



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 2024年3月26日発行 第156号

福祉まつり 盛会でした！

おかげさまで、3月10日に第44回京都福祉まつりを京都市地域・多文化交流ネットワークセンターで無事に開催することができました。300名余りの大勢の方にご来場いただき盛会となりました。

日頃、活動でお世話になっている団体・個人のみなさまには出店や謎解きツアー、当日の出演、ボランティアスタッフなど様々な形でご協力いただきました。改めてみなさまに支えられていることを実感すると共に実行委員一同、心から感謝しています。

今回の京都福祉まつりは「とりあえず会いましょっ」をテーマに顔馴染みの方も初めてお会いする方も、いろんな人がうたっておどって、語らって美味しいもの食べて、楽しみながら出会うって何かのきっかけになればという願いを込めて企画を考え、準備して来ました。なので、当日、来場してくださった方々が笑顔で過ごされていたことは、何より大きな喜びでした。

京都市地域・多文化交流ネットワークセンターでの開催や東九条のまちに繰り出しての謎解きツアーは、初めての試みでしたが、実現できたのは東九条で活動を共に続けてきたみなさまとの積み重ねとご理解・ご協力があったからこそだと痛感しています。

いろんな人が交流してお互いを大切にし合える「福祉のまちづくり」を目的としている「京都福祉まつり」を東九条でみなさまと一緒に楽しく楽しめたこと、本当に嬉しく思っております。

文末になりましたが、京都福祉まつりに関わっていただきました、すべての方々にお礼申し上げます。本当にありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。

第44回京都福祉まつり実行委員会
実行委員長 下林慶史

「東九条謎解きツアー」に参加した15人の元気な子ども達は、手の込んだ謎をものともせず、すごい勢いで6カ所を巡り謎を解いていきました。…というか、前半3カ所あたりでもう待ちきれない様子で、答を勝手に考えて「(犯人は)お城の人や!」「探偵が一番怪しい!」とロ々に叫ぶ始末。パワー全開の子ども達につられて、同行の私たち大人もワクワクしながら東九条を再発見して歩いた1時間半でした。(ツアーコン役:井上)



京都福祉まつり



[いまこそ＊つながろう]

SPRING FESTIVAL 春天节 PIYESTANG SPRING 봄놀이



イラスト: たいち

第12回

東九条春まつり

2024/4/20 土 【雨天開催】 11:00~15:00

[展示日程] 4/15(月)~4/26(金) 9:00~17:00 ※日曜休館

ところ: 京都市地域・多文化交流ネットワークセンター

主催: 第12回 東九条春まつり実行委員会

住所: 京都市南区東九条東岩本町31

電話: 075-671-0108

FAX: 075-691-7471

URL: <http://www.kyotonetworksalon.jp>

Mail: info@kyotonetworksalon.jp

ごみの削減に取り組んでいます。

出店ではリユース食器を使用します。

エコバックをご持参ください。

※諸事情により内容が変更、中止となった場合は、
京都市地域・多文化交流ネットワークサロン公式サイトに情報を掲載致します。

【話者からのご報告】

増戸雅子 石井久子

私たちは岩本さんご夫妻（永子さん、故 正一さん）に介助者として関わり始めて28年ほどになります。お二人から聞いた話や感じたことなどを伝えたいと思います。

お二人の幼少期～青年期は、当事者にとって今とまったく違ったもので、福祉の施策もほぼなく、障害者は家の中に隠され、家にとって負担に思われる存在であったりしました。車いす支給のための調査に来た市の職員に対し、永子さんの親は「うちには障害者はいない」と言いましたが、永子さんは自ら出て行って「私がいます」と伝え、車いすを支給してもらい外に出て行くきっかけとなったそうです。車いすを使えるようになった永子さんは主にお母さまの介助で洛南会館に行くようになり、楽しみができました。

正一さんも親元を出て自立生活をしたいという思いを強く持っており、永子さんと洛南会館で出会い結婚につながりました。

お二人の頃と比べて現在は福祉施策も良くなってきており、勉強会に参加されていた方のお話を聞くと、当事者が今の生活を変えたいと思わなくても、さほど不自由さを感じずに生活ができておられるのではと思いました。

永子さんの介助者としてありがたいことは、小さなことでも本人が主体的に決めて伝えてくれることであり、違和感やミスマッチもその都度、声を発して伝えて修正してくれることです。生活していくうえで、あきらめないで伝えてくれ、また同時に失敗や現状を受け入れる度量も大事だと思います。永子さんはそれが普通に出来てしまう人、と感心しています。

（余談）JCILの会議などに参加したり、勉強会などを視聴したりして思うことですが、若い当事者の方や介助者の方の私たちとは違う考えや若く柔らかい感性に「いいなあ～」といつも感じています。

今回は岩本さんの若い（子どもの）頃のお話を聞くことが中心になったと思います。次回は参加された方の思いを出し合う話し合いができたらいいのでは…と感じました。

【参加者の感想】

（いろいろ大変やったの）分かるわー。一人暮らししようやっとなるあ。

スキマタイムズに載せるのOK牧場！（中村佳代）

おかあちゃん（永子さん）は、おとうちゃん（正一さん）の親元を離れたたいという思いを汲んで結婚を承諾したのにも関わらず、おとうちゃんのご両親にも結婚を反対されてつらかったそうです。それでも一度決断した思いを貫いて自立し、ここまで来られたことが本当にすごいと思います。

（尾山正美）

交通バリアフリーの話がとても興味深かった。岩本さんたちがアメリカで体験したリフト付きバスを日本でも広めるなど、先輩方の運動がなかったら、今こんなふうに車いすでバスや地下鉄に乗っていないだろうと思った。（立石大翔）

「地域移行」の言葉すらないような時代に、一つずつ開拓されてきたんだと分かった。明るい笑顔で周りの方を巻き込みながら、ご自身の生活をつくりあげてこられたのが、楽しく話すおかあちゃん、介助者の皆さんの様子から分かりました。途中、入れ歯が出てきたのは衝撃的で忘れられません（笑）（河端央）

岩本さんが制度の無い時代を生き抜いてこれたからこそ、今の自分たちの生活があるんだと思いました。

あとに続く人たちが生きやすくなるように、僕たちも頑張ります！！（大藪光俊）

バスや地下鉄に今乗れるのも、岩本さんたちが運動してくれたおかげです。その意志を引き継ぎながら、運動に力を入れていきたいと改めて思いました。

イベントの時にはZoomの管理をしていて、今回も急遽Zoom担当をしました。みなさんが、見やすい環境になるよう全力で整えました。今後ともZoom管理には野瀬をご用命ください。（野瀬時貞）





今後は毎月開催予定です！

～アロマオイルでハンドケア～ 4/17(水) 14:00-15:30

場所：事業所1階

持ち物：バスタオル1枚

参加費：無料

定員：先着6名

4/1(月)～4/15(月)までに届いた

申込みメールから先着順。

申込先：事業所メールアドレス

jcil-kyoto@jcil.jp 宛

件名：ハンドケア申込み

でお申込みください。

アロマオイルを使ったハンドマッサージは、ただ心地よいだけでなく、香りをかぐことで良い気分転換にもなるそうです。マッサージをしてもらいつつおしゃべりしながら、ゆったりとリラックスするひとときをすごしてみてください。

プロフィール：沖田友子（おきたともこ）

1960年生まれ、京都市育ち。障害者福祉施設で働いている。息子が長年JCILのヘルパーさんに支援を受けています。心身ともに癒やしてくれるアロママッサージを少しでも知っていただけたら幸いです！（プロではありません）



「どうしよう？」



さすけねえ～
ちかげさ聞いてみっぺ

「だいじょうぶ～
ちかげにきいてみよう」

↓ちかげ



のコーナー

お料理って面倒くさい、洗い物もいやだなあ、でもお腹空くし、野菜も食べたいな！という時に最適の料理をご紹介します。

それは

重ねて蒸すだけ

かさねむし!!

【材料】

- ・玉ねぎ
- ・にんじん
- ・キャベツ or チンゲン菜
- ・しめじ or えのき などお好きなきのこ類
- ・好きな薄切りお肉 or お魚の切り身など魚介類

【作り方】

- ① 材料をザクッと切ったりちぎったりする
- ② 上の順番で蓋の閉まる鍋かフライパンに並べる（お肉やお魚を一番上）
- ③ カレースプーンで酒2杯、水3杯を上から振りかける
- ④ しっかり蓋をしてごくごく弱火で材料が柔らかくなるまで火を通す
- ⑤ 下にたまった水分を切る（お味噌やスープに使えますので捨てないでね）

薬味でねぎやおろした生姜やにんにくをのせて、お塩やお醤油、ポン酢などをそのままかけたりつけたりして食べてみてください。

かつお節をモミモミ細かくして、ひとつまみ振りかければ一気に和の美味しさが楽しめます！



第13回

卓球バレー

★日時：4月9日(火) 13:00～16:00

★スタジアム：多文化交流ネットワークサロン

スタジアムはお馴染み多文化交流ネットワークサロン!!

お好きな時間に来て、無理せずお好きな時間に帰ってもらって大丈夫です。ラリーが続くとどんどんゲームは白熱！ゆるゆる球で得点が入ったり、かなりの速さでスマッシュが決まったり。面白いですよ～

（担当：野瀬、宇田）



★井戸端トーク★ ZOOM あり ID:825 0398 8013 パスコード:946743

4/15(月) 13:00～15:00 トークテーマ『家庭菜園・畑』

事業所一階にて参加費は無料です。

