



# 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 2020年11月26日発行 第116号



2020年もまもなく終わろうとしています。

もともとはオリンピック・パラリンピックの開催で、日本は賑やかな年となるはずでした。しかし「新型コロナウイルス感染症」が世界中に広まり、人々の日常生活が制限される中、「命」「差別」「経済」「教育」など大切なことを考えなくてはならない年となりました。

「感染予防」としてのマスク・手洗い・消毒、換気、などは習慣となってきたように思います。

いろいろ制約される中でも、みなさんの協力で、日々の暮らしや介助を続けていけることに感謝したいです。

オンラインでのミーティングが頻繁に行われるようになるなど、工夫も広がっています。また、コロナ禍の中でも、宇多野病院に長期療養されていた方が退院されて地域での暮らしを始められるなど、「希望」も見られました。

新型コロナ感染は、まだまだ終わらず、感染予防を続けていきながらの年末年始を迎えます。それでも、これまで同様にみなさんと協力しながら、少しでもよい年になるようにしていけたらと思います

本年は大変お世話になりました。

2021年もどうぞよろしくお願いいたします。

JCIL 小泉浩子



## 腰をかがめる これだけ体操

12月は石田久美さんの「ここからだをすっきり！ヨガタイム」はお休みします。



こんなとき

長時間立ったり歩いたりして腰に反りぎみの負担がかかったとき

髄核が前にずれるイメージ



腰をゆっくりかがめて髄核のずれを戻すイメージ

- ① 椅子に腰かけ、足を肩幅より広めに開く。
- ② 息を吐きながら、ゆっくり背中を丸め、床を見ながら3秒間姿勢を保つ(1~2回)。



イラスト 種田瑞子

# 第35回『国際障害者年』連続シンポジウム

## 障害者にとって

# 「働くこと」や「生きること」について考える ～「働く」ときの介護保障や合理的配慮と、 「生産性」優位社会について～

日時 12月19日(土) 13:30～16:30

場所 オンライン開催

[https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN\\_0A1gbyJwSaSrOPLvWhoBag](https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_0A1gbyJwSaSrOPLvWhoBag)

今回のシンポジウムはオンラインセミナーサービスの「Zoom ウェビナー」で実施します。事前申込制のため、参加をご希望の方は上記の URL にアクセスし、入力フォームに必要事項を記入の上、「登録」ボタンを押してください。登録が完了すると直ちに入力いただいたメールアドレスに「ウェビナー参加用の URL」が送られてくるので、当日はそちらからご参加ください。(上記 URL は JCIL ホームページにも掲載します。)



### 基調講演



木村 英子 氏  
れいわ新選組  
参議院議員



小暮 理佳 氏  
SMAII型当事者



岡本 直樹 氏  
DPJ日本会議常任委員  
(雇用・労働・所得保障部会)  
CILLふちゅう代表



尾下 葉子 氏  
線維筋痛症友の会  
関西支部

中村 健太郎 氏  
厚生労働省職業安定局  
雇用促進係長

ピープルファースト京都  
メンバー

木村英子さんや船後靖彦さんなど、重度障害のある国会議員が誕生することで、就労中の重度訪問介護の利用が注目されました。就労時における介護保障や合理的配慮が未整備のため、未だ多くの障害者が「働くこと」への参入を阻まれています。障害のある人が働くために、どんな制度や条件があり、またそこにどんな課題があるか、これから一層議論され、明らかにされなくてはなりません。

一方で、「生産性」を重視するこの社会の価値観は、障害者のみならず、多くの健常者をも苦しめ、時に生産性がないとみなされた人の存在を否定するような痛ましい事件もたびたび起きています。だれしもが生きやすい社会を目指すためには、多様な「生き方」、多様な「働き方」が肯定され保障される社会にならないといけません。

今回のシンポジウムでは、24時間介護が必要な重度障害者や難病患者、知的障害者などさまざまな種別の障害当事者の視点から、職場での介護保障や合理的配慮等をめぐる諸課題を考えると同時に、過度の「生産性」重視の価値観を見直し、多様な「生き方」「働き方」を肯定し保障していくためには今この社会や制度に何が求められるかを検討していきたいです。

【情報保障】要約筆記あり。点字資料・手話通訳ご希望の方は12/10(木)までに下記へご連絡ください。

【連絡先】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(JCIL) 気付

Tel: 075-671-8484 Fax: 075-671-8418 Mail: [jcil@cream.plala.or.jp](mailto:jcil@cream.plala.or.jp)