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　2019 年 5 月 22 日発行　SSKP　通巻第 7170 号

ＳＳＫＰ　自立生活センター･小平　通信

Unique your Life

ユニークユアライフ

【表紙写真】2019年4月　親睦バーベキュー

2019.5

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　2019 年 5 月 22 日発行　SSKP　通巻第 7170 号

目　次

Unique your Life

ユニークユアライフ

2019.5

報告

ｐ　３　単発ＩＬＰ　ピザ作り報告

ｐ　４　クリスマス会報告

ｐ　５　利用者交流会報告

ｐ　６　大フォーラム報告

ｐ　７　バス会社交渉報告

連載

ｐ　８　涼子の交通アクセス　こんなんでいいん会

ｐ１０　わたしと障がい

ｐ１２　新しく自立した仲間をご紹介します

ｐ１４　NEW　FACE 紹介

ｐ１５　くり・パッ・チョ

ｐ１６　バリッといい旅／活動報告

ｐ１９　編集後記・地図

ｐ２０　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　2019 年 5 月 22 日発行　SSKP　通巻第 7170 号

単発ＩＬＰ　ピザ作り報告

新井　ひかり

２月 21 日、単発 ILP（室内での活動）が行われました。今回は、手作りのピザを作ってみようと企画しました。参加者は３名来られていました。

まず、生地を混ぜてこねてもらいました。なかなか生地がまとまらず、思ったより時間がかかりました。

次に、発酵をしました。なかなか発酵せずに、湯煎したり、手で温めたりして発酵させました。レシピに「温める」と追記しなきゃ笑

その次に、トマトソースを塗って、トッピングをしました。具材は、生ハム、シーフードミックス、バジル、ソーセージ、とろけるチーズでした。皆さんおいしそうなトッピングでした(*’▽’)

最後にオーブンで焼きました。焼きあがった時に、なぜかピザの一部分がドーム状に膨らんでびっくりしました(゜д゜)

できあがったピザを試食させてもらったのですが、とてもおいしかったです！！

今回、企画してみて思ったことは、事前準備と情報共有の大切さです。事前準備は、量りの電池の確認不足や健常者職員に何時にお手伝いをお願いするか、当日の下準備での焦りなど、当日の進行のイメージ不足がありました。情報共有では、担当全員が揃わないこともあり、うまくいかないこともありました。けれども、周囲の方のおかげで何とかやりきることができました。また、当日は参加者の方に声をかけてアドバイスしたり、健常者職員にやってもらいたいことを指示したり、いろいろと動くことができました。

課題はまだありますが、おいしくできたのでよかったです。今回思ったことを次回に活かしていきたいです。

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　2019 年 5 月 22 日発行　SSKP　通巻第 7170 号

クリスマス会報告

塩崎　裕章

去年の 12 月のクリスマス会について書いていこうかと思います。

今回で自分は２回目の参加となったクリスマス会でした。前回とは違い、クリスマス会当日までの準備の役割分担の中に、自分も入って動きました。

前回は、会場である自立生活センター・小平の事務所の飾り付けや、他の食事会と同じく席のセッティング、クリスマスツリーの飾り付けを手伝いました。正規職員になってから参加した今回は、そういったことに加えて、役割として、クリスマス会当日のゲーム担当、デザート（チョコシフォンケーキ）の製作依頼、前日に、クリスマス会当日必要なものの買い出しなどをしました。

前の週～前日までバタバタ？してしまったので、無事に迎えて、楽しく過ごすことができたことは全体として良かったです。

バタバタした、というのも、任されていたチョコシフォンケーキの製作依頼をするのを、締切に設定していたギリギリになって終えたのが一つでした。そこまでにクリスマス会当日の参加人数を確定させて報告しなければならないところを、その日の夕方まで、参加者の確認と集計をしていなかったので、確認の連絡と集計をして、なんとか任を終えました。

前日準備での買い出しでは、普段の事務所のイベントの時のそれより量が多く、事務所から買い出しに向かって買って戻るのに約２時間かかりました。

そんなこんなで当日を迎え、チキンやらケーキやらを美味しく食べることができて、ゲームのほうも、ビンゴゲームをしてゲームとは別に恒例の？プレゼント交換もあり、盛り沢山の一日（大げさ？）だったと思います。

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　2019年5月22日発行　SSKP　通巻第7170号

利用者交流会報告

１月　新年会

新年に入り、毎年恒例の利用者さんを交えての新年会を１月２２日に小平事務所で行いました。利用者４名でした。食事は手巻き寿司、あら汁、お汁粉と新年会らしいメニューで皆でわいわいと「お正月をどう過ごしていたか？」「年越しは何をしていたか？」など話しました。

食べた後は「この数字、言ったら負けよ」というゲームをやりました。私と塩崎くんが担当で誰でもわかり易い内容のものは何かないかと考え、このゲームならできるかなぁと思い初めてやってみました。ルールは１から２５までの数字があって、最後の２５を最後の人が言ったら負けというもので、ひとりずつ順番で例えば１から３の中で「１、２、３」と言ってもいいし、「１、２」で止めもいいし、「１」だけ言ってもいいという感じです。次の人は前の人が言った数字の続きで同じように言っていくゲームで、頭を使います。性格も出るかなぁ(笑)

最初は説明がうまく伝わらなかったのか混乱していた人もいましたが、何回かやっているうちにやり方を覚えて盛り上がってきたようで、数字を変えたり増やしたりと楽しく過ごしました。　（大渕　由理子）

２月　立川ラーメンスクエア

２月の利用者交流会で立川のアレアレアってビルにあるラーメンスクエアに来てみました。

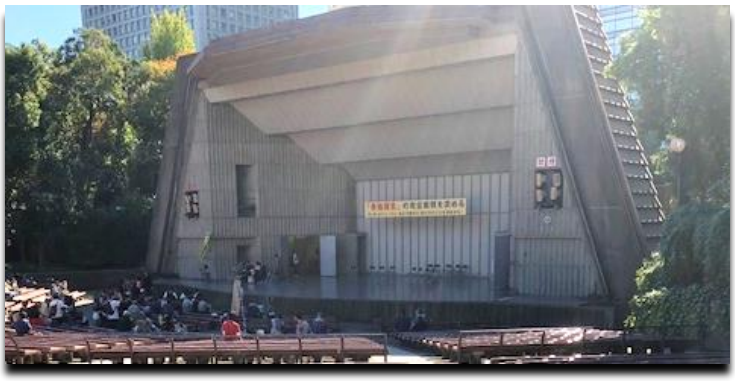
皆さんはラーメンが好きですか？油がぎとぎとなラーメンや薄味のラーメン、つけめんなどなど。私は油がぎとぎとなラーメンが好きです（だから太るって、、、まぁ、いいじゃん）

今日入ったお店は九州博多ラーメンでつけめんもあるところで、私はつけめんを冷たい麺で頼みましたが、つけめんって冷めるのが早いですね(^-^;　冷めたつけめんは食べるのに苦労しました。みなさんもつけめんを頼むときは温かいスープで温かい麺で頼むようにしましょう(笑)

食べたあとは記念撮影をしてから、みなさん行きたいお店に行きました。わたしは本屋に行ったのですが、やはり見るところはアニメや漫画の棚です(えっ、すこしは知的な小説でも読めって、、、まぁ、２次元は日本の誇りですし。(何勝手にきめてるんだって、アニメ好きはおまえだけだろって、まぁいいじゃん)。)本屋を見たあとはみなさんそれぞれ帰り道につきました。　（阿保　弘平）

「骨格提言」の完全実現を求める１０.３０大フォーラム報告

新井　ひかり



昨年の 10/30（火）に日比谷野外大音楽堂で大フォーラムがありました。自立生活センター・小平からは障害者職員２名のみの参加でした。私は、昨年先輩と駅で待ち合わせて行ったのですが、今年は自分が先輩として行ったため、後輩と道に迷わないで行けるか大分緊張しました。グーグルマップで少し迷いながらも？無事に目的地に行けてホッとしました。

今回、講演を聞いて印象に残ったことは３つあります。

１つ目は、強制不妊手術と出生前診断です。
男性が施設に入れられて、何の手術なのかを知らされずに強制的に手術を受けさせられ、既婚者が亡くなる直前まで手術を受けさせられたことが言えなくて辛かったという話を聞きました。障害者と健常者は同じ命なのに差別することに疑問を抱きました。優生思想が少し身近に感じられました。

２つ目は、障害者の 65 歳問題です。
岡山県の方で、65 歳で介護保険適用されてから、重度訪問介護が受けられなくなり、裁判をおこしたそうです。総合支援法ではたくさん支援を受けられたのに、65 歳からの介護保険適用で支援の幅が狭くなるのはおかしいと思いました。

３つ目は、兵庫県三田（さんだ）市の監禁事件です。
知的障害のある男性が 5 歳から 40 歳くらいまで檻に監禁されていました。後遺症で視力障害が残り、現在施設生活されているそうです。父親は有罪判決となりましたが、障害のある子供の子育てが大変なことを理由に、重い罪（懲役）にはならず、軽い罪（執行猶予）になりました。障害のある子供を監禁したのに、裁判官や検察官が父親の意見を酌んで罪が軽くなってしまったことはおかしいと思いました。また、障害があることを理由に子育てを放棄してはいけないと思いました。

私は、大フォーラムの講演を聞いて、優生思想の考えから未だに障害者差別が根強くあると思いました。今後も、機会があれば参加して、障害者差別について少しでも知っていきたいです。

バス会社交渉報告

澤田　佳士

昨年の 11 月 22 日にバス会社との乗車対応についての交渉を行いました。

事の発端は、11 月 11 日に私が武蔵小金井駅から花小金井駅方面のバスを利用した際に、運転手から差別的な対応を受けたのがキッカケです。

乗車の時に少し混んでいる中、バス停で普通に後ろに並んで乗ったら、「混んでいるんだから、すぐ次のバス来るんだし空気読んでくださいよ」と運転手から言われました。その時は言おうか迷いましたが、やっぱりなんか違うなと思い、「あの言い方はないのではないか？」と降りる時に言いました。

その後、逆上したかのように、「車椅子なんだから普通に並ばないでバス停の前にいるのがマナーでしょ。そうしたらこっちもあらかじめバスを寄せたり車椅子の人を優先して乗せられる」など、疑問に思うようなマナーを押し付けられました。

2、3 分口論をして、これは後日話した方が良いと思い、運転手の名前を聞きました。しかし、それもあなたの名前を教えてくれたら教えるというような態度で、結局教えてもらえず去っていってしまって、さすがにマナーの押し付けや態度にも疑問があり、その時乗ったバスを調べ、営業所に抗議の電話をしました。

後日、謝罪をしたいとのことで、事務所にバス営業所の方 2 名が来て、そこで今回あった件を話しました。その交渉のときには、他の当事者、一緒にいる介助者も参加して、総勢 20 名くらい集まって、私のこと以外にもバス会社に対して思っていることを伝えてもらいました。

私以外にもバス会社の対応に対しての不満はみなさんたくさんあったようで、色々と伝えることができたのは良かったのではないかと思います。

その場では、今後の研修に当事者も入れてくれということで交渉は終わりましたが、後日返事が来て、そういったことができないので社内でしっかりとした研修を行いますと一報がありました。

その後はまだ連絡を取れてはいませんが、最近バスを利用してもなにか変わったとも感じないですし、まだまだ続けていく必要を感じます。

そういったことを言うことはクレーマーみたいで、正直とても抵抗がありました。自分が心の狭いやつ、なんかめんどくさい嫌なやつだなと思われるのではないか。差別という言葉に対しても、なにか悲観的、都合のいい時ばかり差別と言って、逆に健常者に対して差別している、そこまで健常者に対して敵対心を持つ必要ないのではないかとも思うこともあり、自分の中で葛藤することもあります。

しかし今回の交渉で、やはり嫌な思いや利用しづらさを感じたのは事実。まだまだ葛藤はありますが、今まで思いもしないことを考えることができたので、今回の経験は自分にとって前向きに良かったことだったと思っています。

涼子の交通アクセス　こんなんでいいん会

山嵜　涼子

みなさまこんにちは。季節が変わりすっかり春の気配。ぼぉっとしていたらすぐ夏になってしまうのでしょうね。。。
改めて時の流れの速さを実感します。

さあ今日のお話は『タクシー』みなさん知っていますか？車いすごと乗れる流しのタクシー。流しとは、よく街でみる手を挙げてとめるタクシーのこと。私たち車いす使用者も障害のない人と同等にタクシーに乗りたいときに乗れるようになったのです。この地元、小平にも走っています！
それが、それがなんと乗車拒否。乗車拒否。乗車拒否。手を挙げても、予約までしても乗せてもらえない、予約すら断られる事案が多発。それも全国で多発。それが問題になりメディアでも大きく取り上げられたのは、ご存じの人もおられることでしょう。

一体乗車拒否の原因はなにか？それは車いすのまま乗車するためのスロープの組み立てが複雑だから。という理由。慣れている人でも１５分はかかる。大きい道路でも小さい道路でも、路上で停車して時間のかかる組み立てが複雑なスロープを組み立てることはできない、というのが乗車拒否の理由になる。
理由がなんでも乗車拒否は差別解消法に抵触する。要するに障害者に対して障害を理由にした差別にあたるのだ。だから問題になる。
でもタクシー会社に聞くところ、車いす使用者だから乗車拒否をしたのではなく、スロープの組み立てが複雑すぎて組み立てる自信がないからということだ。私から言わせればそれは『言い訳』といいます。

最近はこの問題を解消すべく国土交通省も動き出し、各所で当事者を交えた乗車研修を行っている。その一つに私も立ち会ったが、タクシードライバーさんは車いす使用者に乗っていただけるよう努力する、と言っていたことが印象的だった。だから私も思い切って乗車してみた。武蔵境駅ロータリーで手を挙げた。『タクシー！』って。映画みたいに気取って。これで拒否にあったらただの恰好悪いおばさんになってしますが、止まった！ユニバーサルデザインタクシー（以下、ＵＤタクシー）が止まった。
乗れるのだ。しかもドライバーさんが『車いすからおりますか？車いすごとですか？』ってしっかり希望を聞いてきた。もちろん『車いすごとです』と答えると、『ここではスロープを出せないので少し先まで歩けますか？』と丁寧に誘導してくれ停車。ぎこちなくだがスロープを組み立てて無事に乗車。行先を『花小金井駅まで』と伝えると、『〇〇の道を利用していきますね。だいた

い２０分くらいです。』と。これも丁寧でまだ咲いていないが桜並木を走るようだ。

その桜街道を通過した際に私が『ここは桜が満開になったらトンネルみたいになるのかな？』と独りごちてるとドライバーさんはどのくらい綺麗かをとても丁寧に説明してくださいました。なぜ？独り言なのに？と思うでしょ？
それは車いす席と運転席がとても近いからです。

研修風景より
ＵＤタクシーに乗り込む様子

写真をみていただくとおわかりのように、車両の横から乗り込むタイプなのです。車両に乗り込んだら左に向きを直し運転席と並ぶ感じになり足元を固定するのです。だから視界が開けてとても乗りごごちがいいですよ。

ただ問題がもう一つ。スロープの耐重量が 200 キロまで。電車とバスのスロープは 300 キロまでなのになぜ 200 キロにしたか。この問題は簡単である。当事者に話を聞かないで作成したからだ。現在の電動車いすは 200 キロを超すものがあり、そこに人が乗ったら 300 キロ近くなんて簡単になる。

現状を知る当事者から聞き取ることは重要になる。改良の動きはあるのだが、既に走っているタクシーは 200 キロのままである。それでも車いすごと乗れるＵＤタクシーの期待は大きい。

だってこれまで障害者の乗る乗り物は『福祉タクシー』だった。障害者が使用するものは何でも『福祉』がついている。障害＝福祉という印象はもう改めなければならない。そういう時代がきていることも意識してほしい。

乗車拒否から始まったＵＤタクシー。同時にドライバーさんの接遇研修も始まりますが、その研修には障害者が講師で入ること。それが当たり前になることが障害のない人と同等に社会の一員として生きられる一歩になる。
だから車いす使用者もちょっと疲れた時でも使用してみてください。

こちらがＵＤタクシー

わたしと障がい
-EPISODE3-

澤田　佳士

こんにちは。今回は転院先の、リハビリ病院でのことを書きたいと思います。今回も長くなってしまったので、お付き合いください。笑

転院をして、所沢にある国立障害者リハビリテーションセンターというリハビリ病院に移りました。そこは自分と同じような背髄の障害を負った方が集まる専門の病院で、色々と転院して良かったと思えることが多かったです。

前の病院で、なぞの汗をかいていてそれが反射というものだということ、勝手に足がカタカタ動いてしまう理由などなど、自分の身体の知らないことをたくさん知ることができました。移ったことによっていかに前の病院が同じ医者と看護師といえど、自分の身体のことについて知らなかったんだなと実感しました。

病院での生活は、退院後のトイレや入浴のやり方、リハビリでは身体の機能回復のための動かし方や車椅子に乗って体力をつけるなどのことをしました。

リハビリをする大部屋があり、そこでたくさんの入院患者を見かけました。上半身は普通に動いて足にだけ麻痺がある人、もう少し自分より動きの軽い頸髄の人。自分は頸髄の障害ではその中では重い方だったと思います。

色々な人たちを見る中で、ガンガン車椅子を漕いでいる人たちが乗っていた、背もたれの低いスポーツタイプの車椅子が輝いてみえました。カッコイイ、あれに乗りたいとまずはじめに思って、リハビリの先生にお願いをしました。転院したての頃はリクライニングのできる背もたれの高い車椅子に乗っていて、なんか重い障害者みたいで大袈裟で恥ずかしいという感覚がその時はありました。首が安定した頃からは乗りたかった車椅子に乗りながら病院の生活を送っていました。はじめは 1、2 時間乗っているだけでヘトヘトになっていましたね。漕ぐ練習にしても、自分の部屋のベッドの位置からドアに行くだけで 30 分以上かかる状態でした。

月日が流れるにつれて、頑張れば 1 時間くらいかけて、病室からリハビリ室付近まで、行くことができるようになったり、装具を使ってごはんが食べられるようになったり、少しずつできることが増えてきました。

それと同時に自分のできることに対して限界も感じるようになってきました。どこまで回復するか、限界を薄々は感じていましたが、まだまだやってやるという気持ちもありました。

病院では色々な出会いもありました。

隣の病室に自分の少し年下くらいの同じ障害を負った女の子が、自分の少し後に入院をしてきました。みるみるその子は動くようになって自分を追い抜いていきまし

た。ある時、看護師に「あの子はあんなに頑張ってあんなに良くなっているのに、澤田くんはまだ頑張りが足りない」みたいなことを言われたことがありました。その時はあの子の方が残ってる機能があるんだから、なんでそんな言われ方しなければいけないんだという気持ちと、自分だって頑張ってやってんのに回復していかないもどかしさと悔しさで、夜泣いたこともありましたね。

また別で、東大卒の同じ障害の人を紹介してもらい知り合うことができました。その人はすでに退院して通勤の仕事をしながら自宅で生活していて、自分よりも動けるのに大きい電動車椅子に乗っていました。なんでそんな電動車椅子に乗っているんだろうと思ってました。しかし、色々考え方を聞くと、入院してリハビリしてる時間がもったいない、それよりもある程度できることが増えたら、早く退院して、できないことはヘルパーを使ってやってもらって、その時間をやりたいことに使ったほうが効率的だという考えを持っていました。入院生活はリハビリより論文を作ったりして、送っていたと言っていました。その時は共感はあまりしませんでしたが、とても新鮮で、今に繋がる考え方であったんだなと思います。

退院が近づくにつれ、自分の車椅子や自宅に帰ってどうやって生活するかを話し合うようになっていきました。

車椅子は、電動車椅子でないと外は不便、ジョクソウも怖いから横になる機能のついているものを作ることになりました。初めは手で運転するのも難しかったので、アゴで運転するもので練習をしていました。アゴで運転もなんか嫌だなぁという気持ちもあり、練習してなんとか手で運転できるようにはなりました。大きい車椅子は大袈裟で乗りたくないなぁって気持ちもやはりその時もありました。

結局、小型のスポーツタイプの手動車椅子に乗りたいという想いも捨てきれず、両方作ることにしました。

家での生活は家族にはあまり手をかけたくない、自分の世話のために仕事をやめたりしてほしくないという気持ちがあったので、起床、入浴、就寝、親がいない時間はヘルパーを頼むことにしました。１日６～８時間くらい使うことになったと思います。

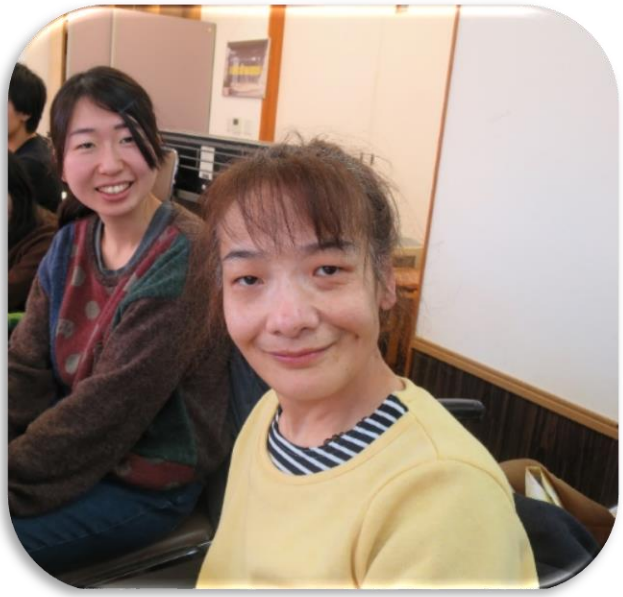
退院が近づくと両親に自分の排泄や入浴の仕方を看護師が念のため教えて、やってもらうという時があり、その時は両親に申し訳ない、カラダを見られて恥ずかしいという気持ちでキツかったですね。

いざ退院となり、看護師のみなさんが、当時からEXILE好きだった僕のために、ライブでしか手に入らないグッズと寄せ書きなどをくれました。すごく嬉しくて今でもとってあります。

その時の担当の看護師や、お世話になった人には、今でもたまに顔を見せに行ったりと交流があります。退院後も元気な姿を見せることができたり、覚えていてもらえるのは嬉しいですね。

その後退院をして、実家に戻ることになります。続く。

新しく自立した仲間をご紹介します
～森永妙子さん～



初めまして、２０１８年１１月１９日に自立をしました、森永妙子と申します。

好きなことは、アニメ(好きな声優が基準)、マンガ(少女、少年、レディース、青年、ＢＬ等)、スポーツ(野球(巨人)、フィギュアスケート、バレーボール等)、天文系、心理学系などです。

モットーは「ま、いいか～！」です。

本気で自立をしたいと思った切っ掛けは、約５年前に母が倒れ色々な意味で不安定だった為、４ヶ月で３つの施設にショート(ロング)ステイを経て、「同性介助」という点を重要視して選びました。

しかし、多感に差し掛かった時期(５歳～１１歳まで機能改善のため施設に居た)から親元へ帰って以来親元で暮らし、人として大切な事、学びたい事や好きな事などを教えてくれた事もあり、施設での暮らしには違和感だらけで悶々とする日々の中で、和光市で地域活動に関わっていた養護学校の先生から大渕さんを紹介して頂き、見学をした日から約３年ほど懸けて自立プログラムを受講しました。

色々な方々のご協力が得られたお陰で自立が叶えられたと思っていますので、これからは、自分のやりたい事を実現して行けたらと思っています。

行きたい所は沢山ありますが、当面の目標は、愛知へ行き母のお墓参りに行きたいと思っています。

新しく自立した仲間をご紹介します
～長田直也さん～

『「わたし」の価値を、他者に決めてもらうこと。それは依存です。一方、「わたし」の価値を、自らが決定すること。これを自立と呼びます。』

これは以前話題となった「嫌われる勇気」の続編、「幸せになる勇気」の一説です。

私は脊髄性筋萎縮症という難病をもって生まれてきました。自分のやりたいことがやれない日々、親の顔色を窺いながら介助をお願いする日々が嫌で、結構昔から一人暮らししたいと考えていました。しかし、やり方がわからないまま何もない時間を過ごしてきました。

ただ、ちょうど2年前くらいに友人から CIL という団体があることを教わり、すぐに近所の CIL に藁にも縋る思いで話を聞きに行ったのは今でもよく覚えています。そこからいくつかの CIL を訪ね、CIL 小平にたどり着き、ここで自立したいと思いました。そして去年長期 ILP を受け、たくさんの方のご協力で自立生活が出来ました。本当にありがとうございます。

自立について振り返ってみると、以前は自立とは親元や施設を離れ、一人暮らしをすることぐらいに思っていました。しかし、長期 ILP を受け、いざ自立生活を目前にして、また、自立生活を始めてみるとどうもその認識は違っていたようです。上述したように真の自立とは、「わたし」の価値を、自らが決定することです。「自己選択」「自己責任」を踏まえて、「わたし」が「わたし」であることを認めるということが自立だと日々気付かされます。これからは、これを読んでいる皆様と一緒にそのようなことを考えていけたらと思います。どうぞよろしくお願い致します。

New Face

大庭　聖也

皆さんはじめまして。大庭聖也(おおばせいや)と申します。

今までいろいろな仕事をしてきましたが、おかげさまでこちらで働き始めて６年半程たちます。

あまり同じ仕事を長く続けてこなかったのですが、なんなんでしょうね…。しっくりきちゃってるんでしょうか。ありがたいです。

ではでは、さっそく自己紹介を。

1989 年 8 月 15 日、神奈川県平塚市に誕生しました、今年でちょうど 30 歳になる大庭家の次男坊です。

小さい頃から中学卒業まで続いていたサッカーも極度な運動不足がたたり、今では素人同然。走ることさえも勇気がいります。

膝やかかとを痛めるのでは、肉離れや足が攣ってしまうのでは、なんて言い訳をして運動を避ける毎日。

これといった趣味もなく、休日は家でのんびりゆったり、だらだら過ごしています。

初対面の方との会話で趣味について触れてもらう際には、お酒を飲むことです。と答えていますが、「自宅にいること」と答えるのが正しいのではないだろうか。なんて思うほどの家好きです。

緊張したり、人見知りが発動するとやたらと喋ります。ちょっとうるさいなと思われてしまうほど。不安が増せば増すほど口が動きます。しばらくすると疲れて黙ります。薄い内容の話をしばらく喋っていたらそれは緊張しているサインです。見守ってくれるとありがたいです。

自分ではわりとおとなしい方だと思っています。まだきちんとお話したことない方はピンと来ないかもしれませんが、僕と接したことのある方は僕に対してどういうイメージを持っているでしょうか？皆さんそれぞれ感じているイメージは違うのでは、と思います。僕自身が気づいていない部分や見られたくない部分も見えているかも。ある意味僕よりも大庭聖也という人間を知っている方もいるかもしれません。

誰かの「自分」が気づいていない良い部分を見つけられる人になりたい。それが 10 年後の僕の趣味になっていることを信じて。

くり・パッ・チョ!

栗田　健司

今から 15 年ほど前になりますでしょうか。私より数年先輩のコーディネーター岡村がある研修の講師をしていたのですが、その中で岡村は「CIL なんてこの世からなくなってしまえば良いと思っています」と発言したことがありました。私は当然「え？」となりましたが、その後に彼女はこう続けました。「CIL は、どんなに重い障害のある方でも地域で当たり前に生活できる様に支援して行く団体です。しかしそこには様々な障壁があり、特に行政との介護保障の交渉に大きな力を発揮するのが CIL です。その活動が広がり、障害のある方がごく普通に地域で生活出来るようになれば、CIL の存在意義そのものが無くなってしまうからです」と。見学していた私も、周りの受講生同様に頷いていました。

当時の小平市周辺を走る路線バスには、ノンステップバスは 1 時間に 1～2 本ほど。バス会社によっては 3 段ほどの階段のど真ん中に手すりがあり、もちろんスロープなんて付いていないので、運転手と乗客の方に手伝って頂き、狭い乗降口をヒーコラしながら上り下りしていました。車内には車椅子のスペースも無く通路の真ん中にドンと居座るしか方法はありませんでした。しかし、今では車椅子利用者が乗れない事は物理的には無くなっています。鉄道も然りです。当時はエレベーター、エスカレーターの無い駅が多く、やはり駅員や通行人の方に手伝って頂き改札階までの階段を上り下りしていたものです。車椅子利用者が乗車する時のアナウンスも配慮あるものに変わりました。

行政の対応も顕著に変わって来ています。一人の方が自立する時にかかる交渉時間、回数共に、以前と比べるとものすごく減っています。

これらが改善して来たのは、一重に障害当事者の方々の運動の成果だと思います。行政や交通各社に真剣に訴え、数々の交渉を通して人の心を動かして来た成果なのです。

CIL の無い世の中にはまだまだなっていません。しかし、世の中は確かに変わって来ています。少しでもそこに近づいて行ける様に意識を持ってしっかりと CIL に携わって行きたいと、勤続 20 年を迎える春に自省を込めて思うのでした。

バリッといい旅

今回の案内人→大渕　由理子

去る１２月１７日から３日間で福岡へ JIL 主催の全国セミナーに行きました。その時泊まったホテルはセミナーの会場から一番近い所でした。

私の部屋はいわゆる一般的なツインでしたが、割に広かったです。「お風呂に入る際に濡れてもいい椅子はありますか？」と従業員に訪ねたところ「ありますよ」と言ってシャワーチェアを持ってきてくれました。背もたれや肘置きは低かったですが、使えなくは無かったのでお風呂に入ることができました。

会場とホテルの往復だけだったので観光などは出来ませんでした。なので街がどんな感じかは分かりませんでした。

写真：2019 年４月　お花見

《 活 動 報 告 》

2018 年	10 月	
2 日	(火)	マネージャー会議
3 日	(水)	ピアカン長期講座(新井)
4 日	(木)	～6 日(土)ピアカン集中講座
9 日	(火)	マネージャー会議／ピアルーム
10 日	(水)	八王子精神障害ピアサポートセンターピアカン集中講座(新井)／赤い羽根共同募金
11 日	(木)	ピアカン ILP 会議
12 日	(金)	職員会議
13 日	(土)	個別ピアカン(澤田)
16 日	(火)	マネージャー会議／DPI 日本会議バリアフリー部会(山嵜)／利用者交流会
17 日	(水)	新宿区役所研修(山嵜)
18 日	(木)	個別 ILP(竹島)／ピアカン ILP 会議／赤い羽根共同募金
19 日	(金)	報告検討会議
22 日	(月)	障がい者センターピアカン
23 日	(火)	個別 ILP(竹島)／マネージャー会議／ピアカジュアル
24 日	(水)	合同会議／ピアカン長期講座(新井)
25 日	(木)	ピアカン ILP 会議
29 日	(月)	個別 ILP(竹島)
30 日	(火)	全国障害者介護保障協議会常任委員会スカイプ会議(竹島)／マネージャー会議／「骨格提言」の完全実現を求める10．30大フォーラム(新井)
31 日	(水)	ピアカン長期講座(新井)
2018 年	**11 月**	
1 日	(木)	ピアカン ILP 会議／ピアカン集中講座勉強会
2 日	(金)	職員会議
6 日	(火)	マネージャー会議／ピアルーム
7 日	(水)	ピアカン長期講座(新井)
8 日	(木)	ピアカン ILP 会議／～9 日(金)交通サポートマネージャー研修(山嵜)
9 日	(金)	個別支援会議
12 日	(月)	個別ピアカン(新井、塩崎)
13 日	(火)	マネージャー会議／DPI 日本会議バリアフリー部会(山嵜)／利用者会議
14 日	(水)	ピアカン長期講座(新井)
15 日	(木)	ピアカン ILP 会議
20 日	(火)	～22 日(木)ILP リーダー養成集中講座／利用者交流会
21 日	(水)	ILP リーダーズコーディネーター会議／ピアカン長期講座(新井)
22 日	(木)	自薦ヘルパー推進協会講師会議(竹島)／ピアカン ILP 会議
26 日	(月)	個別 ILP(竹島)／介助研究会(山嵜、澤田)
27 日	(火)	チームリーダー会議／ピアカジュアル

28 日	(水)	大掃除／ピアカン長期講座(新井)
29 日	(木)	個別 ILP(竹島)／ピアカン ILP 会議

2018 年　12 月

1 日	(土)	八王子精神障害者ピアサポートセンター自立生活プログラム(新井)
4 日	(火)	マネージャー会議／ILP リーダー養成講座(澤田)
5 日	(水)	ILP リーダー養成講座お宅訪問(澤田)
6 日	(木)	ピアカン ILP 会議
7 日	(金)	職員会議
8 日	(土)	八王子精神障害者ピアサポートセンター自立生活プログラム(新井)
10 日	(月)	～11 日(火)CIL リングリング来所(竹島)／小平市自立支援協議会(瀧澤)
11 日	(火)	クリスマス会
12 日	(水)	個別支援会議／H 市交渉(竹島)／東京都自立支援協議会セミナー(瀧澤、澤田)
13 日	(木)	ピアカン ILP 会議
14 日	(金)	報告検討会議
18 日	(火)	チームリーダー会議／マネージャー会議／DPI 日本会議バリアフリー部会(山嵜)
19 日	(水)	個別 ILP(竹島)
20 日	(木)	ピアカン ILP 会議
21 日	(金)	忘年会
25 日	(火)	マネージャー会議／DPI 日本会議バリアフリー部会(山嵜)
27 日	(木)	利用者自立パーティー

2019 年　1 月

8 日	(火)	交通エコロジー・モビリティ財団来所(山嵜)／ピアルーム
9 日	(水)	社会システム来所(山嵜)
10 日	(木)	ピアカン ILP 会議
11 日	(金)	職員会議
15 日	(火)	介護保障協議会常任委員会スカイプ会議(竹島)／マネージャー会議／利用者会議
16 日	(水)	個別支援会議(竹島)
17 日	(木)	自薦ヘルパー推進協会講師会議(竹島)／ピアカン ILP 会議
18 日	(金)	介助者研究会(澤田)
21 日	(月)	ステップアップ研修
22 日	(火)	マネージャー会議／利用者交流会新年会
23 日	(水)	小平市障害者団体連絡会定例会
24 日	(木)	ピアカン ILP 会議
25 日	(金)	報告検討会議／東京都自立生活センター協議会スカイプ会議(竹島)
29 日	(火)	個別 ILP(竹島)／チームリーダー会議／マネージャー会議／ピアカジュアル
30 日	(水)	合同会議
31 日	(木)	ステップアップ研修／ピアカン ILP 会議／年間事業計画会議

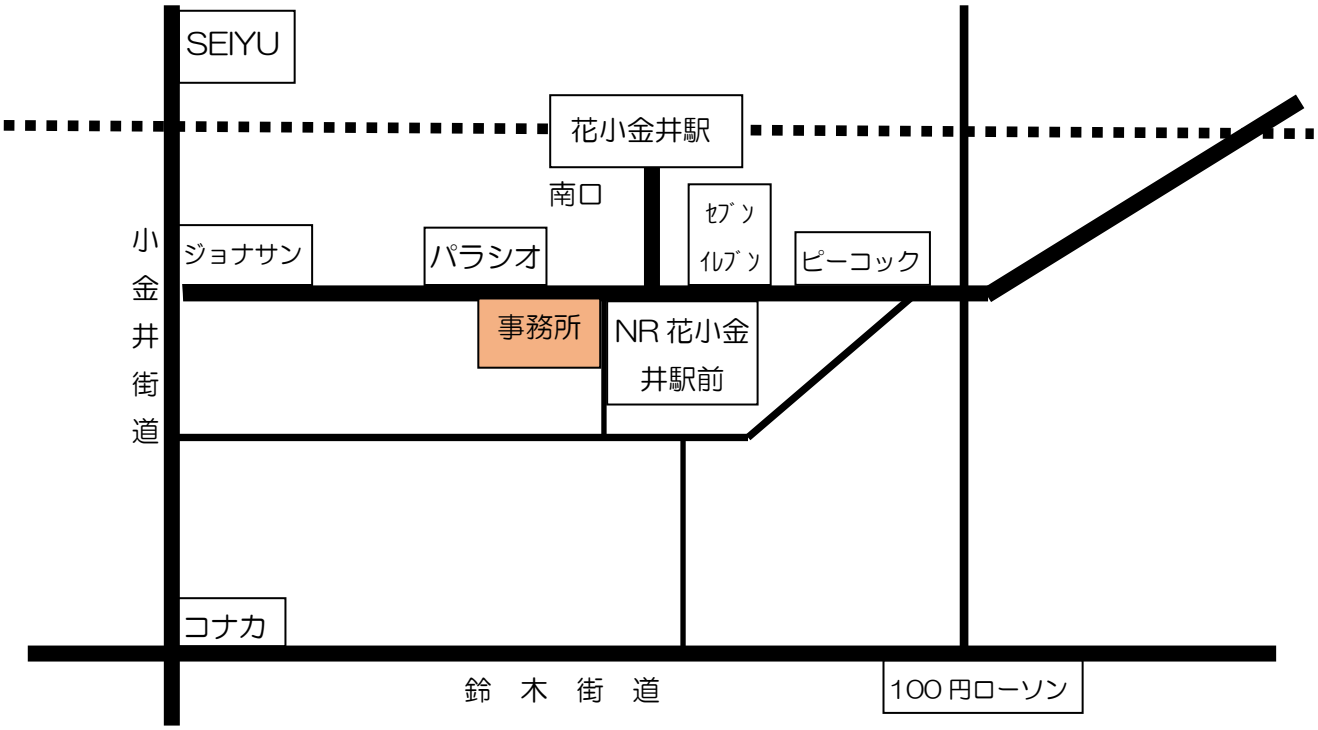
編　集　後　記

みなさんこんにちは。わたしはこのまえ、アニメのシティハンターの映画を見てきました。シティハンターは 1980 年代にブームになったアニメです。(えっ、わたしのとしがばれるって、わたしはふけてないよ～)みなさんは映画を見に行ったりしますか？

そういえば、わたしはいま足湯に行きたいと思っているのですが、みなさんは足湯に行ったりしますか？足湯は冷え性などいいらしいです。つらい冷え性を乗り切りたのしい春を迎えてください(わたしは通販とかの営業マンではないからね～)

（編集委員　阿保）

■自立生活センター・小平　地図



２４時間・３６５日介助派遣

近隣の8市区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。)

	一般の方	医療的ケアの必要な方
平日日勤（7時～23時）	￥１，６５０	￥１，８８０
土日日勤（7時～23時）	￥１，７００	￥１，９４０
夜　　勤（23時～7時）	￥１，７００	￥１，９４０

・ＩＬＰ、ピア・カウンセリング利用　ご相談ください。
・総合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

◇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
１－１８－４５－１０－１Ｆ
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
世田谷区祖師谷3-1-17
ヴェルドゥーラ祖師谷102号室
（定価　100円）