

インミタカ通信

発行：NPO法人 障害者生活支援センター インミタカ

発行日：平成27年7月25日

No. 35

三鷹市障がい者相談支援センターぽっぷ
〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-18-2F
TEL 0422-71-0901 FAX 0422-26-5141
メール poppu@dream.ocn.ne.jp
ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/>

障害者生活支援センター インミタカ
〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102
TEL 0422-71-0902 FAX 0422-24-6266
メール in-mitaka@iaa.itkeeper.ne.jp
ホームページ
<http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/inmitaka/index.html>

法人のページ

～地域で生きる～

ぽっぷ施設長：金子洋祐

障がい者の「権利を守る(擁護)」ということについて考えます。私たち支援センターぽっぷでは、常に「当事者ありき」の支援を考え、実践してきたつもりです。しかし、時に「安全」や「危険回避」の支援が先行してしまい、当事者たちの権利や主体性を奪ってきてはいないだろうか、自分自身を振り返ることがあります。

「安全」や「危険回避」は一見、聞こえのいい言葉のように思われます。その一方で、障がい者は、福祉施設や専門職員によって地域から隔離され保護され、結果的に一方的に規制・管理・指導される存在になってはいないでしょうか？

障がい者は、健常者と話をする時、健常者がいくら同じ目線を意識しても、とてもプレッシャーを感じ、実は伝えたいことの1割も伝えられていないのではないかと感じる場合があります。場合によっては「何をしたい？」その声かけ一つでも、障がい者にプレッシャーを与えてしまかかねないのです。

なので、ことさらに私たち支援者は、障がい者の心の声に耳を傾け、そこにとことん寄り添っていかねければなりません。

マスメディアからは、連日のように、障がい者に対する暴行事件、財産や年金の搾取等の事件が報道され、後を絶ちません。社会の中の障がい者はまだまだ弱くて、能力の低い存在なのかもしれません。

障がい者の意思を守り、どう実現していくか。支援者・社会の側に立ち、障がい者の生活を管理するのではなく、障がい者本人の立場になり、視点・思い・気持ちを発信していくことが、私たちぽっぷのできることではいかと思えます。

また、私たちの一方的な主張だけではなく、社会との対話を繰り返しながら、障がい者がこの社会の中で、自然な気持ちで自分らしく暮らしていけるような社会作りをしていきたいと考えています。

今回の号から、「地域で生きる」と題したリレートーク形式の連載を始めます。
関係者の皆さん、当事者の皆さん、今後、原稿執筆をお願いに行くかもしれません。
その際には是非、あなたにとっての「地域で生きる」を教えてください。



がつ にち もく
4月〇〇日(木) ドライブ～、ドライブ～!

4月のとある木曜日、利用者のCさんから電話がありました。「今日の午後、車で病院に行くんだけど、誰か一緒に行ってくれないかなあ」普段は車いすを使って生活しているCさんは、ご自身で車を運転して出かける方で、この日は僕がおうかがいすることになりました。

僕が助手席に乗り出発。Cさんの運転はとてもスムーズなので、安心して世間話ができます。ふとCさんが「(身体障がい者が車を運転していることを示す)四葉マークさ、あれ置いておくと、後ろからあおってくる奴がいるんだよね～」と発言。「みんなが優しくなるわけじゃないんですね」「そりゃそうだよ」相手を『弱い存在』と認識すると、『守ろう(護ろう)』か『いじめよう』のどちらかになってしまうのが、人間としては自然なのかもしれません。私たちは当然「いじめてほしい」とは思っていないんですが、「守ってほしい」とも思っていないで…。だから、そもそも障がい者が『弱い存在』と認識されてしまうようなアピールや表現はしちやいけなよなあ、なんてことを思いました。

またCさんが「今日の病院の駐車場は、俺だと駐車券が取れなくてさ。だから来てもらったんだよ～、それだけなんだよ～」と。そう言えばこの発言があるまで、僕は何をすればいいのかをきいていませんでした。でもたった『それだけのこと』ができないために、誰かを頼らなければいけない…。面倒だろうなあ。電話して、親しくもない誰かが来て、プライベートをさらけ出して、気を遣って、お礼を言って…。他にも『それだけのこと』があるんだだろうなあ、本人にとっては『それだけのこと』ではなく『大切なこと』だったり『大変なこと』だったりするんだだろうなあ、いやになっちゃうこともあるだろうなあ、なんとかかならないかなあなど、いろいろと考えさせられたドライブ(そう、実際は単なるドライブ気分…)でした。(合田)

がつ にち ど きょたく がっしゅく
6月6日(土) 居宅ネット 合宿

居宅ネット(居宅サービス事業者ネットワーク)は、東京都内で主に知的障害児・者を対象に、ヘルパー派遣を行っている事業所を中心としたネットワークで、現在約40団体が参加しています。

主な活動内容は、コーディネーターやヘルパー向けの研修開催で、昨年度は、『てんかん発作の対応』『利用者の立場から支援を考える』『権利擁護』『コミュニケーションの基本』『総合支援法改正点について』という5つの研修を行いました。

その居宅ネットの合宿に、なぜか泊まらず日帰りで参加してきました。

毎年、氷川キャンプ場(東京の奥多摩町)で行われていて、各地域の障がい者の支援者が集まって、障がい者の福祉にかかわることなどなどなど…を、酒を飲み、食事をつまみながら話しています。

参加者は、各地で様々な実践をされた経験豊富な方々で、『計画相談の地域間での違い』『計画相談やヘルパー養成研修を、事業として継続可能なものにしていくには…』など様々な話が聞けました。インみたかで今後取り組みたいな～と思っていることなども、ちゃっかり質問してきました。

一つの事業所で日々試行錯誤するだけだと、見えなくなってしまう視点があるので、外からの見え方や考え方に触れる、いい機会となりました。

ほとんどの人が泊まり参加だったので、来年は泊まろうかな～!(^^)!(小林)



しょう しゃ にゆういん ～障がい者が入院するという～

はけんぶ たき こばやし
ヘルパー派遣部 滝・小林

「病院に入院する」ことは、どんな人にも起こり得ることです。しかし障がい者が入院すると、障がいのない人と比べ、はるかに多くの不便や不安が生じ、「これじゃ、うかつに病気になるれない」病院に入院する」ことは、どんな人にも起こり得ることです。しかし障がい者が入院すると、障がいのない人と比べ、はるかに多くの不便や不安が生じ、「これじゃ、うかつに病気になるれないよな～」と感じます。みなさんはどのように感じますか？

にゆういんちゆう つか ○入院中はヘルパーが使えない

・ヘルパーを24時間体制で生活の中に入れ、一人暮らしをしている重度の身体障がい者Aさん

Aさんにとってヘルパーは、着替え、食事、トイレ、移動、第三者に言葉を伝える通訳の役割など、当たり前の生活を送る上で欠かせない存在です。ある日、風邪が悪化し入院することに。入院中はヘルパーを利用できないので、「必要なことは病院に頼んで」と行政から言われました。しかし病棟の看護士には、数多くの業務があり、忙しく動き回っている状況においては、Aさんが必要なことを頼むだけで、「注文の多い、わがままな患者」というみられ方をしてしまう恐れもあり、容易ではありませんでした。

・一人暮らしをしている下肢障がいのある身体障がい者Bさん

持病が悪化したため、自宅からは遠い病院に入院することになりました。そこでは、入院生活を送るのに必要な買い物や、洋服の洗濯などは、患者自身が行うことになっていました。自宅では、自分でできることは自分でいき、障がいによって不便なところをヘルパーに補ってもらっていたBさん。入院という非日常的な環境におかれ、精神的にも体力的にも消耗する中で、普段利用し慣れているヘルパーの手が必要だと感じ、入院中のヘルパー利用を希望しましたが、行政からは認められず、深い事情があって疎遠となっている家族に、恐る恐る介助を頼むことになりました。

・グループホームで暮らす知的障がい者Cさん

うつ症状が強くなり、精神病院に入院することになりました。入院前は、ヘルパーと一緒に出かけ、買い物や食事を共にすることを、何よりも楽しみにしていた方でした。少しずつ回復するなかで、病院側は外出を認め、本人はその外出に「ヘルパーと出かけた！」と強く望みました。入院が長引いている人の外出を実現することで、本人のモチベーションも上がり早期退院につながる、という意味と必要性を行政に訴えましたが、認められないという返答でした。

しゃかいぜんたい とく ○社会全体で取り組むべきこと

上記の3名は、「入院中にヘルパーを利用したいのに認められない」という例でしたが、「ヘルパーさえ利用できれば、障がい者は安心して入院できる」と言いたいわけではありません。「福祉」ではなく「医療」や「地域」の枠組みの中でできること、やるべきこともあるはず。一例としては「院内ボランティア」を用意している病院があり、そこではボランティアが身の回りの世話をしてくれます。

また「行政が認めない」という書き方をしましたが、「認めない行政が悪い」と主張したいのでもありません。現に行政職員の中にも、その必要性を理解してくれる人はいますが、「制度」「予算」など多くの制約があり、立場として厳しい結論を出さざるを得ない場合も多いと思います。ただ千代田区には「入院生活サポート事業」というものがあり、身の回りの世話や外出時の付き添いなどに使えるようです。この様に、行政がその必要性を認め、「制度を作る」ということも地域の実践としてあります。

現在、障がい者が入院すると起こり得る問題に対する制度や取組みは、障がい者が暮らす地域、入院する病院によって、大きな格差があります。その中で対応できないことについては、当然のように家族がすべて行わなければなりません。そしてそれを見ごせない地域の支援者たちが、善意を持ち寄って支えているのが現実です。

本来、人が生きる上で生じる問題をどう解決していくかについては、福祉・医療・行政・地域などのそれぞれの立場を超えて、知恵を出しあい、社会全体で取り組んでいくことが必要ではないでしょうか？





今回ご紹介する谷萩さんは、平成26年からぽっぷとの関わりを持ち始めました。

平成27年3月に府中けやきの森学園を卒業し、4月からは就労継続支援B型の施設（☆）で、食品を扱う作業をしています。

今回は、ぽっぷとの関わりや趣味などを聞かせて頂きました。
（聞き手：ぽっぷ 金子洋祐）

金子：ぽっぷに関わり始めたきっかけは？

谷萩さん：ぽっぷには恋愛について、相談に来たのが初め。恋するって難しい。

同じ悩みを持っている方もいて、わいわいお話できて楽しそうなので、相談やイベントに参加しようと思った。

金子：フリースペースに参加してみて、どうですか？

谷萩さん：歌やおしゃべりが楽しい。ストレス発散というより、まだ緊張のほうが強い。ヘルパーを使っている人を見て、「何だろ〜？」と思った。

金子：何か趣味はある？

谷萩さん：車・バイクが好き。免許を取得したい。音楽を聴く。ジャニーズ好き。嵐とか平成JUMPとか。ヘルパーを利用してみたい。

金子：夢はあるの？

谷萩さん：現在、自宅にいますので、まずグループホームに入りたい。それから通勤寮に行き、いつかは一人暮らしを頭に描いている。

金子：今、何か関心があることがあれば教えてください。

谷萩さん：ガラケーをスマホに変えたい。

金子：なぜ？

谷萩さん：カッコいいから。画面をタッチしてみたい。



☆就労継続支援B型とは

障がい者が通う施設の形態で、雇用契約を結ばずに働く。最低賃金は適用されないため、工賃が安い場合が多い。都内事業所における平成24年度の平均月額額は14484円で、時給に置すと205円である。

これに対し「就労継続支援A型」とよばれる施設では、雇用契約を結び、最低賃金以上の給料が保障される。都内事業所における平成24年度の平均月額額は110630円で、時給に置すと1110円である。

こんにちは！ 宮城の仕事をしている酒井です。
 普段から こってり・ガッツリ系に目がない超肉食系の宮城。
 ある日の昼休み、「お昼を買うから」と一緒にコンビニへ。
 カンカン照りのアツイ日には、やっぱり！
 「ジャンボフランクフルト！（叫ぶような声で）」
 と言いたいところ
 「おからこんにやく麺 と カット野菜 ください（キッパリ）」と注文。
 一え？！何かあったの？！ ベジタリアンに目覚めた？！

ソワソワする私に作らせたお昼ごはんがコレ！
 5分でできちゃうので、よかったら作ってみてくださいね～

一まてよ？ 肉をやめているということは、昨夜は飲み会？
 もしや、お仕事中に胸やけ中…???
 いやいや 利用者のプライベートは詮索しない ←これ介助者の鉄則。
 たとえ 女の勤が働いても！！
 でも、ダイエットにはいいかも！？
 （こうして果てしないダイエットはつづく…）

（酒井泰葉）

ぽっぷ
 宮城
 ランチメニュー

ガッツリ宮城も
 大満足♡



さっぱり！サラダうどん

～おいしい作り方～

- ① カット野菜をレンジで約2分 温めて蒸し野菜にする。
- ② 麺を水で洗ってから水けをきり、お皿に盛る。
- ③ 蒸したキャベツミックスを麺の上のにせ、ドレッシングをまわしかけできあがり！

●ポイント●

カット野菜を手でほぐしながら盛り付けると、風が入ってふんわりきれいに仕上がり、ドレッシングと味がなじみますよ！

材料

おからこんにやく 麺	1袋 (180g)
カット野菜	1袋 (100g)
ドレッシング(塩)	1包 (約大1)

予算目安；279円

カロリー目安；65キロカロリー

は は ひ
◆□◆母の日◆□◆

みやぎ とわこ
宮城 永久子

※3年前の日記から。

がつ にち ちち たんじょう び
4月30日は、父の誕生日。

ちち し いま う と はは ことし ちち す
父の死を未だ受け止められていない母は、今年も父がいるようなつもりで過ごすのだろう。

ちち さけ の ち わたし う つ
父は、酒飲みだった。その血は、私がしっかり受け継いでいる。

ちち な はは しょくせい かつ しつ そ
父が亡くなってから、きっとは母の食生活は質素なものになっているだろう。

はは かぎ つく あいて にんげん しょくせい かつ かげん
母に限らず、作る相手がいないと、人間の食生活はいい加減になりがちだ。

じっさい わたし しごと いそが ひ とり ぐ おお なべ
実際、私も仕事が忙しいときなど、一人暮らしにはそぐわない大きな鍋にめいっぱいカレーを
作り置きし、それで一週間食いしんoidたりする。

「パパと一緒に食べて」

としておけば、母も食べざるを得ないだろう。

さけ かぎ つく あいて にんげん しょくせい かつ かげん
酒のつまみには最適なハムの詰め合わせを送っておいた。

すこ せい つ はずだ。
少しは精が付くはずだ。



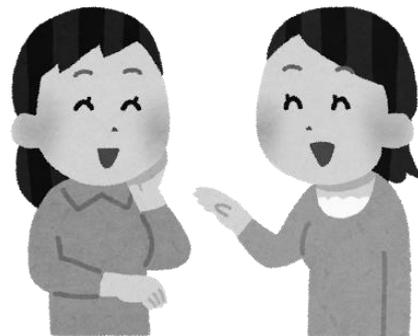
その後すぐ、母の日がやって来る。

「(日にちの間隔が)ちけえーよ!」とおもいながら、国の定めには逆らえない。

かといって、母一人実家に残している今、何にもしないわけにもいかない。

クッキーの詰め合わせを5箱、送った。

こんど はは た よう
今度は、母が食べる用ではない。



「永久子が東京から送ってきたから」

い わた せば はは だれ まじ
と言って渡せば、母が誰かと交わるきっかけになる。

とお はは えんかく そう さ かんが ひ び
遠くにいながら、母を遠隔操作するのに、あれこれ考える日々である。

むすめ そんな しんばい ちち し すうねん た いま につちゅうでんわ きんじょ れんちゆう
娘のそんな心配もよそに、父の死から数年経った今、日中電話しても、近所のおばちゃん連中
と遊びほうけていて、電話になんて出やしないし、母の体は相も変わらず、しっかり肥えてい
る。

6月17日、特定非営利活動法人障害者生活支援センターインみたか
2015年度総会を開催しました!!

以下の方針や役員が承認されました。今年度もみなさまのご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

☆法人全体のメインテーマ

「障がい者が“地域で生きる”ということを、社会に発信していく」

☆相談支援(ぼっふ)

・ケアマネジメントの手法を基本とするが、相談者本人の状況や気持ちに寄り添い、同行や訪問など、支援方法に柔軟性を持たせる。 など

☆計画相談(くも)

・必要以上に高い目標設定をせず、利用者本人の生活が制限されることのない計画作成を自指す。 など

☆ヘルパー派遣(インみたか)

・応えきれないニーズを丁寧に精査し、ヘルパーを調整する。 など

役員 [就任期間:2015年度～2016年度]

【理事】

相田 純	NPO法人 みたか街かど自立センター (再任)
入倉 暁子	社会福祉法人おおぞら会アクティビティセンターはばたけ (新任)
歌原 豊	NPO法人 障害者生活支援センターインみたか (再任)
瀧澤 勤	NPO法人 みたか街かど自立センター (再任)
塚田 芳昭	自立生活センター IL みなみ tama (新任)
長門 大介	社会福祉法人 巣立ち会 (再任)
南雲 潤	NPO法人 障害者生活支援センターインみたか (再任)
宮城 永久子(理事長)	NPO法人 障害者生活支援センターインみたか (再任)

【監事】

佐々木 泰明	株式会社アーク
濱田 耕一	株式会社ファインケア

＜新しく理事に加わった入倉暁子さんからの挨拶文です＞

このたび理事に就任致しました、社会福祉法人おおぞら会の入倉です。

このような大役を仰せつかるには、まだまだ至らない部分がありますが、微力ながら、これまで障がいのある方々との関わりの中で経験してきたことが活かせるよう、理事としてインみたかの発展に力を尽くしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い申し上げます。

私は、NPO 法人障害者生活支援センターインみたか内にある「計画相談センターくも」で、サービス等利用計画を作成する立場にあります。これは障がい者が福祉サービスを利用する際に作成し、市町村に提出しなければならない計画です。私自身、障がい当事者なので、計画を作成される立場でもあります。

作成例が載っている「サービス等利用計画サポートブック」という本を見ると、利用者さんの情報がたくさん記載されています。「朝、何時に起きる」とか「お風呂は何曜日に入る」とか「夕飯は何時に食べる」などなど。障がいを持っていないければオープンにする必要がないことが多いです。

利用者さんの計画を立てる際に「これが自分自身の計画だったら」と思うと、なるべく情報を載せずにシンプルなものにしたいという気持ちが働いてしまいます。もちろん利用者さんが「これは載せておいて欲しい」という情報については記載しています。

更に「課題」とか「目標」「達成時期」なんて欄もあります。常に課題や目標を持って生活しなければならないのは正直、辛いです。

私には、番号がいっぱい付いています。「障害者手帳」に「福祉サービス受給者証」など、しかるべき人が調べれば、その番号から情報を簡単に取り出すことができる可能性があります。なるべく自分の情報を知られずに生活していければと思っています。

☆「計画相談センターくも」は、毎週火曜日の9:00～17:00のみ開所しています。祝日は休みです。

電話・FAX:0422-26-7229

ぼっぷくのはな唄

7月7日七夕…

本日も、なんでお天気悪いかなあ…

「毎年、七夕の日は晴れないなあ」と思いきや、たまには晴れていることもあるようだ。

雨と曇りと晴れの回数をそれぞれ調べてみると、意外と過去10年で、2回晴れたという説と、1回しか晴れていない説があるらしい。地上から天の川を見られたのは1回かもしれないけど、雲の上での事だから、織姫と彦星は14～15光年(130～140兆 km)の遠い距離の向こうでは、普段？離ればなれの二人も、みんなから見られず、一緒にいる時間を過ごせているような気もする♡

地上とくもの上では、見え方が違うように、ぼっぷの金子施設長も言っていたけれど、障がいのある方の思いや希望も、言葉や表面的に見えていることと、本心では異なっている場合もあるから、物事の本質を見抜く力を、僕も身につけていかなければいけないな。

目次

P1 法人のページ	リレートーク「地域で生きる」	P5 ぼっぷのページ	ランチメニュー
P2 派遣部のページ	インみたか派遣部の日記	P6 法人のページ	宮城連載エッセイ
P3 派遣部のページ	障がい者が入院すること	P7 法人のページ	総会報告
P4 ぼっぷのページ	谷萩さんインタビュー	P8 くもとぼっぷのページ	サービス等利用計画について ぼっぷくのはな唄

☆ぼっぷの職員だった和田みゆきさんは、平成27年3月31日をもって退職されました。