

SSKR

# CIL 東大和通信

第49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 1-22-6  
シティコート南街 1F

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

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

発行所 東京都世田谷区祖師谷 3-1-17-102

障害者団体定期刊行物協会 定価 100 円

## 謹賀新年

昨年は、自立生活センター・東大和の25周年の節目のイベントを行う事が出来ました。イベントでは市内や近隣市で一人暮らしを始めた人、これからやってみたい若者を中心に、自立するまでのきっかけや今の生活について語ってもらい、未来に向かって希望に満ちた会になりました。25年という節目の年を迎えられたのも、これまで、利用者さん、アテンダントさん、地域の皆さんの応援があったからこそと感謝の気持ちで一杯です。

改めてこの場を借りて御礼申し上げます。

さて、今年も午年ですね。それも60年に一度の丙午だそうです。丙午は迷信まがいの話が多くその年は出生率も低かったようですが、一方で競争相手が少ないので就職に有利だったそうです。

馬はエネルギーに満ちて飛躍の象徴ともされているので、何かを始めてみるには良いかもしれませんね。

皆さんにとって今年一年が、豊かで実り多い一年になりますように。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

## （社福）幹福社会 東大和事業所所長交代のご挨拶

皆様

本年もどうぞよろしくお願い致します。

さて、この度 幹福社会 東大和事業所 所長職を、前任の田淵規子より引き継ぐことになりました 佐藤英樹と申します。

障害当事者が地域で安心して暮らしていける様に、アテンダント派遣業務を通してこれからもCIL 東大和と二人三脚で歩んで参りたいと思います。皆様には是非お力添えを頂きたく、私の挨拶とさせていただきます。

1. 新年のあいさつ・幹所長就任の挨拶	6. 西武鉄道との話し合い
2. 防災プログラムを行いました	7. 会員コラム
3. JIL ユース勉強会	8. 今後の予定
4,5. バリアフリーリーダー養成研修 in 愛知	

注目!

## 防災プログラムを行いました

10月～11月にかけて、防災プログラムを開催しました！

今回は事務所がある「親和自治会」で防災部長をされている大村賢さん、高田宗臣さんにお越しいただき、〈地域のリスクを知る、火を出さない備え〉〈日常備蓄とトイレの備え〉〈災害時の情報共有と「共助」活動〉の3回に分けて、お話をいただきました。



災害に備えることへの関心はあっても、何を準備する必要があるのか…ということについて、具体的なお話を聞くことができました。

その中で、今後私たちが考えていくべき課題として、以下のようなことも挙がりました。

- ・自治会や避難所では、様々なニーズをもつ方へ目が届かないかもしれない。女性や障害がある方、日本語が理解しにくい方など、多様な状況に対応できる体制が必要
- ・近所付き合いも大切
- ・(非常用電源など)お金がない人のための備え
- ・食べ物が身近にあると、食べたくなくなってしまう方などの備え

今、障害福祉サービス事業所では必須となっている「業務継続計画(BCP)」は、当事業所でも作成していますが、災害時にどう連絡を取り合いながら安全を確保していけるかということについて、皆さんと共有しながら、具体的に考えていく必要があると感じました。

今回は1回あたりの人数がとても少なく(皆さん関心のあることだとは思いますが…)、最終日、11月15日(土)に予定していました「そなエリア」見学は中止となりました。残念…(>\_<)



今後もみんなで考え、行動にうつしていくことが大切なテーマだと思うので、今回ご都合がつかなかった方も、ぜひ次回以降ご参加いただければと思います！

## 差別事例勉強会に参加しました



11月6日に行われた JIL ユース&ニューフェイスプロジェクト主催のオンライン学習会「障害種別による差別事例勉強会～様々な差別事例を知ろう～」に参加しました。(國井)

今回は「恋愛・結婚・出産・育児のリアル」「身体・言語・知的障害×女性のわたしのこと」といった2名の講師の実体験のお話と、参加者同士のグループワークが行われました。

### 【プログラム内容】

14:00~14:05 開会のあいさつ	・ A さん
14:05~14:40 A さんの話	SMA 夫と息子の3人家族
14:40~14:50 休憩	SMA の発信活動を行っている。
14:50~15:35 B さんの話	・ B さん
15:35~15:45 休憩	脳性麻痺
15:45~15:50 グループワークの説明	身体障害、言語障害、知的障害と付き合っ
15:50~16:25 グループワーク&共有	て生活している。
16:25~16:30 閉会のあいさつ	

お2人のお話を聞いて、感じたことは、大きく2つあります。

まず、A さんのお話では、「当事者にとっての当たり前が、彼にとっては差別だった」という言葉が心に残りました。

たとえば、健常者が何の迷いもなくエレベーターを使うこと、乗車でスロープ介助を頼んだ時に時間がかかり何本も電車を見送ること、街の中で向けられる視線等、普段私たち当事者が当たり前と感じていた日常の風景でも、改めて見つめ直すと、自分でも気づけていない無意識の我慢があるのかもしれない、と感じました。

また、B さんのお話にあった「周りが代わりに話してしまう」という経験には、とても共感しました。私自身は、身体障害者ですが先回りされることで自分自身から動くこと、自分で物事を選択するという感覚が薄れてしまっていた時期がありました。だからこそ、自ら手伝ってほしいと伝えることも、相手に任せることも、自分の選択の1つとして大切にしたいと感じました。



最後に、A さんと B さんのお話を聞き、差別は「悪意」だけで起こるものではなく、無意識の言動や想像しないことから生まれるということを改めて学びました。

これからも、様々な視点から物事を考えることを意識しながら日々の生活を送っていきたいと思います。



## バリアフリーリーダー養成研修に行ってきました

10月13日から15日にかけて行われた「第18期2025年度バリアフリー障害当事者リーダー養成研修 in 愛知」に参加しました！（国井）



### 【3日間のプログラム】

1日目	2日目	3日目
<ul style="list-style-type: none"><li>・挨拶、3日間の説明</li><li>・自己紹介</li><li>・当事者リーダー育成の意義と目的</li><li>・交通サポートマネージャー研修(交通事業者向け研修)について</li><li>・アジア、アジアパラ競技大会の取組</li><li>・行政、事業者への働きかけ実績</li><li>・グループディスカッション(地域ごとのまちづくりの進め方、地域との関わり方)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・IGアリーナの概要と経緯について</li><li>・団体当事者たちの働きかけについて(三者対談)</li><li>・IGアリーナ見学会</li><li>・気づきの共有</li><li>・交通事業者との取組</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・瑞穂公園陸上競技場の取組</li><li>・グループワーク2</li></ul> 研修の振り返りと今後の活動について <ul style="list-style-type: none"><li>・発表</li><li>・主催者からのコメント</li><li>・修了証授与式</li></ul> 参加者コメント 集合写真

バリアフリーリーダー養成研修に参加するにあたり、バリアフリーについて考えてみました。私は普段、歩いたり車椅子を使う時があったりといった生活をしています。しかし、車椅子を使わず歩くことが多いため、当事者でありながらも、バリアフリーや当事者としての意識を深く考える機会は少なかったと気づきました。

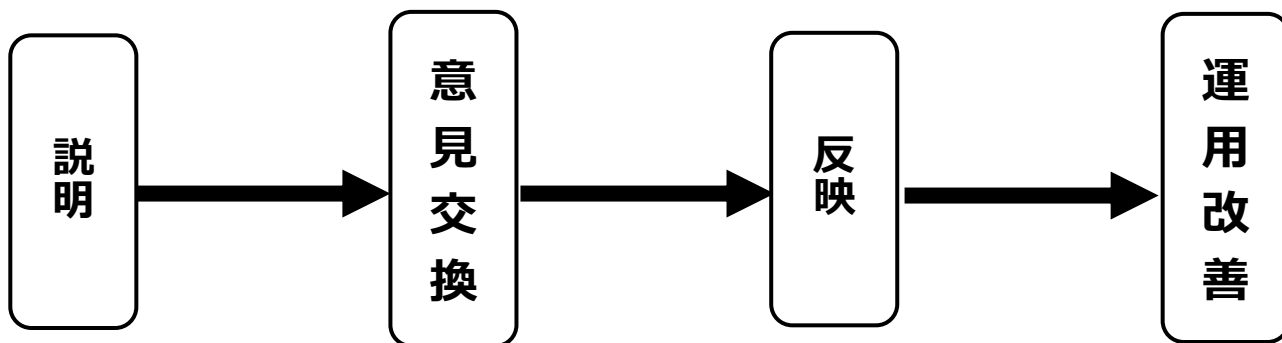
今回の研修で特に印象に残ったのは、2日目のIGアリーナの視察です。



この会場は、2026年の「第20回アジア・アジアパラ競技大会」での利用も見据えて建設された施設です。なんと、約17,000人を収容できるそうです！視察では、施設のバリアフリー化がどのように検討され、どのような方にとっても利用しやすいよう工夫されているかを詳しく学びました！

特に心に残ったのは、多様な立場の方との意見交換を繰り返しながら設計が進められていたということです。

視覚障害者、聴覚障害者、盲聾者、肢体不自由者、知的障害者、発達障害者、精神障害者、難病者、高齢者、子育て中の方、外国人など約40団体の声を集め、「説明→意見交換→反映→運用改善」というサイクルで、環境づくりが行われていました。



案内サインには外国人等の意見も取り入れられ、設備だけでなく情報の届け方も含めたユニバーサルデザインが重視されていると感じました。

案内サイン以外にも、おむつ交換台・授乳室・カームダウン室・礼拝室など、多様の方々安心して過ごせる工夫も実際に見学することができました。

また、2日目にはUDタクシーの乗車体験もありました。

車椅子でタクシーに乗るのは初めてで、しかも私の車椅子は大きい  
ため少し不安もありましたが、無事に乗車することができました！

今後は実際にUDタクシーを利用して、移動の幅を広げていきたい  
と思います。

他県での1人での研修参加は初めてで緊張もありましたが、今回の  
学びを通して、これまで以上に自分の生活や地域のバリアフリー状況  
等を考えるきっかけとなりました。

今後も、今回の経験を活かし、地域の中でのバリアフリー推進に取り組んでいきたい  
と思います。



## おまけ

介助者としてついて行った琴です！参加者ではないものの、同行者として感想を一言添えます。  
國井さんも上にサイクルなどを書いています。私も「**当事者が発信することで、社会は確実に変わっていく**」ということ、改めて感じました。

アリーナの見学では、その場で出た意見も反映して改善につなげようという担当の方の強い思いも感じたほか、そのような関係性に至るまでの経緯なども聞くことができました。

どんどん便利になっているように見えても、ニーズがないなら削っていい、分離を生みかねない「効率優先」的な考え方は、ハードとソフト、両面でバリアフリーが後退しかねません。そんな雰囲気にも抗いつつも、対立ではなく共感して対話をし、協働し、仲間を増やしていく方向性に、CILのスタッフであり、「障害当事者ではない」自分自身がどのように発信していけるのか。

難しいこともたくさんありますが、このような研修の場は、ともに活動していく仲間を広げる機会にもなると実感しました。

## 西武鉄道と話し合いを行いました

46号でもお伝えしました、2025年の3月末から始まった「駅係員対応方法の変更」。

10月に聴覚障害者協会さん・ひとみサークルさん・ゆめのわさんと共同で要望書を提出し、11月に再度、CIL小平さんとともに話し合いの場を設けていただきました。

限られた時間でたくさんのご話を話しましたが、なかでも

- ・インターホンをわかりやすく設置・周知していただきたい
- ・スロープを介助者などが扱えるようにならないかという点について触れたいと思います。

・**スロープについて**…いたずらやケガなどの防止の観点から、駅係員のみでの対応としているということでした。鉄道会社によっては、運転席に載せるなどして車掌さんが出してくださることも、もちろん把握しています、とのことでした。

また、スロープの出し入れ、様々な障害がある方のサポート方法などは、西武鉄道では「ユニバーサルマナー検定」を開発し、駅係員が受講されているそうです。

座学や体験はもちろんですが、やはり当事者と一緒に動くことが一番だと思うので、研修の当事者参画もさせていただきたいということもお伝えしました。

・**インターホンの設置について**…駅によって構造が違うため、統一した場所に置くことは難しいという回答でした。東大和市駅は、設置当初からスマホ充電器レンタルの隣にひっそりと置いてあることは変わらないのですが、窓口だった場所にインターホンの案内を大きく示していたり、インターホン下部に筆談したいことを伝える介助カードが新たに加わったりするなど、最初の頃よりわかりやすくなった印象です。



(左)インターホン下部に新しく作られていた介助カード。筆談をしたいことを伝えられるようになっている。

(右)自動改札横に、インターホンで問い合わせるよう示す文と矢印が書かれている。

前頁で報告した「バリアフリー当事者リーダー養成研修」では、「雑談も関係性をつくっていくのに大切な機会」ということが話されていましたが、終了後にも西武鉄道のご担当の方々が会議室の外へ出てきてくださったので、気になったこと（上記の他社線のスロープ、研修への当事者参画など）についても追加で話し合えて、少し距離感が縮まったかなと実感しました。一方、「ガイドラインに沿っている」というお話も多く挙がっていましたが、ガイドラインは最低限のもの。実際の使い勝手とはかけ離れていて改善していったという話も研修で聞いたので、今後も対話の機会があれば、より使いやすい駅になるよう、働きかけていきたいと思っております！

## 会員コラム

11月に、「2025年度 JIL 介助サービス委員会通信 冬号」をアテンダントの皆さんにお配りしました（JIL…全国自立生活センター協議会）。普段は介護保険に関わりながら、幹のアテンダントにも入っていただいている**根岸康至さん**から感想レポートをいただいたので、ご紹介します♪

私は日常業務で介護保険サービスに従事しており、約2年半前に障害サービスの介護に少しばかりですが携わるようになりました。日常の介護保険サービスの中では「介助の人に長く働き続けてもらうために工夫していること」という利用者さん主体での話を聞いたことがなかったので、事業者と利用者さんが主体的にこの問題に取り組んでいらっしゃることに驚きました。

障害サービスの関わり方の難しさは、「自己決定」を最大限に尊重しており、利用者さんの個性が非常に高いことだと感じています。介助は朝から夕方まで、さらにはお泊りなどの長時間になります。生活全体に関わり、生活のパートナーとして、利用者さんの生活リズムや生活習慣、好みなども知ることが大切だと思います。

「お互いをリスペクトして、当事者が介助者といいい関係を作る」「いい介助者に育てていく」「信頼関係があってこそ」ということで、当事者の皆さまから発信してくださることに感銘をうけます。主体的に働きかけてくださっていることに嬉しく思います。

わずかな勤務ですが、私が感じた部分で申し上げますと「手となり足となり」という部分では、「自分が」したいことではなく「利用者（当事者）さんが」して欲しいことをするのが基本だということが分かりました。それまでは、先回りをして「こうしたらいんじゃないか」「こうして欲しいんじゃないか」という思考が働いていました。それが原因で利用者様が不機嫌になることもありました。私は「気を利かせているのに」と思っていました。それは私の自己満足に過ぎず、求められていることではなかったのです。

介助者側として利用者様の言動で嬉しく、この仕事をしていてよかったと思う瞬間があります。それは「ご自身の生活や求める支援の具体的内容を伝えてくださる」とことと「ありがとう」とおっしゃってくださることです。お互い人間ですので、利用者様の機嫌が悪いときもあります。それでよいと思うのですが、私たちも人間ですので、そんなときでも退出時に「ありがとう」とおっしゃってくださると、その一言で救われるものがあります。

今回、ニュースレターを拝見しまして、私が介助で感じている部分は一方的で、ごくわずかでしかなかった。当事者様の生のお話を聞いてさらに勉強になりました。これからもたくさんの当事者様のお話が聞ければと思います。



感想をお送りいただき、ありがとうございました！内容が気になった方、介助サービス委員会のニュースレターは、上記 QR コードからお読みいただけます↑↑

**2月10日・20日の夜には、〈介助を考えるプログラム Part2〉**を行います。

介助を利用する皆さんもアテの皆さんも、ぜひご参加ください！！

## 会費納入のお願い



NPO 法人 自立生活センター・東大和は皆様の会費・寄付金が運営資金となっております。今後も障害があっ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にご協力をお願い致します。

正会員 ①利用会員（当センターのサービスを利用される方）：3,000円/年  
②協力会員（アテンダントさん・ドライバーさん）：1,000円/年  
賛助会員（資金援助してくださる方）：1,000円/1口  
団体会員：10,000円/1口

ご寄付のご協力もお願い致しております。

郵便局：00100-9-46826

多摩信用金庫 東大和支店：（普）0422636

特定非営利活動法人 自立生活センター・東大和

## 今後の予定

2月10日（火）・20日（金）  
～介助を考えるプログラム Part2～

場所：は～とふる多目的集会室 18：30～20：00

夜間に行く為、軽食も出ます～(^▽^)/  
交流の機会にもなりますので、ぜひご参加ください！

締切

2/6  
(金)

3月14日（土）みんなのステップ

場所：STEP 10：00～

参加費：昼食代

10時に集まって、いつも使っているステップをみんなで掃除します。  
その後は近隣のお店へ、お昼を食べにいきましょう！  
参加する方は1週間前までにお知らせください！

4月4日（土）お花見

場所：東大和南公園 11：30～13：00

参加費：1,500円（介助者1,000円）  
（お弁当、飲み物あります）

今回、7年ぶり！にお花見をします♪  
ご参加お待ちしております！！

締切

3/28  
(土)

NPO 法人 自立生活センター・東大和  
東京都東大和市南街1-22-6 シティコート南街1F  
電話：042-567-2622 FAX：042-567-2912

Email：cil-ymt@violin.ocn.ne.jp http://www.cil-ymt.com/

