

# 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9月28日発行 第66号

## 居場所づくり勉強会 第44弾!

### ～イライラ研究会 みんなで向き合ってみよう～

かあっとしたり、イライラしたりすることありませんか? 「介助」の現場には、「イライラ」がつきものです。うまくコミュニケーションがとれないときなど、障害者も、介助者も、それぞれ「イライラ」します。もちろん、介助以外の場面でも、人とのやりとりの中で「イライラ」することはありますよね。

今回の居場所づくり勉強会では、この「イライラ」をみんなで研究してみようと思います。

「イライラ」が下手に爆発してしまうと、虐待につながったり、あるいは人をとても傷つけたりします。

「イライラ」はどのようなとき、どのような状況で、起きやすいのでしょうか?

「イライラ」して後悔してしまったことはないでしょうか?

「イライラ」した気持ちはどうしたら、うまく解消できるでしょうか?

今回は、まず何名かに自分の体験をもとに報告してもらいます。それから、みんなで「イライラ」について研究していきたいと思います。

なお、今回の研究会は、一人一人の「イライラ」を、個人の問題ととらえるのではなく、できるだけみんなで丁寧に向き合う問題としてとらえたいと思います。

日 時:10月25日(火)14:00-16:00

場 所:日本自立生活センター

参加費:無料

担 当:渡邊



## 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:10月24日(月)

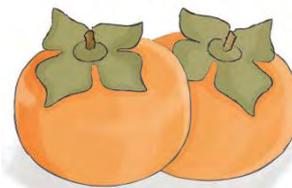
17:00-18:15 (OPEN16:45)

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](mailto:jcil-kyoto@jcil.jp) URL:<http://www.jcil.jp/zigyosho/index.html>



# スキマ☆キャンドル☆ナイトⅢ 2016.8.10



今年のスキマ☆キャンドル☆ナイトⅢも、楽しい夜を過ごすことができました。

夕方、球体遊戯/トミーさんのコンタクトジャグリングからスタート。不思議なパフォーマンスに見入りました。そのあと冷たい飲み物と一緒に、夏野菜カレーやフランクフルト、イカ焼きなどをほおばります。デザートはかき氷とフルーツポンチ。今年はワークス共同作業所のソフトクリームが大人気でした。

暗くなったらキャンドルに点火。星形に並べられた色とりどりのキャンドルランタンが美しく、思わず歓声があがりました。そして、子どもたちのスイカ割りチャレンジ！みんなのおかげで無事に割れて、真っ赤なみずみずしいスイカを味わうことができました。

参加して下さった方、早くから準備をして下さった方、本当にありがとうございました。食事や飲み物の売り上げと募金箱の寄付金の合計 8,061 円は、熊本地震被災地救援募金としてJCIL本体に預けます。今後ともよろしくお願いいたします。



## 第31回 京都福祉まつり ～つながろう☆助け合おう～

☆電動車いすを見て、触って、乗ってみよう！ ☆布を染めてみよう！

☆盲導犬や介助犬ユーザーの方のデモンストレーション ☆手相

☆炊き込みごはん・鶏からあげ・たこ焼き・ソフトアイス・どら焼き etc.

☆太鼓、でてこい音楽隊のステージパフォーマンス

■日時：2016年10月9日（日）11:00-15:00

■入場料：大人 500 円 小学生 300 円

■場所：京都でてこいランド

（京都府船井郡京丹波町下山土淵 6 1 - 7）

- ・ JR 山陰本線下山駅より徒歩約 15 分
- ・ お車では京都縦貫自動車道沓掛 IC から約 40 分
- ・ 京都からは車・JR で約 1 時間半。

■主催：京都福祉まつり実行委員会

お問い合わせ先：日本自立生活センター 075-671-8484

※詳しくはチラシでチェックしてね！



Prop

# 総合支援法に変わったよ！ で、それで？Part54

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…



もうすぐ10月。やけど、日差しはまだ強いね。

そやね〜。この前、栗ご飯を食べたよー。  
いよいよ秋に入ってきたなあ。

うんうん。  
ねえ、それはともかく、あれから、2ヶ月たつね。

うん。ニュースでもやってたん見たわ。  
「障害者はいない」というメッセージを跳ね返す  
ために、みんなしっかり声をあげてはった。



20160926NHKより

うちも同じ  
気持ち。  
わかる…

うんうん。「この事件は国民1人1人の問題。  
障害者を社会から排除するな」っていう  
メッセージボードをもってはった。

うん。容疑者がなんで、障害者はいない、と強く  
思ったのか。それから、なんで、亡くなられた方々  
は施設に入ってはったのか。そういうことを考えな  
あかんね。

ほんまや。うちらも、これから本当に、他人を排除  
しない社会、障害者をいらないなんて言わせへん社会  
をめざして、がんばっていかなあかん！

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。だけど、落ち葉もちらほら舞いはじめ、朝晩は  
肌寒くもなってきたね。

ぼくは秋刀魚を食べたー。おいしかった！  
お酒にも、ご飯にもあうね。

相模原の事件やね。そうだね。  
最近も、ピープルファースト大会 in 横浜や、DPIなど  
の主催で大きな追悼集会があったよ。

うん。ピープルファースト大会では、知的障害のある女性  
がこんな声明文を読んでいたよ。

「『障害者はいない』という言葉は私たちに向けられて  
います。小さいころからバカにされて、お荷物だと言われ  
た私たちだからわかります。人に負けないほど困難を越え  
てきた私たちだから許せません。人の命を支配することは  
だれもできないし、しようとしてもいけません。」

それから、NHKのニュースでは、JCILの香田さんが  
プラカードもって行進しているのも映ってたね。

ほんとそうだよ。事件を他人事として扱ってはいけな  
いよね。なぜ事件が起きたのか、そして今後どうしたらこ  
ういう事件が起きにくくなるのか、そのことをきちんと  
考えていかないと。

そうそう。事件の後、政府や世間では、施設の安全管理の  
強化や、措置入院の強化が言われているよね。でも、施設  
や精神病院の閉鎖性を高めることは、障害者を社会から  
隔離することだから、「障害者はいない」という容疑者  
とほとんど重なる。

そうだね。重度の知的障害、重複障害の人たちが入って  
いる施設のこと、それから世界で一番病床数が多いと言わ  
れる精神病院のこと、それをどう解消していけるか、きち  
んとこれから考えていきたいね。

# Art Festa 2016

ベストテン結果発表



1位



2位



3位



4位



7位



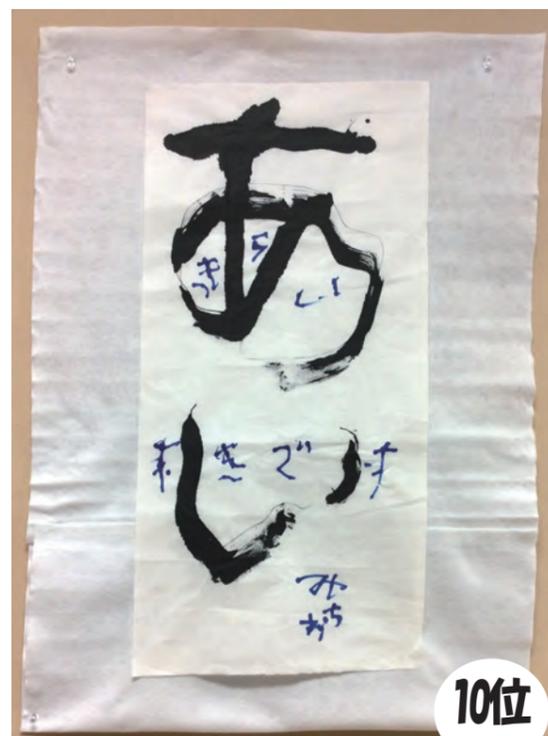
5位



6位



8位



10位



9位

順位	氏名(代表者)	作品名
1	チーム聖林院	聖林院のお庭より"あいろいろの色あい"
2	中村佳代	あんたちゃんどやすみや。
3	辻本美貴	異世界
4	大崎英二	出発待ち大型機械群
5	小泉浩子	愛「介助者募集」
6	大崎雅彦	愛車
7	門野純平	あいがざでおそうじ(愛を下さい)
8	馬場文春	大地の愛
9	辻 奈緒子	あい・はーと
10	小松満雄	愛その他

ご協力ありがとうございました  
2016年8月  
ワークス共同作業所 大崎雅彦

※作品はワークス共同作業所のHPでも  
カラーでご覧いただけます。ぜひ!!