

# CIL東大和通信 Vol. 13

NPO法人 自立生活センター・東大和  
〒207-0014  
東京都東大和市南街1-22-6 シティコート南街1F  
TEL:042-567-2622 FAX:042-567-2912  
EMAIL:cil-ymt@violin.ocn.ne.jp

暑くなったり、寒くなったり、こういうときは勢いがほしいですね。つということで、



言ってみよう...

なんっちゅうか  
ちゅうか  
冷やし中華!!!

## 内容

- |                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| 1. お花見報告.....                        | 2  |
| 2. 体験室閉鎖のお知らせ.....                   | 3  |
| 3. ホームページリニューアル.....                 | 4  |
| 4. DVD鑑賞会&ご飯会.....                   | 5  |
| 5. エッセイ小日向.....                      | 7  |
| 6. 9月28日 映画上映のお知らせ.....              | 9  |
| 7. 東大和に～、アテさんが～、キター!! ～新アテント紹介～..... | 10 |
| 8. 年間II予定.....                       | 11 |

## 1. お花見報告！！

去る4月5日(土) 東大和南公園でお花見をしました。天候は、文句なしの晴天！！そのことも手伝ってか、32名もの参加があり、大変盛況でした。私たち以外にも、南公園は花見客でいっぱいでした。テーブルを並べて、レジャーシートを敷いて、と準備の人は午前中早くから来て、準備をしてくれていたそうです。お疲れ様でした。

桜は、満開を少し過ぎたくらいの頃でした。ちょうど咲いているものだけではなく、散っている桜も見ることができて、オクでしたね。ご存知の方も多いと思いますが、南公園は大きな公園で私たちの見ていた桜の他に、しだれ桜のようなものもありました。



そちらも大いに楽しみでしたが、料理の方もけっこう楽しみという人もいたんじゃないでしょうか。花より団子って言いますから。まあ、私もそんな一人だったんですけどね。

イエーイ！！

おいしいです☆

当日は、参加者の中の有志の人たちが、豚汁やちらしずしを用意してくれました。差し入れもかなりいただいたようでした。ありがとうございます。

陣取った場所は、一番大きいのではないかと、桜の近くでした。

なので、桜が花吹雪のように散っていたので、桜の花びらが、料理の中に入って、ちらしずしが桜入りずしになったり、たくさん入ってしまったり、それどころではなくなったり、楽しい食事風景になりました。

こんな感じのイベントを定期的で開催していますのでこれからも、ぜひ参加してくださいね





## 2. 自立体験室 STEP 閉鎖のお知らせ

当センターの自立生活体験室 STEP は、2003年から設置し、自立の練習やレスパイトとして活用してきました。自費での活用だったり、都型ショートステイを利用したり、障害者自立支援法の短期入所の指定を取ったり…。しかし、どうしても財政的・人材的な確保が困難になり、残念ながら5月31日をもって、自立体験室STEPを閉鎖することとなりました。今までご利用してくださった皆様、ありがとうございました。

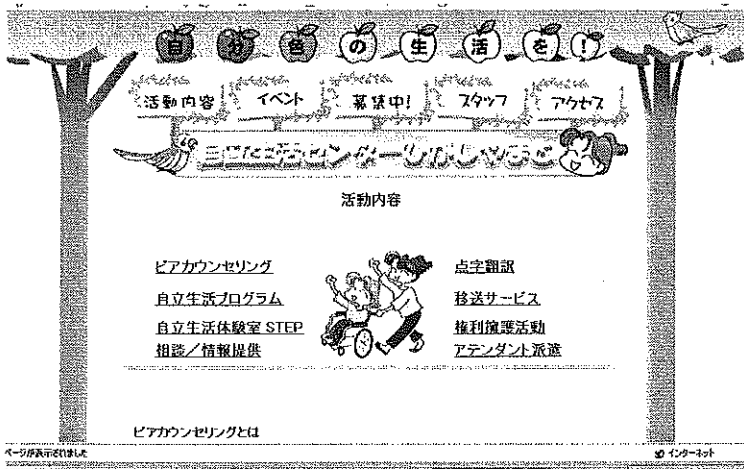
体験室の持ち物を利用者様方にお分けして、きれいさっぱりです。月に一度、体験室ではDVD鑑賞会とご飯会を開いていました。そちらは、引き続き自立生活センターの方でやっていきます。これからもぜひご参加ください。

### 3.ホームページリニューアル～☆

自立生活センター東大和のホームページをリニューアルしましたっ(^\_^)>

いや～、オシャレです。すたいりっしゅです。ところどころにマスコットのポピーちゃんがいたり、スタッフ紹介も新しくなっています。もちろん、肝心の事業内容もしっかり載っております。一度…、といわず何度見に来てくださいね。

ホームページアドレス <http://www.cil-ymt.com/index.html>



このホームページは、あとりえトントンというところに製作してもらっています。あとりえトントンは東大和市にある共同作業所です。主にホームページ制作・データ入力/革工芸/クッキー製造販売等の活動をしています。

アドレスは <http://www.atontonton.com/> です。

## 4. DVD鑑賞会 & ご飯会

### (ア) DVD 鑑賞会

今年度からのⅡプログラムである、「DVD 鑑賞会」の第1回目を、5月22日(木)に行いました。

このDVD鑑賞会は、ほぼ月に1度のペースで開催予定です。障害に関することや、またそれに限らず参加者のお奨めDVDなどをみんなで鑑賞し、感じたことを語り合ってみようという企画です。

第1回目にあたる今回の作品は、山田太一脚本の「車輪の一步」。脊髄損傷の若い男女の物語です。1979年に放送されたドラマで、参加者の方が当時録画した貴重なものです。

交通機関や住宅など、ある程度バリアフリー化されてきている現在とは程遠い30年前の社会。人々の意識もまた、障害者に対しての関わり方が今ほどオープンで無かった時代です。そんな中、このドラマでは家に閉じこもりがちだった少女が、同じ障害を持つ仲間やその周りの人との関わり合いの中で、障害があっても自ら選択し生きていくための一步を踏み出します。

この日の参加者は約10名。ドラマが放送された年にまさしく青春時代を送った人、まだ生まれていなかった人などが入り混じっての鑑賞会となりました。

見終わった後、参加者から「30年前の障害者を取り巻く環境に驚いた!」という意見や「今も昔も大して変わっていない!」という意見も出ました。

同じ作品を見ても感じ方は人それぞれで、意見を交換することで自分の感性も再認識できる楽しい機会となりました。

皆様もぜひ一度ご参加ください!また、鑑賞するDVDも募集しています。

## (イ)ご飯会開催中～

お金を出しても食べることが出来ないお家ご飯、みんなでワイワイ食べたら楽しい！美味しい！そんな些細な気持ちではじまったご飯会。これまでにカレーや餃子、真夏日になった日は冷やし中華と、どこの家でも月に一回は食卓に上るメニューばかり。

もうひとつのきっかけは「ほうれん草半分いる～？」「シチュー作ったけど食べて～」

自立仲間が増えつつあり、食べることの大変さが垣間見えるスタッフ達の会話でした。

これからもホームページや通信などで開催のお知らせをしていきますので、食べるのが好きな人、お酒を誰かと飲みたい人、料理の腕を振る舞いたい人！誰かとじっくり話したい人、ど～ぞお気軽に事務所に乱入してくださ～いっ！



## 5. エッセイ・自立生活 No.2 小日向 一弘

自立し始めてから、半年が過ぎました。ここまで、交渉や生活に慣れることに費やしてきました。市に来てからは、交渉の日々です。当初は、元々住んでいた区と同じく、一日当たり、18時間の介助時間数が認められていました。しかし、家族のもとからひとりでの生活になり、今まで親がみていた部分がなくなりました。

私は、気管切開をしていて、夜間に人工呼吸器を使用する状態なので、24時間誰かが人が必要です。当初、福祉部には、市の出している介護時間数で不足しているのなら、施設に入ってもらえないと言われていました。しかし、私は障害のない人と同じように、自分で選んだ場所で地域生活をしていきたいという気持ちがあり、負たくありませんでした。基本的には、東大和市障害福祉課との交渉で足りない時間数を確保していく方向で、話し合いを重ねていきました。それでもなかなか時間数は増えませんでした。足りない部分を生活保護の制度等で埋めたり、訪問看護を使うことが提案されたりした後になんとか、月で19時間を勝ち取ることができました。

自分で頑張ることも大切でしたが、周りから得られたサポートがとても大きかったと思います。自立生活センターのスタッフの人が一緒に会議にでてくれたり、相談にのったりしてくれなかったら、途中であきらめてしまっていたかもしれません。やっぱり自立生活を始めるとか続けていくには、先輩や、同じように自立をしたいと思っているような仲間が必要なんだと思いました。また、自分が選んで自分がやるんだというモチベーションを持ち続けていくことが必要でした。ほかに、サポートしてもらって行く中で、いろんなことがわかりました。できるかできないかよりも、自分がどうしたいのか決めなければ何も動き出さないこと、そうすれば周りにはできる限りの協力をしてくれるということです。

肝心の生活の方は、何を食べるか、何時に起きるか・寝るか、どこに行くか自分で決められる、そういう自由を手に入れました。でも、自由があるということはその分だけそれを自分で管理しなければいけないということです。何を食べても良いが、何を食べるかは決めなければならない、何時に寝ても良いが、遅ければその分次の日に響くといったように。でも、なかなか最初は難しいので、あまり細かいところまできっちりとはやっていません。料理は何を作るか考えるというより、食材を適当に買って置いてできるものを作るし、洗濯は部屋干しにして放っておくという感じです。

また、電動車イスの背もたれが故障したり、人工呼吸器のアラームが夜間鳴りっぱなしになったり、体調を崩したりとトラブルが発生していました。管理が一人で出来ないことは、

それぞれの機器の業者に連絡を取って対応しました。中にはなかなか原因が分からず、寝不足になったこともありました。

そういう風にしてなんとか生活することができている。といった感じです。徐々にいろいろとできるようにしていきたいです。

また、生活をしていく中で、サポーターである、介助アテンダントの人との関係作りが大切なのだと思いました。

最近、数名の新しいアテンダントが介助を始めました。介助の経験は全員ありません。初めてアテンダントをする人には、いろいろな事を教える必要があります。介助のやり方やスタンス、自分の生活と健康状態について等、さまざまです。つい1,2週間前に初対面だった人と関係を作っていきます。それは介助の仕事をいままでやってきている人でも同じで、利用者が変わればその人との関係は、1からスタートです。

一方通行ではなく、どうすればお互い快適に介助ができるのかを考えるのは大変だったりします。アテンダントの考え方や生活暦が一人ひとり違うので、何かをしようとする際に、私との行き違いや軋轢も生まれていると思いますが、それを解決していくのも自立というものなのかもしれません。

こんなことを考えながら、日々は続いていくのでした…。つづく？





## 6. 映画上映会のお知らせ

自立生活センター東大和は、東大和障害福祉ネットワークの団体のひとつですが、この夏、東大和障害福祉ネットワークで映画の上映会を行うことになりましたので、ご紹介します。

開催日時:2008年9月28日(日) 午後1:30開場、午後2時 開演

開催場所:東大和市民会館 ハミングホール 大ホール

題目:「筆子・その愛 ～天使のピアノ～」

<http://www.gendaipro.com/fudeko/index1.html>

社会福祉がない時代に、知的障害児と一緒に歩み、差別と闘った女性の話です。

石井筆子さんは、幕末に長崎県大村藩士の娘として生まれ、その美貌と知性で鹿鳴館の華と呼ばれたほどでした。そして、彼女は津田梅子と共に女性の教育と地位向上に力を注ぎました。しかし、最初の夫・小鹿島果との間に生まれた三人の娘はいずれも知的障害や病弱である上、夫を若くして亡くすといった経験をします。後に、日本初の知的障害児施設・滝野川学園の創始者・石井亮一と再婚し、障害児福祉に尽力しました。

一般の映画館では上映しておりません。

チケットは自立生活センター東大和で取り扱っておりますので、是非この機会をお見逃し無く！



<お問い合わせ>

東大和障害福祉ネットワーク(代表:海老原)

TEL:042-567-2622(自立生活センター東大和内)

## 7. 東大和に～、アテさんが～、キター！！

### ～新アテナント紹介～

5月から待望の新人アテナントさんが入ってきました。このコーナーでは、自己紹介をしてもらおうと思います。白石さん、高橋さん、平石さん、宮下さんの四人です。

張り切っていきましょ～。

こんな感じで聴いてみました～っ！！

①名前、②私をいきものに例えると、③私はたべものに例えると、④私を家電製品に例えると、⑤私のちょっとグーなところ、⑥意気込み

#### Entry No1 ① 白石結子さん

- ② コアラ みたいな人です。それは、家にいる時はほとんど寝ているからです。
- ③ 豆腐 みたいな人です。それは、打たれ弱くて、すぐ崩れるからです。
- ④ 炊飯器 みたいな人です。それは、(ア)できることは少ないけど、アイデア次第で色んなことを成し遂げるから、(イ)熱すると冷めにくいからです。
- ⑤ おやじにはモテます。
- ⑥ 未経験の世界ですが、楽しく働きたいと思います。色んなことを勉強できればと思います。

#### Entry No2 ① 高橋正宏さん

- ② 猿 みたいな人です。それは、見た目(顔)がモロに猿だからです。
- ③ モヤシ みたいな人です。それは、モヤシみたいに細いからです。
- ④ 電気ストーブ みたいな人です。それは、若干時代遅れだからです。
- ⑤ 笑いのツボが浅いので、よく笑えます。
- ⑥ 前向きにがんばっていきたいと思います。。

#### Entry No3 ① 平石淳之介さん

- ② イノシシ みたいな人です。それは、前しか見れないからです。
- ③ 煮物 みたいな人です。それは、いろいろやって自分が飽きないようにするからです。
- ④ テレビ みたいな人です。それは、チャンネルを回すように仕事もあっちこっちにいたりするからです。
- ⑤ 自分ではよく分かりません。
- ⑥ やる気は誰にも負けない。

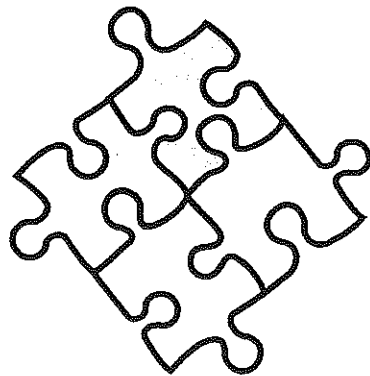
Entry No4 ① 宮下賢一さん

- ② タスマニアデビル みたいな人です。  
それは、小物のくせに態度がでかいからです。
- ③ チョコレートケーキ みたいな人です。それは、大好きだからです。
- ④ 電子レンジ みたいな人です。それは、あっという間に hot になるからです。
- ⑤ 一緒に居ると楽しいよ！！
- ⑥ 東大和には宮下がいると言われる様にガンバリマス！！

利用者の皆様、新しいアテンダント共々、これからもよろしくお願ひします。

## 8. 年間Ⅱ予定

- 6月 鎌倉・江ノ島ツアー
- 7月 BBQ@庭
- 8月 お散歩会(府中花火)
- 9月 親プログラム
- 10月 市民講座:成年後見制度
- 11月 福祉祭  
映画「筆子・その愛 ～天使のピアノ～」
- 12月 蒔大ご飯会
- 1月
- 2月 お散歩会
- 3月



鎌倉バスツアーが好評だったので、秋にまた行っちゃうかも！？

※この予定のほか、毎月一回、DVD鑑賞会 & ご飯会、公民館での市民向け「なんでも福祉相談」を行っています。

## 編集後記

今回、編集にあたった小日向と申します。お初にお目にかかる方もいらっしゃると思いますが、エッセイのほうでは前号から登場させてもらってます。現在一人暮らし8ヶ月目で、CIL 東大和で研修中です。初めての編集ということで、不慣れでバタバタしましたが、東大和通信13号、出来ました。長らくお待たせしました。

梅雨に突入しましたね。これから、カッパ着るのが大変だったり、「洗濯物、乾かないんだろうなあ」と思ったりしますが、気持ちはスカッといきたいですね。体調には気をつけてジメジメを乗り切っていきましょう。

かいひのうにかう ねが  
 <会費納入のお願い>

えぬびーおーほつじん じりつせいかつ ひがしやまと みなさま かいひ うんえいしきん  
 NPO法人 自立生活センター・東大和は皆様の会費が運営資金となっ  
 ております。こんご しょうがい も じぶん ちいせいかつ おく  
 今後も障害を持っていても自分らしい地域生活を送るために  
 ひつよう、さまざま ていぎよう きょうりょく ねが  
 必要な様々なサポートを提供していくためご協力をお願いいたします。



こじんかいいん えん くち  
 個人会費: 3,000円/1口  
 さんじょかいいん えん くち  
 賛助会費: 3,000円/1口  
 ぐんたいかいいん えん くち  
 団体会費: 10,000円/1口

うけつけじかん  
 <受付時間>

へいじつ  
 平日9:00~18:00

\* 緊急連絡はいつでもつながります \*

NPO法人 自立生活センター・東大和

〒207-0014

とうきょうとひがしやまとしなんがい なんがい  
 東京都東大和市南街1-22-6 シティコート南街1F

TEL: 042-567-2622

FAX: 042-567-2912

EMAIL: cil-ymt@violin.ocn.ne.jp

http://cil-ymt.com/

