



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 2019年4月24日発行 第97号

お花見に 行きました！



4月3日(水)に梅小路公園でお花見を行いました。
風が強く肌寒かったですが、桜は見ごろでお天気もよく、立林さんの司会進行でビンゴゲームなどを楽しみました。

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：5月20日(月)

17:00-18:15 (OPEN 16:45)

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：岡山・春木

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

職員紹介 26

職員が2名増えました
さっそく紹介したいと思います
どうぞよろしくお願いいたします

職員自己紹介

- ① なまえ
- ② JCIL との関わりはいつから？
- ③ きっかけは？
- ④ どんな仕事をしていますか？
- ⑤ A: 大切にしていること B: これからしたいこと

① 奥 真木(おく まき)

② 2011年秋。京都ボランティア協会&実行委員会主催の第4回きょうボラふれあい祭に JCIL に参加していただきました。(東日本大震災の被災地報告をパネル展示)この時、香田さんと名刺交換しました。余談ですが、2009年の『自由人』が家にあります。

③ 2017年に地域で困りごとを抱えていた人の住宅問題や制度につなぐため、JCIL につながりました。話が少し逸れますが、私は、東京・板橋区出身。1つ下の弟がダウン症で、重度知的障害があります。

16歳の時から縁があり、運動をしている大人たちの中にいました。

私は主に、障害児者福祉、青少年活動(子どもたちの参加・参画できる場づくり)に関わっていました。2005年、結婚を機に京都へ。地縁のない京都でも全てボランティア(個人)で活動。

先述の通り、制度にきちんとつながっていない方の支援を JCIL につないだことをきっかけに、小泉さんから「そこまでしているならば、仕事にしたら良いんじゃないか？」と仰っていただき、登録ヘルパーになりました。

娘が小学生になるのを機会に職員になることを勧められました。福祉を“有給”の仕事にしたのは JCIL が初めてです。

④ 主に介助・小松食堂・ちょっぴりコーディネーター。

⑤ A: 障害の有無に関係なく、言葉にできない人や言葉だけでは伝わらない人のこころの声をこころを寄せることを大事にしています。

B: JCIL での仕事を一所懸命つとめながら、障害の有無関係なく子どもの育ちを支える活動もしたいです。大人がいきなり大人になるわけではない。子ども時代を経て大人になる。

誰もが“おたがいさま”の気持ちで、少しでも生きやすくなるように…。



① 春木 晴子 (はるき はるこ)

② 2019年3月から

③ ちょうど仕事を探していたところに、松波さんから紹介されて。

④ 事業所の事務の仕事。請求・給与の入力やチェック、送迎関係とスキマタイムズを主に担当します。

⑤ A: 大切にしていることは「気持ち・感情」とそれを表現すること
なにごとにも「過ぎない」

頑張り過ぎない、考え過ぎない、合わせ過ぎない、呑み過ぎない

B: したいことは、自分を表現できて、うれしく楽しくなるような企画



アンケートBOXを
小松食堂の時に
置いています。
6月から
リクエストメニューを
実施予定です！

参加費 五〇〇円

どなたでも参加できます。
場所は「松の間」
いずれも一七時から

BBQ 気分で
焼肉

二十七日(月)

五月の献立

小松食堂

総合支援法が改正されるよ! ? えっ、ほんま? Part 75

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…



今年の桜は、長いあいだ、咲いてたね。暖かい日も増えて、新緑の季節だね。

そうだね。そういえば、この前、オープンダイアログの勉強会やったねえ。なんか、いろいろ考えさせられた。

うん。まず自立生活センターとして、精神障害のある人たちの地域自立生活を支える一つのやり方として、大事なんだな、と思った。それから、自分たちのまわりの人間関係を見直す上でも大事だと思った。

うん。興味深いのは、その話し合いが、答えをだすための話し合いではない、誰かを説得したり、納得させたりするための話し合いではない、というところかな。だいたい、ミーティングやカンファレンスって、何かを決定するための話し合いになって、結局誰かは黙って不満がたまる、ということが多いけど、このオープンダイアログは違うんだね。

そうそう、話し合いを継続的に続けることが大事なのね。だれかが何かを決定してしまうのではなく、人間関係の中で、みんなの声に耳を傾ける時間と空間をつくる、ということなんだね。

そうそう。考えさせられたー。自己決定ばかり重視していると、なんか人間関係が行き詰まることもあるもんね。そうすると、ますます自分の中でモヤモヤがたまって、人間関係がどんどんきまづくなる。

うん。すぐにはできなくても、この考え方、やり方、大事にしていきたいと思うー。

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。すごしやすい季節になってきたね。散歩しても気持ちがいいね。

うんうん。興味深いよね。自立生活運動と共通するところもあるし、自立生活運動にはない新しいやり方や視点があったね。

オープンダイアログ。もともとはフィンランドが発祥の地で、主には精神疾患のある人への関わり方の一つ。薬や入院ではなく、関係者全員が集まって、繰り返し「対話」をする、話し合いを続ける、っていうことが大事にされる。

うん。オープンダイアログでは、「不確実性に耐える」ということが、とても大事な原則とされてる。つまり、答えのない不確かな状況に耐える、結論を急がない、ということだね。とにかく、話をまとめることよりも、みんなが一人一人の声に耳を澄ませる、ということが重視される。

そこに、「対話主義」っていうのがつながる。つまり対話することは何かの手段ではなくて、対話すること自体が目的で、対話を何度も重ねるなかで、自然と解決があらわれることが大事、と。

そうだねー。勉強会の中では、自己決定がときに「モノログ」になってしまう、ということも言われていたね。自己決定がときに他者から釈明の機会を奪い、他者を黙らせる手段となることもある、と。

そんなことあるよね。だから、オープンダイアログは精神障害に関わる人たちだけのものではなくて、もっと広く、多くの場所でとりいれられた方がいい考え方、やり方なんだと思う。

生存権

を求める 5.12

京都デモ



- 日時：2019年5月12日(日) 14:30～16:00
- 集合場所：円山公園
- デモルート：祇園石段下→四条河原町→京都市役所前

- 主催：生活保護の改悪に反対する人々の会
- 連絡先：日本自立生活センター(JCIL) 気付 TEL:075-671-8484 MAIL:jcil@cream.plala.or.jp

* 新生存権裁判 *

2013年から行われた大規模な生活保護引き下げが、憲法25条の生存権に違反するとして、全国各地で国を相手に起こしている裁判。病者、障害者、高齢者、シングルマザーといった原告が弁護士や支援者とともに日々奮闘している。

生活保護が削られました。憲法25条の生存権に違反しています。日本で、世界で、格差が広がっています。政府と企業が非正規雇用を増やしたからです。生活に困っている人が増えました。生活保護の人も増えました。緊縮財政と言われます。企業や高所得者の税金は前より低くなりましたが、消費税は高くなろうとしています。年金も不支給の数が増えました。働ききれない人、病者、障害者は見捨てられようとしているのでしょうか。苦しみの世界をつつた1%のお金持がいます。99%のわたしたちが動かなければ社会は変わりません。世界を豊かにするため行動し続ける新生存権裁判の原告とともに、NOの声を上げましょう。

第8回アクセス関西ネットワーク議会 & 学習会

関西発信！障害当事者の視点で地域をもっとバリアフリーに —誰もが生活しやすいまちづくりを目指して 障害当事者参画を推進していくために—

昨年、バリアフリー法が12年ぶりに改正され、障害当事者が評価等を行う会議が設置されるなど、当事者が参画できるようになりました。このチャンスをしっかり活用していくために、障害当事者参画の実践等を学び、これから具体的にどう動くべきなのかをみんなで考えていく時間にしていきたいと思います。

▶ 講師

尾上浩二さん (DPI 日本会議・副議長) 「バリアフリー法を地域で活かすには (仮)」
新田保次さん (大阪大学名誉教授) 「改正バリアフリー法と評価会議について」

▶ 指定発言

石塚裕子さん (大阪大学人間科学研究科未来共創センター 特任講師) 「明石の取り組みへの期待」
六條友聡さん (社会福祉法人ぼぼんがぼん) 「茨木の取り組みから」

▶ まとめ

三星昭宏さん (近畿大学名誉教授)

★ 日時 2019年5月15日(水) 受付 13:30～

★ 学習会 14:30～16:30 (総会 14:00～14:30)

★ 資料代 500円

★ 場所 みやこめっせ 特別展示場 (地下1階)

〒606-8343 左京区岡崎成勝寺町9番地の1 (地下鉄東西線「東山駅」より徒歩約8分)

※同日に葵祭が開催されるため交通機関の混雑が予想されます。時間に余裕をもってお越しください。