

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12月23日(毎週火曜日)増刊 AJU通巻11628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133号

2014年12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)841-3788
E-mail: f-joho@aju-cil.com

テーマ

活

書 高橋 誠

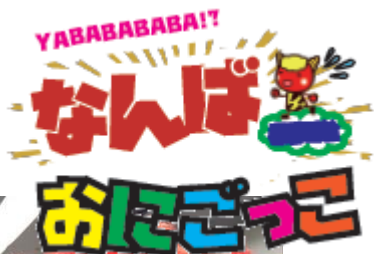


絵 川口いづみ

はじめの一步をふみだしたあなたへ

- | | |
|--|--|
| ●体験レポート
なんばおにごっこ 参加レポート……………1 | ●トラベル情報……………20
ハワイ・ホノルルの休日6日間
日本平&石垣いちご狩り……………他 |
| ●福祉用具情報
かつこええ!!車いすにのってきました。……………3 | ●グルメな調査隊 第74弾……………22
山本屋本店 |
| ●かつきのページ……………8 | ●福祉用具のリサイクル情報……………23 |
| ●災害時の障害者
医学モデルから社会モデルへ
被災地釜石の現状をどう変えていくか……………9 | ●読者のこえ・いろいろ情報……………24
ひかり鍼灸院 東洋医学豆知識
嚙下(えんげ)障害について
ウインタースポーツだよ!
車いすの人も滑れるスキー場特集
障害者スキースクール特集
あったかグッズ特集
この冬を乗り越えよう! |
| ●福祉制度情報
手話を言語に!……………12 | |
| ●旅の空から……………17 | |

他



参加レポート

こんにちは。愛知TRYの近藤です。僕は4年前にトランポリンから転落して頸椎を損傷し、日常生活で電動車いすを使用しています。

10月18日、大阪の難波で行われた「なんばおにごっこ」に僕、AJU 自立の家で働いている、木下さん、小倉さん、ウィリアム、介助者2名の計6名で参加してきました。

木下さんは、お酒が大好き。関西の団体とは関わりが深く、今回なんばおにごっこに誘ってくれたのも木下さんでした。ウィリアムは、障害者ヘルパーステーション・マイライフ岩倉で期待の若手、日本語ペラペラで酔っぱらうとめんどくさい筋ジスのブラジル人。小倉さんは背損で、アジアの障害者の支援活動をしています。一年に5〜6回もタイに訪問、活動しているすごいお方です。

愛知 TRY とは…

「差別をなくそう愛知から」をキャッチフレーズに、障害者差別解消法の啓発と街のさらなるバリアフリー化を目的に活動をしています。



大阪恒例のおにごっこ

この「おにごっこ」という企画は、梅田、新世界、あべのに引き続いて、おにごっこ企画第4弾になるそうです。僕は今までおにごっこというものを全く知りませんでしたが、木下さんは、ずっと前から存在を知っていたみたいです。木下さんは参加したいと思っていましたが、なかなか都合が合わず参加できないままでした。今回やっと参加が実現しました。

内容は、道頓堀のど真ん中を使って行います。鬼スタッフのいるポイントを見つけて回る謎解きゲームで、今回は途中、川沿いのとんぼりリバーウォーク兩岸を使った綱引き大会も行い、最後は近くの難波御堂筋ホールに集合するというもの。

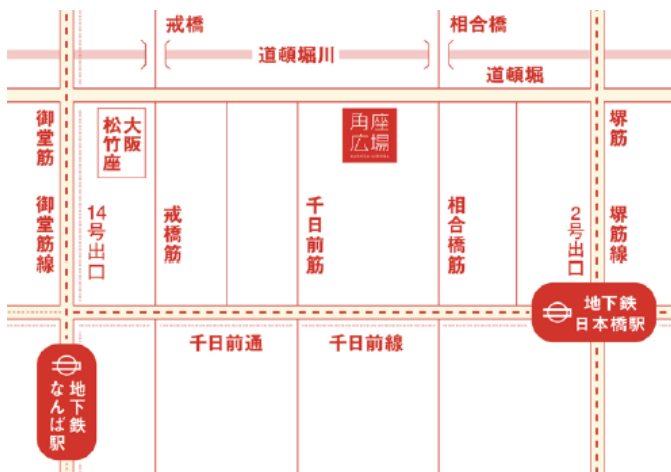
昼食は各グループで自由に取りました。当日参加者には、車いすトイレマップ、お勧めバリアフリー飲食店マップ、なんばたこ焼き全店マップが配られました。車いすトイレマップは誰でも使える公開されているものだけでなく、店舗内のお客さん専用？の車いすトイレも一軒一軒全部回って調べ上げたものらしいです。

なんばおにごっこ当日は、朝8時に名古屋駅に集合して新幹線と地下鉄で現地の難波まで行きました。大阪に着いてからの道中は、車いすの人たちがたくさんいたので、なんばおにごっこの規模の大きさが、会場に着く前にわかるほどでした。

会場に着くとそこにはたくさんの車いす利用者、おにごっこのスタッフ達、さらにこの日は土曜日だったので一般観光客もすごい人数でした。まず受付を済ませるとオープニングセレモニー会場へ誘導されました。オープニングセレモニーではスタッフによる「バリアフリーアイドルグループ CIL48 総選挙をまもれ！！」の寸劇が行われたあと、妖怪バリアーを倒すための「アイドル3種の神器」をさがしに難波の街へ繰り出しました。

いざ難波の街へ

地図を見ながら鬼スタッフのいるポイントを見



つけて、鬼から問題が出され、正解すると首からかけるリボンがもらえます。クイズはウィリアム



を中心に頑張ってもらい、昼食を挟みながら難波の街中を歩き回りました。

クイズラリー

の後には綱引き。とんぼりリバーウォークでの綱引きは前代未聞で、誰もやったことのない車いす多数参加の綱引き。途中、妖怪バリアーや悪のキングジャマーが乗った船が邪魔しに来るという設定で寸劇もあり、すごい演出だなと感心しました。

肝心の綱引きは大迫力で、車いすで綱引きってどうなるのだろうと想像もつきませんでした、始まってみたらしっかり綱引きができて、とても盛り上がり

ました。綱引きのあとは難波御堂筋ホールでのラストセ



レモニーでした。ここでは妖怪バリアーを倒す寸劇があり、無事妖怪バリアーを倒せてハッピーエンド。その後謎解きゲームの優勝者の表彰があり、記念撮影で集合写真を撮り、大イベント「なんばおにごっこ」が終わりました。

イベント終了後は打ち上げにも参加させていただきました。イベント中は他団体の人たちとゆっくり話す時間もなかったので、打ち上げではいろんな人たちとお話ができ、大阪らしくとてもワイワイした雰囲気ですごく楽しかったです。打ち上げの最後は締め挨拶もさせていただいて、本当になんばおにごっこに参加できてよかったなと思いました。

やはりすごかった関西パワー

僕は今回なんばおにごっこに参加してとても刺激を受けました。まず、人の多さ。後日発表によ

ると 412 名の参加があったそうです。そしてこの大イベントを成功させたスタッフの数も 100 名以上いたと聞きました。

大阪の団体が力を合わせて毎年作り上げている「おにごっこ」企画。障害者団体だけでなく、千日前商店街振興組合が、バリアフリーマップ作りをバックアップしてくれたり、一般市民や地元商店街も巻き込んで、みんなが力を合わせるとすごいパワーになるのだと実感し、僕自身これからもっともっと仲間を増やして、すごいパワーを出せるようになりたいと思いました。なんばおにごっこのような楽しい活動が増えれば、障害者が外に出るキッカケになるし、いろんな人と繋がり、仲間が増える。やっぱり楽しい事が一番だなと。今回なんばおにごっこで得た経験を愛知TRYの活動に活かして、愛知TRYという活動をもっともっと盛り上げていきたいです。





かっこええ！！車いすにのってきました。



江戸の日本橋で「WHILL Model A」の試乗体験

みなさ〜ん、こんにちは。もうすぐクリスマス。(´；ω；`)そしてお正月。

「あ〜あ・・・1年が早いこと、早いこと！また歳をとるんだわなあ」といいながら、あったかお鍋をつつき、やっぱりおいしいお酒を楽しんでいる“でつとまち”です。

さてさて、今回は、でっちゃんが「次世代型車いす？パーソナルモビリティ」とやらに試乗してきたということで、話をきこうと思います。

“でつとまち”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。二人とも言語障害があるのですがおしゃべりは大好きです。

なんでまたお江戸まで？

でつ:この前、東京に行ってかっこええ車いすに乗ってきたよ。これこれ。



まち:oh！かっこええがね。でも、わざわざ、東京まで行って乗ってきたの？

でつ:この車いすのことは、2年前に日曜の朝のテレビ番組の年末スペシャルで知ったんだわ。大企業を飛び出した若き技術者らが創り出した電動車いす「WHILL」。これを見たときにこんなだったら私も乗りたいと思った。こ

のときはまだ試作段階だったと思うんだけど。そんで、「WHILL」のホームページをみたり、フェイスブックで「いいね」をしていたら、今年の9月に日本でも発売。東京の日本橋三越で、試乗会があることを知って…。こりゃあ、絶対、いかないかんと思ったんだわ。

まち:でっちゃんの電動車いす（外車）、よーこわれとるもんね。

でつ:そうなんだわ。まだ4年しか経ってないのに、ここ1年の間になんべんもこわれとるでいかんわ！それに外車は、部品の取り寄せに時間がかかってまうし…やっぱり、国産でかっこええのがええね。

まち:それで、これなのね。

WHILL とは

でつ:WHILL の開発は、「100m 先のコンビニをあきらめてしまう。」1人の車いすユーザーの



声から始まったんだって…もともとは、手持ちの車いすに取り付けるだけで時速 20km までの走行を可能にする、簡単な着脱ができ、室内での取り外しも楽に行えるものを作

ろうとしていたそうだ。ホームページにも書いてあったけど「私たちが作りたいのは電動車いすではありません。車いすユーザーも、そうでない人も乗る事ができる、乗ってみたいと思える、全く新しいカテゴリーの『パーソナルモビリティ』です」なんだってさ。

まち: すごいやあ、ニュースでも「買い物難民」が 2025 年に全国で 598 万人にのぼるそう。なんでも、自宅から生鮮食料品を扱う店まで 500m 以上離れていて、さらに自動車を持たない交通手段がない 65 歳以上の人のことをいうらしく「これから 15 年で 200 万人以上増える」っていったわ。



でつ: そういう買い物に行けない人たちにもいいかもね。

まち: で、お値段は？

でつ: 今回 9 月に発売したのは、手動車いすに取り付けるものではなく、そのまま乗るタイプ『WHILL Model A』で値段は 95 万！

まち: おー、お高い！

でつ: そうだね。ちょっと高いわな。セレブなお年寄りにはいいかもね。

まち: 制度は利用できるの？

でつ: 現時点では、まだ、制度を利用して、購入した人はいないんだって。でもね、これは申請者の必要に応じて自治体の判断となるもんで、なんともいえんわ。ちなみに自治体



が参照するテクノエイド協会の TAIS コードは、取得済みなんだって。

まち: そうか、自治体ってことは、更生相談所の判断ってことか？

でつ: たぶんね！

まち: それじゃあ、でっちゃん、更生相談所に「これが、私には必要！！」とってこやあ！

でつ: そうだね。まずは、更生相談所の判定だね。よし、来年になったら、いっぺん、行ってみるわ。

まち: もしかしたら、でっちゃんが、制度を利用してのはじめて購入した人になるかもね（笑）

でつ: さてとちょっと、この『WHILL Model A』ってどんなものか説明するね…

『WHILL Model A』の3つの魅力

でつ: まずは、この前輪。24 個の小さなタイヤを組み合わせ、この小さなタイヤが横方向に動くことで、小回りがきく。おまけに、四輪駆動なんで、砂利道やでこぼこ道も OK。



まち: ほう！

でつ: ちなみに傾斜（登坂力）は 10 度、段差は、最大 7.5 センチまではいけるらしい。そんで、なんといっても、かっこええ。デザインしたのは、社長の杉江さん。日産の開発本部出身のデザイナーだったんだって。

まち: そうだね、デザインだけで「乗ってみたい」と思うもんね。

でつ: もう一つは、iPhone のアプリを使って、遠隔操作ができること。また、パワー、前進速度、前進加速度、前進減速度、後進速度という 19 種類の走行設定が iPhone でできるんだって…。なんか、自分好みのチューニングにしたいというニーズが多いそうで、100 人いれば本当に好みが 100 人違うんだってさ。

まち: 遠隔操作って…ラジコンのよ
うに手元のスマホから車いすを
動かせるってこと??



でつ: そうそう、なんか介助者が横で歩
きながら操作するのを想定してるみたいだけど…

まち: でも、歩きスマホは、危くない?

でつ: まあ、たしかに…。あと、ベッドサイドから
ベストポジションに車いすを呼び寄せること
もできそうかな。それと、乗り降りしやすい
ように座面シートを前後にスライ
ドさせる機能があるんだけど、そ
の操作もスマホから操作できる。
これもベッドなどから移るときに
は便利そう。



まち: iPhone だけでなく、タブレットでも遠隔操
作できるのかなあ?

でつ: 問い合わせしてみたところ、「Apple 社のタブ
レットであれば可能です」ということなので、
私も試しに iPad にアプリ Apple Store にて
WHILL と検索して、ダウンロードしてみた。
無料だったよ。



まち: へえ、WHILL 本体なしでも、試せるんだ。

でつ: もちろん、本体がなければ操作はできないけ
ど、最初の“WHILL BLE KEY”の入力ダイ
アログをキャンセルして、CONNECT ボタン
じゃなくて、その下の“START WITHOUT
WHILL”を選択することで一通り試してみる
ことはできたよ。ただし、表記は英語でした。
できれば日本語にしてほしいんだけど (笑)

『WHILL Model A』に乗ってみて…

まち: そんで、でっちゃん、乗ってみてどうだった?

でつ: えーっと、コントローラーはジョイスティック
タイプとマウスタイプの2種類あって、私は、
ジョイスティックタイプに乗ってみたんだ。

まち: マウスタイプってどんなの?

でつ: これこれ～



マウスタイプ

ジョイスティックタイプ

まち: うちらあ、これだと握れんわな、やっぱり、
ジョイスティックだわ。

でつ: 操作は、今使っている電動車いすと同じ。

まち: ねえ、電源スイッチって
どこにあるの?

でつ: この丸いところ。

まち: ほ～!

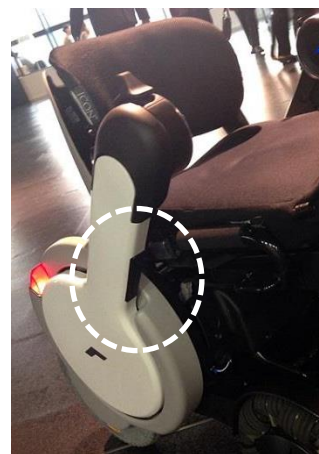


でつ: さっき、いっとった座面の前後方向スライ
ドシートはね、可動式アームの下ボタンを押
すと、電動でシートが最大 15cm 前後にスラ
イドするんだ。前輪を
避けて移動するときや、
座ったままテーブルと
の距離を調整するとき
などに使えるそう…。で



も、そのボタンの位置が押しづらいんだわ。

おまけに、前に動く
用と後ろに動く用ボ
タンが前にあるんだ
けど、これだと、前
に動くほど後ろに動
く用ボタンが遠のい
ちゃって、いっその
こと、前用と後ろ用
ボタンと逆にしたら
どうかと提案してみ
たんだわ。



まち: ほかにはなんかあった?

でつ:あっそうそう、充電するときの差込口が座面の下にあって、やりにくいこと。そして、移乗のとき持ちにくい（持つところがない）ことかな。

まち:でっちゃんのこ
とだから、そこら
辺はちゃんと要
望してきたんだ
よね。

でつ:うん、私が使いづ
らいと思うところ
ろ（改良点）は、伝えてきたよ。その場で、
充電の差し込み位置は、すぐには無理という
答えが返ってきましたが…。あと、その場で
私が、「雨に濡れても大丈夫ですか」と質問し
たら「はい。座面のクッション以外なら、水
洗いができます」だってさ。

まち:でっちゃんの今乗ってる車いす、雨の日にな
んべんも止まってるもんなあ。

でつ:「水洗い可能」は、うれしいかも。

まち:で、乗り心地はどうなの？

でつ:シートクッションや背もたれは、ユーザーの
体型に合わせて複数
のサイズから選択で
きるって言った。で
も、私みたいに座っ
とるときに身体が揺
れる人にとっては、横
のアームレスト(肘掛
け)が、ついてないの
はきついな？なんかアームレストは、オブ
ションで取り付けれるらしいけどね。そん
だで、「座位保持装置の取り付け」のことと「名
古屋に取り扱ってくれる業者はあるかど
うか？」など気になったので、メールで問
い合わせてみました。ちなみに、写真は、今
私が受かっているバックサポート（背もたれ）
座位保持装置です。



<質問と回答>

Q:座位保持装置は取り付けられますか？具体的
にはヘッドレストとか、J2ディープバッグで
すが…。

A:できなくはないはずですが、検証はしておりま
せん。

Q:近くの業者が取り扱ってくれますか？

A:現在、代理店については順次拡大中です。お客
様からのご要望が代理店にいき、弊社に問い合
わせがあればこちらから代理店を通して販売
することは可能です。（その際に弊社と代理店
の条件が合えばですが。）現時点では弊社から
の直販となります。なお、現在、お問い合わせ
多数のため、納期は来年の4月以降となります。

でつ:だって…。

まち:そうなのね。やっぱり、「これが、ほしい」
って言わんといかんのね。

<主な仕様>

最高時速：6km/h（4.5km/hにも変更可能）
走行距離：20km（路面状況などによって変化し
ます）

登坂力：10°

段差乗り越え：7.5cm

サイズ：長さ 94cm x 幅 60cm

グランドクリアランス：8.9cm（空車時）

前輪：全方位タイヤ（24.9cm）

後輪：ノンパンクタイヤ（31.8cm）

バックサポート角度：5°，10°，15°

フットサポート角度：0°，5°，10°

ドライブシステム：4 輪駆動

ブレーキシステム：電磁ブレーキ

スピードコントローラー：3 段階切り替え
（遅/中/速）

電動スライドシート：前後 15cm

モーター：24V x2

バッテリー：鉛 12V 50Ah x 2

バッテリー使用環境：-15° ～ 50°

充電器：据え置き型

充電時間：5時間

重量：110kg

ホームページ <http://whill.jp>

◆お問い合わせ◆

E-mail info@whill.jp

電話番号 045-633-1417

乗った感想

今回は、日本橋三越本店のスペースで試乗。私にとっては、使いづらい点がいくつかありました。（実際、私が使うとすると、もう少し工夫・改良が必要かな？）でも、走行に関しては、小回りが

きき、音も静か。なんといっても、座面のクッションが気持ちいい！聞いた話では、有名な海外のメーカーのもので、クッションだけで5万ぐらいするそうです。それに、ノーパンクタイヤもうれしい。

試すことができなかったが、特別な前輪の構造と四輪駆動ならではの「でこぼこ道」「急な坂道」「段差の乗り越え」など走破性も魅力的。もし、名古屋でも試乗会が開催されたら、そんな場所で乗ってみたいと思います。



受け取ってもらえなかった餞別

堤 剋喜

担任が転校生を紹介する場面。黒板に大きめに氏名と読み仮名を書く。9歳か10歳の子どもが見ても、中国風だと分かる。少し浮き足だった雰囲気になる。担任は落ち着かせようとしたのだろう。「彼は日本人です。」と2、3度念を押した。何となく僕の方から惹かれていったのだと思う。気がついたら仲よくなっていた。初めて遊びに来たとき、(彼の家と僕の家は学区の両端の位置。放課後に僕の家に来る、ということは、学区を端から端まで往復してくれたことになる。まず、徒歩で帰宅し、学校の荷物を置いて、自転車ではほぼ同じ道をたどる。待ち時間は気にならなかったから、かなりの俊足。あまり感心な話ではないが、自転車の二人乗りも体験させてもらった。)母が「あなたは中国のお生まれ？」と尋ねた。「いいえ、僕は台湾人です。」穏やかな口調。でも、毅然とした声だった。同じ質問を何度も受けてきたからだろう。とても落ち着いていた受け答え。とにかく、ここは本人の言うことを尊重した方がいい。詮索はせず、遊びにもどった。あの返答は偏狭なナショナリズムではなくて、もっと暖かく切ない郷愁を含んでいた。台湾にゆかりのある選手がいるチームを応援していたのも、同郷なんだから当然。4年生の社会科の内容は、愛知県内の地理と郷土史のエピソードが主。日清戦争について学校で教わる前に、台湾の友達ができたのは僕にとっては幸運だった。

(蛇足ながら、一応申し上げておくと、担任の「日本人です。」という紹介は、現時点での彼の国籍のことを言っただけで、国籍についての説明や、国籍移動の手続きである帰化のことを全部省いていた。だから、嘘ではないものの、不十分。尤も(もっとも)、正しく教えられる先生のほうが希だろう。まあ、「民族意識、国家、国民について4年生に分かるように説明せよ。」と言われたら、「下手な知識や情報は差別やいじめの口実になるから、『いろいろな人と楽しむことを考えましょう』と促す方が得策です。」と僕も逃げたい。民族、国家、時には神々の名まで持ちだして死守・奪還が叫ばれ、人々がまきこまれる。争奪の対象になっているものは、すみか、食べ物、水、鉱脈など、どこも似たりよったり。同一種の生き物は、どこに行こうが、似たようなものを欲しがると訳だ。)

次の年にクラス替えがあったが、彼とは同じクラスになった。一緒に映画も観に行って、夜の外食もした。卒業までは毎日会えるものと思っていた。ある日、帰りがけ。「僕ね、台湾へしばらく帰ることになった。出発は3日後。同じ中学でまた会おうね。」(文字にしてみると、この言葉に間違いはない。冗談のつもりがあったにせよ。数日でも1年でも『しばらく』と表現可能だ。また、多くはないものの、中学校で会う機会もあることはあった。)声で聴いたとき、少なくとも数ヶ月は、会えなくなることを告げる挨拶として受け取った。近いうちに通う中学校は1学年14クラスほどある。同じクラスに入れる見込みは薄い。クラブや部活にしても、彼なら体育系を選ぶだろう。僕の方は最低限のノルマをこなす、それだけで手一杯だろう。もう少し一緒に過ごしたいのに・・・2日間は何も手につかず、前の晩になって、記念に渡せる物はないかと引き出しを開けた。僕にとっての記念品ばかり出てきた。渡せそうな未使用の物は、予備の筆箱と鉛筆くらい。仕方なく、その筆箱に、削られていない鉛筆を詰めて渡すことにした。

翌朝、「お別れの記念に、こんなのでごめん。」と手渡そうとした。ところが、「もらえないよ。1週間だもの。台湾にいるのは。」「1週間って?」「そう。1週間だけ。だから、もらえない。」「せっかく用意したんだから」と粘った。でも、結局、筆箱は僕の手に残った。おじさんの葬儀に参列するための帰省だと、後で級友から聞いた。風邪か何かで欠席したために正式な説明を聞きそびれたために、ご当人の言葉を早合点、というか、真に受けてしまったようだ。本当に用意すべきは、記念品ではなくて、お悔やみの言葉だったのに、友達の不在が思ったよりうんと短いことを知るや、無邪気に喜んで、そして安堵した。再会したときのあいさつ。「よう。兄弟！700年ぶりだなあ。台湾は暑かった。日本は寒いな。」誕生日が二人とも同じだった。といっても同じ日に生まれたわけではない。彼のほうが1つ年上。日本語の習得のために入学を1年延ばしたらしい。席も隣になることが多くて、二人一組で回ってくる日直と学級会の議長(民主制の練習。学級会当日に日直に当たると、議長も兼ねることになっていた。)もよく一緒にやった。どの子にも議長が務まったのは、参加者がプロの議員よりも、お行儀がよかったから？

例の筆箱の件は、「あの時はびっくりしたよ。無理矢理渡そうとしたろう。」「僕もびっくりしたよ。戻ってこないかと思って。」と、笑い話で済んだ。



被災地釜石の現状をどう変えていくか

11月22日(土)、大阪の長居障がい者スポーツセンターで開かれたBCP研究発表会(大規模災害時の障害者支援―事業継続計画の研究会)の交流会で、山田昭義さん(72)が被災地釜石の報告をしました。

AJU自立の家(以下、AJU)は、東日本大震災の半年後から、岩手県釜石市甲子(かっし)地区に「被災地障がい者センターかまいし」という事務所を構え活動をしてきました。山田さんは、2013年2月より現地の支援を引き継ぎ、同年10月、NPO法人障がい者自立センターかまいしの設立に伴い、同法人の理事長に就任。2ヶ月に1回のペースで現地を訪れ、三陸沿岸部の障害者の自立のために奮闘しています。



今も40年前と同じ

こんにちは。今週のはじめから釜石に行っていて、昨日名古屋に帰ってきました(11月17日～21日)。

2011年10月に被災地障害者センターかまいしを作る時に、ゆめ風基金に大変お世話になりました。ゆめ風と大阪の仲間がこういう企画をやるので「誰か行かないかんよ」と言われました。僕は義理と人情に厚い人間です。いっぺん行っとかんと、今度名古屋で災害があった時に「知らん」と言われては困る。だから老骨に鞭を打って来ました。

釜石と大阪の最も大きな違いは何か。釜石の人口は3万5千人。JR釜石線という鉄道が1日に11本走っています。昨日朝7時5分の汽車に乗ってきましたが、乗り遅れると9時10分までない。大阪では考えられないでしょ。車いすの人にとって40年前の大阪と今の釜石は全く同じです。



発災当初、全国の障害者団体が被災地に入って「障害者がいない」と言われまし

たが、実際にいないんです。こんなところで生活しなさいと言われたら「ノー」と言うと思います。

どこにいるか。簡単です。施設の中です。昔からある典型的な入所施設だから、人里離れた山の中にある。だから東日本大震災でも、入所施設には被害はほとんどなかった。山の中だから津波は関係ない。多少ひびが入った程度です。

事業所の自立と障害者の自立

いつまでも全国の善意に頼るわけにはいきません。AJUが釜石に入ると決めた時、何とか2年で自立できないかと支援してきました。2013年10月にNPOを作り、事業所を立ち上げました。現実には、知的障害の人がじわじわと増えてきました。

こういうことがありました。今年の2月、知的障害のとても軽い子が来ました。初めて会った時「ボランティアの子かな」と思うくらい軽度です。実は親から深刻な虐待を受けていました。高校を卒業したら施設に入ることになっていて、それまでの間、センターかまいしに来てもらっていたんです。それを聞いて僕はビックリしました。

この子が18歳で施設に入ったら、一生施設で終わるだろう。我々が縁を持ったからには、この子を施設に入れるのは反対と伝えた。施設に入れ

たら、我々は手を引くとまで言った。今まだ闘っています。

三陸沿岸の福祉は、想像以上に施設中心です。三陸沿岸にはいくつもの巨大な社会福祉法人が存在していて、障害者福祉を一手に引き受けています。障害者福祉といえばイコール施設福祉という土地柄で、地域福祉サービスがほとんどない。当事者団体はほとんど見えません。地域生活が十分できそうな障害者ですら、養護学校卒業と同時に「必然的」に施設入所です。

これが現地の現状です。事業所としては順調に利用者が伸びてきて、目標の7割になった。このままいけば事業所としての自立はできるかもしれない。けれど障害者の自立としては災害前と何ら変わらない。

これが、今の我々の仕事のジレンマです。これをどうしていくのか。大変厳しい課題です。

医学モデルから社会モデルへ

一昨日、NPOの理事会が終わった後にかまいしの職員に話をしました。「あなたたちは障害を医学モデルでとらえている。専門職として失格です」「社会モデルが世界の潮流で、日本もその流れにある」「名古屋や東京、大阪に出できて勉強しているろんな情報を集めてほしい」と伝えました。

岩手交通には1000台のバスがあります。その中にノンステップは0台です。ワンステップが2台だけ。今年の初め、僕がバスに乗りたいと電話したら、「3日前に電話してください」と言われました。「あのね、親が3日後に死ぬなんて誰も分からんでしょ。もしそうなったらどうしてくれるかね」と迫りました。それでもダメだったので「岩手県には全国でも数少ない障害者差別禁止条例があるがね。そういう言い方したら、あんたの首が飛ぶかもしれんよ」と言ったら急いで謝りに来ました。

JR釜石線も然りです。いつも東北新幹線の駅がある新花巻から、センターかまいしがある松倉駅まで利用しています。3月のダイヤ改正で「松

倉駅は無人駅だから降ろせません」「釜石駅まで来てください」と言われました。釜石駅から松倉までは8kmあります。「松倉駅まで送ってくれるのですか」と尋ねたら「とんでもありません」「じゃあ、僕は松倉駅で降ります」とやり合ってきた。「帰りは乗せませんよ」と言い切られたので、県庁に電話しました。「これは差別ですか」と尋ねたら県は「差別です」というので、JR東日本に指導に入ってもらいました。

その時は乗務員が運転手の横に乗ってきました。ワンマンカーの釜石線にわざわざ乗務員が乗り込んできたのに、手伝ってはくれません。これは40年前の大阪と同じです。たまたま若い学生が居合わせたので、「すみません、手伝って」と手伝ってもらった。乗務員は見ていただけでした。



一緒に考えてほしい

こういう状況で、あの街を大阪並みにというのは不可能です。じゃあどうしていくのか。わかりません。今、その闘いをしているところです。

とにかく、ものの見方を変えること。社会モデルの専門職を養成しなければなりません。自立支援協議会もやっぱり医学モデルなんですね。

釜石に住むクローン病という重度の障害者が、ある日ヘルパーを断られました。その時、誰も手伝ってくれなかった。「ヘルパーがおらんで仕方ないでしょ」で終わりです。

大阪だったら大変なことですよね。大阪中の障害者と関係者が集まって、府庁や市役所を囲んで大騒ぎするだろうけれど、専門職を中心に「人がおらんでしかたないわ」。これが現状です。

医学モデルの中では、障害者の生きづらさは個人の問題とされ、自己努力で解決しない障害者の居場所は必然的に施設に限定されます。一例です

が、昨年A J Uを頼って名古屋に来た重度障害者のヘルパー支給量は、それまでの釜石市全体の支給量より多かったのです。この地では「地域移行」とは絵に描いた餅でしかありません。

これをどうやって変えていくか。一緒に考えてください。

ごちそうがまずくなるのでこれで終わります。



BCP研とポジ祭に参加して…

関西の障害者はいつ会っても活気にあふれています。

東北⇔関西ポジティブ生活文化交流祭は、震災の年に始まり、原則 11 月 23 日に開催され、今回で 5 回目。毎回、被災地の障害当事者を招き、支援継続のために関西の仲間が集まって、障害当事者が終日声をからして模擬店等のイベントを盛り上げています。

今年はラジオ体操や玉入れ、綱引き、フォークダンスなど、大の大人が体操着を着てまじめにやっていた。遊び心にも惹かれます。

だから元気をもらえます。名古屋でも開催できたらいいなと思います。

大規模災害時の障害者支援のための研究会（BCP研）は今年の4月に始まったらしく、今回はその成果発表を兼ねての開催でした。

①災害時のリスク想定、②単身生活者への聴き取り、③日中活動の事業所の役割確認、④相談支援部門との調整、⑤利用者情報や請求事務などのリスク分散、⑥設備、備蓄、スタッフの動きの確認などのステップを経て、災害時の事業継続計画づくりをめざすそうです。

これも名古屋の地で取り組めたらいいかな、という目標をもらいました。

(みずたにまこと)

手話を言語に！

10月18日、手話によるコミュニケーションと情報提供の保障を求めて、名古屋の真ん中で大行進が行われました。東海聴覚障害者連盟と全国手話通訳問題研究会東海ブロックの共催で行われた大行進には、東海4県の聴覚障害者団体、ろう学校をはじめ、300人を超える人が集まりました。

この大行動に参加した、就労支援事業所わだちコンピュータハウスで働く、聴覚と脳性まひの重複障害がある檀上（だんじょう）まさ恵さんに話を聞きながら、聴覚障害者を取り巻く課題について考えてみました。



写真：手話言語法ニュースNo.13より

聴覚障害者が抱えてきたこと



耳が聞こえる人たちが、声に出して話し、聞くことでコミュニケーションをとっているのと同じように、ろう者は、手話を使って自分の

気持ちを表現したり、コミュニケーションをとって、日常生活を送っています。手話は、日本語を表情や身ぶり手ぶりに変えて表現しているのではなく、手話独自の文法や表現方法があります。ろう者の多くは、ろう学校に通っているのですが…

編集部：ろう学校では、手話の使用は禁止されていて、学校内で話しをするときは、授業中も休憩時間も全て口話だと聞きました。

檀上さん：そうです。私も苦労しました。口話訓練（発声・読み取り）も少しだけ学んだけど、健聴者に合わせるところもありました。私の場合は、小学部から通っていたので、まだよかったと思っています。もし幼稚部からろう学校に通っていたら、多分違った人生を歩んだんじゃないかな。性格も暗くなっていたと思います。健聴の幼稚園や保育園では、遊びながら育てられたと思います。私たちの時代、ろう学校の幼稚部は厳しい発声訓練をさせられました。健聴の親も厳しく、家でも発声訓練をさせられた子もいました。学校内では、手話は禁止されました。先生に見つかりと手を叩かれたこともありました。

編集部：今でも、手話は禁止されているのですか？

檀上さん：私が通ったのは、小学部から高等部まででした。小学部は口話中心でした。中学部は口話で教える先生がほとんどで、手話で教える先生はとても少なかったです。先生に合わせて授業を受けていました。高等部は、手話を使う先生が多かったので楽でした。

今のろう学校は、だいぶ変わってきていて、手話を使った教育も始まっているそうです。私が高等部3年の時、新しく入ってきた先生が、幼稚部の口話法教育に疑問を持ったらしく、手話の教育が必要だと考えて、他の先生と討論していたそうです。

後輩のろう者の友だちは、幼稚部の助手が足りなくて声がかかり、現在、幼稚部の先生の助手をしています。



これまでろう学校では、ろう者（児）に日本語を覚えさせるために、口の形や動きを読み取って会話をする、口話で教育が行われてきたそうです（口話法教育）。ろう者にとって、口の形を読み取って相手が話している内容を理解するのは、とても難しいことで、学力だけでなく、人間性や社会性を身につけていく上でも、大きく影響していました。

情報を得る場面でも、困りごとはたくさんあります。テレビでニュースをみているとき、役所で手続きが必要なとき、病院へ行ったとき…普段、

多くの情報を得ながら日常生活を送っていますが、そのほとんどで、手話による情報提供はなされていません。



自分の気持ちを自分の言葉で伝え、必要な情報を得て、自由にコミュニケーションをとって生活すること。当たり前のようにしていることが、十分には保障されていないのですね。

大行進の目的

今回の大行進の大きな目的は、次の3つでした。

- ・手話言語法の制定を訴える
- ・愛知県にも条例を作る
- ・差別解消法を社会に広める

東海聴覚障害者連盟（愛知・岐阜・静岡・三重の4県協会所属）、全通研東海ブロック（愛知・岐阜・静岡・三重の4県支部所属）の2団体共催で行うデモは、全国で初めてだったそうです。東海4県のほかに、全日本ろうあ連盟、鳥取県聴覚障害者協会、筑波技術大学からも参加がありました。

また、聴覚障害者だけでなく、障害者差別解消法の啓発と町のバリアフリー化を呼びかけている愛知TRYなど、車いす利用者も参加しました。

「目で見える情報がほしい」、「あらゆる場面で手話」、「求めています！手話で生きるセカイ」と、思い思いのメッセージを手に、手話による情報提供や手話の必要性、言語として認めてほしいことを訴えました。



手話言語法って何？ 法制定の目標はどこにある？

手話言語法では、手話を「言語」として保障し、ろう者が、学校や職場、家庭など、日常生活のあらゆる場面で、自分たちの母語である手話を使って、自由にコミュニケーションをとり、情報を得

られる社会を実現していくことを目指しています。

手話を「言語」として保障するということは、次の5つの権利を保障するという意味があるそうです。

- ・手話を獲得する
- ・手話で学ぶ
- ・手話を使う
- ・手話を守る

まず、ろう者が手話を獲得するための環境を保障する必要があります。ろう者（児）やその身近な人たちが、手話について理解し、手話の必要性を理解するための情報が提供され、ろう者が手話を獲得していける環境を保障することが大切です。そして、教育現場で手話を学び、手話を使って授業を受けられること。日常的に、手話による情報提供がなされること。こういった環境が整えられていくことで、ろう者は、音声による言語に合わせた、口話を使うことを強いられる必要もなく、安心して手話を使って生活できるんだと感じられるようになってくるでしょう。

条例を施行した鳥取県では…

聴覚障害者団体を中心に、全国で「手話言語法の制定」に向けて活動している中、いち早く動いたのが鳥取県です。平成25年10月8日、鳥取県議会において、「鳥取県手話言語条例」が全会一致で可決・成立し、10月11日、全国で初めて公布・施行されました。

そこで、この条例ができて変わったこと、新たに行われるようになった取り組みなどについて、鳥取県福祉保健部障がい福祉課社会参加推進室の方に、お話を伺いました。

 公的（役所、病院、駅など）な場面での情報提供について取り組まれていることはありますか？

県職員さん：いろいろ試行錯誤しながら実施しています。

＜＜ICTを活用した遠隔手話通訳サービスモデル事業＞＞

平成25年12月から、遠隔手話通訳サービス

モデル事業を実施中です。(実施期間：平成 25 年 12 月～平成 27 年 3 月)

遠隔手話通訳サービスとは、タブレット型端末のテレビ電話機能を通じて、手話通訳者が画面越しにろう者と聞こえる人との手話通訳を行い、ろう者と聞こえる人がコミュニケーションをとるための仕組みです。



この事業には、遠隔手話通訳に使うタブレット型端末を、県にモニター登録したろう者が購入して携帯する携帯型と、県庁総合受付等の窓口に設置する設置型があります。

＜＜鳥取県手話学習会開催事業費等補助金＞＞

平成 25 年 10 月に手話学習会開催事業費等補助金制度を設けて、企業等で実施する手話学習会の開催支援を行っています。この補助金を活用して、平成 25 年 10 月～平成 26 年 11 月末までに延べ 25 団体が 63 回の学習会の開催を計画し、約 1,400 人が参加予定です。

県職員さん：これらの取り組み以外にも、職員向けの手話講座を開設し、職員の手話技術向上も進めています。平成 26 年度は、全 12 時間半の講座を 3 会場で、全 18 時間の講座を 2 会場で開催し、約 80 人の行政職員が受講しました。

 **ろう学校での教育方法に、何か変化はありましたか？**

県職員さん：できるだけ手話を使って授業できるよう、教職員は手話を一生懸命勉強しています。条例制定後には教職員の手話講座等への参加費補助、手話検定助成制度等を設けて、こうした取り組みを支援中です。ただ、新任の先生等がすぐに手話をマスターするのは不可能なので、しっかり取り組みを進めていきたいと思います。

 **手話通訳の派遣は各市町村によってルールが違い、居住地以外への派遣が難しいですが…**

県職員さん：平成 26 年 4 月に、鳥取県聴覚障がい者センター（情報提供施設の機能を持っている拠点）を県内 3 箇所に設置しました。鳥取県内の手話通訳者派遣事業は全てこのセンターでコーディネートすることになりましたので、市町村外はもちろん、県外派遣等の調整も、県下一律の基準でスムーズにできるようになりました。ただ、条例制定後、手話通訳者の派遣依頼が急増中で、手話通訳者の養成が急務となっています。

◎手話通訳者の派遣実績

…団体派遣（講演会等への派遣）

平成 24 年度：461 件

平成 25 年度：693 件

平成 26 年度（上半期だけ）：506 件

 **健聴者に対する取り組みはありますか？**

県職員さん：県民に広く手話の普及を進めることは最も重視していることの一つです。

＜＜県民向けミニ手話講座＞＞

気軽に手話を学べる県民向けミニ手話講座（初心者対象）は、平成 25 年 12 月～平成 26 年 11 月末までに 35 回開催し、約 680 人の方が受講しています。

受講者アンケートでは

「ろう者と話がしたい」

「もっと手話を学びたい」

といった意見が多く寄せられているほか、地域の手話サークルへの参加、手話奉仕員養成講習会の受講など、更に深く手話を学ぼうと次のステップに進む人もあらわれています。



＜＜手話ハンドブック、動画＞＞

聞こえる子ども達にも手話学習を進めるため、「手話ハンドブック（入門編・活用編）」を作成し、私立学校を含む県内全ての小・中・高等学校、特別支援学校の児童・生徒・教職員に配布しました。このハンドブックは、鳥取聾学校の教職員等（ろ



う者）がモデルとなり、写真付きで簡単な挨拶や日常会話、学校関係の用語・会話等の手話を紹介するとともに、ろうの児童・生徒の作文を掲載するなどして、手話やろう者への理解を深めてもらう

内容としています。また、手話ハンドブックで紹介した手話表現を動画で収録したDVDを作成し、平成26年9月に各学校に配布したところです。

県職員さん：その他、平成26年度から、手話普及支援員派遣制度を設け、学校からの依頼に応じて支援員（講師）を派遣し、学校での手話学習、ろう者との交流、部活動などを支援しています。平成26年12月までに44の学校から延べ87回、派遣依頼をいただいています。

👉 条例の施行から一年が経ちましたが、新たな取り組みによって、何か成果は見えてきましたか？

県職員さん：平成26年度の手話検定受検者数（鳥取県会場分、2～5級）が過去最高を記録しました。

24年度：51人

25年度：67人

26年度：119人

と例年の倍です。

また、「手話言語条例のことを勉強したい。」と、この1年間に50件以上の講演依頼が県庁に寄せられています。

ろう者からは、「手話が認められたことは、ろう者が認められたこと。これまではろう者であることを何となく負い目に感じていたが、これからはろう者として胸を張って生きていける気持ちになった。」「これまでは手話を使っていることがわかって、無視されたり逃げる人がいたが、条例施行後は、振り向いてくれたり、手話ができなくても筆談でコミュニケーションを取ろうとする人が増えた。小さいこ

とだけれども、条例ができて良かったと思っている。」という声が寄せられました。

一方で県内企業からは、「これまではあまり手話を意識してこなかったが、今後はきちんと手話を勉強して、あいさつ程度はできるように会社で勉強会を始めたい。」という声を聞いています。

これらのことから、条例制定によって県民の意識に変化が現れたことは実感しています。ただ、こうした取り組みを一過性のものとせず、継続すること、定着させることの重要性を痛感しています。

ろう者から寄せられた言葉は、条例ができたことによる変化を当事者自身が実感できているということであり、手話通訳者の派遣依頼や手話検定受験者が増えたこと、企業からの声は、健聴者にも伝わっているということだと思います。

鳥取県は、この条例の制定の先に、「ろう者と聞こえる者が共に暮らす社会」を目指しています。『聞こえないことは決して何かが劣っていることではありませんし、ろう者より聞こえる人の方が優れているわけでもありません。両者は全く対等な人格と能力を有し、地域社会を共に支えるパートナーです。今後鳥取県で手話に関する取組が進むことによって、ろう者が自信と誇りを持ち、ろう者と聞こえる者が共に暮らす地域社会の実現へとつながっていくことを期待しています。』

（「季刊 自治と分権」第55号より）

↓↓↓詳しくは、検索！

鳥取県 手話言語条例

検索

【参考】

自治体名	条例正式名称	施行日
鳥取県	鳥取県手話言語条例	2013.10.11
北海道石狩市	石狩市手話に関する基本条例	2014.04.01
北海道新得町	新得町手話に関する基本条例	2014.04.01
三重県松阪市	松阪市手と手でハートをつなぐ手話言語条例	2014.04.01
佐賀県嬉野市	嬉野市心の架け橋手話言語条例	2014.07.01
北海道鹿追町	鹿追町手話に関する基本条例	2014.10.01
兵庫県加東市	加東市手話言語条例	2015.04.01予定

最後に…

名古屋市内の、あるろう学校では、3年程前にろう者の教師が雇用されたそうです。また最近は、「ことば」を覚えたい、というろう者が増えてきているそうです。

世界では、国連障害者権利条約で「手話は言語である」と認められ、日本でも、障害者基本法の改正で「言語に手話を含む」ことが明記されました。日本の各地では、手話言語の条例が作られ始めています。

手話言語法では主に、教育現場、情報提供、ろう者が手話を学び、手話を使って会話することなど、ろう者に向けた環境の整備が書かれています。でも、これはまだスタートにすぎないと思います。ろう者だけが手話を獲得し、ろう者の間だけで環境が整っても、ろう者と健聴者のお互いの理解はなかなか進みません。コミュニケーションが、ろう者の世界だけで成立するのではなく、健聴者も交えてできること。差別解消法には、そんな意味もこめられているのではないのでしょうか。

条例や法律ができることはもちろん大切なこと

です。でも、作ることが目的なのではなく、それによって、実際に社会が変わっていくこと、活字になるだけではなく、日々の生活の中で活かされていくことが必要だと思います。具体的に社会の中で実践され、意識が変わっていくことで、条例や法律がはじめて意味を持つと思います。

11月、内閣府から、障害者差別解消法に基づく基本方針の原案が出され、それに対する意見が募集(12/25×切)されました。条例や法律ができるまではもちろんのこと、成立してから、その後の動きをチェックし、私たち自身も声を出し、より良くしていくために、自らその活動に加わっていくことが必要だと思います。

by ちえみ



旅の空から

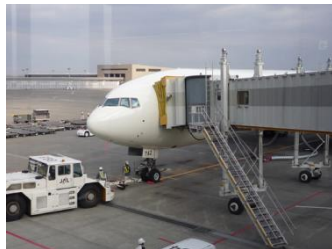
皆さん、こんにちは。いつも旅行情報を掲載していただいている（株）チックトラベルセンターの松本です。冬のシーズンはインフルエンザや風邪に注意が必要です。とはいえ、家の中でじっとしては体もなまって抵抗力もなくなります。栄養のあるものをたくさん食べて体力をつけましょう。



さて、今回は個人旅行で石垣島へお出かけいただいたお客様から写真と旅の報告をいただきましたので、許可をいただいて掲載させていただきます。ひと月に1回は石垣島や沖縄への個人旅行のお仕事が入ってきますので、現地で担当して下さるタクシーの運転手さんたちとは、お互い一度も会ったことがないのに電話でのやり取りは友達みたいなやり取りになっています。

石垣島への飛行機

中部空港から石垣島へは、現在1日1便の直行便が飛んでいます。沖縄本島的那覇空港で乗り換える飛行機なら時間を選ぶことも可能ですが、乗り換えなしでラクしたい人は、直行便が便利でしょう。新石垣島空港はターミナルビルもあり、ボーディングブリッジも完備していますから、車いすご利用のお客様も安心です。



中部空港の売店で「空弁」を購入して機内で食べましょう。2時間の所要時間があるので、到着後に時間を有効に使えます。窓側に座れば右窓の人は奄美大島を見ながら、左窓の人は沖縄本島を見ながら楽しめます。飛行ルートはANAのホームページで公開しておりますので、石垣便に限らずANA国内線はウェブから飛行ルートを知ることができます。近々ANAの飛行機に乗る人は、ぜひ事前に調べてみると良いでしょう。ただし悪天候や火山の噴火などでルートが変更となることもあります。那覇空港で乗り換え便ならば、出発時間を選ぶことが可能です。ANA・JAL・ス

カイマークなどがありますから那覇空港で乗り換えてアクセスします。車いすご利用の方は乗り換え時間を最低40分は予定しておかないと、空港内でトイレも行けないほど忙しくなります。またスカイマークは1日1便しかないので時間を選べないので、ANAやJALの飛行機をお勧めします。ただ、乗り換え便は石垣島での滞在時間がかかり少なくなりますから往路は直行便、帰路は乗り換え便でも良いかもしれませんね。

新石垣島空港

移転して新しくなった新石垣島空港は明るく綺麗な空港です。ほとんどのトイレに車いす用が完備されています。大人のオムツ交換台のあるトイレは到着ロビーの手荷物受取所を出てから左右に1箇所ずつとなっています。1階のチェックインロビーカウンターの裏側奥と覚えておくといいでしょう。これ以外には大きなベッドがあるトイレがありませんので注意してください。

石垣島の観光

石垣島のイメージとして、やはり美しい海を想像なさることでしょう。この風景は玉取崎展望台や川平湾から楽しめます。川平湾は船底がガラスになっているグラスボートで、サンゴの海をご覧いただける場所として知られています。砂浜を車いすで移動することになりますが慣れたスタッフのお兄さんたちがホイホイと手伝ってくれます。布製の運



搬シートで安全に体を持ち上げて船に乗せてもらえるので、乗り場で相談して是非チャレンジしてください。



先日お出かけいただいたお客様は「石垣牛が食べたい。」というご希望を伝えてくださったので、いつもの介護タクシーの運転手さんに相談したら、すぐによさそうなお店を3軒教えてくださいました。最終日の昼食にと思い、空港に近いお店に予約を入れました。ご帰宅後の感想は「美味しかった〜！」とのことですが、私はまだ食べたことがありません。(いつか食べてみたい)

足を伸ばせば竹富島

石垣島の隣には竹富島という小さな島があります。この島へは連絡船を使う以外の方法がありませんが、頻繁に運行されていますので是非出かけましょう。所要時間は10分です。船酔いの心配



もなく気軽に出かけることが可能です。もちろん竹富島にも車いすごと乗れる介護タクシーがあります。



西表島という方もいらっしゃいますが、高速船の所要時間が長いことと天候によってかなり船が大揺れになるため、3日間程度で石垣島観光を

なさる方には竹富島をお勧めしています。竹富島には牛車の荷台に車いすごと乗ってのんびりと移動する楽しみもあります。団体ツアーのようにびっしりと予定が詰まった旅行と違い、自分のペースでゆっくり回る個人旅行のほうがお勧めです。介護タクシーや観光タクシーの運転手さんは希望があれば《星の砂の砂浜》にも案内してくださいます。

石垣島のホテル

こちらは予算に応じていろいろです。最低限の設備をお伝えいただければこちらからアドバイスをしてホテルを選んでいただきます。沖縄本島のように完璧なバリアフリールームはまだ少ないですが、必要なときは現地のヘルパーさんが入浴だけお手伝いに来ていただく手配も可能です。ご高齢の方や障がいが重くて付き添い1人では入浴ができないという方には好評です。海の景色を眺めながらゆっくりしたいという方には、多少高くても海沿い的高级ホテルをお勧めしています。タクシーなどの交通費を節約したいという方には石垣港の近くにあるホテルが良いでしょう。繁華街や公設市場も近いので散歩や夕食にも便利な場所です。竹富島へ行くにも徒歩で石垣港へアクセスできますからタクシー代が節約できます。

川平湾のグラスボート

石垣島のイメージ写真でよく利用されている風景なので一度はご覧になられたことがあるはず。この



川平湾はブルーのコントラストがとても綺麗な場所です。展望台から眺めると「わあ〜、綺麗！」と誰もが声を上げるほどの景色が楽しめます。そしてガラス張り船底のグラスボートから眺めるサンゴの海では熱帯魚も見ることができます。身障者割引も適用可能なので身障手帳を忘れずにお持

ち下さい。台風や低気圧の影響で欠航となることもあります。旅行するには季節を選ばないと楽しめないことがあるため注意してください。穏やかな湾の中で船に乗りますので船酔いの心配はほとんどありませんが、船に弱い人は、ポイントに到着するまで船底を覗かないのがコツです。

最近では電気を動力とした最新船も就航しています。環境に優しい船として海の生物を守るため、企業も努力をしているのがよくわかります。もっともこの美しい海を見たら環境を守らなければならないことを皆様が感じてくださるようです。

オマケの観光

石垣島と竹富島だけの観光に沖縄本島を組み合わせでお出かけになれる方もいらっしゃいます。帰路に沖縄本島で滞在するというアレンジも可能なのです。美ら海水族館や国際通りでのショッピングを目的とした立ち寄りコースです。沖縄本島には那覇空港から市内へ向かう「ゆいレール」というモノレールがありますが、美ら海水族館はかなり北部にあるため必ず車が必要です。介護タクシーや福祉レンタカーを利用して移動しましょう。沖縄は比較的道がわかりやすいので、カーナビ装備のレンタカーなら初めての方でも心配はありません。介護タクシーは地元の運転手さんなので道中に観光案内もしていただけることが楽しいかもしれません。最近沖縄本島のプロ野球キャンプに

あわせてお出かけいただく方も増えました。各球団のキャンプ地のバリアフリー設備はお問い合わせいただければ資料をお渡しします。野球ファンでどうしてもお目当ての球団が見たいとおっしゃる人はどうぞお問い合わせ下さい。

北部に新しくオープンした古宇利オーシャンタワーは、海拔 82mの展望タワーから絶え間なく色彩を変える海や島々が堪能できる場所としてお勧めです。美ら海水族館とセットで観光なさるのが良いでしょう。

今回はウィーンフィル交響楽団のコンサートへお出かけいただいたお客様の様子をレポート致します。日本でもなかなかチケットが予約できない有名なクラシックコンサートですが、ちょっとしたコツで予約が出来てしまうのですね。私も勉強になった旅行でしたのでご報告いたします。

観光庁長官登録旅行業第735号

(株)チ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19年目

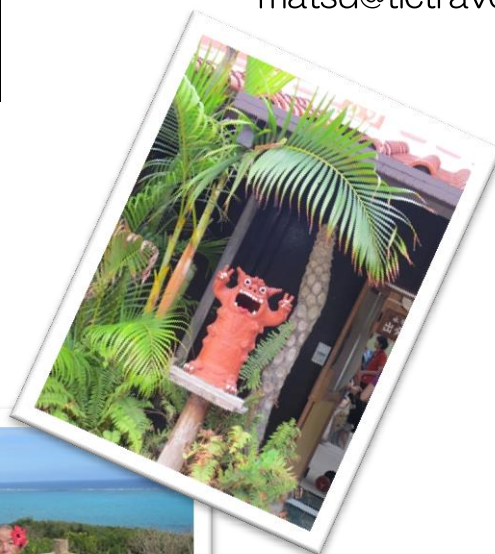
〒460-0003

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

日清ラーメン博物館で オリジナルラーメンを作ろう！

自分だけのオリジナルカップラーメンを作ることができます。麺や具を入れて、絵や文字を描いて最後に包装されて完成です。お土産としてお持ち帰り可能です。

日帰り リフトバス利用ツアー

旅行日：4月4日（土）

料 金：ひとり 8,000 円

ポイント：リフトバス利用・添乗員同行
電動車椅子参加可能です。

沖縄本島周遊の旅4日間

美ら海水族館やエイサーが見学できる沖縄ワールドなどを効率よく巡るツアーです。ホテルは那覇市内の便利なところを利用し、買物にも大変便利です。

旅行日：4月14日（火）～17日（金）

料 金：ひとり 148,000 円（2名1室）

ポイント：リフトバス利用・添乗員同行

ハワイ・ホノルルの休日6日間

ワイキキの浜辺をのんびりと散歩するもよし、カラカウア通りでショッピング三昧もよし、足を伸ばして裏オアフへ出かけるもよし、過ごし方はいろいろです。

旅行日：7月9日（木）～14日（火）

料 金：ひとり 258,000 円（2名1室）
燃油含む

出発地：中部・成田・関西

ポイント：リフトバス利用・添乗員同行
電動車椅子参加可能です。

ドイツの障がい福祉を学ぶ7日間

障がいのある方が160名働く自立支援農場を見学・視察する勉強ツアーです。野菜や果物を育て、飲料やハム・ソーセージを作り、木工や陶芸など出来る人が出来る作業をして賃金を得ています。

旅行日：10月末を予定。

（現地に受け入れ要請中）

料 金：後日発表いたします

出発地：日本各地より可能

（国内線手配もいたします）

ポイント：業所や授産所のスタッフの皆様、
NPOで今後支援事業を計画なさ
る方などにお勧めの内容です。

<いつでも出発可能！個人旅行やグループ旅行>

ご希望の行き先と日程をお伝えいただだけで
コース設定もいたします

※営業の松本がお近くまでお邪魔いたしますので、
お気軽にお申し付け下さい。

（愛知・岐阜・三重・東京・大阪）

☆鹿児島で温泉入浴を楽しもう☆

鹿児島で専用の車椅子で温泉に入浴が可能です。
ゆっくり温泉につかりながら日ごろの疲れやスト
レスを解消なさってはいかがでしょうか？

☆シンガポールのユニバーサル・スタジオで遊ぼう☆

シンガポールは年中夏です。日本から持ってい
く衣服も夏服でOK。地下鉄路線網が発達してい
るので、専用の車を使わなくても移動可能です。
ユニバーサル・スタジオへは地下鉄とモノレール
を組み合わせてアクセスします。

■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

あい旅サポートセンター



こんにちは、旅サポートセンターです。寒い日が続きますが皆様お元気でしょうか。

先日、奈良の唐招提寺・薬師寺に伺いました。奈良は京都に比べ観光地としては華やかさに欠けるところがありますが、建

造物の古さ等歴史の深さと本来の仏教の為の寺々の存在地としての重厚さを感じさせてくれます。

さてまずは腹ごしらえのため奈良ホテルで昼食をいただきました。奈良の地にふさわしい1909年(明治42年)創立の当ホテルは、往時のままの木造2階建ての本館が有名です。訪れた著名人は枚挙にいとまがありません。メインダイニングの「三笠」、新館の「花菊」でももちろん車いすでお食事ができます。

鑑真和尚が759年に創建の唐招提寺は、金堂・講堂等創建時そのままのものが見られます。受付のある南大門前には5段の階段があるので車いすの場合は10m程東にある高麗門を開けていただきます。金堂は6段の階段がありますがスロープはありません。講堂にはスロープがあり車いすで参拝できます。境内と駐車場に各1ヶ所づつ多目的トイレがあります。薬師寺は受付のある南門から中門、金堂への段差はスロープが取り付けられおり問題ありません。大講堂。東僧坊にもスロープがあります。

薬師寺は境内が大変広いのでゆっくりご参拝するのであれば1.5時間はほしいところです。又、車で行かれる場合、南にある専用の駐車場から南門までゆっくりだと10分程かかります。境内に2ヶ所、駐車場に1ヶ所多目的トイレがあります。

ぜひ奈良をお訪ねください。

*****奈良の唐招提寺・薬師寺*****



唐招提寺高麗門
(内側から撮影)



薬師寺大講堂のスロープ

奈良ホテル TEL: 0742-26-3300

唐招提寺 TEL: 0742-33-7900

薬師寺 TEL: 0742-33-6001

旅サポーターと一緒にでかけてみよう!



<モテルプランの特徴>

- ◎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名様から催行!

*使用車種により1台に2~9名様の乗車が可能です。

- ◎今回は介護タクシーを利用します。
- ◎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代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。
(別途交通費が必要な場合もあります)
- ◎各コースとも休憩タイム(飲物付)を設けています。

コース1 ◇日本平&石垣いちご狩り◇

名古屋駅 → 清水港バイクルーズ 〜
8:00 発 (昼食 45分)

日本平[久能山・東照宮] → いちご狩り → 名古屋駅
(散策・ロープウェイ) 19:45 頃着

<利用交通機関> 介護タクシー

(2~9名様の乗車が可能です)

- <出発日> 2015/1/8~2/28 までの毎日(一部除外日有)
- <旅行代金> 138,000 円(お一人様のみご参加の場合)
- <旅行代金に含まれるもの> 行程中の交通費、入場料、昼食代、乗船料、旅サポーター1名同行費用
- <同伴者追加代金> 6,000 円(ご同伴1名様につき)

コース2 ◇京都三神社初詣◇

名古屋駅 → 伏見稲荷大社 →
8:00 発 (参拝) (昼食)

→ 平安神宮 → 北野天満宮 → 名古屋駅
(参拝) (参拝) 19:00 頃着

<利用交通機関> 介護タクシー

(2~9名様の乗車が可能です)

- <出発日> 2015/1/8~1/30 までの毎日
- <旅行代金> 118,000 円(お一人様のみご参加の場合)
- <旅行代金に含まれるもの> 行程中の交通費、昼食代、旅サポーター1名同行費用
- <同伴者追加代金> 5,000 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

グルメな調査隊 第74弾

店名 山本屋本店 桜山店（昭和 60 年開業）

場所：名古屋市昭和区桜山町 6 丁目 105 番 5 号

TEL：052-842-0975

ホームページ：http://yamamotoyahonten.co.jp/

アクセス：名古屋市営地下鉄桜通線「桜山」駅下車

3 番エレベーター出口から北へ徒歩 5 分「昭和郵便局」の隣



名古屋市千種区AYさんより

今回は、「名古屋めし」にスポットあててみました。私は、大人になって初めて味噌煮込みうどんを食べ、それ以来真冬になると食べるようになりました。土鍋の中であつあつになって猫舌の私には大変ですが、冷ましながら食べていると寒さが吹っ飛びます。

★ ジャンル 和食

ここ数年でブームになった「和食」。愛知県では味噌を使った料理が有名ですが、その中でも最近全国的知名度を上げてきた「味噌煮込みうどん」。

東海 3 県に 14 店舗を持っている山本屋本店は「味噌煮込みうどん」の専門店。うどん・味噌だけはすべて自分たちの工場で作っているそうです。

★ メニュー



桜山店では、ランチタイムに味噌煮込みうどん各種を注文すると、ごはんとお漬物付いてきます（両品ともお替り自由）。ランチタイム

後も味噌煮込みうどんを注文するとお漬物が付いてきます（お替り自由）。また、ごはん（324 円）を注文すると、ごはんもお替り自由です。

定番は味噌煮込みうどん 1,080 円が人気ですが、名古屋コーチン入りの味噌煮込みうどん 1,836 円がおすすめです。サイドメニューでよく出るのが名古屋コーチンのねぎま 950 円だそうです。



★ 店内の様子

テーブル席（手前）、座敷席（奥）あり

★ 駐車場

あり 12 台

★ 入口

スロープあり

幅 94cm

引き戸 幅 92cm

★ お手洗い

男女ともに多目的トイレあり。どちらもトイレスペース奥に設置されてます。



男子トイレの様子



女子トイレの様子

★ 営業時間

11:00～22:00（平日ランチタイム～15:00）

ラストオーダー 21:30

★ 定休日

なし

★ その他

貸切OK、盲導犬・介助犬OK

※14 店舗のうち、桜山店と同様なバリアフリーな店舗は、名東区の名古屋インター南店のみ。バリアフリー状況だけでなく、サービス・価格なども店舗により異なる場合がありますので、ご了承下さい。

福祉用具のリサイクル情報（14/12/3 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

- ・オーバーテーブル
（KQ623 用 パラマウントベッド） 14 年使用
- ・介助バー（マルチ移動支援バー） 不明
- ・サイドテーブル 不明

★移動用品

- ・介助用車いす
（AR-300 松永製作所） ￥18,000
- ・リクライニング式車いす
（NHR-1 日進医療器） ￥8,000
- ・六輪車いす
（こまわりくん 加ムサイクル） ￥29,000
- ・杖（小児用口フストランドクラッチ） 展示品

★入浴用品

- ・シャワーチェア
（サポ-トタイプ U 型折りたたみ パナソニック） 半月使用
- （背もたれ肘掛けあり アロン化成） 3 ヶ月使用

★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 ひじ掛け昇降タイプ パナソニック） ￥50,000 未使用
- （家具調トイレ自立 3 型 N アロン化成） 3 回使用
- （家具調トイレ自立 3 型あわせ上手 アロン化成） 3 回使用
- ・ポータブルトイレ〔プラスチック製〕
（安寿 FX-CP リフト便座 アロン化成） 数回使用
- ・洋式トイレ用フレーム S45（アロン化成） 数回使用

★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
- ・尿取りパッド

- ・ハンディクリップ
（キャップなどをゆるめるレンチ） 展示品
- ・電動昇降いす（DS デラックス コラム製作所） 10 年使用

譲って欲しい！

★ベッド、床周り品

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

★移動用品

- ・各車いす（手動、介助用、リクライニング）
- ・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
- ・歩行器（馬蹄型）、歩行車
- ・シルバーカー

★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）
- ・防水シート・紙おむつ
- ・車用つり革・車いす用体重計・読書スタンド
- ・キャスター付き昇降座いす
- ・座位保持用チェア
- ・置き型手すり

「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

いろいろ情報

ひかり鍼灸院 東洋医学体験談

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。



当院を利用される方は、病名に関わらず歩行困難の方や寝たきりの方が対象です。

☆
**体験クーポン
無料券
マッサージ
または鍼灸
20～25分**

1回体験（マッサージまたは鍼灸 20～25分）中です。こちらの「体験クーポン無料券」を、マッサージの担当者へ渡して下さい。

緑区 ひかり鍼灸院

検索

嚥下(えんげ)障害について

S区に住んでいる脳性マヒの還暦おじさんが、年を重ねるにつれ、むせることが多くなり苦しんでいます。そこで、嚥下障害とはどんなものか、また、その対策についてお届けします。

【症状】

- ① 食事中によくむせる。
(とくに水分、みそ汁など)
- ② 食事中も突然むせる、咳込む(唾液による)
- ③ 飲み込んだ後も、口腔内に食物が残っている
- ④ ご飯より麺類を好むようになったり、咀嚼力低下や歯科的問題で、噛まなくてよいものを好むようになる
- ⑤ 食事の後、がらがら声になる
- ⑥ 食べるとすぐ疲れて、全部食べられない
- ⑦ 体重が徐々に減ってきた
- ⑧ 毎日飲んでた薬を飲みたがらない
- ⑨ 水分を摂りたがらない(尿量が減った)
- ⑩ 発熱を繰り返す(誤嚥性肺炎の疑い)
- ⑪ 夜間、咳込むことがある

これらの症状は、病気で身体が弱っている方や、ご高齢の方、また脳卒中などの後遺症がある方に見られることがあり、摂食嚥下障害の可能性が考えられます。ご本人もですが、家族や介護者はこれらの症状を見逃さないよう注意しましょう。

【原因】

脳血管障害(脳梗塞・脳出血など)による麻痺や、神経・筋疾患、また加齢による筋力の低下などが主な原因です。脳性小児麻痺も含まれます。

【対策】

1. あいうべ体操

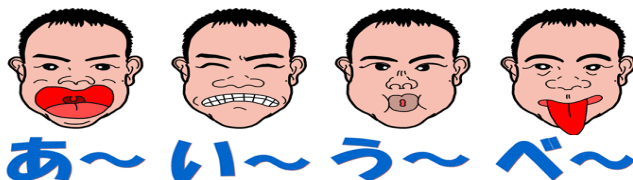
内科医が考案した免疫力を高める口の体操でアレルギー疾患(花粉症、喘息、アトピー性皮膚炎など)に有効、気道と食道を切り替える弁やアゴの下筋肉を鍛えるので、誤嚥予防にもなるのか。脳血流、小顔効果もあります。

次の4つの動作を順にくり返します。声は出しても出さなくてもかまいません。

- 1.「あー」と口を大きく開く
- 2.「いー」と口を大きく横に広げる
- 3.「うー」と口を強く前に突き出す
- 4.「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

1日30セットを目安に毎日続けます。なお、この体操は、真剣に行うとかなり疲れます。慣れるまでは、2～3回に分けたほうが続けやすいでしょう。入浴時や一人で過ごす時がおすすです。

この「あいうべ体操」は、しゃべるときより口をしっかり、大きく動かす必要がありますが、無理は禁物です。特に、顎関節症の人やあごを開けると痛む場合は、回数を減らすか、「いー」「うー」のみをくり返してください。この「いー」「うー」体操は、関節に負担がかからないため、何回行っても結構です。「べー」がうまくできない人は、大きめのあめ玉をなめて、舌を運動させましょう。舌運動と甘味の刺激で、脳も活性化します。



2. 息こらえ

「あいうべ体操」は口の周りの筋肉を鍛える運動です。それでは声帯の閉鎖機能を鍛える運動をしましょう。

鼻から大きく息を吸って、つばを飲みます。その後、咳払いをしてください。これを10回、毎食前にやってください。

3. キシリトールガムを噛む

口を動かし、唾液を出すの効果があるので毎日噛みましょう。普通のガムでも良いのですが、虫歯予防のキシリトールガムを推奨します。

4. 嚥下障害レシピ

片栗粉を使った、とろみがあるレシピがお勧めです！またダイエット効果がありますので。

お試しあれ！

嚥下障害 レシピ

検索

その中から、いくつかのレシピを紹介しちゃいましょう！

《バナナの健康ばっちりドリンク》



お腹に優しいドリンクで、とっても飲みやすいので、朝食にぴったりです。

【材料（2人分）】

バナナ1本、りんご酢大さじ1杯、牛乳250cc、はちみつ大さじ1杯

【作り方】

- ①バナナは、輪切りにして冷凍しておく。
- ②ミキサーに凍らせたバナナ、牛乳、はちみつ、りんご酢を入れ、スイッチオン！
- ③しっかり混ざったら、出来上がりです。

《大根おろしスープ》

咳に効くといわれる大根。大根おろしにして、スープを作ると自然にとろみが付いて、さらにあったまって美味しいです♪

【材料（2人分）】

大根1本（中央部分5cmほどを使用しておろす）
卵1個、椎茸2個、三つ葉5枚位、酒大さじ1
鶏ガラスープの素大さじ1杯半、しょうゆ少々、
白コショウ少々、水500cc位

【作り方】

- ①下ごしらえ
鍋に湯を沸かし、椎茸は、薄く切り沸騰する前から湯に入れる。三つ葉は細かく切り、卵はよく溶いておく。
- ②湯が煮立ったら大根おろしを入れます。
酒、鶏ガラスープの素を入れ、しばらく煮る（弱～中火）。しょうゆを少々入れ、味を見て良かったら三つ葉を入れる。
- ③スープを箸で回しながら、卵を細く流し、大根おろしと絡むようによく混ぜ、仕上げにコショウをふって出来上がり。



5. 毎日続けられること、出来る事をしよう！

美味しい食事のために以下のことに気をつけましょう！！

- ・ゆっくりと落ち着いて一口一口を味わいましょう
- ・一口の量は少な目にゆっくり噛んで飲み込みましょう
- ・「おまけ」の飲み込みをもう一回！
- ・口の中の物は飲み込んでからその次を
- ・むせたときは、咳で出しましょう

嚥下障害

検索

今回は「ウインタースポーツ」特集です。車いすの人も滑れて、「車いすチェアスキースクール」と「バリアフリー設備があるスキー・スケート場」を紹介していきます。

さあ！思い切り滑って自ら転がって雪だるまになりましょう！

ウインタースポーツだよ！パート1 車いすの人も滑れるスキー場特集

【ブランシュたかやまスキーリゾート (長野県)】

所在地：長野県小県郡長和町大門鷹山

営業時間：26年12月13日～27年3月29日

平日…8:30～16:30（一部16:15）

土日祝日…8:00～16:30

リフト料金（税込価格）：

	1日券	2日券	半日券
大人	4,200円	7,400円	2,700円
小学生	2,600円	4,200円	2,100円

※シニア・ゴールド向けプランなど色々な料金プランあり

※スキー道具レンタル料金プランが多数あり

バリアフリー対応：車いすトイレあり

飲食売店：あり（レストラン4カ所、売店1カ所）

アクセス（電車）：

《新宿からJR中央本線》

新宿駅から140分（特急）～茅野駅30分

（バス）～白樺湖20分（タクシー）

《名古屋からJR中央本線》

名古屋130分（特急）～塩尻<乗換>20分

（特急）～茅野駅30分（バス）～白樺湖==
20分（タクシー）

アクセス（車）：

《関東・山梨・静岡県東部から》

中央自動車道「諏訪」か「諏訪南」ICから40分

《関東から》

上信越自動車道「佐久」ICから70分

《中京・関西・静岡県西部から》

長野自動車道「岡谷」ICから40分

《長野県北部・新潟・北陸方面から》

上信越自動車道「上田菅平」ICから55分

駐車場：身障用駐車スペースあり

（上部ゲレンデ第2駐車場）

問い合わせ先：ブランシュたかやまスキーリゾート

TEL: 0268-69-2232

FAX: 0268-69-2540

ブランシュたかやまスキーリゾート

検索

【サンメドウズ清里スキー場（山梨県）】

所在地：山梨県北杜市大泉町西井出 8240-1

営業時間：26年12月7日～27年4月5日

毎日8:00～17:00

リフト運行…8:30～16:30

リフト料金（税込価格）：

	大人	小人
1日券（平日）	4,200円	3,200円
1日券（土日祝日）	4,500円	3,500円
午前券（8:30～13:00）	3,800円	2,800円
午後券（12:00～16:30）	3,400円	2,800円
2日券	7,700円	5,700円

※シニア、ファミリーセットなど他にも色々な料金プランあり

※スキー道具レンタル料金プランが多数あり

バリアフリー対応：

多目的トイレ2カ所あり／ほじょ犬受入／
介護ボランティア／メディカルサービス・
応急手当／車いす貸出あり

飲食売店：あり（レストラン4カ所、売店1カ所）

アクセス（電車）：

JR小海線清里駅からタクシーで5分

アクセス（車）：

中央自動車道長坂ICから県道28号および清里

高原有料道路を経由、清里方面へ車で20分

駐車場：身障用駐車スペースあり

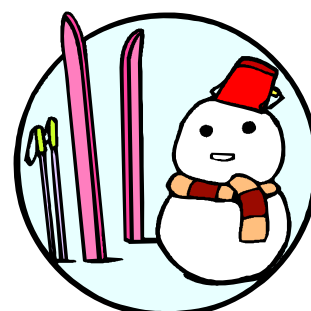
問い合わせ先：サンメドウズ清里

TEL: 0551-48-4111

FAX: 0551-48-4664

サンメドウズ清里

検索



【車山高原スキー場（長野県）】

所在地：長野県茅野市北山 3413

営業時間：26 年 12 月 6 日～27 年 3 月 31 日

平日…8:45～16:45

日・祝日…8:00～16:45

ナイター営業：16:00～19:45

（期間限定）12/29～3/21 の各土曜日
12/29～1/3、1/11

リフト料金（税込価格）：

	1 回券	1 日券	2 日券	半日券
大人	500 円	4,000 円	7,000 円	3,400 円
中高生	400 円	3,500 円	6,100 円	3,000 円
小学生	300 円	2,500 円	4,300 円	2,100 円
シニア	400 円	3,500 円	6,100 円	3,000 円

※小学生中高生、シニア（50 歳以上）の方は、
証明書を提示

※身障者割引あり（身障者手帳またはそのコピー
を窓口で提示）

※色々な料金プランあり

※スキー道具レンタル料金プランが多数あり



グレンデが 2 箇所あります。

❖スカイプラザ

TEL:0266-68-2723

❖ヨーデル

TEL:0266-68-2012

バリアフリー対応：車いすトイレあり

飲食売店：あり（6カ所）

アクセス（電車）：

JR 茅野駅からバスで約 60 分

アクセス（車）：

①中央自動車道諏訪 IC から約 40 分

②信越自動車道佐久 IC から約 60 分

駐車場：身障用駐車スペースあり

問い合わせ先：車山高原観光協会

TEL:0266-68-2626

車山高原スキー場

検索

ウインタースポーツだよ！パート2 障害者スキースクール特集

【障害者スキースクールネージュ（新潟県）】

所在地：新潟県南魚沼郡湯沢町大字土
178-1516

受付期間：11 月中旬～3月上旬 9:00～19:00
シーズンオフ不定休

講習内容と料金：

《チェア（モノ）スキー／立位スキー

お子様バイスキー（※体重 25 kg 以下）》

1 回券 24,000 円

2 回券 46,700 円

3 回券 66,700 円

6 回券 128,600 円

《バイスキー（体重 25k 以上）／

状況によりアシスタントキャストが必要な場合》

1 回券 33,400 円

2 回券 64,800 円

3 回券 93,400 円

6 回券 180,000 円

※次シーズンへの繰越、払い戻しはできません。

※回数券使用分のお客様都合によるキャンセルの
場合、受講予定日の 2 週間以前でも 10%のキャン
セル料金が発生

問い合わせ先：

障害者スキーネージュ

TEL&FAX：025-787-6720

YOC 湯沢アウトドアセンター専用

TEL：025-787-6700

障害者スキーネージュ

検索

【障害者専門のスキースクール

サンメドウズ清里教室（山梨）

・車山高原教室（長野）】

受付期間：

スキーシーズン内の週末と祝日

講習内容：

《身体障害》以下のような各コースあり

立位 3 トラック／4 トラック／視覚障害向け

座位（チェアスキー／バイスキー）

《知的発達障害》

知的・発達障害コースあり

講習料金：

- 車山高原スキー場教室（日帰り）
 会員： 34,000 円（税別）
 非会員： 35,000 円（税別）
- 車山高原スキー場教室（1泊2日）
 会員： 78,000 円（税別）
 非会員： 80,000 円（税別）
 （スカイパークホテル 1泊2食の宿泊費、リフト代2日分含む）
- サンメドウズ清里スキー場教室（日帰り）
 会員： 37,000 円（税別）
 非会員： 38,000 円（税別）
- サンメドウズ清里スキー場教室（1泊2日）
 会員： 87,000 円（税別）
 非会員： 89,000 円（税別）
 （雅樹雅 1泊2食の宿泊費、リフト代2日分を含む）

◎すべて会員・非会員共に、リフト代・損害保険料含む

◎入会費 3,000 円

年会費 5,000 円（家族年会費 8000 円）

◎各種レンタル代金（レッスン受講生）

バイスキー： 7,000 円（税別）／日（7セット）

モノスキー： 7,000 円（税別）／日（7セット）

アウトリガー：1,500 円（税別）

スキーブラ：無料

スキーバンジー：無料

問い合わせ先：

NPO 法人アダプティワールド

TEL：042-350-2528

NPO 法人 アダプティワールド

検索

【障害者スキースクール／ エコバレースノースポーツスクール（長野）】

所在地：長野県小県郡長和町姫木平

営業期間：11月中旬～3月上旬

平日 8:30～17:00

休日 8:30～17:00

講習内容：

- ・キンダーレッスン（年齢4～6歳）
- ・ハンディキャップスレッスン
 ブラインド／上下肢障害／脳性麻痺
 ／ろう等聴覚障害（筆談対応）
- ・レーシング

※その他も相談に応じます

講習料金：

《キンダーレッスン（年齢4～6歳）》

3,000 円／1時間（少人数制、おやつ休憩付）

平日	土日祝日
10:00～11:00	10:30～11:30
11:00～12:00	12:00～13:00
13:00～14:00	13:30～14:30
14:00～15:00	14:40～15:40
15:00～16:00	15:40～16:40

《ジュニアレッスン（小学生）》

《レギュラーレッスン（一般人）》

1レッスン（90分） 3,800 円

2レッスン（180分） 5,900 円

3レッスン（270分） 8,000 円

平日	土日祝日
10:00～11:30	10:30～12:00
13:00～14:30	13:30～15:00
15:00～16:30	15:10～16:40

レッスン料金はジュニアレッスンと同じです。

平日	土日祝日
10:00～11:30	10:30～12:00
13:00～14:30	13:30～15:00
15:00～16:30	15:10～16:40

《ハンディキャップレッスン（対象：障害者）》

①8,400 円／1時間

※リフト券、用具レンタル料は別。

②15,000 円／2時間

③20,000 円／3時間（13:00～のみ）のみ

④宿泊プラン（平日限定）

・エンジョイパック

90分レッスンと1泊宿泊・リフト券付

22,000 円～（1室2名から）

・マスターパック

90分レッスン2回と2泊宿泊・2日リフト券付

42,000 円～（1室2名から）

問い合わせ先：

ゲレンデスクールハウス

TEL: 0268-69-2727

事務所（ホテルアンデルマット内）

TEL: 0268-69-2002

エコバレースノースポーツスクール

検索

あったかグッズ特集 この冬を乗り越えよう！

N市に住んでいるOです！私は障害により、体温調整ができないので、真冬は身も心も寒さが厳しくなってきました。こんな私…暖かいぬくもりが欲しいです。そこで、最新の防寒グッズをいくつか紹介します。

【電熱ヒーター式防寒具「ぬくさに首ったけ」 (ブルゾン/ベスト)】

首や背中をヒーターであたためる上着です。

「首・背中・腰」全身に集中させたタイプのブルゾン(袖を外せばベスト)、「首後部・背中」の電熱ベストがあります。両サイドには伸縮性のある生地を採用しており、様々な体型にジャストフィット！バッテリーを外せば、初春・初秋でも通常の上着として利用できます。

手袋、靴下もあります。

メーカー：株式会社ライトスタッフ

仕様：



	ベスト	ブルゾン
サイズ	SM/ML	SS/S/M/L/LL
本体重量	250g	430g(Sサイズ)
カラー	SM(オレンジ) ML(ブラック)	全サイズ(ブラック) ファスナー色： SS(ブラウン)/S(ピ) M(ブラック)/ L(イエロー)/LL(ブルー)
発熱時間	強：3時間 中：4時間 弱：7時間	強：3時間 中：4.5時間 弱：7時間
価格	14,800円	19,440円

問い合わせ先：クマガイ電工

TEL：072-992-6611

ぬくさに首ったけ

検索

【着る毛布 ヌックミィ/NuKME】



毛布を羽織るというより着る！という感じで、とってもあったかくてリラックスできます。

半纏、ちゃんちゃんこよりもオシャレなルームウェア。男女兼用フリーサイズで、前後着用可能。

冬の節電対策にもなります。

メーカー：ヌックミィ

仕様：サイズ着丈 180cm/フリーサイズ(男女兼用)

素材ポリエステル 100%

ヴァームフリース TM 使用

カラー 全 37 色

付属品 不織布 BAG

価格：3,980円(税込)

ヌックミィ あったかグッズ

検索

【デスクヒーター DEH-45-T】

自宅や仕事場の机の下に取り付けるだけで、足をやさしく暖めるデスクヒーター。専用のカバーがフリースカバー(洗濯可)。なので、暖かさを逃がしません。

マグネットや両面テープで、机の下に簡単に取り付けができます。3時間自動オフタイマー付きで、温度の上がりすぎを防ぐ安全機能付きです。



メーカー：アイリスオーヤマ

仕様：

●商品サイズ (cm)

本体：幅約 46×奥行約 35×高さ約 3

専用力バー：幅約 50×奥行約 40×高さ約 37

●重量

本体：約 880g (取付金具含む)

専用力バー：約 180g

●電源：AC100V 50/60Hz 共用

●消費電力：90W

●発熱体：コードヒーター

価格：6,800円(税込)

問い合わせ先：

アイリスオーヤマ アイリスコール

TEL：0120-211-299

アイリスオーヤマ デスクヒーター

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

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

今年も終わりますね。年のはじめから「国連障害者権利条約」の批准など、いろいろあった今年、読者の皆様にはどのように過ごされたのでしょうか。本誌は今年も“自分で取り組む”ことの実践例を多く載せてきました。

自動車メーカーのマツダのCMではありませんが、「自分の行く道を、自分の意思で選ぶ人になろう。」が、本誌の一貫したコンセプトです。本誌の情報が、みなさんが道を選ぶときのお役に立てたなら、とてもうれしいです。

あんなことをしたい、こんなことをしたいがどのようにすればできるか、などのご質問やご要望、あるいはご意見をどしどしお寄せください。

本誌では、できるだけそれらにお応えすると共に、紙面づくりに活かしていこうと思っています。

(ナベ)



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》1月10日、24日、31日

2月7日、21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 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》1月17日

2月7日、21日(要予約)

いずれも土曜日、午後1時半から

事前にご連絡下さい

《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



福祉情報誌オンラインショップ

AJU福祉情報誌オンラインショップを開設しました。あなたの家まで年間購読や最新各号のバックナンバーを郵送するだけでなく、インターネットからダウンロード販売も行えるようになりました。

お支払方法は次の3つです。

- ① 銀行振込(ゆうちょ銀行)
- ② 郵便振替
- ③ カード決済(Paypal)

問い合わせ先:

AJU福祉情報誌発行委員会(担当:水谷)

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

TEL: 052-841-9888

FAX: 052-841-1015

福祉情報誌オンラインショップ

検索

※年間購読でダウンロード版をご希望の方は、編集部までご連絡ください。

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



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

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