



# 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 2018年7月27日発行 第88号



居場所づくり勉強会 第53弾 災害対策

## 障害者の防災を考える

この6月と7月は、大きな地震と水害がありました。地震では、駅やアパートのエレベーターが長時間使えず困ったという障害当事者がたくさんいました。水害では、避難すべきかどうか迷ったり、避難の困難さを考えたりした人も多かったのではないのでしょうか。

そこで今回のスキマ勉強会では、障害者の防災についてみんなで考えたいと思います。避難計画書を実際書いてみることで、自分に必要な準備を考え、他の人の計画やアイデアを聞いて、どうすればより良い防災にしていけるかを話し合ってみましょう。

災害に備えることは、自分自身を守るだけでなく、介助者や家族、友人知人の命を大切にすることにもつながると思います。障害の有無を問わずみなさんふるってご参加ください。

◆日時：2018年8月31日（金） 14:00～16:00

◆場所：日本自立生活センター事務所（十条油小路）

◆参加費：無料

◆担当：金順喜



### 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：8月20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：岡山・橋口

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

# 職員紹介25

5月から職員が1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 高橋 慎一 (たかはし しんいち)
- ② 2007 年秋ごろ。
- ③ 介助はハルバンでのんでいたら土田さんから声かけられて。  
その他は、西陣のシェアハウスで小泉さん、ワタナベさんから声をかけられて。
- ④ 介助。本体のみなさんとの活動。
- ⑤ A: 考える前に動く。  
B: 動く前に考える。



炎天下だけでなく、湿度の高い環境、冷房のない部屋など、室内でも発症します！

## 熱中症

## 対策は

## しっかりと！

熱中症にならないために・・・

- ① 服装の工夫
- ② 水分補給
- ③ 食事と休養
- ④ 適度な気温、室温、湿度

熱中症になってしまったら！？

**安静・冷却・水分補給！**

※反応がないなど、おかしいと感じたら、  
ためらわずに 119 番！救急車を呼ぶ。

本人は自覚がなかったり、言い出しにくかったりします。周りの方の気遣いも大切です！

小松食堂

八月の献立

二〇日(月)

麺類

十一品

三〇日(木)

麺類

十一品

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  
参加費 三〇〇円

# 総合支援法が改正されるよ！？ えっ、ほんま？Part71

自立生活満喫中のリッコさん  
でもあんまり難しい話は苦手…



うーん、すごく暑い日が続くねー

ほんと。熱中症で倒れてる人も多くいるしね。  
今年は、地震、豪雨、猛暑と、ほんとに災害続きたね。

ところで、今日はどんなお話し？  
確か、重度訪問介護の改善のお話だったよね。

そうだったね。入院中の介助がオッケー、それから  
旅行中の介助もオッケーと認められたんだね。

そうだね。ヘルパーが慣れて、立ち立ちできるま  
で、2か月、3か月、あるいはもっとかかることも  
あるね。

へえ。つまり、ヘルパー研修が安心してできる  
ようになるということだね。

そうかあ。少し使い勝手が悪いね。でも施設を出  
て一人暮らしをはじめの方を支援するときなんか  
も使えそうだね。

うんうん。ヘルパーもなかなか使わせてもらえな  
いし、大学内のボランティア確保も大変だった  
ね。有料で介助者を頼んでいた場合もあったな

そうなんだ。少しややこしい感じだね。

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



ほんと。危険な暑さだね。気象庁は今年の暑さは  
「災害」って発表したらしいね。

そうだよ。災害への備えと助け合い、みんなで声をか  
けあって心がけないとね。

そうそう。今年の4月から、重度訪問介護の内容がよりよ  
くなったので、その説明をしていたんだ。

- ① 入院中でも、重度訪問介護を使えるようになる！
- ② 2泊でも3泊でも何泊でも旅行ができるようになる！
- ③ 新人の同行研修にも介護報酬が払われるようになる！
- ④ 大学や専門学校で介護を利用できるようになる！

うん。あと残り二つを説明するね。まずは「③新人の同行研  
修にも介護報酬が払われるようになる！」について。  
障害が重たいと、新しいヘルパーさんが慣れるまで時間がか  
かるよね。

うん。これまでは同行研修にはお金は出なかったのだけど、こ  
れから出るようになるんだ。新人ヘルパー一人につき、120時  
間まで。「同行支援」として支給決定されるよ。

そうそう。でも、利用者と新人ヘルパーには要件があって、  
利用者の要件は重度訪問介護利用者で区分6以上。あと、新  
人ヘルパーというのは事業所に採用されてから半年以内。事  
業所で働き始めた人だけが対象なんだ。

そうだね。あともう一つ「④大学や専門学校で介護を利用でき  
ようになる！」について。今までは、重度障害者が大学入学す  
ると、通学やキャンパス内の介助者確保が大変だった。

そうそう。今回の制度改革で大学内でのヘルパー利用が可能に  
なるよ。でも、「重度訪問介護」ではなく、各自治体ごとが定める  
「地域生活支援事業」という枠組みでの制度化になる。「重度訪  
問介護利用者の大学等での修学支援事業」という名称で、対象者  
は重度訪問介護の利用者に限られるんだ。

うん。各自治体にまかせられた制度だから、予算編入、要綱作成、  
議会承認などの手続きがあるんだ。今のところ、利用希望者が自  
治体に要望して、交渉しないと使えないところがネックだよ。

# 第43回 車いすと仲間との会 研修キャンプ

障害のある人もない人も一緒になって楽しみながら交流を深めて

「共に生きる社会」のきっかけ作りを目的で行っています。

「非日常だけど、特別じゃない」そんなキャンプを私たちと一緒に創りませんか？

## ◆キャンプ当日について◆

【日時】 9月14日(金)～9月15日(土)

【場所】 京都でてこいランド

(JR山陰線下山駅徒歩20分)

【参加費】 日帰り2000円／1泊2日4000円

【募集人数】 15名

【サポーター】 40名

- ※参加応募の締め切りは8月3日です。
- ※参加費には、宿泊費・食費・保険代が含まれています。
- ※送迎の必要な方は実費負担となります。
- ※お酒を飲まれる方は別途カンパをお願いします。



**サポーターの募集を行っております！！**

**こんな人はぜひキャンプに来てね！！**

「車いすと仲間との会」って何？と思った「あなた」  
「福祉のまちづくり」って何？と思った「あなた」  
障害があるけど何か始めたいという「あなた」  
障害がないけど何か始めたいという「あなた」  
「共に生きる」を実践してみたい「あなた」

※年齢・国籍・性別・障害の有無は問いません。

★興味のある方は「車いすと仲間との会」まで

TEL：075-671-8484 FAX：075-671-8418

E-mail：jcil@cream.plala.or.jp

担当者：宇田隆 下林慶史

実行委員会では  
カンパ集めの一環として  
「松の間」で

8月23日(そば)、9月6日(うどん)の  
12時頃から14時まで  
1玉 300円／2玉 350円  
で提供します。  
ご注文は宇田・宇野まで  
075-671-8484