

SSKP じりつせいかつ 自立生活センター・小平 こだいら つうしん 通信

# Unique Your Life

ユニークライフ



じむしょ しごとふうけい  
事務所での仕事風景

# 2023.1

## 目次

# Unique Your Life 2023.1 ユニークライフ

### 報告

- P 3 自立生活センター・小平のホームページがリニューアルしました  
P 4 利用者会議報告  
P 5 境を越えて カリキュラム化プロジェクト報告  
P 6 川内アクセス塾を受講して  
P 8 J I L主催 介助サービス委員会座談会報告  
P 9 小平特別支援学校保護者会に参加して

### 連載

- p 10 私と障がい  
p 11 そーさくシコーサクゴ  
p 13 活動報告  
p 17 編集後記・地図  
p 18 サービスのご案内

## じりつせいかつ こだいら 自立生活センター・小平のホームページがリニューアルしました

あら い  
新井ひかり

こんにちば。今回は、自立生活センター・小平のホームページについて報告します。  
みなさまが待ちに待った？自立生活センター・小平のホームページがリニューアルしました！  
見やすいホームページを作成したいと思い、障害者職員を中心に会議をしてアイデアを出し合ってホームページを作成しました。  
ホームページの内容は、文章にすると書ききれなくなるので、確認してみてください。  
これからも定期的に更新していきますので、ぜひご覧ください！！

じりつせいかつ こだいら いちぶしょうかい  
自立生活センター・小平のホームページ一部紹介！



じりつせいかつ こだいら  
自立生活センター・小平

ユーアールエル  
ホームページURL

<https://cilkodaira.net/>

# りようしゃかいぎ ほうこく 利用者会議報告

あほ こうへい  
阿保 弘平

みなさん、こんにちは  
今回は自立生活センター・小平の利用者さんにむけて行っている利用者会議について説明したいと思います。  
今回行った利用者会議は8月16日でリモートで行いました。  
新型コロナウイルスが広まる前までは対面で行ってきましたが今年ぐらいからズームを使うことで再開できました。  
久しぶりに利用者皆さんの顔が見れてよかったです。  
利用者会議の目的はさまざまありますがみんなで自ら議題を提案し、自分の困りごと、ほかの利用者の困りごとを共有して話し合えたらいいと思っています。  
現在の事務所の状況も伝えたりもするかな（介助者が少ないとかかな）  
地域で住んでいる利用者・当事者職員みなさんに自分の生活を考えるきっかけの会議になればいいと思っています。  
かたい事を語ってきましたが、かたい事ばかりではありません^^  
利用者会議に出席された方が感想を書いてくださったので、今回利用者会議の事をみなさんに話させて頂きました。

## りようしゃかいぎ さんか ～利用者会議に参加して～

ながやま まい  
長山 舞

利用者会議に初参加しました。  
初めて利用者会議に参加出来て嬉しさ半分、緊張半分の会議でした。私は初参加ではありますが皆さんがあたたく受け入れてくださって感謝の気持ちでいっぱいです。  
改めてC I Lで自分が自分らしく活躍できる場所にいるんだなと感じました。  
終わった後は緊張が一気に抜けてしまいましたが、これから皆さんと一緒に利用者会議を通してC I Lのことを少しずつ先輩方の力も借りながらではありますが学んでいくことが楽しみになりました!!  
次回の利用者会議もよろしくお願いします。暖かく受け入れて下さりありがとうございました。

# 境を越えてカリキュラム化プロジェクト 報告

おさだ なおや  
長田 直也

ねん がつ がつ とうきょう さっぽろ せんだい だいがく こうぎ  
2022年8月、9月に東京・札幌・仙台の大学で講義をしてきました。旅行じゃない  
あせ しゅつちょう ぎゅう さいこう  
ですよ汗。ちゃんと出張です(スープカレーと牛タンが最高でしたね!)

なに い さかい こ だんたい か  
何をしに行ったかという、境を越えてという団体の「カリキュラム化プロジェクト」  
いりょうけい しごと めざ だいがくせいむ じゅうどうしょうがいしゃ  
というもので、ざっくりいうと医療系の仕事を狙っている大学生向けに重度障害者の  
ちいきせいかつ いっしょ かんが じゅぎょう  
地域生活について、一緒に考えていく授業です。

にちかんとお おこな じゅぎょう わたし おも にちめ ちいき く にちめ  
なんと5日間通しで行う授業で、私は主に1日目の「地域で暮らす」と5日目の  
しょう なに たんどう しせつ じっか ちいき く  
「障がいて何？」を担当しました。それぞれ、なんで施設や実家ではなく地域で暮らし  
せいかつ さべつ かんきょうちょうせい なに がくせい  
ているのか、どうやって生活しているのか、差別や環境調整とは何か、などを学生と  
かんが こうぎ かんが がくせい いりょうしょく つ わたしたち  
考えながら講義をしました。そのようなことを考えた学生が医療職に就くのは私達  
こころづよ  
にとって心強いですよね^^。

かめ じっさい ちいき く とうじしゃ じっしゅうたいけん  
また、3,4日目は実際に地域で暮らしている当事者のもとへ実習体験ということで、  
とうきょうかいさい しょくいん おおぶち あほ きょうりょく らいねん  
東京開催のときは職員の大淵さん・阿保さんに協力していただきました。来年も  
さらいねん かいさいよてい みなさま きょうりょく ねが  
再来年も開催予定なので、皆様ぜひご協力お願いします!!



とうきょうかいさい じっしゅうたいけん ようす  
東京開催の実習体験の様子

# かわうち じゆく じゆくこう 川内アクセス塾を受講して

あぼ こうへい  
阿保 弘平

みなさん、こんにちは

こんかい かわうち じゆく さんか ありがとう ござ  
今回は川内アクセス塾に参加させていただきました。有難う御座います。  
こうざ きかく かわうちじゆくちょう かわうち じゆくじつこういんかい みなさま  
この講座を企画していただいている川内塾長と川内アクセス塾実行委員会の皆様に  
かんしゃ もう あ べんきょう  
感謝を申し上げます。とても勉強になります。

ねん がつ にち  
【2022年07月16日】

あかば かずよしぜんこつこうだいじん き こつか ひんかく  
テーマ：赤羽一嘉前国交大臣に聞く「バリアフリーは国家の品格だ」  
あかばぜんこつこうだいじん きょうみ も こと はなし き  
赤羽前国交大臣のバリアフリーに興味を持つ事になったきっかけから話を聞かせて  
いただきました。

こんご はなし いま はなし き  
バリアフリーの今後の話から今のバリアフリーがどうすればいいかの話も聞かせて  
いただ あかばぜんこつこうだいじん げんば で しんじょう き  
頂きました。赤羽前国交大臣はまず、現場に出ることが信条と聞きました。

つうしん ほうこく ば わたし か こ はなし しつれい おも わたし  
通信の報告の場で私の過去の話をするのは失礼にあたるかなと思いましたが、私  
お だ ゆうじしゅえん おど だいそうさせん す しゅじんこう げんばだいいち  
は織田裕二主演のドラマ「踊る大捜査線」が好きで、そのドラマの主人公が現場第一  
しゅぎ くわ かた けいさつかんりょう かいぎしつ じけん ぜんよう はんたん  
主義でした。詳しくは語りませんが、警察官僚は会議室で事件の全容を判断しようとし  
しゅじんこう いろいろく ひろ げんじつ けいさつ かんけい  
て、主人公と色々繰り広げます。※現実の警察と関係ないです。あくまでもドラマの  
せってい  
設定です。

わたし み あかばぜんこつこうだいじん はなし まった かんけい  
ドラマを私が見たエピソードと、赤羽前国交大臣の話は全く関係ないです。この  
つうしん よ かた わたし かた ふゆかい おも ところ  
通信を読んだ方で、私のエピソード語ったことに不愉快に思ったのでしたら心からおわ  
もう あ  
び申し上げます。

わたしじしん げんば こえ だいじ べんきょう つづ おも  
私自身、現場の声も大事にこれからも勉強を続けていきたいと思いました。  
わたし ほうこく よ いただ  
つたない私の報告を読んで頂けてありがとうございました。

ねん がつ にち  
【2022年08月20日】

くるま たいおう ふてきせつりよう じつたい  
テーマ：車いす対応トイレの不適切利用の実態  
しんたいしょうがいしゃ わたし し じょうほう たと しかく しょうがい かた  
身体障害者の私が知らない情報、例えば、視覚に障害のある方にとって、トイレ

せま て とど はんい もの べんきょう  
は狭くて手の届く範囲に物があるといいなどわたしもまだまだ勉強しないといけないとおも  
おも  
思いました。

ねん がつ にち  
【2022年9月17日】

はなし き しゃかい げんごしょうがい かた あつか  
テーマ：ヒラヤマの話 を聞こう 社会は言語障害のある方をどう扱ってきたか

びえふ はなし き  
ヒラヤマさん、BFアナリストの話 を聞かせていただきました。ありがとうございました。  
ようごがっこうじだい はなし しゃかい いろいろ き  
た。養護学校時代の話 から社会での色々聞かせていただきました。ありがとうございました。  
した。

ねん がつ か  
【2022年10月8日】

きょういく かんが おや かが ふか なや かつとう  
テーマ：インクルーシブ教育を考える 親が抱える深い悩みと葛藤1

きょういく しゃかい き ことば  
みなさんはインクルーシブ教育は社会に出たらあまり聞かない言葉になってませんか？  
ねんまえ みみ ことば こうごちゅう いんしょうてき ことば  
わたしも10年前には耳にしなかった言葉ですが、講座中に印象的な言葉で、インクル  
きょういく しゃかいぜんたい もんだい きょういく きょういく  
ーシブ教育は社会全体の問題というものがありません。インクルーシブ教育を教育  
きかん もんだい わたくしごと おも どうこう ちゅうし おも  
機関の問題と思わず、私事と思いつつ、これからの動向を注視したいと思つてます。

さいご よ いただ  
最後まで読んで頂きありがとうございました。



じ る し ゅ さ い かいじょ いいんかいぎだんかいほうこく  
JIL主催 介助サービス委員会座談会報告

あほ こうへい  
阿保 弘平

こんかい ぎだんかい きかく じる みなさま ぎだんかいとうじつ いただ  
今回、このような座談会を企画していただいたJILの皆様、座談会当日のリーダーをして頂  
かいじょ いいんかい みなさま ござ じぶん なや はな  
いた介助サービス委員会の皆様、ありがとうございます。自分の悩みとかを話せてうれし  
たです。

こんかいさんか じむしょ かた かいじょ いいんかい  
今回参加させていただくことになったきっかけは事務所の方から介助サービス委員会のメー  
てんそう さんか  
ルを転送していただき参加させていただきました。

ぎだんかい いろ かた はな きき  
座談会はおもにグループワークで、色々なセンターの方の話を聞きました。みなさんは  
かいじょ せつ たいき  
介助者と接するときどんなことをしていますか？待機はどんなふうにしてもらっていますか？  
わたし いえ へや り ば となり へや たいき  
私の家は2DKの部屋で、1人になりたいとき（ピアカンの場とか）は隣の部屋で待機をして  
り  
もらって、1人になっています。

かいおこな かい おな おこな わたし げんごしょうがい  
グループワークは、2回行い、2回とも同じメンバーで行いました。私は言語障害があ  
かいめ はな かいめ はな  
るので、1回目では話しかれなかったことも2回目では話せたりしました。

かいぎはってん たいめん あ ふつごうてん  
コロナでのリモート会議発展、対面で会えないことによる不都合点  
ふつごうてん こんかい ぜんこく なかま  
不都合点もたしかにあります。今回のように全国の仲間にリモートであえるし、そこはよ  
おぎな ようそ りてん  
かったです。リモートでは補いきれない要素、リモートならではの利点、さまざまあります。  
たいめん わ わたし  
リモートと対面をうまくつかい分けられるように私はなりたいです。

でも、コロナでのリモートはまだしばらくつづきますし、リモートで出来ることを模索してい  
きたいです。

ぎだんかい さんか  
またこのような座談会がありましたら、ぜひ参加したいです。  
よ ござ  
読んでいただきありがとうございます。



# 小平特別支援学校保護者会に参加して

あほ ころへい  
阿保 弘平

みなさん、こんにちは

こんかい こだいらとくべつしえんがっこう ちゅうとうぶほごしゃかい さんか ござ  
今回は小平特別支援学校の中等部保護者会に参加させていただきました。ありがとう御座  
います。小平特別支援学校は私の母校で小3に障害をおってからかよ通ってました。

ひさびさ ほころ わたし せんせい おも し ひと  
久々の母校で、私の知っている先生がいるかなと思いましたが、知らない人ばかりでした。  
そつぎょう ねんめ きづ こうか さつきよく し せんせい  
卒業して10年目で気付いたのですが、校歌の作曲をわたしが知ってる先生がしていたのを  
いま し  
今さら知りました。おどろきです。

こんかい ほごしゃかい こども か しょうらい おや ねが  
今回、保護者会は「子供が描いている将来と親の願い」というテーマでした。

ちゅうがくせい しんろ なに かんが  
みなさんは中学生のころは進路について何か考えてましたか？

わたし しょうがい かんが こ わらい  
私は障害をなおすことばかり考えてたかな、あとはテレビゲームっ子でした(笑)

にんてんどう なつやす  
(ファイナルファンタジーや、任天堂のゲームをずっとやりました。あるゲームは夏休みに  
あさ ばん にち  
朝から晩までぶっつづけでやって7日でクリアしたこともあります(^\_^;))

ほごしゃかい わたし かつどう じりつせいかつ こだいら しょうかい じりつせいかつ  
保護者会では、私が活動している自立生活センター・小平の紹介やどんな自立生活をし  
はなし わたし しゃかい も しんろ き  
ているかの話や私がどうい社会のかかわりを持っているか、どうやって進路を決めたかを  
はな いただ さぎょうじょ い じりつせいかつ こだいら  
話させて頂きました。作業所に行ったことや自立生活センター・小平がおこなっている  
ちょうきじりつせいかつ さんか じりつ はな いただ  
長期自立生活プログラムに参加して自立したことも話させて頂きました。

わたし せいかつ ようす じむしょ かた じょうえい  
あと、私の生活の様子をビデオに事務所の方がまとめてくれたので、そのビデオ上映もし  
さんか ゆういぎ はなし じょうえい でき おも  
ました。参加者にとって、有意義な話やビデオ上映が出来たと思います。

こんかいきかい いただ ござ わたしじしん こんかい けいけん まな いただ  
今回機会を頂けてありがとう御座います。私自身も今回の経験でいろいろ学ばせて頂  
きました。ありがとうございます。

ほごしゃかい とほ でんしゃ きろ か がいしよく  
保護者会のあとは徒歩と電車で帰路につきましたが、コロナ禍になって外食はほぼしなかつ  
きつさてん ちゅうしょく すこ た す  
たのですが、ひさびさに喫茶店で昼食をしました。(ひさびさすぎて少し食べ過ぎました  
f(^\_^))

よ ござ  
読んでいただきありがとうございます。御座います。

# わたしと障がい

しょう  
-EPISODE 5-

あらい  
新井 ひかり

こんかい とくべつし えんがっこうこうとうぶ か  
今回は、特別支援学校高等部のことを書きます。

ねんせい こうこう か がくしゅう しんがく しんがく  
1年生から、高校と変わらない学習グループに進学しました。進学コースだったので、授業が早く進んで授業についていくのが大変でした。

ちゅうがくぶ しんがく しんがく わたし どうきゅうせい ちゅうがっこう  
中学部から進学コースに進学したのは私だけでした。同級生は中学校から進学しました。中学部の時は普通学級で中学校の教科書を使いながら勉強していましたが、中学校よりも授業の時間が短いので、教科書の内容は全部勉強していませんでした。けれども、中学校から進学した同級生は教科書の内容を全部勉強しているので、中学部での勉強を理解していても学力の差がありました。

ちゅうがくぶ しんがく せんせい し せんぱいがた  
中学部から進学してよかったことは先生を知っているということです。先輩方が「こんな感じの先生だよ」と教えてくださったので、高等部で初めて先生とお会いしても先生は覚えていてくださったので、すぐに慣れることができました。担当の先生からは障害の理解が得られなくて距離感を工夫するのに苦労しました。

2ねんせい ぶんけい じゅぎょう うほんとう はは おな りけい  
2年生からは文系の授業を受けていました。本当は母と同じ理系がよかったですが、私が通学していた特別支援学校は人数が少ないので理系コースはありませんでした。また、諸事情により担当の先生が変わりました。理由は分かりませんが同級生が1人転校してしまいショックでした。今までの疲れが溜まったのか体調を崩すことが多くなりました。体の硬直が強くなったり、てんかん発作になったり、フラッシュバックも頻繁にあって、体も気持ちもかなりきつかったです。先生や同級生のおかげで生徒会に入れたり、漢字検定準2級を取得したりすることができました。

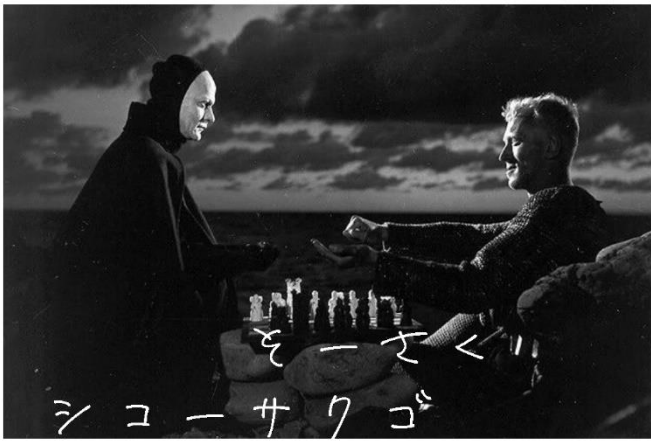
3ねんせい うんどうかい おうえんだん はい たいこ たんとう せんせい  
3年生は運動会の応援団に入りました。太鼓を担当したのですが、クラスの先生に  
れんしゅう ほんばん れんしゅうとお じしん  
練習をサポートしてもらいました。本番は練習通りにできたので自信になりました。  
た。

じかん た しんろ き じき だいがくしんがく きも  
時間が経って進路を決める時期になりました。大学進学したい気持ちはありましたが、  
たいちょう がくりよく かんが あきら しごと きばん  
体調や学力のことを考えて諦めていました。けれども、仕事の基盤になる  
じむ べんきょう おも せんせい そうだん さいたまけん こくりつしよくぎょう  
事務の勉強がしたいと思っていました。先生に相談して、埼玉県にある国立職業  
リハビリテーションセンターを受験することにしました。1しゅうかん と  
1週間ホテルに泊まりなが  
ら、しけんかいじょう 5にちかんしけん う  
試験会場で5日間試験を受けました。

ごうかくはっぴょう ひ がっこう ひやくにんいっしゅたいかい わたし ひやくにんいっしゅたいかい  
合格発表の日に、学校で百人一首大会がありました。私は百人一首大会に  
しゅうちゅう わらい せんせい い うれ  
集中できませんでした(笑) 先生から「おめでとう！」と言われたときはとても嬉  
しかったです。じゅけんしゃすう はんぶん にんずう ごうかく おどろ  
受験者数の半分の人数しか合格していないことに驚きました。それ  
どうじ にいがた はな さび じぶん き がんば  
と同時に新潟を離れる寂しさもありました。自分で決めたことだから頑張ってみようと  
おも じんせいかつ たい きたい ふあん ぶじ こうとうぶ そつぎょう  
思いました。新生活に対する期待と不安がありましたが、無事に高等部を卒業できま  
した。

つづ  
(続く)





さとう そうさく  
佐藤 草作

ぜんかい れんさい むかし けんしゅう か  
前回の連載で、昔は研修というようなものはほとんどなかったと書きました。

わたし さいよう とき きほんてき りようしゃたく ちず わた じりき つ  
私が採用された時も、基本的には利用者宅の地図を渡されて自力でそこまでたどり着

き、利用者の指示のもとにいきなり介助を行うというスタイルでした。

わたし かいじょ はい い めい りようしゃ めい じりつ かた  
私が介助に入るように言われたのは3名の利用者で、うち2名は自立したばかりの方  
でした。初めて介助に行ったのは、既に自立をしていたAさんです。本当にこの家で合っ  
ているのかと不安を覚えながら玄関のインターホンを押すと、ガチャッとドアが開いて、  
たん は げちゃぱつ ふう ひと あらわ しゅんかん  
短パンを履いた、いかついロン毛茶髪のサーファー風の人が見えました。その瞬間、  
「これはヤバいところに来てしまった」と目が泳いだのを思い出します。実はその人はA  
さんの信頼も厚い介助者で、とても丁寧で優しい方でした。当時は福祉や介助が仕事と  
してまだあまり認知されていない時代だったので、偏見かもしれませんが、働く人もアウ  
トローのような変わった雰囲気の人が多かったように思います。

へ や はい じょせい おかむら ま じだい だんせい  
部屋に入ると女性コーディネーターの岡村さんが待っていました。その時代、男性のコ  
ーディネーターはいなかったのです。コーディネーターと言っても、少し雑談をしたくらい  
で、すぐに岡村さんは帰りました。サーファー先輩が物品の置き場所などの簡単な説明  
をしてくれた以外は、全ての介助を実地でAさんの言葉から学んだこととなります。何も  
し  
知らなかったのがそれが当たり前なのだと思っていましたが、振り返ってみると、当事者  
たちはとてつもないことをしていたんだなと思います。

はなし いま しんじん けんしゅう あ まえ  
 話はそれますが、今では新人コーディネーターや研修は当たり前のようにあるため、  
 りようしゃ むかし くら へ  
 利用者がやらなければいけないことは昔に比べて減ったのかもしれませんが。しかしそれで  
 りようしゃ たと じかんかいじりよう かた なんじゅうにん かいじょしゃ いりようしよく  
 も利用者は、例えば24時間介助利用の方であれば、何十人もの介助者や医療職、  
 しえんしゃ ひび と じぶん いえ まいにちだれ  
 支援者たちと日々コミュニケーションを取らなくてははいけません。自分の家に毎日誰かし  
 い か た か く せいかつ う い どうじしゃ ひつよう  
 らが入れ代わり立ち代わり来る生活を受け入れるというのは、それが当事者にとって必要  
 なこととはいえ、すごいことなのだたと改めて感じます。(続く)

## 《 活 動 報 告 》

ねん がつ  
 2022年 1月

- か もく あいえるびーかいぎ  
 6日 (木) ピアカン I L P 会議
- か きん しよくいんかいぎ こべつしえんかいぎ あさかわ  
 7日 (金) 職員会議／個別支援会議 (浅川)
- にち か かいぎ ちゅうけん かいかいぎ おおぶち たきざわ あほ さわだ  
 11日 (火) ぴありす会議／中堅の会会議 (大淵、瀧澤、阿保、澤田)
- にち すい こべつしえんかいぎ たけしま こべつあいえるびー たけしま さわだ  
 12日 (水) 個別支援会議 (竹島)／個別 I L P (竹島、澤田)
- にち もく あいえるびーかいぎ  
 13日 (木) ピアカン I L P 会議
- にち げつ こべつあいえるびー たけしま しゅくはくたいけんまえあいえるびー たけしま  
 17日 (月) 個別 I L P (竹島)／宿泊体験前 I L P (竹島)
- にち もく あいえるびーかいぎ こべつしえんかいぎ たけしま しゅくはくたいけんまえあいえるびー  
 20日 (木) ピアカン I L P 会議／個別支援会議 (竹島)／宿泊体験前 I L P  
 (竹島)
- にち きん こべつしえんかいぎ たけしま こだいらしちいきじりつしえんきょうぎかいかんじかい たきざわ  
 21日 (金) 個別支援会議 (竹島)／小平市地域自立支援協議会幹事会 (瀧澤)
- にち げつ ひがしむらやましくしよこうしょう あさかわ こべつあいえるびー たけしま あらい  
 24日 (月) 東村山市役所交渉 (浅川)／個別 I L P (竹島、新井)
- にち か かいぎ かいぎ ちゅうけん かいかいぎ おおぶち たきざわ  
 25日 (火) ぴありす会議／マネージャー会議／中堅の会会議 (大淵、瀧澤、  
 あほ さわだ じりつせいかつ けんしゅう たけしま  
 阿保、澤田)／いがた自立生活センター・まいらいふ研修 (竹島)
- にち すい こべつあいえるびー さわだ  
 26日 (水) 個別 I L P (澤田)

27日	(木)	ピアカン I L P 会議／個別支援会議 (竹島、澤田)／コロナ P T
28日	(金)	個別支援会議 (浅川、澤田)／小平市地域自立支援協議会部会 (瀧澤)
30日	(日)	全国脊髄損傷者連合会業務執行理事会 (浅川)
31日	(月)	東京都自立生活センター協議会運営会議 (竹島)／個別 I L P (阿保)
2022年 2月		
1日	(火)	ぴありす会議／組織改正 P T / マネージャー会議／利用者支援会議 (竹島)
2日	(水)	個別支援会議 (澤田)
3日	(木)	小平市精神障害にも対応した地域包括ケアシステム連絡会ピアサポーター学習会 (瀧澤)
4日	(金)	職員会議
7日	(月)	個別 I L P (澤田)
8日	(火)	ぴありす会議／マネージャー会議／中堅の会会議 (大淵、瀧澤、阿保、澤田)
9日	(水)	個別 I L P (澤田)
10日	(木)	東京都自立生活センター協議会セミナー「介助サービスの現状と課題について」
14日	(月)	個別ピアカン (阿保、澤田)
15日	(火)	個別支援会議 (浅川)／利用者会議／マネージャー会議／全国自立生活センター協議会ピアカン委員会定例会議 (大淵)
17日	(木)	ピアカン I L P 会議／全国脊髄損傷者連合会財務 (浅川)
18日	(金)	東京都自立生活センター協議会役員会議 (竹島)／利用者支援会議 (竹島)

20日	(日)	にち くに ぜんこくせきずいそんしょうしゃれんごうかい けんしゅう あさかわ 全国脊髄損傷者連合会ピアサポーター研修(浅川)
21日	(月)	にち げつ こべつあいえるぴー たけしま さわだ 個別ILP(竹島、澤田)
22日	(火)	にち か かいぎ かいぎ かいぎ ぴありす会議/チームリーダー会議/マネージャー会議
23日	(水)	にち すい こべつしえんかいぎ たけしま こべつあいえるぴー さわだ 個別支援会議(竹島)、個別ILP(澤田)
24日	(木)	にち もく あいえるぴーかいぎ こべつしえんかいぎ たけしま ピアカンILP会議/個別支援会議(竹島)
28日	(月)	にち げつ あさかわ しゅうちゅうこうざ カンファレンス(浅川)/ピア・カウンセリング集中講座①
ねん がつ 2022年 3月		
1日	(火)	か か かいぎ かいぎ しゅうちゅうこうざ ぴありす会議/マネージャー会議/ピア・カウンセリング集中講座②
2日	(水)	か すい ぜんこくせきずいそんしょうしゃれんごうかいぎいむ あさかわ こべつしえんかいぎ たけしま 全国脊髄損傷者連合会財務(浅川)/個別支援会議(竹島)/ピ ア・カウンセリング集中講座③
3日	(木)	か もく しゅうちゅうこうざ ピア・カウンセリング集中講座④
4日	(金)	か きん しゅうちゅうこうざ ピア・カウンセリング集中講座⑤
5日	(土)	か ど こだいらしちいきじりつしえんきょうぎかいつど ぼ たきざわ 小平市地域自立支援協議会集いの場(瀧澤)
8日	(火)	か か かいぎ そしきかいせいびーていー かいぎ あさ ぴありす会議/組織改正PT/マネージャー会議/カンファレンス(浅 川) / 中堅の会会議(大淵、瀧澤、阿保、澤田)
9日	(水)	か すい ぜんこくせきずいそんしょうしゃれんごうかいぎいむ あさかわ こうじのうきのうしょうがいしえんたんとう 全国脊髄損傷者連合会財務(浅川)/高次脳機能障害支援担当 連絡会(瀧澤)/組織改正懇談会(瀧澤)
10日	(木)	か もく あいえるぴーかいぎ ねんかんじぎょうけいかくかいぎ ピアカンILP会議/年間事業計画会議
11日	(金)	にち きん しよくいんかいぎ 職員会議
13日	(日)	にち にち しよこうえんりじかい たけしま 曙光園理事会(竹島)
14日	(月)	にち げつ こべつ おおぶち さわだ こべつあいえるぴー あぼ 個別ピアカン(大淵、澤田)/個別ILP(阿保)
15日	(火)	にち か かいぎ かいぎ ぜんこくじりつせいかつ しゅさいせいしん ぴありす会議/マネージャー会議/全国自立生活センター主催精神 当事者ワークショップ(新井)
16日	(水)	にち すい こべつあいえるぴー さわだ 個別ILP(澤田)

あいえるびーかいぎ こべつしえんかいぎ たけしま とうきょうとじりつせいかつ  
ピアカン I L P 会議／個別支援会議 (竹島)／東京都自立生活センタ

にち もく きょうぎかいやくいんかいぎ たけしま ぜんこくじりつせいかつ きょうぎかい  
17日 (木) 一協議会役員会議 (竹島)／全国自立生活センター協議会ピアカン  
いいんかいていれいかいぎ おおぶち あるいは  
委員会定例会議 (大淵、新井)

にち きん こべつしえんかいぎ たけしま さわだ  
18日 (金) 個別支援会議 (竹島、澤田)

にち か かいぎ かいぎ  
22日 (火) チームリーダー会議／マネージャー会議

にち すい こべつしえんかいぎ たけしま  
23日 (水) 個別支援会議 (竹島)

にち もく あいえるびーかいぎ とうじしゃかいぎ たけしま さわだ  
24日 (木) ピアカン I L P 会議／当事者会議 (竹島、澤田)

にち げつ こべつあいえるびー たけしま さわだ  
28日 (月) 個別 I L P (竹島、澤田)

にち か かいぎ ちゅうけん かいかいぎ おおぶち たきざわ あほ さわだ  
29日 (火) マネージャー会議／中堅の会会議 (大淵、瀧澤、阿保、澤田)

にち すい こべつあいえるびー さわだ  
30日 (水) 個別 I L P (澤田)

にち もく あいえるびーかいぎ こべつしえんかいぎ たけしま さわだ  
31日 (木) ピアカン I L P 会議／個別支援会議 (竹島、澤田)

ねん がつ  
2022年 4月

か げつ こべつしえんかいぎ たけしま さわだ  
4日 (月) 個別支援会議 (竹島、澤田)

か か かいぎ かいぎ  
5日 (火) ぴありす会議／マネージャー会議

か すい そしきかいせいこんだんかい たきざわ こべつあいえるびー さわだ  
6日 (水) 組織改正懇談会 (瀧澤)／個別 I L P (澤田)

か もく あいえるびーかいぎ ぜんこくじりつせいかつ きょうぎかい いいんかい  
7日 (木) ピアカン I L P 会議／全国自立生活センター協議会ピアカン委員会  
ていれいかいぎ おおぶち あるいは  
定例会議 (大淵、新井)

か きん しょくいんかいぎ  
8日 (金) 職員会議

にち げつ こべつあいえるびー おおぶち あるいは  
11日 (月) 個別 I L P (大淵、新井)

にち か かいぎ かいぎ そしきかいせいびーていー こべつしえんかいぎ あさ  
12日 (火) ぴありす会議／マネージャー会議／組織改正 P T／個別支援会議 (浅  
かわ たけしま  
川、竹島)

にち すい こべつしえんかいぎ あさかわ たけしま  
13日 (水) 個別支援会議 (浅川、竹島)

にち もく あいえるびーかいぎ とうじしゃかいぎ あさかわ たけしま  
14日 (木) ピアカン I L P 会議／当事者会議 (浅川、竹島)

にち げつ こべつしえんかいぎ たけしま  
18日 (月) 個別支援会議 (竹島)



- 19日 (火) ぴありす会議／マネージャー会議
- 20日 (水) 個別支援会議 (浅川) / 個別 I L P (澤田)
- 21日 (木) ピアカン I L P 会議 / 東京都自立生活センター協議会 学習会  
「相談支援と C I L」
- 22日 (金) 自立生活センター東大和 海老原さんお別れ会
- 25日 (月) 個別 I L P (竹島、澤田)
- 26日 (火) 創立記念日
- 27日 (水) 小平市地域自立支援協議会幹事会 (瀧澤)
- 28日 (木) ピアカン I L P 会議 / 東京都自立生活センター協議会役員会議  
(竹島) / 個別支援会議 (竹島)



へん しゅう こう き  
**編 集 後 記**

あ 明けておめでとうございます。ほんねん ねが 本年もよろしくお願いたします。

わたし ことし もくひょう ひと かが ふか 私の今年の目標は、人との関わりを深めていきたいです。いろ ひと はなし いろいろな人と話をしたい  
おも みなさま きもち あら もくひょう かんが と思っています。皆様も気持ちを新たに目標を考えてみてはいかがでしょうか？  
みなさま よ いちねん 皆様にとって、良い一年になりますように。

つうしんへんしゅう いいん あり 通信編集委員：新井ひかり

じりつせいかつ こだいら ちず  
**■ 自立生活センター・小平 地図**



## しょうがいしゃせいかつし えんじぎょう 障害者生活支援事業

かいじょせいど てあて じゅうたくかいぞう せいかつ ほご せいどりよう  
介助制度、手当、住宅改造、生活保護などの制度利用の  
しんせい せいかつ かか そろだん  
申請のサポート、生活に関わるあらゆる相談

- ・ 電話相談：必要に応じて随時お受けします
- ・ 面接相談：月～金、10時～17時

しょうがいしゃどうし はなし き  
障害者同士で話を聞きあい、  
じぶん い  
自分らしく生きていくためのカウ  
しゅうちゅうこうざ  
セリング（集中講座など）

そろだん  
相談

ピア・  
カウンセリング

じりつせいかつ  
自立生活

せいかつりよく しゃかいせい たか ちようき たんき  
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

… しょうがい なに かいじょ たの かいじょしゃ かんけい せいどがくしゅう  
… 障害って何？・介助を頼もう（介助者との関係）・制度学習・フ  
いールドトリップ・お金の管理・調理実習 …など

しゅくはくたいけん  
◇ 宿泊体験

みんかん じりつせいかつたいけんしつ と じりつせいかつ たいけん  
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

じりつせいかつ じゅうたく  
◇ 自立生活をめざすための住宅サービス

など じゅうきょ かくほ  
アパート等の住居の確保

こうほうし はっこう  
◇ 広報誌の発行

せいど じりつせいかつ かん じょうほうていきょう じょうほうこうかん  
制度や自立生活のノウハウに関する情報提供、情報交換

じ かん にちかいじょはけん  
**24時間・365日介助派遣サービス**

	いっばん かた 一般の方	いりょうてき ひつよう かた 医療的ケアの必要な方
へいじつにつきん じ じ 平日日勤 (7時～23時)	¥ 1, 6 5 0	¥ 1, 8 8 0
どにちにつきん じ じ 土日日勤 (7時～23時)	¥ 1, 7 0 0	¥ 1, 9 4 0
や きん じ じ 夜 勤 (23時～7時)	¥ 1, 7 0 0	¥ 1, 9 4 0

きんりん し く しんたいしょうがいしゃ ちてきしょうがいしゃ せいしん  
 近隣の8市区にまたがって身体障害者、知的障害者、精神  
 しょうがいしゃ ていきょう  
 障害者にサービスを提供しています。

はじ りょう ばあい りょうきやくどう じぜん せつめい  
 (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。)

アイエルピー りょう  
 I L P、ピア・カウンセリング利用

そうだん  
 ご相談ください。

そうごうしえんほう りょう  
 総合支援法によるヘルパー利用

そうだん  
 ご相談ください。

かく りょう かた きょうりょくかいひ いただ  
 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。

にゅうかいごきぼう かた かき と あ  
 入会ご希望の方は、下記までお問い合わせください。

かいひ ねんがく えん ねんどちゅう にゅうかい ばあいげつがく えん  
 会費：年額4,200円(年度途中から入会の場合月額350円)

へんしゅう  
 《編集》



じりつせいかつ こだいら  
 自立生活センター・小平

〒187-0003 とうきょうとこだいらしはなごがねいみなみちよう  
 東京都小平市花小金井南町1-18-45-10-1 F

TEL/042-467-7235 FAX/042-467-7335

E-MAIL:cilkodaira3@hotmail.com

はっこうじょ しょうがいしゃだんたいいきかんこうぶつきょうかい  
 《発行所》 障害者団体定期刊行物協会

せたがやくそしがや そしがや ごうしつ  
 世田谷区祖師谷3-1-17 ヴェルドゥーラ祖師谷102号室

ていか えん  
 (定価 100円)