

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23年10月18日(毎週火曜日) 増刊 AJU通巻10195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114号

2011年10月20日

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
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

チャンス
change
chance



絵 森 美由貴

はじめての一步をふみだしたあなたへ

- ひと・活動紹介
この人にびっくりどっきり直撃！
教壇に立つ全盲先生・大前先生……………1
- あなたの声に応えます
夏季自立体験プログラムレポート……………7
障害者医療問題全国ネット
第9回シンポジウム
「痛みの当事者研究」のお話……………9
- かつきのページ……………12
- 体験レポート
熟年(?)“でづ”のお江戸観光!! ……13
- お宿情報
でづ子の部屋『ゆうぼうと』……………15
- 生活道具相談室
春日苑・和子さんのファッション チャンス……………17
- 福祉用具のリサイクル情報……………20
- 旅の空から……………21
- トラベル情報……………24
ドイツ クリスマスの旅6日間
石垣島と西表島 竹富&由布4日間
リフト付き大型観光バスで行く
高齢者・介添えが必要な方にやさしいバスツアー
他
- 読者のこえ・いろいろ情報……………27
ひかり鍼灸院 体・験・談！
車いす用クッション 置きらく(クッション、エプロン)
10. 28 JDF大フォーラム
碧南市 秋のレジャー案内
第15回全国交流集会in大阪
他

この人にびっくりどっきり直撃！ 教壇に立つ全盲先生・大前先生

皆様、こんにちは。身体障害と聴覚障害というダブルなハンディを抱えていて、現在、わだちコンピュータハウスで働いている「まーくん」こと高橋誠です。よろしく。

さて今回は、今をときめく全盲の大前雅司先生を紹介したいと思います。

大前先生は、緑内障による生まれながらの弱視で、9歳の時に失明しました。盲学校で運命の先生と出会って、その時から教師を志すようになりました。大学卒業後、2度目の教員採用試験にめでたく合格し、2009年から和歌山県にある橋本市立紀見北中学校の教師として赴任し、現在も教師として忙しい毎日を過ごしています。

大前先生へのインタビューで、教師になるまでのいろいろな過程と教師としての思いを聞かせてもらいます。それでは大前先生、よろしくお願いします。



大前雅司先生

大前先生のプロフィール

《略歴》

1985年5月18日 先天性緑内障で弱視として生まれる

1988年 和歌山県立盲学校幼稚部入園

1991年 応其幼稚園（地元の幼稚園）入園

1992年 橋本市立応其小学校入学

1995年 和歌山県立盲学校小学部に転校（小学4年生進級時）

2004年 日本福祉大学社会福祉学部社会福祉学科入学

2008年 橋本市立隅田中学校に非常勤講師として勤務。その年の夏に実施された和歌山県の教員採用試験に中学校社会科で合格。前年に続いて2回目の受験。

2009年 教諭として橋本市立紀見北中学校に赴任
担当教科：社会科

趣味：囲碁、インターネット、野球観戦など

Q 学校までの通勤方法、時間は？

配属後、しばらく（1学期）は実家から通い、1年目の夏休みからアパートに引っ越しました。そこから、電車で1駅。駅から学校は1km、30分かけて通っています。今の橋本市立紀見北中学校へは2009年4月から。3年目に入ります。

Q 趣味の囲碁は今でもたしなんでいますか？

僕の場合は、特殊な碁石と碁盤を使っています。白はツルツル、黒はザラザラ、はめ込み式の碁盤で、盤面を触りながら位置関係を認識します。一般の選手権や全国大会では、持ち時間の関係があって、自分が触っている間、対戦相手が盤面を見えないため、ボランティアが仲立ちして、盲人用の碁盤と一般碁盤の石を移動させてくれます。初段までいきましたが、今は忙しくて、一般大会への出場はないです。

教師になるまでの道のり

Q 教師になろうと思ったきっかけは？

1つ目は盲学校の高等部時代、よい先生が多く、人と関わることへの魅力を感じていました。教師や福祉の仕事へのあこがれを感じて、日本福祉大学へ入学しました。また、以前より、全盲でも一般学校や盲学校などさまざまな学校で教師として活躍している人はいました。大勢でないとはいえ、そのような人がいることは私の励みになりましたし、自分もそのような人を目標にして頑張りたいと思いました。

2つ目は、臨時教員としての経験です。大学4

年のときの教員採用試験では落ちて、2008年3月に大学を卒業した後、4月から橋本市立隅田(すだ)中学の臨時教員として、サポート付きで雇ってもらえました。そこで、子どもとのふれあいを通して、モチベーションがさらに上がりました。集団の中で弱い立場の子が、障害者である自分に手を貸してくれたり、子どもたちは純粋で、自然に接してくれました。そのことが新鮮に感じ、教師という職業がより魅力となりました。

そして2008年夏の試験に合格し、翌年4月から晴れて正規の教員として教壇に立っています。

Q 採用試験に受かったとき、どんな気持ちでしたか？

勉強して合格できたこと、自分の努力が実ったことで純粋にうれしかったです。

それにも増して親が喜んでくれたことがうれしかったです。親からすると、面倒を見ないといけない存在と思っていた自分が、教師となり活躍すること、社会人として自立できることを喜んでくれました。

Q 大前先生は、採用試験を受ける際、非常勤として働いていたことや工夫など、何かアピールしましたか？

採用試験の2次面接では、教育現場で頑張りたいことと障害があることでプラスになることがあることを伝えました。また工夫すれば、道徳や人権教育の教科書に出てくることを、文字ではなく実体験として生徒に伝えられる。星野富弘さんみたいに。そんなにすぐくはないですが。

星野富弘さん 身体障害者の画家・詩人

教師になってから

Q 教師になることに対する期待と不安はありましたか？

不安はいっぱいありました。今もいっぱいあります。一人前の仕事の10分の1もできていないのでは...?と考えるしまうことも多く、ほかの先

生の働きに近づくように努力しています。それから新人ならどこの職場でも、コピーを取ったり、色々な雑用をこなさないといけないですが、自分にはできません。そのため、自分にできる職域を開拓する必要があると思い、今は「白杖体験」だったり、「学年だより」などを担当しています。授業をこなすのも必死ですが、そこにとどまることなく授業以外のもろもろの分掌を担当できるようになり、期待としては、生徒との楽しい関係を作ることです。

Q 教師としての一日の過ごし方を教えてください。

社会科を教えています。普通、週に20時間の授業をもつところ、自分は2年生の社会を3時間×3クラスと、支援学級の3年生の授業を3時間計12時間。授業時間以外は、授業の準備で資料を作ったり、学年通信を作ったり。授業準備では、さまざまな墨字情報をボランティアに読んでもらっています。教科書の文字データはCDに入っているものは使えますが、それ以外に図表やイラストがどっさりあり、それを、どこにどういう資料があって、中身はどのようなものかを理解します(読み解いてもらう)。例えば、領土の図などは、どこにどういう要素(国土)があるのかを、自分用に文字に書き写す仕事があり、これだけでも相当時間がかかります。

さらに授業の合間にプリントを作ったり、授業のネタを考えたり、ネットから写真を取ったりしていますが、勤務時間中では間に合わないの、自宅に帰ってからやっています。



Q どのような方法で授業をしていますか？

僕 1 人で教えるのは無理なので、職場にはサポートの先生がいます。公務員は障害者雇用促進制度による職場介助者は使えないので専任ではありませんが、教員の配置基準に若干の余裕を持たせて講師を加配してくれています。だから、サポートの先生も授業をもつことになります。

サポート役の先生は 1 つの授業に 1 人ついてくれます。ただし、時間割などの関係でいつも同じ先生にサポートしてもらっている訳ではありません。今年度の場合、一般学級には特定の 1 人の先生がサポートに入り、支援学級には支援学級の担当の先生が入ってくれています。

授業では、黒板に板書したりついていていない子の手助けをしたり科書の見なければならぬ箇所を指し示したりといったことをサポートの先生にお願いしています。授業を進めるのは自分です。

Q 学校内の資料（教材、指導要領、文書など）はどのようにして情報を得ていますか？情報保障はどうしていますか？

自宅での授業準備については、実習中に会った人が、名古屋から朗読のボランティアで手伝ってくれています。スキャナで画像を取り込んで送ってもらったり、スカイプを使ってネット越しに資料の絵解きをしてくれたりします。近くの人に頼むより早いかもしれません。パソコンなどの ICT（情報通信技術）なしには考えられません。

サポートしてくれるボランティアさんには、主に週末に時間を作ってもらっています。もし、サポートできる人がいたら教えて欲しいです。

授業の資料やテストの出題、学年通信などでは、図を多用するのでレイアウトのチェックをしてもらっています。

さてと...これより大前先生へのインタビューを中断し、名古屋市内にあるボランティアさん宅を、突撃訪問いたします。ボラさん宅へワープします！

サポートボランティアさん宅を突撃訪問！

ま～：こんにちは。

ボラ：こんにちは。いらっしやい。

（中に入ったら...）

ま～：うわぁ～。パソコンが何台もありますね。

l pad 2 もある。しかもテレビとつないでるぅ～。

ボラ：これらは大前先生のサポートをする時に必要ものです。普段はノートパソコンを使ってスカイプしていますよ。2 階にも NAS を含め、3 台おいてありますよ。

ま～：大前先生との出会いは？

ボラ：大前先生が大学在学中に A J U で実習していた時（2006 年）僕も同じ A J U で社会福祉士の資格を取るための実習をしていました。そこで出会って、ずーっと交流し、やがて、サポートするようになりました。

ま～：スカイプでのサポートを始めたきっかけは？

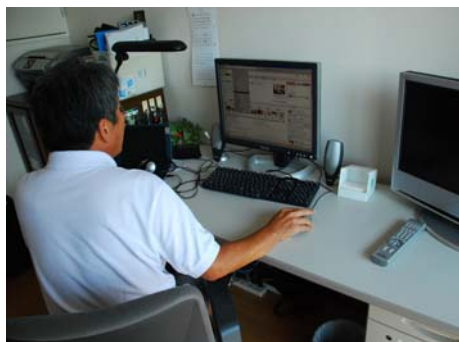
ボラ：大前先生が学校にお勤めし始めたときは、加工したデータを C D に入れて送っていたけど、それでは遅いので、先生がパソコン関係に詳しいこともあって、先生からスカイプと yahoo ブリーフケース（ネット上の共有フォルダ）を提案されました。

ま～：大前先生とはスカイプを使って、どのようにやりとりをしていますか。

ボラ：このスカイプ用マイクを使って、やりとりしています。僕と妻で役割分担をし



ています。妻は、学校の資料等の読み上げや、テストの問題などイラストの内容を大前先生が分かるように説明しています。その場で説明するほか、教材ファイルや、生徒の手書きレポートをスキャンしたデータを大前先生から送ってもらい、僕がそれを加工したり、妻が読み上げ、音声録音したデータを、大前先生に送っています。



ま〜：サポートしている時に一番大変だったのは何でしょうか？

ボラ：今は主に地理を教えています。教科書やテストに出てくる画像には色がついているので、色や文字の位置などをきめ細かく説明することですね。それから、人物などの写真は、先生が



生徒さんからの反応や質問に答えられるように、生徒さんたちだったらどんな

ことを考えるかなあと想像しながら、細かく伝えるようにしています。

ま〜：大前先生って色々な情報を全部、頭の中に入れてるんだ(°Д°)！凄いです。それに、地理教科の地図を読み解いて伝えるには、伝える側も地理の勉強や想像力が必要ですね。先生が細かいところまで理解して、生徒さんたちとコミュニケーションを取りながら授業を進めていくためには、とっても大切な役割ですね。

お二人が今でもサポートを続けている理由は？

ボラ：私たちの中では、単に大前先生のサポートをしているという気持ちだけではなくて、そのもっと先には、生徒さんが大前先生と交流する

中で、障害を理解し、障害者は特別な存在ではないんだということ、先生と自然に接する中で感じた感覚や経験を、その生徒たちから生まれてくる子どもたちへ伝えていってほしいなあという、大きな目標というか夢があるんです。

ま〜：そういう強い信念があるからこそ、何年も続けてこられたんですね。

ボラさん、ありがとうございました。ボラさんのすてきな思いに、思わず鳥肌が立ちました。それでは、大前先生とのインタビューを再開します。

Q テストの採点等はどのようにしていますか？

小テストではマークシートを使っています。パソコンを使って簡単に出题、採点ができます。しかし中間や期末といった定期考査では、自分の都合を押しつけられないので、手書き回答となり、サポートの先生に採点をお願いしています。

Q 授業のはじめに、いつも今日のニュースを話題に上げているとのことですが、一番良かったことやおもしろかったことは何でしょうか？

新採初年度は公民の授業を担当していたので、毎回の授業初めにニュースの話題を紹介していましたが、昨年からは地理を教えているので、以前ほどニュースの話題は話していません。公民のときに盛り上がった話題といえば、ニュースの話題よりも「結婚するなら相手を選ぶ条件として第一に何を考えるか」という雑誌にのっていたアンケートを紹介したことや、戦後からの経済発展について学ぶ1例として、サザエさんやクレヨンしんちゃんなどの暮らしぶりを取り上げたことなどでしょうか。地理や歴史についても、単に教科書を教えるだけでなく、生徒が興味を持てそうな小ネタを少しでも話せるようにしています。まだ知識は少ないですが、少しでも興味を持ってもらえるように頑張りたいと思っています。

Q 生徒たちとコミュニケーションを図るとき の工夫は？

名前を覚えるのが大変です。顔を覚えることはできないので、声で覚えるため、新学期には声をテープに録音して覚えます。でも、90 人も覚えるのは大変で、よく間違えるので、生徒には怒られます。

Q 教師として一番うれしかったことは？

1 番というのは難しいですね。「教師として」と考えれば、勉強が苦手な子が少しやる気を出してくれたときとかは嬉しかったです。

ある男の子が小テストで、一定点を取れなくて、放課後の補習にやってきました。もともと勉強が苦手な子ですから、補習で問題プリントをさせても悪戦苦闘していました。そこで私は、できない問題はさておいて、その子が 1 問でも解けたら大いに褒めてあげました。そうしたところ、できなかった問題は多かったものの、とてもいい表情をして帰っていきました。

それから、今担当している子たちとは 1 年半のお付き合いになります。初め出会ったときには、お互い緊張して会話も少なかったのですが、最近では打ち解け合って笑いが絶えません。それから、私が困ってそうなときには、気軽に手を貸してくれます。

このように、障害の有無に関係なく、人として自然なお付き合いが生徒とできていることが嬉しいです。

Q 学校で、失敗したことは？

授業が上手くいかないことはいっぱいあります。しっかり準備をして「盛り上がるだろう」と臨んでも、さっばりのことがあります。事前準備でしっかり仕込んでおいても、いざ授業の説明では図の場所を間違えたり、忘れたりすることがあります。駆け出しの新人教員なら誰でも経験することもあるかも知れませんが、その場で視覚情報を得られないため説明できなくなってしまうことは晴

眼者には起こりません。そして、これは失敗とは違いますが、学校行事で色々なところに引率ができないこと。修学旅行には行けませんでした。学校行事では周りの先生に支えられています。特に中学では学年単位で動くことが多いので、同じ学年の先生に支えられています。

Q 教師としていつも心がけていることは 何でしょうか？

ポリシーは前向きでいること。1 人ではできないことも、工夫してやること。生徒には口先でいってもダメです。生活の中で体现することです。

Q 大前先生にとって理想の教師像とは？

信頼される、頼りにされる教師になること。「このことは大前先生に頼む」と任せてもらえる存在になることです。

クラス担任はまだもてていません。生活全般をみる仕事になることですので、これからの課題です。

Q 学校では、サポートの先生をつけること と以外に、何か今までと違った体制を作 りましたか？

県としては余裕を持たせた教員配置以外はありませんが、学校内では管理職が色々と考えてくれて試行錯誤しています。ただし、授業では板書できない自分のために、社会科教室の 50 インチモニタを使って授業をさせてもらっています。2010 年 4 月に授業の IT 化の県予算で 50 インチモニタが各校に配備されました。たまたまこういうチャンスがあって、昨年度からサポートの先生が板書しなくてよいように、自分でパソコンで板書できるようになりました。

学校独自としては、スキャナとパソコンを入れてくれました。

大前先生、金八先生になるんだぞぉ～。ここからは、学校側への質問です。

Q 大前先生が来る前に想像していたことと、実際に来てからとでは、何か違いはありましたか？

教頭：新採として本校（橋本市立紀見北中学校）に採用される前の年に、同じ市内の中学校で講師をされていたので、ある程度のことは知っていましたが、不安でした。

- ・まず第一に、私たち教師が大前先生とどう関わったらいいいのか？
- ・本当に一人で先生として学校生活を送ることができるのだろうか？
- ・いくらサポートがつくものの、生徒の表情や反応を見ることができずに授業が成立するのだろうか？
- ・多感な時期の生徒が、ハンディをもつ先生とどう接するのだろうか？
- ・校務分掌は、学校行事は・・・？

しかし、何も心配することはありませんでした。彼は、今までの経験から一人で生活することができました。赴任当初は実家から通勤していましたが、直ぐに駅近くに部屋を借りて自炊を始めました。障害者は、できないことがあって大変だろうと思っていた私にとって、彼は、驚きの存在でした。私たちと全く変わらず、ある意味においては、私以上に仕事をこなします。授業についても担任の先生と十分に事前の打合せをし、協力しながら興味深い授業を展開してくれます。

Q 大前先生を受け入れて学校全体にどのような影響がありましたか？また以前に比べて生徒や先生の間で何か変わったことはありましたか？

教頭：教師・大人が心配するよりも、生徒・子どもは純粹で、大前先生を特別視することなくありのままに受け入れました。そっと手をさしのべたり、声をかけたり、教室や学校内に温かい空気が感じられるようになったのも事実です。生徒にとって、大前先生の頑張っている姿は、

生きた教材であり、障害者と健常者が共に生きる理想社会への橋渡しとなります。

教師にとっても、大前先生の頑張りがよい方向に向かい、意欲的に積極的に教材研究や授業に校務分掌に取り組むようになったと感じています。

Q 生徒から見た「大前先生」は？

- ・大前先生はすごく面白いし、社会も分かりやすいです。
- ・目が見えないという障害があっても、自分の夢を叶えたのだから、大前先生は本当に格好いいと思います。
- ・大前先生の言った「苦手なことやできないことにとらわれず、自分ができることを一つ一つ数えてみよう」という言葉に感動しました。
- ・大前先生だけではなくて、障害のある他の人のためにも役立つことをして上げられたらと思います。

（アイマスク体験、人権講座を受けての感想より）



《取材を終えての感想》

大前先生のお話を聞いていて、教師生活は大変だけど、すごく充実してるんだなぁ...って思いました。それから障害者だからできないのではなくて、大前先生の熱意と周りの理解と信頼関係とサポートがあってこそ、はじめて仕事ができるって事を改めて再確認しました。

夏季自立体験プログラムレポート

みなさん、はじめまして！私は、高橋幸子です。福祉ホームに入居してもうすぐ二年半になります。

私は生まれつきの脳性マヒで、普段は電動車いすで生活しています。

今回、福祉情報誌の記事を初めて書くことになりました。AJU自立の家で行われた夏季自立体験のことを書きます。

不慣れなことばかりで、誤字脱字も多々あると思いますが、よろしくお願いします。



今年の体験プログラムは

8月1日から6日まで、AJU自立の家で夏季自立体験プログラムが行われました。

夏季自立体験プログラムとは、障害のある高校生が学校や施設とは違う場所で自分の好きなことや、やってみたかったことをやるプログラムです。

私はスタッフとして参加して今回で2回目になります。今回のプログラムでは私も企画を立てましたが、もともと考えることが難しい私にとっては企画を考えることがプレッシャーになり、ミーティングの段階から精神的につらかったです。

また今年はサポーターが思うように集まらず、ほかのスタッフと大学や高校を何校か回りました。肉体的にとってもきつかったのですが、そのかいあって、たくさんのサポーターが来てくれました。

今年は8人の参加申し込みがありました。参加者の中には文字盤を使ってコミュニケーションを取る人や、医療的な介護が必要な人がいて、ミーティングの時に受け入れるかどうかということをスタッフみんなで話し合い、受け入れることにしました。

印象に残ったこと

夏季体験プログラムの期間中で印象に残ったできごとが3つあります。1つ目はファッション企画です。今年は新舞子での海水浴を無くしてファ

ッション企画をプログラムに入れました。

4日目のオリエンテーリングで男子は大須、女子は久屋大通の地下街に分かれて服を買いに行きました。参加者は道に迷うと通行人に道を尋ねるなど、自分でどうすればいいのかを考えながら目的地に行きました。スタッフは3メートル後ろからついていって、必要な時にアドバイスをしました。

5日目は4日目のオリエンテーリングで買った服を持ち寄って、みんなでファッションショーをやりました。生まれて初めて自分で選んで買った服を着た人がいて、みんなとてもうれしそうでした。



2つ目に印象に残ったことは、泊まりのプログラムを担当したことです。私はスタッフは2年目ですが、泊まりのプログラムを担当したのは今回が初めてでした。ミーティングの時、「スタッフは

高校生が眠るまで起きていなければいけない」と聞いていたので、正直なところできればやりたくないなと思っていました。

実際、高校生は深夜まで起きていて、私が寝たのは午前2時でした。あまり寝ていないので、翌日はかなり体がだるかったです。

3つ目はプログラムではなかったのですが、映画を見たいと言った参加者と生まれて初めて3Dの映画を見たことです。

上映中はメガネをかけていたのですが、途中で気持ち悪くなってしまいました。

障害のある高校生にとって

この6日間でどんな体験ができたか、参加した高校生に話を聞いてみました。その中のいくつかを紹介します。

《はじめてしたこと》

- ・ 外泊や一人で買い物をしたこと。
- ・ 遠出をしたこと。
- ・ 一人で車いすで地下鉄や名鉄に乗った。
- ・ 地下鉄に乗ったこと（どこでおりていいのか？あっているかどうか？心配だったけれど）や、一人暮らし、一人でコンビニへ行くこと。どれも全然やったことがなかった。
- ・ 知らない人に道を聞いたり、写真を撮ってもらったり。カラオケやコンビニへ行ったり、一人で服を買ったこと。最初は緊張したけど、サポーターやスタッフや友達がいたから挑戦できました。
- ・ 一人で（自分の力で）家まで帰ったこと。

《楽しかったこと》

- ・ カラオケ。Aさんと話したことや外食したこと。
- ・ 遠出（豊橋市まで）
- ・ カラオケ。Bさんの服を選んで、気に入ってくれたこと。野球の話ができたこと。
- ・ Cさん、Dさんと出かけたことや、先輩の話を聞いたこと。服を買いに行ったり、写真を撮ったことも楽しかった。

- ・ カラオケ。誕生日に、カウントダウンをして、花火をしてくれたこと。ファッションショー。
- ・ カラオケ。好きな曲を歌ったこと。
- ・ Eさんと友達になったこと。カラオケ。

《自信になったこと》

- ・ 時間配分を考えながら、できたこと。一人で電車に乗ったこと。
- ・ 遠出して自信になった。通る人に聞くことができるようになった。
- ・ 電車でいろんなところへ行った。路線図を見られるようになったこと。
- ・ はじめて自分で電車に乗ったこと。
- ・ 夜に違うところで寝たことが自信がついた。前は違うところで眠れなかった。
- ・ 初めての介助者さんとも話しました。話したこと自体が自信になった。話が広がって友達になった。

最初は不安と戸惑いで緊張していた高校生たちが、一週間でさまざまなことを経験して、最終日に頼もしい顔に変わっていたのが、見ていて嬉しかったです。

経験を伝えることの難しさ

6日間のプログラムを通して私が感じたことは、参加者に自分の経験を伝えることの難しさです。私の言葉で高校生にどんなことを伝え、実際に高校生にどう伝わったのか、1週間ずっと考えていました。

私は高校生のときに夏季自立体験プログラムに参加していないので、前回と今回は参加者のような気持ちで関わっていた部分もありました。

もし来年度スタッフになったときは、自分なりにプログラムのことを理解して、たくさんの人に自分の経験を伝えたいです。そのためにも、たくさんのかたちを経験して、成長していきたいと思っています。

障害者医療問題全国ネット 第9回シンポジウム 「痛みの当事者研究」のお話

みなさ～ん。こんにちは。でっちゃんです。私は脳性まひ（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、移動は電動車いすを利用しています。

先月19日、東京で行われた障害者医療問題全国ネットワーク第9回シンポジウムにいつてきました。以前、私は二次障害の症状があり、このシンポジウムがきっかけで、南多摩整形外科病院（東京）で筋解離術（きんかいりじゅつ）を受け、現在は、痛みも和らぎ元気に同じ障害を持つ夫と共働きをし、介助者の手を借りながら生活しています。そこで同じ二次障害に悩んでいる人たちのために、少しでも情報提供ができればと思います。さて今回のテーマ「痛みの当事者研究 - 動きと時間をとめる、覚めない悪夢について - 」講師の熊谷さんのお話を数回に分けてお伝えいたします。

熊谷晋一郎さんプロフィール

1977年生まれ。新生児仮死の後遺症で脳性マヒに。以後車いす生活となる。小中高と普通学校で統合教育を経験。大学在学中は地域での一人暮らしを経験。また全国障害学生支援センターのスタッフとして、他の障害をもった学生たちとともに、高等教育支援活動をする。東京大学医学部卒業後、千葉西病院小児科、埼玉医科大学小児心臓科での勤務、東京大学大学院医学系研究科博士課程での研究生活を経て、現在、他の障害をもつ仲間との当事者研究をもくろんでいる。著書に『つながりの作法 - 同じでもなく 違うでもなく』、『発達障害者当事者研究—ゆっくりていねいにつながりたい』（いずれも綾屋紗月さんとの共著）、『リハビリの夜』がある。



突然、痛みが襲う

熊谷さんは、ある日、首の後ろから左腕の肩から小指のほうにかけてしびれるように鋭い痛み“ビリッ！”と電気が走るような衝撃。数年前にも同じ症状。その時は2、3日で治った。ところが3、4日過ぎて症状はますます強まり、車いすからトイレに移乗するときや、夜、寝返りをするときなど痛みを感じた。そして、日常生活のあらゆる動作にためらいと慎重さが伴いはじめ、「自分の体になにが起きているのかわからない。」「自分はどんなになってしまうのだろう。このまま寝たきり？」と思ったそうです。



でっ心のことば：左腕の肩から小指のほうにかけて、電気が走るような症状は私と一緒にだかね。



ショッキングな調査結果

まだ日本では、二次障害についての大規模な調査は行われていないが、欧米では徐々に調査研究が始まっているらしい。例えば「移動能力のある脳性まひ者は、中年以降、歩行機能が著明に低下する」、「60歳の時点で歩行が十分にできるもののうち、その後15年間歩行し続けられるものはほとんどい



い」など。脳性まひは非進行性と言われていたけど、これは「脳性まひ者が長く生きられない」ことが前提だった。しかし、年齢を経るに従って、筋骨格系の痛み、疲労、運動機能の低下による「二次障害」と呼ばれる新たな病態が徐々に出現することがわかってきた。また、脳性まひ者の「移動能力の低さと平均寿命の短さは、有意に相関する」（健常者＞歩行可能な脳性まひ＞車いすで移動可能な脳性まひ＞移動の不可能な脳性まひ）なんだって…。でも、考え方によっては、二次障害によって「自分でできること」が減ったとしても、その変化に合わせて生活のスタイルを変えていけばそれでいいではないか？

でっちゃんのことば：そうだな。できなくなったものは、しょうがないわ～。誰かにやってもらえばええ。それが自立生活運動の考え方だね。



二次障害の何が問題なの？

「できなくなる」こと自体は問題ではないとしても、「痛み」のほうは、痛くても問題ではない、とは、おそらく言い難いだろう。いくら「あなたが無理しすぎたせいだ」「過去のリハビリのせいだ」という説明を与えられたところで今さら取り返しがつくわけでもなく、今ある痛みは消えない。でも実は、「できていたことができなくなる」と「痛み」。このふたつは、分けられない。欧米で脳性まひ者と健常者の「痛み」についての大規模なインタビュー調査を行っており、脳性まひ者はそうでない人に比べて、疼痛障害の発症年齢が早く、しかも慢性化しやすい。特に注目すべきは痛みの悪化因子について、過労が原因になるだけではなく、安静もまた原因になるという点。さらに痛みが慢性化する危険因子は「生活・職業スキルの喪失」「人生に対する満足度の低さ」「身体に関する日常役割機能の低さ」など「できなくなること」に関わるものばかり。



り。無理をせずに「安静」を保つことや「自分でできなくなる」が身体的な「痛み」を与える主因かもしれないとのこと。

でっちゃんのことば：これはわかるような気がする。だって、少しぐらい痛みがあっても、何かをしていると痛みは忘れることがあって、知らんどうちに痛みは消えることがあるわなあ。



なぞの痛み



痛みには、「急性疼痛」と「慢性疼痛」がある。急性疼痛とは、体のある部位に体の恒常性を乱しかねない「損傷」や「炎症」があることによって引き起こされる痛みのことである。それらの構造的な原因がなくなれば消える。手術をして痛みが消えたとしたら、それは頸椎の変形という構造的原因によって引き起こされた急性疼痛だったと言えるだろう。慢性疼痛とは、構造的原因がなくなったにもかかわらず残ってしまう痛みのことだ。大まかに言えば、末梢神経からくる痛みの刺激が消失した後も、中枢神経の中に「痛みの記憶」が残ってしまう状態のことである。構造的な原因を手術によって取り除いてもなお残る脳性まひ者の「痛み」の少なくとも一部が、この「慢性疼痛」という概念によって説明されるのではないか。「慢性疼痛」はかつては「わがまま」「サボり癖」とか言われてきていた。今は少し変わってきたとのこと。

慢性疼痛に影響を与えるパターン

- ◆ 破局的な考え方---痛みのネガティブな思考。痛みがもっとひどくなるなど、痛みのことばかり考えてしまうと、痛みがさらに強くなったり、不快感が強まったりする。
- ◆ コーピング方法*)---痛む部位をかばったり、休息すると痛みは悪くなる。仕事や日常生活を継続す



ると痛みは改善しやすい。

*)認知的または行動的な対処方法。

- ◆ 信念---「痛みに対して無力だ」「痛みが人生に重大な悪影響を及ぼす」「痛みによっていろいろなことが必然的にできなくなる」「周囲は献身的であるべきだ」といった信念は痛みを悪くする。
- ◆ 周囲のサポート方法---痛みに対して親身に対応するサポートは痛みを悪くさせ、痛みの有無や強さに振り回されず、社会参加を助けるサポートは痛みをよくする。

でっ心のことば:「病は気から!!」と昔の人は、よくいったもんだ。でもこれによると



「痛みは気から!!」なのかな?でも、気を付けないかんことは、原因のある痛み「急性疼痛」と原因がない痛み「慢性疼痛」の見極めが大事だと思う。

知ってるようで...(でっちゃんの感想)

熊谷さんのお話は、どれも私自身の経験と共通点があり、彼は理論や調査結果と合わせて分析していて、大変興味深いものでした。私がなんとなく、こうじゃあないかなあと思っていたことも話をきいて、納得することが多くありました。これは次回にお伝えする、当事者も専門家も二次障害に関する「知の不足」から「信の不足」につながっていくんだと思います。

(つづく)

「二次障害や痛み」についての 質問を募集します!

今回のシンポジウムの講師 熊谷晋一郎さんへ「二次障害・痛み」についての質問を募集いたします。きっと、障害当事者ならではの経験と小児科医である専門知識でこたえてくれると思います。

ぜひぜひ、編集部までご連絡下さい

■編集部

TEL 052-841-9888

FAX 052-841-1015

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

お待ちしております

二次障害情報ネット

(障害者医療問題全国ネットワーク)事務局

連絡先: 〒154-0021

東京都世田谷区豪徳寺1-41-6

特定非営利活動法人 自立の家 内

TEL 03-3327-0971

FAX 03-3327-0972

亀に助けられた人

堤 剋喜

博物館や美術館の展示室では静粛が求められるけれども、出土品や作品に直結した感想や疑問がつい声に出してしまう分には普通とがめられない。感想や疑問は人それぞれで結構なのだが、「これ全部本物かなあ。」「いくらぐらいするのだろう。」とやり合っているグループに順路をふさがれたときにはちょっと驚いた。ずっとこの話題が続きそうなので、この人たちが次の展示室へ移るまでしばらく休憩することにした。

小学校の高学年のころだと思う。ガラスケースの中の陶器で出来た動物が気になって、ずっと眺めていた。何人かの観覧客が僕の後ろを迂回して通り過ぎる。「これ何だろう。」と、口にしていた。

応答があった。「何に似てますか？」

「かめに一番似てます。尻尾と頭はワニかな。」

「なるほど。中国にはワニも亀もいますね。これは竜をかたどったものでね。」

ワニと亀を人が頭の中で一緒にしたのがこの竜かもしれない。」

たまたま出会った子どもの問いかけにも、教育的な配慮を以て、真面目に答えてくれる大人もいるものだ。

たぶん職員や学芸員ではなく、観覧客の一人だった。

尤もこの竜は、僕が見た竜(の造形)の中で例外的にかわいらしく、竜らしくない竜だったが故に竜に見えず、子亀を連想したのだろう。

伯父のコレクションにワニの剥製があった。入手経路や種類については聞かずじまい。口先から尾を入れて50センチほど。子どものワニと思ったが、かわいいとは言いがたい。亀の要素を加えなくても、ワニを変容させたら竜になりそうだ。登竜門を目指すのは鯉。河畔や湖畔にある集落のタンパク源。冬の保存食。竜は山河や湖沼の守り手であって、海とは縁が薄いようだ。

浦島太郎の原型になった伝承には乙姫ではなく、亀姫が出てくる。

漁師がウミガメを捕らえ、殺そうとすると、ウミガメが姫の姿になって命乞いをする。

漁師が身の代として、姫の居城まで案内させる。これではえげつなさすぎるからか、漁師がウミガメを捕らえた後、舟の上で眠ってしまう。漁師が目覚めると横に姫がいて、求婚される。漁師は受け入れて姫の帰還に同行する、という類話もあるらしい。

待てよ。姫の姿になれなかった不運なウミガメがたくさんいたはずだ。

このたぐいのお話を

「資源枯渇を防ぐために雌のウミガメを殺すな」という禁令とみるべきか、いざとなったらウミガメを食えという生き残りの手引きとみるか。

ウミガメの生息密度が今より高かった頃には、

着衣のまま海に落ち、おぼれかけた人が、流れ藻や捕まえやすそうな魚と誤認され、

食べようと浮上してきたウミガメに押し上げられて助かったこともあったはず。

ウミガメとしては単に息継ぎをしたら何かに当たっただけということもあったろう。

ウミガメの卵は、潮干狩りで手に入る。これは、狩猟ではなくてより安全な採集の部類。

大航海時代に航海中の食料として多くの亀が積み込まれたことも考えると、

「亀を助けた人」は、ごくわずかで、亀に助けられた人の方が断然多かった。

古い地球儀を見る機会があった。南極大陸が描かれていないのに、全体は球だった。

制作されたのが南極大陸が発見される前なのだからそれで当たり前だ。

でも、どこか新鮮で不思議な感覚を覚えた。

人間は持ち合わせた材料や情報、信念で世界のひな形を作ってしまう、と。

順路を進むうち、ざわめきは消えていき、静寂が深まっていくことがある。

松本竣介(1912-1948)の回顧展がその一つだった。

10代で聴覚を失った後に、絵の道に入った画家である。

世の中をどう捉えるかは時代や個々人で違う。この違いはどうしようもない。

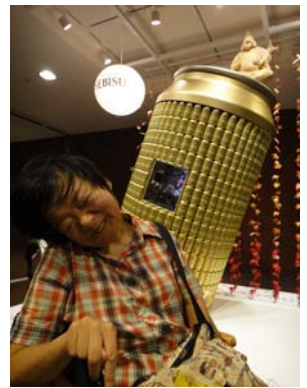
違いは誤解を生みがちだけれど、共感や発想につながることもある。



熟年(?)“でづ”のお江戸観光!!

日に日に秋めいて参りましたね♪。秋と言えば・・・！実は9月の連休に東京でシンポジウムに参加、その前日に友達と会う予定だったんですが、1週間前に友達が来られなくなって、もうすでに宿をとっちゃってあったので、介助者と一緒に「お江戸観光」をしてきました。どこに行こうかいろいろリサーチした結果、ちょうどその日に、「恵比寿麦酒祭」があるらしい・・・『ビール好き』な“でづ”としては、これは行かねば...ということで、観光レポをお送りしたいと思います。

“でづ”は、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）があり、外出時には、電動車いすを使っています。



エビスビールの発祥地!!

「恵比寿」という地名も、駅の名前も、実は、エビスビールからきているらしいですよ。大日本麦酒醸造有限会社(サッポロビールとアサヒビールの前身)の恵比寿信仰にちなんで命名されたのが「エビスビール」で、ビールを出荷するための電車の停車場が、ももとの恵比寿駅なんだってっ～！私も初めて知ったわ～。

ここで

「恵比寿駅」バリアフリー情報

恵比寿ガーデンプレイスは、JR 恵比寿駅より近いのですが車いすを利用していくときには、道順に気を付けてください！

- JR 恵比寿駅は、西口にエレベーターがあり、下車・乗車ともに、恵比寿駅西口からになります。(案内看板に沿っていくとものすごい坂なのでついていけないください！)
- JR 恵比寿駅西口改札をでたら、左手側に『アトレ』があるので、このエレベーターを利用して3Fまで上がります。



- エレベーターを降りると右側へ向かい、アトレの出口に出ます。右斜め前に JR 恵比寿駅東口の改札が見えます。

➤ JR 恵比寿駅東口の改札を右手に、まっすぐ進むと『恵比寿スカイウォーク』(動く歩道)の入り口にひたすらまっすぐ、行ってください。時々、曲がり角があります。

- 動く歩道に乗っちゃうのもいいです。ただ、降りるときに前輪を上げないと、引っかかる

- ことがあるのでちょっと、危ないです。動く歩道を歩く人がいるので車いすの幅がぎりぎりの方は、遠慮したほうがいいと思います。
- 目の前は、恵比寿ガーデンプレイスです。

私たちは、駅西口でちょっと寄り道をして、恵比寿駅のシンボル「恵比寿さん」に会いに行きました。駅西口を出てすぐ右手、アトレのエスカレーターのそばにいらしい。いました、いましたちゃんと鯛と釣り竿持っていました。ホント、ラベルと一緒にだわ。



ちなみに、西口の前にはもう一体、イマっぽい恵比寿さんもいるんだそうだ。

[恵比寿ガーデンプレイス]・「エビスビール記念館」へ

さてさて、恵比寿麦酒祭が開催された『恵比寿ガーデンプレイス』に着きました。ここはサッポロビールがやっている複合施設でこのイベントは2009年から始まったそうです。レンガ造りの雰囲気のある建物。空間もゆったりとていてちょっとセブなかんじです。

この日は快晴でビールを飲むのにちょうどいいでした。特設会場のセンター広場には人がワンサカといました。チケット(ビール・おつまみ)を買うのに長蛇の列だったので、私たちは、「エビスビール記念館」に行くことにしました。



まず、エビスギャラリー(無料)に…。エビスビールの誕生から今に至るまで、貴重な資料が見学できます。日本初のビヤホールは恵比寿だったんだとか…。そして、はじめてのおつまみは大根のスライス(醤油付)だったそうです。また戦時中はビールという呼称ではなく、麦酒(ばくしゅ)と読むようになり、ブランドも無くなり、家庭用、業務用、軍用の3種類になったのだそうです。私たちは、「エビスツアー」に参加をしようと思ったのですが、待ち時間が結構あったので、見学だけにしました。このツアーは大人ひとり500円で、ガイドさんにお話を伺いながら歴史を学び、最後にエビスビールが2杯付いてくるというオトクなものです。ちょっと残念でしたがまたの機会に・・・。

【ツアー料金】	
大人(20歳以上)	500円(試飲つき)
中学生以上20歳未満	300円(ソフトドリンクつき)
小学生以下	無料(ソフトドリンクつき)

それから、ツアーに参加しなくてもエビスビールがリーズナブルにいただけるテイastingサロンがあり、1枚400円のエビスコインを購入して、ビールやオリジナルの軽食が味わえるようです。エビスビール各種、軽食：各400円～

さあ、麦酒を飲むぞ！

日も西に傾いてきたので特設会場の長い行列に並ぶことにしました。まずは年齢認証の為、配布されるリストバンド(アルコール類購入証)をつけ、30分くらい……。やっとチケットをゲット！！ちなみに、私は「エビスクリーミートップ」と「東北ハムのハーブフランクソーセージ」。介助者は「琥珀エビス」と「ジャーマンポテト」を注文。それでは、カンパイ！



美味しかったですよ。

そして、恵比寿駅西口バスターミナル3番のりばから、路線バスを利用しホテルへ。

渋谷2 渋谷駅～恵比寿駅経由～五反田駅ゆきに乗車して、恵比寿駅→大崎広小路 下車
(お宿情報へつづく)

行楽の秋

「恵比寿ガーデンプレイス」では、季節によっていろいろなイベントがあるようです。そして、ちょっとビールを楽しみながら、お江戸の旅もいいものですよ。行楽の秋。みなさんもよかったら、訪れてみてはどうでしょう。

お出かけ情報

「エビスビール記念館」

〒150-8522

東京都渋谷区恵比寿 4-20-1

TEL：03-5423-7255

FAX：03-5423-2078

開館時間：11:00～19:00

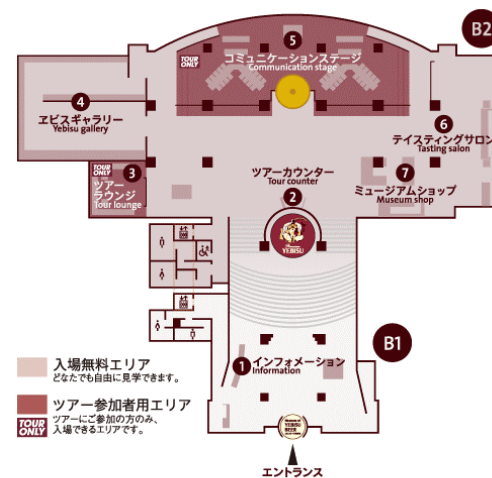
(エビスツアー最終回 17:10、テイastingサロン ラストオーダー 18:30)

入場料：無料

定休日：月曜日(月曜日が休日の場合は翌日) 年末年始 施設保守のため臨時で休館日を設ける場合があります

アクセス方法：JR恵比寿駅より徒歩約8分。

玄関は地下1階なので、坂道のプロムナードを下り、センター広場を左折して三越の東西通路を抜けた先。



エビスビール記念館に駐車場はないので、恵比寿ガーデンプレイスの駐車場を利用するのが最適

- 1 インフォメーション
- 2 ツアーカウンター
エビスツアーのお申込みを受け付けます。
- 3 ツアーラウンジ
エビスツアーの開館時間までおくらげください。
- 4 エビスギャラリー
エビスビールの誕生から今にいたるまでを貴重な資料や映像でご紹介しています。
- 5 コミュニケーションステージ
エビスツアーにご参加いただいた方だけの特別なステージです。
- 6 テイastingサロン
各種エビスをお楽しみいただけます(有料)。
- 7 ミュージアムショップ
オリジナルグッズを各種取り揃えています。



お宿のご案内 ゆうぽうと

場所：〒141-0031

東京都品川区西五反田 8-4-13

TEL：03-3494-8099（ホテルフロント直通）

FAX：03-3779-5785

アクセス

車では：首都高速2号線～目黒ランプ～高速道路の下を直進して大崎郵便局交差点を左折。

電車では：JR線・都営地下鉄浅草線「五反田駅」西口より大通りをまっすぐ徒歩5分・JR線「大崎駅」西口より徒歩約7分・東急池上線「大崎広小路駅」より徒歩約1分。五反田駅へは品川から5分、渋谷から8分です。



でっちゃんより

先月の連休に東京に行く機会がありました。そこで、久々のお宿情報です。この「ゆうぽうと」には、会議室、結婚式場、レストラン、フィットネスジム、多目的ホールなどもあります。ホテルのフロントは1階。客室は9階から14階（洋室・和室240室）にあります。私が泊まったお部屋は...

★ バリアフリールーム(905号)

デラックスツインルームの1部屋がバリアフリー仕様となっています。この部屋のカギはなんと、リモコン（写真）で自動開閉ができるものでした。これは便利！

そしてツインの片方が、電動ベッドでした。



また、ベッドの上の天井には、レールがついて



いて、トイレとお風呂の天井にもレールがありました。ということは...

（写真はベッドの上にあるレール）

あとでフロントに確認したところ、事前に連絡すれば、リフトを設置してくれるそうです。

（下の写真はトイレと浴室）



私としては、トイレ、洗面台、お風呂も使いやすかったです。トイレ・バスルームの扉は、引き戸。

（左の写真はトイレ・バスルームからの撮影）

ただ、残念なのは、部屋に置いてあるソファーが大きすぎて、車いすで奥までいきませんでした。



(もちろん、このことは、ホテルのアンケートには、書いておきましたよ。)

← 部屋の間取り図



フロントカウンタ
もロー(低い)カウ
ンター有り →

★ お手洗い(館内)

身障者用トイレ：あり 1 階・5 階・7 階

★ 館内の移動

玄関前のスロープ：あり

客室への移動：段差なし

車いす対応エレベータ：あり

★ お食事

- ・ カフェレストラン「メルチェリエ」：洋食
1 階 120 席

営業時間：朝食 7:00 ~ 1,120 円 ~

- ・ レストラン「シェンザール」 和食 / 洋食
8 階 100 席

営業時間：夕食 17:00 ~ 2,500 円 ~

夕食予約：不要

- ・ 鮨・酒処「葦」：その他(寿司)

8 階 30 席

営業時間：夕食 17:00 ~ 22:00 1,500 円 ~

夕食予約：不要

★ 宿泊料金

バリアフリールームは、インターネットでの予約ができません。通常料金となるそうです。

料金：17,640 円

問い合わせ先

TEL：03-3494-8099 (ホテルフロント直通)

ホームページ

ゆうぼうと

検索



でっちゃんの場合、ホームページの問い合わせフォームより問い合わせし、やり取りした結果、通常料金(朝食2名)計19,940円になりますが、今回は、同じ広さのデラックスツインタイプ
おすすめ朝食バイキング付宿泊プラン と同じ料金

2名：16,200 円で用意していただきました。

★ 駐車場

地下2階、3階

利用時間：6:00 ~ 24:00

1泊24時間1,000 円(高さ制限2.3m以下)

車いす対応駐車場：なし

★ その他

単独で大浴場に入浴は難しい

貸し出し用車いす：あり

★ 周辺の観光スポット

いろいろな観光スポットにグッドアクセスです。

- ・ スカイツリー：都営浅草線五反田駅から15 駅、押上駅まで約30 分(目の前にそびえています)



- ・ 東京タワー：都営浅草線五反田駅から4 駅、大門駅まで約10 分(徒歩約10 分)
- ・ お台場：JR りんかい線大崎駅から4 駅、東京テレポート駅まで約10 分
- ・ 羽田空港：JR 五反田駅から品川駅経由、京浜急行線で羽田空港ターミナル駅まで、約30 分
- ・ 銀座：都営浅草線五反田駅から6 駅、東銀座駅まで約15 分
- ・ 浅草：都営浅草線五反田駅から13 駅、浅草駅まで約25 分(スカイツリー見物と一緒に観光できます)
- ・ 渋谷：JR 五反田駅から3 駅、渋谷駅まで約7 分(若者の町もいいものです)

上記所用時間には、乗り換え時間は含みません。

生活の道具相談室

春日苑・和子さんのファッション チャンス



秋もすっかり深まりましたね。春日苑は春日井市の北にあり広大な敷地にある障害者支援施設です。春日苑の鈴木和子さん（脳性麻痺）と、ここで働く作業療法士の名古さんを、昨秋の金城学院大学大学祭にお誘いしました。以前に生活の道具相談室で取り上げたことがあるファッション工房が、大学祭の企画のひとつに、車いすを利用する方や関節の運動が不自由な方に着やすい服のファッションショーをされるということだったからです。和子さんにとっては施設から単独で外出する機会になり楽しく一日を過ごしました。それから1年和子さんはファッション工房にいろいろな注文をされていました。さっそくどのようなものを手にいれたか教えていただくことにしました。

田原美智子

リバーシブルコート（オーダー）

和子さん：金城学院ファッション工房に最初に注文してつくってもらったのが車いすにのりときの



のコートです。外出するときに着せてもらいます。リバーシブルになっているのでそのときの雰囲気に合わせて楽しめます。とても気に入っています。



《ファッション工房 平林先生談》

価格 15,000 円

（縫製料 8,500 円、材料費 6,500 円）

後ろ部分は背中までしかないので、座ったまま腕を入れ、楽に着脱できます。足まですっぽり包む形にしました。また、車いすの操作レバーを持った手をカバーできるように、手カバーを付けました。片面はブルーのリバーシブルで気分に合わせて着用できますし、キルティングが2重なので暖かいです。和子さんのご希望で両面キルティング地を使用したため、全体に少し硬い感じがしています。色も和子さんのイメージをお聞きしてご希望に近いものを探しました。フリース地などを使用するともう少し柔らかく仕上げることができます。

ブーツカバー（オーダー）

和子さん：短下肢装具の上から履けるひざ下までのサイズのものを2足分つくってもらいました。もちろん気に入っています。





《ファッション工房 平林先生談》

価格 2,700 円

(縫製代(ほどき代込)2,500 円、材料費(マジックテープ、メッシュ地)200 円)

和子さんがご自分で購入された、お気に入りのイチゴ柄の布(テーブルクロス)を使用したため、布代は掛っていませんが、ほどく手間が掛っています。

補装具全体をすっぽり被う形で外側をマジックテープ止めにして、介助者が着脱させやすくしています。夏用なので、暑さ対策として後ろ部分に和子さんの好きなピンク色のメッシュ地を使用しました。足の底の部分には、滑りにくい素材であったテーブルクロスの裏地を使用しました。

着せやすいポロシャツ(リフォーム)

和子さん：私の体は朝の緊張が強く、着替えを手伝ってくださる介護士さん泣かせです。手を通しやすければ介護士さんも着せやすいし私も痛い思いをしなくて済みます。最初はお試しに長袖ポロシャツを1枚、気のせいかもしれない



けれど楽になったような気がしています。それで半袖ポロシャツ6枚作りました。



《ファッション工房 平林先生》

リフォーム価格 2,200 円

(着丈詰め 500 円、ファスナー、スナップ付け 1,500 円、材料費 200 円)

前からは普通のポロシャツに見えるように、後ろ部分で完全にオープンになるようにしました。車いすにもたれても当たらない部分にオープンファスナー、衿の部分にスナップを付けました。背部で完全にオープンできるため、腕を挙げなくても簡単に着脱でき、介助者が楽に着せられます。

和子さんは着脱を考えて本来のサイズよりも3サイズくらい大きめのポロシャツを購入されているため、丈もかなり長かったのでまずオープンファスナーの長さに合わせて丈をカットしました。身体に合ったサイズの衿なしTシャツにも是非挑戦してもらいたいです。

(衿なしで丈詰めも必要なければ、1,000 円程度でお直しできます。)

エプロン

和子さん：エプロンは外出用としてほかに２枚買いました。前から見るとエプロンにみえないようです。



《ファッション工房 平林先生》

価格 3,200 円（完成品）

エプロンは、オーダーではなく、完成品の中から好きな柄を選んで頂きます。

衿付きなので、一見ブラウスに見えます。前ファスナーで着脱が簡単です。食べこぼしをキャッチするポケット付きです。表も裏も撥水性なので、こぼしてもふき取ることができ、洗濯しても早く乾きます。ポケットなし、衿なしなど、ご希望に合わせて対応可能です。

作業療法士の名古さんから

和さんは脳性麻痺による重度の運動障害をお持ちです。特に着替えでは手足の動きが少なく介護者に着せてもらっています。ゆっくりした話し方で興味や好み・意見を伝えてくれます。施設の生活ではできるだけ和さんらしさを発揮してもらい、施設の外に興味を持ち、外出の機会を自分でつくりだせるよう応援しています。

■障害者支援施設 春日苑■

社会福祉法人 恩賜財団 愛知県同胞援護会
愛知県春日井市廻間町 703 番地 1
TEL : 0568-88-8302
<http://douen.or.jp/>

■金城学院ファッション工房への連絡・問い合わせ■

平林 由果
（金城学院大学生活環境学部環境デザイン学科）
TEL 052-798-0180（内線：263）
FAX 052-798-0370（事務室）
e-mail hirabaya@kinjo-u.ac.jp
金城学院ファッション工房
<http://www.kinjo-u.ac.jp/f-kobo/top/index.html>

今年のファッションショーは、10月22日（土）
金城学院・図書館ラウンジです。（詳細はファッション工房HPで）

【ステージ1】

「みんなで楽しむジーンズファッション」

ジーンズリフォームのファッションショーです。

【ステージ2】

「私が輝くフォーマルコレクション」

和子さんモデルで登場予定です。

福祉用具のリサイクル情報 (11/10/1 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！ *金額のないものは無料です。

ベッド、床周り品

- ・3 モーターベッド 85 c m巾 (フランスベッド) \30,000 7 年使用
- ・自動体位変換装置 \90,000 ほぼ未使用
- ・エアーマット (アドバンハイクオリティー モルテン) 応相談 未使用

移動用品

- ・シルバーカー (ヘルシーワンキャンシット 象印ペビー) \3,000 2002 年購入
- ・ミクニマイティエース (支柱セット) 不明
(設置時に穴を開けない固定式リフト)

入浴用品

- ・浴槽台 (吸盤、高さ調節付 ガットリハビリ) 2 年使用
- ・浴槽手すり (GR-1 グリップ付 ガットリハビリ) 2 年使用
- ・バスボード 2 年使用
- ・バススツール吸盤タイプ (パナソニック) 未使用
- ・簡易浴槽 リサイクル品を 1 年弱使用
- ・入浴用介護リフト (ミクニマイティエイド 80) \100,000 5 年使用

トイレ用品

- ・エアートイレ (差し込み便器) 未使用
- ・スカットクリーン (電動収尿器) 男性用 応相談 未使用
- ・消臭液 (パックス 白十字) 未使用

その他

- ・足浴器 応相談 4 年使用
- ・パッド専用ネットパンツ S サイズ (テナフィックス) 未使用

譲って欲しい！

ベッド、床周り品

- ・1、2、3 各モーターベッド
- ・折りたたみベッドかソファベッド・サイドテーブル
- ・マット (除圧、体位分散、エアー、口ホ)

移動用品

- ・各車いす (手動、介助用、電動、簡易電動)
- ・電動三輪、四輪車・電動車いすユニット
- ・シルバーカー・マイリフティ、つるべ床走行式リフト
- ・JW1 か JW2 のバッテリー・歩行器、歩行車
- ・松葉杖・一本杖、4 点杖、口フストランドクラッチ
- ・子供用車いす、バギー、PCW

入浴用品

- ・入浴用車いす・入浴用チェア・バスボード・バスリフト

その他

- ・紙おむつ・防水シート・補高便座・リーチャー
- ・各クッション (車いす用、低反発、円座、体位変換、口ホ、エアー)
- ・クッションチェア L サイズ・口ホクッションカバー
- ・各スロープ (折りたたみ、レールタイプ) (2M、3.9M の板タイプ)
- ・段差解消機 (据置型)・電動昇降椅子
- ・靴 (22.5 cm ~ 23 cm)・装具用靴 (26 cm)
- ・介護テーブル・徘徊センサー・ストレッチャー
- ・車用つり革・防水カーシート、3 点とめカーシート
- ・トイレ用簡易手すり・立ち上がり用補助いす

「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>

旅の空から

皆さん、こんにちは。いつも旅行情報を掲載していただいている（株）チックトラベルセンターの松本です。台風12号が残した爪跡はあまりに大きく、被害に遭われた皆様に心よりお見舞いを申し上げます。「災害は忘れた頃にやってくる」ということをいつも頭の中において、準備をしておくことが大切ですね。皆様も非常持ち出し袋や最低限の飲料水、食料など大丈夫でしょうか。

最近発表されたことで、世界一住みやすい街にオーストラリアのメルボルンが選ばれました。この街へ6月に出かけた報告をさせていただきます。



飛行機

東京のお客様だったこともあり、出発は成田空港からでした。成田からシドニーまで約10時間、到着後に入国審査を済ませ、国内線航空機で約1時間半の飛行でメルボルンに到着できます。シドニーとメルボルン間には頻繁に飛行機が飛んでいますので、多少余裕をみて飛行機を選ぶことが可能です。オーストラリアの航空会社といえばカンタス航空ですが、最近はジェットスターという格安航空会社も成田や関空から就航しています。ただ、格安航空会社だけあって、障がいのあるお客様へのサービス面で比較すると、やはり大手の有名航空会社をご利用になられたほうが良いでしょう。カンタス航空、日本航空などは成田からシドニーへの直行便があります。シドニーで乗り換えが必要ですが、しっかりしたサポートがあるため初めての方も安心です。カンタス航空はオーストラリア内の大きな空港には、機内通路用の車椅子から座席へ移るとき、体ごと持ち上げる簡易リフターや特殊な布製キャリーシートを使うことで、楽に座席に乗り移ることができるよう工夫されています。

東南アジアを経由しての飛行機でメルボルンに行くとなると、キャセイ航空、シンガポール航空などを利用して1回の乗り換えでメルボルンに到着できます。

メルボルン空港

オーストラリア第二の規模を誇るメルボルンには、機能的で新しい空港があります。シドニーから日帰り出張をするビジネスマンで夕方の空港はすごい人です。ビジネスマンはアタッシュケース1個で出張するようなので、荷物を預けることもなくチェックインカウンターはそんなに大行列ができることはないようです。空港から市内中心部までは車で30分程度なので、騒音も少なくちょうど良い距離ですね。

住みやすい都市1位

英国のエコノミストの調査部門が発表した「住みやすい都市」1位となったメルボルンですが、過去10年間首位を維持してきたのはカナダのバンクーバーでした。AJUの情報誌でもバンクーバーについて報告させていただいたことが何度もありましたが、何が基準になっているかという点、治安、医療、文化、環境、教育、都市基盤が採点の基準となるそうです。私たちが旅行で少し滞在するだけではそこまで判断できないのですが、緑が多く、公共交通機関がバリアフリーで使いやすい。歩道が広く歩行者が安全に行動できるというのがメルボルンとバンクーバーの似たところだと感じました。この街で100年ほど前に万博が開催されて、その建物がいまだに保護されていて記

念公園となっています。街の中心部は高層ビルが林立して金融街、商業地区となっていますが、少し離れると静かな環境で住宅街が広がっています。

公共交通機関

街の中で目立つのはトラムと呼ばれる市電です。街中に路線網が発達しており、新型の低床車両が多く車椅子の方も乗車しやすくなっています。実際にご高齢の方々が多く、市民の足として定着しています。郊外へは地下鉄もあり、市バスと合わせてもかなり使いやすい公共交通機関といえるでしょう。観光客用に無料の赤いトラムが走っていますが、残念ながらレトロ車両を利用しているため、乗り口に3段の階段があり車椅子でのご利用は困難です。無料だけあっていつも混雑しています。



メルボルン市内を走るトラム（市電）

観光地としての魅力

メルボルン自体に観光資源は多くありません。車で1時間ほど行った場所にペンギンパレードで有名な場所があり、観光客はこちらを目的とすることが多いようです。街の真ん中にヤラ川が流れており、この川の兩岸を再開発で整備しています。おしゃれなレストランや散歩コース、カジノホテルもあり、夜になると毎時00分に火山の大噴火のように火を噴くモニュメントも人々を楽しませてくれます。

街の真ん中に水族館があり、駅舎は古いままをうまく利用して歴史を感じさせます。また夏は観光船でのクルーズができますので、日本の冬にあ

たるシーズンにお出かけになられると良いでしょう。



メルボルン水族館



フリンドースストリート駅

ホテル事情

市内には有名ホテルからY M C Aまでいろいろな宿泊施設があります。観光で訪れる人が利用するならヤラ川のほとりにあるホテルをお勧めします。クラウンプラザ、ヒルトン、クラウンカジノホテルなどの近くには、世界中の料理が集まっているフードコートがあり、安くてメニューも豊富です。立派な店構えをしているレストランは予約がないと入れてもらえない高級店もあります。

ホテルの設備はというと、オーストラリアに多いシャワーだけの設備の身障者ルーム。建物内は上下移動に差し支えがないよう、大抵どこもエレベーターが完備されています。またホテルの従業員はフレンドリーで、困ったことがあると気軽に相談できました。街の人たちものんびりした感じで、道を尋ねても親切に教えて下さる方が多いと感じました。

旅行プラン

観光でお出かけいただくなら、メルボルンとシドニーの2都市を組み合わせると計画なされると良いでしょう。シドニーはオリンピックが開催されたときにかなり整備が進みましたが、一部苦勞をするところもまだあります。

日本の秋から冬にかけてオーストラリアは観光シーズンを迎えます。ぜひ行ってみたいとおっしゃる方は早めにプランを立てましょう。

観光庁長官登録旅行業第735号

(株)チックトラベルセンター

ハートTOハート事業部

松本 泰守(まつもと やすもり)

ハートTOハートを担当して16年目

〒460-0003

名古屋市中区錦1-20-19 名神ビル6F

TEL(052)222-7611

FAX(052)212-2778

matsu@tictravel.co.jp



メルボルンの街の様子



メルボルン国際展示場

チケットラベル ハートTOハート

ロッテホテル泊 済州島4日間

ロッテホテルに宿泊する少しリッチなコースです。島独特の文化を持つ済州島は、落ち着いた雰囲気です。

期 間：12月1日(木)～4日(日)
料 金：名古屋発 ひとり148,000円(2名1室)
出発地：東京・名古屋・大阪
ポイント：添乗員同行・全観光、食事つき
 出発地により料金が多少変わります。

ドイツ クリスマスの旅6日間

このシーズンのドイツはクリスマスの雰囲気に包まれて特に華やかなシーズンです。ドイツ風クリスマスケーキは少し固めで日持ちがするのでお土産にお勧めです。

期 間：12月4日(日)～9日(金)
料 金：名古屋発 ひとり398,000円(2名1室)
出発地：東京・名古屋・大阪
ポイント：添乗員同行・リフトバス利用

香港&マカオ4日間

香港の12月はクリスマスの飾りつけと毎晩開催されるシンフォニーオブザライツの音と光のショーがお勧めです。夜はまばゆいばかりの街に大変身です。

期 間：12月12日(月)～15日(木)
料 金：名古屋発 ひとり168,000円(2名1室)
出発地：東京・名古屋・大阪・福岡
ポイント：添乗員同行・リフトバス利用

博多&湯布院3日間

博多は新しい駅ビルが完成して、活気ある街になりました。湯布院はというと知れた温泉とぶらぶら歩きが人気の場所です。

期 間：12月18日(日)～20日(火)
料 金：中部発 ひとり118,000円(2名1室)
出発地：東京・名古屋・大阪
ポイント：添乗員同行・専用バス利用・
 出発地により料金が多少変わります。

さっぽろ雪まつりと小樽4日間

さっぽろ雪まつり会場では、地元ボランティアの皆様が会場でのサポートを担当いたします。小樽では街の散策が楽しみなところです。

期 間：2月7日(火)～10日(金)
料 金：中部発 ひとり138,000円(2名1室)
出発地：東京・名古屋・大阪・福岡
ポイント：添乗員同行・専用バス利用
 出発地により料金が多少変わります。

石垣島と西表島 竹富&由布4日間

毎年人気の石垣島への旅です。牛車の荷台にゆられてのんびり海を渡る時間は、南の島ならではの体験です。

期 間：3月7日(水)～10日(土)
料 金：中部発 ひとり175,000円(2名1室)
出発地：全国各地より
ポイント：添乗員同行・専用車利用
 出発地により料金が多少変わります。

<個人旅行やグループ旅行>

いつでも出発可能・完全バリアフリー ホテル利用バリ島4泊6日

リフト付き車両にて空港送迎や観光も可能です。お部屋は広くて使いやすく、プールも専用の車椅子でスロープからアクセス可能です。

料金：ひとり189,000円から(2名1室)

いつでも出発可能・沖縄3日間

飛行機で那覇空港に到着したら、南国の雰囲気満喫です。ショッピングが好きな人は那覇市内のホテルを、リゾート派の人は中部地区のリゾートホテルを。バリアフリールームには各ホテル特徴があります。

料金：ひとり39,000円から(2名1室)
 日本航空基本フライト
 ホテルJALシティ2泊(朝食付き)

■申し込み・問い合わせ■

観光庁長官登録旅行業第735号
 日本旅行業協会正会員

(株)チケットラベルセンター 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:052-212-2778

【月～金 09:30-18:30 土日祝休】

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

〔担当〕松本：matsu@tictravel.co.jp

こちらから伺う旅行会社「トラベルパレット」

COMBi 本陣 文化祭



～感謝をこめて～



美味しいものいっぱい！

各種講座／体験、演奏会、模擬店など盛りだくさんのお楽しみ！

秋の良き日に、ぜひお出かけください。

トラベルパレットも「とらべる茶房」を出店いたします。当日は介助スタッフ共々、お待ちしております。

日 時：11月6日（日）

AM10:00～PM15:00

「どんなスタッフがいるの？」

「事務所はどんなところ？」

「とらべる茶房」はトラベルパレット事務所の2階にて開催しますが、バリアフリーの1階にてもごゆっくりおすごしいただけます。車いすお手洗いもございます。

（受付にてお祭り受付のスタッフにどうぞお声をおかけくださいませ。トラベルパレットのスタッフも居る予定です）

これまでの大変お世話になりました「旅のかたち」も作成予定です。

当日は敷地内の駐車場がありませんので公共交通機関をご利用ください。



地下鉄東山線 本陣駅 3番出口から徒歩2分（エレベーターが設置されている出口から徒歩5分ほど）



夏はたくさんの介護ご旅行お世話になりました。有難うございました。

お1人旅のお母様再会の長距離列車の旅、視覚障害をおもちのハネムーン北海道同行させていただき旅、介護施設さま日帰りご旅行、近くのリゾートホテルでトーストを頬張る笑顔あふれる身近なお出かけ

トラベルパレット旅くらぶ！



在宅介護の皆さまと夢科に行って参ります。
現地の状況などまたご報告させていただきます。

お願い

トラベルパレットは名古屋市施設閉鎖に伴い、活動場所を探しております。10坪程度、1階、立地優先の事務所希望です。

お心当たりがありましたら、どうぞお知らせをよろしくお願いいたします。

旅支度のお手伝い



- ◇ JRチケットやパスポートを取りに行く。
- ◇ トラベラーズチェックを購入する時に付添ってほしい。
- ◇ 旅行の必要品を買いに行く時について来てほしい。

・・・1人では不安なことがありましたら、ご相談ください。旅行の準備から楽しんで戴けるよう、お手伝いいたします。

「トラベルパレット旅くらぶ」ご案内送付をご希望の方は、下記あてにお知らせくださいませ。

また「こんな旅をこじんまりと」のリクエストも随時受付中です。皆さまのお声をお待ちしております。

■ 申し込み・問い合わせ ■

「こちらから伺う旅行会社」 トラベルパレット
〒453-0021 名古屋市中村区松原町 1-24

COMBi 本陣 S204

（東山線本陣駅徒歩1分 旧本陣小学校）

TEL: 052-526-8008 FAX: 052-308-3802

営業時間 10:00～20:00 日祝休

〔担当〕桜井憲子・林田明子

sakurai@t-palette.jp

（お届けなどで不在の場合あり）

ホームページ <http://www.t-palette.jp>

トラベルパレット便り <http://blog.t-palette.jp/>

あいち旅サポートセンター



十月に入り一段と秋らしくな
てまいりました。皆様いかがお過
しでしょうか？

今号は、観光シーズン真っ盛り！
ということでリフト付き大型観光

バスで行く『高齢者・介添えが必要な方にやさしい
バスツアー』のご案内をさせていただきます。

～あいち旅サポーターとは～

愛知県委託事業で愛知県を観光
で訪れる高齢の方や介添えの必要
な方に観光のお手伝いを無料でさ
せていただくスタッフのことです。



リフト付き大型観光バスで行く



高齢者・介添えが必要な方にやさしいバスツアー



○添乗員の他にあいち旅サポーターが 1 名以上同行
し、皆様の観光のお手伝いをいたします。

車いすご利用の方に限らず、どなたでもご参加い
ただけます。

車いすのまま固定できる席は 2 席までです(先着順)。
行程の詳細などあいち旅サポートセンターへお
問合せください。

!! ツアーのポイント !!

トイレ、食事、見学にゆとりをもたせた
コースになっています。

車いすで乗車できるリフト付き観光バ
スにて出発します。

食事等で配慮が必要な場合、ご相談に応
じます。

募集人員は 20 名までの少人数制です。

>>>> 11月4日(金)限定 <<<<

新鮮！海の幸！in 日間賀島と美浜みかん狩り

- 旅行代金 / お一人様 7,000 円
- 最少催行人員 / 10 名
- 添乗員 / 同行



高速船イメージ

コース

栄テレビ塔前 金山駅 師崎港 ～～
9:00 出発 9:30 頃出発 高速船で日間賀島まで約 10 分

～～ 日間賀島 ～～～ 師崎港

散策・お買物、ご昼食は御やど乙姫にて新鮮な海鮮料理。
「+8,500 円でふぐコース料理」に変更も可能！

ジョイフルファーム鵜の池 えびせんべいの里
南知多にてみかん狩りを 休憩・お買物
お楽しみいただきます。

金山駅前 栄テレビ塔
18:10 頃 18:40 頃
到着予定 到着予定
天候、交通量により到着時間が前
後する場合があります。また、雨
天の場合は、みかん狩りは割愛さ
せていただき、みかん 1Kg のお土
産をお持ち帰りいただきます。

ふぐコース料理グレードアッププランをお申込みの際は
10/28(金)までにお問い合わせの上お申し込みください。

以下の注意点をご了承ください。上でお申し込みください。
電動車いすでご参加のお客様は、乗船時、手動車いすに移乗
いただき、島内では手動車いすにて移動・観光していただく
ことになります。(その際の手動車いすはご用意いたします。)
船のタイプによって、バス車内で車いす固定乗車のお客様
も、船内ではお座席へ移乗していただく場合がございます。

今回ご紹介させていただいた全てのツアーには、「あいち旅
サポーター」が同行しますが、ご参加の皆様全体のお世話
をさせていただくもので、お一人様に専属でサポートを行
うものではありません。一名様でのご参加は、ご自身で身
の回りのこと(食事、トイレ、買い物)ができることが前
提となります。

>>>> 11月25日(金)限定 <<<<

秋の三河路満喫ツアー

- 旅行代金 / お一人様 8,500 円
- 最少催行人員 / 10 名
- 添乗員 / 同行



香嵐溪イメージ

コース

栄テレビ塔前 大曽根駅前
8:30 出発 9:00 頃出発

小原和紙のふるさと 笹戸温泉紫閣翠とうふや
葉すき和紙体験と 地元食材を生かした会席料理の
四季桜のご鑑賞 ご昼食

足助香嵐溪 西広瀬 SA
もみじ散策 トイレ休憩

大曽根駅前 栄テレビ塔前
17:00 頃到着予定 17:30 頃到着予定

天候、交通量により到着時間が前後する場合があります。

以下の注意点をご了承ください。上でお申し込みください。
電動車いすでご参加のお客様は、笹戸温泉紫閣翠とうふや
館内のトイレへ至る通路が、一部大変狭くなっており、電
動車いすでのご利用ができません。
ご利用の際には、館内常設の手動車いすに移乗していただ
くこととなります。

あいち旅サポートセンター

TEL (052)582-2164

FAX (052)533-6682

受付時間:9:00～18:00(土・日・祝日は休業)

<http://www.mwt.co.jp/tabisupport/>

e-mail: tabisupport@mwt.co.jp

いろいろ情報

車いす用クッション 置きらく(クッション、エプロン)

109号で試作品を紹介しました置きらくクッションとエプロンがついに完成しました。障害のある仲間が自分の経験を活かして、福祉用具の修理をしたり、販売をしているピア名古屋では、株式会社プロファクトと協力して、多くの当事者の意見を取り入れて、オリジナルのクッションを開発しました。

柔らかいクッションや固いクッションなど堅さの違いや、体圧分散性が高いモコクッションがあります。



柔らかい座り心地を実現
褥瘡がしやすい人向け

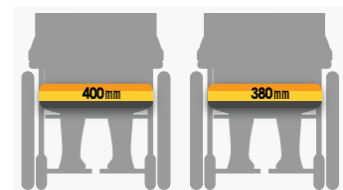
切れ込みを格子状に入れ体圧を分散
座面からずれやすい人向け



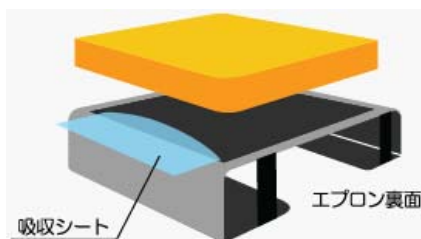
モコクッション



縦横のサイズを
380mm x 400mm
とすることで、2サイズをカバー



カバー(エプロン)には通気性があり、取りはずしが簡単にできるように四つ角をゴムでひっかけるタイプになっています。



表面材の裏に「シートポケット」があり、市販の吸水シートを挿入して使えば、急な失禁にも安心
手に障害のある人でも簡単に装着できます。

《お問い合わせ》

ピア名古屋

名古屋市昭和区恵方町 2 - 5
TEL 052-841-9994
FAX 052-852-4810
E-mail: peer@aju-cil.com

置いて楽ちん、値段も楽ちんなクッション

置きらく

OKIRAKU

ミックスクッションに失禁用エプロン。セット価格でよりお求めやすくなりました♪

置きらくミックスクッション
W380mm x H50mm
ハードタイプ ソフトタイプ

メーカー希望小売価格 **6,350 円**

※特注サイズも可能 (別途料金が必要となります)

置きらくミックスクッション
+
置きらくエプロン

メーカー希望小売価格 **8,500 円**

訪問マッサージ・リハビリ ひかり鍼灸院 体・験・談！

ひかり鍼灸院のマッサージを受けられた方から、体験談をいただきました。ひかり鍼灸院さん（最後のページに広告掲載）は、健康保険が使える訪問マッサージ・リハビリです。



お困りの方は、お気軽にお電話を！

車いすの母が利用させていただいております。通院だと車に乗せる時にも危ないので家の者が大変です。

訪問マッサージですと「自宅にいて」「お出掛け用着替えもなく」「自宅のベッドで」「待ち時間もなく」施術が受けられ、終わりしだい「すぐ休養がとれる」ので「体への負担」が少なく、本人も喜んでおります。

マッサージは一度に長時間するのではなく、少しずつ長時間続けて効果が出るものなので、通院ですと続けるのに負担になりそうです。その点でも訪問マッサージはとても良いと思います。

母は血流が良くなり関節の動きも良くなったので、感謝しております。費用が安いのも嬉しいです。

10. 28 JDF大フォーラム 創ろう！みんなの障害者総合福祉法



場 所：日比谷野外音楽堂
日 程：10月28日（金）
11:30 オープニング（11:00 開場）
12:00 開会

主催者・来賓・連帯あいさつ

10. 28 JDF 大フォーラムアピール

期待トーク「創ろう みんなの障害者総合福祉法！」

1) 障がい者制度改革推進会議・総合福祉部会
経過報告

2) 各団体からの発言

15:00～ パレード

17:30 頃 終了（予定）

アクセス（鉄道）

東京メトロ丸の内線「霞ヶ関駅」下車

B2 出口より徒歩約 5 分

東京メトロ千代田線「日比谷駅」下車

A14 出口より徒歩約 3 分

東京メトロ 日比谷線「霞ヶ関駅」下車

A5 出口より徒歩約 6 分

東京メトロ 千代田線「霞ヶ関駅」下車

C4 出口より徒歩約 3 分

都営地下鉄三田線「内幸町駅」下車

A7 出口より徒歩約 2 分

JR 山手線・京浜東北線「有楽町駅」「新橋駅」

下車 日比谷口出口より徒歩約 15 分

主 催：日本障害フォーラム（JDF）

TEL：03-5273-0601

FAX：03-5292-7630

JDF大フォーラム

検索

碧南市 秋のレジャー案内

【明石公園】

ジェットコースター、観覧車など、子供にはたまらない乗り物が充実しています。カラフルな遊具は見ているだけでも楽しい気分。しかも料金がほとんど 100 円程度で済んでしまうため、お子様連れにはうれしいスポットです。園内には芝生が敷き詰められた「さくらの丘」や、フィールドアスレチック施設「トリムの森」、水辺広場などもありますので、お弁当を持って一日のんびり過ごせそうです。

所在地：愛知県碧南市明石 6 - 1 1

開園時間：9:00～17:00（3月～10月）

9:00～16:00（11月～2月）

入場料金：大人・子供ともに無料

定休日：毎週月曜日（月曜日が祝日の場合、翌日）
12月25日～1月1日

アクセス（電車）：北新川駅下車徒歩 15 分
北新川駅より無料巡回バスあり
車いすリフト付きバスです。

1 台につき車いす 2 人まで

アクセス（車）：国道 247 号を南進「明石 IC」すぐ
名古屋市/岡崎より約 1 時間

バリアフリー：盲導犬の受け入れ：○

車いす対応トイレ：○

車いす対応スロープ：○

駐車場：第 1 駐車場（西側）250 台

第 2 駐車場（東側）300 台

観光バスは第 1 駐車場（西側）を、車いす、
ベビーカーの方は、第 2 駐車場（東側）を
利用ください。

問い合わせ先：碧南市都市施設管理協会

TEL 0566-48-1722

FAX 0566-48-6411

E-mail : kanrikk@katch.ne.jp



碧南市 明石公園

検索

【へきなんたんトピア】

施設のテーマは「電気と碧と環境と。楽しみながら学べる」です。電気とくらしと環境を学べる展示館「電力館」、約 7 ㍓に広がる癒しとコミュニケーションの広場「ヒーリングガーデン」、約 5ha に広がる野鳥が集う自然観察施設「エコパーク」の 3 つで構成されています。碧南火力発電所に隣接しており、見学（要予約）が可能です。

所在地：愛知県碧南市港南町 2 丁目 8 番 2

開園時間：9:30～17:00

但し、ヒーリングガーデンおよび、エコパークへの入園は 16:00 まで

入場料金：大人・子供ともに無料

予 約：10 名様以上の団体の方。

定休日：毎週月曜日（月曜日が祝日の場合、翌日）
12 月 29 日～1 月 3 日

アクセス（電車）：名鉄三河線「碧南中央」駅より
市内巡回「くるくるバス」（無料）でみどり
コース約 25 分。車いすリフト付きバス
で 1 台につき車いす 2 人まで乗車可能。

アクセス（車）：知多高速道路「阿久比 IC」より
衣浦海底トンネル東交差点を南進
約 4km 先右側

バリアフリー：車いす入場 OK、

レンタル 3 台（電力館 1 台、ヒーリング
ガーデン 2 台）

車いすエレベーター 1 カ所

バリアフリースロープ（電力館 1 カ所、ヒ
ーリングガーデン 2 カ所）。

駐車場：大型バス 4 台、自家用車 72 台

問い合わせ先：

へきなんたんトピア電力館

TEL 0566-41-8500

FAX 0566-43-7359

ヒーリング・エコパーク館

TEL 0566-48-7236

FAX 0566-48-7239



へきなんたんトピア

検索

【あおいパーク】

農業と食と健康をテーマにつくられた体験型交流施設です、もぎたての野菜や花を購入できる産直市や碧南市の農業を紹介する映像農業館、ハーブが入った浴室や、レストランなどが入った本館、碧南の花と観葉植物などが展示された観賞温室、いちご狩りやニンジン、サツマイモなどの収穫とソーセージ

の加工が体験できるもぎとり体験農園、用途・種類別に区分された10コーナーで約90種のハーブを栽培しているハーブ園などが敷地内に整備されています。

また、秋冬野菜などのオーナーを募集しています。



所在地：愛知県碧南市江口町3丁目15番地3

開園時間：9:00～17:00

浴室 11:00～21:00

レストラン 9:00～21:00

入場料金：大人・子供ともに無料

浴室(1回)...小学生 150円

中学生以上：350円

予 約：10名様以上の団体の方。

定休日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合、翌日)

12月30日～1月3日

アクセス(電車)：名鉄三河線「碧南中央」駅より
市内巡回「くるくるバス」(無料)でみどりコース約20分。車いすリフト付きバスで1台につき車いす2人まで乗車可能。

アクセス(車)：知多半島道路阿久比IC下車後東へ約7km→衣浦大橋東交差点を南へ約8.6km→港南町一丁目交差点左折

バリアフリー：車いす入場OK、

盲導犬の受け入れ:○

車いす対応トイレ:○

車いす対応スロープ:○

車いす対応レストラン:○

駐車場：約300台 うち 車いす4台

問い合わせ先：

碧南市農業活性化センターあおいパーク

TEL：0566-43-0511

FAX 0566-43-0510

Email：aoipark@city.hekinan.lg.jp

あおいパーク

検索

第8回

多治見修道院ワインフェスタ2011



2003年よりピア名古屋で働く知的障害のある仲間たちが葡萄栽培に取り組み、ワイン作りのお手伝いを行っています。

この多治見修道院ワインフェスタは、一年を通して行われている作業やワイン作りを行いながら、自立に向かっている成果を発表する場として、毎年11月、多治見修道院ワインをはじめ、世界の修道院ワインを味わいながら、多彩なゲストにご協力をいただき、様々なイベントとともに開催するものです。

ワインフェスタ開催中のワイン販売収益は、ピア名古屋、多治見修道院で働いている障害をもつ人の工賃として支払われます。

日 時：平成23年11月3日(木)

開場 9:30～

時間 10:00～14:30

会 場：多治見修道院(雨天決行)

アクセス：JR多治見駅北口よりシャトルバスが9時より随時運行

参加費：前売券 2,500円

当日券 3,000円

ワイン1本とワイングラス付き

未成年 入場無料 ソフトドリンク有料

未成年者と運転される方の飲酒は堅くお断り致します。

問合せ先：AJU自立の家 ピア名古屋

TEL 052-841-9994

FAX 052-852-4810

E-mail：wine@aju-cil.com

AJUワインフェスタ

検索



障害児を普通学校へ・全国連絡会 第 15 回全国交流集会in大阪

今回の交流集会では、これまでの「共に生き共に育つ」取り組みを振り返りつつ、今後の新たな取り組みのあり方を模索します。全国の多様な実践を出し合いながら、「ごちゃまぜの味」を全国の仲間に味わっていただき、「ごちゃまぜの力強さ」を各地の仲間に持ち帰っていただき、それぞれがより広いネットワークを作って「分離別学」や「医療モデル」に固執する流れとしっかりと対決し得る陣形を作り上げていくことをめざします。

論議は活発に、団結は強固に！これが大阪的ポリシーです。3年後の「障害者基本法の見直し」を初め、5年後、10年後を見据えた粘り強く緻密な戦略を立てて取り組んでいく契機とします。多くの皆さんのご参加と熱い討論を期待しています。

日 程：11月19日(土)～11月20日(日)
スケジュール：

- 1日目 11月19日(土)
 - 12:00 受付開始
 - 13:00～13:30 全体会(開会セレモニー)
 - 13:30～14:30 劇団金太郎飴による記念公演
「ちいさいタネ」
 - 15:00～17:00 分科会
 - 第1分科会 障害児が学校に入るまで、入るとき(就学前後)
 - 第2分科会 学校とどうつきあっていくか(義務教育段階)
 - 第3分科会 高校へ行きたい(高校)
 - 第4分科会 地域で生きる(卒業後)
 - 第5分科会 原則統合をめざして(制度・政策)
 - 18:00～20:00 交流会
- 2日目 11月20日(日)
 - 9:30～12:00 分科会
 - 12:15～13:00 全体会(分科会報告・まとめ)

スケジュールは、変更になる場合があります。
受付は8Fで行います。

保育あり(要予約)。

実行委員会では、宿泊の対応しておらず、各自での対応が必要です。会場は上本町ですが、天王寺・難波に近く、宿泊施設は多くあるそうです。

参加費：3,000円(資料代・高校生以下は無料)

1日参加 2,000円

交流会費 5,000円(子ども2500円)

参加申し込み：参加申込書に必要項目を記入の上、
郵送・ファックスで、大阪現地実行委員会(下

記に記載)にお送りください。

(参加申込書は全国連のホームページ
<http://www.zenkokuren.com/>にて、ダウンロード頂くか、下記連絡先までお問い合わせ
してください。)

申込締切日：10月28日まで

当日受付も致しますが、準備の都合上、事前のお申し込みをお願いします。

交流会参加・保育希望の方は事前のお申し込みが必要です。

会 場：大阪府教育会館 たかつガーデン

大阪市天王寺区東高津町7番11号

TEL 06-6768-3911

FAX 06-6768-3170

アクセス(鉄道)

《新大阪駅より》

地下鉄御堂筋線 なんば(乗り換え)地下鉄千日前線 谷町九丁目駅下車 徒歩10分

JR 東海道線 大阪(乗り換え)JR 環状線 鶴橋下車徒歩15分

《伊丹空港より》

空港リムジンバス 30分～近鉄上本町(シェラトン都ホテル)より徒歩5分

参加申込書の送付先、申込書のご要望、お問い合わせ等の連絡先：

全国交流集会 in おおさか現地実行委員会

(担当：西尾・片岡)

大阪市天王寺区生玉前町5-33

大阪府障害者社会参加促進センター 障大連内

TEL 06-6779-8126

FAX 06-6779-8109

ホームページ：npo-oil@mbd.nifty.com

全国交流集会 in おおさか

検索

長良川サービスセンター 11月・12月各種教室のお知らせ

長良川サービスセンターでは以下の日程で各種教室が開催されます。

各種教室の日時

○太極拳教室

11月5日(土) 13:30～15:30

○ピラティス教室

12月3日(土) 13:30～15:30

○エクササイズ教室

12月11日(日) 13:30～15:30

会 場：長良川サービスセンター / ミーティングルーム

参加費：無料

定 員：20 名

対 象：対象年齢なし(ただし、中学生以下の方は保護者の同伴が必要です。)

申込先：長良川サービスセンター

TEL 0584-54-2075

FAX 0584-54-5275

駐車場：無料(90台) 身障スペース3台

住 所：岐阜県海津市海津町福江字角山 1202-2

アクセス(車)：

岐阜方面から 長良川右岸を南下し 約40分

名古屋方面から 東名阪自動車道「弥富」ICより約20分、長島ICより約15分

名神高速道路「大垣」ICより国道258号を南下し、約40分

アクセス(電車)：養老鉄道石津駅より

海津市コミュニティバス「角山」下車

徒歩7分

バリアフリー：スロープあり

身障用トイレ：2ヶ所(オストメイトやベビートイレあり)

長良川サービスセンター

検索

医療相談室

長年、診療機関で障害がある仲間の医療ケアに携わってこられた「リハビリテーション医の万歳登茂子先生」のご協力で開催。

《相談日》11月5日、12日、26日

12月3日、17日

いずれも土曜日、予約制、30分程度

時間は要相談

《対 象》障害がある人

《費 用》無料

《受 付》自立生活情報センター

TEL 052-841-6677

FAX 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》11月5日、19日

12月3日、17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

TEL 052-841-5554

FAX 052-841-2221

E-mail sumai-sien@freeml.com

URL http://sumai-sien.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



訪問マッサージ・リハビリ

自宅療養・歩行困難の方が対象です。寝たきりゼロのためにご利用下さい。

健康保険が使用できます
(医師の同意が必要)



(株)東洋医療グループ

ひかり鍼灸院

緑区鳴海町字大清水 69-1029

☎ 0120-56-0348

<http://www.hikarisinkyuin.com>

お気軽にご相談下さい。担当 / 牧野

車いすに乗ったまま「行きたい!」をかなえる



介護タクシー ところ

でんわ 090-9184-5515

名古屋市千種区新池町2-22-8

tel/fax 052-782-3172

編集後記

今号もやはり東日本大震災のことを書きます。震災から半年が過ぎ、仮設住宅も被災されて自宅を無くされた方のほとんどに行き渡りました。しかし、障害者用と言っても、一般の仮設住宅の出入り口にスロープを付けただけのものがほとんどです。出入り口が狭く車いすで入れず、スロープのついていない南側の掃きだし窓を使わざるを得なかったり、トイレや浴室が狭くて使えなかったり、家の中も段差だらけのようです。また、人里離れた仮設住宅に入居することによって、孤立することも課題です。

被災地はこれから寒い寒い冬を迎えます。AJUではこれからも息の長い支援を続けていきます。経過はこの情報誌およびホームページで随時報告します。読者の皆さんも応援してください。

(ナベ)



情報募集中!

障害福祉制度への意見、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

TEL 052-841-9888

FAX 052-841-1015

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(郵便局にて振込)

加入者名: 福祉情報誌発行委員会

口座番号: 00890-0-90573

お問い合わせ・購読中止のご連絡は、こちらまで

TEL 052-841-9888

FAX 052-841-1015

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