1977 年 12 月 3 日　第 3 種郵便認可　毎月 18 回(1,2,3,5,6,7 の日)発行　2012 年 1 月 10 日発行　SSKP　通巻第 4956 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

2012 年
1 月号

［表紙写真］
（2011 年 11 月 7 日 ピアカジュアル　高尾山にて）

TOPICS

◆相談支援事業所の指定を受けることになりました

好評連載中！

■交通アクセスこんなんでいいんかい？

■私と障害

■ぶっちゃんの子育て奮闘記

1977年12月3日　第3種郵便認可　毎月18回(1,2,3,5,6,7の日)発行　2012年1月10日発行　SSKP　通巻第4956号

目　次

2012年
1　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　TOPICS　相談支援事業所の指定を受けることになりました

p　5　１７期長期自立生活プログラム

p　7　連載　交通アクセスこんなんでいいんかい？

p１０　ピアカン集中講座　感想

p１１　連載　私と障害

p１２　連載　ぶっちゃんの子育て奮闘記

p１３　連載　歩いてきた道、これからいく道

p１４　新連載　今の自分、昔の自分。

p１５　ＮＥＷ　ＦＡＣＥ紹介

p１７　活動報告

p２１　編集後記・地図

p２２　サービスのご案内

1977 年 12 月 3 日　第 3 種郵便認可　毎月 18 回(1,2,3,5,6,7 の日)発行　2012 年 1 月 10 日発行　SSKP　通巻第 4956 号

TOPICS

◆相談支援事業所の指定を受けることになりました

川元　恭子

2012 年 4 月より、地域で暮らす重度障害者に大きな影響があると思われる、相談支援事業の制度改正があります。これにより、介助サービスの支給決定のやり方が大きく変わることになります。

改正後は、現在の相談支援事業が、一般相談支援事業と特定相談支援事業に分かれます。一般相談支援事業所は、これまでと同じく基本的な相談支援の他に、障害者が施設などから自立して地域生活を始める時のサポート（地域移行支援）や、地域で暮らしてからの 24 時間の相談体制（地域定着支援）をすることになります。一方、特定相談支援事業所は、利用者がどんなサービスをどのくらい利用するかの計画（サービス等利用計画）を作成する事業所です。市区町村はサービスの支給量を決定する時に、この計画を参考にして決めることになります。これは、介護保険のケアマネジメントと似たようなやり方です。

また、特定相談支援事業所は、これまでの障害福祉サービス事業所（都道府県が指定している）と違い、市区町村が事業所指定を行います。

支給決定プロセスの見直し等

法　市町村は、必要と認められる場合として省令で定める場合には、指定を受けた特定相談支援事業者が作成するサービス等利用計画案の提出を求め、これを勘案して支給決定を行う。

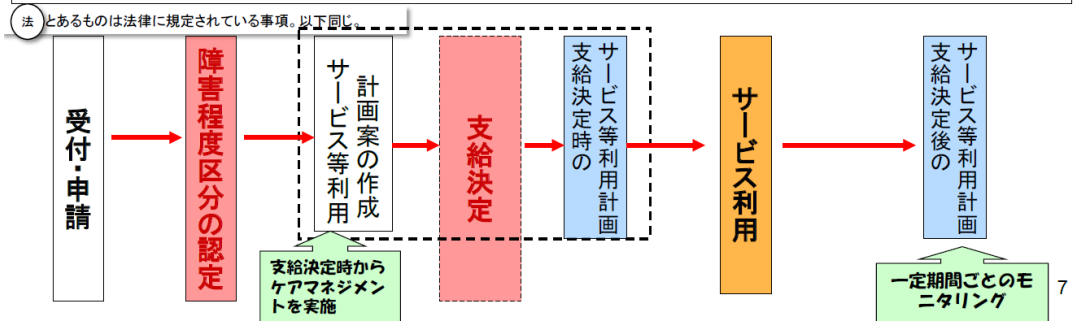
＊　上記の計画案に代えて、省令で定める計画案（セルフケアプラン等）を提出することもできる。
＊　特定相談支援事業者の指定は、総合的に相談支援を行う者として省令で定める基準に該当する者について、市町村が指定する。
＊　サービス等利用計画作成対象者を拡大する。

法　支給決定時のサービス等利用計画の作成、及び支給決定後のサービス等利用計画の見直し（モニタリング）について、計画相談支援給付費を支給する。

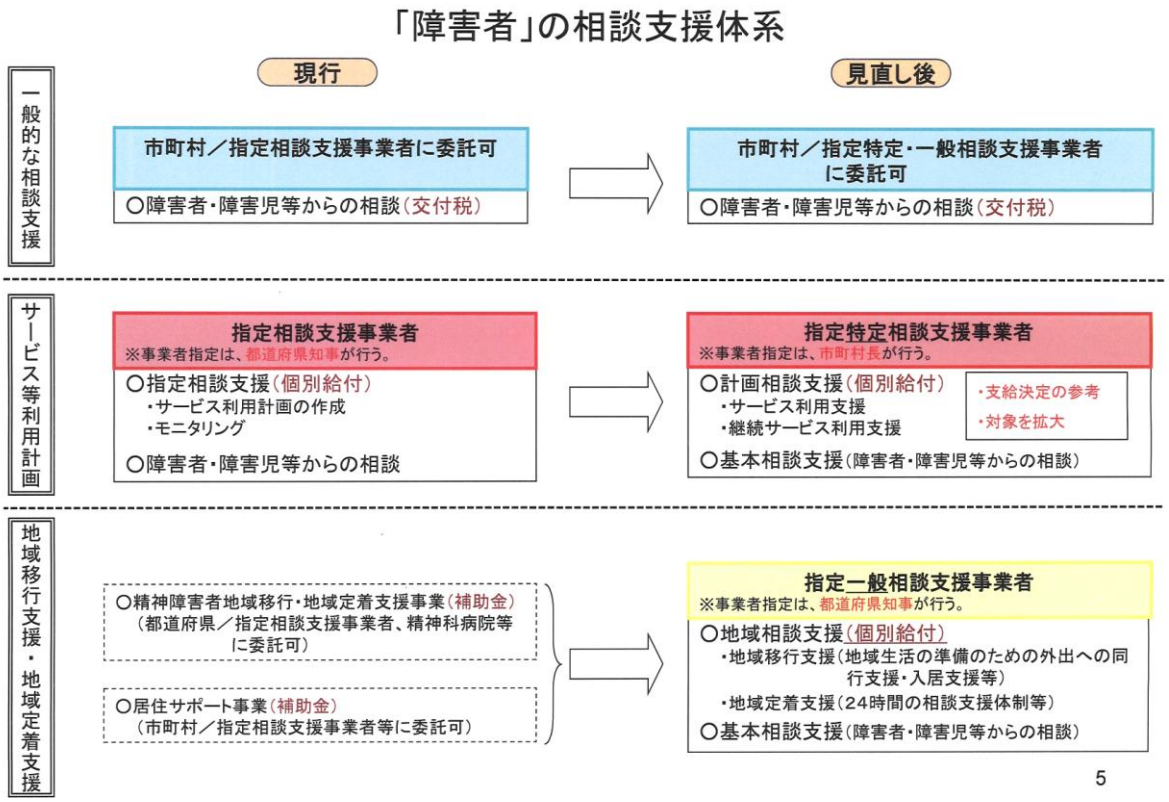
法　障害児についても、新たに児童福祉法に基づき、市町村が指定する指定障害児相談支援事業者が、通所サービスの利用に係る障害児支援利用計画（障害者のサービス等利用計画に相当）を作成する。

＊　障害児の居宅介護等の居宅サービスについては、障害者自立支援法に基づき、「指定特定相談支援事業者」がサービス等利用計画を作成。（障害児に係る計画は、同一事業者が一体的（通所・居宅）に作成することを想定）
＊　障害児の入所サービスについては、児童相談所が専門的な判断を行うため、障害児支援利用計画の作成対象外。

法　とあるものは法律に規定されている事項。以下同じ。



※平成 23 年 6 月 30 日障害保健福祉関係主管課長会議資料より



※平成 23 年 6 月 30 日障害保健福祉関係主管課長会議資料より

これまで、地域で生活しようとする重度の障害者が、必要な介助サービスの支給を受けようとする時には、CIL などの相談支援を受けながら、行政と直接話し合いを行っていました。この話し合いの中で、本人と支援者は、その人にとってどんな介助が必要なのかを行政に詳しく説明し、サービス支給量のプランを示します。このような手順を踏み、行政の理解を得てはじめて支給量が決まっていたわけですが、今年 4 月からの改正後は、サービスの支給決定にあたって、特定相談支援事業所の作る計画が大きな意味を持つと考えられます。このため、障害者本人ときちんと向き合い、介助の必要性をサービス計画に反映させることができる特定相談支援事業所が必要となります。
もし仮に、障害者本人の声よりも市町村の都合を優先するような計画を作る事業所しかなければ、必要なサービス支給量は決定されず、重度の障害者が地域で暮らすことはできなくなるでしょう。

このような事情から、自立生活センター・小平では、平成 24 年 1 月から東京都より相談支援事業所の指定を受け、さらに 4 月の制度改正後には、特定相談支援事業所の指定を受けられるようにしていくことになりました。もちろんこれまでも、1996 年の団体設立以来、ピアカウンセラーが相談員として相談支援事業を実施してきました。2012 年からは、これまで自立生活センター・小平が行ってきた相談支援のやり方を踏まえつつ、東京都の指定を取り、さらに発展させていきたいと考えています。

1977 年 12 月 3 日　第 3 種郵便認可　毎月 18 回(1,2,3,5,6,7 の日)発行　2012 年 1 月 10 日発行　SSKP　通巻第 4956 号

１７期長期自立生活プログラム

内海　千恵子

５月１２日～７月２１日までの全１１回、毎週木曜日に自立生活プログラムの長期講座を行いました。

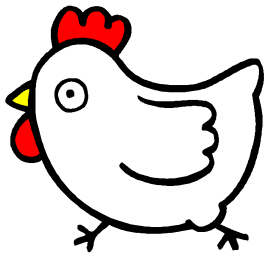
１回目　５月１２日（木）
自己紹介、目標設定　　自立生活センターって？

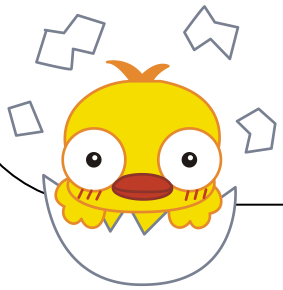
２回目　５月１９日（木）
障がいってなに？　　自分の障がいを知ろう

３回目　５月２６日（木）
介助者との関係作り　　介助者の使い方

４回目　６月２日（木）
料理を作ろう！

５回目　６月９日(木)
介助者の使い方　　掃除・洗濯のやり方





６回目　６月１６日（木）
自立生活運動の歴史　　お家見学

７回目　６月２３日（木）
ひと月に使えるお金　　自分の使える制度

８回目　６月３０日（木）
お出かけしよう！

９回目　７月７日（木）
今思っていること

１０回目　７月１４日（木）
わたしの家族

１１回目　７月２１日（木）
反省と感想

前回は受講生だった私も今回は一部をリーダーとして参加させて頂きました。リーダーの役割はやはり緊張するものでしたが、自分がとても成長できたと感じました。

参加者は施設から来ている人、既にひとり暮らしをしている人、親元で生活している人と様々でしたが、みんな自立生活に向けて一緒に楽しくプログラムを受けられたと思います。はじめはあまり言葉が少なかった人も最後の方には色々と自分から話してくれるようになることがとても嬉しく思えました。様々な背景を持つ受講生が話し合うことによって、他の人たちと自分の共通点や違うところを見つけて、自分自身の生活を作り上げていけることがこの講座のいいところだと思います。

私は自立生活を始めて３年になりますが、この講座に参加することで改めて自分の生活を見直すことが出来たなと思います。例えば介助者との関係や制度のこと、障害者運動など自分が既に利用していることも、当たり前にあるものではなく、沢山の人との関わり合いで出来ているということに改めて気づきました。特に障害者運動の部分では、自分が使っている制度は多くの障害者たちが声を上げて作り上げてきたものであるということを知ったからこそ、自分たちがより理解を深めて利用していきたいと思えました。また、リーダーを任された部分では講座中に話しておかなくてはいけないこと、どのような言い方がよりわかりやすいか、注意しなくてはいけないことなど勉強になったことが沢山あります。受講生に合わせた内容や進め方をしていくのもリーダーの役割の中で大事なことだと強く思いました。ただ、リーダーひとりで全てをやるわけではなく、サブリーダーの支えや受講生も一緒に講座を作り上げているのだなとも感じました。

この３ヶ月で沢山のことを勉強できました。毎年違う環境を持つ受講生に会えるのもとても楽しいです。今年もリーダーの役割を担えるようにより頑張りたいと思います。

■交通アクセスこんなんでいいんかい？④

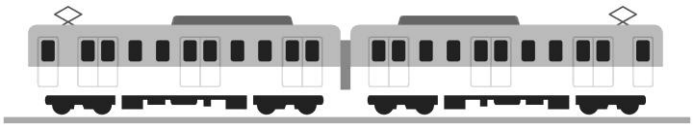
山嵜　涼子

平成２４年が始まりました。皆様、本年も宜しくお願い申し上げます。
誰もが過ぎ去った日を思い返す１月。と思っていたら元旦から大きな地震がありましたね。怖かったと思います。思えば長く険しい１年でした。誰もが何かに付け努力した１年。誰もが誰かの為に祈った１年。

私はこの原稿を書いている内にだんだん思い出してきました。まず大きな出来事は、１８歳になった娘が、来春に高校を卒業する事。中学から決めていた服飾の専門学校に進むようです。当時４歳の娘と離れ離れになったのは平成１０年の私の障がいの原因。首の腫瘍で即日手術をしてから、翌日予定されていた幼稚園のイモ掘り遠足を楽しみにしていた娘。医師に事情を話しその準備をしてあげたいから、１日だけ時間を下さいと泣いてすがった私。医師の返答は『手術が上手くいっても貴方は後６カ月の命。辛いと思うが今は私達にその時間を預けて欲しい。』と言われそれに従った。その時から別々に住むようになった。
数年後、ＣＩＬ小平の介助を入れてからまた娘と過ごせるようになった。寝起きが一緒にできない娘の為に何か１つ出来ることをと、中学に上がってお弁当作りが始まり今春の卒業で６年間のお弁当作りは終わる。長い長い６年だったが思い出深い。何かあるとお弁当にメモを入れた。『今日から中学生の始まりですね。友達いっぱい出来るといいね』とか『期末試験ですね。頑張って。』とか『いよいよ高校入試ですね。母は何時も味方だよ。』等。

希望の高校に入学でき、お祝いは何が良いか尋ねると意外なことにパスモだった。憧れていたらしい。自動改札にタッチして入る事が大人の仲間入りだと言う。だからパスモを用意した。しかしそこで問題が発生した。改札に上手くタッチ出来ずエラーで改札が閉まってしまった時にどうしたら良いかわからないと言う。そんな時は誰でも当たり前に窓口に行くだろう。でも娘はそれが出来ない。なぜなら４歳の時に私と無理やり引き離なされてから。自分から他人に話し掛けることが出来なくなってしまったのだ。一緒に考えた。高校は電車に乗って行かなければならない。だからまず駅の窓口に一緒にいった。『〇〇高校のある〇〇駅にはここから何分掛りますか？』駅員は『各駅停車だと〇分。準急電車だと〇分ですよ。』ゆっくり優しく説明してくれた係員は娘がメモを取っている様子に合わせているようだった。それから毎日通学の練習をした。もちろんパスモを使い、来る日も来る日も、時には本来の通学時間でも練習した。

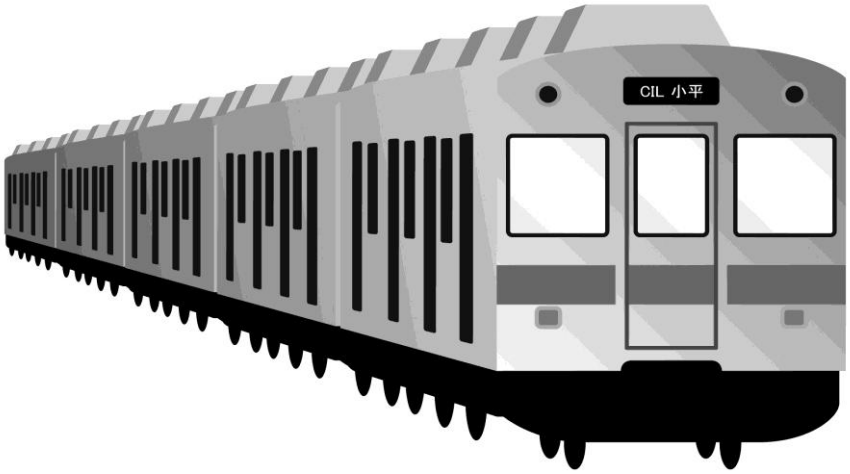
どの位混雑するか、どの道を歩けば良いのか。そしてパスモはエラーになった。係員の居る窓口で、何と話したら良いのかそれも練習した。『お母さんは離れて見てるから、一人でやってみなさい。きっと上手くいくから。困ったら振り返ってね。すぐに飛んで行くから。』とだけ言って背中を押した。見事に成功した。本当は係員の態度が心配だった。当時は地元の駅の接遇はあまり良くなく、私達小平として何度も抗議した経緯がある。話し合いが上手く行き、改善されつつある時期だった。しかし係員は良く対応してくれた。地元の係員とは事前に事情を説明し、娘が何とか自信が持てるように協力してもらった。すぐ承知してくれ、当時の係長が娘の相手をしてくれたのだ。他にも私の娘だと知った別の係員が娘に『電車で怖いことがあったらすぐ言ってね。必ず助けるから。』と言ってくれたと後で聞いた。その日から３年。無事に高校を卒業できるのも、地元の交通機関と長く住んでいる地元の、娘と私を良く知る駅に繋がる商店街のおじさん、おばさん達の影の協力があってこそでした。今は駅前のファーストフード店でアルバイトをしているが、終わるのが遅い娘を商店街の人達が見守ってくれている。



当時を思えば今の地元駅係員の接遇は良く出来ている。まず挨拶をする、それも大きな声で誰にでも。お陰で朝から気持ちが良い。そして今年も障がい者の交通機関の移動に理解を示してる。と、思う。思うと言うのは１度の話し合いで改善され、それが永遠に続くことはないからだ。実際に電車が駅に着いてもスロープ板を持った係員がいない事が昨年は何回あったろうか？先日私自身も遭遇した。何時何分の電車とスロープ板が必要な旨を伝えホームに降りたが、待てど暮らせど係員は来ない。係員は来ない、でも待つ私ではない。仕方なしに車掌がいる後部まで行き、車掌の手を借り無理やり乗った。そういう時の私は何時も決まって嫌みの一つを言わずにはいられない。『車掌さん、窓口でスロープを頼んだのに忘れられたぁ。』とか下車駅で係員が遅れて来て、他の乗客に手を借りた時の係員に『他のお客さんは親切でした。』とか、慌てて飛んできた駅助役に『何でいちいちスロープが必要なんでしょうね～。』とか。笑顔で言う私は、はっきり言って自分で怖くなる。それでも言わなくてはならない。でも嫌み風でなくても良い。そもそもスロープ板が必要なのはホームと車両の隙間があり、車いすを利用している乗客は自力では乗降できない。その為に駅員がスロープを持っての介助が必要になる。その事を最近の係員は理解していない。車いす使用乗客の安全を守って上げているという考えに及ぶことがある。公共交通機関で一定の乗客に負担を強いてはならないといつもいつも言っている。その為に２年前、乗降を告げるアナウンスを止めさせたのに、これでは意味が無い。と、いうことの繰り返しなのです。

娘は私の６年間上記の運動を応援してくれていた。お互いに成長した６年間。地元の駅も共に学んでくれた。共に生きた。
平成１０年のあの時涙をのんで、医師に従って良かったと最近つくづく感じる。私は生きてるし、娘の成長が見れた。そして社会参加し障がい当事者として、いかに社会が私達を障害者にしているかということを知った。だからまず、公共交通機関からバリアフリーにする為に活動し、毎年成果を上げる事が出来た。さまざまな人の協力を得て。
そしてまた１年が終った。どんな１年を迎えようともまた新しい年はやってくる生きるために。
それでも今解っていることは、新しく来る年を、昨年より良い年にしたいということだけである。
自分にとっても、誰かにとっても。だって、そもそも自立生活センターとはそういう考えの人が、いっぱいいっぱい集まってる場所だから・・・。自分と誰か、地元の人達、地方の人達いつもいつも誰かを意識していることだから・・・。

昨年１年間“ゆにーく your らいふ”を読んで下さった皆様。今年が良い年になりますように祈っております。



ピアカン集中講座　感想

内海　千恵子

１１月１０日～１２日の３日間多摩障害者スポーツセンターでピアカウンセリングの集中講座を行いました。今回、私は受講生としてだけではなく、オーガナイズや講座の一部を少し担当させてもらいました。初めてのことだったので色々と反省することもありましたが、皆さんの協力により無事乗り切ることができ、とても充実した３日間を過ごせました。

当日は参加者３名で車椅子を利用されている方はいませんでした。皆さん女性で気さくな方ばかりで打ち解けやすく、とても雰囲気のいい講座になりました。講座の内容は「障害について」、「人間の本質」、「感情の開放」などやりますが、何度受けてもいつも深いなと思います。どれも答えが見つかるわけではないからです。けれど、このことを話すことで自分を振り返ることができます。毎回ピアカンを受けて思うことは、いろんな人と話をすることで自分の忘れかけていたことや、閉じ込めていた気持ちを思い出せることが自分にとってはすごく刺激的だなと感じています。また、その人の障害や経験を知ることで自分が気づかされることが沢山あります。セッションをすることで、日頃我慢していることを吐き出せるのもいいところだと思います。オーガナイズとしての役割は宿泊の手続き、会議室の予約、オリエンテーション、受付など色々とありました。その中で皆さんにご迷惑をかけてしまった場面もありましたが、笑って許してくれたり、手伝ってもらえたので本当に良かったです。今年はもう少しいろんな役割がバタバタせずにできるといいです。

２日目の交流会はゲームもご飯も和気あいあいとしてとてもよかったです。特に伝言ゲームは毎回やっているのですが、何度やっても盛り上がります。全員女性というのも初めてだったのでとても新鮮でした。私の部屋は相部屋で受講生の方と一緒でしたが、そこでいろんな話ができたのも仲良くなるいいきっかけだったと思います。

この３日間を通して受講生としての参加だけでなく、主催する側の役割をさせてもらえたことは、私にとってとてもよい勉強になりました。講座はひとりでは出来ないとも改めて思いました。今年もどんなピアカンになるのか楽しみです。

■私と障害　⑤

淺川　都

障がいを持ってから、約２年間の入院生活を中心に書かせていただいてまいりましたが、その後にリハビリを続けるために３年間リハビリ施設に入所していた体験を書きたいと思います。

私が入所していたのは、静岡県伊東市にある国立の更生訓練施設でした。そこに行くまでの病院での入院中やることと言えば日々訓練でした。歩けるようになるというような訓練ではなく、残された身体の機能を鍛えて少しでも自分のことを自分でやる、なるべく介護を受けないことが目標でした。１年も入院していると、病院をでなくてはいけない、自宅は障がいを持った私には暮らせない、バリアフリーではないし家族も受け入れられる状況にない、そこで、もっと訓練が必要だと周りの専門家といわれる、医師、看護師、PT、OT などの判断でした。そこに、本人の意志はありませんでした。それは、選択肢がなかったから、他に方法があることも知らなかったし、自分の意見を言うなんて、面倒見てもらっているのにわがまま言うな的な周囲の考えの中で、嫌だけど仕方ないと諦めていました。自分のこれからなんて考えられなかった、自分の人生に絶望していました。死んだ方がましだった、何で助かってしまったんだろうと思っていました。

そんなことを思っていても、朝がやってくると私には訓練をする、リハビリを頑張るという事しかありませんでした。施設の場所は、手動の車椅子では絶対に自力で上がることも降りることも出来ないような、ものすごい急な坂の上にありました。部屋は４人部屋で、入所者は約７０名で９８％くらいが頚随損傷という私と同じ障がいの人たちでした。朝起きるところから夜寝るところまで生活の全てが訓練で、体育会系の学校、寮生活のようでした。食事、ベッドと車椅子のトランスファー、着替え、トイレ、入浴、洗濯などが自分で出来るようになる為の訓練をしました。身体の残存機能によっては、ある程度出来るようになる人もいますが、私はどんなに訓練してもできるようになりませんでした。毎日の訓練で、手の皮はむける、顔の皮はむける、お尻に床擦れはできる、でも、みんな頑張っていました。どんなに頑張っても、Dr や職員など周囲の人たちからいつも頑張れと言われ、こんなに頑張っているのにもっと他にかける言葉はないのだろうかと思っていました。その経験から、人に声をかける時になるべく頑張ってと言わないようになりました。

つづく

■ぶっちゃんの子育て奮闘記⑪

大渕　由理子

～ たまごクラブ入会 ～

結婚して半年たった頃、普段とは違う体調が続きもしやっ？！と思い病院で診てもらったところ「おめでとうございます！！」と言われ 思わず「え～～っ！！」と声を上げてしまいました。ふと我に帰って嬉しい反面、自分の体がこれから起こるであろう様々な事に耐えられるだろうか？と言う気持ちが強く、不安を抱えたまま家に帰りパートナーに話しをしたところ「うっそーっ！！」と喜んでくれ 又、「どうにかなるよっ。」と励ましてくれて改めて新しい命が出来た事の嬉しさを実感できました。そして、２人でエコーで撮った写真をしみじみと観ながら「この黒い点が、赤ちゃんになるんだよねっ♡」と喜びあいました。

今後、出産までの間の受診させてもらえないか？と初回に行った、産婦人科に話をしたところ「うちでは、障害者の人を受け入れた事がないから他のところで診てもらって下さい。」と断られてしまいました。普段診てもらっている先生に妊娠の事とどこか受け入れてもらえる病院があるか相談したところ、「ゆりちゃん、産むの？」「身体的に無理なんじゃないの、おろした方がいいんでは…」と酷な事を言われ自分でもそうなのかなぁと思いましたが、やはり産みたいという気持ちが強かったので再度パートナーと二人で先生のところへ行き話をしました。」先生からは、通常出産は無理だということ、未熟児で産まれるため、こどもに何らかの障害が残る可能性があるということを言われました。また、医者の立場から私の身体を心配するが故の反対も受けました。例えば、おなかが大きくなるにつれ、さらに呼吸が困難になるだろうということ、また、普段飲んでいる薬が胎児にどの程度影響があるか謎であるということ、などを言われました。

でも、女性として、こどもを産みたいというのは当たり前の気持ちだし、親の勝手だが、命が宿られている以上、障害があろうがなかろうが「産む」と決断をし、強く先生を説得しました。先生も、「そこまで言うのなら応援するよ」と言ってくれました。そこから、新しい命とともに、私の新たな生活がスタートしました。

■歩いてきた道、これから行く道

岡村　千重子

４月から、子供が通う小学校の保護者会（いわゆるＰＴＡ）の役員をやっています。私が受け持ったのは、「稲刈り」や「町の安全探検」などといった、通常とは少し違う内容の授業について、保護者にお手伝いを呼びかけ、調整する係です。「誰もやる人がいないから」と消極的な理由だったけれども、活動の趣旨そのものは悪くないと思い、手を挙げました。
約半年その様子を見て来ました。そして思うのは、「ん？なんか違うぞ？？」。正直、そんな感想を持っています。

例えば、高学年の図工の授業。彫刻刀を使うということで、保護者のお手伝いが入りました。初めて彫刻刀を使う子も多く、また先生１人では目が行き届かないため、お母さん方がサポートに入ったわけです。とても助かったということで、先生からは次回のリクエストもあったとか。
確かに、大人の目が増えることでけがが減るだろし、進み具合もいいかも知れない。でも、私が子供のころだって、彫刻刀を使うのなんてみんな上手じゃなかった。ちょっとくらい指をけがしたり、いつまでもうまく扱えない子には得意な子が手伝ったり。そうしながらだんだんみんな慣れていった。それこそが、学ぶということだと私は思うのです。親のお手伝いが入ることで、一番大事なところをすっとばしてしまっているのでは？そう思えてならないのです。

ＣＩＬの理念には、「エンパワメント」という視点があります。これは、『その人が本来持っている力、なんらかの理由で奪われてしまったその力を取り戻す』というもの。その力を信じ、それを引き出せるような働きかけをする、それがサポートの在り方だと考えます。一昔前と比べて、私たちは大人も子供もあらゆる力が劣っています。それは、生きてくる中での経験が圧倒的に少ないし、経験を積み、力を絞り出さなくてもそこそこ生きられる世の中になってしまった…だから仕方のないことだとも思います。ならばせめて、その力を取り戻すことのできる場面でたくさんの経験をしてほしいと思うし、少なくとも、そのチャンスを奪うような立場に立ってはいけないのでないかと思うのです。

「エンパワメント」の意味を忘れて誰かに関わるとすれば、それは支援ではなくなる。これから先もそのことを思いながら、私はコーディネーターの仕事を続けて行きたいと思っています。保護者会の役員のつとめが終わるのは今年３月。それまでに、どうにかしてこの思いを伝える、それが今の私の課題です。

佐藤　草作

「いまどきの若いもんは…」とは良く聞く言葉です。まだそんなに年を取っていないはずの同世代からも、そんなことを言う声がちらほら聞こえてきます。ただ、自分自身は、この言葉にとても違和感を感じます。

自分の若い時、例えば20歳そこそこのことを思い出してみると、あまりに酷かった、というより幼かったと思います。それに比べると今の20代くらいの方々は、礼儀や真面目さといった点で、ずいぶんきちんとしているな、と日々感じています（お前と比べるな、という声があがりそうですが…）。もちろんある世代の人がみんな同じ性格であるわけはないのですが、個人的にはそう思えるのです。

自分が20歳前後の頃は、一言で言うと「生意気」でした。おっと、今でもそうじゃないかとは言わないでくださいね。具体的にどうだったかというのは難しいのですが、自信過剰で、何でも自分でできると思っていました。本気で「自分が世界を変えられる」と思っていたのです。
そんな自分がCIL小平に入ってからは、良い環境を与えて頂いたこともあって、何をやっても面白く、自分の興味のおもむくままに働いていました。しかしあるとき、全て自分でやることの限界に突き当りました。他人より自分がやったほうが良い仕事ができると思い、全て自分でやろうとした結果、自分の心と体のキャパを超えてしまったのです。期限をまもらず、出勤時間に事務所に来ず、うまくいかないことは他人のせいにするようになりました。自分にかかる迷惑は自業自得ですが、一緒に仕事をしていく仲間に、日常的に迷惑をかけるような状態でした。
この失敗があってから、仕事というものは、誰かとの共同作業だという思いを強く持つようになりました。誰でもちょっと考えてみれば、自分一人だけで仕事が成り立つわけがないことはすぐわかります。この事務所を見ても、GM、コーディネーター、介助職員、総務、それ以外にも例えば毎日掃除をしてくれる方など、様々な人がそれぞれの役割を担うことで、全体として障がい者の自立生活を支援することができているのだと思います。
そんな当たり前のようなことを、仕事をする中で気付くことができたのは、自分にとってとても大きなことでした。実際の行動に移すことはなかなかできておらず、口先だけのようなところもありますが、これからも気付いたことを大切にしていきたいとは思っています。

【ＮＥＷ　ＦＡＣＥ紹介】

佐川　嘉奈美　　２６歳

こんにちは、佐川嘉奈美です。私はＣＩＬ小平に働き始めてトータルで３年１０カ月になります。
私の趣味は音楽とモノ作りです。音楽は特に南米や中東、アフリカの音楽を聴くのが好きで、最近はムビラという楽器を遊びで弾いています。モノ作りの方は、学生の時から染織をしていて気ままに作り続けています。あと最近は編み物をしてコタツカバーを作っています。

私が小平で働き始めたのは、大学２年時にアルバイトを探していて求人雑誌で見て、夜勤ができることに惹かれ、応募したのがきっかけです。
それまで、福祉や介護は「やってあげる、世話をする」のイメージでした。最初の重度研修のときにＣＩＬを知り､「何かややこしいけれど､スゴい概念だな」と目からウロコだったのを覚えています。
働き始めた当時は、指示介助の難しさ、もどかしさに戸惑いっぱなしでした。けれど一方で、利用者さんと過ごす時間が、独り暮らしをしていた寂しがり屋の私には居心地良くて、介助の日を毎回楽しみにしていました。

利用者さんは、本当に十人十色で、それに一人の利用者さんみても一人十色。この約４年間の中で利用者さんと一緒に過ごして、触れ合って、ぶつかって、色んな経験をさせていただきました。
利用者さんも私も、笑ったり、泣いたり、怒ったり、凹んだり、悩んだり、すねたり、感動したり、辛かったり、苦しかったり、無気力になったり、じれったかったり・・・
そんな経験を通して、色んな感情・感性を揉まれ、磨かれ、私も私で色んな自分を発見してきた気がします。
こんなに「生きてる」ことを実感し、人間臭くて、喜怒哀楽を使う仕事は他には無いナと思います。

介助をしていく中では、否応なしに相手以上に自分と向き合わなくちゃいけなかったり、自分を相手に伝えなくちゃいけなかったりで、素直になる大切さを教えていただきました。
それまでずっと不貞腐れて、意地を張って、なんとなく生きてきた私にとって、ＣＩＬという仕事との出逢いはターニングポイントだったように思います。仕事のことだけでなく、自分についても「どうしたいのか、何をしたいのか」「本当に大切なことは何か」と考えるようになったし、前よりもずっと性格も心もだいぶ丸く、穏やかになりました(笑)

仕事を始めた時から、そして今でも、仕事をしていて一番嬉しいことは、利用者さんの望みが実現したときに、一緒にいられること、時間を共有できることです。そこに私は、やりがいを感じています。
利用者さんの日々の生活がより充実したものになるよう、それから夢や望みを見つけ、その実現に近づくお手伝いができるよう、これからも頑張ります。
また、一人の介助者として、一人の人間として、私自身もっともっと成長できるよう、毎回の介助を大切にし、糧を得つつ「今できること」「今やるべきこと」に一生懸命になろうと思います。
不器用な私ですが、これからもずっとどうぞよろしくお願いします。

《活動報告》

２０１１年　８月

２日（火）つきの道
　　運営事務会議
３日（水）コーディネーター会議
４日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　個別ＩＬＰ（竹島）
５日（金）職員会議
　　報告検討会議
　　ＧＭ会議
　　ＰＩＭ会議
８日（月）個別ＩＬＰ（小泉）
　　ピアカジュアル（大渕、内海）
９日（火）運営事務会議
１０日（水）コーディネーター会議
１１日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　ＧＭ会議
　　個別ＩＬＰ（竹島）
１２日（金）報告検討会議
　　ＰＩＭ会議
１５日（月）個別ＩＬＰ（竹島）
　　新人介助者歓迎会
１６日（火）個別ＩＬＰ（小泉、竹島）
　　全国障害者介護保障協議会電話会議（川元）
　　運営事務会議
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（竹島）
　　災害プロジェクトチーム会議
１９日（金）報告検討会議
　　ＧＭ会議
　　ＰＩＭ会議
２０日（土）全体研修（小泉）
２２日（月）個別ＩＬＰ（竹島）
　　障害者センターピアカン（大渕、淺川、内海）
２３日（火）利用者会議
　　運営事務会議
２４日（水）コーディネーター会議

２５日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　ＧＭ会議
　　個別ＩＬＰ（竹島、淺川）
２６日（金）報告検討会議
　　ＰＩＭ会議
３０日（火）運営事務会議
　　全体研修（小泉）
３１日（水）コーディネーター会議
　　東京都相談支援従事者研修（淺川）

２０１１年　９月

１日（木）ピアカンＩＬＰ会議
２日（金）報告検討会議
　　ＧＭ会議
　　ＰＩＭ会議
５日（月）個別ＩＬＰ（竹島）
６日（火）つきの道
　　個別ＩＬＰ（竹島）
　　運営事務会議
７日（水）コーディネーター会議
８日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　ＧＭ会議
　　個別ＩＬＰ（小泉）
９日（金）報告検討会議
　　ＰＩＭ会議
１２日（月）ピアカジュアル（大渕、内海）
　　重度訪問介護従業者養成研修講師（淺川）
１３日（火）訪問介護員養成研修２級（淺川）
　　リーダー養成集中 ILP（小泉、竹島、淺川、内海）
１４日（水）コーディネーター会議
　　リーダー養成集中 ILP（小泉、竹島、淺川、内海）
１５日（木）個別ＩＬＰ（小泉、淺川）
　　ピアカンＩＬＰ会議
　　ＧＭ会議
　　リーダー養成集中 ILP（小泉、竹島、淺川、内海）
　　総合福祉学習会：新宿（大渕）
１６日（金）報告検討会議
　　ＧＭ会議
　　ＰＩＭ会議

ユースパワーネット会議：仙台（淺川）
１７日（土）ユースパワーネット会議：仙台（淺川）
１９日（月）個別ＩＬＰ（落合）
２０日（火）第３回小平市福祉計画策定委員会議（川元）
武蔵野市交渉会議
個別ＩＬＰ（小泉、淺川）
ユースパワーネット会議（淺川）
全体研修（内海）
２１日（水）コーディネーター会議
２２日（木）ピアカンＩＬＰ会議
運営事務会議
個別ＩＬＰ（小泉）
２３日（金）ピアカン委員会：名古屋（大渕）
２４日（土）ピアカン委員会：名古屋（大渕）
２６日（月）武蔵野市交渉
障害者センターピアカン（大渕、淺川）
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
運営事務会議
個別ＩＬＰ（竹島）
ＰＩＭ会議
ＧＭ会議
交通エコロジー・モビリティ財団研修（山嵜、淺川）
３０日（金）報告検討会議
個別ＩＬＰ（小泉）

２０１１年　１０月

３日（月）ピアカジュアル（大渕）
４日（火）つきの道
個別ＩＬＰ（竹島、淺川）
５日（水）コーディネーター会議
６日（木）ピアカンＩＬＰ会議
７日（金）職員会議
報告検討会議
ＧＭ会議
ＰＩＭ会議
１１日（火）利用者会議

１２日（水）コーディネーター会議
１３日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　運営事務会議
　　個別ＩＬＰ（淺川）
１４日（金）報告検討会議
１７日（月）武蔵野市交渉会議
　　運営事務会議
　　重度訪問介護従業者養成研修講師（竹島）
　　障害者センターピアカン（淺川）
１８日（火）第４回小平市福祉計画策定委員会議（川元）
１９日（水）コーディネーター会議
２０日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　武蔵野市交渉
　　個別ＩＬＰ（竹島）
２１日（金）報告検討会議
　　ＰＩＭ会議
　　個別ＩＬＰ（竹島）
２４日（月）運営事務会議
　　ゆにーく your ライフ通信会議
２５日（火）利用者交流会
　　個別ＩＬＰ（竹島）
２６日（水）赤い羽根共同募金活動（田無駅、花小金井駅）
　　コーディネーター会議
２７日（木）ピアカンＩＬＰ会議
　　赤い羽根共同募金活動（田無駅、花小金井駅）
２８日（金）創ろう みんなの障害者総合福祉法を！
　　10. 28ＪＤＦ大フォーラム：日比谷
３１日（月）運営事務会議

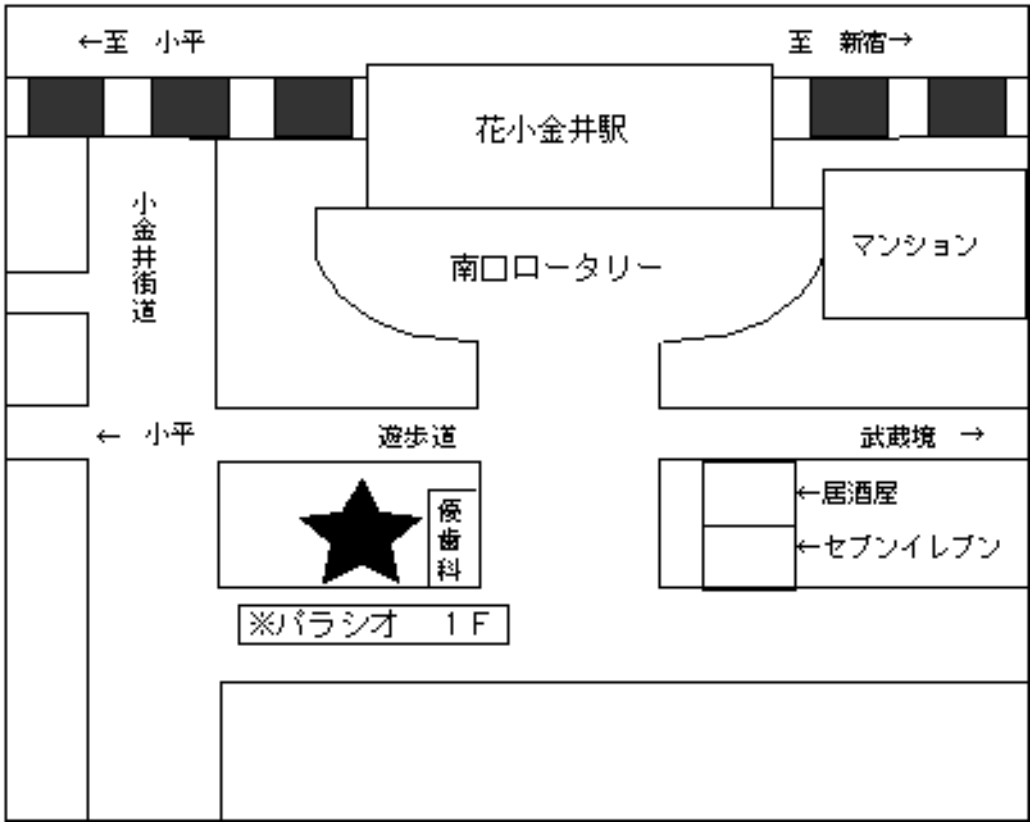
編　集　後　記

新しい年を迎えましたが、厳しい寒さがつづき、春が待ち遠しい今日この頃です。昨年は東日本大震災や豪雨災害など、私達が今まで経験したことのない未曾有の大きな災害に見舞われ、たくさんの尊い命が失われました。未だに多くの人たちか家や帰る場所を失ったままでいます。大自然を相手に人間はいかに無力かということを思い知らされるとともに、障がいを持つ私達がいかに弱い立場にあるかということもあらためて痛感させられた年でした。
新しい年には少しでも早い復興に向かうよう、私達も出来ることを考えていきたいですね。そして、いつ起こるか分からない災害に備えて、個人でも災害対策を行っておきたいですね。

（編集委員　　淺川）

次号は２４年２月を
予定しております！！

■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）