

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26年4月22日(毎週火曜日)増刊 AJU通巻11340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129号

2014年4月20日号

定価250円

テーマ

活

書 高橋 誠



絵 平良 隆志

はじめての一步をふみだしたあなたへ

- 進学おめでとう！
はじめての一步 座談会……………1
学校、だ～いすき！？前編
京ちゃんと京ちゃんのご両親にインタビュー……………8
- 体験レポート
さあ マリノス優勝の瞬間を見るぞ……………11
カンボジアひとり旅。……………13
愛知TRYin岡崎
岡崎にあるお店にだって入りたいがや～！……………16
- ひと・活動紹介
ベッド暮らし その1……………18
- あなたの声に応えます
介護保険ってどんなんや？……………21
- かつきのページ……………26
- 旅の空から……………27
- トラベル情報……………30
一足早い夏体験、沖縄3日間の旅
浜名湖花博 2014
他
- 福祉用具のリサイクル情報……………32
- 読者のこえ・いろいろ情報……………33
CPIは難聴になりやすい！？
ひかり鍼灸院 東洋医学豆知識
ゴールデンウィークお出かけ特集
～展望台特集～
2014 ゴールデンウィークイベント情報
結ばない靴紐の紹介
消費税引き上げに関する
低所得者・子育て世帯対策について
他

はじめの一步 座談会



出発の春、新たな出会いの春を迎えるみなさん、こんにちは。

だれにでも「はじめの一步」は必ずあります。今回は「サマリアハウス」の自立生活体験室（以下、体験室）を利用した人、福祉ホーム（以下、ホーム）に入居して一人暮らししている人、ホームを卒業して地域で一人もしくは家族と暮らしている 20 代の方々をお迎えして、それぞれの「はじめの一步」をうかがいました。

さて、私、アラフォーの池山の 20 代の頃と今どきの 20 代との違いはあるのでしょうか…？

杉本真規…ホームを卒業して地域で一人暮らし 1 年目。

木造江里子…就労支援事業所わだちコンピュータハウス（以下、わだち）で働いている。

四日市から名古屋に引っ越してきて、家族と同居。

野口歩人…ホーム卒業一步前。アパートも決まり、引っ越し準備中。

広瀬光博…ホームに入居して 3 年目が過ぎようとしている。12 月からわだちで働いている。

福井雅子…ホームを卒業したばかり。地域での生活が始まって、まだ 2 ヶ月くらい。

五味峻一…ホームに入居して 1 年 9 ヶ月。地域生活に向けて準備中。あと数ヶ月で三十路！

白井孝幸…サマリアハウスのデイセンターを利用。昨年 10 月に行われた愛知 TRY に 3 日間フル参戦。コミュニケーション機器を使って会話している。

進行役 池山ひろみ…情報誌発行初期からの編集委員。

それぞれの「はじめの一步」

池:みんなのはじめの一步について話してもらおうと思います。本誌第 33 号（20 年前！）で当時の編集委員が特集を組み、『はじめの一步は誰にもある！』の座談会を開催し、自分も参加しました。今のみんなの体験、はじめの一步を語ってもらえますか。例えば外出。親と出かけるのが当たり前の障害者の世界。親以外のへ

ルパーや友人との印象的な初めの一步は何だったでしょう？

杉:今から 4 年前かな。ホームに入居して 1 年目に、初めてライブに行ったことです。大好きな加藤和樹さんのライブで東京に行きました。親以外の外出の経験はあったといっても、夏季自立体験プログラム（障害のある高校生が、学校を離れて、いろんなことを試してみようという企画）くらいでした。ホームに入ってから

近くにはよく出かけるけど、遠出はありませんでした。ライブ会場に行くための電車の乗り継ぎなどを自分で調べました。行き方を調べることもやったことがなかったから、戸惑いました。いざ調べて出かけた先でも方向音痴で戸惑い、大変だったけど、ライブが楽しめたのですごく良かったです。やっぱりライブは臨場感が最高！賛同してくれるヘルパーさんとも行ったけど、職員さんとプライベートで一緒に行ったこともあります。一泊して、翌日は東京ディズ



ニーランドにも行きました。その時は、自分が主に調べたけど、二人で相談して決めました。

以前はどこかに行くにしても、誰かがやってくれていて、人まかせでいたけど、電車やホテルの

予約などを自分でやってみようと思いました。車いすで泊まれる部屋かどうか問い合わせしてみました。初めてのライブでは、行くまではドキドキしたけど、実際には無事に帰ってくることができました。その後、一人で行ったこともあります。バッテリーが切れかけてヒヤヒヤしたこともありました。ファン同士のつながりができてからは、一人で出かけても会場で手伝ってもらえるようになりました。トイレは恥ずかしいけど、食事介助くらいは頼める知人が増えてきました。

私にとっては、ライブに行けたこと、それが大きな一歩です。

木: 3年前に、三重から名古屋に引っ越してきました。短大を卒業する前に、就職活動をしたけど就職先が見つけれず、その後、わだちに出会い、働き始めました。最初は四日市から通っていたけど、家族まとめて名古屋に引っ越しが決まり、引っ越し先の住宅改造のための期間中、ホームに入居させてもらいました。その4ヶ月が大きな一歩でした。自宅でもホームでもヘル

パーは入浴介助のみの利用です。自宅では家事は母がやっていたけど、ホームでは全部自分でやらないといけないので大変でした。



ホームに入るまでは、買い物も親と一緒にしました。友達と遊んで

はいたけど、目的地まで親に送り迎えしてもらい、現地で友達と待ち合わせて遊んだので、親なしの行動はありませんでした。

わだちに通うことには、親は賛成してくれたけど、ホーム入居中に夜遊びを覚えて自由を堪能したら、友達との時間が楽しくて、親と会う時間を削ってしまい、親からは心配されてよく怒られていました。ご飯は食べてるか？仕事はちゃんとやってるか？身体は大丈夫か？等々。親は何も知らないから、不安だったろうし、危ないと心配していたけど、真夜中に海に行ったり、遊んだりして、自分は楽しかったです。



住宅改造が完了してからは自宅で家族と同居で、今は夜通しでは遊びません。バスがなくなってしまうので、夜は時間も気にして遊んで

ます。わだちの人達には、4ヶ月遊び歩いてた印象が残ってるみたいで、今でもどこに行ったの？遊んでた？と言われてしまうけど。

野: 僕は小学校から高校までずっと施設暮らしでした。はじめの一歩までを話すと長くなるけど…。

池: 「はじめの一歩」は、このままの生活は嫌だとモヤモヤしていた気持ちから動き出していることがいいんだよ！

野: 施設では朝から夜までやることが決まっていました。俺は自由になりたいんだ！！自立生活しよう！！と思いました。

土日は実家に帰ってたけど、兄弟が多くて、彼

らの「〇〇に行った」「〇〇買ってもらった」という話を聞いてると、俺は違うやん！と思って



てました。親にも、「自分たちが先に死ぬからおまえは自立しろ」と言われていました。高校3年生の時に、これからどうしたいの？と問われました。

学校の授業で、社会経験を積む時間がありました。普通に外出すること、道路の歩き方や信号の見方。喫茶店に入って自分でメニューを決めてご飯を食べること。公共交通機関に乗ったり、お財布のお金を自分で管理したりもしました。家事や身だしなみについても教えてくれました。中学生までは、ほとんど何も知らなかったから、高校3年生で、18年分を取り戻したようでした。

中学生の頃、実家に帰ると、「身体が重くなってきたから外には連れて行かない。家で留守番しろ」と言われていました。とは言っても、実家はバリアだらけです。家で何かしたくても、親や兄弟に手伝ってもらわないといけなし、生きてるっていうより、生かされているだけと感じていました。自立したいと思いました。親からも「この家にはいない」と、厳しい言葉がとんでました。こうなったら、自分で何とかしよう！と思い始めたんです。

進路指導の先生がサマリアの福祉ホームを勧めてくれました。高校3年生の時に、まずは体験室を利用しました。めちゃめちゃ新鮮で、一日ずつ今日無事だったと思っていました。

実際にホームでの入居生活が始まると、ヘルパーの調整に苦労しました。AJUのいろんな部署の職員さんにも声をかけに行きました。最初は人と関わるのが苦手だったけど、一つずつこ



なしていこう！！と思いました。

大変だったけど生活に慣れてきたら、友達もできて、夜中までゲームして遊んだり、お酒を飲んだり、夜中に出て朝帰りしたり。食堂でたこ焼きパーティもしました。やりたいことをやり始めたことが、新鮮だったし、今につながっていると思います。

これから、本当の意味で地域での一人暮らしが始まるので楽しみです。

広・西尾市出身です。実家で暮らしていた頃は、地元の保育園、小学校に通っていました。障害は筋ジストロフィ。小学生の時は歩いていて、5年生から車いすを使うようになり、親の介助を受けて生活していました。中学からは養護学校に通学していました。哀しい話だけど、3歳で母を亡くし、中学3年で父を亡くし、その後、第二青い鳥学園に入所しました。高校1年のとき、障害も進行してきたこともあり、鈴鹿病院に入院、併設の養護学校へ転校しました。病院生活では制限があり、縛られていて、朝6時に起きて夜9時に寝ていました。外出するには許可証がいるし、やりたいことができなかったの、で、退屈で仕方なかったです。病院での楽しみはテレビを見ることぐらいでした。

一人暮らしは分からないことだらけで不安だったけど、施設はやりたいことができないから自立したいな～と思っていました。

高校2年の時に、名古屋に住んでいる担任の先生が、サマリアの福祉ホームや体験室のことを教えてくれ、体験室を利用しました。栄まで外出したり、コンサートに出かけたりしました。ホームに入居してから印象的なことは、

よさこいチーム『あじゅら』に入って、ど真ん中まつりに参加したことです。ど真ん中まつりは



テレビで見るものだと思っていました。観客の立場だった自分が、あんな大きなイベントに参加できるとは思っていませんでした。

電動サッカーの練習や試合にも出ました。旅行にも行きました。ホーム2年目で初めての外泊は、あじゅらでの遠征で釜石へ行きました。仮設住宅でみんなの前で演舞したことや被災地を見てまわったことも印象に残っています。

その後、個人的に沖縄旅行にも行きました。ホテルを調べたり、飛行機を予約したり。車いすになって初めての飛行機でした。

ホームに入ってから、初めてやったことがいろいろありました。病院や施設ではできないことでした。

高校生の時に先生から紹介されて、パソコンの勉強もしていたので、ずっと働きたいと思っていたわたちで、12月から働き出して、今は遊びも仕事もあり、楽しくやっています。

福: 記憶が曖昧だけど、同級生のお母さんに AJU のことを教えてもらって、母と見学に来たのが



きっかけです。高校2年生のときに、夏季自立体験プログラムに参加して、何もかもが新鮮でした。やったことがないことばかりで、人と接することも少なかつたし、人と話すことが苦手だと、その時は

思っていました。高校の実習でもデイセンターに来たときに、何をやっていいかわからなかったことを覚えています。自由だから何でもいいよ～と言われてたけど、何をしたいかわからなくて時間が過ぎていきました。

池: デイの職員から何かアドバイスとか、具体的にやることを言って欲しかったかな？

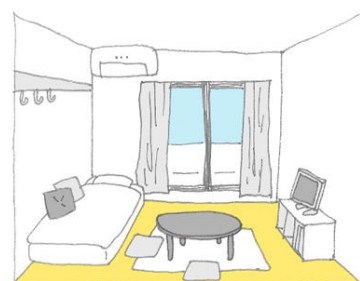
自由ってこんなことでもいいんだって気づいたのはいつだったのかな？

福: 高校卒業して、デイに通って1年半くらいたっ

た20か21歳の時に、一人暮らししたいな～と思いました。

池: めばえたのはどうして？周りを見てかな？きっかけがあったの？

福: 一緒に暮らしてる妹が目標とか見つけてやっているのを見て、私も何かみつけてやりたいと思うようになりました。それから、体験室を3回くらい利用してホームに入居しました。



高校卒業するまでの入所施設生活では、親とか施設内での関わりだけでした。介助して欲しいけど、どこまで自分でできるかもわからない、どこをお願いしていいかもわかりませんでした。

ホームに入居したばかりの頃は、金銭感覚もなく戸惑いました。失敗もたくさんして、経験を積み重ねていってクリアできたことも多いです。ヘルパーさんを自分で調整してダブルブッキングしたり、約束したことを忘れてしまったりもしました。今では、金銭的には使いすぎないように気をつけてきてるし、失敗はないと思っています。

白: 僕は、高校3年生のときに参加した、夏季自立体験プログラムが一番強く残ってます。

中学1年のときからヘルパーを使いながら友人と出かけるようになりました。ずっと、親や学校の先生が近くにいる生活だったので、ヘルパーを使い始めた頃は、何を指示したらいいのかわかりませんでした。それまで受け身だったから、自分

が何をしたいのかわからなかった。それが、ヘルパーを使



うようになって、少しずつ見えてきました。

夏季自立体験プログラムに参加するきっかけは、サマリアの就業体験を受けたとき、担当の職員さんから声をかけられたことです。実は、イヤイヤの参加でした。説明を聞いたときは、厳しそうだったから…。

実際に参加してみたら、夢のようでした。自由ってこういうふうなんだ、と思いました。

海へ女の子に抱えられて入った。肝試しも女の子と2人で歩いた。今までは、いつも誰かがいました。2人だけになることなんてありませんでした。

いつも介助者と一緒だったけど、初めて介助者がいない、本当に自分が過ごしたい環境、自分がやりたいことを自分とやりたい人とできました。

地図を渡されて、買い物にも行きました。途中、道に迷ったけど、迷えたことも嬉しかったです。今までは、迷うことも失敗することも、経験することがなかったし、経験するチャンスもなかったから。

五：僕は、いろんな時にいろんなはじめの一歩がありました。その中でも、高校時代のはじめの一歩を話したいと思います。

僕は、自分の障害のことを知りませんでした。自分の体がどんどん動かなくなっていくのはなぜ？車いすに頼っているから？とっていました。

高校2年生の時、一人暮らし体験で、岡崎にある「NPO 法人 岡崎自立生活センター ぴあはうす」を利用しました。そのとき、ぴあはうすの人から、「自分の

体のことを知らないのに、自立生活できるの？」といわれました。母親から、自分の障害について書かれたコピーをもらって、はじめて障害名を知りました。でも、そのコピーはところどころ抜かれたものでした。

一人暮らし体験が終わって数ヶ月したある日、



何気なく自分の障害についてパソコンで検索してみました。

そこには、コピーの抜かれていた部分がありました。読むんじゃなかった。生きる勇気を失った。自分の人生には時間がない。そう感じました。今まで、どうして体がどんどん動かなくなっていくのか分からなかった、モヤモヤしていたものが、これで全てつながった。3日間くらい、どん底まで落ち込みました。でも、今の自分はまだ元気だ。そう思って、立ち直りました。

それから2～3ヶ月過ぎて、学校でサマリアの夏季自立体験プログラムを紹介されました。内容を聞いて面白そうだったけど、泊まりがあって、「ええー、泊まり??」と迷いました。母親からは、「泊まってきゃー」とあっさり言われました。

夏季体験では、行きたいところへ行ってみようという企画で、海水浴がありました。10年ぶりの海水浴。海で花火をする。それまで、親とばかり出かけていた自分にとって、親がいない、同世代だけの外出にすごく魅力を感じました。その後、サマリアの自立生活体験室を利用しました。家庭の事情で、しばらく親と離れて、親のありがたみが分かりました。



依頼することへの戸惑い

池：親や先生以外への介助依頼への戸惑いについては、みんなに共通したことだね。

杉：小学校から高校生まで、施設にいました。中学生くらいまでは、フレンドリーで過ごしても怒られませんでした。それで、高校生の時に、言葉遣いや仕草、行儀を直してもらいました。でも、失礼がないか心配でした。体験室の時は介助者も初体験の人がいたので、安心して介助依頼できなくて不安でした。セルフコーディネー

トで調整することに慣れるまで半年かかりました。

池: 依頼する事への戸惑いはあったの？

野: 施設では、「〇〇して下さい」の前に「〇〇しとこっか」で、自分が進めなくても、事が進んでいってました。だから、初めて介助依頼する時は、相手にわかりやすい言葉を探して伝えることが難しかったです。自分の態度が大丈夫か



も心配でした。入居当初はヘルパーだけでなく、AJU 内で男性職員に介助者として協力してもらえないか予定表をもって回っていました。

人に声をかけるのにとっても緊張したけど、自分で頑張ってみつけた人は大切にします。そんな人達とたくさん話しをして、人間関係をよくすることや、介助方法が伝わりやすい工夫も覚えていきました。ただ頼むことになれていないことで苦労しましたけど。

池: 人に伝えることに戸惑ったりしたかな。

広: 何も言われなくてもやってくれる受け身から、自分から言わないといけな立場に変わること、うまくやっていけるかという不安がありました。ヘルパー経験のある人や慣れてる人には、自分なりにわかりやすく説明ができればスムーズにいったけど、初めての人には、同じように説明してもスムーズにいかない。そういう人には、説明しながらやってもらうには苦労しました。

白: 僕も受け身だったから、自分がやりたいことが何なのかさえ分からなかったし、どう伝えればいいか分かりませんでした。でも今は、重度の言語障害があっても、健常者と同じように生きられるんだと、いろんな人に伝えたいと思っています。

五: 僕が自立体験プログラムに参加したときは、伝えたいことははっきりしていたけど、忙しそうにしているし、誰に頼んだらいいのか、どうやって声をかけたらいいのか迷いました。



はじめの一步をふみだすあなたへ



池: 最後に読者の方々の中にはまだもやもやしてる人もたくさんいると思うけど、そんな人に何かメッセージやアドバイスをお願いします。

杉: 好きなことややりたいことがある人は、その気持ちを大切に、道具や人の力、雑誌やインターネットなどの情報、利用できるものはなんでもつかって実現していったほしいです。私はブログを活用して、ライブ会場の様子とか対応とか、自分なりのバリアフリー情報を発信しています。そんな情報を大切に、一歩がなかなか踏み出せないかもしれないけど、勇気をもって「えいっ！！」って踏み出して欲しいです。

福: 私は志をもつことが大切だと思います。人と一緒に何かをすることは、社会で生きていくのに必要だと思うけど、人と違うことをしてもいいんだと思います。自分の目標とかやりたいことを、一度自分で考えてみるのが大事。AJU と出会ってなければ間違いなく私はここにいることはできませんでした。友達や仲間をみつけて、自分のやりたいことや目標、自分の生き方をさがしてほしいです。

野: 施設にいと、自分に一つも自信がつかない。きっかけを与えてもらうチャンスがなかったけど、チャンスさえ与えてもらえたら自分でもできたことがあります。施設にいと失敗して怒られることが恐いし、怒られる不安もあります。でも、怒られてもいいから、やりたいことがあったらやってみればいい。学生時代にそんな風にできたらよかったと思います。

自分がホントにやりたいことを思ったり、何が何でもあきらめないことが大切。どうすればいいか具体的なイメージを持つことができれば怖さはなくなっていきます。それに向けて前進

していけばいい。行動力が大事です。これやりたいけど自信がないからできへん！と思って、やらないとそのままです。できるかできないかではなく、やるかやらないか。できる

ことが増えたら自信になります。

成長するチャンスはどこにでもあるって、昔の自分に言えたら言いたいです。

広:みんなやりたいこと、夢や目標があると思うけど、不安もいろいろあると思います。自立とか自分のやりたいこと、不安だなと思うことがあったら周りの人に相談していったほしい。施設や病院にいる人は、夢や目標があっても自信がないかもしれない。でも自分のやりたいことがあれば、あきらめないで。努力をすれば目標達成するためには自分にはどういう力があるか、必要か、情報収集して、夢に向かって努力して欲しいです。

木:私にアドバイスできることがあるかな…。私は就職という夢があり、何十社もあたったけど難しかった。いろんな人に相談しました。遠回りして、友達がどんどん進んでいって、あせったりするけど、自分なりのペース、自分を持って日々過ごしていけば何とかどこかの道につながります。“あきらめない”が大切かと思います。

白:失敗を怖れないで、やりたいことを口に出そう。したいことが分からない人はヘルパーと出かけよう。自分のやりたいことが見つかるよ。養護学校の先生にも伝えたい。学校生活の中で学ぶのは、勉強だけではないはず。学校の中から変わっていかなければならないと思います。

五:親は必ず年をとっていきます。自分もそう。家族介護の限界は必ず来ます。今は無理でも、いろんなきっかけはきっと出てきます。今は甘えているからといって、自信喪失しなくてもいいと思います。親が元気なうちは甘えてもいいけど、ゆっくりでいいから親から自立していくことを、頭の片隅に置いておいてほしいです。

池:みんなは20代、私は40代、この20年で、世の中は変わってきました。20年前には、駅のエレベーターは貨物用でした。一人で電車に乗ると駅員に注意されていました。今は駅にエレベーターもついているし、駅員さんも過剰な

くらいの対応になって、便利で動きやすくなっているのに、みんなの話を聞くと、根本的なことは変わっていないのかな～って思います。世代も時代も違っても、はじめの歩は同じ。あきらめないこと、情報収集することが大切だし、みんなが外に出て、世の中を変えていかないとね。



野:自分は高校の進路指導の先生との出会いが、運がよかったと思います。理解してくれる人に巡り会えるかどうか大きいですね。

池:残念だけど、障害者は養護学校卒業後の進路が決められてしまう。就労支援事業所に行くか入所施設に行くくらいしか選択肢がない。一人暮らしだけが自立ではないと思う。家族と暮らしていても自立はできる。自分で決めて自分で行動していくことが大切だよ。

「よき理解者」や「相談できる人」って言葉がみんなから出てきました。

もしこの記事を読んで、周りに「相談する人がいないなあ」「どうしていいかわからない」と思っている人がいたら、編集部に声をかけてください。経験豊富な編集委員がお応えしますよ。





林 京香ちゃん

学校、だ～いすき！？前編

京ちゃんと京ちゃんのご両親にインタビュー

みなさ～ん、こんにちは。でっちゃんです。4月ももう半ばを過ぎちゃいました。春はいいですね。街の木々も新緑が綺麗になってきました。新年度が始まり、新しい環境にもそろそろ慣れたてきた事と思います。そんな中、少し張り切りすぎて疲れが溜まっていたりはしていませんか？

さて、今回は、医療的ケアを受けながら地域の小学校に通っている林京香ちゃん（以下、京ちゃん）が、『名古屋「障害児・者」生活と教育を考える会発足 10 周年記念集会』の中で話された「共に学んだたくましさ」と今後の課題について紹介しました。今回は、このお話をきいて「もっと詳しいことを知りたい」と思い、京ちゃんと京ちゃんのご両親に 1 月中旬にインタビューにいかしてきました。

※林さんご家族は、父 智宏さん、母 有香さん、長女 京香ちゃん、次女 ちーちゃんの 4 人家族で、現在名古屋市瑞穂区に住んでいます。

おじゃましま～す！

父：こんにちは。わざわざ、きていただきまして…。

でつ：いえ、こちらこそ、忙しい中、ありがとうございます。

父：実は、京香、昨日、熱が出ちゃって、今日はお休みしたんです。

でつ：そうなんですか。京ちゃん、大丈夫ですか？

母：今は寝ていますが…大丈夫ですよ。今日のお昼から私たちは校長先生との話し合いがあったので、学校に出かけていたんですが…。そのときに「おかあさんたち、今から学校へ行くけど、京香はお留守番しとってね。京香は、明日、学校、どうする？」ってきいてみたら、即答、「行く」って言ってましたから…。

でつ：京ちゃんは学校が好きなんですね。

母：冬休みは、学校に行けないし、寒いのであまり外に出かけなかったら、京香の顔にブツブツができてしまって…。ストレスからなんだろうね。3 学期がはじまったら、ツルツルほっぺにもどったもんね。



でつ：それでは、この前の集会の報告を聞いて、おききたいことがいくつかあります。まずは…

Q 通学は地域の子たちと一緒にですか？

父：本当は分団で登校したいんですか…。毎日はなかなか難しいですね。朝の準備に時間かかる



ので…。来年は下の子も小学校なんで、なるべく分団で行きたいと思ってるんですがね。

母：ちょっと前までは、木曜日は分団で行っていましたが、この前の集会で大阪ではリフト付タクシーを使って通学しているという話を聞いて、そうか、通学にも…と気づいて…。療育センターの通園の時にはリフトカーを利用していましたが通学に使うといった考えはなかったんです。今は火・木の朝、リフトカーを利用しています。それと、朝の通学の時間帯にお願いできるヘルパーさんが少ないんです。医療的ケアができる事業者が少ないこともあってね。そんな中、火・木の朝の通学時にお願いできるヘルパーさんが見つかって。今のところまだ、ヘルパーさんも慣れてないこともあり、当分は、私とヘルパーさんと一緒に…。リフトカーだと京香の身体への負担も減るだろうしね。慣れてくれば、京香とヘルパーさんでね。大阪の場合は、市と交渉して看護師さんと一緒に

リフト付タクシーで通学しているそうですよ。大阪の方のお話では「玄関でいってらっしゃい、おかえりなさいがいえないと、他の子と扱いがちがうよね」と…。言われてみれば、たしかに、そうだなあと思いました。やっぱり、看護師さんに行くのが一番だと思うので、ゆくゆくは、それも交渉していかないと…。どう交渉して行こうかこれからの課題ですね。

Q 給食はどうしているのですか？

でつ: 京ちゃんも愛知TRYに参加して（栄～名古屋市役所まで）「みんなと同じ給食食べたい」「胃ろうから食べれるミキサー食にして！」とプラカードを持って行進したそうですが、その後、どうになりましたか？

父: 交渉は続けていますが、市の給食職員組合の力が強いみたいで「名古屋市職員として業務外のことはやらせられないし、ミキサーにかけるのは二次調理になるので、衛生面で責任をもってやらせられない」とのこと。それで、家内が、給食の時間にミキサーをかけにいています。

母: 衛生面のことをいえば、最近のミキサーは結構いいのがあるんですよ。それに子どもたちが、給食を配ってる時点で親指が入っている場合もあると思うし、子どもって、落ちたものだって平気で食べるしね。

でつ: 私も食べる！！

母: 私も食べることでってあるし、でっちゃんだって…。学校では、京香に介助看護師さんがついてくれてるので、“食事介助も介助に入る”と考えれば、べつに教室でミキサーを回したっていいと思うのにね。ただ、実際、給食の時間は、短いので、ミキサーにかけて、看護師さんも食事をしながら京香の食事介助もとなると結構、大変かも…。それなら、担任がミキサーを回してくれればいいとも思うの。誰がやったっていいと思うのに…。お互い、協力してやってくれ



ばねえ。それができないのが不思議だね。



でつ: たしかに、給食の時間は短いわ

な。私は、養護学校だったんですが、小学3年ぐらいからは、何とかひとりで食べていた。でも、時間切れで、おかずのみを食べ、パンは持って帰ってたもんね。それに、小学部高学年になると、手が利く男友達2、3人に遊びながら食べさせてもらっていた。本来のメニューとは違うものになって食べていたことが多かった。

Q 学校内の介助はどうしているんですか？

父: 先ほども言ったように学校での介助は、看護師さんがやってくれます。京香が1年生のときに、クラスの子たちには「子どもはひとりで車いすを押してはいけないけれど、看護師さんと一緒にならいいよ」というルールができて、ものを手渡すのは、OKとかね。基本的に看護師さんは、「板書はできるけど教えることはダメ」なんです。でも、最初の看護師さんは板書もやらなかった。「命だけ守ればいい、医療的ケアをするだけいい」という姿勢だったんです。それで、すごく、もめたんです。教育委員会もはじめは、同じ姿勢だったんでね。今の看護師さんで4人目。やっといい看護師さんがきてくれたね。これで、私たちも安心していただけるようになったんです。

母: でも、反面、できる看護師さんだと、先生たちは、看護師さん任せになりがち。京香は35人の中のひとりなので、「もう少し担任にもかかわってもらいたい」と学校との今日の話し合いでいってきました。

Q 教材や授業の工夫は？

母: そうですね。授業は、看護師さんが付いていると、先生にほったらかしにされることが多く、京香は、目とわずかな指の動きで会話するから、先生も積極的に関わらないとコミュニケーションが取れない状況。やっぱり、意思疎通ができ

ないと評価ができないでしょ？それで「担任に もっと関わりをもってほしい」と学校側に相談 したところ「支援学級の先生にちょっときても らって個別で関わってはどうか…」という提案 があったんです。でも、親からすると、担任が 工夫もなんにもしなくて大変だといって、支援 学級の先生の手を借りるのは、違うでしょ？も うちょっと関わってほしいん

ですよね。授業中でも京香は、 あてられないんですよ。



でつ:それはおかしいですよ。

母:それで、通知表の評価なんですけど、評価ができ ないってことで斜線がほとんどなんです。学 校側は「個別支援計画に基づいた別の様式なら どうでしょう」というんですよ。けれど、み んなと違う様式ではね。例えば、「話す・きく」 の項目も斜線。話すことはできてないかもしれ



ませんが、きくことはでき ていますよね。あと、体育も 図工も参加しているのに 斜線なんです。せめて、 「努力しましょう」でいい から斜線は、やめてほしい んです！京香はそこにい ない事になってしまう。

父:そんな斜線の評価しかもらえなかったら、京香 のモチベーションも下がるだろうしね。それか ら、親としては、もっとコミュニケーションが とれたら…。ゆくゆくは、でっちゃんみたいに トーキングエイドを使って会話できるといいな あと思ってね…。京香は週に一度だけ、個別で スイッチの授業があるんです。これは親の勝手 な思いなんですけど、脊髄性筋萎縮症(SMA1型) という病気は、知的障害はないといわれている んです。それで、SMAと診断を受けると親は、 みんな必死でスイッチの練習をさせるんです よ。がんばれば勉強もできるというのがあって ね。でも、京香は、どう思っているかはわから ないんですが、親としては、葛藤がありますね。

インタビューは、まだまだ続きますが…。

ここで、ちょっと余談…

京ちゃんのご両親の話をきいて、中学生時代の 先生のことを思い出しました。私は、小学部から 高等部まで養護学校でした。中学部では、数学、 国語、英語の3教科が能力別スタディー制。(A・ B1・B2・Cだったと思う)この3教科以外は、 通常のクラス編成(能力別ではなくABCごちゃ まぜ)だったんですね。中でも、社会の授業が、 おもしろかった。ちょっと、紹介しますね。授業 のはじまり10分間は、予習・復習を兼ねた小テ ストがあった。野球のルールを素にしたクラス対 抗戦があった。

ルールを説明しますね。

- ・打順(問題に答える順番)は、クラスのみん なが決める。
- ・ピッチャー(先生)が問題を投げる。
- ・一発で正解したらホームラン。ちょっと惜し い答えなら2塁打。
- ・3択から正解したらヒット。間違ったら、ア ウト。

というように9回が終わった得点で順位を決める。

また、この先生のテストは、絶対、100点を取 れない、0点もない問題だった。基本は3択問題 なんだけど…。これは、今でもすごいと思う。 京ちゃんも、こんな先生にめぐりあえたらいいの にと思いました。

ということで、今回は、ご両親へのインタビュ ーの続きと“ズバリ！京ちゃんの本音”をききた そうと思います。



さぁ マリノス優勝の瞬間を見るぞ



お久しぶりです。マッピーです。

脳性マヒで、名古屋市で一人暮らしをしています。趣味はサッカー観戦（特に欧州サッカー）と、K-POP にはまっています。特に韓国のB.A.P というグループが好きです。

春まっただ中。新生活がスタートした人や、新社会人になった人もいると思います。毎日が不安で眠れなかったり、仕事などで失敗して怒られた人もいると思いますが、もうすぐゴールデンウィークです。皆さん予定を立てましたか？ 僕はまだ考え中です。

去年の 11 月下旬に以前からの目標だった横浜 F マリノスのホームゲームに行ってきました。しかも優勝の瞬間を目の前で見られるなんて夢のようでテンション MAX です。楽しんで下さい。よろしく！

夢だった日産スタジアムへ

僕は幼い頃からマリノスファンでしたが、なかなかスタジアムに行くことができませんでした。昨シーズンは久しぶりに調子がよくて優勝争いをして、強かったマリノスが戻ってきたので、行くことを決心しました。せっくなのでホームゲーム最終戦で優勝の瞬間を見たかったので、チケットを 2 枚とりました。友達（ヘルパーさん）も誘って行こうと思い、聞いてみたら「サッカースタジアムに行ったこともないし、生は初めてなので是非一度行きたい」と言ってくれたので僕は嬉しかったです。チケットを取ったらテンション MAX で、モチベーションも高くて、仕事とか頑張ることができた。やっぱり思うのは、好きなことや予定や目標を決めると、モチベーションもあがるから大事だと思いましたね。

しかし試合の 3 日前に家で気を失って、車いすから落ちてしまいました。目が覚めたら床にいました。「なんで床にいるんだ？おかしいなあ？」と思って、時間を確認したら、ヘルパーが廊下で待機していることを思いだし、ヘルパーさん呼びました。起こしてもらった時に「あれ？背骨がマジ痛い。折れたかな？」と思いながら起こしてもらいました。

ヘルパーさんに「音もたてずに落ちたからわからなかった。なんで落ちたの？」聞かれたけど、まったく覚えていません。こんな状況は初めてで、自分でも戸惑いましたね。きっと疲れが出たかな？とか考えたけどね。「また、怪我した。なんでこんな時にするんだ。運ついてないなあ」など自分を責めながらベッドに入りました。

朝になり、ほんまに痛くて起こしてもらった時に「うああー」と言わないと車イスに乗ることもできませんでした。地獄の痛みと戦いながら仕事に行こうと思ったけど、座っていても痛くて、仕事を休みました。1 日ベッドの上で安静にしていました。

でも明日せっかく楽しみにしていた横浜に行かないと思いながら、今、病院に行ったら医者に絶対安静にしてくださいと言われるだろうし、明日まで我慢しようと思いました。

当日の朝になり、まだ背骨部分が痛くて、一瞬今日やめようと思ったけど、一緒に行ってくれるヘルパーさんから「せっかく楽しみにしていたし、優勝を見たいとずっと言っていたし、新幹線代は用意してあるからね。行くか行



かないかはマッピ（真澄さん）に任せます」と言われました。ヘルパーさんが僕の気持ちを考えて言ってくれたので、僕は嬉しかったです。「やめると後悔するだろうけど、ずっと座っているから痛みと戦いになるだろうなあ」と30分くらい考えて、優勝を願って行く決心をしました。急いで着替えをして、名古屋駅に向かい切符を購入して11時過ぎに名古屋を出発しました。

約10年ぶりに横浜に戻ってきた

新横浜に着いて「久しぶりだなあ。帰ってきたよ」と言ってから改札口に向かいました。新横浜駅はほんまに便利で、右に行ったら横浜アリーナ（横アリ）があり、左に行ったら日産スタジアムでわかりやすいです。駅からは横アリが見えていて、ほんまに帰るときもすぐなので、次は横アリにLIVEを観に行こうと思いました。



日産スタジアムは駅から10分くらい歩いたら見えるので、僕でも迷わないです。ありがたいですし、交通の便がいいので来年も行こうと思いましたね。日産スタジアムが見えて、興奮して、頭の中はマリノスのことでした。

ホームタウンの周辺に入り、マリノスカラーのトリコロール（赤白青）のユニフォームを着ている人がいっぱいでした。今日は一段とファンが多いので優勝を決めてくれそうな気がしました。スタジアムに入場すると熱気で暑かったです。いやあ、車いす席に行くのに広くてほんまはマリノス側で見たかったけど、グッズを買うのに頭がいっぱいで、ホーム側の車いす席は、他の車いすの人がいて満席で座れませんでした。マリノスグッズを買うのに、名古屋に住んでいるとネットでしか購入ができないからね。グッズ購入と試合に夢中で、痛みより感動の方が強かった。

僕は野球もヤクルトファンだし、サッカーはFマリノスだし、地元愛がないですね。結局アウェイ側の車いす席に案内してもらいました。確か、前半後半に1点ずつ相手に決められ、2対0で負けました。悔しかったけど、いいチャンスを作っていたし、プレーヤーが頑張っていたので、行って後悔していません。また行こうと思いました。試合が終わっても、痛みはあまり感じなかった。結局、病院に行かず2週間くらいで痛みは癒えましたし、マリノスの力で治りました。

リーグ戦の優勝は逃したけど、元旦にあった天皇杯で優勝したので感動して、いまでも涙が出るほど嬉しかったです。試合に夢中でトイレところではなかった。帰り道もわかりやすかったので、ありがたいです。今回は、わかってくれるヘルパーさんに感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました



カンボジアひとり旅。



読者のみなさん、こんにちは。佐藤 ^{もとのり} 元紀、28 歳です。筋ジストロフィーの僕は、いつも簡易電動車いすであっちこち走り回っています。障害者ヘルパーステーション・マイライフ刈谷で現在、活動中！

今回、ずっと行きたかったカンボジア旅行が実現しました。2/2～2/7 の4泊5日で一人旅！ほんとに介助者なし、簡易電動車いすで航空券と宿だけ予約して旅立ちました。そんな行き当たりばったりな旅をご紹介します。

出発！！

航空券とパスポートを握りしめてセントレア空港から飛行機に乗り込みました。不安を抱きながら、飛行機が旅立った瞬間に覚悟が決まりました。覚悟と言えど格好が良いけど、どうしようもない状況になると割り切れますね。



元々、海外に興味があって大学のゼミ研修でベトナムに 10 日間、ピースボートで世界一周の船旅を経験してきました。ただ一つ、やったことがなかったのが一人旅！介助者どうしよう、車いすでも大丈夫かな、飛行機の乗り換え上手くいけるかな。頭で色々と考えてしまっ、動き出すまでにかなり時間がかかったけど最終的には行きたいか、行きたくないか…行きたいでしょ！！

ということで、アンコールワットが見たいという単純な理由からカンボジアへと 1 人旅立つことに決めました。

目指すはシェリムアップ！！

カンボジアに入国するためのビザに顔写真が必要なのを知っていますか!? セントレア空港のスタッフが教えてくれて助かりました。一安心でいざ空の旅へ！セントレア空港～ハノイ（ベトナム）～シェリムアップ（カンボジア）の約 8 時間のフライト。つたない英語やジェスチャーを駆使して、乗り換えも移乗もスタッフが助けてくれたので問題なし。自分の車いすもシェリムアップ空港で無事に会えました。しかし…頼んでおいた送迎が来ない！でも、今は空港に WiFi があるので連絡が取れるのです。そして、現地の乗り物トゥクトゥクに乗っけてもらい、車いすも積み、

目的の宿に到着しました。

さあ、次は介助者を探さなければ！



カンボジアの乗り物、トゥクトゥク

出会い

介助者がいないことにはトイレもお風呂も移動も何もできない。障害のある自分が旅をする上で最も大きな壁をどう乗り越えるか。

アジアには日本人向けのゲストハウスが多くあるんです。バックパッカーや学生が多いはずなので、何の保証もないですが一か八かそこにすべてを賭けて行きました。すると幸運なことに若い日本人男性が2人いるじゃないですか！すぐに声をかけてみると、オーストラリアから始まり1年半

ぐらい旅をしている19歳、任意団体の代表でカンボジアに学校をつくる活動をしている大学3年生、なぜかロシア人の旅人が1人。いきなり面白い人たちとの出会いがありました。



た。“障害があるので滞在中の介助をお願いしたい”と素直に伝えると快く受け入れてもらえました。そして、夕飯をごちそうになりました。カンボジアは初めての食事はインスタントラーメンとふりかけご飯でした（笑）。その後、早速トイレやシャワー、着替えを手伝ってもらいました。

スタッフもとても親切で、家族で経営しているのですが、ゲストハウスのオーナーさんは日本語を話すことができました。宿泊する人には全員に

PHSを渡してくれるので、何かあったらすぐに連絡することができるのは助かりましたね。

次の日に朝起きて、電話で起こして欲しいと頼みました。オーナーさんが来ると思ったら息子さんが来ました。英語で指示するしかないじゃん！と驚きながらも、細かい介助の指示は英語で説明できなかったの“I want to get up and ride the wheel chair.”（体をお越して、車いすに乗りたい）とシンプルに伝えて何とか介助をしてもらえました。日本人の若者と現地の方の力を得られたことで、この旅は何とかなるかと安心と自信が得られました。

念願の地

“アンコールワットに行きたい”という夢を叶える時が来た。テレビでしか見ていなかった、その場所を2日目にして足を踏み入れることになりました。ゲストハウスの人に日本語ガイドさんを調整してもらい、いざアンコールワットへ！

アンコールワットが一番有名ですが、遺跡の中でも最も広いアンコールトムへ最初に行きました。巨大な寺院を目の前にカンボジアに本当に来ることができたんだとジワジワと感じました。

次に有名なガジュマルの樹がある場所へ行きました。“近くまでは行けないかもしれない”と言われたけど、ガイドさんとトゥクトゥクの運転手さんが話し合ってくれて“道を変えて行ける所まで行きましょう”と言ってくれました。

大きなガジュマルの樹の近くまでたどり着くと“もっと奥へ行きたいですか？”とガイドさんが…驚きました！即答で“行きたい”と言うとガイドさんと運転手さんが介助者として一緒に遺跡の中を巡ることになりました。正直いって、通路は整備されてはいるもののバリアフリーなんて微塵



も感じない場所です。すべて階段で通路が作られ、石畳になっている。観光客も多くて車いすで移動するのも至難の業…申し訳ないなという気持ちを抱きながらも自分の気持ちを優先して、何度も車いすを持ち上げてもらい観光客と同じように巡ることができました。

最後に念願のアンコールワットの前に立ちました。テレビ越しだった姿が自分の目の前にある。めっちゃくちゃ嬉しかったです。しばらくアンコールワットを見つめながら達成感に浸っていました。ここはさすがに体力的にも中に入るのは無理だろうと思っていましたが、再び頑張ってくれました。周りの観光客の手も借りながら、私でも一般の観光客と同じ場所にいる。本当にガイドさん、運転手さんには大感謝な1日でした。

一番の思い出

アンコールワットへ行けたこともとっても良い経験でしたが、一番の思い出は現地の子もたちと交流したことです。

学校をつくる活動をしている大学生との話の中で、ちょうどリエボンという村に新校舎を立てて2日目だという。タイミングが良いことに日本から仲間が来て現地へ行くというので“一緒に行きたい”とお願いして行くことになりました。

団体メンバー3人と私はトゥクトゥクに1時間半ぐらい揺られながら学校に到着。電動車いすで登場した瞬間、村人や子どもたちが集まってきて興味津々で私を囲みました。電動車いすなんて初めて見たんでしょね。移動するたびに付いてきてちょっと有名人気分を味わいました。

昔の校舎もあって、木造でぼろぼろで狭かったけど…今はコンクリートで広い校舎での授業。新校舎ができる前は小学校3年生にな

ると遠く離れた学校に変わっていただけど、今は小学校6年生まで通えるようになった。つまり、遊ぶ時間や宿題

をやる時間が増える。何より授業に取り組む子どもたちの元気の良さが団体の活動の素晴らしさを証明していました。最初は子どもたちも恥ずかしそうだったけど、簡単なクメール語を使ったり、カメラや電動車いすを利用しながら次第に打ち解けてきました。車いすを何度も介助してくれる子や一生懸命クメール語で数字を教えてくれる子、言葉は分からなくてもとっても楽しい時間を過ごすことができました。

動けば変わる！！

今回のカンボジア4泊5日の旅、人生の中で忘れられない経験になりました。一人旅を通して様々な人に出会いました。仕事をやめて一人で世界一周をしている女性、60歳を越えてから決心して学校を建てた女性、アジアで起業するために旅をしている人、カンボジアの大学院に通い、カンボジアが経済的に自立するために新たな仕組みを作っている人。全員に共通することは目的に向

かって“動く”ことです。

私もアンコールワットへ行きたい、自分に自信をつけたいという思いから動き出しました。そして、カンボジアに来たことで新しい出会いが生まれました。“動けば変わる”ことを実感した旅でした。たとえ障害があったとしても、人の手を借りればやりたいことを自ら実現できることを改めて実感した旅でもありました。今後も自分がやりたいことに向かって動いて行きます。



愛知TRYin岡崎

岡崎にあるお店にだって入りたいがや～！

2月16日（日）私は、愛知TRYに参加してきました。今回の活動場所は岡崎市。

岡崎にある飲食店などにTRYステッカーを貼りまくろう！ということで愛知TRY実行委員をはじめ、ぴあはうすさん、（岡崎自立生活センター）ピープルファーストさん（知的障害者の当事者団体）、日本福祉大学ヘルパーサークルCHANGINGのみなさん、総勢約20名の方々に参加していただきました。



愛知TRYとは…

20年ほど前に西宮で始まった運動「TRY」が各地で開催されるようになり、去年は障害のある人の差別の解消を定めた『障害者差別解消法』成立を機に、交通機関のバリアフリーを訴える「泉州TRY」、被災地の復興と誰もが暮らしやすいまちづくりを訴える「みちのくTRY」が行われました。

愛知県でも、障害者差別解消法を一般市民に知ってもらおうと、ふだん利用する店舗が使いやすくなることをめざして「愛知TRY」が展開されました。愛知TRYでは若手の障害当事者が中心となって企画し、お手伝いを頼めば利用できるお店の目印として、店舗へのステッカーの貼付をお願いして回りました。



いざ、活動！！

20代若手メンバーがリーダーとなって、3班に分かれ、東岡崎市駅周辺のお店を訪ねていきました。この日はとても風が強く強風にあおられながら街を歩きました。私自身、TRYに参加することは2回目でしたが前回参加したのは、なごや大行進。ステッカー活動はそんなに経験がありませんでした。でも、ステッカーを貼ってもらった時のうれしさを知っていたし、何より岡崎のおいしい物が食べられる～！と楽しみにしていました。



しかし、「じゃあお店にステッカーの趣旨説明をするのは木造さんで」と言われた瞬間、「えっ？！何で？！私の説明で大丈夫…？」と思いました。とりあえず、「貼ってほしい！」という気持ちが伝わるようにしなければ、と思いました。

私たちが回ったのは計4か所。まず和菓子屋さんに行きました。「じゃあ木造さんよろしくね」と言われ、いざお店の中に入ると、もう緊張なんてしてられず、自分なりに一生懸命説明をしました。まず「名古屋から来た」というと驚かれました。

ステッカーの意味や、facebookにお店の情報を載せたいことを伝え、快く承諾していただくことができました。「ステッカーを貼ってもいいですよ」と言ってもらえた時の嬉しさと、お店に

貼ってもらえたのをみると「よし、次も頑張るぞ!」という気持ちが自然と湧いてきました。そのあとは、お楽しみのおやつを班全員で食べました。お店がお勧めするいちご餅は本当に苺がジュシーで美味しく、みんなも大満足でした。私も「やっぱりTRYに参加してよかったな」と思った瞬間でもありました。

次に向かったのは、眼鏡屋さん。このお店は改装したばかりだそうで、車椅子のお客さんも入りやすいように入口の段差を無くし店内も広くされたそうです。改装前は、ステッカーなど外部からのチラシ等を貼ることも断られていたそうですが、店内に貼ってもよいという許可をいただくことができました。

オカザえもん発見!!



街を歩いていて面白いなあと思ったのが、岡崎市のゆるキャラ、オカザえもんの「オカザえもん自販機」を発見したときでした。オカザえもんの似顔絵やサインが入っており、岡崎

市らしさを感じることができ、写真を撮ったりして少しみんなのテンションが上がった気がします。

普段は街をじっくり歩くということがなかなかできませんが、歩いてみると、面白そうなお店やおいしそうなお店がたくさんあったり、綺麗な川を見たり、班のメンバーと話したりして、「のんびり歩いてみるのもいいなあ」と思いました。

最後に行ったのはお煎餅屋さんです。

店内には何十種類のお煎餅があり、どれもおいしそうでした。

打ち上げ用にばっちり買わせていただきました。

打ち上げ

ステッカー活動が終わってからは、ぴあはうすさんの事務所をお借りして打ち上げでした。

打ち上げでは、実行委員長大好物?の広島焼きをみんなでわいわい作りました。

このステッカー活動で、ぴあはうすのみなさん、ピープルファーストのみなさん、CHANGEのみなさんと出会えて、ステッカーを貼ってもらえたか否かに関わらず、楽しく活動できたこと、とてもよかったと思います。

次のターゲット場所はどこになるかわかりませんが、また参加してみたいと思いました。

今回の活動は、愛知TRYのfacebookに載っています。他の班の活動の様子も見られますので要checkです!

ご協力いただいた岡崎市のみなさん、本当にありがとうございました。そして読者のみなさん、岡崎に遊びに行かれた際は、ぜひ、愛知TRYステッカーを探してみてください!

ステッカー活動にご協力いただいたお店

- ・みどりや(化粧品店)
- ・喫茶 とどまん
- ・健康館(リラクゼーション)
- ・あいち補聴器センター
- ・海老萬(煎餅屋)
- ・手打ちそば・うどん がんこ親父
- ・ほっかほっか亭 殿橋店
- ・佐鳴予備校
- ・横浜家系ラーメン まんぷく家
- ・メガネのスギウラ
- ・葵園(和菓子屋)
- ・RUSTY TO SHINE(服屋)

など

詳しくは、「愛知TRY」でLet's 検索

ベッド暮らし その1

春といえばワクワクする季節ですね。新入生、新社会人だけでなく、人それぞれのスタートがあります。今回、情報誌に初登場の木村さん（おにいさまを過ぎ、おじさま?!）は、東北の地から名古屋に移り住まれ、そろそろ1年が過ぎようとしています。名古屋人である編集委員の私たちにとって、東北は遠く、雪深く…という程度で、実際にはよく知らない。そんな土地で障害者はどんな生活を送っているの?という疑問から、東北での生活について伝えてもらおう、ということになりました。では、木村さん!どうぞ~!

【プロフィール】

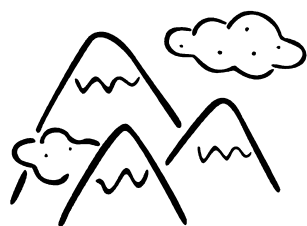
木村高人。岩手県出身。先天性骨形成不全症のため寝たきり。外出の際はストレッチャー型車椅子を利用する。

東日本大震災での被災を機に、33年3ヶ月暮らした介護施設を出て名古屋へ移住した。今回は東北での暮らしについて書けとの注文をいただき、誌面にお邪魔しております。



1. 岩手のたしなみ

震災のご縁で名古屋へやってきた。それまでは岩手にいた。県南の沿岸部、リアス式海岸の山ひだの奥へ引きこもった隠れ里みたいな介護施設で、33年と3ヶ月。それ以前は内陸部の全寮制養護学校にいた。家族と暮らした年月は、考えてみると今年50の大台を迎える私の人生の中で、通算10年に満たない。



今回は「東北の地での生活」について書けとの注文だが、語るべき思い出はあまりない。私にとっての故郷とは、すなわち施設の中

の光景であり、ちいさなちいさなムラ社会での人間関係である。

そのことは震災のときの経験でもわかる。あれだけの災害だ。甚だしい被害が出た。あんな事態に遭遇したら、人は誰でも家族の無事を祈り、自宅がどうなっているかを案じることだろう。だが私にとってそれらは二の次だった。何よりも気がかりなのは、暮らしていた施設の被害の現状と今後の展望であり、連絡の取れない職員の安否だった。血を分けた肉親よりも、日々支えてくれる職員のほうがよっぽど親しい「家族」であり、ま

た長年暮らした施設のほうが実家よりもずっと思い入れの深い「家」なのだった。

こう書いてきて、なんだか嫁ぎ先で齢を重ねた古女房みたいな言いぐさだなあと自分でもおかしくなる。このたとえで言うと、私が婚家（に当たる介護施設）へ嫁入りしたのは15才の頃で、花も恥じらう娘盛りだったのに、今じゃ孫のひとりふたりいてもおかしくない歳。そりゃあ染まるに充分な時間には違いない。

もっとも感じ方は人それぞれで、入居者の中にも施設より実家や家族のほうが大切と考える人はたくさんいた。中には思いあまって施設を脱走する人もいた。この人たちはいずれも中途障害者で、日頃から施設の空気に今ひとつなじめず、ことあるごとに「家へ帰りたい」と訴えていた。問題行動も多かった。それだけシャバに未練があったのだろうし、自分自身の障害を受け入れかねてもいたのだろう。無理もないことだとは思ふ。

ただ私のような先天性の重度障害者からすると、ちょっと不思議な気はした。介護施設は「死に場所」で、いったん入ったら二度と出ないものだ。そう覚悟して入居を決めるのが、岩手で一般的な重度障害者のたしなみであり、また家族の腹づもりでもある。

2. 施設デビュー



私が全寮制の養護学校へ入ったのは小学3年生の3学期だった。学齢前の時期、地元の福祉事務所へ巡回相談に来た同施設の園長先生（と呼ばれていたが本業は整形外科医）に見いだされ、入園とリハビリを勧められたのがきっかけだった。3年も待たされたのはベッドの空きがなかったからで、こういうところは昔も今も変わらない。まだまだ幼い頃だったから自分の行く末を深く考えたわけではなく、家族と離れて暮らすことにもさほど抵抗はなかった。月に2回の面会日には会えると考えれば寂しくはない。そう言い聞かされていたし、納得してもいた。だが間の悪いことに入園から半月後の最初の面会日がインフルエンザ蔓延によって中止となり、家族と会えないとわかったときはさすがに泣いた。

沿岸部にある実家から養護学校までは直線距離で百キロあるという。両親は面会日のたび必ずはるばる来てくれた。愛されているのを疑ったことはない。幸せな子ども時代だったと思う。入園児の子らが誰しもそうするのと同じように、私もまた、盆暮れの一時帰省で10日ばかり家へ帰るのを指折り数えて待ったものだ。

だが養護学校を退園し、家へ帰ってみんなと暮らすことは考えなかった。むしろそれは恐怖だった。

家へ帰れば迷惑をかける。まだ幼い弟や妹の将来にもよくない。離れて暮らしたほうがいい。離れていれば、両親やきょうだいに嫌われることもないだろう。

そんなふうに考え始めたのがいつ頃だったかはわからないが、6年生の頃にはもう退園が恐怖のキーワードとして意識されていた。私がお世話になっていた養護学校はリハビリによる機能回復を目的とし



ているため、回復が望めない入園児は退園させ、もっと見込みのある子を入れる。そんな噂が児童の間に根強くささやかれていた。噂の出所は、おそらくリハビリの先生か看護婦さんだったのではなかろうか。聞き分けのない子をおどかすつもりで言ったのだとすれば罪な話だ。少なくともかれらには、それが脅しとして通用するとの認識があったことになる。

3. 子どもの情景

私はずっとベッドで暮らしてきたから地域社会のようすはほとんど知らない。直接的な差別を受けた経験もほとんどない。ただ、それでも幼いなりに様々な気配を感じ取ってはいたのだろう。



たとえばそれは「お友だち」の少なさだ。ベッド上でわがままいっぱい育てられた私の遊び相手はテレビであり本でありおもちゃであり、また手鏡や、自分の手足の指だったりもした。両手に5本ずつある指にそれぞれの名前とキャラをつけ、飽きずにひとり遊びをしている我が子を見たら、そりゃあ親としては不安だろう。母はご近所の子らに声をかけ、お友だちになって欲しいと頼んで回った。実際に何度かそうして招かれ訪ねてくれた子もいた。だがたいていは1回きりだった。当たり前だ。遊びたい盛りの元気な子に、ベッドから動けず口先ばかり達者で生意気なガキの相手なんか務まるわけがない。おまけにそいつは風呂にも入らない。「入れない」「しょうがない」と考えてくれる奇特な子もないわけではなかろうが、だからといってわざわざ他の友だちの誘いを振り切ってまで一緒にいたいと思うほどの魅力は私にはなかった。そもそも会話が続かなかった。ひとり遊びは達者でも、生身の子どもの相手は難しい。人とのやり取りは場数がものを言う。ベッドの上で育てるのは想像力と自我だけだ。しかもそれらは外向きのベクトルを必要とはしない。手足の指たちや、手鏡に映る自

分の顔が相手なら、いくらでも会話を続けられたしストーリーも紡ぎ出せたけれど、どこからか呼ばれてきた見知らぬオトモダチとの間には埋めがたい溝があった。

養護学校は違った。そこには友だちがいた。「お友だち」ではない。間違っても「お」なんてくっつける余地のない赤裸の子ども社会だ。あそこで揉まれてこなかったら、私は今も幼い頃のベッド上でむくむく育ったグロテスクなコども性を抱えたまま、ろくに会話もできないオトナになっていたことだろう。だがそんなことは今になって初めて言えることで、当時はただただ子ども社会の中で無我夢中だった。嫌なやつもいた。ケンカもした。いじめられたりいじめたりも当然あった。泥棒もいれば「没収」もあった。訓練は厳しかった。痛い目にも遭った。それでも、そこではみんな対等だった。むしろ障害の状態もケアの内容もひとりひとり異なる。手術とリハビリを終えればすぐ退園し地域の学校へ戻ってゆく子もいれば、将来の選択肢は家か施設かの二者択一しかない子もいる。子ども社会のヒエラルキーも無論あるから発言権や人気には歴然たる差があって、言葉通りの「対等」ではないのも事実だ。それでも、そこにはいつでも子どもがうじゃうじゃいた。否応なしにぶつかりあったりもするけれど、そうでなければひとりでナチュラルに遊びが始まる。誰ひとりお客様ではない。みんなただの当たり前の子どもだ。そんなふうでいられることが、どれほど貴重だったか。

退園すればすべてが失われる。

そればかりか家族の重荷になってしまう。弟や妹にもそれぞれの子ども社会があり友人関係がある。招いたり招かれたりもするだろう。そんなとき、家に異物が転がっていたら、しかもそれが肉親なら、かれらの友だち関係によい影響をもたらすはずがない。

子供の頃の私はそんなふう考えていたし、今で



も基本的には変わらない。嫌われたくないから距離を置くのだ。結局自分が傷つきたくないだけなのだ。家族は最後の支えだ。愛されているのを疑ったことはないが、それを失うのは怖い。とんだ臆病者ではある。

4. 選択

養護学校は、いずれは出なければならない。義務教育が終わったら卒業で、気分的には強制退学だ。すぐ近くにある、やはり全寮制の養護学校には高等部があり進学先として開かれてはいたが、ADL自立（という言葉が当時あったかどうか）の子しか受け入れてはくれなかったから私は対象外。行くあてがなければ家へ戻るしかない。恐ろしかった。家のベッドで、施設の空きを待って何年も過ごす例はいくらでもある。そんな未来を考えたら息が詰まるようだった。

地元の近くに新たな入所施設ができ、しかも中学を修える年の4月に開設予定と聞いたとき、一も二もなく申し込んだのはそういう経緯があったのことだった。願ってもない逃げ場だった。ここに入れば、死に場所が確保できる。はっきりとそう考えて決めたことだ。もう二度と外の世界へは出ない。それが誰にとっても幸せなのだと心に決めていた。

なのに今、こうして名古屋でこの原稿を書いているのだから人生はわからない。

なぜ施設を出ようと思ったか。

踏み切るきっかけは震災だった。支援に訪れてくれたA J Uの方々との出会いに恵まれたからだ。だがそれ以前、10年以上も前から考えていたことだった。そのことについてはまた稿を改めて書かせていただきたい。





介護保険ってどんなんや？

♪さ～くらさいたら1年生♪ ふー！我が子にもそんなかわいい時期があったのね。今じゃあ、図体ばっかし大きくなりよって、今年は受験生の身だというのに遊ぶことしか考えてない（トホホ…）

グチで始まってしまいましたが、みなさんこんにちわ、小島まちです。障害は脳性マヒのアテトーゼ型で、言語障害があり、室内では手動車いすを足で漕いで移動し、外出時には電動車いすを使用しています。家族は同じ障害を持ち、50代にして御当地アイドルグループのおっかけに目覚めた旦那様と、母親のことを「肉のかたまり」とか「黒毛和牛」と呼ぶ息子（障害なし）の3人です。

さて、前回に引き続き「介護保険制度」について書こうと思います。私自身が第2号被保険者の枠に入り、もう少し長生きをすれば「介護保険制度」を利用すると思います。現在の障害者総合支援法（以下、総合支援法）の法律では、65歳を過ぎたら『介護保険制度を優先しなければならない』とあり、ますます不安を感じたのは私だけではないでしょう。（詳しくは128号を参照）

前は「介護保険制度」の基礎について書きましたが、今回は実際に介護保険制度と総合支援法の制度を両方利用して生活されている柴田詩子さんのお話を書こうと思います。

《柴田詩子さんのプロフィール》

- ・年齢は…、65歳を過ぎたけど、深くは追求しません。
- ・愛知県重度障害者の生活をよくする会（*1）（以下、よくする会）の4代目会長。現在、AJU自立の家の理事。
- ・障害はポリオ。首から下の筋肉がいろいろあっちこっちマヒしている。崩れてないのは顔だけ…と思っていたけど、最近は目も悪くなってきて…。室内は手動でよろよろ移動、屋外は電動で暴走！？表向きは主婦だけど、あっちこっち活動して忙しくしている。

ちょうどタイミング良く！

前回（128号）、私が介護保険制度の基礎の原稿について頭を抱えながら書いていたら、編集委員から「よくする会の勉強会で、介護保険制度について詩子さんからお話があるんだって…」という情報をもらいました。最初は、ちょっと待って、こっちも頭の中「？」マークでいっぱいなんだから…と思いながらも、とりあえず話だけでも聞いてみようということで、勉強会に出席しました。

*1 「愛知県重度障害者の生活をよくする会」は1973年（昭和48年）に、障害当事者によって発足した。発足以来、欠かさず行ってきた月例会では障害者福祉や社会福祉についての学習会を進め、誰もが住める「福祉のまちづくり運動」、キャンプや車いすスキー、宿泊旅行等、これまで体験したことのないイベントをつねに企画、実施してきました。自宅や入所施設で生活する重度障害者の、自己実現と社会参加促進の活動、交通公共機関のバリアフリー化、介助制度・障害福祉施策の充実にむけ行政交渉など、今後の愛知県・名古屋市における障害者運動の明日について考え、行動する団体です。

司会:今日は、よくする会の4代目会長の柴田詩子さんに、なぜ、介護保険を使わざるを得なくなったかという話しをしてもらいます。

詩子:こんばんは。先ほどから「65歳過ぎ」というよく分かるセリフが飛び交っています。うん十年前によくする会の会長を5～6年ほどしていまいたが、その頃は自分が高齢者になるというイメージは全然なかったし、そんな頃まで生きているという認識もなかったです。でも、着実に月日は経って、障害者運動の活動から少し離れ、のんびり過ごしながら、数年前、65歳を迎えました。医療保険が自動的に後期高齢者扱いになり、介護保険を使うという時期がやってきたのです。『後期高齢者』『介護保険』というと、ほとんど要介護の老人＝寝たきりか認知症、というイメージがありましたが、それが自分の生活に関わっ

てくるとは思いもしませんでした。数年前に知り合いが、「後期高齢者扱いなんて失礼な！」と怒っていた頃は、自分がその年になったら介護保険は拒否した例もあるんだからとのんびり構えていました。でも、その年齢になったとたんにいろんな事態が起こってきました。

まち:一般的に前期高齢者は65歳以上、後期高齢者は75歳以上ですが、身障者手帳を持っていると65歳から自動的に後期高齢者の枠に突っ込まれるそうです。

すったもんだのはじまり、はじまり…

詩子:私は、自分の住まい（名古屋市中区）の介護保険課で担当者に、まずは「介護保険は使いません」と宣言をしに行きました。担当者からはマニュアル通りに「これを使って、こうやって…」と、介護保険適用をのんびりと説明されました。「だから使わないと言っている！」という話から延々とやりとりが始まったのです。担当者も困り果てていたけど、こちらもこのやりとりにエネルギーを要しました。

今の私の障害認定区分は「6」です。見かけよりはできないことがいろいろあります。「アレで6？」と思うかもしれませんが、まず自分で顔を洗えません。シャワーで入浴中に洗うことはできるけど、朝、洗面台で顔を洗うのは無理です。

介護保険の認定区分は障害認定区分とは別にあり、要介護3になります。介護保険には、要支援と要介護があるので、私の場合、介護度のレベルでは真ん中くらいです。要介護認定と障害認定区分に差があるということに注意しておいてくださいね。

利用時間は時間単位ではないのでよく分かりませんが、要介護3だと、26750単位が1ヶ月単位で使えるそうです。1日に1時間30分を30日で使い切るくらいの時間です。そ

れを使い切って、その上で重度訪問介護（以下、重訪）を1日8時間確保すると、以前受けていた介助量と同じくらいの時間になります。

まちの思い:「要介護3で26750単位まで」と言われてもピンと来なくて、知り合いのケアマネさんに聞いてみたら、介護保険では介助内容や施設利用を1回につき何単位って、こまか〜く決めてあるんだって。例えば以下のように、

- ・デイサービス 7〜9時間
【811単位×2回=1622単位】
 - ・入浴介助 【50単位×2回=100単位】
 - ・食費 （500円〜800円×2食）
【4722単位×4週間=19088単位】
 - ・ショートステイ 【700〜800単位（1日）】
- 「単位」を「ポイント」としたら分かりやすいかも…1ヶ月26750ポイントまで使える。うーん、この場合は使わなければいけない…！

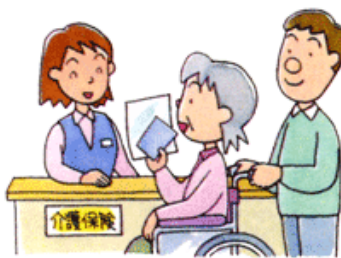
詩子:この時間数はケアマネさんの努力で確保してもらったけど、それまでのや



りとりがとても大変でした。まず、65歳を過ぎても総合支援法の制度のみを利用している人の例を出して、介護保険を使わないことを本庁に問合せしてほしいと伝えましたが、本庁からは定型通りの回答で、「本人に了解を得て介護保険を使ってもらって下さい」とのこと。誕生日以降もそのやりとりが続き、次の月にはすぐに介護保険制度に切り替えなければいけないけど、なんとか臨時で重訪2ヶ月の延長が認められました。その2ヶ月の間に、またすったもんだでした。そんな中で諦めて、介護保険を使うしかなくなった原因が分かってきました。役所から本庁へ問合せもらっても、本庁は各役所の判断に委ねる。介護保険に関する決済も、各区の区長に求め

られます。これがものすごく大きなネックで、他の区と同率で取りたいため、絶対に独自の判断はできません。福祉に関しては区長も窓口の担当者もど素人で。そんな人たちが独自の判断をするということはないでしょう。65歳過ぎて介護保険を使わずに障害者の制度で生活をしている名古屋市外の知人は、愛知県の福祉課と闘ったらしいです。

適度に大きい行政単位だと、担当者も行政の中では福祉情勢の認識が深いので、いざ分からなければ厚労省に問合せてもらい、厚労省からは「障害者本人の理解を得ていないと、介護保険を使わせない」という文言が入っているから、「本人が理解してない」と言えば、介護保険を使わなくても何とかその人を生かせる方法を編み出します。実際に東京周辺の



町田や八王子は、障害者運動のリーダーが住んでいることが多いことから、総合支援法だけで、65歳を過ぎて生活し

ている人がいるということが分かりました。もう一つ、名古屋市内でも65歳を過ぎて、総合支援法だけで暮らしているケースが、何例かあります。例えば、視覚障害者の人のガイドヘルプサービス。それは介護保険にないサービスだからです。

何はなくともケアマネさん

詩子: 私が何度も介護保険を拒否するので、のちに介護保険課の担当者に「介護保険の話なので、信頼できるケアマネをよこしてくれ」と言われ、私への対応をほとんどしなくなりました。ケアマネをよこしてくれという理由は、総合支援法の中にはセルフケアマネジメント（自分で申請して、自分で時間を計画して出す）という制度があります。介護保険でもケアプランを自分で作成する制度はありますが…。

ケアマネさんが使用する書類とまったく同じものを毎月提出して、給付管理をする必要があります。実際に利用するのはとても難しいので、



末だに広がりません。となれば、ケアマネの介護プランが必要になるので、窓口はケアマネさんでなければ相手にしません。私が介護保険を使うしかないと覚悟した最大の理由の一つです。

もう一つ、ダメだと思ったのは、2ヶ月間という総合支援法の枠は確保しても、役所とのやりとりで回答を待っていると、2ヶ月なんてあっという間です。介助を受けるのは私だから、私が生きるか死ぬかになれば担当者も焦るだろうけど、そういう緊急事態にならないと行政は責任がないので、のんびりと回答を出してくる。またその回答に不服だと言っても不服審査会にかけ、最高60日以内に回答が来て、またそれに不服があったら行政との裁判にかかる。こうして延々と時間がかかります。その間、私の生活は宙ぶらりんになり、先の見通しが全然立たない。仕方ないから介護保険を使うか…と覚悟しました。諦めて介護保険を使うことに決め、介護保険の認定を受けると、ケアマネという存在がとても重要になってきました。

最近私はお風呂に入るのに大変リスクが高いんです。お風呂は毎日入らないと、足の血行が悪くてうっ血(*2)してしまうからです。浴槽に入る時は電動リフトを使っていますが、小さい頃から何度もお風呂でおぼれた経験があるので危険を感じ、そろそろ介助者に付いてもらわないとやばいと思いました。それで介護保険の枠を全部、入浴介助に使うようにプランを組んでもらいました。この状況を計算してみると、夜間に1.5時間として30日で使い切ります。料金プランとしては3万

円弱で収まるように計算をしてもらって、介護保険を使い、それ以外の介助の時間は、今までの重訪の時間（1日8時間）がどうしても必要と言ってケアマネに申請してもらいました。そしたら今度は、やっかいなオバサンという感じで「毎日お風呂に入る必要があるんですか？」と屁理屈を言ってきたので、私は「あんたは入らないんですか？汚いですね。」というやりとりになりました。今、日本人が毎日お風呂に入ることは特に贅沢ではないですよ。ましてや私は血行が悪くて、寝る前にどうしても足をあたためてうっ血を取らないと、足が真っ青になって2年くらいは治りません。だから「どうし

ても毎日入ると言って下さい」とケアマネに伝えました。入浴時間を介護保険で使い切るプランで通してもらい、重訪で今まで使っていた時間を確保しても

らうのに、ケアマネは相当大変だったはずですよ。でも、そのプランを作ってくれたケアマネがいたから、今の私の生活が成り立っています。

このことから、「介護保険の認定と障害支援区分の認定には差がある」、「ケアマネの優秀さ加減、交渉力がとても重要」この2つのことが分かってきました。

＊2 うっ血：局所の静脈や毛細血管の血液の流れが悪くなり、血液が溜まって青黒く見えるのがうっ血です。疲労した時などに、皮膚の薄い目の下にクマとして現れます。



まちの思い: この窓口の担当者が年取って介護保険を利用する時に「お風呂は毎日入りますか？」ってきかれたら、どう思うんだろうね…

障害支援区分と要介護状態区分

詩子: 障害支援区分と要介護区分の差はなぜ出てくるのでしょうか？

障害支援区分は「地域で何とか生きていきたい」という思いで、40年ほど前から命懸けで障害当事者運動をし続けてできたものです。一方で要介護状態区分は、当事者運動からできたものではありません。年寄りになってからは運動はしない、というかできない。当事者は認知症や寝たきりになり、運動するか、そういう意欲がなくなり、介護が必要だと周りの力でできてきた。もしくは行政が上

から作ってきた制度だから、介護保険制度だけで生きていくのは不可能に近いです。

介護保険は、その枠内でシステムを回さなければならないから、介護量をできるだけ抑えてきます。「介護すれば

する程、本人が動けなくなるから、できるだけ自分でやりなさい」という判断基準が、その判定員に染みついている。判定の項目も、介護保険では自助具やリフトを使ったり、補助具を使って行うことは「できる」になる。障害支援区分では、身体から見ると、補助を使うのは「できない」ことになる。この差で私は障害支援区分6と介護保険の区分3に分かれていきます。

ただ、介護保険の区分は私の状況からすると低いと思うけれど、低くて良いこともあります。私が、1.5時間、30日使うと、1割負担でも1ヶ月3万円くらいになり、とても大変。要介護の区分が大きくなるほど、時間枠が大きくなるので自己負担額が高くなります。だから区分は低く見積もられた方が良いでしょう。名古屋市では高額介護サービス費(*3)の場合1/2で、利用者負担額が大体3万円の場合、1万5千円ほどを私が負担すれば、後は補助してくれます。これが3万円、4万

円負担するとなれば、普通の生活をしていたらとても払えません。ということで、介護保険と障害支援区分の差があるということは、むしろありがたいと思っています。

＊3 高額介護サービス費

同一世帯の利用者が支払った1ヶ月ごとの利用者負担（1割分）の合計が一定の上限をこえるときは、申請により高額介護サービス費としてそのこえた額が支給されます。

ただし、次の負担は高額介護サービス費の対象となりません。

- 1.福祉用具購入や住宅改修にかかる負担
- 2.施設における居住費（短期入所の場合は滞在費）および食費

3.理美容代などの日常生活に要する実費

4.生活援助型配食サービスにかかる負担等

なお、低所得の方に対しては、高額介護サービス費の対象となる利用者負担（1割分）の上限が低く設定され、負担が軽減されます。また、各自治体によっても上限額が異なります。

お話の途中でですが・・・

まち: 講義はまだまだ続きますが、ここらで一段落つけましょう。これまでのお話をまとめてみると、介護保険を利用する方は認知症や寝たきりの方が多く、詩子さんのように街中を電動車いすで暴走するような65歳以上の方はまだまだ少ない。だから窓口のお役人さんは元気な利用者には免疫がないので、行政のマニュアル通りに事を押しつけてきます。免疫がないので仕方ないのだけど、利用者本人とではなく、ケアマネさんと利用者の生活を決めていくのはやはりおかしいと思います。う～ん、死ぬまで当事者運動を頑張らなきゃあいかんのかな…

次回は詩子さんより、介護保険を利用する前に、是非とも準備して欲しいことや、今後は当事者の運動体としてどのように対策を考えればよいかを書きます。どうぞお楽しみに。



絶版と復刻のあいだ

堤 剋喜

『文章から見た国文法』確かそんなタイトルの副教材があった。
 国語の教科書の3分の1くらいの厚さ、というか重さだった覚えがある。
 教科書は学年ごとに変わったけれど、この文法書の方は中学校の3年間使った。
 文法を説明するには例文が要る。なぜか、小学校6年生の教科書に載っていた、
 『最後の授業』からの引用が多かった。1行の引用でも、場合によっては作品全体を
 思い起こさせる効果があることを体感した。
 (自分の母語なら、文法を仰々しく習わなくても話せるし、相手が口語体の文章なら、
 意味が分からないのは大概、文法云々より、漢字の読みや単語の意味を知らないからだ。
 教科書に掲載されている作品の読解だけで手一杯で、文法だけを特別に取り上げることを避ける
 学校もあると聞いた。
 学校間格差というやつだろうが、わざわざ文法の副教材を保護者に買わせたあたりは、たぶん受験対策。
 そのあたりを考慮してか、高校1年生の4月中、現代国語の授業は、文法の復習・補習だった。
 口語文法の勉強が役に立ったと思えたのは2年あまり後。
 初期のワープロ専用機は、今の連文節かな漢字変換とは違って、いわば単文節変換。
 文節とか自立語を意識してかからないと、変換キーを押すタイミングが遅れて、誤変換を起こし、
 入力文字列は合っている、結局、打ち直す羽目になった。)

机上のスペースの関係で、進級するごとに古い教科書は押し入れに放り込まれる。
 中学生になってから、小学校の教科書を見ようとしても、相当面倒。
 本棚の取り出し可能な位置に、兄たちが使った児童文学全集が詰め込んであった。
 その中の1冊に『さいごの授業』が載っていたお陰で、ドーテの短編集『月曜物語』の1編だと知った。
 文体の違いは訳者の選択と、編集者の翻案のためだろう。
 まあ、読者が理解しやすいように、作品に手を加えたり、書き換えるわけだから、
 子ども向けの翻案は、翻訳に近い行為かもしれない。

高校2年生の夏から初秋にかけて、『月曜物語』と『風車小屋便り』を通学鞆に入れていた。
 短編集ゆえ電車の中や待ち時間に読んでも、きりがつけやすい。
 家でほとんど開かないまま、とにかく読み切れたが、2冊とも本自体は原形をとどめず、
 本棚を飾る状態ではなくなっていた。
 (引っ越しの時に捨ててしまった。落ち着いたら買い直すつもりで。)
 「ところで、『最後の授業』に出てくる人たちは何語で話していたの？」
 と高校の同級生に尋ねられ、小学校ではどう習ったんだろうとやや当惑しながら、
 知っていた範囲というか、これが答えだと思っていたとおりに、
 「ドイツ語だろうね。あの人たちはドイツ語を話すフランス人ということ。」と答えた覚えがある。
 「ドイツ語の中のアルザス方言」あるいは「アルザス語」の方が正解に近そう。



2冊とも絶版という検索結果。『月曜物語』は古書店から手に入れた。
 『風車小屋便り』は、復刻されたものを店頭で見つけた。
 もたついているうちに、『消えた＜最後の授業＞』という書名に行き着いた。
 国語教材として1つの短編小説がたどった道を概説した本。普通なら読まない。
 幸か不幸か、僕自身は国語の時間に習ったことはない。(水疱瘡とおたふく風邪にかかり、
 休んでいるうちにこの単元が、テストも含めて終わってしまっていた。病み上がりで、
 体育の時間を教室で過ごす。『最後の授業』を読んだのは、勉強としてではなくて、
 半ば暇つぶし。ほかの本でもよかった。それでも引き込まれたのは作者と訳者の筆力)
 書名から内容は察しがついたものの、遅ればせながらの補習授業として一読してみた。

「公用語を話せない辺境地域の住民に文法から教えるべく」フランス政府によって派遣された
 先生は、赴任地がプロシア領になったため、本土へ帰還する。その去り際の授業。
 アルザスを舞台にしながら、アルザス住民の郷土愛や独自性の尊重を説くのではなく、
 フランスとフランス語を賛美しつつ、パリにいる読者のナショナリズムに訴える形で、物語は終わる。

言語政策と戦争、近現代史、文筆家は読者の支持を得るために事実と矛盾することも描いてしまう。
 中央と地方の力関係など教えるににくい要素が絡む。どれもいずれは知っておくべき事だ。
 でも、国語の1単元で全部盛り込むのは無理。ということで、日本の教科書に載らなくなった。
 元々フィクションなのだからと開き直り、国名や地名、年代をすべて架空のものに変えてしまう、
 そんな翻案がなされていたら、まだ教科書に残っていたかも、とも思う。
 独仏双方から同化政策を受けて、多くのアルザスの人たちはバイリンガルになった。
 アルザス語の保存運動も行われているそうだ。裏返せばアルザス語は絶滅危惧言語。
 かつて、石炭と鉄鉱石の産地を巡る争奪が繰り返されたドイツとフランスの国境線
 今は、フランス国内の原発からドイツの工業地帯に伸びる送電線がまたがる。

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。消費税値上げで何か物を買うにも考えてしまいますね。国内ではホテルや航空運賃、お土産代などが今までより少し高くなりましたが、海外旅行には消費税は関係ないことをご存知でしょうか？



さて、個人的に旅行したオーストラリアのアデレードについて報告いたします。アデレード在住の姪っ子が結婚式を挙げるので参加するためです。現地のテレビでは、アデレードの気温は 43℃と報道されていましたが、実際には湿度が低いのでそれほど暑いとは感じませんでした。

オーストラリアまでの飛行機

現在は名古屋からオーストラリアへの直行便はないため、できるだけ乗り換え回数を少なくして時間に正確な航空会社をと考えていました。格安のジェットスターでは、万一遅れたり欠航になった場合の保証がないため問題外。ということで、アデレードまでの路線を持っているキャセイ航空とシンガポール航空2社を選びました。キャセイ航空は中部空港から1日3便のフライトなので、夕方出発で香港乗換えアデレードへ朝到着です。シンガポール航空は中部空港を朝出発して午後4時シンガポール到着、それから23時になるまでかなりの乗継時間があります。考えているうちにキャセイ航空の安いチケットが売り切れとなり慌ててシンガポール航空を予約しました。空港でボーっと待っているのはもったいないので、家族を連れてシンガポール観光も楽しみました。

アデレード空港

最近新しくなったアデレード空港の建物はガラスを多く採用した明るい建物で機能的でした。大都市のシドニーやメルボルンのように大きな空港ではないので入国審査も早く、わかりやすい空港

です。設備的にも車椅子で利用できるトイレがいくつかあり、飛行機を降りたときから係員のサポートを受けて迷うことなく入国審査、手荷物受け取りができます。

この国は食べ物の持ち込みには特

に厳しい検査があります。インスタントラーメンやお菓子類を持ち込む場合には、税関申告書に持っているというチェックをしておきます。係員がチェックしてOKならそのまま持ち込むことが可能です。

コアラ抱っこ

旅行会社のパンフレットでコアラを抱っこした写真をご覧になられた方が多いことでしょう。しかし、オーストラリアのいくつかの州ではコアラ抱っこが禁止されています。アデレードがあるサウスオーストラリア州は抱っこができます。今回はアデレード郊外の動物園でコアラ抱っこをしました。添乗員の仕事で出かけてもスーツを着ているときは抱っこをしません。コアラってお尻が汚いのです。緑色の糞がべっちょりと付いてしまうときもあります。今回はプライベート旅行のため、汚れてもいい服を着ているので思い切り観光客に



新しくなったアデレード空港。
明るくて機能的です。

なりきって抱っこしました。やっぱりかわいいです。いつものんびりしているコアラですが、山火事になると時速 40 キロくらいで走って逃げらしいです。きっと必死の顔つきで走るのでしょうね。コアラにはお気の毒ですが想像すると笑ってしまいます。

この動物園は市内から 40 分ほど離れた山の中にあり、園内は坂道が多いので車椅子では苦労しそうです。

海岸沿いの雰囲気

アデレードには市民が気軽に集うビーチがあります。週末ともなると多くの人が海水浴に訪れています。日本とは季節が逆となり、2月は夏。夕刻にビーチサイドを散歩してみると、まだ泳いでいる人たちも。

ビーチロードは歩行者専用となっており、車椅子の方やベビーカーを押して散歩をしている人がいました。ここには自動ドアの個室公衆トイレがあります。もちろん車椅子対応もあり内部も広くなっていました。

海岸沿いにはホテルやレンタルアパートメントが多く、子どもが遊べる室内プール施設もあります。土曜日だったこの日は、どこのレストランも満席で行列ができていました。オーストラリアといえばシーフード・プッターという料理が有名です。早速注文しようとしたのですが量が多いのでは？という心配があった為に、まず一皿を注文しました。しばらくして大盛りの牡蠣や白身魚のフライが来ました。3人で一皿を食べ、まだいけそうと違う料理を注文しましたが、こちらも同じようなフライが多く、飽きてしまいました。



名物のシーフードプッター。
生牡蠣、ホタテ、ムール貝、イカ、
白身魚などの盛り合わせです。

日中は気温 40℃

となりますが、木陰に入ると涼しく、夜は暑さを感じません。夕方からの散歩は気持ちよくブラブラできる環境です。ビーチ沿いのレンタルアパートメントで2泊しましたが、ここのオーナーの娘さんがかわいがっている猫が部屋の前に遊びに来て、オーナーから「餌をやっといてくれ。」とキャットフードの箱を渡され、滞在中は私が猫のお世話をしていました。名前はドルフィンといいます。ここを離れるときに、ドイツから来たというカップルが隣の部屋にチェックインしてきたので、女性に餌を渡して猫の世話を頼んでチェックアウトしました。



ビーチ沿いのレンタルアパートメントにいる猫ドルフィン。
名前を呼ぶとすぐに寄ってきました。

町の雰囲気

オーストラリアで5番目に大きな都市ですが、中心部から一歩離れるとガラリと雰囲気が変わります。

ドイツの町並みを再現した通りがある場所では、ドイツ料理でソーセージの盛り合わせが大人気でした。韓国からのツアー客が昼食で団体利用していましたが、皆さんソーセージの大きさに大騒ぎです。私たちもあれこれ注文して満腹になりました。ここでも1泊しましたので早朝に散歩してみたら、静かな雰囲気で観光にはもってこいの場所でした。通りから徒歩 10 分くらいの場所に日本人オーナーが所有する建物があり「土の宿」として残っています。



土の宿 敷地入口の看板

す。現在は誰も使っていないのですが、オーナーは介護の研修センターとして使いたいという

希望があり、設備は車椅子対応となっており、庭は果物が収穫できて使わないのがもったいないと感じました。姪っ子夫婦は2年ほどここに住んでいたもので、結婚披露パーティーはこの場所と建物を借りておこないませんでした。バーベキュー設備も整っていて50人ほどが集まっても十分な広さがありました。車で少し走るとワイナリーも多く、観光に訪れる人たちが多いという意味がわかりました。



なんとなく日本風の建物の「土の宿」



オーナーは車椅子生活の方なので、土の宿内部は車椅子用設備が整っています。

日本からのオーストラリア旅行というと、ケアンズ、ゴールドコースト、シドニーが圧倒的に多いですがアデレードはこじんまりとまとまった都市でお勧めできる場所です。町の中心部から最新の低床式トラムが走っており、車椅子のまま乗車することが可能です。海岸まで路線があり町から20分ほどで到着できるので気軽にお出かけできます。

アデレード在住の日本人は、思ったより多くいらっしゃいます。マーケットやスーパーで日本語が聞こえてくることに何度も出くわして驚きました。

オーストラリアはこれから季節が冬に向かいます。日本のように大雪が降ったりすることはほとんどなく、旅行には年中適していると言えるでしょう。暑いのが苦手な人は6月～9月にお出かけなさることをお勧めいたします。昼間は半そでで過ごしている人もいます。夜は気温が5℃ほどになりますが日本の気候と比べたらやっぱりオーストラリアに軍配があがるでしょう。



通りにあったモニュメント。地面からによっきり生えた両足。

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18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

チクトラベル ハートTOハート**一足早い夏体験、沖縄3日間の旅**

期 間：6月20日（金）～22日（日）
 料 金：中部空港発 お一人
 148,000円（2名1室）
 出発地：東京・名古屋・大阪
 ポイント：ホテルは使いやすいお部屋をご用意。

函館の夜景を楽しむ道南・道央4日間

期 間：6月24日（火）～27日（金）
 料 金：中部空港発 お一人
 178,000円（2名1室）
 出発地：日本各地より可能
 ポイント：函館の夜景見学も取り入れた
 ツアーです。

気軽に楽しむ小樽・札幌3日間

期 間：7月11日（金）～13日（日）
 料 金：中部空港発 お一人
 132,000円（2名1室）
 出発地：日本各地より可能
 ポイント：土日を含んで仕事のある人も
 参加しやすい日程です。

バリアフリーホテルに泊まる道東・知床4日間

期 間：7月24日（木）～27日（日）
 料 金：中部空港発 お一人
 152,000円（2名1室）
 出発地：日本各地より可能
 ポイント：使いやすさと雰囲気好評の
 バリアフリーホテルです。

納沙布岬へ行こう！道東の4日間の旅

期 間：8月15日（金）～18日（月）
 料 金：中部空港発 お一人
 152,000円（2名1室）
 出発地：日本各地より可能
 ポイント：リフト付き車両を利用したの
 観光です。

ラスベガスで世界最大の観覧車に乗ろう！

期 間：9月22日（月）～27日（土）
 料 金：後日発表
 出発地：成田・中部・関空
 ポイント：世界最大の観覧車体験チケットも
 付いています。

<いつでも出発可能！個人旅行やグループ旅行>

皆様の希望を取り入れた独自のコース設定が可能です

※営業の松本がお近くまでお邪魔することも可能です。
 旅のプランのアドバイスから旅行に持っていくと便
 利なものまでお教えします。お気軽にどうぞ。

☆福祉車両で石垣島を旅しよう☆

石垣島で福祉車両を使って観光をします。新しく
 なった石垣空港、ホテルはバリアフリールームを
 ご用意します。

☆友人・家族と行く北海道☆

旅の話がまとまったら、いつでも出発可能です。
 もちろん福祉タクシーの準備もいたします。

☆バリ島でのんびり・ゆったり☆

ご希望の方はリフト車両もご用意いたします。ホ
 テルの庭でのんびり過ごしたり、エステを楽しん
 だりと気分転換にはもってこいの島です。

■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)チクトラベルセンター 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

あいち旅サポートセンター



あいち旅サポーターです。春うららぽかぽか陽気に誘われてどこかにお出かけしたくなりますね。

そこで今日は、現在話題の「浜名湖花博 2014」のご紹介です。花と緑のオーケストラ～水辺で奏でる未来の暮らし～をテーマとし、浜名湖近辺の「はままつフラワーパーク会場」と「浜名湖ガーデンパーク会場」の2ヶ所で開催されています。「はままつフラワーパーク会場」では 3000 種の植物が描く美しい風景や季節ごとに展示が変わる大温室や、音楽に合わせて水が踊る大噴水ショー、汽車型園内バスのフラワートレイン等が楽しめます。

***** 浜名湖花博 2014 *****

開催日：2014 年 6 月 15 日（日）まで



「浜名湖ガーデンパーク会場」では湖畔の美しい自然が楽しめます。園内には高さ 50m の展望塔をはじめ花と緑が織り成す彩の空間「花の美術館」や東西に伸びる水路を運行する「遊覧船クルーズ」などの施設があり、子供からお年寄りまで誰もが楽しめます。

《各種入場料》

普通入場券（共通券）・・・ 大人 800 円
【いずれかの会場に 1 回入場できる券】

セット入場券・・・ 大人 1,400 円
【両会場に 1 回ずつ入場できる券】
（異なる日の入場ができます）

2会場全期間入場券・・・ 大人 4,000 円
【開催期間中、両会場で入退場自由な券】

特別割引入場券・・・ 大人 400 円
（身体障害者手帳等を所持する方及びその介護者）

旅サポーターと一緒にでかけてみよう！

< モデルプランの特徴 >

- ◎ヘルパー資格を持った旅サポーターが同行します。
- ◎車いすでご参加いただけます。
- ◎1名様から参加可能！
- ◎公共交通機関を利用します。
- ◎バリアフリーに配慮した行程でご案内いたします。
- ◎期間中、都合の良い出発日を選んでいただけます。
- お時間はご希望に合わせて調整します。
- ◎ご家族、ご夫婦など、介助の必要のない同伴者様も追加料金にてご参加いただけます。
- ◎ご自宅や最寄り駅へのお迎えも可能です。
（別途交通費必要）
- ◎各コースとも休憩タイム（飲物付）を設けています。

モデルコース1 ◇日帰りの京都散策◇

名古屋駅	⇒⇒⇒	京都駅	
8:00		(新幹線)	(地下鉄)
二条城・八坂神社・祇園・川原町・錦市場散策等 ...			
.....	京都駅	⇒⇒⇒	名古屋駅
	(地下鉄)	(新幹線)	18:00

- < 利用交通機関 > JR（新幹線）
- < 出発日 > 6/30 までの毎日
- < 旅行代金 > 53,800 円（お一人様）
- < 旅行代金に含まれるもの > 行程中の交通費、入場料、昼食代、旅サポーター同行費用
- < 同伴者追加料金 > 17,800 円（ご同伴 1 名様につき）

モデルコース2 ◇日帰りの東京散策◇

名古屋駅	⇒⇒⇒	東京駅	
8:00		(新幹線)	(地下鉄)
浅草・隅田川ライン ～～ お台場・銀座等散策 ...			
(乗船)			
.....	東京駅	⇒⇒⇒	名古屋駅
	(地下鉄)	(新幹線)	22:00

- < 利用交通機関 > JR（新幹線）
- < 出発日 > 6/30 までの毎日
- < 旅行代金 > 79,800 円（お一人様）
- < 旅行代金に含まれるもの > 行程中の交通費、入場料、乗船料、旅サポーター同行費用
- < 同伴者追加料金 > 28,600 円（ご同伴 1 名様につき）
- ※入場施設の休館日により行程が変わります。
- ※詳しくはお問合せください。

あいち旅サポートセンター

TEL (052)582-2164

e-mail : tabisupport@mwt.co.jp

（受付時間：9:00～18:00 土・日・祝日は休業）

〒450-8577 名古屋市中村区名駅南2-14-19
住友生命名古屋ビル3F

名鉄観光サービス株式会社

観光庁長官登録旅行業第55号 日本旅行業協会正会員

福祉用具のリサイクル情報（14/4/15 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！

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

- ・1 モーターベッド（HR-N1 フラットベッド） H.11 年購入
- ・2 モーターベッド（キューマアウラ パラマウント） 不明
- ・マットレス（118×200×6）cm 不明
- ・介助バー（マルチ移動支援バー） 不明
- ・オーバーテーブル
（KQ623 用 パラマウントベッド） 14 年使用

★移動用品

- ・介助用車いす（リクライニング、40 cm 幅、
肘掛け取り外し、ヘッドサポート付） 1 年使用
- ・杖（ロフトストランドクラッチ、アンバーステッキ、
折り畳み杖、松葉杖、曲り杖、四点杖） 展示品
- ・シルバーカー（ティンダラス 幸和製作所） 5～6 回使用
- ・リフト（つるべ モリト） 8 年使用

★入浴用品

- ・シャワーストूल（壁取付け型） 展示品
- ・入浴用チェア（背もたれあり メーカー不明）
2.5 年使用

★トイレ用品

- ・ポータブルトイレ〔木製〕
（座楽 シャワポットLS-H ひび掛け昇降タイプ パナソニック）
¥50,000 未使用
（メーカー不明） 不明
- ・ポータブルトイレ〔プラスチック製〕
（メーカー不明） 10 年前購入

★その他

- ・足浴器（冷えとり君ニュースーパーマイコン）
応相談 4 年使用
- ・Vステップ（靴）中敷き 27 cm 左
- ・Vステップ O5（24 cm 3E ワインレッド） 未使用
- ・杖ゴム（杖先直径 15mm・18mm に適応）
- ・音声電子体温計（MC-217V オムロン） 展示品
- ・おしらせらんぷ BA-O3S
（光と振動によるお知らせシステム） 展示品

- ・触読用ものさし 展示品
- ・点字器（6 行×32 マス） 展示品
- ・盲人用小銭入れ 展示品
- ・軽失禁用パンツ（男性用、女性用） 展示品
- ・くつ下（22～24 cm） 展示品

譲って欲しい！

★ベッド、床周り品

- ・1、2、3 各モーターベッド
- ・各マット（除圧、体位分散、エア、口ホ）
- ・ベッドテーブル

★移動用品

- ・各車いす
（手動、介助用、リクライニング、電動、簡易電動）
- ・電動三輪、四輪車
- ・子供用車いす、バギー、PCW
- ・JW1 か JW2 のバッテリー
- ・マイリフティ・つるべ床走行式リフト
- ・シルバーカー・歩行器（馬蹄型）、歩行車

★入浴用品

- ・入浴用車いす（安楽キャリーBタイプ）
- ・入浴用チェア・バスリフト・バスボード

★その他

- ・スロープ（折りたたみ）2M、2.5、3M
- ・各クッション（車いす用、口ホ）
- ・車いす用レインコート・車いす用体重計
- ・紙おむつ、失禁予防パンツ・防水シート
- ・車用つり革・介護テーブル

「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>

なごや福祉用具普及協議会代表事業者

（株）メディケア リサイクル相談事業部

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

読者のこえ

CPは難聴になりやすい！？

Yさんより

私は、CPで難聴です。CPは難聴になりやすいのではないかと思い、かかりつけの医師に訊いてみましたが、そのようなことはないと言われました。一方、国立障害者リハビリテーションセンターの研究ではCPの3割が難聴に発症するという報告があります。本当はどうなのでしょう。私は難聴なので補聴器を使っていますが、聴覚で手帳がもらえるほどではないので、補助が下りず40万円の補聴器を自費で購入したので、矛盾を感じています。

》》》 いつも福祉情報誌をご購読いただき、ありがとうございます。僕もCPで難聴ですが、初耳です。補助金制度は、自治体によって内容が異なりますが、僕の場合、名古屋市の補助金制度を使って耳型の補聴器を購入しています。更新の期間は6年です。身障手帳の等級認定が次のよ

うな場合に制度が使えます。ただしポケット型、耳型でしか認められません。

- ・70デシベル以上の音しか聞き取れない、重度・高度難聴者…購入費の大半が支給。
- ・40デシベル以上70デシベル未満の中軽度難聴者…普通の声が聞き取れる程度の難聴として支援制度がありません。

身障手帳が下りるのも同じです。

また、名古屋市では中軽度難聴児のための補助金制度があります。2013年度から始まっています。他の市も独自に補助金制度を使っている所もありますので、詳しくは、各自治体までお問い合わせ下さい。

僕の本音としては、耳穴型がほしいです。しかし制度では認められないので、自腹で買うことになります…。



いろいろ情報

ひかり鍼灸院 東洋医学豆知識

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！

今回は体の質問コーナーです。”脳梗塞の後遺症で、車イスに長く座っていることが多く、足先がむくんで困っています。何かいい方法はありますか？”この質問は、毎年多くの方が、同様の件で当院に問い合わせがあります。東洋医学での治療法では、足先にある太衝（たいしょう）と太谿（たいけい）というツボに千年灸をします。このツボには、足の動脈（後脛骨動脈）があるところです。次に、足首を20～30回前後の運動を行います。1ヶ月位続けていくうちに、少しずつむくみ（浮腫）が軽減していくのがわかるようになります。希に、内臓疾患によりむくみが出ることがありますので、注意が必要です。医師に相談すること、念頭に入れておいて下さい。

当院を利用される方は、関節拘縮や麻痺のある方が対象です。詳しくは「ひかり鍼灸院」と検索して下さい。

緑区 ひかり鍼灸院

検索

ゴールデンウィークお出かけ特集 ～展望台特集～

今年もゴールデンウィークお出かけ特集をお届けします。今回は、365度どこからでも展望できる場所をピックアップしました。

【あべのハルカス（大阪）】

近畿日本鉄道が建設した高さ日本一のビルが3月7日に全面オープンしました。既に営業している近鉄百貨店の本店に加え、展望台「ハルカス300」や大阪マリOTT都ホテルがオープンし、美術館もお披露目。多様な施設が縦に並ぶ「立体都市」と謳っています。高さ300メートルで、296メートルの横浜ランドマークタワー（横浜市）を抜いて日本一。展望台からは、天気が良ければ明石海峡大橋や京都タワーを一望できます。

所在地：大阪市阿倍野区阿倍野筋 1-1-43

営業時間：5月6日まで 8:30～22:00

5月7日から 10:00～22:00

※当日券の最終受付は21:20。混雑状況によって整理券を配布する場合あり。

入場料：大人（18歳以上）…1,500円

中高生（12～17歳）…1,200円

小学生（6～11 歳）…700 円

幼児（4 歳以上）…500 円

※日時指定券は、各料金に+500 円

※一般団体と学校団体向け料金設定あり

※障害者手帳の提示で、本人とその
同伴者 1 名は割引あり

バリアフリー：車いす優先（特定時
間は専用）エレベータ／車
いすトイレ／車いす貸出

飲食売店：58 階にカフェレストラン、
59 階に売店、その他同ビルに多数
あり



アクセス（電車）：

- ①近鉄南大阪線「大阪阿部野橋駅」
 - ②JR大阪環状線／関西本線（大和路線）／阪和線「天王寺駅」
 - ③地下鉄御堂筋線／谷町線「天王寺駅」
 - ④阪堺電車上町線「天王寺駅前」（路面電車）
- ※いずれの駅からもアクセスが便利

アクセス（バス）：

- ①大阪市営バス「あべの橋」停
- ②あべの・上本町循環バス「あべのハルカス」停

駐車場：近鉄パーキングビル・近鉄南駐車場

※当館へお越しの際は、できるだけ公共交通機関
をご利用ください。

問い合わせ先：ハルカス 300

TEL：06-6621-0300

あべのハルカス

検索

【空中庭園展望台（大阪）】

世界的にも珍しい建築形態の連結超高層ビル（梅田スカイビル）の連結部にあり、40 階の屋内展望台と 360 度開放型屋上展望台で構成されています。大阪平野や六甲山系をはじめ、晴れた日には遠くの淡路島までも一望でき、地上 173m の高さから、360 度の視界を楽しめるのが最大の魅力。都市の 173m 上空で外気に触れる体験もできます。

所在地：大阪市北区大淀中 1-1-88

梅田スカイビル 39F・40F・屋上

営業時間：10:00～22:30（最終入場は 22:00）

入場料：大人…700 円

中高生／65 歳以上…500 円

小学生…300 円

幼児…100 円

※一般団体と学校団体向け料金設定あり

※障害者手帳の提示で、本人とその介助者 1 名
は割引あり

バリアフリー：車いすの場合、タワーイースト 1 階
より高層用エレベーターを利用（39 階からエスカ
レーターのため）／車いすトイレ／車いす貸出

飲食売店：同ビルに多数あり

アクセス（電車）：

- ①阪急「梅田」・JR「大阪」・地下鉄御堂筋線「梅田」
各駅より徒歩 10 分
- ②阪神「梅田」駅から 13 分

アクセス（車）：阪神高速道路梅田出口から約 5 分

駐車場：あり（有料）

※当館へお越しの際は、できるだけ公共交通機関
をご利用ください。

問い合わせ先：空中庭園展望台

TEL：06-6440-3855

空中庭園展望台

検索

【世界貿易センタービルディング（東京）】

1970 年 3 月にオープン。2009 年には「大人の空間」へとリニューアル。最上階 40 階、地上 152m の展望フロアからは 360 度の大パノラマを眺めることができます。朝昼そして夜景の絶景スポット、東京タワー、六本木ヒルズ、富士山、話題のスカイツリーや東京湾、お台場、東京ゲートブリッジ越しに房総半島が見渡すことができます。さらに乗り物ファンにとってうれしい、新幹線を撮影する絶好のスポットでもあります。老朽化のため、近い将来建て替えて 2024 年度にリニューアルオープンの予定です。

所在地：東京都港区浜松町二丁目 4 番 1 号

世界貿易センタービル 40 階

営業時間：10:00～20:30（最終入場は 20:00）

入場料：大人／高校生…620 円

65 歳以上…500 円

中学生／小学生…360 円

幼児…260 円

※一般団体と学校団体向け料金設定あり

※障害者手帳の提示で、本人と介助者 1 名は割
引あり

バリアフリー：車いすの場合、40 階展望回廊へはリ
フト使用のため、スタッフにお伝えください。

車いすトイレ／車いす貸出

飲食売店：同ビルに多数あり

アクセス（電車）：

- ①JR（山手線／京浜東北線）／東京モノレール「浜松町」駅と直結
- ②都営地下鉄（浅草線／大江戸線）「大門」駅と直結（B3 出口）

アクセス（バス）：

km（ケイエム）フラワーバス「浜松町」駅（浜松町バスターミナル）下車

アクセス（車）：

- ①環状線 芝公園ランプまたは汐留ランプより
- ②東京高速道路線 新橋ランプより
- ③1 号羽田線 芝浦ランプより

駐車場： 浜松町駐車場（有料）

問い合わせ先：

世界貿易センタービルディングシーサイド展望台

TEL：03-3435-6026

FAX：03-3435-6056

世界貿易センタービルディング

検索

【江ノ島シーキャンドル（神奈川県）】

湘南の海を見下ろすようにそびえ立つ「江の島シーキャンドル」は景観・自然への配慮した公共的な利用価値の追求した地球の観光振興の3つの基本コンセプトとして建てられました。ライトアップをはじめとして各種イベントも人気です。

所在地： 神奈川県藤沢市江の島 2-3-28

江の島サムエル・コッキング苑内

営業時間： 9:00～20:00（最終入場は 19:30）

入場料： 大人（中学生以上）…500 円

小人（小学生以下）…250 円

江の島サムエル・コッキング苑入苑料＋江の島シーキャンドル昇塔料）

バリアフリー： 江の島シーキャンドル（展望灯台）

はバリアフリー。但し、島内道中は非対応

飲食売店： 同施設にカフェ・そば屋・売店あり

アクセス（電車）：

①江ノ電「江ノ島」駅より徒歩 25 分

②小田急江ノ島線「片瀬江ノ島」駅より徒歩 20 分

③湖南モノレール「湖南江ノ島」駅より徒歩 27 分

アクセス（バス）：

江ノ電バス・京浜急行バス「江の島」停より徒歩8分

アクセス（車）：

東名高速道路厚木 IC より国道 134 号を江の島方面へ約 12km

駐車場： 江の島内に公共駐車場多数あり（有料）

問い合わせ先： 江ノ島電鉄株式会社

TEL：0466-24-2715

江ノ島シーキャンドル

検索

【自然体感展望台 六甲枝垂れ（兵庫県）】

山の上に立つ一本の大きな樹がコンセプトです。枝垂れをイメージさせるフレーム（枝葉）が展望台を覆っていて、その下に立つと木洩れ日のような光に包まれ、瀬戸内海の島で採れた花崗岩を積み上げ



た基礎の上には、厳選された吉野の森のヒノキだけを使った総檜葺きの標高 888m に位置する展望台です。床や壁もすべてヒノキの無垢材で仕上げられています。

雨上がりにはいっそう引き立つヒノキの香りを楽しんでみて下さい。

所在地： 神戸市灘区六甲山町五介山 1877-9

営業時間： 〈4 月～1 月中旬〉

10:00～21:00（20:30 受付終了）

〈1 月中旬～3 月〉

10:00～17:00（16:30 受付終了）

入場料： 大人（中学生以上）…300 円

小学生以下…200 円

※団体向け料金設定あり

※六甲ガーデンテラスには、六甲オルゴールミュージアム・六甲高山植物園もあり、3 施設共通券も別途販売

バリアフリー： 車いすエレベーター／車いすトイレ／車いす貸出

※展望台までは六甲ケーブルを利用。ただし、駅が階段のため、事前の連絡をおすすめします。

飲食売店： 同施設に多数あり。

アクセス（電車・バス）：

①阪急「六甲」JR「六甲道」阪神「御影」各駅～神戸市バス 16 系統で「六甲ケーブル下駅」～六甲ケーブル「六甲山上駅」～六甲山上循環バス「六甲ガーデンテラス」

②有馬温泉方面からのアクセスの場合

神鉄「有馬温泉駅」～六甲有馬ロープウェー「有馬温泉駅」～六甲有馬ロープウェーで「六甲山頂駅」より徒歩 3 分

アクセス（車）： 阪神高速魚崎 IC より約 30 分。

駐車場： あり（有料）

問い合わせ先： 六甲ガーデンテラス

TEL：078-894-2281

FAX：078-891-1171

六甲枝垂れ

検索

【茨城県庁ロビー】

茨城県庁舎は緑地に囲まれた高さ 116m の 25 階建て高層ビルで、住居・オフィスとして使用される建物としては県内随一の高さで、展望ロビーは地上 108m の位置にあり、展望スポットとして人気です。フロアの四方に窓があり、特に南北東方向がよく見えます。南は筑波山方向、北は水戸市街、高さ 100m の特徴ある形のタワーを持つ水戸芸術館や日立の山、東は大洗から遠く太平洋が望めます。また、毎年 1 月 1 日は 5:30 から初日の出観賞のために開放されています。

所在地： 茨城県水戸市笠原町 978-6

営業時間： 〈平日〉9:30～20:00（但し水金～18:45）

〈土日祝〉10:00～20:00（最終入館は 15 分前）

定休日： なし（但し設備点検のため臨時休館の場合あり）

入場料： 無料

バリアフリー：車いすトイレ／車いす貸出／補助犬同伴可
 飲食売店：カフェ・地域限定グッズ販売コーナーあり
 アクセス（電車）：JR 水戸駅・赤塚駅から直行バス
 アクセス（車）：常磐自動車道水戸 IC より約 20 分
 東関東自動車道茨城東 IC より約 15 分
 駐車場：あり（無料）
 問い合わせ先：茨城県総務部管財課
 TEL：029-301-2387

茨城県庁展望ロビー

検索

2014 ゴールデンウィークイベント情報

【志摩マリンランドのイベント】

《ガメラのえさやり》

志摩マリンランドのゴールデンウィーク特別企画として、2006（平成 18）年春に公開された映画「小さき勇者たち～ガメラ」で、ガメラの赤ちゃんとして出演したケツメリクガメにエサやり体験できます。普段はエサをあげることができないので、この機会にぜひ体験しよう！なお、本物のガメラはいません…。



開催期間：4月19日（土）～6月29日（日）
 ※期間中の開催日…土日
 ※5月6日（火）迄は毎日開催
 時間：11:00～、14:30～
 各回ともエサがなくなり次第終了
 イベント料金：ガメラに餌やり 100 円（餌1カップ）

志摩マリンランド ガメラ

検索

《春季特別展「パワースポット・黄金の魚たち」》

海水や淡水域に生息する生物の中には、色鮮やかな黄金色をしたものも多く、また色彩変異などにより、偶然にも黄金色に輝く色になるものも少なくありません。今回は、そんな開運・金運などのパワーを感じそうな魚たちを集めて紹介しています。

主な展示生物は、黄金のオニオコゼ、コガネ（黄金）キュウセン、ゴールデングラミーなどが展示されています。

開催期間：6月1日（日）まで
 時間：9:00～17:00

所在地：三重県志摩市阿児町神明賢島 723-1

入館料：大人…1,300 円 中高生…800 円
 小学生…600 円 幼児（4歳以上）…300 円
 ※障害者手帳の提示で、本人と介助者 1 名は割引あり

アクセス（電車）：近鉄志摩線賢島駅から徒歩 2 分

アクセス（車）：伊勢自動車道伊勢西 IC または伊勢 IC から県道 32 号・国道 167 号で 26km（40 分）

駐車場：あり（無料）

飲食売店：あり

バリアフリー：多目的トイレあり／車いす貸出あり／補助犬同伴可

問い合わせ先：志摩マリンランド
 TEL：0599-43-1225
 FAX：0599-43-1224

志摩マリンランド 黄金魚

検索

【サンシャイン水族館×早川いくを
 へんないきもの展 ～ナマモノ～】

ベストセラー「へんないきもの」の著者、早川いくを氏の監修による特別展。水底で歩くように動き回り、長い鼻のような頭部の突起の付け根の疑似餌で獲物を狩る「ロングノーズバットフィッシュ」、世界最大のダンゴムシの仲間、海底で他の生物の死骸を食べて生活しているため“深海の掃除屋”と呼ばれている「ダイオウグソクムシ」など、変わった生き物たちが大集合。早川の独特な語り口による解説で、まるで一冊の本を読んでいるかのように生き物たちが紹介されています。

所在地：東京都豊島区東池袋 3-1
 ワールドインポートマートビル屋上

開催日時：5月25日（日）まで
 10:00～20:00（最終入館は 19:00、
 特別展最終入場は 19:30）※月曜休館

入場料：大人（高校生以上）…2,000 円
 こども（小・中学生）…1,000 円
 幼児（4 歳以上）…700 円
 シニア（65 歳以上）…1,700 円
 〈＋イベント入場料：300 円〉

※特別展のみの入場は不可

※障害者手帳の提示で、本人と介助者 1 名は割引あり

アクセス（電車）：

- ①東京メトロ有楽町線「東池袋駅」より徒歩 3 分
- ②JR、東京メトロ、西武池袋線、東武東上線「池袋駅」より徒歩 8 分

アクセス（車）：首都高速 5 号線東池袋出入口直結
 駐車場：サンシャインパーキング（有料）

飲食売店：あり

バリアフリー：車いすトイレ／補助犬同行可／
 車いす貸出／障害者専用駐車スペース

問い合わせ先：サンシャイン水族館
 TEL：03-3989-3466

サンシャイン水族館

検索

結ばない靴紐の紹介

ひも靴を愛用しているN市N区のYさん（CPで片麻痺）から、「キャタピラン」というとても便利なグッズの紹介です。

簡単に言いますと「結ばない靴ひも」です。本来はスポーツシーン向けに開発された画期的な靴ひもですが、それに限らず様々なシーンで活用できます。片麻痺の障害者や麻痺があり靴ひもを結べない方、高齢者やお子様などにも、靴の運動性能を最大限に活かすことが可能です。靴を脱ぐシーンが多い日本人としてはとっても便利で好都合な靴ひもです。

キャタピランの特徴はなんと言っても伸縮性。ゴムひもの様に伸び縮みするので履くときに緩める必要がなく、しかもトレーニングなど激しい動きをする時にはきつく絞めることもできます。日常使用する場合の「日常モード」と、運動向けの「ランモード」の結び方があります。百聞は一見にしかず。「究極のフィット感」を体感してください。

価格：1,008円（50cm、75cmいずれも）

※品切れ御免！

問い合わせ先：株式会社ツインズ

TEL：047-449-8380

FAX：047-449-8381

Email：info@caterpyrun.com



キャタピラン

検索

消費税引き上げに関する 低所得者・子育て世帯対策について

4月からの消費税率の引上げに伴う低所得者及び子育て世帯への影響を緩和するため、臨時的な措置として、「臨時福祉給付金」及び「子育て世帯臨時特例給付金」が給付されます。申請・支給手続きについては、各自治体で準備中ですが、7月頃から順次支給が開始されるものと見込まれます。

ここでは、厚生労働省からの情報を掲載しますが、窓口申請・郵送など、各市町村によって異なりますので、詳しくは各自治体までお問い合わせ下さい。

《臨時福祉給付金》

消費税の引上げに際し、低所得の方ほど生活に必要な不可欠な食料品の消費支出の割合が高いことを踏まえ、低所得者対策として暫定的・臨時的な措置として給付金を支給するものです。詳しくは、厚生労働省ホームページ（臨時福祉給付金）（外部リンク）をご覧ください。

対象者：平成26年度分市町村民税（均等割）が課税されない方

※ただし、ご自身を扶養している方が課税される場合、生活保護制度の被保護者となっている場合は対象外

支給額：支給対象者1人につき 1万円

支給対象者で次の該当者は、5千円が加算

〔老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金、児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など〕

臨時福祉給付金

検索

《子育て世帯臨時特例給付金》

消費税の引上げに際し、子育て世帯への影響を緩和し、子育て世帯の消費の下支えを図る観点から、臨時特例的な措置として、給付金を支給するものです。詳しくは、厚生労働省ホームページ（子育て世帯臨時特例給付金）（外部リンク）をご覧ください。

対象者：平成26年1月分の児童手当（特例給付を含む。）の受給者であって、その平成25年の所得が児童手当の所得制限額に満たない方を基本とします。

※ただし、臨時福祉給付金（簡素な給付措置）の対象者及び生活保護の被保護者等は対象外です。

支給額：対象児童1人につき 1万円

子育て世帯臨時特例給付金

検索

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

Infini 障がい者就労支援センター アンフィニ学習院



就職を目指す障がいをお持ちの方を強力にサポート！

内容 パソコンスキル、コミュニケーションスキル、ビジネスマナー、職場見学・体験など

費用 個々の状況により行政にて決定。利用者の9割程度の方が、自己負担なし(0円)

資格 障がい種別は問いません ※車いすの方向けの環境になっていません

時間 月～金曜日 10:00～16:00
(週1回2時間～でも可)

定員 20名

訓練地 名古屋市千種区今池 1-9-3 西今池ビル 1F
(地下鉄10番出口より徒歩1分)

電話 052-733-9200(平日9:30～17:00)
メール infini@aozora.com

そらいろ工房

一級建築士事務所

“バリアフリー住宅”にこだわる設計事務所です。
車いす利用者の方のより良い住まいを一緒に考えます。

受賞歴

わが家のリフォームコンクール最優秀賞
あたたかな住空間デザインコンペ最優秀賞
ハウスアダプテーションコンクール佳作
愛知まちなみ建築賞

おご
気相
軽談
には
ど無
う料
ぞで
す。



☎ 466-0012

名古屋市昭和区小桜町3-11

TEL: 052-741-2907

FAX: 052-741-2760

そらいろ工房 井上義英

車いすに乗ったまま「行きたい！」をかなえる



介護タクシー ととろ

でんわ 090-9184-5515

名古屋市千種区新池町2-22-8

tel/fax 052-782-3172

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みたい、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》5月10日、17日

6月14日、28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 joho-c@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》5月17日

6月7日、21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



編集後記

毎年、年度初めの号は東海3県の特別支援学校にもお送りしていますが、本誌は特に、学校を卒業した後、自分自身の生活をどう組み立てていくかについての情報を中心に誌面づくりをしています。

自立して生活するために、行政の制度・法律など知っておかなければならない情報、生活をエンジョイするための情報などなど、お役立ち情報をいろいろ載せています。

皆さんからも、将来、こんなことが不安だとか、あんなことをやってみたいけれどどうすればよいかとか、なんでも結構です、できるだけ詳しくお答えしますので、どしどしお寄せください。待ってま〜す。



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

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

※ネット注文、入金できるようになりました。

URL: <http://fjoho.cart.fc2.com/>

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