

**SSKR**

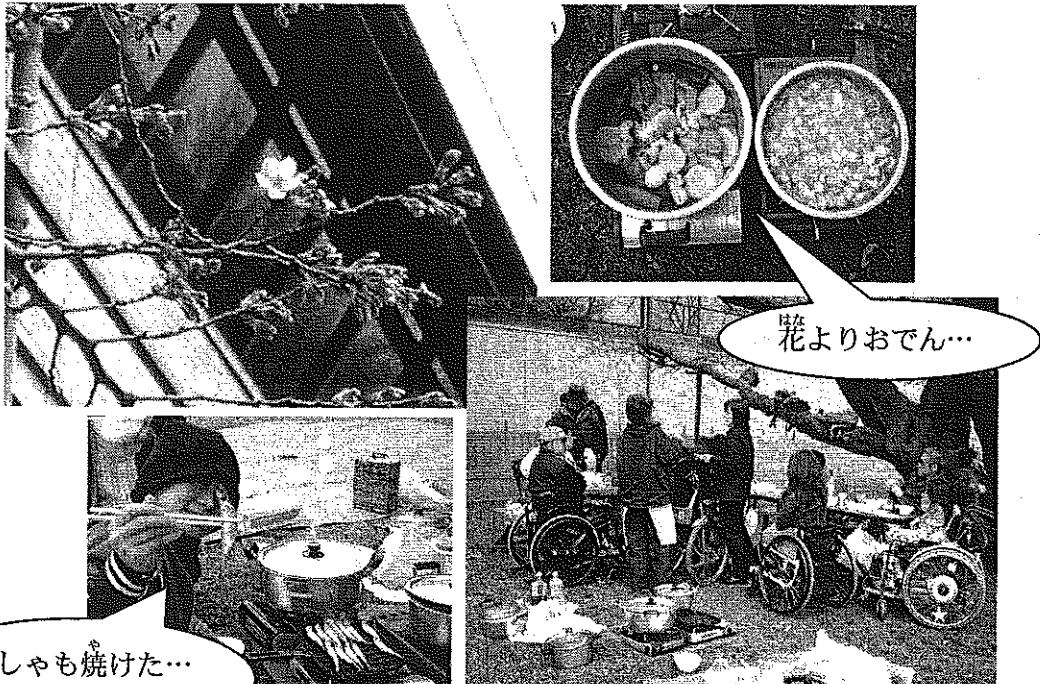
# CEILAND 大和通信

第9号

編集 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1-8-12 ドエル東大和1F  
TEL:042-567-2622 FAX:042-567-2912  
EMAIL:cil-ymt@violin.ocn.ne.jp

発行所 東京都世田谷区砧6-26-21  
障害者団体定期刊行物協会 定価100円

はる させふ かさぎ こころ カル  
やっと春うららな季節となってきましたね。重ね着が減つくるとなんだか心も軽くなります。



開花予報を見ながら設定したつもりだったのに、後の方になってだんだん開花が遅れるとの話があり。花、咲いてなかったけど、利用者さんのお母様に手伝って(しきって?)もらったおでんと豚汁おいしかったし、まあよかつたよね??ご協力いただきました皆様、どうもありがとうございました!

# ベトナムからの研修生登場!

さくねん 昨年もバングラディッシュからミスティーが1ヶ月間CIL東大和での研修を受けましたが、今年  
 もベトナムからカン・フー・ロー・ニュインさんが来てくれました☆カンさんはダスキンの事業、「アジ  
 ア太平洋障害者リーダー育成事業」の6期生で、ポリオの女性ですが、本当に活発で、好奇心  
 旺盛で、ユニークでやさしい人でした。3月に開催したグランドデザイン勉強会のときも、  
 受付嬢を果たしていただきました(笑)。そして!カンさんがベトナム料理会に招待してくれました!  
 フォー風スープから、ベトナムカレーから、生春巻きから、渡りガニのソース煮から、最後はベ  
 トナムプリンまで作ってくれました!おいしかった…。  
 日本料理としてたこ焼きをやってみたいというリクエスト  
 にお応えして…。

カンさんから東大和での研修の感想をいただきました。



はじめまして、ダスキンの6期生のカンともします。私はベトナムからきました。よろしくおねがいします。

2004年9月から私は日本に来て、リーダーシップ研修しています。私の障害はポリオです。

そして車いすを使っています。

私はホチミーン市の障害者の団体のメンバーです。バリアーフリー(barrier-free)や障害者のためのサービスやピアカウンセリング(peer counseling)など勉強したいです。国でそのサービスがあまりありませんから、いろいろな経験がほしいです。

今年の3月14日から25日まで、私は東大和自立生活センター(CIL)で研修しました。東大和CILは4年たっています。私は事務所で田渕さんと宏美さんと井上さんによくCILのことを話したり、勉強したりしました。

宏美さんにILPやATTENDANのサービスや資格について話してもらいました。そして、ほかのプログラムも一緒にやりました。たとえば、障害者の家に訪問、市役所訪問、デモのこと。。。田渕さんが障害者のスポーツをやつた時、私も来て見学してもらいました。アーチェリーや日本の大太鼓などやってみました。時々、CILスタッフと一緒に遊びに行きました:ボーリングと富士山

見学。。。

センターで井上さんが移送サービス(タクシー)をやっていますから、私も井上さんにそのサービスをお話してもらいました。グランドデザイン勉強会でMainstream Associationの佐藤さんに会って、聞きました。3月18日に厚生労働省の前に日本のデモのことも参加しました。

毎月の25日に東大和CILで散歩会があります。今回みんなたちSCIENTIFIC MUSEUMへいきました。面白かったです。

2週間東大和CILで本当によかったです。私は日本の障害者の生活をもっと来て見て、もっとわかりました。どこでもみんな一生懸命生活をつくっています。がんばりましょう！

どうもありがとうございました。また会います！

## 和田吉のつぶやき

介助を使いながら一人暮らししていくことはとても大変なことです。利用者たって気を遣うし、我慢もします。それをアテンダントにうまく伝えながら人間関係、信頼関係を構築していくのですが、ある利用者さんから、そんな葛藤のつぶやきをいただきました。

××さんについて

2年半年が過ぎようとしている。ああ、言語障害なればいいのに  
なー。思った。私がもういや。生きていいくなんているちに、また本当に  
事件がやってきた。つまんないことなのに、話を大きくなるはなぜー。腹  
が立つ腹が立つ。??????!!!!時間どうりにはできない。私  
は、そんなのもーいや。買い物をかいにいく、アテ人がことわいで籠  
の中に入れる。またアテ人がことわる。私は心の中で、こうゆうにつぶ  
やいた。「私の分だけでいいのなー？」とつぶやく。計画性がない。  
自立自立って50回ほどいゆー。ごはんときは長いすぎしる。日曜日な  
ると、時間がわからないよー。??????!!!!!!、お菓子なん  
てさ、あんまり食べたない。お腹がすいた。なんにもいわないようにして  
る。[2005年2/30] ××さんがAわくだけ、9から5時だけいいで  
すか？私はかんえる。もういや。もういや。緊張されるとお腹すぐでし  
ょう。あめを1口の中にいれてね。むり。ほかの両者ゆっているそー。

# GDA会議開催

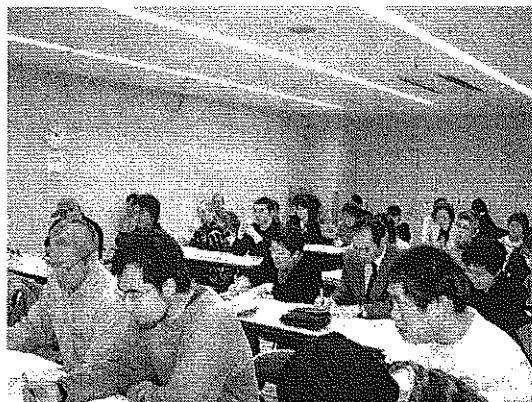
さる 3月23日に市内の向原市民センターで、支援費制度の改革案「グランドデザイン案」についての勉強会を行ないました。講師として、西宮の自立生活センター「メインストリーム協会」の事務局長であり、全国自立生活センター協議会の常任委員でもいらっしゃる佐藤聰氏にお願いしました。あいにくの天気で、当事者の方の参加キャンセルが相次いたことが残念でしたが、顔なじみの方以外に、地域の親の会や聴覚障害者協会の方、社協の方の参加などがみられ、



参加者は30名を超みました。これがきっかけになり、地域とのネットワークにつなげていけたらなあと思います。

それにしても、グランドデザイン案には問題点が多くあります。生活の質「QOL」を考慮せず、介護保険と同じように日常生活動作「ADL(体がどれだけ動くかなど)」をベースにした支給判定、生活

保障以前の自己負担(応益負担)の導入、上位付の義務的経費化、長時間利用者に対する包括払いの検討、移動介護だけ措置制度に逆戻りする可能性…。そして、なんと言っても、障害者の地域生活にとって不利の何物でもないこれらの物事が、「国の財源不足」というたったひとつの理由によって正当化され、当事者の意見を聞くこともなく、まれに見る迅速さで押し通されそうとしています。この流れに抵抗できるのは、私たち当事者だけです。「どうせやつても国の決定には逆らえない」と思っている人もいるかもしれません、なにも努力しないで流されてしまうのと、やるだけのことはやっておくのとでは気持ちの持ちようが全然違うのです。どうか人事で片付けず、一緒に闘っていきましょうね☆

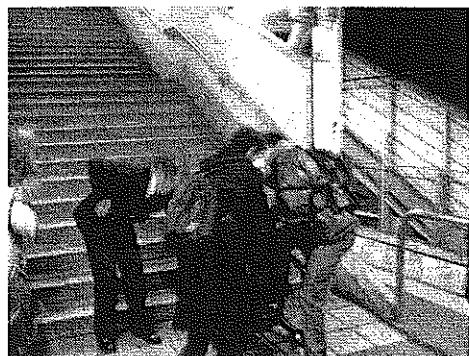


# お散歩会実績☆

2月から始まったお散歩会。（「フルースの会」と名づけてみたところ、「分かりにくい」「ぴんとこない」などの意見に阻まれ(T.T)、何かいい名前が現れるまでは文字通りお散歩会のネーミングでいくことにしました。）今まで福生や小平の六都科学館などに行きました。



福生の有名なイタリアンレストラン  
「ニコラ」前に



エレベーターのない牛浜駅では周りの人にてつだ手伝ってもらいました。

毎月25日開催ですが、その日何をするか、どこへ行くかは、当日メンバーが集まって話し合ってみんなで決めます。是非いろんな希望を持ってお集まりくださいね。

# 2005年度自立生活プログラム

昨年度は利用者の方にもプログラムの企画、準備などに参加していただきました。今年もそれを発展させ、どんどん仲間を引っ張ってきていただきたいと思います。そこで、今年のILのテーマを「手をつないで2歩前進！」とし、更に盛り上げていこうと思います☆

以下は今年度ILPの年間予定表です。すべてしっかり楽しい企画にしていきたいと思いますのでぜひご参加くださいね！

4月	2日：お花見	9月	言語障害ILP（シリーズもの：5回程度）
5月	とことんデモ	10月	言語障害ILP（シリーズもの：5回程度）
6月	4日：バーベキュー	11月	5~6日：ピープルファースト全国大会参加希望 ひがしやまとしふくしまいしゅつてん 東大和市福祉祭出店 とうきょう 東京ディズニーランドツアー
7月	14~16日：愛知万博宿泊IL	12月	17日：クリスマス会
8月	すいごくかん 水族館ツアー	1月	第2回グランドデザイン勉強会(?)

別紙ビラもご参照ください！

## 体の掃除・お酢力



長かった今年の冬も終わり、春の桜も盛りも終え、五月の空に鯉のぼりが泳ぐ季節となりました。冬の寒さも乗り越えた体に少し疲労がたまついませんか?こんなとき、アルカリ性食品である「酢」を使った料理の定番、なますを今回のレシピとしてご紹介いたしましょう!食物繊維が多く、アルカリ性食品の代表格であるなますで体調不良の身体を整え、これから梅雨に向けてそなえましょう。

**材料(2~3人前)**

大根:1/2本

人参:1本

レンコン:1/2節

鷹の爪:5本

ゆずの皮:少々

きくらげ:白・黒各5g

こぶ茶:適宜

<合わせ酢用の調味料>

酢:1/2カップ みりん:1/2カップ 塩:小さじ1/2 水:大さじ1

\* 塩と水の加減はご自分でどうぞ(塩の代わりにこぶ茶でもおいしいかも☆)

<作り方>

① 材料を軽く洗う。

きくらげは30分程度水に漬けて戻しておく。

② 大根・人参はマッチ棒

せんぎ 大根・人参を

くらいの太さに切りそろえておく。

ボールに入れ、塩を混ぜる

レンコンは0.3mmくらいの薄さ

(中さじ1杯の塩とその半分のこぶ茶を

に切り酢にさらす。

混ぜておく。)

(シャキシャキ感を残すためにふんわり混ぜましょう!)水分が出てきたら、この水分を切り、

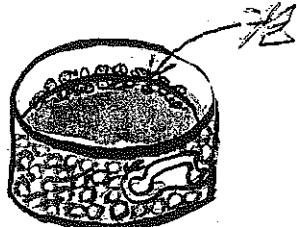
ざるにあけておきましょう。(強く握ったりしないでね!)



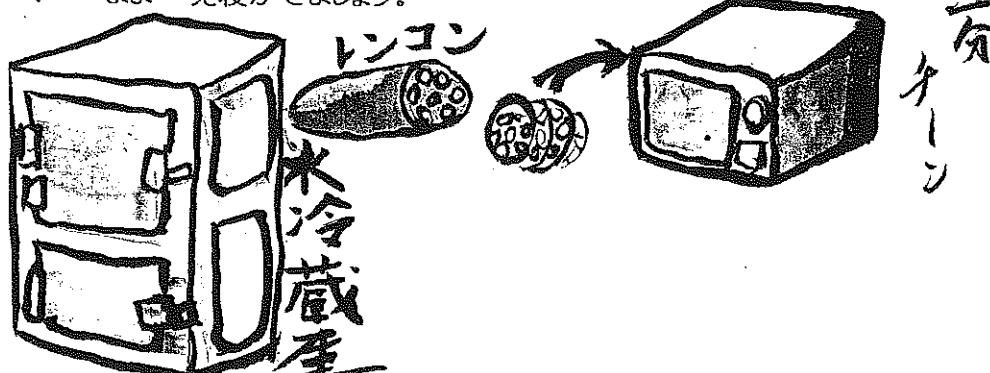
- ④ 合わせ酢の作り方：鍋に<合わせ酢用の調味料>を入れ中火にかける。  
鍋の内側に小さな泡が出来たらすぐにはずし、鷹の爪・ゆずの皮を入れる。  
粗熱を取ったら、別の器に移してラップをして、冷蔵庫に入れておく。

<分量> 酢：1/2カップ ミリン：1/2カップ  
塩：小さじ1/2 水：大さじ1

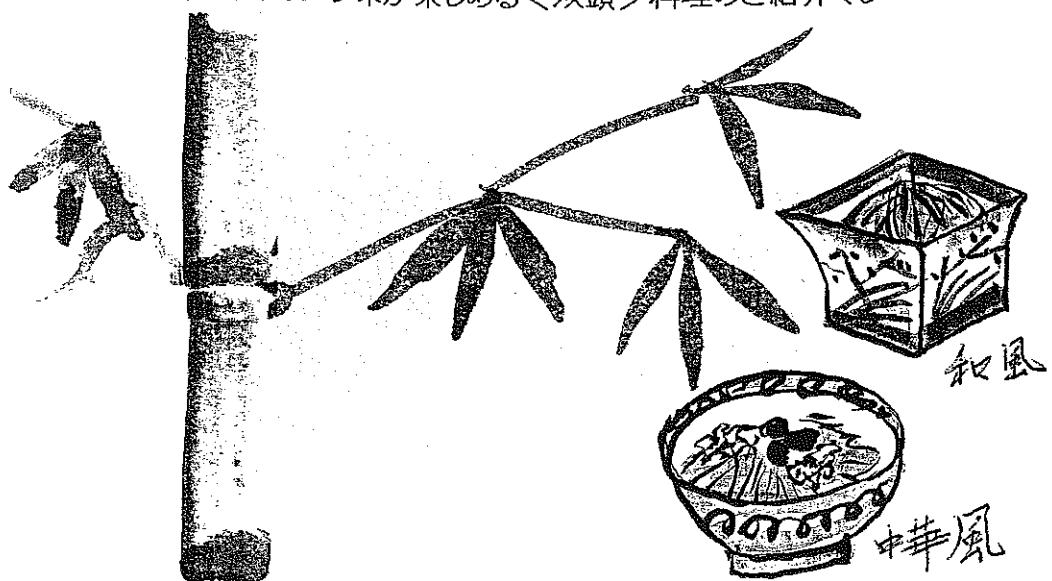
(塩と水の加減はご自由に(こぶ茶を入れてもおりいいかも)



- ⑤ レンコンをレンジに2分かけ③と混ぜる。それを合わせ酢に入れて、再びラップして冷蔵庫に。  
そのまま一晩寝かせましょう。



- ⑥ 次の日、そのまま盛り込めば「純和風」！これにきくらげを混ぜ合わせた上に、  
千切りきゅうりを加えてごま油を少々たらせば「中華風」！  
同じ材料で2つの味が楽しめる<双頭>料理のご紹介でした☆



(画文) 繼作



# 障害者自立支援法に待った！

皆さん、もうすっかりご存知だと思いますが、5月の連休明けから、国会で障害者自立支援法の本格的な審議が始まっています。1度審議会を傍聴に行きましたが、議員の質疑に対する尾辻大臣や塩田部長の答弁は、「障害者の皆さんに負担がかかるないようきめ細やかな対応をしていきたい、障害者の皆さんも助け合ってやっていって欲しい。」というあいまいな答えばかりで、核心に迫れない状態でした。あまりにも他人事のような態度に腹が立ちます。12日の全国大行動の日には、全国から8000人が厚生労働省前に集合しました。(東大和近辺から参加してくださいさつの方、ありがとうございました！)厚生労働省の人にもこの当事者の切実な気持ちを少しでも共有してくださる余裕があれば、日本の福祉もぐっと躍進するんですけどねえ。

とにかく、今は国会にプレッシャーをかけ続けることが大切です。東大和でもビラまきなどやっていきます。今月いっぱい障害者の自立生活の行方が決まってしまいますので、皆さん命がけで頑張りましょう！





2004年度をもって、コーディネーターだった森真太郎さんが、宮城のCILで働くためCIL東大和を去ることになりました。森さんから挨拶をいただきました。

利用者の皆様、アテンダントの皆様、いつもお世話になっております。さて、私、森真太郎は3ヶ月にてCIL東大和の職を辞することとなりました。私自身大変未熟者ゆえ皆様には多くなるご迷惑をお掛けいたしまして、この場を借りて改めてお詫び申し上げると共に熱く御礼申し上げる次第です。2年半前に東京の地に初めて足を踏み入れ、自立生活センターのスタッフになったわけでございますが、始めは戸惑うことばかりで四苦八苦していましたが、ここまでやってこられたのは、ひとえに利用者さんの暖かいご理解と、アテンダントの方々のご協力あってのものであるとも思っております。去る者の戲言として一言申し上げることをお許しください。ご存知のように今日の福祉政策は危機的状況にあります。国は財政が厳しいという1点で言葉巧みに都合のいいように作り上げていく気マンマンで団体がこぞって抗議をしていせんが、世論が高まれば国は改めてなのですが利用者の今使っている制度のことをしつけ止めいただきたいのです。いても中身は不十分なところ障害者が地域で当たり前の何十年も当事者の方々がえる血の滲むような運動をし制度が創り上げられてきたのやなく、身体、知的など障害のじぶんのこととして捕らえて、一緒に頑張って(戦って)いきましょう。ただ、できあがったものに「のつかっている」場合ではないというのが私の本音であります。アテンダントの皆様についても同じことが言えると思います。介助という仕事で自分の生計を立てている方も多いと思いますが、なかなか登録介助者としてだけの仕事では「食べて」いくのは大変でしょう。ですので人材を利用者のために確保していくように努力しなければいけない責務を行政も事業所も負っていると思います。その辺りはCIL東大和においてはきっといい方向性をだせるように日々努めていると申し上げておきます。介助の仕事は大変なことは多いけど本当にいい仕事であると自負します。その仕事



がんばって頑張っていただいているアテンダント一人一人に感謝の気持ちでいっぱいです。そこでまたまたお願ひがあります。「当事者意識」というものがあるのですが私自身仕事をしていて本当に重要な要素だなって感じています。私もアテンダントの皆様も障害者じゃないですよね?でも、できる限り意識して欲しいなって思うのですよ。当事者の気持ちになって…なんて格好のいいことを言うつもりは毛頭ありません。しかし、わずかでも「当事者意識」というのがあれば今の社会はどうなっているのか→制度は→「変えなきや、このままではだめ」→成果(当事者が地域で暮らせる、それに携わる者たちの生活も保障される)といった流れになる可能性もあると思うのです。もちろん私が述べたのはかなり楽観的で現実味は薄い行程かもしれません。少なくとも健常者のアテンダントの意識が高いことは様々な面でいい影響があると思います。現場の介助にだってきっといい感じになるんじゃないでしょうか?利用者さんは一人一人が皆さんものすごく努力されています。それに負けないくらい、あるいはそれ以上にアテンダントの皆さん自己的努力をしていただけたら幸いです。さて、いろいろと生意気なことも申しましたが苦情のお問い合わせは宮城県のCILへお願いします(笑)難しいこととすら書きましたが、その先には一人一人が充実した生活を送っていただければと…その一言に尽きます。皆様のさらなるご活躍とご発展を東北の地より祈願いたし、私の挨拶とさせていただきます。2年半という短い間でしたが本当にありがとうございました。

代わりまして、新しくCILのスタッフとなりましたのは、バングラディッシュ帰りの新井さんと、今までアテンダントとして活動していましたが今回めでたく(?)スタッフ入りしました坪田さんです。ご挨拶をどうぞ。



こんなちは。新しく? CIL東大和の仲間入りを果たした坪田真美と申します。  
忍者ハットリ君のケムマキ(ゴリじゃなくてアニメの方)知らない方ごめんなさい。)に似ているということでケムと呼ばれています。みなさんも気軽にケムと呼んでください。  
「新しく?」←とつけた理由は、私はCIL東大和でアテンダントをして4年に入ったところで、4月1日からめでたくスタッフとなりました。ですのでCIL東大和歴は古めです。ですが、スタッフとしては新人で、まだまだ発展途上ですので頑張っていこうと思います。よろしくお願いします。これから暖かくなり、CILでの勉強会、イベント盛りだくさんになってくると思います。一緒に参加して盛り上がりていきましょーね。よろしくです、なにとぞ。

アッサラーム アライクム、ショバイケ。

やくみな  
訳》皆さん、アラーの神にご加護あれ。

はじめまして。新井康之です。2月からCIL東大和で働いています。果汁100%ピュアな日本人です。CIL東大和で働き始める前の2年間、青年海外協力隊員という開発途上国の発展のために日本の若者が汗を流すというプログラムに32歳というハローワークでは中高年のカテゴリ一に類する微妙な年齢で応募し、バングラデシュで活動をしてきました。活動つていっても、立つているだけで汗がダラダラ垂れてくるモンスーン地帯のバングラデシュで井戸を掘っていたわけではありません。活動は、《ポリオ(小児麻痺)根絶計画》予防接種の啓蒙活動でした。公共広告機構の宣伝で「うえもんが、「あと、もう一ちょっとなんです。ポリオ撲滅まで」と募金を集めているのをご存知ですか?あれです。あれ。バングラデシュではクソ田舎の村々へ道なき道を突き進むスズボン根ドラマのようなことをしてきました。過ぎ去りし日々をちょっと懐かしみながら、皆さんにバングラデシュの日常語であるベンガル語でちょっとご挨拶を試みました。お茶目でしょ。

協力隊参加前はニュージーランドで1年、イギリス北部スコットランドで2年を日本でも名が知られているルドルフ・シュタイナーさんの知的障害者共同体で生活していました。こちらの方が僕のイメージに合っておしゃれですね???.以上が20代後半から30代前半にかけての私の経験です。

今後の抱負としましては…森さんの引継ぎなのですが、事務所の平均年齢を、また、上げてしまったので、少なくとも気持ちだけは若さを保つつつ、誰からも信頼されるコーディネーターになれるよう努力します(まあ、楽しきりやいいか)。実務経験が乏しい右も左もわからない新参者ですが、かわいがってやってくださいね。宜しくお願ひします。



## &lt;会費納入のお願い&gt;

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。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。



個人会員: 3,000円／1口  
賛助会員: 3,000円／1口  
団体会員: 10,000円／1口

## &lt;受付時間&gt;

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  
東京都東大和市南街1-8-12ドエル東大和1F

TEL: 042-567-2622

FAX: 042-567-2912

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



# 愛知万博 行こう

今話題の愛知万博。自然と科学が融合した不思議なスペースに繰り出しませんか？？私たち初の試み、宿泊を伴ったILPです☆ なんと！名古屋のCIL、AJUのご協力をいただき、現地の障害を持った人の自立生活の場に1泊ホームステイを企画調整中です☆是非この機会に、友達の輪も広げちゃいましょう！！

日時：2005年7月14日（木）～16日（土）の2泊3日☆

場所：立川駅に集合（9時）

みんなで東京駅から新幹線に乘ります。

参加費：ひとり40,000円（アテンダントは28,000円）

(往復新幹線代、宿泊費、3日目の朝食代、万博入場料、保険料込み。

その他は実費となります。)

定員：8名

申込期限：6月17日（金）

## スケジュール：

7月14日—東京駅から名古屋へ。名古屋AJU訪問。各ホームステイ先へ移動。

7月15日—各ホームステイ先から移送にて愛知万博会場に移動。

夕方から移送にてホテルへ移動。

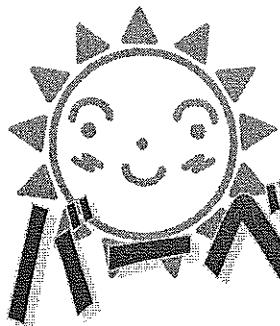
7月16日一名古屋から東京へ新幹線にて移動。東京駅にて解散。

\*その他詳細は検討・企画中です。

\*アテンダントの必要な方は、支援費を宿泊に利用できるのか、各自治体に確認する必要があります。参加を希望される方はご相談ください。

NPO法人 自立生活センター・東大和  
(担当:海老原)

TEL:042-567-2622 FAX:042-567-2912



「キラ～に行こう！」

なんだか暖かかったり寒かったりする日が続いておりますが、皆様風邪など引いていませんか？？ 今年も、みんなでわいわいとバーベキューに繰り出しましょう！

日時：2005年6月4日（土）

12:00～15:00

場所:秋川橋河川公園

東京都あきる野市留原 813

TEL: 042-596-5122

電車:JR武藏五日市駅から徒歩5分

\* 現地集合。

\* 駅から会場まで一部急勾配がありますので  
ご注意ください。

参加費:ひとり2000円(小学生以下1000円)

申込締切:2005年5月30日(月)

\* 必ず事前にお申込ください。

- ☆ 飲み物持ち込み歓迎
  - ☆ 雨天中止(当日の朝連絡します)
  - ☆ 会費は当日回収します



NPO法人 自立生活センター・東大和  
(担当:田淵・井上)

TEL:042-567-2622 FAX:042-567-2912

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