

# インみたか通信

発行： **NP0法人 障害者生活支援センター インみたか**

発行日：2016年11月30日

No. 39

法人のページ

## ●特集● 「幸せのカタチは、誰が決める!？」

企画① ~イロイロな「幸せ」のカタチ~ あなたの「幸せ」ってなんですか?

選手名鑑を暗記して、プロ野球の開幕に

備えること (ヘルパー派遣利用者 林太心)

一日無事に、なにも災い無しに仕事を終えて  
職場を出る瞬間『職員IDカード』を打刻機に  
入れ退社する時。

・ホッとする瞬間。今日も一日終わったとする時。  
(ぽっぷ利用者 工藤進)

笑顔を見ること

(ヘルパー榎本美穂)

外に出て、人と触れ合うこと (ヘルパー上田平三郎)

美味しいもの、

甘いものを食べているとき  
(ぽっぷ利用者 松原友美)

私が思う幸せとはこのストレスからの  
解放ですかね。

誰もいない部屋でガンガンに好きな  
洋楽の曲を聞きたいです。  
(ぽっぷ利用者 桐藤徹也)

・平日の休みに街へ出掛けること  
・たまに…ちょっとお高めのアイスを食すこと、(°▽°)  
ノ

(ぽっぷ職員 歌原善)

# ●特集● 「幸せのカタチは、誰が決める!？」

## 企画② 私の幸せ、私の思いを伝えたい

今回の特集のきっかけとなったのは、今年7月、神奈川県で起きた、とても恐ろしく、残忍な事件。私たちは、改めて障がいのある方やその家族に、話を聞いてみたくなりました。「障がいのある方たちが、人との関わりの中で、自分の思いや意志をどう発信し、何を幸せと感じて生きているのか」を。

### マリーンにとっての幸せって？

(聞き手: インミタカ派遣部・滝美央)

脳性麻痺により、重度の身体障害をもつ20代女性、通称マリーン♥(ヘルパー派遣利用者)にインタビュー!

彼女は、言葉を発することができません。なので、それ以外の方法でコミュニケーションを図ります。

投げかけた質問に対して、イエスの時は舌を出し、ノーの時は舌を出さない。イエスでもノーでもなく、「質問の意味が分からない」また「その他のことを伝えたい」というときは、目の上に向け口をつむんで教えてくれます。50音ボードなどの意思伝達機器を使用することもあります。言葉ではなく、表情の変化や身体を動かすことで、あらゆる感情を発信しています。

言葉でコミュニケーションが取れないから、そこに意思がなく、発信もできない。何もできない人。世間では、こんな見られ方がほとんどではないでしょうか?

滝 「『そんなことはない!! 私はこちらにいる! このことを一人でも多くの人に知ってもらいたい』をテーマにインタビューしたいのですが、協力してくれませんか？」

マリーン 「OK！」

滝 「これまで生きてきてよかったな~と思ったことはありますか？」

マリーン 「たくさんの人と出会ったこと」

滝 「逆にこれまで嫌だったな~と思ったことはありますか？」

マリーン 「これまで出会った人たちが自分から離れていくこと」

滝 「5年先、10年先どんな暮らしをしてみたいですか? 将来に向けてやりたいことって何かありますか？」

マリーン 「通所しているところに大好きな職人がいる。  
その人と私が大好きな歌手、嵐のコンサートに行きたい!!」

滝 「かなうといいですね☆」

マリーン 「...バタバタ!ん~身体を動かして、眉間にしわをよせ舌を出している」

滝 「まだ他にあるんです？」

マリーン 「ある~!と足をバタバタ」

滝 「自分のこと? 嵐のこと? ヘルパー? 家族?」いろいろな質問を投げかけ、聞き出した答えは

マリーン 「家族と離れた空間で生活してみたい。一人暮らしまではいかないけど、  
グループホームとかで生活してみたい。大好きな人をたくさんつくりたい！」



羨ましい限りなのでかい目をキラキラさせて、身体を大きく動かし、満面の笑みで答えてくれました☆

りようしゃ ふじやまようすけ  
ぼっぷ利用者 藤山洋亮さん

(聞き手: ぼっぷ施設長・金子洋祐)

藤山さんは、一般就労を経て、今は就労継続支援B型事業所ワークセンター ゆめで働いています。

藤山さんには、知的障がいと自閉症があります。

相談のため、藤山さんはお母様と共にぼっぷに來所されました。自分のことをほとんど語らない、物静かな青年という印象でした。お母様には、日中活動の場が決まるまでは、平日ガイドヘルパーを利用して楽しい時間を過ごしてほしいというご希望がありました。相談も佳境を過ぎたころ、黙っていたはずのご本人が「僕はヘルパーと出かけません」とボソッとつぶやきました。僕はハッとさせられました。

当たり前のことだけど、自閉症で発する言葉は少なくとも内に秘めた思いや意思が必ずある。そんな相談の基本なのに。

「秋葉原とかに行きイラストについて調べたり、調布・国領など、自転車でお出かけしたりすること」が楽しみと  
言う藤山さんに後日、改めて聞いてみました。

金子 「自分で決めたことは、どうやってまわりに伝えてるの？」

藤山さん 「言葉で伝えるのは苦手だけど、時間をかけて伝えてる。」

金子 「自分の思いが伝わらなくて、イライラしちゃったりしない？」

藤山さん 「ストレスが溜まった時は、トイレに入り個室で深呼吸します。」 そうかあ、なるほどね。

ほごしゃ あまの こ  
保護者 天野 フジ子さん

(聞き手: インみたか派遣部所長・小林延芳)

インみたかでヘルパー派遣を利用している天野幹男さんのお母さんに、「幹男さんがいて幸せだったこと」を聞きました。幹男さんは、重度の身体障がいがあり、自分の意思でできることは「言葉を話すこと」だけです。また、その言葉にも言語障がいがあり、スムーズにやり取りすることが難しい方です。

小林 「失礼を承知で単刀直入におうかがいします。幹男さんがいて幸せだったことは？」

母 「幹男がいることで、様々な出会いがありました。保護者・教師・バスの運転手・バスの添乗員・福祉の職員・ヘルパー……。良い人もいたし、そうでない人もいたなあ。

そういうこと丸ごとひっくるめて良い経験で、人が周りにいてくれて幸せだったと思います。」

小林 「具体的には？」

母 「学校での待機中に、保護者と一緒に手芸をしたり、日々の暮らしなど様々な話をしたりしました。

みんな同じような境遇なので、すぐに連帯感が生まれ、つながりができていきました。今でも手紙のやりとりなどが続いています。」

小林 「現在の幹男さんは、平日はグループホームで生活して週末に家に帰ってきますが、最近の幹男さんについて、思うことはありますか？」

母 「週末に帰って来て、幹男が横になっていると、身長でかいから、『あー邪魔！』って思うけど、いなくなると『あら幹男くん、もう帰っちゃったのかい？寂しいわ』と思うね〜。」

小林 「今回『幸せ』についておうかがいしたのは、やまゆり園での事件があったからなんです。お母さんとして思うところはありますか？」

母 「(容疑者は)馬鹿野郎だよ！頭ひっぱたいてやりたいね！みんな一生懸命生きているんだよ！」

# ●特集● 「幸せのカタチは、誰が決める!？」

## 企画③ 「それぞれの人生に、それぞれの幸せがある」

(NPO法人障害者生活支援センターインみたか 理事長：宮城永久子)

犯人は「障害者なんていなくなればいい」そう供述したと言われています。

私たち法人が日頃から関わっている障がいのある方たちは、身体や知的に障がいがありながら、地域で普通に生活しています。楽しそうにしている日もあれば、何か嫌なことでもあったかなという表情をしている日もあります。ただ、すべての方に言えることは、いろんな人たちとの関わりの中で、その時々でいろんな思いを抱きながら、生きているということ。

そんな当たり前の日常が、あの事件の日、揺らいでしまったような気がします。

この記事を集めるに当たって、私の心に一筋の光が蘇ってきました。言葉を発声できなくても、体全体を使って意思を伝える人、自閉症の障がいでも言葉で伝えるのが苦手でもいろんな思いを秘め、それを何とか伝えようとしている人、ある日突然、障がい児の親になり、戸惑いながらもそこから広がるひととの繋がりに喜びを感じて生きている人。

「すべての人に、それぞれ幸せがある」

そんな当たり前のこと、なぜ今になって、言葉にして、声に出して、伝えなければならないのでしょうか。

私は思います。人の幸せが何かなんて、人から見えるものでもなく、人が勝手に決めていいものでもありません。

だから、私たちは関わり続けるのです。その人の考える幸せを、その人自身がたくさん感じられるように。そのために、私たちは本人たちの声を、できるだけたくさん聞きたいのです。

その人の幸せは、おそらくその人しかわからないけれど、ただ彼らの幸せを見て、何となく私たちも幸せになる。そんな幸せを共に探しながら、私たちはそれを生業として、日々の暮らしを立てているのです。

障がいとかそういう分類ではなく、一人一人の顔が違いうように、それぞれの幸せのカタチをそれぞれの人生の中で生み出していくこと、またそこを周りが支えていくことこそが、私たちがこの社会で生きていく役割なのではないでしょうか？

～編集部より～

ここまでの特集記事は、今回の容疑者の主張や、それに便乗してネットなどで飛びかっている「障がい者は幸せなはずはない」「障がい者は生きている価値がない」という声に対して、あえてその土俵の上で反論し、私たちに丁寧に回答したものです。

しかしそもそも「幸せかどうか」「価値があるかどうか」という論点で考えること自体が、「命」の重さと比べると、あまりに軽く狭いもののような気がします。今後、違う論点での議論や発信の必要性を感じています。

# ～地域で生きる～

こうぼうとき しせつちよう たつののぶゆき  
工房時 施設長:立野信行

私が障がい者施設と関わりを持つようになったのは、大学を卒業して間もないころです。それまでは、障がい者の知り合いが一人いましたが、障がい者が地域で暮らしていくと、深く考えることはありませんでした。そんな折、友達から「障がいのある人たちが活動する施設でボランティアをしてみない？」と言われて何となく行っただけで、学校の近くにあった公立の生活実習所でした。そこは障害種別関係なく、様々な方々が日中を過ごす通所施設でした。元気のいい方が多く、初めて来た私に大きな声で「おはよう！」「初めまして！」「名前は何？」など、挨拶や質問をしてくれたのが印象的でした。

活動は廃品回収などの仕事、音楽に合わせて体を動かす、粘土で造形をする、といった内容でした。みんな笑顔が絶えず、暖かい雰囲気だったことを覚えています。職員の皆さんも物腰が柔らかく、優しい方ばかりだったと思います。ただ、疑問に感じることもありました。その一つは、こんなに多くの障がい者が地域で暮らしているのを、今まで自分が知らなかったことです。その後も時々ボランティアをし、楽しい時間を過ごしていましたが、何となく感じていたことがはっきりしていくように思いました。地域に多くの障がい者がいるのに、健常者とは別の場所、世界で暮らしているということです。当時からは年月が経ち、障がい者が地域に出ていくことが多くはなっていると思います。ただ学校、職場、人間関係など、障がい者と健常者の生きて行く場所が分かれていることがまだまだ多いのが現実です。

子供のころから障がい児、健常児関係なく、いっしょに過ごし、学び、遊ぶことが大事だと考えています。そこにはトラブルや葛藤もあると思います。でも障がい児は「普通」の生活や社会を子供のころから経験することが出来ます。健常児は地域には様々な人がいて、社会や人間は多様だということを自然に学ぶことが出来ます。共に成長し合いながら、ひいては差別や偏見を無くしていくことにつながると思っています。みんなが多様性を認め合い、障がい者も健常者もお互い様の暮らしが出来る社会を、微力ながら目指していきたいと思っています。



## 工房時は・・・

社会福祉法人おおぞら会が運営し、就労移行支援と就労継続支援B型事業を行っている、多機能型施設です。仕事内容は食に関することが中心になっており、製菓、製麺、調理、うどん店(おもむく食堂)の営業、清掃などを行っています。

## お店紹介「おもむく食堂」

美味しいものに出会った時、自然と笑顔や会話が生まれます。私たちはそんな「おいしいもの」から始まる温かい輪をつくっていきたくて考えています。

- 住所: 三鷹市野崎2-6-41(バス停「野崎2丁目」下車徒歩1分)
- 電話: 0422-30-5571
- 営業日: 火曜～土曜の11:30～14:30
- メニュー例: かけうどん(並)370円 炊き込みご飯170円 野菜天170円など



がっ にち やきゅうかんせん  
○月○日 野球観戦のガイドにて・・・

巨人大好きな利用者の林さんと野球観戦、虎党(タイガースファン)であることを隠して介助に入りました。試合は緊迫の投手戦、そして延長の末、巨人の選手のサヨナラホームランで幕を閉じ、林さんは周りの観客とハイタッチ\(\◎o◎)/!こんなメイクドラマな試合展開(相手チームが阪神じゃなくてよかった～、平常心が保てないからなあ)が、たまたま介助に入ったときに2回続けてありました。当然予定時間には帰れず、介助を延長して夜の11時を過ぎての帰宅となりました。

なぜか、林さんと一緒に野球を観に行くと、珍しいことやおもしろいことが起きる・・・。その選手のシーズン初ホームランがサヨナラの一打だったり、もう一試合はサヨナラ満塁ホームランだったり、マイクロス(巨人の投手)の嫁に会ったり、ビールの売り子に謎の絡みをしたり・・・。俺は虎党妹尾信也!阪神戦では絶対そんなことはさせませんく(^-^)>ちなみに、虎党であることは林さんにカミングアウト済みです! (インみたかヘルパーで虎党・妹尾信也)



がっいつか じかん  
10月5日 ヘルパーミーティング「24時間テレビはあり?なし?」

2か月に1回くらいのペースで行っているヘルパーミーティング。これまでは介助にまつわるいろんな悩みを出しあったり、「ほっこりした」場面の話をしたり・・・、最近では「やまゆり園」の事件が話題になったこともありました。

今回は少し趣向を変え、「ディベート(のようなもの)」を行いました。ディベートとは「あるテーマについて、肯定と否定の二組に分かれて討論すること」で、この日は「24時間テレビはあり?なし?」というテーマ設定をしました。ご存知の方も多いと思いますが、今年の24時間テレビ(日本テレビ系)のエンディングが近づいてきて盛り上がる2日目の夜、その裏(午後7時から7時半)でNHK Eテレがあえて「バリバラ(障害者のための情報バラエティ番組)」を生放送にし、「検証!〈障害者×感動〉の方程式」というテーマをぶつけてきたのです。その是非や賛否はさておき・・・。

今回は、ヘルパー自身の本当の意見に関わらず、事務的に二組に分けました。これにより、自分本来の意見とは反対の主張をせねばならない人もいて、その理由や根拠を考えることがおもしろかったという感想が多くありました。これは普段の生活の中でも活きることで、自分と違う意見と出会ったときに「どうしてそう思うんだろう」と相手の立場で理由を考えてみると、みえてくるものがあったり妥協点を見出したりできるかもしれませんよね。

この日も「24時間テレビなんて絶対見ない!」という意見なのに肯定派に入ってしまったヘルパーが、ディベートが終わった後には目を輝かせて「俺、来年は絶対見るよ!」と言う姿に、みんな大うけ。ちなみにみなさんは、どっち派? (インみたか派遣部:合田晃)



がっ にち にち にち じゅうどうほうもんかいごじゅうじしゃようせいけんしゅう おこな  
10月15日・16日・23日 重度訪問介護従事者養成研修を行いました

標記の研修を、NPO法人グレースケア機構と共催で行いました。インみたかとして今回初めて行うもので、受講者は14名。実習日には、4名の障害当事者に協力いただき、日常生活を見ることができました。受講生から、「自分の生活は自分で決めていく姿を見ることができた。今回の研修を今後活かしたい。」といった感想もいただきました。地域生活を支える担い手が一人でも増えてくれることを願います。

★重度訪問介護従事者養成研修とは・・・障害者総合支援法に基づく居宅介護業務のうち、特に障がい重いと認定された障がいの者の「重度訪問介護」という枠の介助に入る資格を取得するための研修です。

(インみたか派遣部:滝美央)



# 「ボランティア受け入れ、始めました！」

障がいのある人も、同じ地域で、健常者と同じように暮らしています。一見、当たり前なことなのだけど、案外、地域の人たちには知られていないのかもしれない。

そこでぽっぷでは、毎月第4土曜日に行っている余暇活動(フリースペース)にボランティアの協力をお願いし、地域の方との交流をはじめました。

三鷹ボランティアセンターを通じて、地域の主婦の方や高校生のボランティアグループなどがボランティアに参加して下さっています。まだまだ少ないですが、交流の輪が広がりつつあります。地域の方に、少しでも障がい者の存在を知って頂くことにより、健常者も障がい者も普通にに関わり合える社会になっていくことを願っています。

9月にボランティアに来てくださった大成高校の生徒さんから一言感想が届いているので載せさせていただきます。(ぽっぷ職員:歌原 豊)



大成高校 福祉ボランティア同好会部長 山本 嶺

「障害の方と触れ合ってみて感じたことがありました。

意思の疎通が普通にできるところやコミュニケーションがとれるところです。

自分の中で勝手に障害の方と話すのは大変なんだろうなと思っていたんですが、全然そんなことはなくて驚きました。

実際に話して、いろいろな話が聞けたし、オリジナルのトランプの遊び方などを考えてる方もいて、とても楽しい時間を過ごせました。」

## ～ 8月27日(土) ぽっぷ納涼祭を開催しました ～

当初は屋外で行う予定でしたが、当日はあいにくの雨。でもめげることなく、室内を工夫し「流しそうめん」「すいか割り」「ヨーヨー釣り」などをやりました。途中で奇跡的に雨がやんだので「花火」も楽しむことができました。

参加者それぞれが、飲みたい物や食べたい物を持ち寄り、中にはアルコールを持参する方もいて、ほろよい気分の中、真夏のひと時をととても和やかに過ごしました。

参加してくれた赤間正枝さんから感想をいただきました。(ぽっぷ職員 南雲 潤)



### 納涼祭に参加して

(ぽっぷ利用者 赤間 正枝)

すいか割りと花火が楽しかった。ヨーヨー釣りと流しそうめんもやりました。お酒が飲めてうれしかった。一人で参加しても楽しめる会だった。ぽっぷの職員から話しかけてくれたのと、花火がとてもキレイだったのが印象的でした。すいかのお土産ありがとう。

# かぜ い 風は生きよという



## ★この映画について（ホームページより抜粋）★

人工呼吸器を使用して生きる障害者たちの日常に密着したドキュメンタリー。

もしもあなたが、病気や障害のために身体を動かせなくなったとしたら、どんな人生を想像しますか？

映画が映し出したのは、ふつうの街でふつうの生活を送る人びと。特別なことといえば、呼吸するための道具・人工呼吸器を使用していることくらい。淡々とその生活を映し出している。

もしもあなたに、思うように身体を動かせない、そんな日が来た時は思い出してほしいのです。映画の中を駆け抜けていた、風の音を。その風に包まれた人と人が、支えあいながら生きていたことを。

## ☆インミタカ利用者 三浦美友紀さんの感想

私は、「風は生きよという」の、ドキュメンタリー映画を、見に行った！最初は全然何も考えずにいき、どんな内容なのか調べないで、行った！「風は生きよという」をみて、考えさせられることが、たくさんありました。

①地域で暮らすことの大切さ！ ②どんな困難があっても、諦めない！

このことを、改めて、教えられました。また、観る機会があればもう一度、見たいです。

## ☆インミタカヘルパー 彌永美加さんの感想

「風は生きよという」の「風」は、自然に吹いている風や、背中をポンツ！と押ししてくれる人生の追い風のことも思いきや、なんと人工呼吸器からシュシューと音たてて出てくるあの「風」だった。

ALS脊髄性筋萎縮症は難病であり、重度の障害である。にもかかわらず、そんなことはおかまいなしにキラキラと輝く海老原さんの笑顔に心を打たれた。呼吸器を使用するという時点で「寝かせいき」になってしまうだろうという私の固定概念をそのキラキラの笑顔でぶち壊し、「障害」もただのルーティーン。誰もが、やっている日々の一連の動作になら変わらないんだということを、彼女の逞しく美しい姿から学んだ。是非、たくさんの人に観て感じて欲しい作品である。

## ～「風は生きよという」上映情報～

2017年2月25日(土) タワーホール船堀

詳細は、お問い合わせください。

主催：NPO法人自立生活センターSTEPえどがわ

連絡先：03-3676-7422

み た か し ゚ ょ う    し ゃ そ う だ ん し え ん  
三 鷹 市 障 が い 者 相 談 支 援 セ ン タ ー ぽ ぷ ぷ  
〒181-0013    み た か し し め れ ん じ ゃ く  
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/

し ょ う が い し ゃ せ い かつ し え ん  
障 害 者 生 活 支 援 セ ン タ ー    イ ン み た か    派 遣 部  
〒181-0013    み た か し し め れ ん じ ゃ く  
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

し ょ う    し ゃ け い かく そ う だ ん  
障 が い 者 計 画 相 談 セ ン タ ー ぐ も  
〒181-0013    み た か し し め れ ん じ ゃ く  
三 鷹 市 下 連 雀 4-15-23-A102  
TEL    0422-26-7229    FAX 0422-26-7229

## 目次

P1～4	法人のページ	幸せのカタチ
P5	法人のページ	リレートーク「地域で生きる」
P6	派遣部のページ	派遣部の日記
P7	ぽっぷのページ	フリースペース・納涼祭
P8	ぽっぷのページ	映画紹介