インみたか通信

発行：　NPO法人　障害者生活支援センターインみたか　No.42

発行日：2017年11月18日

ぽっぷのページ

「あま～い誘惑」

どうすれば･･･

支援センターぽっぷでは、知的障がい（１８歳以上）で、食事制限のある方の健康管理を、ご本人と一緒にやっています。その中で、ご本人の理解をどう促し、生活上の注意をどのように実行に移して頂くのが良いか、悩んでしまうことがあります。

ご本人に直接お話をしたり、病院に同行したりして医師から助言を頂いたりしていますが、言葉だけではなかなか理解が難しく、うまくいきません。

ご本人たちは「絶対入院は嫌！」「注射は嫌！」時には「甘いもの、間食はやめられない！！」と見事に言い切ります。その気もちはわからなくはなく（むしろ、すごくわかる）、こちらも笑いながら「美味しいから食べちゃうよね」と言って流したくなるのですが、だからと言って、そのままの状況を続ける訳にはいきません。その都度、職員と言い合いになっては、喧嘩が勃発する日々です。

ぽっぷとしても「何とか対策を」と考えてはいるものの、一人の人としてご本人たちの気持ちに寄り添いたいという思いも強くあります。

もちろん、社会や支援者の間には、「経過観察」「助言」「促し」のみしていて大丈夫なのか？本人に対してもっとアプローチして日々の食生活をしっかり管理していくべきだという声も多くあります。

今後もできる限り長く、地域の中で暮らして頂きたいと考えると、すべての食事を栄養管理された宅配弁当でまかなったり、毎日どんなものを食べているか、紙に書いて持ってきてもらったりして、食生活を“管理”するのが手っ取り早い方法なのかもしれません。しかし、ご本人たちの暮らしを必要以上に縛ってしまいたくもありません。ぽっぷでは、この二つのジレンマにいつも悩まされています。

管理という概念ではなく、ぽっぷとしては、できるだけご本人たちに寄り添い、行動を共にし、一緒に考えていくことに力を注いでいきたいと考えています。

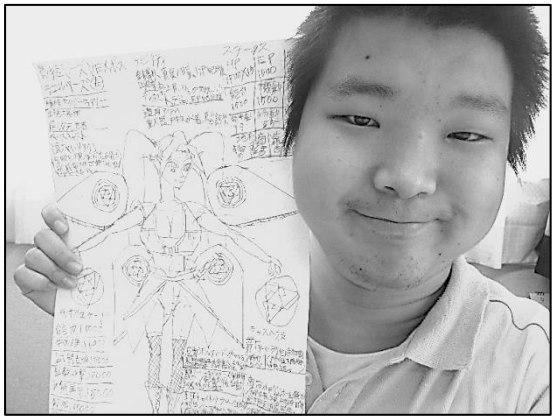
だって、皆さん、甘いモノ、食べたいでしょ？　　（ぽっぷ施設長　金子洋祐）

ぽっぷのページ

利用者さんインタビュー
「最近どう？」

●語り手：高橋瑞樹さん
●聞き手：ぽっぷ職員
工藤まや、宮城永久子

ぽっぷのフリースペース(★1)のレギュラーメンバーの高橋瑞樹さん。現在21歳で自閉症の方です。
人と交流することが大好きで、周りの人にさりげなく心遣いしてくれる優しい青年です。



Q ぽっぷを利用したきっかけは何ですか？
仕事が上手くいかなくて作業所を探したいことと、フリースペースに参加してみんなにいつでも会えると思ったことです。

Q 今は週何日どんな仕事をしていますか？
週３日ひまわり第一作業所で、箱折りと丁合（紙を重ねる作業）など内職のような仕事をしています。

Q それ以外の日は何をしていますか？
コミュニティセンター、デパートの屋上、元気創造プラザなどで絵を描いています。他には、料理をしたり、漢字を勉強したりしています。漢字はたくさん知っています。
―お休みの日に一人で過ごすだけではなく、ガイドヘルパー(★2)を利用している高橋さん。

Q ガイドヘルパーと一緒に行ってみたいところは？
武蔵小金井に行ってみたいです。今ラーメンにはまっていて、武蔵小金井はラーメン屋さんがたくさんあると聞いたので。吉祥寺のピザ屋さんが閉店したのでピザの興味がラーメンに移りました。

Q ガイドヘルパーを利用して困ったことは？
ガイドヘルパーさんは土曜日に来てくれるので、土曜日が自由に使えなくなったことです。
例えば、フリースペースがある土曜日と重なると、フリースペースに行けないとか。

Q ガイドヘルパーと友達の違いは何だと思いますか？
ガイドヘルパーさんは仕事、友達は仕事じゃない。ガイドヘルパーさんは１対１の関わりだけど、友達はたくさん関われることだと思います。

Q 今、希望していることは何ですか？
友達がほしいです。友達になったと思っても誘いにのってくれない。一緒に出かけたりゲームをしたいです。

～インタビューを終えて～

工藤：意外だったことは、ガイドヘルパーが来る日は、自由に使えない日だと思っていることでした。
宮城：そう？私もヘルパーさんが来る時間で予定を立てなければいけないから、よくわかるけどなー。

★１フリースペース：ぽっぷで毎月第4土曜日に開催している余暇活動のイベント
★２ガイドヘルパー：障がいがある方のお出かけをサポートする人

最近感じた「なんだかなぁ。」　（ぽっぷ職員　宮城永久子）

知的障がいのＡさん。ある日、Ａさんの日中活動の場から連絡が入る。「Ａさんの生活費が振り込まれていません。数日前から、後見人★に連絡を取っているんだけど繋がりません」まさか。。。と思い、Ａさんの暮らすグループホームの世話人にも確認すると、「家賃が振り込まれていません！」と真っ青。焦って家庭裁判所（以下、家裁）を通して、後見人の状況を確認してもらうと、どうやら体調を崩して入院していることが判明。至急、新しい後見人を選任してもらうよう、家裁に要請し、窮地を逃れました。

まもなく一人暮らしを始めようとしているＢさん。彼女は身体障がいがあり、電動車いすで移動する。不動産屋の協力によりアパート物件を何件も内見している。いざ気に入った物件に入居したいと申し出ると、直前になり何度も大家さんに断られてしまう。

内閣府が行った世論調査によると、「障がいのある人が身近で普通に生活しているのが当たり前」と思う人は８８.３％いたのにもかかわらず、「世の中には障がいのある人に対して差別や偏見がある」と思う人も８３.９％いたことがわかった。

社会の中に障がい者がいることは理解していても、自分の家の隣に住んだり、自分が直接関わったりすることには抵抗があるということなんだろうか。なんだかなぁ～

★後見人：本人のための財産管理や、本人の代わりに生活・医療・介護などに関する契約や手続きを行う人

今年も、杏林大学から実習生を受け入れました！！

９／８（金）、９（土）　（ぽっぷ職員　南雲潤）

障がい者の暮らしの中で医療は切っても切れないものです。
三鷹市には杏林大学があり、毎年ぽっぷではこの大学の保健学部の学生４名の実習の受け入れをしています。
実際に障がい者が介助を受けながら生活している場面や、高次脳機能障害の当事者や家族がそれぞれの悩みや近況を話し合うぽっぷサロンなどに参加して頂きました。
学生のうちから、障がい者が地域でどのように暮らしているかを知り、また時として医療を必要とすることを、少しでも学生達の理解につなげていけたなら、この実習を継続して受け入れていくことに大きな意義を感じます。
さぁ、どうだったでしょうか？学生達からいただいた感想の一部を掲載します。

●ぽっぷは関わる皆さんにとっての居場所だったり生活を豊かにするきっかけをつくったりする場所になっているのかなと感じました。（Ｏさん　女性）
●利用者の方々おひとりおひとりに寄り添った様々な支援や気遣いを学ぶことができました。今回の学び、感じたことを将来にいかせるよう勉学に励んでいきたいと思います。（Ｗさん　女性）

ぽっぷと派遣部
のページ

ワークセンターゆめ　さんと

おでかけランチタイム

毎年恒例のぽっぷの定番イベント「おでかけランチタイム」。

今までぽっぷ単独の企画でしたが、今回はじめてぽっぷのある建物の1階の「ワークセンターゆめ（社会福祉法人　はなゆめ）」さんと共催しました。

準備から一緒になって、どんなイベントにしようかワクワク！

当初は井の頭公園の予定でしたが、当日はあいにくの台風で、ぽっぷの３階スペースを使い（40人ぎっしり！）利用者もヘルパーも職員も関係なくみんなまぜこぜで、一緒になってぽっぷとゆめのチーム対抗ゲームやお弁当を楽しみました。

他団体と一緒になって、職員も利用者さん同士も「顔を知ってる」ところから「人となり」がわかるような交流ができ、利用者さんへの関わりについても話すことができました。

いつもみんなを引っ張る利用者さんも、普段は控えめな利用者さんも、チームみんなで一人をカバー、チーム全員が主役になる…そんな理想的な会でした。

最後は参加者とともに片付け！最後の最後まで本当にみんなで作り上げた会でした。

まるで同じ釜の飯をたべたような…そんな気持ちになりました。（ぽっぷ施設長　金子洋祐）

映画紹介　パーフェクトレボリューション

～映画解説より抜粋～

重度の身体障害を抱えながら、『障害者だって恋をするし、セックスもしたい』と「身体障害者の性」を世間に訴える活動をしている主人公。これは、身体障害者のセクシャリティーに関する支援を行う特定非営利活動法人ノアールの理事長を務める熊篠慶彦氏の実体験をベースにしたヒューマンドラマ。脳性麻痺患者と人格障害を抱える風俗嬢の触れ合いを描いていく。障害をかかえながらも活き活きと生きようとするふたりの究極の恋が“革命”をもたらす。

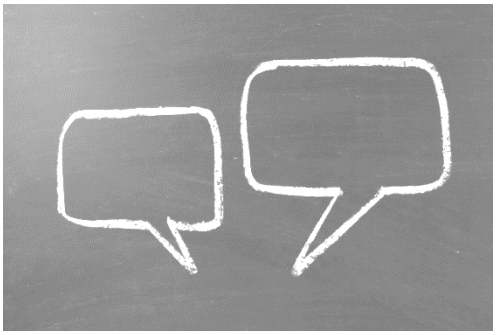
この映画は、障害者の性の実態を明るく、時に切なく描いています。障害者であっても、人として生まれてくれば欲があるのは自然なこと。それを「障害者だから」と勝手にないことにしないで、理解してほしいという主張がつめこまれた映画です。

そもそも障害者は「恋愛なんかしないでしょ」「セックスしたいなんて、とんでもないよね」と見られているように思います。熊篠さんは言います。「障害者の性は存在しないものとして見向きもされず、いまだタブーにすらなっていない」それほどまでにこのことについては、語られることがなかったんです。

私たちもそうです。職員間でも、障害者とも、ヘルパーとも、話題にしたことがありませんでした。先月のヘルパーミーティングで初めて「こんな映画があります。どう思いますか？」と話題にしたところ、遠慮がちながらも少し意見が出ました。

この映画をきっかけに、障害者の性について、議論し話し合っていく意味や必要性があるかもしれないと思うのです。　（インみたか派遣部コーディネーター：滝美央）

私と障害者の出会い



（元明星学園教諭　　川手　晴雄）

健常者が障害者と出会う機会はそう多いものではありません。親族に、また職場に障害者がいればそういった機会はもちろん日常的になりますが、そのような人も場所も限られたものでしょう。

私とて同じでした。親族には一人もいませんでした（後に三男が学習障害児であることが分かってからは変わりましたが）。それが教員という職業についてから一変しました。

学校現場には、特に近年は「統合教育」が一般になりましたので、普通学級にも何人か障害を持った子供たちが入学してきます。

私が教員として勤めた私立小学校は、まだまだ統合教育が実施されていない時代に日本でも最初に障害を持った子供たちを積極的に受け入れた学校でした。もう50年も前のことです。

最初の障害児は全盲の少女（以下、Aさん）でした。Aさんは盲学校幼稚園を卒業しましたが、幼稚園段階で点字の読み書き、普通字の読み書き（ひらがなカタカナが表面に浮き出るように工夫されたノートや本を使用）が完璧にできた最初の児童でした。盲学校の先生たち、親御さんはAさんなら普通学校に通うことが可能なのではないかと考え、教育委員会・学校長などに掛け合いましたが、ただの一校もAさんを受け入れる学校はありませんでした。

そこで私立学校のなかでも、自由教育で名高い我が校に話があり、教職員一致して、Aさんを受け入れることにしました。Aさんはとても快活で、クラスの仲間の中心でした。勉学だけでなく、体育も怖がらず、友達に手を引いてもらい、走り、飛び、泳ぎました。ピアノの名手でした。クラスの子供たちはAさんが障害者であることを全く忘れて、一緒に何でもやりました。

Aさんは特別だ。生まれつき能力の高い障害者を取り上げてもそれは特別な例に過ぎない。

障害者と健常者が共に学ぶ「統合教育」の実現には役に立たない。こういった意見がたくさん寄せられました。確かにそうかもしれません。

一部の、ほんの一部の能力的に優れた障害者を取り上げて「障害者でもできる」とすることは決していいことではないでしょう。他の障害者からみれば「あの人は特別だから」と言いたくもなるでしょう。

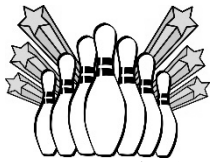
しかし、Aさんの例は、確実に日本の統合教育を進める上で大きな役割を果たしたことには違いありません。

【川手晴雄さん】

三鷹市にある私立明星学園にて、４０年間、小中高校の教師を務められる。その後、東京女子大学の非常勤講師を経て、現在は明星学園の学童クラブ「すずかけの木」で子供たちの放課後を共に過ごされている。

派遣部のページ

障害のある人：障害のない人



～ボウリング大会での出来事～

インみたか派遣部コーディネーター：合田晃

右ページの「派遣部の日記」にも書かれた、9月30日の**ボウリング大会** でのこと。

この日は 3 レーンに分かれて、どのレーンも知的障害者2名とガイドヘルパーの資格を取るための実習生（障害はありません）1～2名で、合わせて 3～4名というメンバー構成になりました。

投げる順番の決め方はそれぞれのレーンにお任せでした。職員やヘルパーも手伝いながら、決まったものは・・・。

3 レーンとも 1番2番が障害者、3番（と 4番）が実習生。それを見て、僕は「なんだこれは？」と**違和感**を覚えました。

表にしてみると・・・

１レーン	２レーン	３レーン
①障害者	①障害者	①障害者
②障害者	②障害者	②障害者
③実習生	③実習生	③実習生
④実習生	④実習生	

ほら、何か感じません？

このレーン数と人数構成で、上記のような並びになる確率を計算してみると、**１０８分の１**（のはず・・・）。

なおかつ、再度同じ構成でやっても、おそらく同じ並びになるだろうから、そうすると**１１６６４分の１**（のはず）！

すごい！1万回に1回しか起きないことが、当たり前のように起きる。これはちょっと気味が悪いぞ～。

であれば、何か意図がないと、こう並ぶことはなかなかない・・・。どうしてそうなったのでしょうか。

考えられるのは**「障害者に配慮した」**ということ。「1番に投げたい人いる？」というきき方で「はい！」と障害者が手を挙げていたレーンがあったのは事実。でもそれがなくても「**どうぞ 先**に投げてください。私（障害がない人）は後でいいですから」という気持ちが、職員・ヘルパー・実習生の中にもともとあったのでは？それは優しさ？遠慮？配慮？

昨年4月に施行された「障害者差別解消法」では、公的機関や店舗などで障害者に対して**「合理的配慮」**をするよう記されています。例えば段差の解消や、手話通訳者の配置など。このことによって、障害のある人とない人の差をなくしたり小さくしたりするもので、これが必要な場所や環境は社会の中に多くあると思います。でもボウリングは、ただの遊びだし、先に投げると有利というわけでもないし、順番決めにおいて「障害者だから」という理由での配慮が必要とは、僕は思わないのですが・・・。また、一緒に楽しむには、当然遠慮も不要ですよね～。

最近よく**「共生社会」**という言葉を目にします。幅広い分野で使われていますが、障害者については「障害のある人とない人が、分けられてそれぞれ別々に生きていくのではなく、同じ地域や社会の中で、支え合って暮らしていく」ということかなと思っています。

さて今回のボウリング大会は、障害者だけ、あるいは実習生だけがボウリングをするのではなく、同じレーンで投げる行事でした。その点では「共生」でしたが、上の表を見てください。レーンをまたいで②と③の間に－－－－－－と線が引かれ、分けられているように見えませんか？

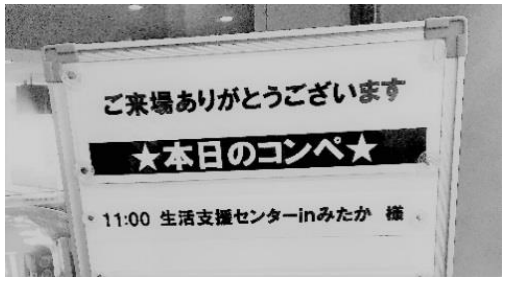
僕たち障害がない人の側に、どこかで障害者と**「線を引いておきたい」**という潜在意識があるように思います。「どうぞ」と譲ることで、本当の意味で交じりあうことを避けるような・・・。そのほうが安心なのかな～？

障害のない人がついやってしまう、障害者に対する**「不要な配慮」**や**「無意識の線引き」**をなくすのは、とても難しいことかもしれません。ボウリング大会でも、一生懸命考えて意識的に配慮したというより、無意識に「どうぞ」となったように思います。でもそれをなくしていくことは合理的配慮をするのと同じくらい大切で、そうしないと見せかけだけの共生社会が作られていってしまうのではないでしょうか。

ボウリング大会の例以外にも「あらかじめ車いす用のスペースを用意する」「身体には障害のない知的障害者に席を譲る」など、必要か不要かを考えたいことが、いろいろあります。とりあえずは**「僕も１番に投げたいなあ」**と遠慮せず声に出すことから、線引きをしないやり取りがうまれ、何かが変わっていくような気がします。

インみたか　派遣部の日記

9月30日（土）ボウリング大会～常連になった結果



三鷹市主催の知的障がい者ガイドヘルパー養成研修の実習で、ボウリング大会を行いました。今回で何回目になるでしょう。いつも利用させてもらっている武蔵小金井の「大栄ボウル」さん。これまで通いつめた結果でしょうか！うれしく感じたできごとを報告します。

①ボウリング場の入り口に・・・

☆本日のコンペ☆の看板。そこに、インみたかの名前が。なんだか「大会」を意識させられる！

②「ガターレス（レーンの両側の溝にボールが落ちないようにすること）にしますか？しませんか？」

過去にはボウリング場側の不要な配慮で、勝手にガターレスになっていることがありました（インみたか通信27年11月25日発行Ｎｏ.36参照）。今回は、その場で「ガターレスにしますか？」と確認してくれました。

③結果発表は、場内アナウンス！

これまでは、派遣部所長の小林が地声で行っていました。今回は・・・マイクを使った場内アナウンス！ボウリング場のお姉さんが素敵な声で結果発表をしてくれました！　（派遣部コーディネーター：滝美央）

「大栄ボウル」　住所：小金井市本町5－38－36（武蔵小金井駅北口より徒歩5分）　電話：042－383－2351
定休日：なし　営業時間：平日:11:00～23:00　土：10:00～23:00　日祝：9:00～23:00
※障害者手帳を提示すると、割引きがあります。

11月11日（土）喫茶小林開店（家族懇談会）報告

※インみたかでヘルパー派遣を利用している方のご家族を対象に、喫茶店を開店しました！

小林の小さいころからの夢は、喫茶店のマスターになること。…憧れはタッチの南ちゃんのパパです。
11月11日（土）ポッキーの日、その夢が叶う日がきました。13：30、記念すべき開店時間です。
ご来店いただいたお客さま（ご家族）は、7名、皆さま「昔の恋の話」「趣味の話」「日々の話」など、様々なお話に花を咲かされていました。
そうそう“喫茶小林”は、「利用者本人の話」と「ヘルパーの話」はしてはいけないとお店に貼りだしていたので、そんな話は全く出ませんでした！
そんなルールはありましたが、当店自慢のドリンクやフードが、皆さまの話を彩ったのであれば、この上ない幸せでございます。大盛況の下、閉店を迎えられたこと、お礼申し上げます。
残念ながらご来店が叶わなかったお客さま、またのご来店をお待ちしております。
そして、お店の貸切に伴い、全面協力いただきました、グラナダの店主、土屋さま、誠にありがとうございました。
※今回のお店紹介で、グラナダの情報が載っています。　（マスターこと小林）

○月○日　資格がないと・・・

「ヘルパー資格は持っていないけど、ヘルパーをやりたい！」そんな嬉しい問い合わせが毎月1、2件あります。
いつも、その方の希望を聞いて、該当資格を取得できる研修を紹介し、「取得後にまた来てください(^^♪)」とお応えしています。
でも立ち止まって考えると、“資格がないと障害者と出会えない”って、なんだかな～。（続く？）（派遣部所長：小林）

お店紹介　喫茶グラナダ

前ページの喫茶小林でお借りした、優しいマスターと、娘さんが切り盛りするお店です。アットホームな雰囲気で、マッタリ、のんびりくつろげます(^○^)入口は車いすで入るのはちょっと狭くて段差もありますが、気立てのよい娘さんが手伝ってくれます。

喫茶店ですが、フードメニューが豊富で、グラナダスペシャルなるものは、ハンバーグ、生姜焼き、目玉焼きにスープ、サラダ、ドリンク付き、食欲の秋にもってこいのガッツリメニューです（味も美味しい！）。

著名人のファンも多く、お店に行くと「あのお方のサインが」と驚愕します。ぜひ、食べに行ってみて下さい！

（元マスター：小林）

住所：　三鷹市下連雀４－１７－１２
電話：　０４２２－４９－４９５４
営業時間：　月火木金土曜日　11:00～21:30
　　水曜日　11:00～15:00
定休日：　日曜・祭日

★12月にＮＰＯ法人グレースケア機構と共催で、重度訪問介護従事者養成研修を行います。

今回の通信に、上記研修のチラシを同封させていただきました。重度訪問介護サービスは、地域で暮らしている障害者にとって、欠かせないサービスとなっています。しかしそれが故、需要の高まりに供給が追いついていない現状があります。資格をお持ちでない方、資格取得をぜひご検討ください。

重度訪問介護サービスに入れる資格をお持ちの方も、お知り合いでご興味がありそうな方がいましたら、ぜひご紹介いただけるとありがたいです。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

※介護福祉士、実務者研修修了、初任者研修修了、ヘルパー1～3級資格を所持されている方は、重度訪問介護従事者養成研修を受講しなくても、重度訪問介護サービスの業務に従事できます。

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4-15-18-2階
電話　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　派遣部
〒181-0013　三鷹市下連雀4-15-23-Ａ102
電話　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
電話　0422-26-7229　ＦＡＸ 0422-26-7229

募集中！

通信への意見として「内容が重い」「字が多くて読みづらい」などの声をいただきました。今回の号はいかがだったでしょうか。皆様からのご意見・ご感想をお待ちしています。

目次

P1　ぽっぷのページ　「あま～い誘惑」どうすれば･･･
P2　ぽっぷのページ　利用者さんインタビュー
P3　ぽっぷのページ　「なんだかなぁ。」・杏林大学実習生
P4　ぽっぷと派遣部のページ　おでかけランチタイム・映画紹介
P5　法人のページ　リレートーク
P6　派遣部のページ　障害のある人｜障害のない人
P7　派遣部のページ　派遣部の日記
P8　派遣部のページ　お店紹介・研修案内