

インみたか通信

発行： はっこう えぬびーおーほうじん しょうがいしゃせいかつしえん **NP0法人 障害者生活支援センター インみたか**

発行日： はっこうび あいつせし ねん がつ にち **平成28年3月25日**

No. 37

ぽっぷのページ

ぽっぷ  はつもうで

そうだんしえん まいとし ひとりぐ にゆうきよ
相談支援センターぽっぷでは毎年、一人暮らしやグループホームに入居してい
かた たいしょう はつもうで じっし
る方を対象に「初詣」を実施しています。

しょうがつ しんせき あそ ふるさと かえ
お正月といえば「親戚が遊びにくる」とか「故郷に帰る」などなど。

にぎ おも ひとりぐ しょうがい しゃ
賑やかなイメージがあると思いますが、一人暮らしをしている障がい者の
しょうがつ は で せいかつ か ばあい おお さぎょうじよ しごと
お正月に派手さはなく、いつもの生活と変わらない場合が多いです。作業所や仕事
やす だれ あ たいくつ
がお休みで誰にも会えないので退屈です。

しゅうごう とほ はちまんじんしゃ い まい ひ ひと
ぽっぷに集合して、徒歩で八幡神社に行き、お参りをしておみくじを引いた人
かえ など ちゅうしょく か じむしょ もど いっしょ た
もいます。帰りにコンビニ等で昼食を買って、事務所に帰り一緒に食べました。
たの も あ しゅうりょうじかん じゃっかん
そのあとはトランプをやって楽しみました。盛り上がったので終了時間が若干
の
延びてしまいました。

ことし そうぜい めい さんか りようしゃ めい はつもうで さんかしゃどうし
今年は総勢17名の参加になりました（うち利用者7名）。初詣は参加者同士
しょうがつ かん たいせつ じかん
でお正月らしさを感じられる大切な時間です。

ぶんせき なぐも じゅん
(文責 南雲 潤)

がつ にち
12月0日

とくべつしえんがっこう まえ
特別支援学校の前で・・・

きび ひ こ さくねん がつ ひ さびき とくべつしえんがっこう おとず げこう じかんだい
厳しく冷え込んだ昨年12月のある日、ヘルパーとして久々に特別支援学校を訪れました。ちょうど下校の時間帯。
すうねんまえ ほごしや げこう ま すがた おお み
数年前であれば、保護者やヘルパーが下校を待つ姿が多く見られたはずなのですが・・・

この日は校門前の道路にワゴン車が10数台、ズラ～り並んでいました。どれもこの数年増えてきた「放課後等デイサ
ービス」の類の送迎車で、車体にはそれぞれの事業所の名前が書いてあります。個人で公共交通機関を使って迎え
て来ている様子の方は、僕以外に2名ほど・・・

やがて生徒たちが校舎から出てくると、各事業所の職員によって、どんどん送迎車に「吸い込まれて」いきました。
ほうかご しゅうだん す ぼ じゅうじつ ほごしや ふたん かる じたい ひつようせい い み じゅうぶんりかい
放課後に集団で過ごせる場が充実することや、保護者の負担が軽くなること自体の必要性や意味は十分理解してい
るつもりで、あえて言わせてもらうと、「ハコからハコに、人目に触れずに移動する」のは、当たり前地域生活ではな
いはずだと。とりあえず感じたこととして、ここまでにしておきます。(合田)

がつ にち
2月20日

しみんこうかいこうざかいさい
市民公開講座開催

しょう しゃ く と ま しゃかいしげん せいど し
「障がい者の暮らしを取り巻く“モノ”～社会資源や制度を知ろう～」

みたか しふくしかいかん けんしゅう か じょうき こうざ かいさい
三鷹市福祉会館で、インみたかヘルパースキルアップ研修を兼ねた上記の講座を開催しました。
こんかいこうし き わら
今回講師で来ていただいたのは、お笑いタレントのマネージャーをしていたという異色の経歴を持つNPO法人みら
い事務局長の藤井 亘さん。

しょう も かた めい じれい もと せいかつ なか りよう せいど しゃかいしげん わ せつめい
障がいを持った方3名の事例を基に、それぞれの生活の中で利用する制度や社会資源について、分かりやすく説明
いただきました。

とうじつ めい さんか だいせいきょう けんしゅう さんか みなさま
当日は、52名の参加があり、大盛況の研修となりました。ご参加いただいた皆様、どうもありがとうございました！

とうじつさんか かた きょうみ かた じょう どうじつ しりょう の
また、当日参加できなかった方、ご興味ある方、インみたかのホームページ上に当日の資料を載せてありますので、
ぜ ひ らん せつめい
是非ご覧ください。(小林)

がつ にち
〇月〇日

かいじょちゅう ひと
介助中の一コマ

げんごしょうがい かた かいじょ はい ととき まちが かいしゃく かいわ な た けいけん
言語障害のある方の介助に入った時、間違った解釈をしているのに、なんと～会話成り立っていく。そんな経験
をされた方いませんか？想像力をはたらかせてコミュニケーションをはかる面白さを改めて感じた出来事です。

Aさん:「包丁研ぐの得意？」

たき (たいし し ほんかくてき さいきんさわ おも も
滝 : (砥石があるんだ！知らなかった。本格的！！)「最近触ってないけど、できると思います。持ってるんですね」

Aさん:「いや、普通のよ」

たき ふつう たいし しゆらい だいじょうぶ おも だいどころ
滝 : (普通の？砥石にも種類があるのか?)「大丈夫だと思います。やってみます」台所へ

「Aさん、包丁研ぎどこにあるんですか？」

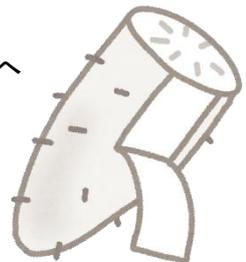
Aさん:「え...いつものところよ.....そこのカブをうす～切ってほしいんだけど」

たき うす さい ほうちょうと ほうちょうとくい ほうちょうとくい
滝:「うす～切る...あ！包丁研ぐのじゃなくて、包丁得意？だ！そでした？」

Aさん:「そでした。」

さぎょう ほうちょうとくい しつもん い み りかい わたし おも ちが き かた わら
この作業で「包丁得意？」との質問の意味が理解できました。私の思い違いを聞いたその方はフツと笑ってくれました。

(滝)





へイツ！おまち！！

すし お寿司はいかが？

ぽっぷでは三鷹市北野にあるハピネスセンターで、2カ月に1度ピアカウンセリング※をおこなっています。そのハピネスセンターからは徒歩10分くらいの場所に、回転寿司「はま寿司」があります♪ 入り口にスロープがあって入りやすいのですが、ここのお店はカウンター以外のテーブル席の中に、車椅子席が2席備え付けられていて、これがとってもユニークなんです。

なんと、背もたれの格子が観音開きの扉になっていて、扉を開くとすぐテーブルにつける作りになっているのです！（写真を見てみて下さいね）

ハピネスの帰りに、たまにはお寿司でもいかがでしょうか？

～クイズ～

南雲さんと私酒井、どちらが多くお寿司を食べたでしょうか？
正解は…この通信のどこかに隠れてます（° 〼 ° ≡ ° 〼 °）？
（文責；酒井）

※ピアカウンセリング
ピアとは「平等」「仲間」という意味です。
障がいのある人同士が対等な立場で話を聞きあい、共感し合い、支え合うことが目的です。ピアカウンセリングをすることで、障がいを持つが故に無くしていた「自分への信頼」を取り戻すことができます。



↑ 扉がしまっている状態



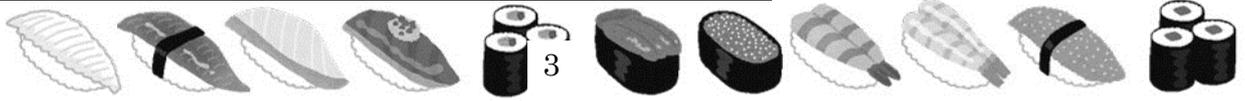
↑ 扉 オープン！



↑ 席につくとこんな感じ

みせじょうほう お店情報

じゅうしょ 住所	〒181-0003 東京都三鷹市北野2丁目4-1 吉祥寺駅より「吉02千歳烏山行」南傘礼バス停下車徒歩1分		
TEL/FAX	0422-40-5085		
ていきゅうび 定休日	なし	えいぎょうじかん 営業時間	11:00～23:00



みやけゆうこ き
三宅祐子さんに聞きました♪



身体的に不自由きわまりない生活を支えてくれる介助者さん達！注文が少し多い私につきあって頂き、いつも感謝しています..本当です。

関わってくれる人が多ければ多いほど、あらゆるストレスが、降りかかる..はずですが一歩下がって人ごとのように観察すると、案外に面白い。私への接し方で、「筋緊張のある方のケアが多いんだなあ」とか「老人介護が多いのね」とか「会社勤めしたこと無いなあ」とか以前から知ってるかのようそうぞうでに想像出来てしまう。

介助者個々の意識格差も面白い。介助をお仕事にしている方は「プロ」なので、私わたしたち不自由者が介助者に合わせるなどとは恐れ多く..出来ないですから(^_^;)十人十色の利用者に対して柔軟であって欲しいと願います。危険が伴うミスきけんを、笑い話わらひなしにしてはいけないけれど、うっかりミスを犯したおか当人達の、その後のリアクションを楽しみにしたりする意地悪な利用者を真面目に務めている私「三宅祐子」にご依頼が！！

コラム..エッセイ..ここに記事を書かせて頂くにあたりお題は??

と聞いてみましたが、好きなこと書いて良いとのこと。

お言葉に甘え私なりにこのコーナーの背景をはいけい考えてみました。

「障がい当事者が地域で暮らす事」への思いをつなぐたすきりレーなんだ！

と感じ、その任務(笑)を頂いたような気がしましたので、日々つれづれ考えていることを書かせて頂きます。

世の中は心身不自由者を弱者と呼び「ひとくり」の中に納め保護するような考かんがえ方をバリアフリーの原点と考かんがえるのかなあと思う事がしばしばあります。

障がい当事者は「健常者はもっと障がい者のことを理解してよ」と願ってる感があります。障がい者と関わりが無かった人に「理解してよ」「配慮してよ」と言ったところで想像範囲外の事だもの、かなり難しい事です。その障壁を低くするのは、保護者でもなく介助者でも無く当事者の私たちですね。大事な、大事なキーパーソンは私たちと考かんがえずにはられません。

町に出て買い物すれば、商品しょうひんの説明を介助者にし始める店員

「店員さん、私の買い物わたしのです。商品説明は私わたしにしてくれないと買えません」と言ってみたり。

病院で受付を済ませ、待っていたら症状確認を、私わたしを飛び越え隣となりにいる支援者に質問攻めのスタッフに「私わたしに症状確認して下さい。他人に聞いても判るわけが無いでしょ」と噛みついてみたり。

歯医者で治療をすませ、その後のケア説明をわざわざ同行してる支援者に治療計画と状態説明する医師に

「先生、その後のケア説明は私わたしにして頂いただかなくては話はなしになりません」なんてね。

こ こ も しょう しゅるい み わ たいおう ちょうだい せけん もと こと むずか
個々が持つ障がいの種類を見分け対応して頂戴と世間に求める事は 難しい。
とうじしゃ いっしょ こうどう しえんしゃ しぜん ほごしやく えん こと わたし きまざま ぼめん
当事者と一緒に行動する支援者ですら、自然に保護者役を演じてしまう事もしばしば。私たちが様々な場面で
ふじゆう な ひと かなか おお も こと しょう しゃ けんじょうしゃ しょうへき ひく おな せいかつ き
不自由の無い人との関わりを多く持つ事で、障がい者と健常者の障壁が低くなり、同じフロアで生活できるような気
がしています。

よ なか むかんしん へんけん ごかい へ しんしんふじゆう う む かんけい す しょう ふくし
世の中から「無関心・偏見・誤解」が減れば、心身不自由の有無に関係なく過ごしやすくなるわけで、障がいや福祉
たい かたよ せんにゆうかん おも こ も ひと かんしん も ただ りかい こと ちいきしゃかい へだ な
に対して偏った先入観や思い込みを持つ人たちが、関心を持ち正しく理解する事で地域社会において隔たり無く
きょうせいで き す しゃかい しん
共生出来る住みよい社会になると信じています。

こんなん きょうちよう い かた な どりよく きょうちよう な できえ こと でき こと せいか
困難さばかりを強調する生き方では無く、努力ばかりを強調するでも無く、出来得ない事が出来た事への成果を
か だいひょうか な
過大評価することでも無く。

ひ ひ これこうじつ い きょうかん りかい しゃかい ため
「日は好日」あるがまを生きることに共 感し理解につなげられるような社会の為に！！

ひと はなし きょうみ にんげん おち
この人と 話 をしてみたいくらいの「興味」をもたれる人間でありたいと思います。

こうじのうきのうしろう とうじしゃかい かぞくかいしゅさい
高次脳機能障がい当事者会・家族会主催
かつどう しゅうねん
「ぽっぷサロン 活動1周年イベント」

みたか かつどう まいつきいっかいだい どようび こうじのうきのうしろう とうじしゃ かぞく きがる つど
三鷹で活動する「ぽっぷサロン」。毎月一回第2土曜日に、高次脳機能障がいの当事者やご家族が、気軽に集い、
にちじょうせいかつじょうこま こと なや しん はな あ じょうほうこうかん
日常生活上困っている事や悩みなどを話し合い、情報交換をしています。

かつどう ていやく いちねん がつ にち ど こうじのうきのうしろう とうじしゃかい かぞくかいしゅさい かつどう しゅうねん
この活動が定着して一年。3月12日(土)、高次脳機能障がい当事者会・家族会主催「ぽっぷサロン活動1周年イベ
かさい いちねん しゅうたいせい かつどう ひる ちいき かつ し いただ こんかい きかく
ント」を開催しました！！一年の集大成として、この活動を広く地域の方に知って頂きたいと、今回のイベントを企画し、

とうじつ めい かた こ
当日44名の方にお越しいただきました。

ほんにん かんが ないよう く た こくち いた てくば ほんにん てづく おも
本人たちが 考え、内容を組み立て、告知に至るまでチラシを手配りするなど、まさに本人たちの手作りのもと、思い
がたっぷり詰まった会になりました。

とうじつ そうぜい めい さんか せいきよう
当日は、総勢42名の参加となり、とても盛況でした。

えぬえいちけー いー たすけ しゅうえん ほうこく みやぎ
NHK、Eテレ「バリバラ」でおなじみのTASKEさんもご出演されました。(報告:ぽっぷ宮城)

だいひょう こうどうすむ
「ぽっぷサロン代表の工藤進です。

とうじつごしゅつせきさんか きやくさまたいへん ござ
当日御出席参加のお客様大変ありがとうございます。御座いました。

かか かわって いただ みなさまたいへんおつか さま
また、関わって頂いた皆様大変御疲れ様でした。

みなさまぜんいん こんかい しゅうねんきねん しゅやく あ しゅじんこう わたし おも
皆様全員が今回のぽっぷサロン1周年記念イベントの主役で有り主人公だったと私は思っています。

こんかい だいせいこう み と きやくさま い こうじのうきのうしろう ほんのう よ
今回のイベント大成功と見て取れましたが、お客様の入りや高次脳機能障がいの反応も良かったと
おも よ けいほつにんち つな こうえん こうしあんど
思われます。良いぽっぷサロンの啓発認知にも繋がりました。講演講師 & コラボパフォーマンスのラ
かまたてら こや まつおかけいこせんせい たすけ たいへんよ わたし み と
イブの蒲田寺子屋の松岡恵子先生と、TASKEさんも大変良かったと私は見て取れました。

ぶ じ きょう きねん おお とも
とにかく無事に今日の記念イベントを終えて良かったですし、

さら さら いっぽ ふ だ つな い かんが
更なるぽっぷサロンの一歩を踏み出すステップに繋げて行きたいと考えていますので

こんご よろ ねが
今後もぽっぷサロンを宜しくお願いします。

リレートーク 「地域で生きる」

岩松国一（三鷹市健康福祉部 障がい者支援課 相談係長）

今年の4月に「障害者差別解消法」が施行され、障がいを理由とする差別の禁止と合理的配慮が求められることとなります。

地域で生活する障がい者にとってバリアは様々で、そのための合理的配慮も様々でしょう。たとえば、階段がなく車イスが中に入れない店などは、スロープ等の設置をすることが合理的配慮となるのですが、このような話があります。

先日、ある車イスの重度の障がい者に聞いた話ですが、とある店の前に一人でその方がたたずみ、店の方を見ていた時のこと。この店の入り口には階段しかないため、この方が店に用があったとしても一人では入れない。そんな状況だったようです。すると少しして店の中の店員がその方に気づいたのでしょう、店から出てきて「何かご用がございますか？」と尋ねたそうです。その方が「特にありません。」と答えたら「失礼しました。」と言って店に戻ったとのこと。この店の、いや店員の対応にその方はとても感心したそうです。スロープの設置がハード面の合理的配慮なら、これはまさにソフト面の合理的配慮ではないでしょうか。

実は、このように個人個人が相手の困っていること、できないことを理解して、どのように対応するかがとても大切です。私たちひとりひとり、このような気持ちを持つことが、何よりも共生社会の実現に向けて重要ではないでしょうか。大金をかけてハード面の改修をすることも必要ですが、社会の構成員たる個々人の意識が伴わなければ、形だけのものになってしまう。

私たち行政や障がい関係者は、この法律が名ばかりのものにならないよう、地域で生活するひとりひとりの気持ちが大切だということを、一般市民の方、民間事業者に理解してもらおう努力をしていく必要があると思います。





しょうがいふくし かいごほけん いこう 障害福祉から介護保険のサービス移行



かいごほけんせいど きゅうふ しょう しゃ じりつしえんきゅうふ もんだい かだい
～介護保険制度の給付と障がい者の自立支援給付についての問題・課題～

げんざい しょうがい ひと さい しょうがいふくし かいごほけん か
現在、障害のある人が65歳になると、障害福祉から介護保険のサービスに変わることによってサービスが減
ったり負担額が増えたりするケースが、全国各地で相次いでいます。

「65歳の壁」とも言えるこの問題。

ひつよう サービスが受けられなくなってしまう。この突然の変化が、今、障がい者を苦しめています。なぜ
こうしたことが起きるのか。障がい者は、「障害福祉制度」に基づいてサービスを受けています。

ところが65歳になるとサービスの枠組みは原則として、「介護保険制度」に切り替えられます。

これは、自助、共助、公助と言われるように、みずからできることをした上で、公的サービスが適用さ
れるという国の原則に基づき、税金でまかなわれるサービスよりも、保険によるサービスの方が優先される
ためです。

しかし、介護保険に変わると、健常者と同じ扱いとなつて、多くの場合サービスの量が減り、これま
でのような障害に合った適切な支援は受けられなくなる可能性があります。ひいては、必要なサービスが打
ち切られたり、回数を減らさざるを得なくなったりする事態も生じかねません。

障がい者は、いくつになつても変わりなく生活していきたいだけなのに、65歳を境に、それまで通り
のサービスを受けられなくなるのは悲しく、生活が一変してしまうのではないかと不安にもられます。
また現状では介護保険利用に伴う介護利用料の支払で貯金も減り続け、これから先、自分がどうなるだろ
うという気持ちになってしまうのが現実です。高齢化とともに体は衰え、むしろサービスを手厚くしてい
くべきだと思います。インミタカでは、この現状を多くの方々に知って頂き、社会との架け橋になり、障
がい者にとって必要なこと、大切なことを引き続き、社会に対して発信していきたいと思ひます。

(ぽっぷ施設長・金子洋祐)

3ページのクイズの答え；酒井

ぽっぷくのはな唄

ある日、市役所から連絡が入った。

「ぽっぷくんは、今年で65歳になるから、障害福祉サービスから介護保険のサービスに切
り替えます」って言われたんだ。

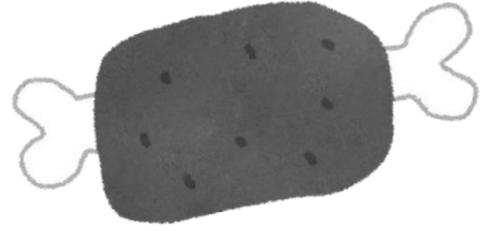
障害福祉サービスでは、その日の体の調子でヘルパーさんに頼む介助内容を変えたり、そ
の時必要なこと・やりたいことができていたんだけど、これからは決められたケアプラン通り
に生活しなければならなくなるのだろうか？

不安も募るけれど、長い間、ぽっぷくんの鼻唄を愛読して頂いた皆様には感謝の意を表す
るとともに、鼻唄はここで一旦終了し、次号以降は編集後記として、リニューアルしてい
きます。

またきつとどこかで会いましょう！！

「お腹が非常事態」

年明け早々、私は胃腸の調子を崩した。(断っておくが飲み過ぎではない) 元旦のため、病院も開いておらず、ひたすら眠って回復を待つ。夕方になり、吐き気が多少治まってきたころ、私ははたと気づいた。



母に年始の電話しなければ、気丈な人とはいえ、やはり一人田舎に残している母のことは心配。

「あらッ、永久子? なあに?」

気を使ってくれなくていいのに、と言わんばかりのリアクション。

「(こっちは死にそうなのに...)」 そう思いながら。

「元気にしてるの?」 母が言う。胃腸の調子がおかしく、寝ていることを伝えた。

母「何かほしいものは? 送ってあげるから」

私「肉」

我ながらゲンキな奴だと思う。

母「わかった、送ってあげるから、早く治しなさいよ」

2, 3日寝込んだのち、どうにか回復した。私はにわかにはくそ笑んで、体重を測ると、まさかの2kg減! どんなダイエットより効果は絶大。

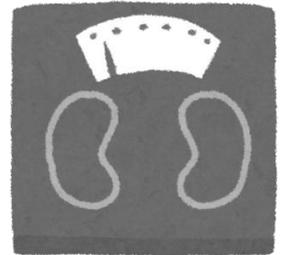
よしっ! とガッツポーズをした(できないけど)その数日後。

お約束通り、母から大量のハムやウィンナーが届いた。

「確かにほしいって言ったけど、この量…」 と言いながら、体調が完全復活している私は、しばらく食べられなかった反動により、食いつぶりがもう止まらない。瞬く間に、私の体重は原状復帰した。

私が、今こうして元気に働けているのは、あの肉たちのおかげではないかと思う今日この頃である。

遠くにいても母の愛は深く、また娘の習性を知り尽くしていると実感した出来事だった。



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 インみたか
〒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

障がい者計画相談センターくも
〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102
TEL 0422-26-7229 FAX 0422-26-7229

目次

- P1 ぽっぷのページ 初詣
- P2 派遣部のページ インみたか派遣部の日記
- P3 ぽっぷのページ お店紹介
- P4 派遣部のページ インタビュー企画
- P5 ぽっぷのページ ぽっぷサロンイベント
- P6 法人のページ リレートーク「地域で生きる」
- P7 ぽっぷのページ 介護保険・ぽっぷくんのはなうた
- P8 法人のページ 宮城連載エッセイ