

福祉情報誌

暮らしに役立つ、ちょっとわくわくすることがある、そんな情報を贈ります。

平成20年2月19日(毎週火曜日)増刊 AJU通巻8349号

昭和54年8月1日低料第三種郵便物認可

発行所 / 東海身体障害者団体定期刊行物発行協会

名古屋市中区丸の内3-6-43 みこころセンター4F

AJU自立の家

第92号

2008年2月20日号

定価 250円

編集 / 社会福祉法人AJU自立の家
福祉情報誌発行委員会
発行 / AJU車いすセンター
AJU自立生活情報センター
わだちコンピュータハウス
連絡先 / 〒466-0025
名古屋市昭和区下横町1-3-3
わだちコンピュータハウス内
TEL(052)841-9888
FAX(052)841-1015
E-mail:f-joho@aju-cil.com

テーマ

あなたの声に こたえます。



絵 森 美由貴

はじめての一步をふみだしたあなたへ

- あなたの声に応えます…………… 1
闘病記ならぬ遊病記？
手術当日・術後・お見舞い編 1
中越沖地震における
災害時要援護者被災状況レポート 4
- アクセス情報…………… 8
みんなで交通について考えよう
- お宿の紹介…………… 12
東京亀戸の宿泊体験記
- 生活の道具相談室…………… 15
携帯電話事情
- かつきのページ…………… 17
- グルメな調査隊 第53弾…………… 18
Slow Food s 白鳥物語
- トラベル情報…………… 19
春爛漫 ハウステンボスと長崎3日間
南国の宮崎・鹿児島3日間
アイランド石垣
竹富&西表島めぐり4日間
大自然紀行
ニュージーランドハイライト8日間
アカシアの花咲く大連4日間 他
- 福祉用具のリサイクル情報…………… 21
- 読者のこえ…………… 22
投稿「森林セラピー体験(後編)」
- いろいろ情報…………… 23
ナゴヤチャリティーマラソンフェスティバル
イチゴ狩り&お花見 他

脳性まひの二次障害

「筋解離術(きんかいりじゅつ)」

「闘病記」ならぬ「遊病記？」

手術当日・術後・お見舞い編

今回で3回目となりました。でっちゃんにいろいろと質問している“まち”です。でっちゃんとは、親友、悪友、飲み仲間、おまけに隣に住んでいる…。私もでっちゃんと同じく脳性まひ（アテトーゼ型）で不随意運動（自分の意志とは関係なく身体が動いてしまう等）と言語障害があります。今回は、でっちゃんの手術当日から術後の大変なときの様子、そして、私がお見舞いに行ったときの報告、でっちゃんが送ってくれたメールとともにわからないことは質問しようと思っています。



5月31日(木)、手術当日。

まち：実は、私は手術日がいつなのかはっきりきいていなくて、その日の夜にでっちゃんの旦那(以下：森パパ)からメールをもらい、その時、初めて知りました。それである日、森パパに直接きいてみました。

まち：「ねえ、手術はどうだったの？」

森パパ：「俺が帰る頃はまだ生きていたよ。」

まち：期待通りの答えをありがとうね(フー！) 気をとりなおしてでっちゃんへの質問にもどりましょう。ここで、手術当日の様子をお願いします。

でつ：当然、朝ご飯は抜き。でもいつもの食後の緊張止めの薬は少量の水で飲んでいいといわれた。午前中1件オペがあって、だいたい12時半ごろになるだろうといわれていた。1時間ぐらい前から点滴が始まり、その点滴の中に安定剤もあったらしい。それからベッドの上で、便器でおしっこをして、手術着に着替え(下着はパンツのみ)下半身はバスタオルでくるまれストレッチャーのった。そして母ちゃんと部屋の人たちに見送られて手術室に…。



まち：手術直前は、どんなかんじだったの？私が

お産でお腹を切ったときは、麻酔をするまで不安でいっぱいだったけど…。

でつ：私たちは、アルコール好きだから麻酔が効くかどうか心配だったとか？

まち：…。

でつ：私もそうは思ったけど…。それほど、不安じゃあなかったよ。麻酔はたぶん手術室に入ってから準備の場所のような部屋があって、そこでやったと思うんだけど…。その部屋で看護師さんたちが世間話をしたり冗談を言ったりしててしっかり意識はあったんだ。それから、酸素マスクをつけたあたりから覚えてない…。

まち：森パパからきいたんだけど、手術中にカミナリが近くに落ちて停電したんだって？

でつ：うん。そうらしいねえ。なんか森パパが病院に到着(私が手術室に入ったぐらい)はまだ晴れていたらしい。それから1時間ぐらい経って雨が降って雷が鳴り出して近くに落雷したらしい。母ちゃんと森パパが待合室にいたら電気が消えて待合室は一瞬、真っ暗に…。そして周りの人たちがあわただしく行ったりきたりして、ちょっとしてから、「手術室は補助電源がありますから大丈夫です。」と説明があり、母ちゃんと森パパはひと安心。

まち：それで術後、傷跡はもちろん痛いんだよね。

でつ：傷跡の痛みはそれほどでもなかったんだ。その日の当直の看護師さんが見回りにくるたび「痛かったら我慢せずにいってくださいね。痛み止めの薬を用意してますから...。」といわれたが、毎回「いいです。」といって、結局1度も痛み止めは使わずにすんでしまった。その看護師さんには「森さんはすごいですね。」といわれのだが...。私は痛み鈍感なのか、我慢強いのか、自分でもよくわからんけどね。

まち：手術直後の状況は？それから、目が覚めて一番初めに思ったことは？

でつ：えーっと。頭の周りは包帯が巻かれさらにその上から帯みたいなものまで頭が固定されていて、右手の甲には点滴、人差し指には脈拍計、胸にはいろいろな線、首の傷口からの血液の管(ドレーン)。それとおしっこの管(カテーテル)、酸素マスクがつけられていた。メールで送った写真《右》は、あくる日(6/1)の朝、酸素マスクと頭を固定してあ



った帯が外してもらった状態だけだね。目が覚めて一番初めに、頭の周りが痛かった。あとで看護師さんにきいてみたんだけど、手術中、頭をしっかり金属製のリングのようなもので固定されていたんだって...。その跡が痛かったみたい。それと酸素マスクをつけているので、口が渴いて仕方がなかったし、口のまわりが乾燥して気持ち悪かった。母ちゃんに一瞬、酸素マスクをとり、口のまわりを拭いてもらい、お茶を飲ませてもらった。

まち：当然、術後は個室なんだよね。

でつ：いや、4人部屋だよ。術後の人専用の部屋で、そこは、簡易ベッドを借りて付き添いも泊まれるんだ。私の次の日に手術した男の子は、痛くてずっと泣いていたよ。結局私はそこに4日間(血液の管が外れるまで)いたよ。ちょっとここで血液の管の説明するね。切った筋のところに血液がたまっているんだって...。その血液を抜くための管で、だいたい片方20ccくらい(色が透明になってから)抜けたら管を外せるそう。

6月2日(土)、術後 2日目。

まち：ねえ、でっちゃんが術後2日目ぐらいから、メールをくれたけど自分でメールうってたの？

でつ：うんそうだよ。さすがに、1日目は、寝とったけど、2日目からは、母ちゃんに携帯を枕元(私が画面が見えるところ)で支えてもらって自分でうってたよ。写真《右》は術後3日目(6/3)昼、頭の包帯といういろいろな線が外れた状態です。まだ、血液の管(ドレーン)とおしっこの管(カテーテル)はついている。



でつメール：『術後1日目からご飯は完食です。体位をかえるのはえらいこっちゃですが元気です！』

まちメール：『す・ご・い！このメールを見てあんたは不死身だと思ったわ。らしいと言や～、らしいが...。あたしゃ～、また「ウーウー」うなっとなるかと思っとなね。もちろん痛いんだよね。』

でつ：私もこの返信メールをみて笑ったわ。ご飯は毎回完食だったんだけど、やっぱり寝ている状態で食べるのはのみ込みが大変だったなあ。ちなみに術後1日目の朝食はおかゆ・卵豆腐・みそ汁・ゼリー・牛乳でした。それとずっと寝ているので背中と腰が痛かった。

6月5日(火)、術後 5日目。

でつメール：『ようやく血液の管(ドレーン)とおしっこの管(カテーテル)を外してもらいました。今日の午後からもとの部屋にもどります。』写真《右上》は術後5日目(6/5)夜、ちょっとしんどそう。ベッドを30度くらい起こしカラーをしている状態です。



6月7日(木)、術後 7日目。

でつメール：『今日からベッド上でのリハビリが

はじまりました。寝ている時は固定されていないので楽です！起きてる時はソフトカラーをします。今日は1時間ほど座ってました。』写真《下》は術後7日目(6/7)、寝ている状態です。



まち：このリハビリってどんなことするの？

でつ：足の筋力と腹筋をつけるために寝た状態で、足のあげおろし、足首、膝の曲げ伸ばしだよ。

6月9日(土)、術後 9日目。

でつメール：『ヤッホー。こちらは今日から明日にかけ豪雨になるらしいです。森パパから「明日まちたちが行くかも?」とききました。「こんな天気のときに…。こんな山奥まで来てまっては悪いがね。」と、うちの母ちゃんも申しています…。無理してこんでもいいよ。』

まち：じゃあ。私からそのときのお見舞いに行ったときのことを報告しますね。

6月10日(日)、術後 10日目。

まち：朝6時頃「ゴロゴロ、ピカピカ、ドーン」私はカミナリ様の音で目が覚めた。ひえ～、こんな悪天候の中、私は東京までお見舞いに行くのかと気が引けましたが、行くと言った以上は止めるわけにもいかず、名古屋駅で友達と待ち合わせて新幹線に乗り込みました。「新横浜」に到着したのは11時半頃、それからJR横浜線に乗り換え「町田」まで。町田のターミナルビルはとても大きく、「さすが東京だべえ」と思っていました。森パパからの情報によると「新横浜駅」からJR横浜線の「町田駅」で降り、それから「野津田車庫」行き(図師経由)のバス(ノンステップバス有り)に乗り換え、「並木」下車。徒歩15分ほどで南多摩整形外科病院に到着するそうです。はじめは私もこのルートで行くつもりでしたが、森パパから「ちょっと待った!」のサインが…。森パパ曰く、「ノンステップバスの本数が少ないうえ、

「並木」のバス停から病院までの道のりは急な坂道で歩道は電動車いすの幅スレスレで、そうかと言って交通量も多いので歩道から降りて車道を走るのも危険だよ。現にオレは夕立で大雨の中、その道を帰ってきたんだけどタイヤが滑ってとても怖かった。」とのこと。私は以前高い歩道(30センチくらい?)から落っこちて電動車いすごと横倒しになったことがあるので、今回は町田にある地元のリフトタクシーを予約して病院まで行くことにしました。朝から降っていた大雨も止み、リフトタクシーに乗る頃には晴れ間が出ていました。車窓から見られる風景ははじめ「さすが東京だべえ」と言う感じでしたが、だんだんとのどかな街並みになり、ついには緑いっぱいの山道を登っていき、病院にたどり着きました。病院のホームページに「環境を重視しているので交通の面は不便です」と書いてあったけど、本当に小高い山の上にあり、でっちゃんのお母さんは付き添いの人のための寮で寝泊まりしていて、毎朝ウグイスの鳴き声で目が覚めたと言っていました。

さて、当の本人はというと、術後10日目にしてしんどそうに寝ているのかと思ったら、もうベッドの上に座り込んでいて私たちを元気に迎えてくれました。手術の内容は前回ででっちゃんが詳しく書いてくれました

が、やはり切った跡が生々しく、手術の大変さが伺えますが、でっちゃんはいつものごとく笑って



「こんなもんかな」と言っていました。病院には2時間ほどの滞在で、帰りはでっちゃんのお母さんも一緒に名古屋まで帰ってきました。

でつ：あんな天気の中、よーきてくれたねえ。その上ちょうどその日に名古屋にもどる予定だった母ちゃんと一緒に帰ってもらってありがとね。母ちゃんの帰りのことを心配せずにいられたわ。

まち：では、今回はこの辺で…。さて次回は、あれこれ退院するまでのエピソードとでっちゃんその後の状況をききたいと思っています。

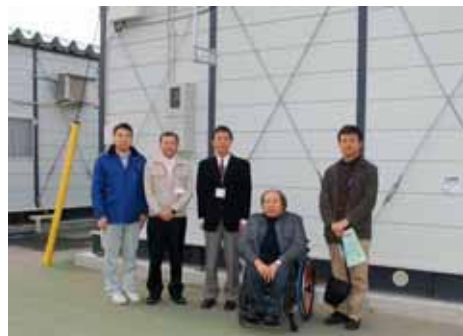
中越沖地震における災害時要援護者被災状況レポート - 大規模災害、その時障害者は！？

避難生活が長期化したNさんの場合

近年大規模地震が相次いでいます。日本列島が地震の活動期に入ったともいわれます。地域で暮らす障害当事者は、大規模災害にあったときにどうなるのでしょうか。

平成19年7月16日、新潟県を襲った中越沖地震。新潟県では3年前の中越地震や2年前の水害等毎年のように災害を体験しています。編集委員の水谷は、11月28～29日の2日間、被災地の新潟県柏崎市と刈羽村に入り、被災した障害者、高齢者とその支援にあたった団体からのヒアリング調査を行ってきました。ご自身が中途障害で車いす使用、お子さんがダウン症候群の刈羽村のNさん宅を訪ね、発災時の様子や、避難所暮らし、自宅に戻るまでの様子をインタビューしました。

(写真右上：柏崎市仮設住宅にて、調査スタッフ・柏崎市職員とともに。文中写真は記事と関係ありません。)



ご家族の状況

夫...健常者。会社勤め。

本人...57歳。脊椎狭窄症。中途障害。室内手動車いす、屋外は簡易電動車いす使用。車いすを積み込むオートボックス付きの自動車で遠距離は移動。

娘...18歳。ダウン症、知的養護学校高等部3年生。

住宅地にあるバリアフリーに改造された一戸建てのご自宅を訪ねました。震災により半壊したため、4ヶ月半の避難生活を余儀なくされ、訪問の3日前に自宅に戻ったばかりでした。

3人家族で、ご本人が中途障害で1級の肢体障害があるほか、娘さんも知的障害があって養護学校高等部に通っています。娘さんの小中学校は、地域のつながりが絶たれないため、地域の学校を選ばれました。入学時のエピソードとして、地域の学校に入れるため子どもの障害を説明してまわった際「子どもの障害をふれ回るのか」と非難され、教育委員会とケンカしたこともあったそうです。

災害当日

当日は海の日だったので、家族3人とも自宅で過ごしていたところに突然の大地震。家の周りに土地の隆起と断裂ができ、家屋は半壊し、子どもがパニックを起こしたとのこと。

「とにかく逃げた。通りまで出たら揺れが収まった」。通常は段差解消機のついた車庫から出入りするのですが、発災時は「車庫がつぶれたために玄関から旦那に抱きかかえられて外へ出て、車いすに乗り移った」「足を確保するため車だけは何とか旦那に外へ出してもらった」とのこと。

「旦那のいない時だったらどうなっていたか...」。

1日目は車中泊で家の前の道路で夜を明かし、2日目以降は避難所へ身を寄せられました。



避難所へ

生涯学習センターラピカや、総合体育館、老人福祉センターでは対応できないと言われ、福祉避難所になっていたデイサービス施設きららに家族3人身を寄せたそうです。そこは介助を要する高齢者を中心に20名以上が避難しており、平均年齢94歳、100何歳という高齢者もいたといいます。設備の整った避難所には高齢者が多く身を寄せる実態がうかがえます。

「娘はストレスで言葉が出なくなり、大人の私たちでも超高齢者の静けさの中ではストレスは溜まります」。それで、朝ご飯を食べ終わると広く飛びまわれるスペースのあるラピカ（一般避難所）に移動して日中を過ごす事にしたそうです。そこには救援物資の飲み物やお菓子も大量にありました。避難所の子どもたちは自由に飲み食いしていましたが、「娘が飲み物やお菓子をとりに行くと、年配の女性によそ者の目で見られ、泥棒まがいの言い方をされ傷ついた。」「娘はラピカに行きたがらなくなり数日行っただけでした。」そんな時、娘さんの通う養護学校が夏休みの間学校開放を申し出てくれたそうです。「涙が出るほどうれしかった。」

保護者の送迎で小中学部は2、3名の重度心身障害のある子と、高等部からは1名利用し、教職員が交代で面倒をみてくれたそうです。

夏休みが終わってからも、自宅から通学できるまでは、学校側の配慮で午後3時45分まで預かってくれたそうです。

避難生活の長期化に伴って

Nさん一家はきららが本来のデイサービスを再開する関係で、老人福祉センターに移り、8月20日の避難所閉鎖後も11月24日まで自宅の出入りが車いすで可能になるまで一部屋貸してもらい居候されました。

「トイレは困りませんでした。どこの避難所もバリアフリーの建物でしたから。断水が長引いたのですが入浴も福祉活動に熱心な企業の設備提供

のおかげで介助の必要な私たちも毎日はいれました。」避難所閉鎖後も、デイサービスを利用していないきららで、リフトにより入浴介助をしてもらえました。「数ヶ月に及んだ居候生活にしても入浴にしても、小さな村だけ各家庭の事情を把握して配慮してもらいました。」

ワンホールで過ごす避難にはプライバシーが無く、避難所に間仕切りの必要さを感じたそうです。



もともと丈夫だった旦那さんが、血圧190になり、仕事を1週間休んだそうです。「今も乱高下が続いています。避難所に間仕切りなどは当然無く、周りに気を遣いながらの安静？でした。」

「避難生活が長引くにつれて、部屋から出るのがだんだん億劫になっていきました。」外出制限があるわけではないが、心理的に部屋から出たくない気持ちになったのだそうです。

「洗濯は4ヶ月間、主人がやりました。」柏崎の会社の洗濯機で洗濯し、自宅に干しに戻り、仕事を終えた後取り込んで避難所に戻る生活を繰り返されたとのこと。ストレスと疲労が積み重なっていきました。

物的支援、人的支援

「行政からの支援物資としては食事のみ。あんなにたくさん物資は届いていたのに、手元には届かなかった。」

行政（自衛隊）からの食事提供は避難所閉鎖まで受け、その後は障害者のたまり場「喫茶めぐ」さんの配食サービスを利用されました。本人は手も使えないため、配食サービスを利用していました。

ショートステイ等、



子どもの放課後支援を週2、3日利用したそうです。家事援助として介護保険でのヘルパー利用は家族の介護力で判断されて利用することができないそうです。

仮設住宅

11月1日現在で、柏崎市では応急仮設住宅が1,007戸設置され、刈羽村でも200戸が設置され、約3,000人が入居しました。障害者や高齢者にも配慮し、正面にスロープは設置してもらえるものの、Nさんの場合、「3人家族に車いす使用で3DKを用意してもらっても、車の乗り入れ禁止では生活できない。」国の基準ではできないが、村の予算で仮設にカーポートを直付けして、生活に困らないようにしてはどうかと、提案があった

そうですが、仮設に入居すると自宅復興の100万円（半壊）が使えないため辞退されました。

自宅の復旧工事

Nさんの場合、自宅の復旧は4ヶ月半と長引きました。工事してくれる職人がいなかったためだそうです。上越市の職人さんに直してもらったところ、「応援要請があったらもっと早く直せたのに。」といわれたとのこと。「特に下水道関係は地元の指定業者しか手が出せず、せめて緊急の時は縄張りなしに対応してほしい。」

最近の大規模災害における災害時要援護者支援の動向

AJUでは、能登半島地震や中越沖地震等において、避難所間仕切りセツト等の支援物資を届けつつ、高齢者や障害者などの要援護者の緊急支援活動にあたってきました。また、被災地のヒアリングとともに災害時要援護者の支援に関するセミナーを2度開催し、被災当事者と障害当事者の視点で検証を行ってきました。そこから見えたきたことをまとめると…。

(1) 物資は確かにあふれている

被災後1～2日後には、全国からの支援物資と自衛隊による備蓄品の供給が始まります。3日目にはコンビニも営業を再開します。個人からの物資提供を断った柏崎市長の勇断は、3年前の中越地震で市職員による仕分けの労力が大き過ぎた教訓からです。Nさんの発言にあったように、備蓄倉庫（体育館）には支援物資がうず高く積みま



(2) 自衛隊の大量投入、自治体間の応援と専門職、技術ボラの活躍

中越沖地震では物資調達、炊き出しと入浴の提供等、生活の基本部分を、当初から大量に投入された自衛隊が支えていました。全国からの部隊が海浜公園に駐留し、大型の艦船が何隻もつけて海上輸送を確保していました。



逆に、災害ボランティアの影が薄かった印象です。ボランティアセンターは立ち上がっているものの、避難所にはボラセン経由のボランティアはほとんどみられませんでした。代わりに県内外の看護師会および大学病院の看護師さん、心理系と思しき大学生の傾聴ボラなど、直接避難所入りしたらしい人たちの活躍が見られました。



街中には自衛隊車両、大学病院のドクターカー、他県自治体の消防車、救援車両、応急危険度判定士の闊歩する姿、東京ガスの配管工事、N T T東日本の電柱工事など、最近では事前協定もあって専門職もいち早く災害救援と復旧にあたるようです。

「自衛隊風呂では母親と一緒に入れないで困った」という複数の障害者家族の訴えもあり課題です。

(3) 福祉避難所の開設

新潟県老人福祉施設協会と近隣の社会福祉法人が中心となって、県内外の介護スタッフをコーディネートし、8箇所の福祉避難所を開設しました。介護度の高い人たちはショートステイにつなげつつ、一般避難所では困難な人たちの避難受入を組織的、系統的に行っていました。現場に裁量権を与え、介護の専門職のべ1084人で見事に回していました。

(4) 災害時要援護者への安否確認と個別支援

柏崎市福祉課では障害者への安否確認を、民間事業者（地域生活支援センター等）に委託し、専門家チームによるこころのケアを含む個別支援を行いました。この点は以下のセミナーで支援センターの施設長を招き、報告いただく予定です。

第3回 災害時要援護者避難支援・避難生活支援セミナー

日時 3月12日 13:30～、名古屋市総合福祉会館

内容 災現場からの報告「中越沖地震における障害者支援活 - 安否確認と個別支援、こころのケア」
地域の障害者、支援者とともに行うD I G防災訓練とG I Sによるデータベース化の提案

参加費 無料 定員 80名（先着順）

問い合わせ先 052-841-9888 わだちコンピュータハウス 防災企画グループ 菅沼

みんなで交通について考えよう

～安心・安全に、出掛けたいときに、出掛けられますか？～

今年3月、名古屋市営地下鉄・東山線に15年ぶりに新型車両「N1000系」1編成6両が導入されます。昨年の秋、名古屋市交通局は、「車両の側面などにある行き先を電光表示、車いすスペースは従来の3倍となる6ヶ所、車両の床とホームとの段差を11cmから5cmに小さくした低床型で、人にも環境にもやさしくなっています。」等々、新型車両導入の発表をしました。うれしいニュースかと思いきや、福祉情報誌編集部の内外で「これって私たち車いすユーザーにとってどうなの？」という声が聞こえ始めました。



そこで、この疑問を名古屋市交通局に問い合わせるとともに、公共交通機関に精通しており、「誰もが利用できる交通機関を求める全国行動・愛知実行委員会」の活動に参加している水谷克博さんにお話を聞くことにしました。

名古屋市交通局に次の二点を問い合わせました

- ・2010年度まで毎年1編成、東山線に導入していく計画ということですが、毎年1編成では東山線全48編成が置き換わるには48年かかることになります。
- ・新型車両導入時にはバリアフリー新法(*1)の移動円滑化基準で、ホームと車両との段差はできるだけフラットにしなければならないという義務化基準があります。5cm残った理由は何ですか。

名古屋市交通局からの回答

交通局では、平成12年に施行された交通バリアフリー法、あるいは、平成18年に交通バリアフリー法とハートビル法を廃止統合し施行されたバリアフリー法等に基づき、車両、駅とも、さまざまなバリアフリー化を図っているところです。

ご指摘いただきましたように、交通バリアフリー法に基づく移動円滑化基準等によりホームと車両床面とは、できる限り平らとする必要がありますが、交通局では、この段差につきましては、路線ごとに車両の構造とホームの構造の

両面から検討して解消を図ってまいりたいと考えております。

東山線におきましては、平成19年度から22年度にかけて4年間で4編成の新型車両の導入を予定しておりますが、現時点では、これ以降の計画につきましては、未定となっております。

導入にあたりましては、段差解消の観点から検討を加え、車両床下に搭載する装置をできるだけ小型化する等の工夫を行い、お客さまが乗車されていない状態でのホームとの段差を従来車両より約6cm小さくし5cmとしました。この段差は、お客さまがまったく乗車されないときの値となりますので、実際にお客さまがご乗車されているときはさらに小さくなります。

なお、車いすをご利用のお客さまに地下鉄をご利用いただく場合、ホームと車両間で段差が解消された場合におきましても一定の隙間がありますので、安全快適に乗降していただくため、簡易スロープ板を使用しております。今後も車両への乗降に際しましては、簡易スロープ板により対応してまいりますのでご理解いただきますようお願い申し上げます。

今後も、新型車両の設計におきましては、す

べてのお客さまにより安全・快適に利用いただくことのできる車両になるよう心掛けてまいります。

平成 19 年 12 月 7 日
交通局施設車両部車両課電車計画係

ここからは、この回答をもとに考えてみたいと思います。

ホームと車両床の段差について

水谷：ホームと車両床段差 5 cm 設定は空車時も満員時もそんなに浮き沈みがあるとは思いません。電車の台車部は重たいのは当たり前ですが、車体(床上)も重たいものですよ。天井のエアコンは 1 基で 1 t 以上とか、1 両あたり 20 ~ 30 t と聞いています。1 編成 5 ~ 6 両で 150 t 以上になり、人間が満員に乗ったぐらいだと思います。(東山線新型車両は 1 編成 6 両・定員 618 名 - 地下鉄では満員の定義がない - 編成重量は 140.6 t 名古屋市交通局回答より)

ちか：先日、地下鉄を利用したときに時間があつたので駅員さんに聞いてみたところ、空気ばね(*2)を使用しているため満員でも空車でも、ホームとの段差はほとんど変わりませんよと。このほとんど変わらないが何 cm なのかが微妙なところですが・・・。

ホームのかさ上げという方法もあるのでは？

水谷：新規導入車両は 30 年程で更新されると聞きました。今回は 1 編成が約 6 億 3000 万円と言われ、車両を総入れ換えするには相応の予算と年月がかかることは明白です。

以前から私たちは「せめて車両先頭部・後尾部のみホームかさ上げを」と要望していましたが交通局は難しいと言っています。

その理由是一部かさ上げによりスロープ化されると、視覚に障害がある方やお年寄り、ハイヒールを履いた女性などが転倒する可能性があ

る。ホームかさ上げを施工するならホーム全体としたいが、既設のホーム設置機材への雨水等の浸入対策や階段・エスカレーター・エレベーターの高さ変更の必要があり財政的に困難ということでした。

ちか：段差が 5 cm になれば単独で乗降できる車いす利用者さんもあると思いますが、ホームとの間に隙間があつたりしますし、低床の電車が走ったり床の高い車両が走ったりするので、いつものように駅員さんに簡易スロープで介助をしてもらわないと乗車できませんね。

以前、水谷さんが話していた地下鉄鶴舞線のことを思い出しました。鶴舞線には 3 種類の車両(名古屋鉄道が乗り入れている)が走っている。ある車両は単独で乗降できるが、別の車両はムリ。駅員さんに声をかけ頼むのも面倒と思い、急がないときは次の電車が来るのを待つこともあるということでしたよね。

片マヒの障害のある方に聞いたところでは、新型車両を楽しみにしている様子でした。ベビーカーと一緒に親御さんも同じだと思いますが、渡り板がなくても単独で乗降できるということがあるからでしょう。

電動車いすの段差乗り上げ高

水谷：私の使用車種(電動車いす)は、スズキ MC-3000s で、メーカーによれば段差乗り上げ高は約 5 cm です。車体形状(前・後輪径や軸間距離)、路面状態や段差の形状、タイヤの空気圧や磨耗状態、さらにはジョイスティック操作の熟練度や体調などにより個人差が生じると思います。

私の電動車いすには段差乗上補助輪(クライマー・ホイール)を装着しています。一つの段差なら走り込む勢いではなく、段差乗上補助輪を一度段差の角にあて、前輪浮き上がった時点で加速する操作方法で、約 10 cm を乗り上げることができます。

ちか：私の電動車いすにも付けたいと思い、メーカーさんに聞いたところ、この車いすには付けられないと言われがっかりしました。

水谷：ただ無理な操作は自分にも周囲の人にも危険と迷惑を伴います。さらに車体の破損や故障の原因にもなります。車内にいる乗客に衝突する危険を感じたり、ホームと電車の間があたりして、クライマー・ホイールが段差の角（車両床面）に当たるのが遠く感じるがあります。不安や危険を感じる時は迷わず駅員さんに声をかけています。

段差がなくてもホームと車両の間に渡り板の介助とは？

水谷：誰もが利用できる交通機関を求める全国行動・愛知実行委員会（以下、「愛知実行委員会」）から鉄道事業者へ、車いす利用者および歩行困難者への地上から改札、改札からホームへの最低ワンルートを確保するとともに、ホームと車両床の段差解消を訴えてきました。同時にホームと車両への渡り板介助を保障して欲しいとも言っています。一見、矛盾を感じると思いますが、車両とホームには例外なく隙間があります。ホームが曲線になっている駅などでは隙間も広がってしまい危険です。この隙間への脱輪を回避するために、鉄道事業者に対して、「たとえフラットであっても渡り板は準備するようにして下さい。」と要望しています。ただし、付添者のみで乗降介助が可能であったり、または自身の操作や機能により単独乗降が可能であったりする場合には、利用者の判断で「着駅連絡、渡り板介助は不要です。」と断っても構わないと考えています。

誰もが利用できる交通機関を求める全国行動・愛知実行委員会について

私たち当事者を取り巻く環境

水谷：この頃は、バリアフリー、ノーマライゼ

ーション、ユニバーサル・デザインということばを日常生活の中でもよく耳にするようになりました。私たち障害をもって、地域でふつうに当たり前の生活をしようとする者にとって、社会全体がよい方向に向かっていると感じる時代になりました。でも、まだ多くのことは私たち当事者抜きで、官僚、技術者、専門家だけで決められています。そのため現実には使い勝手のよくないものができ不満が募ります。実際に利用する当事者が企画や設計から参画する必要を強く感じています。

声を出すことの大切さ

水谷：私たちの声を聞いてもらえなかったという時代が長く続きました。その影響もあるでしょうが、「障害をもっているから」、「車いすだから」と遠慮する人たちもいて、必ずしも当事者が自身の人権を自覚し声を出してこなかった面もあります。

私たち愛知実行委員会は、様々な障害を持つ仲間の意見や要望を取りまとめ、行政担当部局や公共交通事業者と話し合いの場をもつようにしてきました。

今後に向けて

水谷：「ハンドル式電動車いす（電動三輪車、電動四輪車）は、公共交通機関の利用を想定していない」と乗車拒否の姿勢を続ける公共交通事業者があります。この乗車拒否の改善に取り組みたいと考えています。また、線路内への転落事故が後を絶ちません。そこで、ホーム可動柵（*3）の設置についても強く働きかけていきたいと思っています。

最後に、バリアフリー新法の理念に沿った公共交通機関を現実のものとするためには、私たち障害をもって地域で生活する者の「知識、知恵と経験」が必要不可欠だと考えています。

私たち障害をもつ者にも移動権・交通権があり、その権利を行使するために社会と協働する責務があります。

愛知実行委員会は、公共交通機関がより多くの人が利用できる移動手段になることを目指して、みなさんとともに今後も活動を続けたいと思っています。

■連絡先

誰もが利用できる交通機関を求める全国行動・愛知実行委員会

代表 平山晶士(ひらやまあきひと)
携帯 090-1109-3888
メールアドレス gifu_try@yahoo.co.jp

おしまいに〔ちか〕

数年前に家から数分のところに地下鉄駅が新設されました。エレベーターが設置されており地上からホームまで一人で行け、始発から終電まで利用でき、ホームと車両の間はほとんどフラット。一人で乗降できます。これまでとは比較にならないほど、出掛けたいときに掛けられるようになりました。この駅を利用し地下鉄に乗るたびに、人間らしい暮らしやあとうるウルときます。

同時に悲しい複雑な気持ちにもなります。まだまだ誰にとっても当たり前の暮らしができない街が点々と存在しています。バリアフリーが進められエレベーター等が設置されてきていますが、あと付けのエレベーターの場合、ホームの端の方にあったり、どこにあるのかわからなかったりという欠点があります。

目的駅や乗換駅に車両とホームに段差等があるときは、駅員さんに着駅連絡をお願いしますが、待っているはずの駅員さんが、まれにいないときもあり、そんなときは“ひゃあ～”です。ですから、スロープをもって待っている駅員さんの姿を見るとホッとします。

駅員さんも利用者に合わせて様々な対応をしなければならず大変な仕事だとは思いますが、けれども、当初、公共交通機関の利用者に車いす使用者は入っていなかった……。だからこそ、これからは利用する私たち当事者や事業者等

が、それぞれの立場からアイデアを出し、よりよい公共交通機関をつくっていきけるような環境を整えることが必要だと思います。

水谷克博（みずたにかつひろ）さんの

プロフィール

障害種別：脳性マヒ

使用車いす：電動車いす

居住地：名古屋市

年齢：51歳。

職業：NPO法人理事

趣味：写真撮影、鉄道や航空機に関すること、未知の街を探索すること（人からは俳諧癖があると言われている）

用語解説

バリアフリー新法（*1）

「高齢者、障害者等の移動等の円滑化の促進に関する法律」（通称：バリアフリー新法）は、街づくりや不特定多数の人が利用する建造物等のバリアフリーを推進する法律「ハートビル法」と、公共交通機関等のバリアフリーを推進する法律「交通バリアフリー法」が統合され、平成18年12月に施行された。

空気ばね（*2）

線路あるいは台車部からの揺れや振動を軽減し、車内の乗り心地を快適に保つために圧縮空気を利用した緩衝装置。

ホーム可動柵（*3）

ホーム上の旅客を線路への転落や列車との接触から防護するために設置される可動式の扉。



名古屋市電
1400型

東京亀戸で1泊1人 5,600 円のホテル

(バリアフリールーム・朝食つき)

宿泊体験記

取材:山口良行

私は 型糖尿病の合併症で、足部の神経障害と心臓と腎臓に疾患があります。立ち上がることはできるものの身体への負担は大きく、めまい、立ちくらみ、狭心症の発作などがあるので、日常は電動車いすで行動しています。

今回紹介するホテルは、『2007 国際福祉機器展』(東京ビックサイト)に取材に出掛けた昨年 10 月 4 日に一泊したホテルです。せっかく東京まで行くのだから、日帰りではもったいない「パンダも見たいし...」一泊して翌日は浅草と上野動物園に行ってみようと思い、取材に出掛ける数日前にインターネットで見つけて予約をしました。このホテルに決めたのは、バリアフリールームがあること、料金が安いこと、そして上野には秋葉原経由で行きやすいことでした。

はたして使い勝手が良いか、悪いか、安くてちょっとおもしろいバリアフリールームの、宿泊体験記をお楽しみください。



国際福祉機器展の取材を終え、ゆりかもめ、JRなどを乗り継いで亀戸に向かいました。亀戸は秋葉原からJR総武線で 10 分程度と便利です。亀戸駅を降りてホテルまでは電動車いすで 10 分程度でした。手動車いすだったらもう少しかかりそうです。駅前の広い道を走り、コンビニを目印にして右折(コンビニを右折した辺りから、ホテル屋上の看板が見えてきます)、2 本目の路地を左に入ったところにありました。

宿泊するホテルの名前は「スーパーホテル東京・亀戸」、スーパーホテルチェーンは全国にあり、スーパーホテル東京・亀戸はまだ新しくきれいなビジネスホテルです。



外観は、7 階建ての見た目は普通のビジネスホテルです。1 階に駐車場があり、道路から階段を 3 段上がったところに入口があります。階段の横に折り返しのスロープがあり車いす、ベビーカー

も OK です。入口を入るとすぐにエレベーターがあり、2 階がフロント・食堂(ラウンジ)になっています。

● 料金は前払い...

今回はバリアフリールーム(ツインルーム)の利用で 1 泊 1 室 11,200 円(二人で泊まれば、なんと一人 5,600 円)、安さにビックリです。このバリアフリールームは 1 室のみで、フロントと同じ階にあり、フロントから客室フロアの廊下に入ってすぐにあります。客室フロアの廊下の入口にフロントと仕切る扉がありました。扉は自動で閉まってしまいます。フロントの人がすぐに手を貸してくれました。

● 鍵が...ない?!

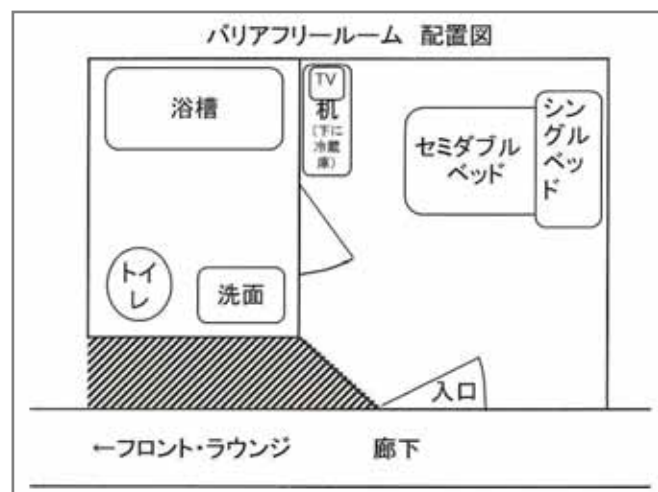
扉は大きめで、見た目で 90 センチぐらいはありました。(メジャーを忘れたので計れなかった...)

鍵は、扉に付いているテンキーで暗証番号を打つと開きます。ジャラジャラとしたキーでもなく、



カードキーでもなく、自分の頭と指がキーなのです。暗証番号は、料金を払ったときの明細書に書いてあります。ボタンが小さいので押し間違えそうでした（指が太い人は気をつけて...）。

●いよいよバリアフリールームだよ～



居室に入ってすぐのところが広く、車いすで転回可能です。車いすでも出入りしやすく、十分な広さでした。

部屋に入ってまたまたびっくりです。セミダブルベッドが一つ、そのセミダブルベッドをまたぐようにロフトのシングルベッドの２段式でした。一人はセミダブルベッドでゆったり、もう一人（介助者）はロフトのシングルベッドでということです。セミダブルベッドで一人ゆったりと寝かせてもらいました。



部屋には、テレビ、冷蔵庫、電熱の湯沸かし器（お茶を飲む程度ならOK）、机にはインターネット用のLAN（無料）コンセントがありました。ドライヤーも置いてあり、ビジネスホテルなどでよくあるパワーの小さいものではなく、普通の家庭用のものでした。

トイレ・洗面・浴槽は１つの空間にあり、よくある一体型のユニット式のものではありません。扉の敷居はなくフラットで車いすの出入りに何も支障はありませんでした。中が結構広いのでトイレも洗面台も車いすでアプローチできます。

浴槽は大きめのユニットバスで、床からの立ち上がりは４０～５０センチ程度あります。立ち上がりを使って浴槽に入る人はいいのかも知れませんが、脱衣は浴槽横でできます。洗い場はありません。シャワーあります。（浴槽の中で使う外国使用です）バスタオル・リンスINシャンプーとボディソープも用意してあります。

トイレはウォシュレット付です。スイッチが便器サイドにあるので、からだの大きな人には使いにくいタイプです。サブリモコンが壁にほしいですね。

洗面台の下が空間になっているので、車いすの人にはステップが当たらずにいいと思います。蛇口はセンサータイプで自動です（気をつけないと袖口が濡れるかもしれません）。

●こちよい眠りを...

フロントにまくらが何種類か用意してあり、高い、低い、硬い、やわらかいなど選べます。ささいなサービスだけど、高さや硬さなどが気になって眠れない人には嬉しいサービスですね。

●朝食は無料！

たまにはパンビュッフェもいいもんだ...

朝食はパンビュッフェで、食パンやクロワッサン・フランスパンなど数種類ありました。サラダも野菜、マカロニ、ポテトの３種類とフルーツもありました。飲み物は、カップ自販機が無料開放

で、コーヒー・紅茶・ジュース飲み放題です（ホット・アイスどちらでもOK）。



●チェックアウトは 10 時...

「いってらっしゃいませ...」とフロントの人が笑顔で見送ってくれます。また来よっかな～...と思いながらホテルを後にしました。

●最後に...

ビジネスホテルはゴチャゴチャしていて、車いすではちょっと...という感じですが、このホテルは、スッキリ感があり、バリアフリールームがフロントから近く、車いすでの移動はスムーズです。

居室の窓を開けると、隣のマンションの廊下が見えムードはありませんが、素泊まりと思えば結構快適でした。安さを見ると、バリアフリーになっているし、泊まりやすいホテルではないでしょうか。

亀戸駅からも近く、リピーター客・滞在型のお客様が多いというのはうなづけました。もう一度泊まってみたいと思えるホテルでした。

最後の最後に...フロントはきれいなお姉さんでした。「いってらっしゃいませ...」と気持ちよく送り出してもらえ、本当に「また来よう」と思いました。（シマッタ！写真撮るの忘れた...）

●スーパーホテル東京・亀戸の情報...

名 称	スーパーホテル東京・亀戸
住 所	東京都江東区亀戸 2 丁目 13 番 6 号
T E L	03-5628-9000
F A X	03-5628-5544
最寄り駅	総武線「亀戸」駅より徒歩約 5 分
チェックイン チェックアウト	チェックイン 15 時～24 時（チェックイン後の出入りはできます） チェックアウト 10 時（延長はございません）
室 料	1 泊、サービス料込、税込、朝食無料サービス シングルルーム：6,490 円 スーパールーム（2 名 1 室）：8,400 円（お 1 人様 4,200 円） スーパールーム（3 名 1 室）：9,300 円（お 1 人様 3,100 円） バリアフリースーパールーム（2 名 1 室車椅子利用可能）8,400 円（お 1 人様 4,200 円） 小学生以上のお子様は、大人料金とさせていただきます。 乳幼児・小学生未満のお子様は、添い寝となります。料金は頂きません。但し、客室定員に含まれます。
キャンセル ポリシー	宿泊日当日 15 時以降のキャンセル、及び当日無連絡にて不泊の場合は 100% のキャンセル料がかかります。

スーパーホテルチェーンは、全国に 74 店舗あります。（2008 年 1 月 20 日現在）

<http://www.superhotel.co.jp/>

（情報はスーパーホテルチェーンのホームページより掲載）

携帯電話事情



4人に3人が持っているといわれる携帯電話ですが、みなさんは活用していますか。今回の生活の道具相談室は、2画面ユニバーサルデザイン携帯電話をとりあげます。またリハ工学カンファレンスでそのユーザー評価が報告されていたのであわせて紹介します。

担当 田原（作業療法士）

すでに高齢者や上肢障害をもたれている方を想定して、富士通が「らくらくホン」を開発しています。らくらくホン 型は、2001年から現在型と進化しています。使われている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。



今回とりあげた2画面ユニバーサルデザイン携帯電話(FOMA D800iDS)は、後発になります。ゲーム感覚を生かしたタッチパネルを使用しています。2画面ユニバーサルデザイン携帯電話は、NTTドコモと三菱電機が共同で開発してきました。2007年2月に店頭で販売が始まり、一般の携帯電話と同じように並べられていますので「タッチパネルの製品」「FOMA D800iDS」で探すとよいでしょう。折りたたみ型で開くと2つの画面になります。通常下の画面にあるプッシュ式のテンキーが800iDSでは、タッチパネルのテンキーになります。

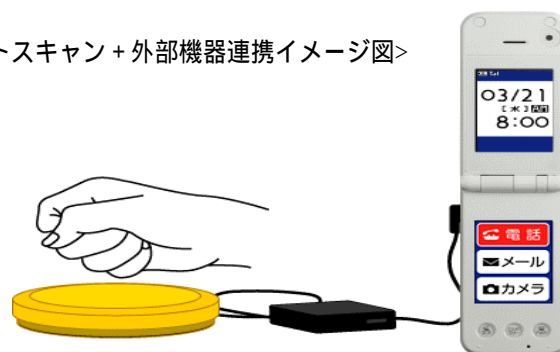
少ないキー操作がよい人と、指の力が弱い人に都合のよいキーです。ほかに外部スイッチによるスキャンモードの利用も可能です。

《ハードの工夫》

- ・ 開閉しやすいように手がけ部分に斜めカットが入っています。
- ・ 机上操作がしやすいように背面に滑り止めシリコンゴムのラインが入っています。
- ・ スキャンモードの外部スイッチ操作に配慮

して卓上ホルダーは、開いた状態で使用できるようになっています。

<オートスキャン+外部機器連携イメージ図>



《ユーザー評価の紹介》

三菱電機・ドコモ・横浜市総合リハビリテーションセンターの3者が協力して、タッチパネル入力と外部スイッチ入力の操作性についてユーザーによる評価を実施し、2007年8月のリハビリテーション工学カンファレンスで報告しました。

筋ジストロフィー、頸髄損傷、脳性まひによる重度の上肢障害の方がユーザー評価に協力されています。「電話をかける」「電話を受ける」「メールを受信し返信する」という操作を行い、その結果補助具や足指のタッチ操作、外部スイッチでのスキャン操作ができることがわかりました。文字が大きく読みやすい。不随意運動があっても操作しやすいなどの利点があります。

一定時間以上押し続けると入力されないよう、入力保持時間を調節できる設定や、自分のタイミングでスキャンしたいという要望、手指の可動範囲が狭いので、1スイッチでのステップスキャン操作の実現など課題があることも報告されました。

《生活の道具の相談室から》

2画面ユニバーサルデザイン携帯電話の利用を考えるとときには、ぜひ以下の点を準備してドコモショップ窓口に行かれるといいでしょう。

待ち受け画面モードは、3キーモード、6キーモード、10キーモードと多彩です。

スキャンモードを利用するか。

外部スイッチが必要か。

どういう状況や環境で携帯電話を利用する予定か、たとえばベッド上で使用したい。

車いすに乗っているときに使用したい。

ほか個別の要望、たとえば「簡単に電話をかけたい」「用件を録音したい」「目覚ましとして使いたい」などなど、皆さんの生活場面にあわせた使い方を相談してください。



<3 キーモード>

タッチパネルディスプレイ上のキーが3つのシンプルなモード。基本的に3つの選択肢で操作していきます。



<6 キーモード>

日々使っている機能を6つのキーにしたモード。



<10 キーモード>

従来と同じようなキー操作をタッチパネル上で再現したモード。

詳しくは...

http://www.nttdocomo.co.jp/product/concept_model/d800ids/

同 級 生 その2

堤 剋喜

神殿とか城郭とか、権威を誇示するための建物が高く大きくなっていくうちに、階段が必要になったのだと思う。調べたり習ったりしたわけではないが。猿や熊の木登りの様子は、階段の昇降より、はしごの上り下りに似ている。手すりがない「ただの階段」を人が使うと、1つ(片足)しか支点がない。はしごなら、手と足を使える。3つ支点を確保しながらでも移動できる。支点の数を増やす意味で、手すりは階段をはしごに近づける。「動く歩道」は滅多にないけれど、エスカレーターは結構たくさんある。「ベルトをお持ちください」というエスカレーターの指示にたいていの人が従う。階段に、人はまだ十分適応できていない？ 乗り物の操縦には手を使う。移動のために手も動員しているから、一種の先祖返りかな。

生後2ヶ月くらいまでの子犬は、段ボール箱に入れられると、寂しがって鳴くだけ。子犬が自力で出てこられるようになると、まもなく階段を上り下りできるようになって、階段の中段の、一番風通しのいい場所に陣取り始めたのを覚えている。獲物に飛びかかったり、押さえ込む動作を使って、犬は段差を超えていくようだ。階段を上るときも、下るときも、後足2本が支点になる。

小学生の間、「廊下は走ってはいけません」と言われたことはない。その代わり、「廊下は滑るから気をつけましょう」。本校舎の内階段は廊下よりも滑りやすいのに、「ただの階段」だった。上りなら、バランスを崩しても手を前につける。最初から四つ足になってもいい。＜落ちるな。倒れるなら前に倒れる。後ろに倒れたらダメ。＞上った階段は、必ず下りなければならない。今度は、＜墜ちるな！ 倒れるなら後ろに倒れる。前に倒れたら絶対にダメ。＞人の手は犬の前足より短いから、下りでは四つ足になれない。上りよりも条件が厳しい。初めから後ろに倒れた状態の方が恐くない。階段に腰掛けたまま、一段ずつ、腰をずらす。いざと言うべきか。尻餅をつきながら下りる。

何かの拍子に、かかとを前方の段の平面に着け損なったのか。両足を前に投げ出した格好になった。すると、膝を伸ばして座っているだけで、体が前に進む。滑りやすくて恐い下り階段が、「でこぼこした滑り台」に化けた。卒業まで、滑り台として使った。ユーモラスな光景に映ったらしい。どの先生も、とがめなかった。

「足がもったいないよ」
同級生の声。一瞬ひるむ。彼女の言い分はこうだ。
壁づたいに階段を歩いて上れるようになったのだから、下りも練習したらいいのに。小さな理学療法士が隣にいる。聞こえないふりを出来なかった時点で負けていた。
＜理屈ではかなわない。早いとこ逃げよう。＞
いつもより勢いをつけて滑りおりた。
＜でも、足はブレーキに使うよ。それに、ここは訓練室じゃない。いつもどおりにやらせて。＞
すこやかな笑い声が追いかけてくる。つられて、こちらも笑った。

この階段は、段の奥行き(踏み面)が狭く、蹴上げ(1段の高さ)が低かった。それに、なぜか、角に丸みを帯びた施工がしてあった。ふつうの階段より滑りやすく、公園の滑り台よりは滑りにくい。そんな作りになっていたから、滑り始めた後でも、膝を曲げれば、ブレーキになった。衝突事故はなかった。ほかの子ども達が道を譲ってくれたおかげもあったと思う。

楽しみながら、面白く、安全に階段を下りることが出来た。

ちょうどいい「滑り台的な階段」を設計してくれた建築士に
(ご本人としては、1年生の体格に合わせたつもりだったかもしれないが)
遅ればせながら感謝申し上げる。
それにもうひとつ。
「階段を滑り台に」は、体が柔らかくて体重が軽い子どもだったからこそ出来た芸当。
場所と時、幸運な偶然が重なっていた。



グルメな調査隊 第53弾

Slow Food's 白鳥物語 (スローフーズ しらとりものがたり)

場所：名古屋市熱田区熱田西町1-21

最寄駅：地下鉄日比野駅より徒歩10分(エレベータ有り)

TEL：052-688-0039(白鳥物語直通)

FAX：052-688-0118(経営会社(株)ヒカリ内)



名古屋市Mさんより

白鳥庭園の近くでみつけたお店です。店内広々で車いすアクセス楽々。いろんな野菜を何種類ものおかずで食べられて健康的！五穀米を初めて食べたんですがおいしかったです。

ジャンル スローフーズ

平成18年8月、心と体のゆりかごをコンセプトにオープン。食の安全・安心・健康を考え、こだわりを持った生産者の食材を使用。農薬・化学肥料の成分を半分以上の使用でできたお米をふっくら炊いたほかほかごはんを始め、野菜・魚を和風ベースに調理したメニュー、カリフラワーの豆乳ポタージュ、イカと里芋の煮物などが20品目以上並ぶ。「前菜はビュッフェ形式です

ので、取りにくいお客様はお手伝い致します。ゆったりしたテーブルでのんびりスローなひとときを」とのこと。



ランチ

海の幸物語 1900円、山の幸物語 2000円、白鳥物語 2500円

各々、季節のメイン料理＋前菜ビュッフェ＋ドリンクバー。

メイン料理の例 サーモンのすりおろし大根メレンゲ添え吟餡ソース、徳島県産阿波尾鶏のステーキ等。

前菜ビュッフェ＋ドリンクバーのみ 1500円

ディナー

大和物語(メイン料理＋天ぷら＋前菜ビュッフェ＋ドリンクバー) 3500円

その他、ランチメニューと同様に価格が300円ほどアップ。

店内の様子

入口：正面は階段、駐車場からスロープ有り、開きドア段差なし

店内：段差なし、テーブル64席、椅子移動可能、様々なテーブル有り・高さ75cm前後

お手洗い 店内に障害者用トイレ有り(引き戸、L字手すり・可動手すり高さ70cm、便座高41cm)

駐車場 経営会社と共用で有り、車いすスペース1台有り

営業時間 11:00～15:00(L.O.14:00)

17:30～22:00(L.O.20:30)

定休日 月曜日(祝日の場合は火曜休み)

その他情報

- ・貸し切りは応相談。
- ・併設の大和白鳥創造センター会議室は各種セミナー等で使用可能。応相談。

サポート倶楽部会員特典

2008年8月末迄、店内にてご飲食の方に、金ゴマ・赤米・緑米の小袋セット1つプレゼント！必ず会員証を提示して下さい。



チケットラベル ハートTOハート

春爛漫 ハウステンボスと長崎3日間

ハウステンボス内のホテル・ヨーロッパに宿泊します。このシーズンのハウステンボスはチューリップ祭りが開催され、見事なほどの風景がご覧いただけます。グラバー園や島原半島もリフトバスで巡ります。

期 間: 4月13日(日)~15日(火)
料 金: ひとり138,000円(2名1室)
出発地: 中部・羽田・大阪
ポイント: 添乗員同行・リフトバス利用

南国の宮崎・鹿児島3日間

超高級のシェラトングランデ・オーシャンリゾートに連泊のプランです。宮崎県庁ではあの東国原知事にご対面できるのでしょうか？

期 間: 5月12日(月)~14日(水)
料 金: ひとり138,000円(2名1室)
出発地: 中部・羽田・大阪
ポイント: 添乗員同行・リフトバス利用

新緑の頃 縦断・初夏の九州4日間

新緑の阿蘇・草千里を爽快にドライブ。湯布院にゆっくり滞在できるのんびりプランです。

期 間: 6月4日(水)~7日(土)
料 金: ひとり148,000円(2名1室)
出発地: 中部・羽田・大阪
ポイント: 添乗員同行・リフトバス利用

大いなる帝国の遺産ロシア7日間

モスクワとサンクトペテルブルグの2都市を周遊するコースです。各ホテルを連泊する無理のない行程で、歴史的な世界遺産を堪能していただきます。白夜の始まるこのシーズンはロシアが観光客で賑わい大地が生き生きと輝きはじめる頃です。

期 間: 5月25日(日)~31日(土)
料 金: ひとり548,000円(2名1室)
出発地: 中部・成田・関空・福岡
ポイント: 添乗員同行・専用バス利用

アカシアの花咲く大連4日間

ロシア、日本、中国の風情が交じり合う大連はアカシアの花が咲くシーズンが一番といわれるほど、春から夏への季節がベストシーズンとなっています。中国で一番美しいとも言われる街で有名です。

期 間: 6月3日(火)~5日(金)
料 金: ひとり138,000円(2名1室)
出発地: 中部・成田・関空
ポイント: 添乗員同行・専用バス利用

〔予告〕北京パラリンピック観戦ツアー
 チケットラベルが担当する北京パラリンピック応援ツアーは9月初旬の出発で予定します。開会式と競技を見学し、万里の長城や紫禁城も観光できる内容です。東海地区からも選手が出場することに決定しており、皆様の応援参加をお待ちしております。

〔問い合わせ先: 松本 matsu@tictravel.co.jp〕

■申し込み・問い合わせ■

チケットラベル ハートTOハート
 〒460-0003 名古屋市中区錦1-20-19 名神ビル6F
 TEL: 052-222-7611 FAX: 052-222-2778
<http://www.tictravel.co.jp>

こちらからお伺いする旅行会社「トラベルパレット」

- ・お一人旅・少人数の方の添乗を開始しました。
 (旅程管理取得者・ヘルパー資格者が一緒します)
 打合せや見積もりも一緒させていただきます。
 (本人がお伺いします。)
- ・留学やホームステイもきめ細かくご相談させていただきます。
- ・郵送・FAX・メール・宅配、伺うお時間帯も含め、フレキシブルに伺います。

旅への思いを馳せる時から楽しみにして
 いただけるようお伺いいたします

■申し込み・問い合わせ■

トラベルパレット 担当: 桜井・林
 〒453-0021 名古屋市中村区松原町1-24
 COMBi 本陣(旧本陣小学校) S204
 TEL: 052-526-8008 FAX: 052-483-8883
sakurai@t-palette.jp
http://www.combi-honjin.com/s/s204_1.html

JTBバリアフリープラザ

アイランド石垣・ 竹富 & 西表島めぐり4日間

八重垣諸島の玄関口・石垣島、古き良き沖縄が残る竹富島、そしてマングローブとジャングルの島・西表島をめぐる。

- ▼ 期 間：3月30日(日)～4月2日(水)
- ▼ 料 金：ひとり200,000円(2名1室)
- ▼ 出発地：中部・羽田・伊丹
- ▼ ポイント：添乗員、旅行サポーター同行
・リフトバス利用

一部乗り物の乗降に人的介助が必要ですが、車いす利用の方にも安心して参加いただけます。



日本三景・天橋立と赤レンガの街 ・舞鶴 & コウノトリの郷めぐりの旅3日間

一度は見たいこの風景、日本三景・天橋立とノスタルジックな雰囲気漂わせている舞鶴を中心にめぐる新コースです。重要伝統的建造物保存地区「伊根の舟屋」と天然記念物コウノトリの最後の生息地として知られる豊岡市の「コウノトリの郷公園」も必見です。早春の丹後・但馬路をお楽しみいただけます。

- ▼ 期 間：4月21日(月)～23日(水)
- ▼ 料 金：ひとり139,000円(羽根田発)
ひとり115,000円(伊丹発)
(2名1室)
- ▼ 出発地：羽田・伊丹(名古屋から参加希望者の方は、別途お問い合わせください。)

- ▼ ポイント：添乗員同行・リフトバス利用

日本三景の一つに挙げられる景勝地、天橋立を北側府中エリアと南側文珠エリアの両高台より眺めます。異国情緒漂う赤レンガの街、舞鶴ではノスタルジックな雰囲気にふれていただきます。

大自然紀行

ニュージーランドハイライト8日間

庭園の街クライストチャーチや、ニュージーランドの最高峰マウントクック(標高3,754m)の麓に滞在した後、ワカティブ湖畔のクィーンズタウンに連泊します。湖の貴婦人と呼ばれる蒸気船アーンスロー号でのクルーズで牧場を訪れたり、世界遺産のフィヨルドランド国立公園では、有名なミルフォードサウンドで氷河の作り出したダイナミックな景観をクルーズでお楽しみいただけます。

- ▼ 期 間：4月21日(月)～28日(月)
- ▼ 料 金：ひとり530,000円(2名1室)
- ▼ 出発地：成田・関西
- ▼ ポイント：添乗員、旅行サポーター同行
・リフトバス利用

ニュージーランドの大自然を満喫していただく人気のコース。今回は北島のオークランドの見どころにもゆっくりご案内いたします。



■ 申し込み・問い合わせ ■

〒108-0014 東京都港区芝5-34-2 春日ビル1F
TEL: 03-3456-5411 FAX: 03-3456-5414
<http://www.jtb.co.jp/bfplaza/>

福祉用具のリサイクル情報 (08/02/10 現在)

欲しいもの、不要なものはありませんか？
リサイクルの輪を広げよう！

AJU自立の家は、なごや福祉用具プラザの中で、福祉用具のリサイクル品のコーディネートと福祉用具の販売、自立生活情報の提供などを行っています。

譲りますよ！

*金額の表示のないものは無料です。

ベッド、床周り品

- ・1 モーターベッド 15 年使用
- ・1 モーターベッド (フランスベッド) 10 年使用
- ・1 モーターベッド (フランスベッド) 7 年使用

移動用品

- ・シルバーカー \13,000 未使用
- ・介助用車いす \20,000 未使用
リクライニング

入浴用品

- ・入浴用チェア \2,000 数ヶ月使用
- ・リフト マイティエイド80 (水圧式) \100,000 5 年使用
- ・リフト つるべF2セット \50,000 リサイクル品
- ・在宅介護浴槽 湯った〜り \70,000 未使用
- ・介助ベルト (入浴用) \1,000 未使用
- ・リフト用スリングシートパオ 1ヶ月使用
- ・簡易浴槽セット 応相談 10 回位

トイレ用品

- ・ポータブルトイレ (安寿家具調) \5,000 未使用
- ・家具調トイレ自立3型R) 1 年使用
- ・背もたれ、手すりなし) ほとんど未使用
- ・ベルベットシャワー) 未使用
- ・女性用差し込み便器 未使用

その他

- ・リフト マイリフティ A \50,000 リサイクル品
- ・吸入器 ミリコンS MMN-20S \10,000 未使用
- ・吸引器 \50,000 2 年半使用
- ・トーキングエイド \13,000 数年使用
- ・簡易スロープ レールタイプ 9 年使用
- ・カートさすべえ 1 年位使用
- ・移動介助器 カールくん KH3B 5 年位使用
- ・吸痰用カテーテル 17 本 未使用
- ・酸素のホース カニユーラ 未使用
- ・靴 装具用の靴 右のみ

- ・靴 リハビリ靴 右のみ 28~28.5cm 未使用
- ・キャリングケース付きポータブルハンドシャワー

譲って欲しい！

ベッド、床周り品

- ・ベッド (1・2 モーター) ・除圧マット
- ・サイドテーブル・ベッド手すり (パラマウント用)
- ・折りたたみベッドかソファベッド

入浴用品

- ・入浴用いす・バスボード・バスリフト・浴槽台
- ・浴槽手すり (壁や浴槽に付けるタイプ)

トイレ用品

- ・ポータブルトイレ (折りたたみ式希望)
- ・ポータブルトイレ用簡易手すり

移動用品

- ・車いす (手動、介助用、電動、簡易電動) ・子供用 (車いす、バギー) ・電動 (三輪、四輪) 車・電動車いすユニット (JW-1) ・歩行器

他にも、紙おむつ・スロープ・手すり・クッション・吸入器・リフト・昇降機・松葉杖・ストレッチャー・靴・酸素測定器・福祉車両などを探している方がたくさんみえます。

「譲って」欲しい方、「譲りたい！」という方、
ぜひご連絡下さい。

<福祉用具についての問い合わせ>

●AJUリサイクル相談事業部●

TEL 052-851-0059 FAX 052-851-0159

ホームページでもみることができます。

<http://www.aju-cil.com>

毎週木曜日の朝日新聞 (朝刊) にも、リサイクル情報が掲載されています。

読者のこえ

■ 森林セラピー体験(後編)

駒鳥コースに行き先を変更。昭和60年伊勢神宮式年遷宮の御神木として伐採された檜の跡地を通りすぎ、“檜大樹”までの道のりは木々から立ち上がる水蒸気と共にマイナスイオンを含む冷沢の溪流を眼下に深呼吸をしました。この道は木の根が出ていたり急な登りだったりして残念ながらバリアフリーではありません。森の木々を守る為、とくに根を守る為、歩く道に檜等針葉樹のマルチバークを敷きつめています。園芸にもマルチバークは使われていますが、針葉樹は腐りにくくそのままの姿を保てるので、足をふみ込んだ感覚は少々固いスポンジを踏んだ感じです。これは疲れにくいと思います。園芸で使用する場合、“見た目の美しさ”の為によく使いますが、ここでは木々の根を守る為、クッション性をもたせる為の使用です。ただし、森の中まで車で持って来る事ができない為、人海戦術しかなく、なかなか作業が進まず、まだ十分に敷きつめられていない場所が多くあります。又、作業が終了した場所でも、台風や大雨で流されてしまっているそうです。

森林の中を1時間ほど歩いていて思ったのですが、日々、体力的に自信が無い人はとくに帽子や手袋を持参していたほうが良いと思います。時季的な事もあるかもしれませんが、十分に日が当たらない森を歩いていますので体温が低下していきます。私はさほど寒くはないと思っていたのですが、この後、携帯で写した写真がどれもピントがあってなく、少々ガッカリしてしまいました。それだけ冷えていたのでしょうネ。

実はこの先を歩いていると、突然むせかえる様な強い檜の香が私の鼻腔を襲ったのです。ガイドの山戸さんは、すぐ近くにある檜の橋の香ではないでしょうか！？と言われました。というのは、製造された木の方がよく香るそうです。私は、堂々と立つ檜に鼻を近づけ、香りを確認、間違いありません。“私の木”として記念写真を撮りまし

た。が、ボケてて残念！国有林では1本の木、石、花、草が国民のものです。そこで“自分の木”を決めて、また逢いに来るのも楽しみがあっていいですよネ。赤沢の森で“私の木”と再会する楽しみができました。

アスナ口の橋まで来ると森林鉄道の汽笛が聞こえました。乗客と散策中の人達の姿が見えたらお互いに手を振るそうです。平日にもかかわらず、5両編成でした。車いす専用席のある車両(行きが最後尾、帰りが先頭の車両)もあるとの事です。どの車両もほぼ満員でした。乗客の人達は橋の上にいる私達に気づいて手を振ってくれました。

体力的に自信がないと言っていた私でしたが、赤沢森林の歴史や木々の話しをしながら、無理のない歩調で、すでに2時間過ぎていました。途中、休憩用のベンチが数箇所設置されており、トイレは車いす用も設置されていました。私が確認したトイレのドアノブは少々開けづらいと思いました。また、洋式便器も少々小さく感じました。

今年は紅葉が遅く、私は見る事が出来なかったのですが、森林シャワーでリフレッシュできました。春の訪れと共に、皆さんも一度赤沢自然休養林へ“森林セラピー”を体験に行きませんか？ストレス社会に住む私達を自然はそっと包み込んでくれますよ。詳しくは...

上松町観光協会 0264-52-1133
へ電話してみてください。もしくはRizに聞いて下さい！！エッ？！着物を着て散策したい？是非ご連絡下さい！

Riz

上松町観光協会のパンフレットを一部参考として使用しました。

〔お詫びと訂正〕

前号(91号)「森林セラピー体験(前編)」中の上松町コミュニティーバスの終点の名称に誤りがありました。“森林センター基地赤沢”となっていますが、正しくは“森林セラピー基地赤沢”です。お詫びとともに訂正いたします。

いろいろ情報

今回の特集は、かっちゃん提供のイチゴ狩りとお花見情報です。寒さ真っ只中の今、暖房器具に寄り添いながら、うらかな春の行楽を計画してみませんか？

イチゴ狩り



澤田農園（愛知県）

半田市金山町 2-145。電話 0569-27-6430。期間 1/2～5 月中旬。営業時間 10 時～17 時。期間中無休。料金：60 分食べ放題 大人 4/10 まで 1500 円・4/11～5 月中旬 1200 円、3 歳以上～小学生 4/10 まで 1300 円・4/11～5 月中旬 800 円。要予約。知多半島道路「半田中央」出口から 5 分。車いすで入園可能。但しトイレは和式のみ。

南知多いちごの里（愛知県）

知多郡南知多町内海字奥鈴ヶ谷 40-1。電話 0569-62-1115。期間 12/1～6/1。営業時間 10 時～16 時。休業日 12 月～2 月の火曜、12/30～1/1。料金：時間無制限食べ放題 大人 4/8 まで 1500 円・4/9～5/6 まで 1200 円・5/7～終了まで 900 円。小学生 4/8 まで 1300 円・4/9～5/6 まで 1000 円・5/7～終了まで 700 円。2 歳以上～未就学児 4/8 まで 1000 円・4/9～5/6 まで 800 円・5/7～終了まで 600 円 団体（25 名以上）各 100 円引。要予約（2 月は予約で一杯）。知多半島道路「南知多」出口から最初の信号を左折してすぐ。名鉄河和駅下車（ホームも改札も 1 階にあり移動可能）徒歩 25～30 分。障害者用トイレあり。



きつするふぁーむ（三重県）

松阪市東黒部町天神 1。電話 0598-59-1539、FAX 0598-59-1239。期間 1/3～5 月中旬。営業時間 10 時～15 時 30 分（受付）。休業日 火曜（1～2 月は月曜も休）・4/7～4/11。料金：時間無制限食べ放題 大人 4/6 まで 1500 円・4/12～5 月中旬 1300 円、小学生 4/6 まで 1300 円・4/12～5 月中旬 1000 円、3 歳以上～未就学児 4/6 まで 1000 円・4/12～5 月中旬 700 円、3 歳未満無料。障害者手帳で割引あり。要予約。東名阪自動車道「久居」出口からの詳細は直接問い合わせ。電車でのアクセスは難しそうです。障害者用トイレは向かい側のスパーにあるので、そこを利用してくださいとのこと。

伊豆長岡いちご狩りセンター（静岡県）

伊豆の国市南江間 1454。電話 055-948-6160（9 時～16 時）、期間外 055-948-6060、FAX 055-948-8084、J A 伊豆の国 伊豆長岡 苺狩センター。期間 1/2～5/6。営業時間 9 時～16 時。不定休。料金：30 分食べ放題 1/2～2/29 まで 1500 円・3/1～3/31 まで 1200 円・4/1～4/30 まで 900 円・5/1～5/6 まで 700 円。バリアフリー園は完全予約制。インターネットで 100 円割引券入手可能。東名高速道路「沼津」出口からの詳細は直接問い合わせ。障害者用トイレはバリアフリー園受付にあり。



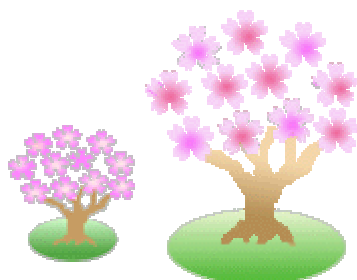
いちごとメロンのピーターパンハウス（静岡県）

掛川市大淵 1456-2388。電話 0537-48-6388、FAX 兼用、いちごのピーターパンハウス 中井。期間 5/31 まで。営業時間 9 時～16 時 30 分。無休。料金：30 分 + α 食べ放題〔章姫〕大人 3/16 まで 1500 円・3/17～4/6 まで 1200 円・4/7～5/31 まで 900 円。〔紅ほっぺ〕大人 3/16 まで

で1800円・3/17～5/31まで1500円、幼稚園以下・70歳以上・障害者はすべて200円引き。要予約。東名高速道路「袋井」出口からの詳細は直接問い合わせ。障害者用トイレはピーターパンハウスから100mほど離れたサンサンファームにあり（イチゴ狩り場にはありません）。

マルヨシ農園（静岡県）

静岡市駿河区根古屋85。TEL 054-237-2210。期間12月中旬～5月中旬。営業時間9時～16時30分。土日祝のみ営業。料金：時間無制限食べ放題 大人12月中旬～1/7まで2000円・1/8～2/29まで1800円・3/1～4/10まで1500円・4/11～5/5まで1000円・5/6～5月中旬まで600円、2歳以上～未就学児12月中旬～1/7まで1000円・1/8～2/29まで800円・3/1～4/10まで700円・4/11～5/5まで500円・5/6～5月中旬まで300円。完全予約制。東名高速道路「静岡」出口からの詳細および障害者用トイレは直接問い合わせ。



お花見

鶴舞公園（愛知県）

桜の木約1,000本。障害者用トイレ2ヶ所。補助犬の同伴可。お花見の時期は混雑。一部舗装されていない所あり。JR中央線・地下鉄鶴舞駅。名古屋高速吹上インターチェンジを降りる。障害者用駐車スペース4台、障害者手帳提示で駐車料金無料。JR・地下鉄鶴舞駅にエレベーターあり。地下鉄鶴舞駅に障害者用トイレあり。

山崎川四季の道（愛知県）

桜の木約600本。障害者用トイレ2ヶ所（24時間利用可）。補助犬の同伴可。場内での飲食不可。地下鉄瑞穂区役所駅から徒歩15分。地下鉄瑞穂区役所駅に障害者用トイレとエレベーターあり。

岡崎公園（愛知県）

桜の木約17,000本。障害者用トイレ4ヶ所。お花見の時期は混雑。補助犬の同伴可。園内は舗装、

砂利道、草地など様々。岡崎城跡なので多数段差あり。名鉄「東岡崎」から徒歩15分（東岡崎駅はスロープや線路を渡り改札に出ます。多少手間はかかりますが、それほど大変ではありません）。東名高速道路「岡崎」出口から西へ3km。駐車場台数150台・30分100円。障害者割引なし。

五条川の桜並木（愛知県）

桜の木約2,000本。障害者用トイレ2ヶ所、平日昼間なら近隣の大口町役場の障害者用トイレも利用可。補助犬の同伴可。園内は舗装道路。名鉄「柏森」・「布袋」からバス。名神高速道路「小牧」出口より約10分。駐車場の台数は490台（障害者用駐車スペースなし）。

愛知県民の森（愛知県）

障害者用トイレ2ヶ所。補助犬の同伴可。園内舗装路と砂利道。JR飯田線「三河摸原」から徒歩15分。東名高速「豊川」出口より国道151号線新城方面3.3km。障害者用駐車スペース4台。駐車時にモリトピア愛知内の事務所に寄り駐車許可証をもらう。

はまつフラワーパーク（静岡県）

桜の木約1,500本。障害者用トイレ8ヶ所。補助犬の同伴可。園内舗装路。飲食は昼のみ可。JR「浜松駅」よりバスで40分。東名高速道路「浜松西」出口より15分。入場料：大人800円、小・中学生350円、高齢者・障害者割引350円。駐車場537台（障害者用駐車スペース5台）。

新境川堤（岐阜県）

桜の木約1,200本。障害者用トイレ2ヶ所。補助犬の同伴可。歩道未整備地帯あり。名鉄「市民公園前」よりすぐ。東海北陸自動車道「岐阜各務ヶ原」出口より国道21号線経由10分。障害者用駐車スペース2台。



■ The19th ナゴヤチャリティーマラソンフェスティバルのご案内

名城オールランナーズが主催するチャリティーマラソンが今年も開催されます。

この大会は、ランニングを通じて健康を求めるランナーと、ハンディキャップを持ちながら走り続ける仲間と、走るのは苦手だが応援、ボランティア大好き人間が集まり、励まし、交流しあうことを主旨としています。ふるってご参加下さい。詳細は <http://www.geocities.jp/kidoyan2002/index.html>

日時/場所：平成20年4月27日(日)雨天決行/庄内緑地公園芝生広場(名古屋市西区)

募集人数：フィジカリーチャレンジドレースの部(10km/5km)・・・先着100名

マラソンの部(10km/5km)・・・先着700名

ボランティアの部・・・多数の参加をお願いします

参加費：中学生以上1,500円/小学生以下及びボランティア1,000円



木曽三川公園管理センター主催イベントの紹介です。すべて長良川サービスセンターで実施します。事前申込・問合せは、電話 0584-54-2075、FAX0584-54-5275 まで。

■ カヌー体験コーナー

どなたも気軽に乗ることができる体験コーナー。カヌーの基本的な操作方法を学び体験ができる。日時：4月5日(土)～29日(火)・5月3日(土)～31日(土)・6月7日(土)～6月29日(日)の土・日・祝日 10:00～17:00。対象：小学4年生以上、小学3年生以下は保護者と2人乗り。定員なし。参加料500円/時間。当日随時受付。

■ カヌー教室

NPO法人アクアフィールド長良とともに主催。カヌー体験コーナーからステップアップ、より高度な技術習得をめざす。日時：4月19日(土)・5月17日(土)・6月21日(土) 10:30～12:00・13:00～14:30。対象：カヌー体験コーナーを1回以上体験した小学4年生以上。定員各回10名。参加料1人700円。事前申込。

■ ヨガ教室

自分で行うマッサージなどを取り入れた高齢の方や障害のある方も気軽に体験できる初心者向け。日時：4月26日(土)13:30～15:30。どなたも参加可。定員30名。参加無料。事前申込。

■ エクササイズ教室

心身ともにリラックスできるストレッチやボールを使ったエクササイズを行う。日時：4月27日

(日)13:30～15:30。どなたも参加可。定員30名。参加料300円。事前申込。

■ 太極拳教室

太極拳の初歩的な基本動作を中心にした初心者向け。日時：5月3日(土)13:30～15:30。どなたも参加可。定員20名。参加無料。事前申込。

■ ニュースポーツ体験ひろば

海津市レクリエーション協会とともに主催。7種のニュースポーツ(グランドゴルフ、 ユニホック、 ボックスホッケー、 ディスクゴルフ、 RDチャレンジ、 リングキャッチ、 キャッチング・ザ・スティック) を体験。日時：5月5日(月)～6日(火)12:00～16:00。どなたも参加可。定員なし。参加無料。当日随時受付。

■ 車いすダンス教室

音楽やダンスが好きな初心者を対象に車いすを使用したダンスを体験。日時：5月11日(日)13:30～15:30。どなたも参加可(中学生以下保護者同伴)。定員20名。参加無料。事前申込。



■ オリジナルスポーツ体験

当日随時参加型の軽スポーツ体験。今回は100円ショップにあるものを使いアレンジした遊びを行う。日時：6月15日(日)13:30～15:30。どなたも参加可。定員なし。参加無料。当日受付。

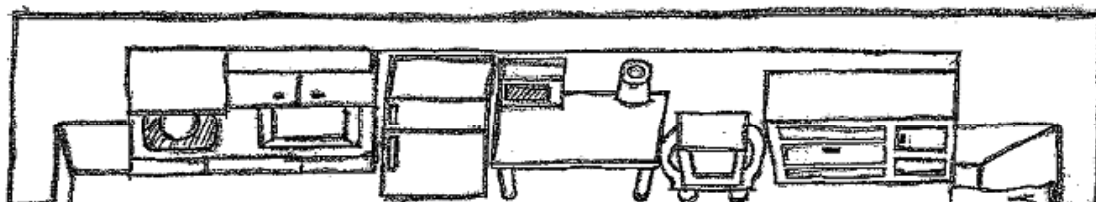


次号の予告...

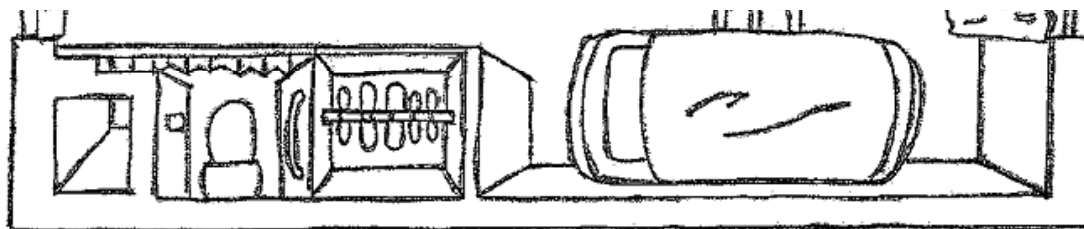
AJU自立の家では、施設や家族と一緒に暮らしている障害者の方で、地域での自立生活を目指し、自分らしい当たり前の暮らしをしたい方、家族から独立して地域で生活してみたいと思っている方のために、『自立生活体験室』を実施しています。

とはいっても、地域で生活したり一人で暮らすのは不安もあり、なかなかイメージできません。そんな不安や疑問、相談に応じながら、はじめの一步を踏み出すための、あなたの部屋です。

『自立生活体験室』の詳細については次号の福祉情報誌に掲載いたします。

**地域での自立生活をめざし**

**「自分らしいあたり前のくらしづくり」のはじめの一步
あなたのやってみたいことを体験室で一緒にチャレンジ！！**



医療相談室

長年、診療機関で障害を持つ仲間の医療ケアに携わって来れた「リハビリテーション医の万歳登茂子先生」のご協力で開設。

《相談日》3月1日、15日、22日、29日

4月5日、12日

いずれも土曜日、予約制、30分程度

時間は要相談

《対象》障害を持っている人

《費用》無料

《受付》自立生活情報センター

T E L 052-841-6677

F A X 052-841-6622

E-mail johoc@aju-cil.com

《場所》名古屋市昭和区恵方町 2-15

(社福) AJU 自立の家 サマリアハウス内相談室



やさしい住まいの支援ネット

障害当事者、福祉、医療、建築関係者が有志で開設し、住宅の改造などの相談に対応。

《相談日》3月1日、15日、4月5日、19日

(いずれも土曜日) 午後1時半から

《費用》無料

《受付》サマリアハウス 浅井

T E L 052-841-5554

F A X 052-841-2221

E-mail sumai-sien@freeml.com

《場所》名古屋市昭和区恵方町 2-15

(社福) AJU 自立の家 サマリアハウス内

ホームページができました!!

<http://sumai-sien.hp.infoseek.co.jp/>

生活の道具相談室

障害当事者、福祉、医療関係者が有志で開設。

道具の導入相談、道具の工夫や制作に対応。

《相談日》3月1日

(いずれも土曜日) 午後1時半から

* 受付、場所は生活の道具相談室と同じ

編集後記

寒い日がつづいていますが、読者の皆さんお元気ですか？新しい年が始まって2ヶ月近くが立ち、今年の初めに立てた目標に向かって邁進している人、軌道修正している人、まだ全然進んでいない人、様々だと思います。

今号の福祉情報誌には読者アンケートを同封しました。皆様の暮らしや、目標達成のヒントになるような情報を提供すべく、アンケートを通じて読者の声を生かして行きたいと思いますので、皆様のご協力をお願い致します。



情報募集中!

自立支援法への意見、町で見つけたアクセシブルな穴場、あれ？ちょっとおかしいな？と思う車いすトイレの造り、親切なお店、グルメなお店、みんなに聞いて欲しい事件などなど、皆さんからの情報をお待ちしています。

ぜひぜひ、編集部までご連絡下さい



■ 編集部

T E L 052-841-9888

F A X 052-841-3788

E-mail f-joho@aju-cil.com

お待ちしております

隔月発行

年間購読料 1,500 円

振込先：郵便局 00890-0-90573

〔お詫びと訂正〕

88号～91号の振込先の口座番号に誤りがあり、大変ご迷惑をおかけしました。お詫びとともに訂正いたします。