、ということがあります。相手に対し、その人の気持ちや状況を想像する、自分から歩み寄る、変わって欲しいと思っただけで自分が変わってみる、自分の関り方にどう責任をもつか、…などなど。子育てを1年経験して気付きましたが、これらは全て、子育てにもそのままあてはまるものでした(ただし、親の責任で、時には私の主観で子どもを守ったり、叱ったりする、という部分だけはちょっと違ってきますね)。子育てを、わりと気楽に楽しみながらやれているのは、周りからたくさんの助けをもらっていること、そして、これまで仕事の中で経験してきたことの中からヒントを得て、大きな問題やストレスになる前に、自分なりに乗り越えることが出来ている、その部分が大きいと感じています。また、娘は私にとって、今最も大切に愛しい人の一人ですが、そんなに強い思いがあっても、まだまだ彼女のことはぜんぜん分からないことだらけ。思いがある分回りすることもあり…。これは、仕事をする中でもまた、同じような思いを感じ、苦しんできたことです。つまり、私が考えてきた、人との関係のなかで大切にしたいものというのは、家族でも仕事でもそれ以外でも、どんな人間関係においても共通している、そのことをあらためて感じています。

自分の人とのかかわり方を見つめたり振り返ったりすることは、自分自身を思い知らされることであり、時に厳しいものをつきつけられる作業になります。しかしそれを上回るおもしろさがあります。また、それをすることで、人とまざりあいながら生きていく上での、物事の考え方やとらえ方の引き出しがどんどん増えていくような気がします。子育て、そしてやはりこの仕事は、その究極を経験させてくれる。大変と思うことも多いけれど、どちらもやっぱりやめられな一い！と思うのは、きっとそのせいなのでしょうね。

自立生活1周年

久保田 さおり

去年の4月に自立して1年がたちました。この1年すべてが初めてでおろおろするばかりでした。まわりのみなさんに助けをいただきながら少しずつ行事をさせていただきました。長期自立生活プログラム、ピア・カウンセリング講座、食事会、幹事など参加させていただいたり担当させていただいたりしました。

どれも奥が深く難しいのですが、去年1年で印象に残ったのは食事会でした。最初はできるだろうと甘く考えていたのですが、回を重ねるごとに自分が“できない”ということを感じるようになりました。食事会は毎月1回で30人くらいが参加するのですが、メニューを考え、前日に準備を始めます。30人分の材料の量を計算したり、作り方はもちろん段取り、何がどこにあるかの把握、すべて頭にいれてみんなに指示しなければなりません。そのメニューを作ったことがなければ細かい指示はできないし、こうすると失敗するということがわからない。それに、たとえば大根を煮るときは面取りをすとか、根菜は水からゆでる、葉菜はお湯からゆでるなど本に書いてないような経験から得る知識も必要になってくるのでそのときだけ準備をしっかりとしてもだめで、日ごろの積み重ねが役に立つと思い、本当に難しいと思いました。できないと思うとしり込みしてしまうのですが、なんとかできるようになりたいなあと少しずつ料理に挑戦しています。

いろいろ経験させていただいて少しずつ自立生活センターについてわかるようになってきましたが、まだ経験していないことが多すぎ、あせって「なんで、どうして、知りたい」ということが先行してしまい、聞きたがりになってしまうのかなと最近思っています。もう少しゆっくりでもいいのかなあ・・・とも思いました。

今までは何かをこなすことで精一杯でしたが、1年たって自分の行動に、これでいいのか、どうしてこうするんだろうという疑問がでてくるようになりました。それにより意味をわかって、自分の言葉で何かを伝えることができるようになってきたので、1年まえの自分から少しは成長できたのかな？と感じています。



お楽しみIL(ピアガーデン)より 池田さんと久保田

ふとした瞬間・・・⑤

小泉 信治



みなさんこんにちは。今回のテーマは“責任”について書いていきたいと思います。みなさんにとっての“責任”とは何ですか？一口に責任と言っても、個人で考えかたは違うとは思いますが、責任には大きなものから小さなものがあり、仕事、家族、友人・・・等さまざまに対するものがあると思います。また責任とは人と人の間に存在し、誰もが多かれ少なかれ持っている

るものです。

さて、私自身のことですが、今現在私には“自立生活センター・小平の事務局長”という責任があります。この仕事について7年目、事務局長になって4年目になります。事務局長とは、分かりやすく言えば会社の副社長であり、代表と共に利用者と介助者とセンターの職員の生活面や仕事についての責任を持ちます。こういった責任に押し潰されそうになった経験はありますか？私は正直あります。自分の生活が壊れるのはある意味自分の責任ですが、他の方の生活を壊すことは絶対にあってはならないと思います。歳の順から言って私がC I L小平の次期代表にならせて頂くと思うのですが、そんなことを考えた時に利用者と介助者と職員を守りきれぬのかという不安に押し潰されそうになったのです。しかし、だからと言って“辞めます”と言うのはあまりにも無責任であり、何の解決にもなりません。



ではここで少し違う話をします。人はさまざまな事柄に対してストレスを感じ、それが溜まり溜まると爆発してしまう場合があります。気持ちが爆発したり壊れてしまうと、大半の人は物事が手につかなくなり、責任がどうなどと言っていられなくなります。このストレスですが、何か物事があつてのストレスですので、これを“問題”と置き換えます。仕事や生活をしていく上でのこの問題ですが、皆さんはどのように解決しているのでしょうか？誰かに愚痴ってすっきりする場合もあります。他にも体を動かしたり、趣味に走るなど人それぞれだと思います。でもこれらで解決できる問題は正直大した問題ではないと私は考えます。物事にはそのままにしておけない問題がたくさん有り、それらをこなすことにより

きちんとした仕事や生活が成り立つのです。これをこなせずに溜めていくと、やっぱり人は壊れてしまいます。どんなに“自分は強い！全然問題ない！”と言っている人でも、これが溜まると必ず壊れます。ではどうしたら良いのでしょうか？人それぞれ色々な考えややり方があると思います。

さて話を戻して、私自身の解決法ですが、私は気持ちの共有と問題の共有で大抵のことは解決してきました。まず気持ちの共有ですが、辛い時に“辛い”と言うことです。私が考えるにこれが出来るのは大半が女性の方が多く、男性はなかなか辛いと口にすることが少ないです。何故でしょうか？“男は強いもの”という変なプライドや昔ながらの考えや先入観の所為でしょうか？辛いことは、男女関係なく平等にあり、それを辛いということは決して恥ずかしいことではないと思います。周りの目が気になるかもしれませんが、言わずに壊れて責任を負えなくなるより、言って責任を負う方が全然良いことだと思います。私は辛い気持ちを誰かに共有してもらうことにより、問題解決するための気持ちと力を養っています。まずは信じられる人を作り話すことです。

次に問題の共有ですが、これは一つの問題を自分独りで抱え込まず複数で協力して行うということです。これにより大抵のことは上手く行きます。これも“自分がやると言ったから”とか“皆同じくらいに大変そうだし”などと言っている場合ではないのです。前者はプライド、後者は周りを思いやると言うのがあるかもしれません。ですが、そんなプライドや思いやりで自分が潰れてしまったら、責任も果たせず、周りも潰れてしまった人の分までもっともっと大変になります。ですから、責任をきちんと果たしたいなら、周りのことを思いやるのなら、大変なときには相手を信じて相談することだと思います。それが例えどんなに小さなことだとしても……。私は自分の責任を果たし続けるために、大切なものを守るために、“辛い”と言う言葉がいつでも言える人でいたいと思います。

さてここでもう一度聞きます。みなさんにとっての“責任”とは何ですか？

私と障害と家族(番外編)

竹島 慎吾

いつもお世話になっていますが、前号まで妻が家族、CIL小平との関わりなどを書きましたが私にもなにか書くように言われまして(依頼ではなく命令ですので)書かせていただきます。

妻は、土日を除いて一日10時間の支援を受けていますので私が介助する時間は妻の生活の約7割の部分となります。支援を受けている時間は私が仕事をしている時間(通勤時間も含めて)と重なりますので自分の時間というものなかなか持てませんが通常の男性(若しくは夫、父親)があまり経験しないことをたくさん経験することが出来ました。

妻の持つ障害を受容するまで(CIL小平を知るまでと言い換えても良いかも知れませんが)は“仕事人間”といえますか生活の中心が職場であり、病気の進行していく妻が我慢する部分が多かった様です、結局トイレへ行かないために水分をあまり取らない様にしていたことが脳梗塞を招くこととなってしまいました。CIL小平へ相談に行き、川元さんと馬場さんが話を聞いてくれましたが制度利用もちょっと大きめな人の介助についてもいとも簡単に「大丈夫」と言ってくれました。最初は馬場さんや岡村さんが介助にきてくれましたがその介助はこれが“プロ”と感じさせるものでした。

短時間でこなす家事、状況に応じた介助(どんな時でも何とかなる、あるいは何とでも出来る)は驚嘆するものでした。私はそれまで家事については、多少、自信を持っていたのですがどうも妻が私に家事をさせるためにおだてていたと言うことと気付きました(その後、妻の私への要求(指示)がプロ並みに厳しくなったことは言うまでもありません)。

自立を考える時、「大丈夫ですよ」といとも簡単に言ってもらえたら、そして介助の時“プロ”の仕事を見せられたら、どんなに心強いかわかりませんが(いまはいろいろな部分で難しいところがあると思いますが)。

そして忘れてはいけない事は利用できる制度についてCILが熟知している(ハードもソフトも)ことです、しかし、当事者だけではなく、家族と言う単位が障害を持っていることを認識し受容しなければどの制度も使えないと思います。

家族に収入があり、家族介護の部分があると本当の意味で「自立」ではない(独りの力で生きていないから)と思う方もいると思います。

でも家族は職場でも学校でもその生活の場で多くの障害を感じて生きています、それらの障害には実情を周囲に伝へ理解を求め、そして“あきらめ”ではなく自分の生き方(考え方)を変え、使える制度は使うことで対応してきました、このような生き方も「自立」のひとつの形だと思っています。

妻を通じて、多くの障害当事者の方やその家族の方々を知りました、CILの

仕事(活動)も知ることが出来ました、いろいろな生き方、関わり方、考え方を
知りました(まだまだ不十分ですが)、これからもCIL小平にはお世話になり
ますよろしくお願いします。

CIL・小平 写真館

～長期ILPより～



スタッフと受講者と介助者
CIL・小平研修室にて

調理プログラム
メインディッシュはアスパラの肉巻き
味噌汁は豆腐とおぎとワカメです。
美味しかったですか？
受講者の土屋さんでした。



この時は受講者で
今はスタッフの落合さん。
うれしそうな笑顔ですね。
上手に出来たみたいです。

自立生活センター・小平 活動報告

2004年12月

- 2日(木) ピア・カン I L P 会議
- 3日(金) 職員会議・報告検討会議
通勤寮ピア・カン勉強会 / I L 文京(竹島・大淵)
- 6日(月) 日常生活支援研修(小泉)
- 9日(木) ピア・カン I L P 会議
個別 I L P (川元)
- 10日(金) 報告検討会議
- 13日(月) ~ 15日(水) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 13日(月) 日常生活支援研修(小泉)
東京都障害者ケアマネジメント従事者行政研修(久保田)
- 14日(火) ガイドヘルプ講習 / 新宿(小泉)
東京都障害者ケアマネジメント従事者行政研修(久保田)
- 16日(木) ピア・カン I L P 会議
個別相談(川元)
- 17日(金) 報告検討会議
町田ヒューマンネットワーク15周年パーティ(小泉)
- 18日(土)
- ~ 19日(日) 障害者政策研究全国集会 / 戸山サンライズ(川元・竹島・久保田)
- 20日(月) 自薦ハハ - 登録推進協会全国リーグ - 育成 / 戸山サンライズ(川元)
訪問介護員養成研修 / 講義(竹島)
- 21日(火) 利用者交流会(クリスマス会)
- 21日(火) ~ 23日(木) 全国自立生活センター協議会九州ブロック研修(馬場)
- 23日(木) 全国自立生活センター協議会九州ブロック研修 / J I L 主催(川元)
全国自立生活センター協議会総会(川元・小泉・久保田)
- 24日(金) 交渉: 小平市(川元・馬場)
報告検討会議
- 25日(土) 東京都自立生活センター会議(川元・小泉)
- 26日(日) とともにネット音楽会(小泉・竹島・大淵・山崎・久保田)
- 27日(月) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 28日(火) 忘年会

2005年1月

- 4日(火) ピア・カン I L P 会議
- 5日(水) 個別 I L P (小泉)
- 7日(金) 職員会議・報告検討会議
通勤寮ピア・カン勉強会 / I L 文京 (大淵)
- 11日(月) 個別 I L P (山寄)
- 13日(木) ピア・カン I L P 会議
- 14日(金) 報告検討会議
- 17日(月) 中野区交渉会議 (小泉)
~19日(水) C I L あおもり来所・コーディネーター会議 (川元)
- 18日(火) 全国障害者介護保障協議会会議 (川元)
利用者交流会(新年会)
- 19日(水) コーディネーター会議
厚労省 (川元)
- 20日(木) ピア・カン I L P 会議
東京都傷害者ケアマネージャー養成講座 / 茗荷谷 (久保田)
- 21日(金) 職員会議・報告検討会議
- 22日(土) 東京頚髄損傷連絡会 (山寄)
- 24日(月) 日常生活支援研修 (川元)
ピア・カン委員会 (大淵)
- 25日(火) 個別 I L P (川元)
障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 25日(火) ~ 27日(木) 宿泊体験 I L P (小泉・久保田)
- 27日(木) ピア・カン I L P 会議
利用者会議
- 28日(金) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 31日(月) 中野区交渉会議

2005年2月

- 1日(火) 東京都自立生活センター協議会役員会議(川元)
個別ILP(小泉)
ピア・カンILP会議
- 2日(水) 個別ILP(川元)
- 3日(水) 個別ILP(小泉)
単発ILP/調理(竹島・大淵・久保田・中山)
- 4日(金) 職員会議・報告検討会議
通勤寮ピア・カン勉強会/スタジオIL文京(大淵)
- 8日(金) 東京都交渉(川元)
東村山市第二中学校講義(小泉・久保田)
ヘルパー研修3級(竹島)
ピープルファースト厚労省前行動(松本)
- 10日(木) ピア・カンILP会議
- 14日(月) 利用者説明会
- 15日(火) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 16日(水) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 17日(木) ピア・カンILP会議
介護者説明会
自民党本部NPO会合(川元)
- 18日(金) 八王子ヒューマン・タイ打ち合わせ(川元)
厚労省(川元)
報告検討会議
- 21日(月) 個別ILP(川元)
介助者説明会(竹島)
交渉:東村山市(山崎)
- 22日(火) ヘルパー研修3級(竹島)
介助者交流会(小泉)
個別ILP(山崎)
- 23日(水) 自薦登録推進協会研修(川元)
- 24日(木) 全国自立生活センター協議会:所長セミナー(川元・久保田)
ピア・カンILP会議
個別ILP(小泉)

2005年3月

- 1日(火) 自立生活センター岡山来所(川元)
利用者交流会
- 3日(木) ピア・カン I L P 会議
個別 I L P (久保田)
- 4日(金) 職員会議・報告検討会議
交渉:小平市(川元・大淵・馬場)
- 8日(火) 個別 I L P (山崎)
- 10日(木) ピア・カン I L P 会議
個別 I L P (小泉)
- 11日(金) 職員会議・報告検討会議
わかこま自立生活情報室/自立生活プログラム講師(大淵)
- 12日(土)~20日(日) タイ研修
- 13日(日) 通勤寮ピア・カン/東京都障害者福祉会館(大淵)
- 14日(月) 日常生活支援研修(小泉・竹島)
- 15日(火) 個別 I L P (小泉)
- 17日(木) ピア・カン I L P 会議
交渉:中野区(小泉)
- 18日(金) 報告検討会議
障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 22日(火) 日常生活支援研修(竹島)
個別 I L P (小泉)
- 24日(木) ピア・カン I L P 会議
- 25日(金) 報告検討会議
- 28日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 29日(火) 交渉:東京都(川元)
個別 I L P (竹島)
- 31日(木) ピア・カン I L P 会議
個別 I L P (川元)

2005年4月

- 1日(金) 報告検討会議
職員会議
- 5日(火) 利用者交流会(お花見)
- 6日(水) 個別ILP(山崎)
職員勉強会
- 7日(木) ピア・カンILP会議
- 8日(金) 報告検討会議
- 11日(月) 日常生活支援研修(小泉・川元)
ダスキニアジア太平洋研修生ILP(川元)
ダスキニアジア太平洋研修生歓迎会
- 12日(火) 単発ILP、化粧・外出(竹島・久保田)
- 13日(水) 勉強会(ダスキニア研修生講演)
- 14日(木) ピア・カンILP会議
- 15日(金) 報告検討会議
- 19日(火) 役員会議
- 21日(木) ピア・カンILP会議
- 22日(金) 報告検討会議
- 25日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 28日(木) ピア・カンILP会議
個別ILP(久保田)

2005年5月

- 6日(金) 報告検討会議
- 10日(火) ピア・カンILP会議
- 11日(水) 全国自立生活センター協議会常任委員会(川元)
- 12日(木) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 13日(金) 職員会議・報告検討会議
- 14日(土) バーベキュー
- 16日(月) 個別ILP(川元)
- 17日(火) ピア・カンILP会議
- 19日(木) 第11期長期自立生活プログラム第1回
- 20日(金) 報告検討会議
日本赤十字武蔵野短期大学研修(大淵・馬場)
研修会議

- 23日（月）日常生活支援研修（小泉）
- 24日（火）ピア・カン・ILP会議
- 25日（水）障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
- 26日（木）第11期長期自立生活プログラム第2回
- 27日（金）通信会議
報告検討会議
通勤寮打ち合わせ／スタジオIL文京（大淵）
- 29日（日）ともにネット総会（竹島）
- 31日（火）ピア・カン・ILP会議

2005年6月

- 2日（木）第11期長期自立生活プログラム第3回
- 3日（金）職員会議・報告検討会議
- 5日（日）全国自立生活センター協議会シンポジウム／砂防会館（川元・小泉
竹島・久保田・三澤・小野田）
- 6日（月）全国自立生活センター協議会総会／都市センターホテル（川元・小
泉・竹島・久保田・三澤・小野田）
- 7日（火）ピア・カン・ILP会議
- 8日（水）日常生活支援研修（川元）
個別ILP（竹島）
- 9日（木）第11期長期自立生活プログラム第4回
- 10日（金）報告検討会議
自立生活プログラム／船橋障害者自立生活センター（大淵）
個別ILP（小泉）
- 14日（火）利用者交流会
日高養護学校生実習（小泉）
- 15日（水）日常生活支援研修（川元）
個別ILP（竹島）
- 16日（木）第11期長期長期自立生活プログラム第5回
東京都自立生活センター協議会総会（川元・久保田）
- 17日（金）報告検討会議
- 20日（月）日常生活支援研修（久保田・竹島）
日高養護学校生実習（小泉）
- 21日（火）個別ILP（竹島）
利用者説明会
- 23日（木）第11期長期自立生活プログラム第6回

役員会議

- 24日(金) 報告検討会議
- 27日(月) はたらきば総会(川元)
- 28日(火) ピア・カンI L P会議
- 29日(水) 個別I L P(山崎)
- 30日(木) 第11期長期自立生活プログラム第7回

2005年7月

1日(金) 職員会議・報告検討会議

2日(土)

～4日(月) 全国自立生活センター協議会所長セミナー講師(川元)

5日(火) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動

7日(木) 第11期長期自立生活プログラム第8回

役員会議

8日(金) 報告検討会議

個別I L P(久保田・竹島・中山)

12日(火) 利用者交流会

14日(木) 長期I L P第9回

15日(金) 報告検討会

コーディネーター研修①

18日(月) ピア・カウンセリングセミナー/自立生活センターSTEP江戸川(竹島・吉田)

19日(火) ピア・カンI L P会議

日常生活支援研修(竹島)

21日(木) 第11期長期自立生活プログラム第10回

個別相談(川元)

22日(金) 役員会議

報告検討会議

個別I L P(久保田・竹島・中山)

25日(月) 日常生活支援研修(竹島)

26日(火) ピア・カンI L P会議

役員会議

27日(水) 個別I L P(久保田・竹島・中山)

介助者交流会

28日(木) 第11期長期自立生活プログラム第11回

交渉:小平市(川元・久保田・馬場)

29日(金) 報告検討会議・コーディネーター研修②

2005年8月

- 2日(火) ピアカン・ILP会議
個別相談(川元)
- 3日(水) コーディネーター会議
- 4日(木) 障害者の地域生活確立の実現を求める大行動
個別ILP(竹島・久保田)
個別ILP(竹島)
- 5日(金) 職員会議・報告検討会議
- 8日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 9日(土) ピアカン・ILP会議
個別ILP(竹島)
個別ILP(山寄)
- 11日(木) 個別ILP(久保田)
- 12日(金) 報告検討会議
コーディネーター研修③
- 15日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 16日(火) 利用者交流会
個別ILP(山寄)
- 17日(水) コーディネーター会議
- 18日(木) ピアカン・ILP会議
個別ILP(久保田)
- 19日(金) 報告検討会議
- 22日(月) 東京都自立生活センター協議会総会(川元・小泉)
全国自立生活センター協議会ピアカン委員会研修打ち合わせ(大淵)
- 24日(水) コーディネーター会議
- 25日(木) ピアカン・ILP会議
- 26日(金) 報告検討会議
コーディネーター研修④
- 29日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 30日(火) ピアカン・ILP会議
単発ILP(新宿ピアガーデン)
個別ILP(山寄)
- 31日(水) 個別ILP(山寄)
コーディネーター会議

2005年9月

- 1日(木) 個別ILP(小泉)
- 2日(金) 職員会議・報告検討会議
- 5日(月) 日常生活支援研修(竹島)
- 6日(火) ロビー活動/小平(川元・小泉・竹島・山寄・久保田)
利用者会議
- 7日(水) 個別ILP(小泉)
コーディネーター会議
個別ILP(山寄)
- 8日(木) 役員会議
個別ILP(久保田)
- 9日(金) 報告検討会議
- 12日(月) 日常生活支援研修(竹島・久保田)
交渉: 東村山市(川元・岡村・佐藤)
- 13日(火) ~ 15日(木) 空白県自立生活プログラム
- 13日(火) 個別ILP(川元)
- 14日(水) 個別ILP(山寄)
コーディネーター会議
- 15日(木) 個別ILP(川元)
個別ILP(久保田)
- 16日(金) 報告検討会議
コーディネーター研修⑤
- 20日(火) 利用者交流会
- 21日(水) コーディネーター会議
個別ILP(小泉)
- 22日(木) ピアカン・ILP会議

会員募集のお知らせ

ならびに平成18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すが、すでに会員になられている方は、来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

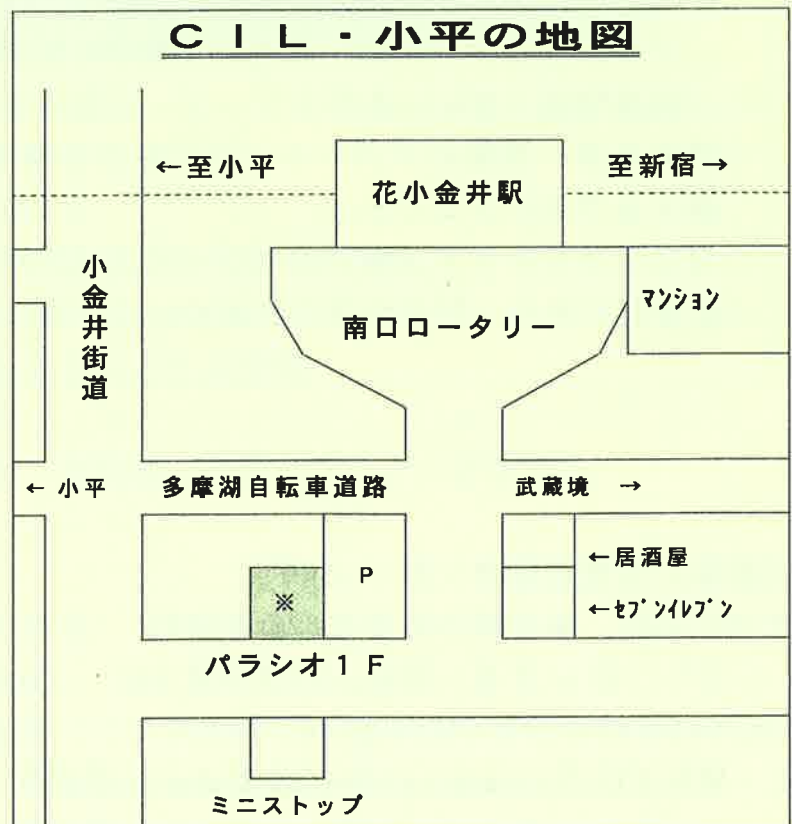
皆さん今年一年、自立生活センターを支えてくださり、本当にありがとうございました。

また来年も引き続き、多大なるご支援をよろしくお願いいたします。

秋から冬の空は澄んでいて、身も凍るような寒い日の朝や夜に、凍えながらも見上げる空の美しさは格別ですね。

さて自立支援法が成立し、来年4月から施行されます。私達の生活をかけた戦いも厳しい冬になるかもしれませんが、団結して戦い続けましょう！

(編集長 小泉)



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。)

- ・ 自費利用 ①知的・ガイドヘルプ ￥1,450/時
- ②家事援助 ￥1,450/時
- ③日常生活支援 ￥1,500/時
- ④身体介護 ￥1,800/時
- ・ I L P、ピア・カウンセリング利用 ご相談ください。
- ・ 支援費制度 ご相談ください。

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102
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)