1971年6月17日　第3種郵便認可　毎月6回(0の日・5の日)発行　2010年10月7日発行　SSKP　通巻第4558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

ゆにーく your らいふ

2010年
11月号

［表紙写真］
（2010年5月15日開催 バーベキューにて）

報告

■鉄道アナウンス撤廃交渉

好評連載中！

■ぶっちゃんの子育て奮闘記

新連載！

■私と障害

1971年6月17日　第3種郵便認可　毎月6回(0の日・5の日)発行　2010年10月7日発行　SSKP　通巻第4558号

目　次

2010年
11月号

自立生活センター・小平　通信　SSKP
ゆにーくyourらいふ

p　3　報告 鉄道アナウンス撤廃交渉

p　6　自立生活インタビュー
p　9　第１６期自立生活プログラム報告
p１０　長期ＩＬＰを受けてみて

p１１　自己紹介
p１２　連載 私と障害
p１３　連載 ぶっちゃんの子育て奮闘記⑦
p１４　歩いてきた道、これから行く道。
p１６　ＮＥＷ ＦＡＣＥ紹介

p１８　活動報告
p２３　編集後記・地図
p２４　サービスのご案内

1971年6月17日　第3種郵便認可　毎月6回(0の日・5の日)発行　2010年10月7日発行　SSKP　通巻第4558号

報告　鉄道アナウンス撤廃交渉

障害者の交通手段の改善を求める会　　山嵜涼子

皆さんこんにちは。すっかりご無沙汰をしてしまった間に、幾つの季節を迎え、過ぎたことでしょうか・・・。時が経つのは早いもので、今は夏。遅ればせながらお変わりありませんか？
私は仲間に支えられながら今日も元気ハツラツ！今回は皆さんに良い報告があり、早速ペンを取りました。

さて、良い報告とは、皆さんも日々の生活の中で利用しています〇〇鉄道が、これまで行なっていた車両乗換え、下車駅をつげるホームアナウンスを止めることにしたのです。このアナウンスとは、どんなアナウンスだったかと言いますと、まず、車椅子を利用している障がい者の方が電車に乗る場合、ホームと車両との段差と隙間があるためにそれを解消し、安全に乗車できるよう係員に希望の車両を伝え、スロープを乗車口に持ってきてもらうのです。この時に、係員が手にしているマイクのような物で、『お客様、〇〇乗り換え〇〇までご案内中です。』車両運転士・車掌に聞こえるよう、ホームで案内をするのです。もちろん音量は、ホームで電車を待つ乗客や乗り合わせている乗客以外にも、駅舎全体に聞こえるくらい大きな音です。大事なお客様をドアに挟んではいけないと始めた安全を確保するためのアナウンスでした。
先に、アナウンスを止めたと書きましたが、鉄道事業者自ら止めたのではなく、私達がこれまでの交通手段の改善(障がい者差別禁止を含む)を話し合ってきた中(前回までの通信に記載した内容)で訴えてきた一つです。どのようにアナウンスを止めろ！と訴え闘ってきたか・・・。

この、アナウンスの問題はプライバシーの侵害に値するからです。皆さんわかりますか？例えば、車椅子を利用しているためにいちいち乗り換えの度、行きたい目的地を放送されるのが私を含めた障がいをもっている者です。では、障がいをもっていない健常者の皆さんは？いちいち係員に目的地を伝える必要はなく、放送もされません。ですからこの問題は乗客の一部にも満たない障がいをもつ者だけがプライバシーを開示され、それにより自社の安全を確保しているのです。そして他にも重大な問題があります。それは沢山いる乗客のなかでアナウンスされるということは、個人が特定されてしまいます。そのなかで乗り換えや下車駅まで開示されてしまうと、不審者に後を付けられたり、先回りされ自宅まで付いてこられるという犯罪に巻き込まれることが起こるのです。

このような理由から、平成21年3月より障がい者差別禁止を訴えていくなかに盛り込んで交渉して参りましたが、当時は『構内アナウンスがプライバシー侵害に当たるかどうかは疑問が残ります。また、お客様を車両ドアではさんで怪我をさせてしまうことが過去にあったことによる、事故が二度と起こらないという確証が得られるまでは、アナウンスを止めることはできない。』と先方は頑として止めることを考えてはいなかった。しかし、『上記のような事故が起こ

るという点と、〇〇鉄道とのこれまでの関係の中で、障がいをもつ乗客の安全への理解を得てからは、ドアに挟まれるような事故はありません。ですから、皆さん方の鉄道では必ず実施でき、アナウンスを止めたからといって、事故が起こるとは考えられない、と私共は感じています。』と、求めていた矢先に、『本年 5 月をもちまして、〇〇鉄道では障がいをお持ちのお客様に対し、これまで行っていた構内アナウンスを廃止することを決定いたしました。つきましては、今後どのようなご案内になるかをご説明申し上げたい。』と連絡が入りました。早速、日程を組みまして廃止になった経緯から、話を聞きました。まず、平成22年6月からは乗車の際のご案内をこれまでの『お客様〇〇駅乗り換え、〇〇駅までご案内中を改め、お客様〇〇車両でご案内中→ご案内終了』というアナウンスに変えさせていただきますとの事でした。

アナウンスを廃止すると連絡があった時期と廃止実施の時期までの間が半月もなかったことから、アナウンスをしない方法の係員の案内や、新しいやり方に手間取り、車両乗降時のスロープが間に合わないということが起こらないか、質問しました。回答は、『すでに上層部には伝えてあり、数年前まではアナウンスをしていなかったこと、また、ご案内の手段については係員が携帯無線を使い駅の事務室へ連絡、事務室から乗り換え又は降車駅への連絡の二つの手段で行っていたことは、これまでと変わりなく行います。ですから、皆さん方がご心配されているようなことは、起こらないと思っていますし、もし、起こった場合は、直ちに検証し改善の方法を考えることを約束します。』と自信を持っていた。さらに、私共は一番強く訴えていたプライバシー侵害について質問しました。質問『会社としてプライバシー侵害に当たることを認め、廃止すること。係員の方にはアナウンスはプライバシー侵害に当るので廃止するということを含め、伝えていただくのか。』回答『プライバシーに関して、という理由の部分も伝えます。』との回答でした。その他に、この話し合いの当日に数年前に一緒に作成したマニュアルを持参され、担当者は『本日はお願いもあるのですが、皆さんとのお約束で作成した、障がいをお持ちのお客様サポートマニュアルの中のお客様ご案内の部分を、アナウンス廃止にあたり改定いたしましたので、今確認していただけないでしょうか。』とすでに改定版を私共参加者全員に見せてくれました。内容は、説明にあったような内容が大きな字であったり、大事な部分には目立つ色が使われていたり、私共でも理解しやすいページになっておりました。このような流れで話し合いが終わり、アナウンス廃止予定を迎えました。担当者が自信をもっていたように、事故もなく、係員が間違えてアナウンスをしてしまうというようなこともなく、現在も過ぎています。

私は数日過ぎたとき、〇〇鉄道の担当者に電話をしました。内容は『先日は有り難うございました。当日、〇〇さんが言っておられたように、事故もなくアナウンスもなく安全で人の視線を浴びることもなく、私も含め、共々が快適に利用しています。私共のプライバシーを守っていただくこと、さらに、係員研修に利用するサポートマニュアルも改訂し、約束を守っていただいていること、障がいを持つ者の理解をしていただけたことに心から感謝申し上げます。

これまでの皆さん方の誠実な対応は、私共には深く伝わっております。私共も、求めるだけでなく、さらに係員の方々に障がい者の交通機関の移動に理解を得られるよう、積極的に挨拶をはじめ、関っていきたいと考えております。』と、伝えました。このアナウンス廃止要求でひとまず障がい者の人権は取り戻した。少なくとも〇〇鉄道を乗車中に個人を特定され、他の乗客の目線を浴びることはなくなった。

〇〇鉄道との交渉は、平成１７年から始まり今年で５年が経過した。この原稿を書きながら久しぶりに過去５年の記録を読み直してみて正直涙がでてきた。大変な行動で大変な勉強が必要だった。交渉が思うように進まず悩んだ時期があり、見下され悔しくて眠れない日もあった。しかし私達はやり遂げた。理解を得られ『会社として障がい者差別はしません！』と言わせたことの成果は大きいと思う。そして、私達は理解をしてくれたことに向きあった。駅の改修や一係員の対応や言葉遣いのどんな細かい改善にも敏感になり、改善されたことを評価しその労力をたたえ、時には誠実な係員がいればその対応ひとつで良い一日が向かえられたと担当者に感謝を伝えた。

そんなことまで？と思われたかも知れませんが、そんなことまでもやらなければならないのが今の社会なのだとこの５年で学んだ私の感想でもあります。そして〇〇鉄道から学んだことも沢山あったことも事実で、それも含め素直に全てを伝えてきたことが現在の理解を得た関係に繋がったのかもしれません。先にひとまず権利を取り戻したと書きましたが終わりではない。運動に終わりはないし、私共は終らすことはしない。納得もしていない。なぜなら、納得し終わらせてしまえば障がいを持つ人々の社会はこれまでと何らかありない社会のままで、変わりなく不自由な交通機関のままで、その不自由な中で社会参加を強いられるのである。それは私達車椅子を利用する人が移動しているとき、目の前にある数センチの段差があればその時私達は社会にとって障がい者になるのです。しかし、そのたった数センチの段差がなくなれば私達は障がい者ではなくなるのです。これからも私共はこのようなことを訴え、障がい者の社会参加のための運動に力を入れ、社会の流れに敏感になっていきたいと思います。

最後になりますが、私共の交渉にその都度協力して下さった方々、いつも成り行きを気にかけて下さった方々にこの場をお借りし、感謝申し上げます。沢山の方々がいて下さったことが私共の力になりました。

■自立生活インタビュー

今回のゲスト

家田香さん

聞き手　　浅川都

自立したい気持ちは変わらなかった

浅川：自己紹介をお願いします。
家田：家田香と申します。
浅川：好きな食べ物は？
家田：麺類が好きです。スパゲティとかそば、そうめん、麺類なら何でも好きです。
浅川：嫌いな食べ物は？
家田：匂いのきついものが苦手。絶対口に入れられないものがセロリ。
浅川：自立してどれぐらい経ちますか？
家田：８ヶ月。
浅川：いつ自立されたのですか？
家田：去年の12月６日に引っ越しました。
浅川：それまではどこで生活していたのですか？
家田：東京都大田区で暮らしていました。
浅川：家ではどんなことをしていましたか？
家田：テレビを見たり、ゲームしたり、犬と遊んだりしていました。
浅川：家にいて楽しかったことは何ですか？
家田：犬と一緒にいられたこと。

浅川：自立のきっかけは？
家田：将来、親がいなくなってしまった時のことを考えて自立しました。
浅川：CIL小平はどうやって知ったのですか？
家田：浅川さんからCIL小平のこと、長期ILPのことを聞いて受けてみようと思いました。
浅川：長期ILPを受けてどうでしたか？
家田：もっと障害が重度な人もいるし、色々難しいこともあるなと思いました。
浅川：難しいというのはたとえば生活の面とか？
家田：はい。
浅川：それでも自立したいという気持ちは変わらなかった？
家田：はい。
浅川：その後自立まではどのように？
家田：個別プログラムを受けました。
浅川：個別はどれくらい？
家田：１年半くらい。

大変なことも多いけど

浅川：自立するまで大変だったことは何ですか？
家田：家探し。夏だったので暑くて大変だった。
浅川：不動産屋は何件くらい回ったのですか？
家田：４件くらい。
浅川：物件は何件くらい見ましたか？
家田：４部屋くらい。
浅川：見つかるまでどれくらいかかりましたか？
家田：３ヶ月くらい。
浅川：ほかに自立する前に大変だったことはありますか？
家田：近くじゃないので物を運んだり行ったり来たりがなかなかできなかったから。
あと役所のこと、交渉とか住所変更とか大変だった。
浅川：自立して大変だったことは？
家田：環境が違うから、温度変化の違いと、室温をどのぐらいに保ったらいいかわからない。
健康管理が大変だった。体調を崩したりした。
浅川：よかったことは何ですか？
家田：まだ大変な面が多い。
浅川：大変なことのほうが多い？それはどんなこと？
家田：生活のリズム。人に指示をするのも難しいし・・・。
浅川：自分で決めていかなきゃいけないということ？
家田：はい。

浅川：指示は大変ですか？

家田：はい。でも少し慣れてきました。
あと、一番大変だったのはゴミ出し。分別が難しい。
今は少しずつ慣れてきました。カンビンをどういうタイミングで持って行ったらいいのか分からない。あとダンボール。

出かけることが楽しい

浅川：生活していて楽しいことは何ですか？好きなことでも。

家田：一人じゃないので、誰かそばにいてくれるのでその人と会話ができること。どこかに出かけたりするのが楽しい。

浅川：どこに出かけるのですか？

家田：西友。最近、映画を観に行きました。

浅川：映画は何を観たの？

家田：最初はフラワーズ、最近、踊る大捜査線を観ました。
新所沢のパルコで観た。

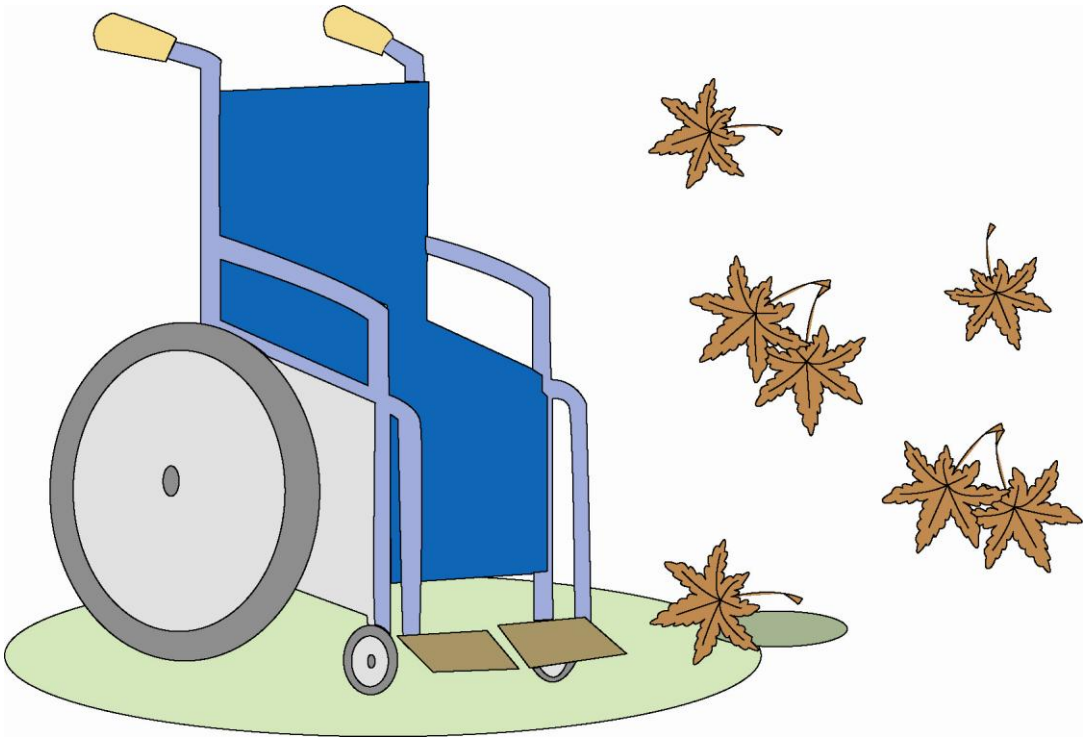
浅川：これからやってみたいことはありますか？

家田：介助者の交代を家以外でやって、もう少し出かけてみたい。

浅川：行ってみたいところとかありますか？

家田：将来的には、旅行にも行ってみたい。
仙台に行きたい。

浅川：ありがとうございました。



■第１６期自立生活プログラム報告

みなさんこんにちは。まだまだ暑い日が続いていますが、いかがお過ごしですか？さて、自立生活センター・小平では２０１０年５月１３日から７月２２日の毎週木曜日、全１１回で自立生活プログラム長期講座を行いました。

５月１３日　第　一回　自己紹介、目標設定・自立生活センターって？
５月２０日　第　二回　障がいってなに？・自分の障がいを知ろう
５月２７日　第　三回　介助者との関係作り
６月　３日　第　四回　介助者の使い方・掃除、洗濯のやりかた
６月１０日　第　五回　料理を作ろう！「ハンバーグ、グリーンサラダ、豆腐とワカメの味噌汁」
６月１７日　第　六回　自立生活運動の歴史
６月２４日　第　七回　ひと月に使えるお金・自分の使える制度
７月　１日　第　八回　お出かけしよう！「ナムコ・ナンジャタウン」
７月　８日　第　九回　自立生活体験を聞こう
７月１５日　第　十回　わたしの家族
７月２２日　第十一回　反省と感想・打ち上げパーティー

以上の項目でリーダー６名、受講生４名で行いました。当センターのプログラムは、自立生活前の基礎的な部分に視点を置き、長い間行ってきました。毎年新しいものを何か取り入れてやりたいなとみんなで話し合い、自立生活前に自分が何を知りたかったのかを考慮し、第九回の「自立生活体験を聞こう」を企画しました。内容としてすでに自立をしているリーダー３人が、自立生活までの経過、家族との話し合い、当時の思いを話し、それに対して受講生が質問をするというものでした。内容としてはシンプルですが、自立生活体験者の思いや経過を聞く機会は中々無いので、今後自立生活を希望している受講生にとっては良かったのではと思っています。「自立生活プログラム講座」というとすごく堅いイメージがありますが、自分としては自立生活は楽しいことがたくさんある、自分らしい生活が出来るということを伝えたいので、常に楽しいプログラムを行っていきたいなと思い、今後もプログラムに参加していきたいと思っています。もし自立生活に興味がありましたら、ぜひ参加して頂ければと思います。よろしくお願いします。

小泉　信治

■長期ＩＬＰを受けてみて

阿保　弘平

私は長期ＩＬＰを受けるのは今回が初めてです。受けるきっかけは自宅の事で強く自立をしたいと思い、初めは個別ＩＬＰを受構しようと思ってＣＩＬ小平の方に相談したら、長期ＩＬＰをまず受講する事になりました。長期ＩＬＰを受講するに際し、私は今まで作業所に週五日通っていましたがそれを週四日にしました。

長期ＩＬＰは全１１回で介助者と利用者の関係や調理の時に介助者へどう指示をだすか自立した際に利用出来る福祉制度の学習をやりました。

各回で私は特に調理がうまくいかず、反省しました。指示する内容や調理の行程が頭にないとダメだなーと思いました。そして、介助者の関係作りは介助者だって介助者の生活があり、利用者はそれを考えるのも必要ですし、一方的に指示するだけではだめだと思いました。福祉制度利用は私が今までも使えた制度もあって目新しかったです。

八回目はフィールドトリップでサンシャイン６０のナムコナンジャタウンに行き、そこでは餃子ミュージアムやクレーンゲームがありました。講座の合間にあるお楽しみで、楽しかったです。

九回と十回で自立をしていらっしゃる先輩障害者の方々の自立に際しての体験談や講師人を相手に家族との関係のロールプレイをやりました。そこで私は養護学校教育と言いますかなんと言いますかわかりませんが障害者は作業所に通うものだとかグループホームに住むものだと思っていましたが先輩障害者の方々は作業所に通わずに生活をしている方もいると聞きました。私だって日中に自分の学習やらやりたい事もありますし、養護学校にいた時に決めた進路でなくてもいいのだと思いました。ロールプレイではうまく言葉が出てこなくて勉強不足だなと思いました。

最後の回は今までの長期ＩＬＰの反省や感想を受講者や講師人も含めての話し合いでした。後半はＩＬＰのお疲れ様会でした。

最後になりましたが私のＩＬＰをうけた目標は自立なのでまだ達成出来ていませんが必ずやり遂げます。

第八回　フィールドトリップ
ナムコナンジャタウンにて

■自己紹介

内海　千恵子

こんにちは、内海千恵子といいます。今年の５月に名古屋から埼玉県に引っ越してきました。６月からＣＩＬ小平で研修をさせてもらってます。ということで、自己紹介をさせていただきます。

私は幼児期にウェルドニッヒホフマン病と診断されました。小学校に入る前までかな？は保育園に通いながらリハビリのため、京都の病院に行っていました。小学校、中学校、高校は普通校に通いました。けれど、障害を持った私が普通校に通うのは簡単なことではありませんでした。学校からは強く養護学校を勧められ、たくさんの反対もあったそうです。しかし、障害の有る無しにかかわらず、保育園からの友達と同じ学校へ通わせたいという両親の強い希望で普通校に通うことができました。

学校の中では友達、先生、両親、ボランティアさん達が手伝ってくれていました。学校もそれなりに配慮して、階段昇降機を導入しました。そのお陰でいいことばかりではないですが、学校生活をエンジョイすることができました。
この学校生活を通じて私が感じたのは、大人と子供との壁でした。子供は友達になってしまえば何でも手伝ってくれました。なので中学校のときにはボランティアさんは正直必要ありませんでした。しかし、大人は何かにつけて「何かあったときに責任がとれない」と言いました。他の子供たちは自分で責任をとるのに、なぜ私は自分の責任を自分でとれないのかと悲しく思いました。

短大を卒業して自立生活センターの理念と出会い、自己選択、自己決定、自己責任ということを知ったときは、「これだ！」と思いました。自分の責任は自分でとるということこそが私がずっとしたかったことでした。ＩＬＰやピアカンなどに出会い、一人暮らしを始めて２年になります（名古屋にいたときを含めて）。いろいろ大変だなって思うことはありますが、ヘルパーさんを使って自分の時間を自由に使えることが、今はとても楽しく嬉しいです。障害を持っていても自分らしく地域で生活していけることを沢山の人に知ってもらいたいです。
今までもこれからも沢山の人に支えてもらっています。その分、私も誰かのためにできることを精一杯やっていきたいと思っています。

■私と障害

浅川　都

みなさんこんにちは。この度、連載記事を書かせていただくことになりました。私は、自立生活をはじめて３年１０ヶ月、またＣＩＬ・小平に勤めて２年１０ヶ月になります。それまでは病院・施設に５年、実家で母の介護で１０年ちょっと暮らしていました。そこで、病院・施設にいた頃、家族との生活と、自立をしてからの心の変化、また生活の変化などを、お話しさせていただきたいと思います。

平成３年２月、交通事故で首の骨を骨折し、医師から全治６ヶ月の重傷ですと言われました。それから丸１９年経ち、来年で２０年です。長かったようであっという間だったようにも思いますが、当時を振り返ってみたいと思います。当初は、大変な怪我なんだとは思ったものの、頚随損傷という障害はおろか、障害についてなど全く考えた事もないし、障害がある人と接する機会なんて、小学校の時、年に１度くらい養護学校の子と交流したことくらいしかありませんでした。しかも、障害が残ると言われても、全く信じることができず、でも、現実は厳しく、回復する兆しは全くないまま、病院で消灯になると、神様仏様に毎晩お祈りをして、明日目が覚めたら治っていますようになどと考えていました。今考えると、笑ってしまいますが、当時の私は本気だったのです。私の周りには、障害を持つ人は全く居ないし、医師、看護師も障害についての知識がない、インターネットが普及している時代ではなかったので、全く情報がありませんでしたので、障害を持って生きて行くことが全く想像もつかないし、ただ暗闇を彷徨っているみたいな感じでした。

つづく

■ぶっちゃんの子育て奮闘記⑦

大渕　由理子

～　深夜のデート？！　～

段々仲も深まった頃、私が筋肉の手術をする為とある病院に入院する事になりました。病院の場所がとても山奥で周りに何もない所で、暇な二ヶ月弱の入院生活を送る事になり、病院内でこっそり使っちゃいけない携帯でメールを送り一言「暇だよ～」と言ったら、何回かお見舞いにきて楽しいひと時を送っていました。
入院中メールのやりとりをしていて、私から彼に恋愛対象と付き合ってもらえるかと思い切って聞いたら彼ももちろんと言ってくれとても嬉しく思ったけど、本当かなぁ…ちゃんと付き合えるかなぁ…と自分に自信が持てませんでした。そんな事を彼に言いつつ、それはそう思うよね。だって今まで男の人と付き合った事がなかったもんね。と言ってくれました。
そして、私が退院をして自由に動けるようになり、二人きりででかけるようになりました。ある日、デートをして帰りが深夜になってしまい、花小金井の駅前を歩いていたらとある店にいたＭ職員がなぜこんな時間に研修しているんだろう？ご苦労様と思っていたらしく、それを聞いたときに見られてた！と思ったけれど、内心鈍感な人で良かったと思ったのと、普通夜遅くに研修なんてやるわけないだろう、しかも介助者が男性なんてありえんだろうと笑いながら思っていました。でも、この話を聞いたのは主人と結婚する直前でした。

～　海外旅行　～

二人で夏休みを利用し、海外旅行へ行きました。俗に言う婚前旅行かな？場所はサイパンで、介助者を連れて行かない計画でいろいろ宿泊先に車椅子用のトイレやお風呂があるか、移動手段はどうなのかなど調べました。
私的には、介助者抜きで男の人と出掛けることがなかったので、不安と恥ずかしさでドキドキでした。特にトイレとお風呂が・・・。
最初は「トイレ」というのが言っていいのかためらってなかなか言えずにいましたが、やはり我慢できず頼んだところ、思っていたより介助的にはまあまあかなぁ。でも恥ずかしさはあったね（笑）
旅行中すごく思い出になるハプニングがありました。海で遊ぼうとし、浜辺へ行ったのですが、車椅子では砂浜を動くのは困難だったので、休憩ができるところまでどうやって行こうかと話していて、抱えて行けばいいんじゃないかと彼が言い出し、その場所まで１０メーターくらいあったので私は「無理だよ」と、誰か呼んできたほうがいいんじゃないかと言ったのですが彼は聞かずに「大丈夫」と言うので彼に抱えてもらうことにしました。彼は浮き輪を持ちながら私

をお姫様抱っこで抱え、歩き始めた途中でなんと力尽きたのか１メーター以上のところから真っ逆さまに落ち、頭が砂浜に突き刺さり、オブジェのようになってしまいました。砂浜だったから良かったようなものの、アスファルトだったら頚損か死んでたかも知れなかったよねって、今では笑い話になりますが、その時はめちゃくちゃ痛く、即効誰か呼んでこいと言って助けを求めました。その時思ったことは今後旅行は介助者を連れて行くべきだと思いました。ひどいよー（泣）
そんなこんなの良かったか悪かったかの旅行でした。

■歩いてきた道、これから行く道。

岡村　千重子

みなさんこんにちは。介助コーディネーター１４年目の岡村です。もうそんなになるんだ！と驚きを感じる一方、定年６５歳とすれば、まだ折り返し地点にも来ていないわけで･･･。まあ、気長にがんばります。

昨年１０月、２度目の産休を終えて仕事に戻ってきました。復帰して１０ヶ月経ち、介助に入る機会がこのごろ少しずつ増えてきました。私が介助に入るのは単発的なことなので、受け入れる側の利用者さんは大変だろうなあという思いはどうしてもあります。たまにしか入らないせいで、きっといつもよりうんと指示を出すことになる。それに、必要以上に気を使わせちゃうんだろうなぁ･･･と。
でも、私個人の気持ちをいえば、介助に入らせてもらうことはやはりとてもありがたい。介助者として過ごす時間の中では、利用者さんの思いがじかに伝わって来る。月並みな表現かも知れませんが「これが私の原点なんだ！」と、うんうんとうなずきながら確かめられるからです。

昔を思い出して「懐かしいねぇ」なんて利用者さんと話をすることもあれば、「こんな一面もあったんだ」と発見があったり。このごろ、それぞれの利用者さんと出会ったころのことを思い出すことが多いです。私との関係がスタートしたところまで戻って現在地までをはるか眺めて見てみると、確かに道は出来ているんだと感じます。しかし、その方が進みたかったのはこんな道なのかな･･･と考えたりもします。その道沿いに、どんな花を植えたいとかどの方向に距離を伸ばしていくかとか、それは利用さんが考えて決めることですが、「どうしようかなあ」と迷った時には、私も一緒に考えさせてもらえたらうれしいなあと思っています。そしてまた、そういうかかわりの中で、私自身の道も出来

上がっていくのだとも思います。

久しぶりの方の介助に入る前日は、今でも緊張します。利用者さんのお宅へ向かいながら気持ちを整えて、介助の仕方を思い出し…。介助者のみなさんも、同じような思いで過ごされることもあるのではないでしょうか。介助者の方が何かで悩んだり考えることがあった時に、それに共感したり理解できるかどうかは、私自身もこういう経験を積み重ねていかないと距離のあるものになってしまう。介助に入ることで、いつもそこに立ち返り気づかされます。

私個人の状況は、子供がまだ小さくしばらくは身軽だったころのようには動けません。介助に入る機会もとても限られていてなかなか思い通りにはいきません。でも、こういう状況の私が、どんな風にＣＩＬや障害者の自立支援に関われるか、必ず方法があると思ってそれも探している途中です。協力して下さっているまわりの皆さんにも感謝しています。私が仕事の原点に立ち返ることが出来たのも、この限りある時間の中だからこそ気づけたことと前向きに有り難く受け止めています。

話は少しそれますが、うちの下の子の名前は「紬（つむぎ）」といいます。
私の故郷では、紬織り（織物）が伝統工芸として受け継がれていてそこから名付けました。私の生まれ育った場所は、さかのぼれば彼女にとってもふるさとになるところです。「紬」という名前には、自分の原点となるいろんなものを大切して欲しい、そういう思いが込められています。

同じ思いをこれからの自分にも向けてみたいと思います。ＣＩＬ・小平にこの先２０年３０年かかわっていく覚悟とともに、自分のルーツをしっかりもって、それにこだわって歩いていきたいとあらためて思ってます。

■NEW　FACE紹介

室井　野洲宏
（むろい　やすひろ）

昭和６０年３月２０日　うお座　Ｂ型
勤務年数２年と少し。
周囲の人によく言われること
「いつもヘラヘラ笑ってるね」

＜仕事を始めたキッカケ＞

あまりはっきりとは覚えていないのですが、大学に通っているときに、自分の近くに障がいを持っている人がいても、どう接していいか分からない時があったり、テレビや大学の講義で障がいについて勉強してみたりしても、なんとなく障がい者と自分とのキョリを感じるようになり、少しでもそのキョリがなくなればいいなぁという思いで面接を受けてみました。
ただ正直、自分が採用される自信とかはなかったです。採用してくれたこと、とても感謝しています。

＜やってみて＞

仕事はやってみようという気にはなったものの、あまりどんな仕事をするのかは正直よく分かっていなかったです。やってみて、大変なことや辛いこともいっぱいありますが、この仕事でなければ経験できない様なこともいっぱいあって全体的にみて自分はすごく楽しんでいる気がします。
また、当事者の方々とのキョリをなくしたいという思いで始めた仕事をやってみて、思っていた以上にキョリがなくなり今ではごく自然に過ごせていることがとてもうれしく思います。

それと同時に自分の欠点や、今まで自分でさえ知らなかった自分の性格も発見させられたりもしました。集中力のＯＮ・ＯＦＦが下手すぎて、常に仕事中ＯＮ状態でいて頭痛くなってしまったり、一回ＯＦＦになるとなかなかエンジンかからなくてミス連発で迷惑かけてしまったりして、仕事に対して自信なくしかけたりもしました。
自分のまわりの利用者の方々や先輩がたの支えもあって、最近になって少しずつ成長してきたかなと思える様になりました。

＜今思うこと＞
まず第一に思うことは、この仕事を始めたときの最初の気持ちはこの先も持ち続けていきたいと思います。
自分の日々の物事に対する考え方も変わったなと思います。自分なりにどんなことも、例えば介助の仕事で指示をもらった時とかにも、自分なりになるべく目的を考えて行動するようになりました。言われたことをただしっかり行動するってことだけでも、大変なことなんだと気づかされましたが、そこからさらに自分の考えで一歩動ける状況の時は進んで行動して行きたいと思えるようになりました。後になってあの時ああしておけば良かったとか、後悔するよりも進んで行動して失敗していったほうが自分の成長につながると、周囲の方々のおかげで思えるようになりました。

＜これから＞
介護職員として、今の自分の立場、立ち位置がよく分からなくなり、混乱してしまって利用者や先輩方に迷惑かけたり怒られたりして落ち込んだりすることもありますが、少しずつでも自分が成長していけていると、この仕事なら自分は思えるのでこれからも頑張っていけると思います。逃げ出したくなる時もありますが…(笑)。それと、いつも面倒を見てくれる職場の人たちや自分を信頼してくれる利用者の方々のおかげで今の自分がいることを常に忘れないようにしたいと思います。
目標は10年後、仕事も私生活もイケてるハードボイルドなオジサンになることです。

《　活　動　報　告　》

２０１０年３月

２日（火）利用者交流会
　　重度訪問介護従業者研修／講義（川元）
　　個別 ILP（竹島）
３日（水）コーディネーター会議
４日（木）東京都自立生活センター協議会常任委員会議（川元）
　　ピアカン ILP 会議
　　個別 ILP（竹島・山嵜）
５日（金）職員会議
　　報告検討会議
　　個別 ILP（竹島）
８日（月）政策会議
９日（火）個別 ILP（小泉）
　　単発 ILP「スペイン料理をつくって食べよう」（竹島、山嵜、淺川）
１０日（水）コーディネーター会議
１１日（木）個別 ILP（竹島）
　　ピアカン ILP 会議
１２日（金）報告検討会議
１５日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（川元、小泉）
　　交渉：三鷹市（小泉、佐藤）
　　ステップアップ研修（竹島、淺川）
１６日（火）全国障害者介護保障協議会常任委員会議（川元）
　　〇 〇鉄道来訪（山嵜、竹島）
　　宿泊 ILP（竹島）
　　個別 ILP（川元）
１７日（水）個別 ILP（川元）
　　コーディネーター会議
　　YPN 電話会議（淺川）
１８日（木）ステップアップ研修（川元）
　　ピアカン ILP 会議
１９日（金）報告検討会議
　　宿泊 IPL（竹島）
２３日（火）ピアカン ILP 会議
２４日（水）コーディネーター会議
２５日（木）お墓参り
２６日（金）報告検討会議
３０日（火）利用者交流会「お花見」
３１日（水）コーディネーター会議

２０１０年４月

１日（木）ピアカン ILP 会議
２日（金）報告検討会議
５日（月）政策会議
　　職員会議
６日（火）ピアカン ILP 会議
　　運営事務会議
　　つきの道
７日（水）コーディネーター会議
８日（木）東京都自立生活センター協議会常任委員会議（川元）
　　〇 〇鉄道打ち合わせ
　　個別 ILP（竹島）
９日（金）報告検討会議
１２日（月）DPI、全国障害者介護保障協議会常任委員会議（川元）
１３日（火）リーダー養成集中講座講師／主催・推進協会　団体支援部（２泊３日）
　　個別相談（川元）
１４日（水）リーダー養成集中講座講師／主催・推進協会　団体支援部（２泊３日）
　　コーディネーター会議
　　全国自立生活センター協議会（川元）
１５日（木）リーダー養成集中講座講師／主催・推進協会　団体支援部（２泊３日）
　　全国自立生活センター協議会常任委員会議（川元）
１６日（金）報告検討会議
１９日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（竹島）
　　ピアカン IN 福祉センター（大渕）
２０日（火）全国障害者介護保障協議会常任委員会議（川元）
　　ピアカン ILP 会議
　　全体研修（山嵜）
２１日（水）コーディネーター会議
　　個別 ILP（竹島）
２２日（木）〇〇バス交渉（落合、山嵜、小泉、竹島、淺川、吉田）
　　個別相談（川元）
２３日（金）報告検討会議
　　個別 ILP（竹島）
２６日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（川元）
　　個別 ILP（竹島）
　　ユースパワーネット：主催/全国自立生活センター協議会（淺川）
　　政策会議
２７日（火）ピアカン ILP 会議
　　個別 ILP（竹島）
　　ユースパワーネット：主催/全国自立生活センター協議会（淺川）

２８日（水）コーディネーター会議
３０日（金）報告検討会議

２０１０年５月

６日（木）ピアカン ILP 会議
　　政策会議
５日（金）報告検討会議
　　職員会議
８日（土）人工呼吸器＆インターフェイス等　展示・試着イベント
　　～これであなたも呼吸器通～　／主催　呼吸ネットワーク（落合）
１１日（火）ピアカン ILP 会議
　　つきの道
１２日（水）東京都自立生活センター協議会　東京都交渉（川元）
　　コーディネーター会議
１３日（木）東京都自立生活センター協議会総会 IN サンライズ戸山（川元、淺川）
　　第１６期長期自立生活プログラム第１回
１４日（金）報告検討会議
１７日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（竹島、淺川）
　　ILP 打ち合わせ（竹島、淺川）
１８日（火）ピアカン ILP 会議
　　利用者交流会・つきの道会議
　　ユースパワーネット電話会議（淺川）
１９日（水）個別 ILP（川元）
　　コーディネーター会議
２０日（木）第１６期長期自立生活プログラム第２回
　　全体研修
２１日（金）報告検討会議
２２日（土）全国自立生活センター協議会全国セミナーIN 福岡（川元）
２３日（日）全国自立生活センター協議会全国セミナーIN 福岡（川元、淺川、馬場）
２４日（月）全国自立生活センター協議会全国セミナーIN 福岡（川元、淺川、馬場）
　　重度訪問介護従業者研修／講義（竹島）
２５日（火）全国自立生活センター協議会全国セミナーIN 福岡（川元、淺川、馬場）
　　〇 〇鉄道交渉（山嵜、小泉、竹島、大渕）
２６日（水）交渉：三鷹市（小泉、佐藤、新井、小野田）
２７日（木）第１６期長期自立生活プログラム第３回
２８日（金）報告検討会議
３１日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（川元）
　　政策会議

２０１０年６月

１日（火）ピアカン ILP 会議
　　つきの道
２日（水）コーディネーター会議
３日（木）第１６期長期自立生活プログラム第４回
４日（金）報告検討会議
　　職員会議
７日（月）重度訪問介護従業者研修／講義（川元）
８日（火）ロビーイング参議院会館（大渕、淺川）
９日（水）コーディネーター会議
１０日（木）東京都自立生活センター協議会常任委員会議（川元）
　　第１６期長期自立生活プログラム第５回
１１日（金）報告検討会議
１４日（月）政策会議
１５日（火）ピアカン ILP 会議
　　ユースパワーネット電話会議（淺川）
１６日（水）コーディネーター会議
１７日（木）第１６期長期自立生活プログラム第６回
１８日（金）報告検討会議
２２日（火）利用者交流会
２３日（水）コーディネーター会議
２４日（木）第１６期長期自立生活プログラム第７回
２５日（金）報告検討会議
２８日（月）政策会議
２９日（火）〇〇バス交渉
３０日（水）コーディネーター会議
　　全体研修（竹島）

２０１０年７月

１日（木）第１６期長期自立生活プログラム第８回
２日（金）報告検討会議
６日（火）個別 ILP（小泉、竹島）
　　つきの道
７日（水）個別 ILP（小泉）
　　コーディネーター会議
８日（木）第１６期長期自立生活プログラム第９回
９日（金）報告検討会議
　　職員会議
１２日（月）ゆにーく your ライフ、ほっとループ通信会議
１３日（火）〇〇バス交渉
１４日（水）個別 ILP（小泉）
　　コーディネーター会議
１５日（木）第１６期長期自立生活プログラム第１０回
１６日（金）報告検討会議
２０日（火）ピアカン ILP 会議
　　個別 ILP（竹島）
　　全体研修
２１日（水）個別 ILP（竹島）
　　コーディネーター会議
２２日（木）第１６期長期自立生活プログラム第１１回
２３日（金）報告検討会議
　　東京都自立生活センター協議会交流会
２６日（月）政策会議
２７日（火）利用者交流会
２８日（水）コーディネーター会議
２９日（木）ピアカン ILP 会議
　　個別 ILP（小泉、竹島）
３０日（金）報告検討会議
　　全体研修

■◆□◇■◆□◇■◆□◇　編集後記　■◆□◇■◆□◇■◆□◇

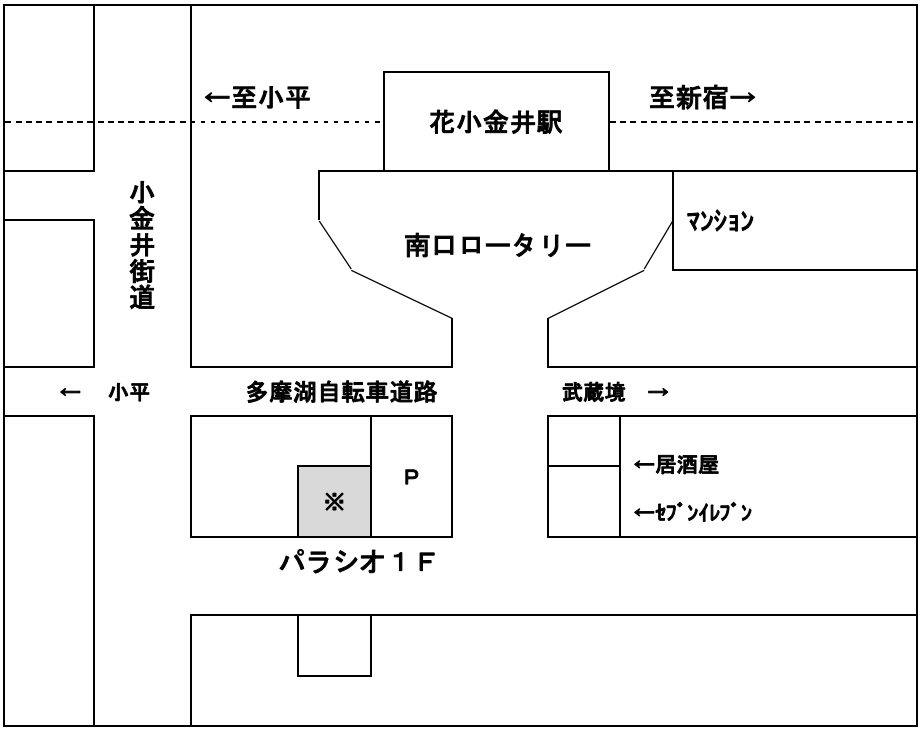
やっと厳しい暑さから解放され、朝夕の風に秋の涼しさを感じられるようになりました。今年の夏は、記録的な猛暑、連日の熱帯夜で睡眠不足や体調を崩した人も多かったようです。クーラーや扇風機、凍らせたペットボトル、市販の体を冷やすグッズなどを上手く使って熱中症予防や体調管理に生かしたいですね。

さて、季節は「秋」ですが、「秋」といえば「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」など、いろいろな冠言葉があります。みなさんにとって「秋」といえばどんなことを思い浮かべますか？おいしいものも店頭に並んできますし、出かけたり体を動かすのにも、心地よい気候で、いろいろなことがしたくなります。

寒くなるまでの束の間、秋を楽しんでみてはいかがでしょうか。

（編集委員　浅川）

■自立生活センター・小平　地図



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重度訪問介護	￥１，５００／時
	④身体介護	￥１，８００／時
・ＩＬＰ、ピア・カウンセリング利用		ご相談ください。
・自立支援法によるヘルパー利用		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）

各サービスを利用される方には、協力会費を頂いております。
入会ご希望の方は、下記までお問い合わせください。
会費：年額4,200円(年度途中から入会の場合月額350円)

《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/042-467-7235　FAX/042-467-7335
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）