

# 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 2012年2月28日発行 第11号

## 電動車いす体験研修を開催しました！！

いつもみなさんが介助の中で目にする、電動車いす。障害をもつ人が、自らの思いの中で自由に動くためのもの、「足の代わり」の役割を果たす電動車いす。この、電動車いすが身体の一部としての機能を果たす、それがどういうことなのかを体感してみてください。そこでは、きっと、介助しているだけでは見えなかったことが見えてきます。障害をもちながら社会で、地域で生活していくことはどういったことなのか…？そういうことが、ほんの少しですが、感じて頂けるとと思います。電動車いすで街に出掛けて、いろんなことの変化に向かい合ってください。

2月2日、7日、22日、25日（計4回）介助者として働くみなさんを対象に、電動車いす体験研修を行いました。

- ◎電動車いすで、一人で街に出掛けてもらう。
- ◎市バス、電車を必ず利用してもらう。
- ◎障害者になりきる。すべての場所で車いす使用。

今回の研修は、受けたみなさん、とてもよい体験だったと思います。ただ、車いすで出かけてみる。それだけでの体験でしたが、「自分は社会から取り残されたのではないだろうか？」「時間の流れ、風邪の流れ、聴こえてくる音、全部が違います。」といったことを感じるにより、障害者の置かれてる現状を少し感じてもらえたり、車いすでの不便さを体験出来たことにより、明日からの介助に役に立つヒントを見つけることが出来たのではないかと思います。（小泉）



### 電動車いす体験研修に参加して

辻本 美貴

介助を始めて約3年、初めて1人で電動車いすに乗り街に出かけるという機会を与えてもらいました。

研修を終えて思ったことは、移動に時間がかかる、街中バリアが多く不便である、バスや電車の乗り降りの安全保障をきちんとしてほしい、車椅子にずっと座っていると身体が疲れるなど、車いすユーザーの方の何気ない言葉の意味が改めて分かったような気がしました。

それに加えて、私は電動車いすで街を歩きながら、「いつもより自分がしっかりしている感じ」「私は一人だけど、周りの人と繋がざるをえない」という不思議な気持ちを抱いていました。

外出中には、いつもより道順や時間配分などについて何倍も頭を働かせなければならなかったし、「私は今1人だ」という気持ちが強く出てきて、転んだり車に接触したりしないように何倍も注意を払いました。いつもは、そんな事を考えなくても何となくで済んでいたのが、電動車いすのときの方がいつもよりしっかりしないといけませんでした。それと、交通機関の乗り降りの手助けや周囲の手助け（飲食店で机までご飯を運んでくれたこと）など、誰かからのサポートを受けることにより、周囲との接触が増え、いい意味でも悪い意味でもいつもより人とのつながりがあったように思いました。（スムーズに進めずいちいち面倒なことが多かったですが、人と話す機会も増えた。）

そんなことを考えているうちに、「自分は一人だけど周囲と繋がっている・繋がざるをえない」ということを知るのには、障害がある、ないにしろ、生きていく上でも大切だよな…とふっと思いましたし、車いすに乗るということは毎日そのようなことに向き合わないといけないんだと、あらためて感心いたしました。貴重な体験をありがとうございました。



## ～介助のある風景～

西垣まどか

重度障害をもつての一人暮らし

私は先天性脳性マヒによる運動機能障害があり、幼き頃から自分の身体の動かせる範囲が限られていて、できないこととの差がはげしく、表れます。それはリハビリを常にしても目立った変化もないので、現状維持、体力維持をすることに重点をおいて暮らすことに決めました。できない事が多すぎてどうしようかととまどう事もたびたびだった時期もありましたが、自分に秘められた人としての本当の力を信じようと思ったとき「この身体はこんなもの」と納得して、はりのある生活へと変化させてきました。障害のために周りの人より紆余曲折あったというのが、本音です。いま私自身はあまり障害者という事をあまり気にせず、毎日を過ごしていることが嬉しいことです。

私が JCIL のスタッフになるまでは施設暮らしをしていましたが、どうしても肌に合わず（障害の機能低下を維持するためだけに施設にいたくない）という思いが強くなりました。できるだけ住み慣れた地域へ帰り、暮らすというシンプルな生活に踏み出しました。“このチャンスを逃してはならぬ”と今の生活を始めて正解。施設の中にいたときに知り得なかったことだらけ。失敗しても何とかなるよと言い聞かせ、乗り越える毎日。障害が重度になってできることが少なくなっても平気な顔して、今と同じような暮らしを続けたいと思います。

そんな私の生活を支えてくれるのは一日にして8人から10人来てくれるヘルパーです。ふと気がつくと、私のためだけに決まった時間、動いてもらえるなんて、なんて

素敵なことでしょう。集団生活、施設の暮らしではなかなかなかった現実が嬉しいです。目の前に広がる日々の生活にヘルパーが寄り添ってくれています。私の色んな日のいろんな顔を介助者の方が知ってくれていることになりません。介助してもらおうと今日の間にしておきたい事をヘルパーさんに伝えるのです。身体が動けなくなればなるほど、目の前の事をスムーズにその人の望むようにやり終える、そのこと自体がとても大切だと思っています。

私の介助に入っていただく方には、あまり難しい指示は出さず、分かりやすくと思っています。例えば車いすに乗っていても、松葉杖をついていてもその事を見るより、そこに座っているその人そのものを見ないといけなくと思っています。人間として一対一で付き合っていく中で、二人介助の現状があります。その時に私がいつも思うことは介助の手を貸していただくことが多くても自分の意志を通すこと、そして介助者の方には身体を上げたり降ろしたり、密着することを理解してもらったうえで、介助してもらおうことが必要となります。このような光景を日々繰り返していると、私の身体はすっと素直に緊張が取れ、ごく自然な形で生活できているのです。これらの事を総合すると、リハビリの専門家がリハビリをしてくれるよりも、介助者に介助してもらおう方が私らしいかな、と思う今日この頃です。介助の人は私よりも前に出すぎず、だけど個人を大切にして自然体でいてもらいたい、というのが私の理想です。

最後まで読んでいただきありがとうございました。書くのは難しかったです。

(2008年10月14日「自由人60号」より転載)

### 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、疲労感も和らぎます。血行がよくなるので冷え対策にも効果大！

初めてでも、身体がかたくても、ゆっくり自分のできる範囲で行うので大丈夫！男女問わず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：3月8日(木)・22日(木) 18:15-19:30

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

費用：無料



1000年に1度と言われた東日本の大津波。今も伝えられている被災地の状況、そして原発事故による放射能の恐怖。

友人たちはこの1年をどう過ごしたのだろうか。昔訪ねたところはどうなってしまったのだろうか。障害者運動を共にした人たち、そして若い人たちはこの災害をどう受け止めたのだろうか。そしてこれからどうするのだろうか。

山形を離れてから25年。私などが今さらのこのこ訪れても邪魔になるだけに違いない。

でもやっぱり行ってみよう！ ブログやメールで毎日情報を流し続けている人たちに会いに行ってください！

そこに新しい出会いや笑いやドラマが生まれることを期待して仲間たちと会いましょう！！

3月に被災地へ行ってきました。活動はJCIL ブログにもアップ予定 (<http://blogs.yahoo.co.jp/jcilhontai8484>)。ぜひのぞいてみてください。

(日本自立生活センター 矢吹)

# 総合福祉法に変わるよ！ えっ、ほんま？ Part7

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…



えっ？どうしたん？

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



大ピンチ!!!

すかすかで超薄っぺらい？  
どういうことなん？

この前の2月8日に、新法に向けた「厚生労働省案」がついに  
出されたんだ。だけど、その内容が、すっかすっかのすっかすか。  
超うすっぺらいんだ。

けど？

当事者メンバーの入った総合福祉部会が、「総合福祉法骨格提  
言」をまとめたと言ったよね。新法はそれに基づいてつくられ  
るはずだった。だけど…

つまり、あんまり自立支援法と内容が  
変わらへんてこと？

厚労省案は、骨格提言を完全に無視！  
骨格提言では、前回紹介した6つのポイントを達成するための具  
体的な提案を120ページ以上にわたって書いているけど、厚労省  
案は行間すかすかの4ページ。実質A4で一枚くらいの内容なん  
だ。名称の変更と、ほんの少しの手直しですませようとしている。

え、でも裁判をして、国が反省したんじゃ  
なかった？自立支援法を廃止して、新しい  
法律をつくることも約束してたやん。

そう。例えば、自立支援法では、障害程度区分によって利用で  
きるサービスが決まっている。それを骨格提言では、生活のな  
かの支援の必要性は障害程度区分でははかれないから、当事者  
との相談で決めよう、と提案していたんだ。でも、厚労省案で  
は、「5年後に見直す」としか書いてない。つまり、何も変えな  
いということ。問題の応益負担の原則も変わってないよ。

そなん、いまさら。  
総合福祉部会の55人の委員さんがいままで  
がんばって話し合ってきたのは、新しい良い  
制度をつくるためやったんやろ？

そのとおり。「基本合意文書」を取り交わして、当時の長妻厚  
生労働大臣が署名した。だから、これは単に障害者の問題だけ  
でなくて、政府が裁判での約束を破ることもなるから、重大  
な問題なんだよ。厚労省の言い分は、新しい法律にすると現場  
が混乱するから変えない、ということらしいけど。

確かに総合福祉法のピンチやな。  
これからどうなるんやろ？

そうそう、当事者主体で制度を変えていこう、ということだっ  
たんだよ。だから、総合福祉部会のメンバーはとっても怒って  
いる。2月8日の総合福祉部会の様子はユーチューブでも見る  
ことができるよ。

今、民主党の中で検討中。民主党もふがないけど、その中  
で良心的な議員さんはなんとか踏ん張って、このままじゃあ  
かん、民主党は約束を守らないとあかん、骨格提言を守らな  
いとあかんって、がんばってくれている。  
何より、多くの当事者の仲間が国に対して怒りの声をあげて  
いるよ。いずれにしてもこの法律は僕たち障害者と介助者み  
んなに影響するものだから、しっかり注目していこう！

第26回「国際障害者年」連続シンポジウム  
**障害者と原発問題**  
～福島原発事故以後をどう生きるか～

■基調講演■

震災、原発、そして障害を持つ人達

鈴木 絹江さん 福島県田村市在住・NPO法人「ケアステーションゆうとぴあ」理事長

■シンポジウム■

パネリスト

堤 愛子さん NPO法人町田ヒューマンネットワーク副理事長

植田 劭さん 使い捨て時代を考える会

橋本 尚樹さん JCIL介助者

■日 時:3月3日(土) 10:30-16:30(開場 10:00)

■場 所:ラポール京都(京都労働者総合会館)2階大ホール

京都市中京区壬生仙念町 30-2 (市バス 四条御前下車すぐ)

■参加費:500円 \* 昼食は各自でご用意ください。



2011年の東日本大震災によって被災した障害者はこれまで以上に困難な状況に追い込まれています。避難所や仮設住宅は配慮が不十分です。本人の意思に反して入所施設を送られた人もいます。ヘルパーが避難して、大変な状況にある人もいます。とりわけ福島では、放射能被害に苛まされつつも支援がほとんど行き届かず、困難な状況のなかで日常生活を送っている人がたくさんいます。しかし、その現状は福島県外にほとんど伝わってきません。

また、放射線の影響が懸念されているなかで、「障害児や奇形児が生まれるかもしれない」という不安の声があります。その恐怖感に基づいて原発に反対する人々もいます。しかし、このように「障害」のイメージを利用して恐怖を宣伝する語り方は、障害者差別の根底でもある「優生思想」そのものだと考えます。

そこで今回は、福島県田村市の「福祉のまちづくりの会」代表である鈴木絹江さんをお招きし、福島における障害者の現状と課題について基調講演をしていただきます。続いて、東京から反原発運動のなかの優生思想を批判してこられた堤愛子さん、京都から、環境問題の視点から脱原発に取り組んでこられた植田さん、JCILで介助者をしながら反原発を訴えている橋本尚樹さんに参加していただき、鈴木さんとともに報告と討論を行います。

福島の想像を絶する現状と課題を見据えつつ、これから障害者と健常者が共にどう生きていくのか、脱原発の課題は何かについて、みなさんと議論を深めたいと思います。

■主催:「国際障害者年」連続シンポジウム運営・実行委員会

京都市南区東九条松田町 28 メゾンガラス京都十条 101

TEL:075-671-8484/FAX:075-671-8418

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

詳しくはHP・チラシをご覧ください

