

スキマタイムズ

もっとお互いを理解するための場や時間を

日本自立生活センター自立支援事業所 2016年2月26日発行 第59号

居場所づくり勉強会 第41弾！

～わたしたちの腰痛予防 介助方法を見直してみよう～

自分の介助の方法を振り返ってみませんか？ 昨年10月に久しぶりの腰痛予防の勉強会を開催し、日ごろ気をつけていること、工夫していることを共有しました。今回は、作業療法士の倉石さんにお越しいただき、基本的な介助の方法をおさらいしたいと思います。もちろん介助のやり方は利用者さんと一緒に工夫していくものですが、基本的なボディメカニクスや介助方法を身につけることで応用の幅も広がります。また、普段はなかなか他の人の介助の様子を見る機会がないので、客観的な意見を聞く機会は貴重です。お互いのカラダを守りながら、長く介助を続けることができるよういろいろな方法を一緒に考えましょう！

場所は自立体験室を使います。

講師：倉石立さん

作業療法士・JCIL 元アテンダント

日時：3月23日(水)14:00-16:00

場所：日本自立生活センター 自立体験室

京都市南区東九条南河辺町 61-2 コーポ十条 101 地下鉄十条駅から徒歩1分

※場所をご存じない方は5分前に十条駅地上エレベータ前に集合してください。

参加費：無料

担当：小泉



こころとからだをすっきり！ヨガタイム

ヨガで自分の身体と向き合ってみませんか？ヨガの目的はきれいなポーズをとることではありません。その日の身体がどんなふうに動くか動かないか、意識を自分に向ける時間です。呼吸が深くなり、肩こり、腰痛、疲労感もやわらぎます。もちろん腰痛予防にもいいですよ！ぜひ参加してみてください♪ 講師は石田久美さんです。

★ヨガ：全身をうごかすヨガ

日時：3月28日(月)

17:00-18:15 (OPEN16:45)

場所：油小路事務所2F

持ち物：動きやすい服装・タオル・飲み物

参加費：無料



*このヨガクラスは、JCIL自立支援事業所の利用者と家族・介助者を対象にしています。

日本自立生活センター自立支援事業所 編集担当：横川

ご意見・企画のアイデアなど大歓迎！バックナンバーはホームページ↓で読むことができます。

TEL: 075-682-7950 E-mail: jcil-kyoto@jcil.jp URL: <http://www.jcil.jp/zigyosho/index.html>

居場所づくり勉強会第39弾報告

～パレスチナで今起きていること 占領下の生活と人々～

1月22日、居場所づくり勉強会 ～パレスチナで今起きていること 占領下の生活と人々～に参加しました。ゲストスピーカーは、ケイさん（オリーブの会）とヌールさん。

まずはパレスチナへ行った報告をヌールさんがスライドを使って写真を見ながら話されました。

スライド写真では、商店街の露店の色とりどりの野菜、肉屋の店先に吊られた牛の頭、美味しそうな料理、家の塀から咲き溢れた花々など、親しみがあり生活感のある街の風景がありました。どの露店の店員も「Welcome! Japanese?」と親しげに声がかかり温かみがあった、一人だけ電動車いすに乗って商店街を移動しているおじさんに会ってちょっと嬉しかった、でも、パレスチナはかなり凸凹の多い土地なのにどうやって車いすで暮らしているのだろうか？他のイスラム文化圏の国へは何度か行って、初めてのパレスチナの土地でも、文化的なことではあまり驚かなかったが、街の所々にイスラエルの兵士が人々を監視していて、パレスチナという土地自体が怖いということはないけれど、兵士の存在が怖かったなど、話されていました。

パレスチナはイスラエルの占領下にあり、パレスチナ人の暮らす土地は、建物の3階ほどの高さになるアパルトヘイトウォール（分離壁）で囲まれていて、その壁の撤去を求めるデモにも参加したそうです。壁に向かって歩いていくと道の途中にイスラエル兵士がおり、催涙弾を撃ってきてその煙を吸うと目が痛くなりまともに息もできず、留まるとさらに煙を吸うので、息を止めて逃げたそうです。

ホームステイ先では、こどもたちが沢山！もともと子沢山の家が多い土地柄に加えてお客を歓迎して親戚が集まり、こどもたちがわちゃわちゃと誰が誰やらわからない状態。アラビア語をかじっていたので、こどもたちと少し言葉のやり取りができたのが嬉しかった。

また、ホームステイ先の畑でオリーブの実をみんなで採取し（オリーブの木の下に布を敷き、梯子を使ってそこへ実を落とす）、オリーブの木の下でコーヒーを飲みながら

休憩したり、昼下がりの昼食を（14時頃が昼時だそうで、焼き飯のような米を使ったおいしそうな料理の写真）食べたのが楽しかった、帰りに畑で採れたオリーブを使って絞ったオリーブオイルをお土産にもらったと話されました。

※このオリーブオイルを勉強会で頂きました。ごくシンプルにパンにつけて食べたのですが、コクがあって香りもよく、かなり美味しかったです。

パレスチナの歴史や状態については、2時間の勉強会でも全然間に合わず、それをさらにここに要約するのは難しいことですが、次にケイさんが話されたこと。

パレスチナでは、1960年代から現在に至るまで、80万本（苗木も含む）ものオリーブの木が、燃やされたり、引き抜かれたり、ブルドーザーで潰されたり、破壊されています。（2015年では9月までに11000本）

パレスチナの農作物であるオリーブの木は、占領パレスチナ地域における農地のほぼ半分に植えられていて、農業収入の14%を生み出しています。土漠という、土が固まってできた凸凹とした丘陵地にランダムに植わっていて、機械ではなく昔から手摘みという方法で、丁寧に実を採取しています。

何故、イスラエル兵は、オリーブの木を憎み、破壊するのか？（ある農業博士の言葉から）

オリーブの木は、平和なパレスチナ人の生活を象徴しています。樹齢100年、200年の木もあり、中には2000年の木もあります。点々と大切に育てられてきたオリーブの老木の存在は、ここに文明があり、代々、パレスチナ人が暮らしてきたという何よりの証になります。後から来たイスラエルは建国してから64年。「ここは自分たちの土地だ！」と言い張りたい占領者にとって、オリーブの木は都合が悪い。だから、イスラエル兵はオリーブの木を破壊するのです。

占領されたパレスチナは、イスラエルにより多くの土地が奪われ、残った土地も分離壁によって寸断され、理由もなく逮捕されて長期間監禁されたり、ある日突然、道路に2m近くのコンクリートの塊をいくつも置かれて道路を閉鎖され、イスラエルの特別許可証が事前の申請をしなければ通行できない状態にされたり、その申請も半分ほどしか許可されないため、農民が無許可でせっかく実ったオリーブの収穫に行き、撃たれて殺されてしまったりと、酷い人権侵害、暴力、攻撃が続いています。

オリーブの会では、オリーブの収穫時期に現地でも共に作業することで、「外国の目」となりイスラエルの暴力行為や攻撃を減少させ、オリーブの木とパレスチナを守ることに繋がっています。

ヌールさんの報告にもあったのですが、街中の人との日常的な会話でも聞けること、それは、パレスチナの人々が「ただ、普通に暮らしたい」と望んでいるということです。まだまだ差別された状態にある、障害者の望んでいることと似ていると思いました。（宇田隆&橋本尚樹）



差別解消法がはじまるよ！ えっ、ほんま？Part48

自立生活満喫中のリツコさん
でもあんまり難しい話は苦手…



なんか、ちょっとずつ暖かくなってきた？

もう3月やしなあ。今日の話題は？

えっと、重度訪問介護の利用者が、入院時もヘルパー利用できるようになるって話やんな？

そうかー。2年待たなあかんのかあ。
ちょっと先になったんやね。残念。

そうなんや。知的障害の人とか、
この制度で助かっている人もいるもんね。

おお。差別解消法ね！ 最近、うちのまわりでも、
その話題がちょっと出てきてるわ。

へえ。たとえばどんなふうによ？

へー。そんな動きもあるんや。
やっぱり法律の力はすごいんやなあ。

確かに。ちゃんとうちらが声をあげると、
なかなか関心もってもらえへんやんな。
これからはがんばらんとな！

障害者制度改革について
勉強中のタクオさん
小難しいこともやさしく(?) 解説



うん。まだ寒い日もあるけど、少しずつ日も長くなってきたよね。

うん。まず、この前の入院時ヘルパーの追加情報があるの。

うん。あれの開始時期が正式に決まったの。できたら、来年(1年1か月後)の4月からがよかったけど、いろいろ手続き的に時間かかるようで、2018年4月(2年1か月後)の4月からになった。

残念やね。それまでは、入院時コミュニケーション支援は使えるから、それで対応しよう。ちなみに、今度の改正で、入院時コミュニケーション支援がなくなるわけでないと思う。重度訪問介護の利用者以外にも使っている人がいるからね。

そうだよな。
あと、今日はちょっと話かわって、差別解消法のことよ！

うん。今度の4月から、施行だからね！
社会が、ちょっとずつ変わっていくよー。

たとえばね、ファミレスのデニーズなんかは、4月までに、車いす対応のトイレやスロープがあるか全店をチェックするんだって。ないところにはできるだけ設置する方向。各自治体でも、何が差別か、差別しないためにどんなことをしたらいいかについて対応マニュアルみたいなものを作成中。もちろん庁舎のチェックとかもしてると思うよ。

うん。でもね、がんばってるところは、数少ないと思う。ほとんどの人が、まだまだ差別解消法のこと、知らないよね。それだと、法律がカタチだけになっちゃう。

そうだよな。今度、3月27日にJCILでも、差別解消法のシンポやるから、ぜひ来てね。詳しくはチラシをみてね！



第30回国際障害者年連続シンポジウム

Coming Soon!

2016年4月施行 障害者差別解消法 — 街や社会はどうかわる? —

◆登壇：加藤博史さん（京都市障害者施策推進協議会会長）

龍谷大学短期大学部教授。専門は社会福祉、精神保健福祉。反貧困、外国人支援などでも活躍中。

松波めぐみさん（（財）世界人権問題研究センター専任研究員）

障害者権利条約、差別解消法に詳しく、現在、日本各地を講演してまわっている。

今福義明さん（アクセスジャパン代表）

幼少期に全身関節リウマチ発症。とにかくうろろするのが大好きで、根っからのアクセス・マニア。

J C I L 劇団のメンバー

障害当事者の立場から、障害者差別とは何か、それをどうなくすかを伝えるために結成された劇団。

◆日時：3月27日（日）11:00 - 16:30（10:30開場）

◆会場：京都アスニー3F第8会議室（京都市中京区聚楽廻松下町9の2）

◆資料代：500円 ◆要約筆記あります

2016年4月1日より、障害者差別解消法が施行されます。この法律は、国や社会全体をあげて、障害者への差別をなくしていくための取り組みや方針を定めたものです。今回のシンポジウムは施行直前のこの法律をとりあげ、法律の概要、京都府や京都市の取り組みの状況などを理解するとともに、障害当事者の立場から具体的に現在街や社会にどのような障壁（差別）があるのか、それをどのように解消していくのかについて、劇や映像を通して理解を深め、各自のこれからの差別解消の実践へとつなげていくことを目的とします。

◆主催：「国際障害者年」連続シンポジウム運営・実行委員会

住所：京都市南区東九条松田町28 メゾングラス京都十条101 日本自立生活センター内

電話：075-671-8484 FAX：075-671-8418 メール：jcil@cream.plala.or.jp

◆後援：京都府・京都市・京都市人権文化推進課・京都府社会福祉協議会・京都市社会福祉協議会 （公）京都市新聞社会福祉事業団



国連女性差別撤廃条約日本審査国際ロビーイング報告会

2月15日から3月4日まで、スイス・ジュネーブの国連本部において、国連女性差別撤廃委員会(CEDAW)が開催されています。この委員会は、国連女性差別撤廃条約を批准した各国で条約がどのように実行されているか審査し、不足不備があれば勧告を行うためのものです。2月16日には日本政府の審査が行われました。この審査に際し、日本のDPI女性障害者ネットワークからも当事者や支援者が傍聴とロビーイングに駆けつけました。日本政府に対する審査では、女性に対するさまざまな人権侵害の課題が取り上げられましたが、国連の委員は障害のある女性のおかれる状況についてたびたび質問し、問題を指摘していたそうです。これは、日本の女性障害者によりロビーイングの大きな成果だと言えます。

今回は実際にジュネーブに赴いた神戸の藤原久美子さんと、関西大学教授の加納恵子さんを招き、日本審査の様子やロビーイングについて報告していただきます。貴重な機会ですので、性別に関わらずぜひご参加ください。

●参考：日本審査についてのレポートがダイヤモンドオンラインに掲載されています ⇒ <http://diamond.jp/articles/-/86597>

◆スピーカー：藤原久美子さん（自立生活センター神戸 Be すけっと）

加納恵子さん（関西大学教授、元内閣府障害者差別禁止部会委員）

◆日時：3月21日（月・祝）14:00-17:00

◆会場：京都府立総合社会福祉会館ハートピア京都第5会議室

京都市中京区竹屋町通烏丸東入る清水町375番地 地下鉄烏丸線「丸太町」駅 5番出口（地下鉄連絡通路にて連結）

◆参加費：無料

☆手話通訳・要約筆記等必要な方は、3月11日（金）17:00までにご連絡ください。

◆連絡先：障害者権利条約の批准と完全実施をさす京都実行委員会女性部会

〒601-8036 京都市南区東九条松田町28 メゾングラス京都十条101 JCIL内（担当：香田・村田）

TEL:075-682-7950 FAX:075-671-8418 Email: jcil@cream.plala.or.jp

