

KSKP



とく て い ひ え い り か つ ど う ほ う じ ん

特定非営利活動法人 リアライズ

リアルライフNEWS

ぼり ゆー む

vol. 11

1984年8月20日第三種郵便承認

毎日発行

はや 早いものでもう 11月!

そしてはやいものでリアライズ NEWS も 11号!!

ちょっと遅くなりましたがリアライズの最新情報をお届け致します!!!



リアライズヘルパー研修合宿にて (2010年 9月 12-13日)

とっ
げき!

新企画!!

となりのばんごはん!

※※※けっしてパクリではありません※※※

「とっげき!となりのばんごはん!」ということで、^{はじめ}始めましたこの企画! ^{ふだん}普段一緒に活動している仲間が一体どんな生活しているのか、リアルライフニュースの読者の方にはなかなか紹介するチャンスがないので、せっかくやからちょこっとのぞいてもらいましょう!

第1回ゲスト!

第1回(続けば良いなという期待を込めて)は、リアルライフ初の自立当事者である、リアルライフニュースにも度々登場している、おなじみ!辻田奈々子さん(奈々ちゃん)の家におじゃましました!今回、インタビューするのは、リアルライフコーディネーター・宮元有規子が「よ〇すけ」ならぬ宮すけとして、ずうずうしくお邪魔させていただきました♪

ぷろふーる

辻田奈々子さん(ななちゃん)

現在、桃山学院大学4回生

で一年半まえに自立生活をスタート(詳しくはリアルライフニュースVol. 5を参照)骨形成不全症で24時間介助をつかって生活中。好きな食べ物^たは鶏肉、たらこ、鮭☆



です♪

宮すけ: 今日は何つくってるの?

辻田: おやこどん

宮すけ: おお! ななちゃんは毎日自炊してるの?

辻田: 毎日ではないですよ。週に3,4回くらいですかね。あ、鶏肉6等分ぐらいに切れる?(指示)

宮すけ: ななちゃん
鶏肉 すきや
んね

辻田: そおなんです
よ! 鶏肉め

っちゃ好きなんです

辻田: あ、お鍋出して、水を50ccの半分入れて、めんつゆを50ccの線まで入れて・・・(指示)

宮すけ: あ・・・今忙しいね。黙っときます(笑)



某日18:00奈々ちゃん宅

前日の突然のオファーに快諾してくれた奈々ちゃん宅に行くと、ちょうど夕飯の支度中! 奈々ちゃんはいいつもヘルパーに指示を出して料理をしているの

おーけー
OKです

お肉6等分
できるかな?



…しばらくして

宮すけ：レシピってどこで調べてるの？

辻田：Yahooレシピです！しんどい時とかは、適当に作るんですけど、ちゃんと作る時はいつもYahooレシピで調べてるんです。

宮すけ：最近は何を作ることが多いの？

辻田：最近はそうめん凝っていて、にゅうめんとかそうめんチャンプルとか作ってます♪お味噌汁ににゅうめんはヘルパーさんも気に入ってくれて、家で作ってくれてるみたいです

宮すけ：そうめんチャンプル？すごいなあ！自立当初学校にお弁当とか作って持ってってたよね。

辻田：そうです、学校行く3時間前に起きて、毎日野菜サラダとか作って持って行ってましたけど、毎日一緒に飽きてきてやめました（笑）
草食動物みたいに毎日3食生野菜食べてましたね（笑）

宮すけ：（笑）料理で失敗とかある？

辻田：前に、ペペロンチーノ作ってて、とおがらし炒めたらヘルパーMさんがうずくまってむせまくりで（笑）これやばいわ！！ってなってやめるわ！！ってことがありました（笑）

宮すけ：えらいことやん！！（笑）有毒ガス発生やん（笑）指示しながら料理って難しい？

辻田：火加減とか難しいです。鍋の中って見えな



ななちゃん' S
コレクション♪

いので、難しいですね～。あ、もう卵いれて火加減弱火で（指示）

…そうこうしているうちに完成



宮すけ：どうですか？出来栄は（笑）

辻田：おいしいです♪

宮すけと一緒にいったひいちゃん（常勤ヘルパー）

もいただくことに♪ひいちゃんからはしっかり味でおいしい♪と感想をいただきました。



宮すけ：友達とかにごはんご馳走したりしてるの？

辻田：はい、友達に作ったり、一緒に作ったりしてますね～

宮すけ：彼氏とかにはつくりたい人？

辻田：作った方が株上がりますよね（笑）

宮すけ：株上がるから作るん？（笑）

辻田：それは冗談ですけど（笑）料理とか色々私ができる方ですね（笑）

…その後、タイプの男性の話等盛り上がりましたが、割愛で…（笑）

自立して一年半、今思うこと…

宮すけ：最後に自立して一年半ですが、今思う自立生活はどうか？

辻田：難しいですね（笑）学生で自立できて良かったなと思います。友達と、放課後とか休日一緒に過ごすことも前は難しかったので、今は出来るので良かったと思う。以前は家族とも距離感が近すぎて、ケンカもよくしてたし、親の介助を受けることは結構制限もあったりでしんどかったんですけど、今は、家族との距離が離れたことで、母や姉の気持ちも考えるようになって、家族のことを思える

ようになって楽になった。それが一番大きかった。絶対、今後もずっと自立生活を続けていきたいなと思います。

宮すけ：今日はどうも急なお願いを聞いていただきありがとうございます（笑）次はだれが良いと思う？

辻田：そうですね♪ ○○さんのお宅で（笑）

今回唐突に始まったこの企画ですが、この企画を通して、リアライズに関わる仲間をたくさん紹介できればと思います！次回は誰の晩ご飯をのぞくのか？次回こうご期待！！

じょうほうとっきゅうびんと一ますの情報特急便

リアライズの“と一ます”です！前号から始まりましたこの企画、すでにネタ切れの予感です（^-^）；どこかにお得情報ありませんか？って探してましたら、「電車の割引ってけっこう知らない人いてるんちゃう？」って意見がありました。障害当事者ならいつも使ってるので知ってるでしょうけど健常者の人って案外知らないのかもしれないかもしれませんね。というわけで電車会社別でまとめてみました。身体障害者手帳等に記載されている種別（1種・2種）によって受けられる割引が変わります。特急券などは割引対象外なのでご注意ください。ちなみに大阪市在住の方は、各区の保健福祉センターで申請すると、大阪市営地下鉄では別の割引が適用されます。泉大津在住の僕としてはうらやましかぎりっす。以上、情報特急便でした。

てつどうがいしゃべつしょうがいしゃわりびきひかく 鉄道会社別障害者割引比較

※2種では介助者は割引対象になりません。

てつどうがいしゃめい 鉄道会社名	1種・2種の本人単独乗車の場合		1種で介助者と共に 乗車する場合
	かたみち 片道101km未満	かたみち 片道101km以上	
じえいあーるにしにほん J R 西日本	わりびき 割引なし	はん 額 (10円未満切捨て)	共に半額 (10円未満切捨て)
してつかくしゃ 私鉄各社	わりびき 割引なし	はん 額 (10円未満切上げ)	共に半額 (10円未満切上げ)
おおさかしえいちかてつ 大阪市営地下鉄	わりびき 割引なし	はん 額 (10円未満切上げ)	共に半額 (10円未満切上げ)

たんじょう

パイオニア誕生!!

緊急告知

先月号でリアライズサロンスペースを皆さまにご紹介させていただきましたとおり、サロンスペースとして事務所の隣に場を借りたわけですが、活動を進める中でサロンスペースに集まった地域の当事者から「自分たちの手で活動の場を作りたい! 活動の場を作るため当事者グループを作ろう!」という声があり、リアライズのサロンとして活動するのではなく、サークル活動からはじめる、地域の当事者のサークル、「地域生活センターパイオニア (=開拓者)」が誕生することと相成りました!

現在、パイオニアは岡田くん、川本くん、泉本さんと、

大学休学中の辻田さんという4名で活動中です☆

設立から間もない、11月某日…。パイオニアを地域の
方々に知ってもらうために何かやろう! と言うことで、

「パイオニア☆Café」という地域交流イベントを行いました!

4人のメンバー達は、雨にもかかわらず、4日間も泉大津駅
で街頭に立ち、地域のみなさんへ協力のビラまきを行ったり、想いを叫び続け、なんと! 30,975円もの活動資金
の協力を得ることができました! メンバーたちはその活動資金を基に、障害のある人たちや、地域の皆さ
んに交流の場を提供したいとの想いで、ああでもない、こうでもないと準備を重ね、本番に備えていました。

そして、パイオニアCafé当日……。結果は……。!?

障害のある当事者や家族、地域の人も含めたくさんの訪問者があり、また、桃山学院大学からボランティア
の協力も得ることができ、大盛況に終わりました!! パイオニアのみなさん、お疲れさまでした!

今後も、リアライズではパイオニアを応援し、リアルライフニュースでもお知らせしたいと思ひます!

メンバーより ごあいさつ



代表 おかちゃん (岡田)

泉大津市を25年間見守り続け

ている身としてパイオニアの誕

生は大きな期待を感じます。

泉大津市の障害当事者の一人として精一杯開拓 (パイ
オニア) していきたいと思ひます!

マキちゃん (泉本)

活気あるメンバーで泉大津をパワフル
に盛り上げていきたいと思ひます!

かつを (川本)

色々な人と交流をして、仲間の輪
が広がっていけばいいなと思ひます

ななちゃん (辻田)

手伝いの身ですが、皆さんと一緒に泉州
地域を盛り上げていきたいです♡

はじめまして! パイオニアです!!

手伝い中♪



自立生活センター・リアライズ

2010年度ヘルパー研修会報告

リアライズのヘルパーは、当事者とコミュニケーションを通して本人の思いに沿った、当事者主体に基づいた介助を行っています。今回の研修会では、これまで言語障害者と接する機会があまりなかったヘルパーたちが、言語障害当事者である講師のお二人とクイズなどを交えながら楽しくコミュニケーションを交わしながら、介助者として大事にしなければいけない姿勢（当事者主体）について考えました。

第2回目 テーマ：「言語障害のある人とコミュニケーションをとってみよう！」

日時： 2010年6月27日（日曜日）

場所： リアライズフリースペース

参加者： 18名

すぺーすしゃとる（作業所）代表

坂口 登 氏（脳性マヒ）

自立生活センター・リアライズ利用者

泉本麻木子氏（脳性マヒ）

I. 「言語障害とは？」

一般的に言語障害とは、言語の適切な理解と表現が困難な状態を指します。

今回、講師をして下さったお二人は、共に脳性マヒという障害があり、言語障害も伴っていて、一つのことばを言うのに時間がかかったり、発音がはっきりしないため、周囲の人に言いたいことがうまく伝わらないことがあります。

それに対して周りは、本人からの言葉に耳を貸さずとせずに周囲にいる人に訊こうしたり、声を掛けるのをためらったりするというような反応を示す人、度々出くわします。そのような態度は、本人を無視し、その人を何もわかっていないとして扱っている差別的な態度であると言えます。

言語障害は、初めのうちは相手が何を言っている

のかわかりづらく、何度も繰り返し言ってもらわないとうまく聞き取れないと言うのは誰でも同じ状況です。しかし、そこで聴き取ろうとすることを諦めずに相手の言葉に根気強く耳を傾ければ、段々と耳のほう慣れてきて、誰でもスムーズに会話をすることが出来るようになっていきます。そう考えると、言語障害とは周囲の関わり方によって障害の有無が決まる障害ということが出来ます。



第一部『登さんとマキちゃんは、何を話しているのでしょうか？—早抜け！リレークイズ—』

お二人に「恋愛、おもしろい話、趣味」をテーマに語ってもらい、聴き取りをクイズ形式にし、チーム

に分かれて勝ち抜き戦をして競い合いました。

語ってもらった内容をここでいくつか紹介します。

— 登さん談 —

「俺がアパートの部屋にいと、突然隣の部屋に住む子どもが入ってきて、俺が食べるのを楽しみにしていたハーゲンダッツのアイスクリームを冷蔵庫から勝手に取り出して食べたんや。」

「最近、『余命一ヶ月の花嫁』を観たんやけど、花嫁役の榮倉奈々（えいくらなな）がキレイ過ぎるやろ！ あんな絶対おれへんで！！ 花婿役の瑛太がカッコよ過ぎるやろ！ そんなありえへんで！！」 どちらのエピソードも熱く語っていただきました。

— 麻木子さん談 —

私の卒業論文のテーマはなんでしょう？

「ユビキタス空間」

ほとんどが、言語障害に初めて接したヘルパーたちは、珍回答を連発し、勝ち抜きクイズ形式で行った為、笑いや周囲からの「なんでやねん！！」という突っ込みもあり、聴き取りは白熱して盛り上がりました。

第二部『登さん&マキちゃんと座談会』

第二部では、全体を二つのグループに分け、登さん、麻木子さんにそれぞれ入ってもらい、お二人を中心にフリートークをしてもらいました。



座談会では、積極的に質問をして話をした人、黙って聴いていた人、緊張している様子もありながらも、お二人からの言語を聴き取ろうと意識を集中していました。

ただ、話の内容でわからなかった部分について、大勢の前で「もう一度言ってください」と訊きづらかったというのはあったようでした。



— 振り返り —

今回の研修会に参加したヘルパーは、初めて言語障害者に接する人、介助で接している人がいましたが、楽しみながらコミュニケーションを交わすことができたようでした。また、研修会を通して、コミュニケーションとは、相手のことに関心を持ち、発することばを聞き、わからなければわかるまで繰り返し言ってもらうこと。わからないのにわかったふりをして聴いているのは、相手の思いを無視してしまっているのと同じこと。その人のことを知ろうとし、一緒に過ごす時間を重ねることが大事なことだということが実感できたように思いました。



第3回目 テーマ：「指示に基づく介助とは？」

日 時： 2010 年 9 月 19 日 (日曜日)

場 所： リアライズフリースペース

参加者： 17 名

内 容： 車いす体験を通して、当事者役、介助者役に分かれ、当事者役では、当事者の目線、指示を出す
ということの難しさを体験し、介助者役では他者の介助を見ることで、自分の介助を見つめなおす機会を
もち、介助者としてどうあるべきかを考える。

2010 年度第3回リアライズヘルパー現任
研修では、昨年度の研修でも行った「指示に基づ
く介助とは？」というテーマを再度行いました。

昨年も参加し、二度目の参加となるヘルパーもいま
したが、車いすで行く場所も違えば、展開も違い、
また違ったことを感じることで出来たようでした。

今回は、おなじみの川本将勝氏 (パイオニア) と
辻田奈々子氏にお手伝いいただき、3 班に分かれ
行いました。

行き先は、西野班が日本橋方面、川本班は鶴橋方面、
辻田班は心斎橋方面になりました。

当日は、

(ルール1)：当事者役は手足は使わない！

(ルール2)：当事者役は全ての行動を、介助者に
指示を出して行う！

(ルール3)：介助者は指示がなければ動かない。

(ルール4)：午前中は、介助者も当事者も楽しく
しゃべりながら行う。午後は、介助にのみ集中！
というルールのもと行いました。

各班、違った場所に行き様々なことを感じたよう
ですが、指示を出して介助者を動かし、自分の頭の中
にある事を、具体化するという事は、本当に難しい、
疲れる、微かな感覚を言葉に出来なかった
等々、当事者役を体験したことでの感想は、一様に
皆が感じたようでした。その感想から、介助者も
当事者が考えていることを的確に理解出来るよう、





ただ、聞いた言葉の通り動くだけでなく、介助者の側からも理解しよう、知ろうというアクションが必要だと感じたとの意見もありました。また、ルール4を行ったことで、電車の中や、移動中介助者同士が楽しく談笑し続けていると、指示したいことがあっても、話が途切れるのを待っている自分がいた、自分の頭上で言葉が交わされ、ポツンと



疎外感を感じた等感想がありました。人によっては、指示を負けじと出していました、なかなか



か難しいという感想が多かったです。

辻田班では、買い物したいという要望から心斎橋ロフトで自由に買い物しようということになったのですが、そこ

で、当事者役のあるヘルパーが、ハンドクリームを

見たいので行こうとすると、ハンドクリームのある階は、エスカレーターしかなく、エレベーターは止まらないという事実が発覚し、諦めようと一旦したのですが、店員に聞いてみようということで、聞いたところ、貨物用エレベーターで行けたと



いうことがありました。いつも自分たちがよく行く街も、車いすで行くと、すごく周りをしなくてはならなかったり、行けない場所が沢山あったりすることを実感したと共に、諦めずに言うことで、出来るようになったり、改善してもらえたりすることもあるのだと感じたエピソードでした。

今回の研修では、各班、買い物をしたり、趣味の物を見て回ったり、外出を楽しみながら研修をすることが出来たようでした。その中で、西野班は電機店の防犯用のゲートで西野氏が通るたびに、アラームが鳴り、ドロボウ扱いされるというハプニングがあったり、川本班ではキムチやトック等、お土産を皆たくさん購入したようで、電車がキムチの臭いでいっぱいになったりと色々あったようですが、楽しく、気付くことも多く、充実した研修になったのではないかと思います。

リアルイズではヘルパー全員がよりよい介助を行えるようにしっかり研修を行っています。今年の研修は、予定通り3回終了しました。残すは後1回のみ、12月19日に行います。次回も素敵な講師をお呼びして、「障害者運動」について勉強します。

フィールドワーク始めました!!

フィールドワークって何?

作成者: フィールドワーク担当 山本 啓司

昨年度から、リアライズでは、桃山学院大学のフィールドワークを受け入れを行っています。

フィールドワークとは、桃山学院大学社会学部社会福祉学科の1回生を対象とした必修の科目であり、社会福祉の現場を見学し、体験することを目的としています。



●名前: 山崎 卓平 (リアライズネーム: たっくん)



●名前: 徳尾野 綾子 (リアライズネーム: ぐっちゃん)

※ 前回の通信で山崎君の漢字を間違えてしました。「山崎」君ではなく「山崎」君です。申し訳ありませんでしたm(_ _)m

前回フィールドワークでは、自立生活センターの役割について学習しました。今回は、机の上での勉強から少し離れて、外に出て、バリアフリーチェックをすることになりました!!

しかし、健常者だけでは、健常者からの視点しか見る事ができず、名前だけのバリアフリーチェックになってしまうのは間違いありません。そこで、障害当事者に参加してもらうため、パイオニアのメンバーに呼びかけ、川本君、岡ちゃん、マキちゃんに協力していただきました!

第3回フィールドワーク バリアフリーチェックをしよう!

「誰もが安心して利用できる公共交通機関とはどんなものでしょう?」をテーマに、南海本線泉大津駅、岸和田駅をチェックしに行きました! たっくん、岡ちゃん班とぐっちゃん、マキちゃん班の2グループに分け、調査を行いました。そして、パイオニアバリアフリー隊の隊長である、川本君に講師をしてもらいました。参加学生の2人はバリアフリーチェックをするのは初めてということもあり、ちゃんとチェックできるのかなと心配な様子でした。





じつ こんかい ちょうさ じぜん かわもとくん ちょうさ たいしょうてき えき
 実は今回の調査では、事前に川本君から調査をするなら対照的な駅のほ
 うがよい気づきができるのではないかとという提案がありました。そこで、
 いぜんつうしん ほうこく はってんとじょう いずみおつえき
 以前通信でも報告しましたバリアフリー発展途上の泉大津駅、そこそこバ
 リアフリーな岸和田駅の二か所を選びました。

はなし もと しんぱい がくせい とうじしゃ さまざま
 話は戻り、心配そうな学生たちをよそめに、当事者たちは様々なバリア
 に立ち向かっていきました。いずみおつえき わ か や ま ほうめん ゆ
 泉大津駅の和歌山方面行きは、エレベーター
 がなく、駅員に抱えあげをしてもらわなければ移動することができなかつ
 たり ぎやく なん ば ほうめん ゆ しょうがいしゃよう
 逆に難波方面行きは、障害者用トイレがなかったり…。学生たちは
 そんな当事者の姿を見ると、健康者だったから見えなかったものに気づ
 けていけたようです。じぶん ふつう つか えき くるま
 自分が普通に、いつも使っている駅が、車イスに乗
 っているというだけでこんなにも使いにくいだと気付いたとの感想があり
 ました。

きしわだえき かわもとくん しかくしょうがいしゃ ひつよう ないほうせん
 岸和田駅では、川本君から視覚障害者にとって必要な内方線についての
 はなし き はん ないほうせん さが
 話を聞き、それぞれの班が「内方線ってどれや？」と探していました。た

っくん、おかちゃん、そしてにわかバリアフリーファンの山本が内方線を探し、それらしき物と見つけ、「こ
 れかこれか！」と喜びました。それは、駅員の「白線の内側まで下がってください」のフレーズでよく知
 られる「白線」です。「やあ白線を足で踏んで、その凹凸に気づける視覚障害者の人の足の裏ってすごいな
 あ！」とみんなで驚きました。しかし事務所に帰り、報告会をしているときに、ないほうせん わだい かわもと
 君から「それは違う～！それはただの白線やろっ！」とつつこまれ、せいかく ないほうせん さんざい し
 正確な「内方線」の存在を知りまし
 た。「やっ俺らも白線の凹凸に気づける人ってすごいなあって話をしてて
 っ…やっぱり白線は内方線じゃなかったなあ～」と山本たちの苦笑いはむ
 なしく部屋中に広がりました（笑）

※この笑い話は内方線を知っている人にしか分からないと思います。知
 らない方は是非、最寄りの駅に立ち寄り、内方線を探してください☆

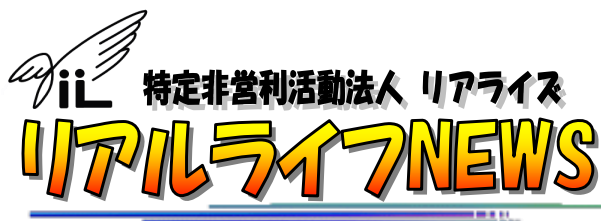


参加学生 の感想

- けんばいき たか えきあんないず い ち たか くるま りようしゃ すこ たか しょくちず
 ・券売機の高さや駅案内図の位置の高さは車イス利用者にとって、少し高いことや、触地図がある
 にも関わらず、そこまでの誘導ブロックがないことなど色んな所に気づくことができてよかった。
- なか かがみ ひつようせい ないほうせん しょくちず さんざい し よ きたくじ
 ・エレベーターの中の鏡の必要性、内方線や触地図の存在を知ることができて良かった。帰宅時に、
 じもと えき み すす
 地元の駅を見たが、あまりバリアフリーが進んでいないことに気づいた。

こんかい とお たい きようみ も おも
 今回のフィールドワークを通してバリアフリーに対する興味を持ってもらえたかと思ひます☆

みな いそが なか きようりよく やまもと
 パイオニアメンバーの皆さん、忙しい中、ご協力ありがとうございました！！(山本)



目次

- 新企画 とつげきとなりのばんごはん！ (P.2-4)
- と一ますの情報特急便(P.4)
- パイオニア誕生！ (P.5)
- ヘルパー研修会報告 (P.6-9)
- フィールドワーク報告 (P.10-11)

編集後記

今回の編集担当と一ますです。毎号毎号楽しみにして頂いた方、発行が遅くなってしまう大変申し訳ありません。なんとか無事発行にこぎつけたと思ったら・・・もう新年号の時期ですね（汗）

リアルイズは日々前進し続けておりますので今後ともよろしくお願い致します！

もう2011年が目の前に！2010年始の自分の抱負は「5キロ減！」でしたが・・・結果は惨敗です（大汗）ちょっと気が早いですが来年に期待したいと思います。

それではみなさま、少し早いですが、2010年はお世話になりました、来年もよろしくお願い致します！

by と一ます

《発行人》

関西障害者定期刊行物協会

〒536-0015 大阪府天王寺区真田山町2-2 東興ビル4階

《編集人》

とくてい ひ え い り かつどうほうじん

特定非営利活動法人 リアライズ

〒595-0071 大阪府泉大津市助松町1-3-33エクセラート北助松1階 店舗4

TEL : 0725-22-7716 / FAX : 0725-22-7746

URL : <http://www012.upp.so-net.ne.jp/Realize/>

定価 : 100円