



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

ニュース

# リアルライフ NEWS

ボリューム

# vol.26

ご拝読の皆さん、いつもお世話になっております。

リアルライフニュース 26号のお届けでございます。この刊行物は、2019年度の事業報告や、スタッフからのご挨拶などを掲載しております。ご拝読、よろしくお願い申し上げます。

さて、2020年度のリアライズは「向上・支え合い」を掲げて頑張

ってまいります！

今年度もよろしくお願いいたします！！



# じぎょう ねんびょう 事業 年表

ねんど かつどう ねんびょう  
2019年度の活動を年表にまとめました！

が  
4月

- 【リアライズ新年度全体会】
- 【「インディペンデントリビング」説明会&トークショー：参加】
- 【ピアカウンセリング集中講座in愛媛県：参加】
- 【他団体生活介護in NPO法人はあとなあ BBQ：参加】

が  
5月

- 【現任研修「介助者をつかった調理」】
- 【障害者の自立と完全参加を目指す大阪連絡会議総会：参加】
- 【スタッフ交流会「祝！令和！鍋Party」】

が  
6月

- 【2019年度第28回全国自立生活センター協議会協議員総会、職員研修会：参加】
- 【重度訪問介護従業者養成研修6月コース】
- 【関西カウンセリングセンター古今道さんとの交流会】
- 【スタッフ壮行会】
- 【メインストリーム協会主催「筋ジスの自立生活とは？筋ジス病棟から自立生活へ〜」：参加】

が  
7月

- 【2019年度障大連総決起集会：参加】
- 【京都JCIL来所&交流会BBQ】
- 【介助者新人研修】
- 【神戸学院大学現代社会学部 前田拓也さん来所】
- 【新人研修】
- 【オールラウンド交渉：参加】
- 【和泉中央駅桃山学院大学間エレベーター完成現地立ち合い】

が  
8月

- 【ボクシングWBA世界ライトフライ級1位久田哲也選手BBQ交流会】
- 【夢宙センターノアさん帰国後報告会：参加】
- 【NPO法人須磨ユニバーサルビーチプロジェクト海水浴】
- 【和泉中央駅桃山学院大学間エレベーター設置完成取材】

が  
9月

- 【現任研修「コミュニケーション研修～聴く力編～」】
- 【リアライズ合宿in兵庫県しあわせの村】
- 【スタッフ壮行会】
- 【東大阪開催「インディペンデントリビング」映画上映会：参加】

が  
10月

- 【久田選手ボクシング試合観戦】
- 【四天王寺大学「相談援助の基盤と専門職Ⅱ」講演】
- 【現任研修「コミュニケーション研修～伝える力編～」】
- 【羽衣国際大学学祭出店】

が  
11月

- 【泉大津市地域イベント「わいわいフェスタ」出店】
- 【DPI日本会議主催「第8回DPI障害者政策討論集会：参加」】
- 【映画「インディペンデントリビング」上映会】
- 【重度訪問介護従業者養成研修11月コース】
- 【現任研修「ながちゃんの自分史語り」】
- 【泉大津市「さんま祭り」出店：参加\*スロープ設置】

12月

【2019年度JIL全国セミナー：参加】

【リアライズ新人スタッフ歓迎会】

【障大連主催

「大阪障害者自立セミナー2019」：参加】

【第3弾いこライズ交流会】

【関西大学「福祉の利用者の方々からのお話から考える地域福祉プログラム」講演】

1月

【福井県指定訪問介護所fools

リアライズ来所：交流会】

【スタッフ壮行会】

2月

【重度訪問介護従業者養成研修2月コース】

【障害者の自立と完全参加を目指す大阪連絡会議  
全体会議：参加】

【バレンタイン介助者募集♡】

【「障害者が地域の中で生き生きと暮らすために  
～私たちができることはなんだろう～」：参加】

3月

【DPI日本会議主催 差別解消法見直しに向けてタ  
ウンミーティング in大阪：参加】

ホームページ

キューアール  
QRコード



フェイスブック

キューアール  
QRコード



\* 第1土曜日：泉大津TRY

\* 第2金曜日：リアライズ共有会（メンバー・スタッフが集まり、情報共有をします！）

\* 第3金曜日：リアライズ食堂（詳しくはHPをご覧ください！）

\* 第3土曜日：ピアサロン

\* 駅前介助者募集・現任研修・リアライズ内交流会は毎月随時開催！

\* リアライズでは、Facebook とホームページにて活動報告を随時更新して

おきます！

## みついたかお たいにん あいさつ 三井孝夫、退任の挨拶

20歳の頃、自分の寿命について健康者より短命であることを知り、自分の人生設計が周りの友人たちとは違う時間軸にあることを意識するようになった。

20歳になり、あと10年…。30歳になり…あと10年。新しい年代に差し掛かるたびに、その先10年の自分の人生設計を考えてきた。

20代は、泉大津に障害者の拠点を設定する「夢」を実現するための下積みを。

30代は、「夢」が現実となり、リアライズを設定。

そして、それから12年半の月日が経過しました。

「差別のない泉州を実現する。」

今すぐに実現するのは無理でも、バトンをつないでいけば100年後には実現できるのではないか？そんな淡い希望をもってやってきました。

そして、その最初の10年のリーダーとして、ともに活動する仲間を探し、障害者の権利・介助が保障されるように制度を改善し、ユニバーサルな街づくりのための障害者の社会参画に30代の人生を注いできました。

設立当初は弱小な団体だったリアライズも、今では自立生活を送るメンバーも障害者を応援してくれる仲間も増え、地域や行政からも認知され市の役割を担うまでに成長することが出来ました。

「自立生活」と「権利擁護」に取り組むことで、「障害者の差別されてきた人生そのもの」が、大きな意味とインパクトをもたらし、リアライズで活動してくれる仲間たちを引き付けてきたのではないだろうか。

自立生活を諦めずにきた障害者、活動するひとりひとりの想い、差別されてきた人生、これらの集合体がリアライズであり、障害者を主体とした団体である意味だと感じています。

「障害者主体」と「事業者としての責務」という相反するものを両立させ続けることで、これらのことが初めて実現できる。

理事長として、運動のリーダーとして、一番心を悩ませたのはこの1点でした。

しかし、この1点を疎かにすると事業体としての要素が強くなり、「単なるサービス提供者」になってしまう。また、「運動」に偏りすぎてしまうことで「継続性」を欠くことになってしまう。このバランスが絶妙に難しく、自分の力量とは別の次元で水のように形を変える永遠の課題だと実感したところです。

気づけば、設立13年目。40代のスタートラインを超え、30代の延長として今日まで目の前のことに頑張ってきましたが、そろそろ次のステージにむけた準備を行うべく、2020年6月30日を以って理事長を退任し、次世代のリーダー達にバトンを渡すことを決意しました。そして、自身は次世代育成のためのスタッフとして、リアライズにて活動することとなります。

つきましては、リアライズで自立生活を実現させた第一号であり、相談支援部門管理者として活躍してきた辻田奈々子を理事長とする新体制での新たなスタートとなりますが、皆様には、今までと変わらないご支援、ご尽力を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

最後になりましたが、設立準備会より私とリアライズを応援し続けてくださった皆様、私どもに役割を与えてくださる地域の皆様、そして、誰よりもリアライズの仲間みんなに、心より感謝の気持ちをお伝えいたします。

設立より12年半、温かいお心をくださり、本当にありがとうございました。



## しん だい ひょう つ じ た な な こ あ い さ つ 新代表！辻田奈々子から挨拶

2020年7月1日から理事長及びCIL代表に就任します、辻田奈々子です。

私はリアライズ設立時の18歳の頃に三井さんと出会いました。そこで初めて障害者の自立生活について知り、リアライズのメンバーに支えられながら私自身も20歳の時に自立生活を始めました。自立生活を送る中で人との出会いが広がり、自分への自信が持て、相手のことを思いやられるような人間になっていきました。

そこからおよそ12年間、人生の3分の1以上をリアライズの仲間と共に過ごしてきました。この12年間で自立生活を実現できた人や取り組みを始められた人は数多くいます。けれども、泉州地域では自立生活を送りたくても実現できずにいる障害者がまだまだいるのが現状です。

私自身の体験を通し、自立生活は単に家族の負担を減らし、地域社会を変える取り組みというだけではないと感じます。その人の人生を豊かにし、周りの人たちも元気になる、そんなポジティブな連鎖が生まれる生き方なのだと思います。しんどいことがありながらも一緒に考えてくれる仲間の大切さを常に感じ続けられる生き方でもあると思います。

私はこれからも自立生活の素晴らしさを発信し続け、1人でも多くの自立障害者の仲間を増やしていきたいと考えます！

まだまだ未熟で微かな私ですが、三井さんからのバトンをしっかりと受け継ぎ、どうか全国の皆さんに応援して頂けるよう、そして私も皆さんの何かお力になれるよう頑張りたいと思います！

## し ん じ む き よ く ち ょ う ち ん ぜ い ゆ う た あ い さ つ 新事務局長！鎮西雄太から挨拶

「代表の三井が退任する」そう聞いたのは、やっと暖かさを感じ始めた春先の会議でした。それまでも体調が悪い中、組織の代表として日々奮戦する姿を近くで見えていたので、もちろん限界に近いことは感じていました。それでも正式に退任の通達があって、私は「これからどうなるねん・・・。」と感じて、この席について深く考えられずにいました。如何に私がこれまで人任せで、無責任であったのかがうかがい知れる事とおもいます。

振り返ると、リアライズで活動を始めて、既に4年の歳月が経とうとしています。この4年という期間で自分の知識、経験はわずかかも知れませんが向上したでしょう。しかし“心”が十分に成熟していないということを痛感しています。つい最近まで下っ端の新人さん気分でしたから。

でもこれからはそうであってはいけません。「どうなるか」ではなく「どうしていくか」の主体メンバーとして、リアライズのスタッフ、当事者と共に先人達の熱い想いを受け継ぎ、そしてまた次の世代へと。今よりずっと素晴らしい泉州地域にしてバトンを繋いで行きたいと思います。新代表の辻田と共に日々精進してまいりますので、何卒宜しくお願い致します。

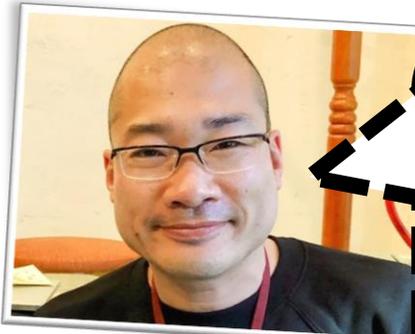
# スタッフから、 2020年度ご挨拶

昨年年度の振り返りと、2020年度の抱負を発表します！

## ミッチー【顧問・情報提供発信】

本年7月からは、理事長を退任し、新たな裏方（的な？）としての役割にチャレンジしていきたいと思っています！新たなチャレンジの前に…数年のあいだ放置してきた腰の療養も予定しています(-\_-;)V12気筒エンジン搭載だったはずが…40歳を過ぎて、旧車のエンジンのようにプスンと音を立てるようになってきました(笑)ちょこっとメンテナンスを行い、また新たな10年を走りたいと思います！！

2020年は、新しい世代へのバトンタッチの「成就」の年です♪リアライズの新たなステージに向けて、WAKUWAKUしていまーす☆



## とめさん【相談員】

みなさんこんにちは。しばらく休職しておりましたが、元気になって戻ってきました。

さて、この度リアライズは、世代交代をしました。2020年7月から、辻田・鎮西以下、若い人たちの体制で活動していきます。新しい体制でそれぞれが活躍できるように、縁の下の力持ちとして頑張っていきたいと思います。よろしくお願ひいたします。

## ひろし【生活介護管理者】

ニュースレターをご覧のみなさま、こんにちは。山本啓司です。

さて、今年の一年の抱負ということですが、自分自身にとって大きな成長につながる一年にしたいと思っています。成長できる素材の中には、多くの苦労があると思いますが、目の前の大変さだけでなく、その先に見えるものもきちんと見つめながら、進んでいきたいと思っています。

また、今後リアライズがこの地域で自立生活センターとして活躍していくために、全員がワンチームとなり、同じ志をもつための一年でもあられるように思います。ということで、必死のパッチでがんばりまーす！



## ひいちゃん【介護派遣管理者/コーディネーター】

皆さん、こんにちは！新年度になりましたね♪  
1年経つのが早いですー。昨年度はリアライズがどうあるべきかを考えさせられた1年でした。

今年は、自分がやるべきことを全うしつつ、みんなの力も借りながら活動に取り組みたいと思います(^^)

いろいろ悩みながらやっているリアライズ、みなさん、温かく見守ってくださいね☆



## ひえちゃん【事務長】

2019年度は長年一緒に活動してきたスタッフの退職が続き、変化を求められる年になりました。慢性的な人材不足、ライフスタイルの変化などに伴う働き方、それらを解決しながらCILとしてどうあるべきなのか？色々悩む日々ですが、課題にまみれながら大きく成長できた一年でもあったと思います。

僕の役割は経理で介助を通して考える機会はかなり減りましたが、目標は誰もが笑って生活出来る社会です。道のりは険しいですが明確な目標を持って、努力すれば必ず実現できると信じています。今年もよろしく願います☆



## ほっしゃん【コーディネーター】

昨年度は永田君の自立に向けて一緒に取り組まさせてもらい、経験がない中でやってきた分、不安や葛藤がありましたが、自立をスタートでき一言では表せきれないのですが、本当に良かったなと思います。永田君が施設から出た時の表情や言葉はずっと忘れられないです。

これからも地域で暮らせていける人を応援、サポートする内の一人として、やっていきたいです。



### はるお【コーディネーター】

2020年度でリアライズ活動歴13年目（常勤としては10年目）を迎えます。

これまでの人生、いろいろなことがありましたが、たくさんの人に支えられ、助けられたおかげで今までやってこれてきました。その中に、こんなことを教えてくれた人がいました。「目の前にいる人が少しでも生きやすくなるよう、その時その瞬間、自分にできる最大限のベストを尽くす。」

…ちょっとカッコよくまとめてしまった感が否めないですが、こうした考え方は今の自分を形成する大きな要因となっています。いろいろな人に支えられ、助けられてきた経験というのは、今の自分にとっては貴重な財産です。この財産を目の前にいる人たちや、これから出会うであろう人たちに少しでも還元できるよう、2020年度も突っ走りたいと思います。よろしくお願いします。



### のぶくん【介助スタッフ】

2019年度は映画「インディペンデントリビング」に出演するという貴重な体験をさせていただきました。自分の知り合いも観たようで「よかったよー！」と多くの声をいただきました。

2020年度もより充実した生活を送れたらなあと思っています。よろしくお願いします。



### ななちゃん【CIL理事長】

今年度も健康に気を付けながら、チャレンジと向上をモットーにやっていきたいと思っています！久しぶりに海外行きたい！（笑）



## しんぺー【介助スタッフ】

みなさま ひさ  
皆様お久しぶりです。しんぺいこと新里 翔平です。  
いっさくねん け が さくねん いくじきゅうか なが  
一昨年から怪我、昨年は育児 休暇と長らくおやすみさせて頂い  
ていましたが、今年4月から復帰させて頂くことになりました。  
ねが  
またよろしくお祈いします！心機一転な今年も「Impossible is  
Nothing！（不可能なことは何もない！）アディダススローガンより  
」の気持ちで頑張ります!!



## みかりん【介助スタッフ/情報提供発信/生活介護支援員】

どうも！生活介護の「活動補助」に配置変更となりました♪  
いやー、勉強しないとイケんとですね！本をたくさん読まんとですね！ど  
んな人でも生きやすい世の中になれ♪Let's coping♪  
職場をキレイな空間にしようと、日々整理整頓を意識しております！



## マミー【コーディネーター】

去年は個人的にドタバタし、うまく私生活と活動の切り分けができてい  
なかったような、振り返ればそんな気がしました。ただ、大変な時期こそ周  
りで支えてくれる人のありがたみや、あたたかさを再確認できた年でもあり  
ました。この一年も、自分の人生を1番にみんなが大切にしていけるよう  
そんなとしになればいいなあと思います。

リアライズに出会って10年たちました。まずは10年続けてこれたことに  
感謝と誇りをもって、これからも精進したいと思います。



6

## さおりん【介助スタッフ】

4月から復帰しましたさおりんです♪これからどんな事が待ち受けて  
いるのか今からドキドキワクワクしていますww  
今年度は自分の好きな事を増やしたいと思います♪今はドラマを録画  
してキュンキュンしたり、大好きな料理で家族の喜ぶ姿をみたりし  
てます。他に物を作ってみたいなって考えてます。^^  
人見知りな私ですが今年度からまたよろしくお祈いしまーす。



**なっち【介助スタッフ/サービス管理責任者】**

昨年さくねんは日々ひびいろいろなことむに向き合いあ続けたつづ一年いちねんでした。自分じぶんは  
いまいままでうまくかわわかってきたのですが、昨年さくねんはそうはいききませんでした。  
た。(笑)そのためわらい余裕よゆうがなくてまわ周りみがあまり見えませんでした。し  
かし、そんな自分じぶんに気づけてきよかったおちなとも思います！

今年ことしは自分じぶんのペースたいじを大事だいじにしつつ、今自分いまじぶんができるさいだいげん最大限の  
力ちからを発揮はつきできるようがんば頑張りばんばたいです。



**ひかりん【介助スタッフ】**

最近さいきんはリアライズかつどうの活動そそにもエネルギーそそを注ぎつつ、自  
分ぶんの時間じかんやからだたいせつでも大切にこころできるように心がけています。  
いつも助けてくれる人ひとたちに自分じぶんから頼るたよ訓練くんれんを今後こんごも重  
ねつつ、日々ひび変化へんかしていく環境かんきょうを楽しめるたのといいなと思っ  
ています♪



**ちんちゃん【事務局 長】**

昨年度さくねんどは自分じぶんのことやリアライズかんがのことを考えるかんがきっかけ  
の多いおお1年ねんとなりました。スッキリおおしたこともあればモヤが  
残るのこものも…

今年ことしはそれらふくを含めて、よりパワーアップねんできる1年ねんにし  
たいなと思います！



**てんちゃん【介助リーダー】**

こんにちは！今年ことしはまずから身体第一だいいちを前提ぜんていとして、今までいまやって来た  
ことを継続けいぞくし、新しいあたいことにもチャレンジじぶんして自分じ自身しん成長せいしてい  
ければと思おもいます。



# 新☆常勤スタッフ



## むーさん【介助リーダー】

去年度は介助に加え、様々なリアライズの活動に参加させていただきました。自分自身色々と変わってきたなと思うこともあれば、まだまだ力及ばずもっと成長しなければと思うこともありましたが、何歳になっても経験を増やし、様々なことを学んでいけるリアライズという場所に感謝しています。今年度はそんな感謝の気持ちを忘れずしっかりと持ち、微力ながらリアライズのかとなりスタッフ、当事者の方々と共に成長していきたいと思っています。

## てらっしー【介助リーダー】

2019年も色々とありました。が、2020年はより良い方向へ変化していけたらいいなと思います！よりポジティブに、自分自身はスキルアップを、リアライズはより普通の生活に良い影響を与えるように活動していけたらなと思います！



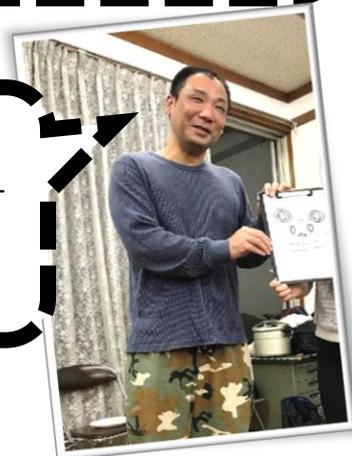
## ししまる【介助リーダー】

昨年10月に常勤スタッフになったものの、リアライズの活動にほとんど参加できていなかったのが今年の目標はリアライズの活動にどんどん参加して沢山のひとつなをつくることです！！



## たるさん【介助リーダー】

去年度は僕の体調不良が多くて納得のいかない日々でしたが、コーディネーターにも支えてもらえて感謝してます。今年度は体調管理をして年間を通して介助に入っていきたいと思っています。



## ピーさん【介助リーダー】

今年の4月から常勤スタッフになりました！右も左も分からないひよっこ状態ですが、頑張っています(^ ^)



# パイオニアメンバー

## おかちゃん【パイオニアメンバー】

いつもパイオニアを応援していただきまして、ありがとうございます！

去年度もいろんなことをやってきましたが、今年度も自分を磨いたりとか積極的なコミュニケーションとか、よりレベルアップしていきたいと思っています！

\*自炊のレポートも、ちょいちょい増やしていきたいと思っています(笑)



## ひろえちん【パイオニアメンバー】

私の目標は自分磨きをすることです。自分が少しずつ変わって、少しずつ新しいことをやっていけたらなと思います。



## かつを【パイオニアメンバー】

今年度の僕の抱負は、自分の体調管理をしつつ、今まで以上にリアライズの障害当事者・健全者が一丸となって活動していけるような場にしていくために、自分ができることを精一杯やっていきたいと思っています。



## バヤッシー【パイオニアメンバー】

昨年の3月に自立し早いもので1年が経ちました。4月の誕生日で58才になりますが、今年度も健康面・体力面を踏まえ、たうえで無理せず活動に参加していければと思っています。



りかちゃん【パイオニアメンバー】

今までと変わらず、自分のペースで活動をしていきたいとおもいます。あと、今は思っていることを突然言うので、これからは考えて伝わるように、はなしがしたいです。自分の好きなことをいっぱいしたい。



永田勇次；でし男【パイオニアメンバー】

去年まだまだ出来なかったことがあるので、今年もいろんなことに挑戦していききたいです。



# パイオニアの活動

## 「ピアサロン」

地域の障害当事者、家族や関係者が気軽に  
わりをもてる場として、月に1回開催していま  
す！

お茶やお菓子を食べながら自己紹介に関する  
ゲームや、会話などする交流をしています！

季節に合わせた食べ物や、装飾やゲームをし  
ます！

誰もが楽しむことができるゲームをするよ  
う、メンバーと支援員が共に試行錯誤をしながら  
より良いサロンの場になるよう、日々試行錯  
誤をしております！

## 「ランチ探しの旅」

月に1回、地域の障害者と一緒にランチを食  
べに出かけます。段差などがあり、車椅子で行け  
ないバリアのあるお店を探してランチをして、泉大  
津TRYのスロープ設置に結び付けます。

段差のあるお店を探し、スロープを持参して入  
店することで、お店側はスロープの必要性を実感  
し、泉大津TRYの活動を知ってもらうようにし  
ます。

現在までに、11店舗のお店でランチをしまし  
た！そのうち3店舗を泉大津TRYにエントリー  
しました！また、実際に1店舗にスロープを設  
置することができました！

## 「学校フィールドワーク」

初の試みとして、泉大津市穴師小学校で、4年  
生と一緒に学内のバリアを調査するフィールドワ  
ークをしました！当事者と生徒で共に学校を回り、「  
どこにバリアがあるか？どうすれば解消させるか？  
」を考え、「障害があっても、人の手を借りれば  
何でもできる」ことを伝えることに励みました！

和泉市の伯太高校で講演と、学内のバリアを調査  
するフィールドワークをしました！講演では、福祉  
の科目を選択している3年生が対象でした。長年の  
グループホーム生活を経て、自立生活を達成したメ  
ンバーが講師を担当し、「障害者が長年のグループ  
ホーム生活の中で経験を奪われるということはどう  
いうことか？」や「そのようなグループホームでの  
生活を経て地域で自立する上での心境がどのような  
ものか？」ということをお話しました。

## 「トイレマップ活動」

泉大津市に車椅子・多機能トイレの場所を把握で  
きるマップが無い場合、この活動を始めました！

車椅子トイレや多機能トイレの情報発信を目的と  
した投稿型スマートフォンアプリ「Check a Toilet」  
を活用しています。このアプリでは障害者の視点から  
見た時に足りない項目があるため、必要なチェック項  
目を加えるなど、より充実したトイレ調査になるよ  
うに取り組みを続けています。

スマホが無い人でも情報にアクセスできるように、  
将来的に冊子の作成を目指しています！

現在、生活介護パイオニアの活動による多機能トイ  
レのアプリ登録数は50件です！

\* ピアサロン・トイレMAP探しの旅・ランチ探しの旅 毎月定期的におこないました★

# バヤッシーが自立しました！

## 1. 自分史

1962年4月26日 泉 大津市春日 町で誕生。小学校に入った頃から走ると遅れだし、その頃は両親ともに「この子は運動音痴だ」と言っていました。小3の頃から背伸びができなくなったり、何も無いところでつまづいてこけたりしました。不安に思った両親に連れられ病院に行き検査等を受けるが「原因不明」と診断され、大阪府下の病院ではわからずじまいでした。

ようやく中1の時に「進行性筋ジストロフィー症 デュシャンヌⅣ型」と診断され、両親は「20才前後の命でしょう」と命の宣告を受けたそうです。医師のアドバイスもあって、専門病院に入院せずに短い人生を有意義に過ごすために、普通高校に進学させて、あえて普通の生活をさせる事を選んだそうです。命の宣告があったことを全く知らなかった僕は、一般の会社に就職する事もできました。

46才の頃にリアライズと出会い、移動支援を経て重度訪問介護を利用して現在に至っています。50才の時に診察を受けた大学病院で障害名の間違いを指摘され「シャルコー・マリー・トゥース病」と判明しました。まさに青天の霹靂な出来事でした。52才には血を吐き、「肺喀血」で入院、翌年53才で「心筋梗塞」で手術、生死をさまよいました。

## 2. 自立するまでの準備で印象に残っていること

自立を考え始めたのが51才の頃で、その頃はそれほど意識してなく、なんとなく自立しないとイケないのかなあぐらいで真剣には考えていなかったです。父が亡くなっていたうに、結婚して14年余りの兄が急死し、そのショックで母がアルツハイマー型認知症から誤嚥性肺炎で入院、いつ逝っても不思議ではない状況になっています。

この頃から親戚の一部の人も生活にまで口を出してくるようになってきました。そんな中で、他界した兄貴の家で兄嫁（お義姉さん）と暮らす事になりました。僕は介助を使っていたので同居でしたが、生活は別々にしてもらっていました。しかし、部屋が独立しているだけで、キッチン・お風呂・洗濯等は共有スペースのため、自分の好きな時間に入浴もできず、お義姉さんの生活の邪魔にならないような生活をし、遠慮と気遣いばかりの生活で疲れ果てました。その頃にお義姉さんの実家のご両親が体調を崩され、急遽同居する事になり、ますます肩身の狭い生活をしなければならなくなりました。この事が後押しとなって、自立を真剣に考えるようになりました。

2018年に当時相談でおられた長瀬翼さんに相談しました。その時の境遇も一部始終話し、相談に乗ってもらいました。そこからの展開はすごく早かったです。最初はお義姉さんに反対されるだろうと思っていましたが、1人暮らしを応援してくれるとのことでした。

前の家では半分1人暮らしみたいなものだったので、体験宿泊をせず、いきなり物件探しから始めました。リアライズでお世話になっている不動産屋さんに行きました。まずは賃貸物件から探しましたが、僕は普段の移乗を移動式リフターで、お風呂も据え付け型の専用リフターを使っているので狭く、設置できないとの事で諦めました。続いて1軒屋を探しましたが物件が見つかったも、元の住人の使い勝手のいいように建てられているので、自分には合わなかったです。最後に分譲マンションの物件を探す事にしま

した。分譲なら出る時の現状復帰も必要ないし、少く理想に合わなくても、リフォームすればいいと思い、5か所ほど見た物件の中で今の家で一番気に入りました。トータルで10件ほどの物件を見た事になります。金銭面は父親が亡くなった時に相続した土地を売って購入資金にしました。

### 3. 現在の生活

2019年の3月11日に新居に引越しし、荷物の運搬はリアライズの健康者に手伝ってもらいました。前の家は8畳の部屋にベッド等を詰め込んだ感じだったので正直狭かったです。新居は3LDKなので余裕で、将来24時間介護を使う際には1部屋を介護者の泊まり部屋にしようと思っています。もともと和室だった6畳の部屋をフローリングにして寝室にしています。トイレも寝室から直接入れるように、広げるのと同時にリフォームをしてもらいました。お風呂も専用リフターを取り付けてもらう事ができました。キッチンシステムキッチンで作業しやすい広さがあります。中でもこの家の一押しは、専用駐車場と専用の庭が付いている事です。ちなみにペットは飼っていいマンションだそうです。

ここに引っ越してきてから自炊をするようになりました。介護者に学生さんも多く、自炊の経験がなく包丁を使うのも初めてという人もいたので、僕が横についてレシピを見て指示しながら一緒に作ってきました。味付けの失敗もお互いの勉強になるからと思っています。パイオニアに行くときも自炊して冷凍庫に作り置きしたおかずやご飯を持って行っています。介護者からも少しは自炊ができるようになったと喜ばれています。

やはり1人暮らしをしてみても思ったのが、事実としてお金のやりくりや我慢しないといけない事も多々ありますが、家族・親戚に気遣いや遠慮しながら自分を押し殺していた頃比べると、お風呂も入りたい時に入れるし、出掛ける時間や帰宅時間を家族の目を気にせずに、自由にできるようになったのが一番大きいですね。皆さんそれぞれに乗り越えなければならない事も多いと思いますが、ぜひ1人暮らしに挑戦して下さい。きっと仲間が助けてくれます。

【文：バヤッシー】



「お風呂での工夫」

「クロスワードを楽しむ」



「ベッドに移動する工夫」

# 永ちゃんが自立しました！

## 1. 自分史

1989年6月6日大阪府岸和田市で誕生。

4か5歳の頃に自分に障害があると自覚した。理由は、祭り（だんぢり）の時に周りの人が立って走ってるのを見て、「なんで自分だけ立って走れないのか？」と思ったから。

家族構成は、父親、母親、弟2人がいる。子どもの頃の介助は母親がほぼ担っていた。

学校生活のエピソードでは、小学1年生の時は母親が学校でも介助をしていた。しかし、学校から「他の学校に行ってください。」と言われたので、障害学級と普通学級がある小学校に転校した。

中・高と養護学校に通った。学校では人気者（いじられキャラ）だったからなのか、生徒会長を務めた。

家の生活では、中学3年生くらいで初めてヘルパー（移動支援や、入浴介助等）を使い始めた。最初の頃は、異性介助だったので、いろんな事業所を変えながら高校を卒業するまで使った。

高校を卒業後1年間、自立を練習する為の入所施設で生活した。その後、家で生活しながら日中は作業所（就労B的なモノ）に通う生活をした。そこを4カ月程で辞めて、入所施設に入った。

## 2. 自立するまでの経緯

### リアライズとの出会い・・・

入所施設で生活中に、地域の人と仲良くなる為に作られた（障害の）当事者サークルに入っていた。（入所施設の中の就労Bに通う当事者から、むりやりサークルに誘われて参加していた。）

サークルの当事者メンバーから「なんばおにごっこ」を誘われて参加した時にリアライズと出会った。その時、ヘルパー派遣の事業所を探していて、「リアライズは楽しそうだな」と思ったので移動支援で使うようになった。

### 自立に向けての動き・・・

リアライズの移動支援を使いながら、僕の一人暮らしをしたい思いを伝えた。すると、リアライズのメンバーで僕と同じ障害がある、既に自立生活をしている当事者（川本）の家に行き、数名のリアライズスタッフと共に、「自立ってどんなものか？」という話をする機会を作ってもらった。その後、リアライズで僕の自立を応援するサークル的なものができた。『のれんの会』である。

のれんの会では、川本宅で自立に向けての話し合いや、近況報告を話し合う場として、月1ペースで集まった。（焼肉など、外食にもよく行った。）

2年半程その集まりを続けた後、リアライズの体験室での自身体験が始まった。最初、1泊2日で、リアライズの介助者と24時間の介助を付けて一人暮らしの体験をした。（自身体験をしながら家探しもしていた。）だんだん泊数を伸ばして、最終は1週間の自身体験をした。その後、物件が見つかり、「とにかく早く施設を出たかった」という思いと、不動産屋から「これ以上の良い物件は無い」といわれ、僕も気に入ったので、住む家を決めた。

移動支援で新居に必要な物を買に行ったり、いろいろしながら今にいたります。

はや しせつ で おち  
早く施設を出たかった思い・・・

しせつせいかつ いや こと  
施設生活は嫌な事だらけだった・・・。

### げんざい せいかつ 3.現在の生活

2019年10月21日に、今の自分の家に引っ越してきました。引っ越しは、リアライズの同級生のスタッフと介助者に手伝ってもらった。

引っ越したばかりの時は、時間の使い方がよく分からなかったけど、今は徐々に時間の使い方を自分で決められるようになったかな。料理も少しできるようになった。新居には、風呂に段差があったので、『ユータさん』にスロープの作成を依頼した。

自立して良かった事は、前より自分の時間が増えた事。今まで友人が少なかったけど、僕は友達・先輩が増えたような気がしています。

今、困っている事は、介助者とのやり取りが1番困っている。後、怖がりなので夜寝れない事。他はありません。

### つた こと 4.伝えたい事

もし今、施設で生活して「一人暮らしをしたいな」と思っている人がいるならば、手伝いたいと思っています。

理由は、自分が施設にいた時、「自由になりたい」と思っていたから。

【ながちゃん】



しんきよ  
「新居でゲームでし♪」

だんさかいしょう  
「段差解消もオシャレでし♪」



ふろ くふう  
「風呂は工夫してまし♪」

# こんなんしました！

## Byリアライズ

### かいじょしゃほしゅう 介助者募集

2月14日と言えば皆さん、何の日でしょうか？

そう！バレンタインデー！ということで、2020年2月14日（金）に「バレンタイン介助者募集♡♡」

と題して、世間のイベントに便乗し、介助者募集を決定しちゃいました！（笑）



難波駅の高島屋前と御堂筋の交差点周辺、アメリカ村、日本橋とそれぞれのスポットに分かれてみんなでチラシ配りをしました☆チラシと言ってもただのチラシではございません！2月14日はバレンタインということで、何とチョコレートにくっ付けて、道行く人に配りまわりました♪♪（笑）また、単に配るだけでは自立できない！ということで、コスプレグッズも用意しました！（笑）

天気はあいにくの雨で、行き交う人はいつもより少なめでした。

が、しかし！チョコレート作戦が功を奏したのか、1000部以上あったチラシをものの2時間ほどで配り終えることができました☆道行く人の中にはコスプレ姿に声を掛けてくれたり、介助について興味を持って話を聞いてくれる人もいました。

元々は夜まで配るつもりだったので「もう少し用意しても良かったなー！」と言いながら、余った時間でみんなでティータイムを楽しみました♪♪みんなで一つのことを成し遂げた後のスイーツは絶妙でした！（笑）

今回はリアライズのスタッフやパイオニアのメンバーだけではなく、登録の介助者や重度訪問介護講座を受講中の学生さんもたくさん参加してくれ、賑やかな一日となりました。まだ介助を経験していない学生さんにも介助者募集の必要性やその楽しさを肌で感じてもらえたことは、大変意義深かったと思います！今後の介助へのモチベーションにも繋がれば良いなと感じました☆

また、今回の介助者募集をきっかけに介助希望に繋がった方もおり、ある一定の成果があったのではと思います。前回の十日戎での介助者募集に引き続き、今後も季節のイベントに便乗しながら楽しく介助者募集に取り組んでいけたらと思います(o^^o)



【文：ななこはん】

# こうりゅうかい 交流会

リアライズで定期的に行っている交流会のご紹介をしたいと思います！この会は「普段、介助を行なっている中ではなかなか介助者同士話をしたりする場が無いよね」、という声をうけ、それならリアライズでそういう場を作っていきます！ということで開催している当事者、介助者の親睦会みたいなものになります。

特に今年度はこの交流会に力を入れ、今まで不定期開催だったものを今年度から毎月定期的に行おうということでやってきました。これには交流部会のメンバーの強い思いがあり、「介助を行なっていく上で特に若い世代が仲間同士の情報交換や交流を図る事のできる場を作り、楽しく介助を行なっていけるようになって欲しい！横の繋がりを強化し、若い方たち同士の繋がりをもっと作って欲しい！」というメンバー全員の思いを実現させたものです。



どのメンバーも介助や活動で忙しい中、介助者への声掛け、交流会の準備、当日の実行役など一丸となって毎月開催を実現し、鍋パ、お好み焼きパーティ、BBQ、ちらし寿司パーティなどを開催、なんと！お正月には豪華にてっちりパーティも開催できました！たくさんの当事者や介助者が参加してくれ、1年を通して大いに盛り上がり、介助者当事者関係なく、より一層メンバー同士の繋がりが強くなったのを感じることができました。



今年度は昨年度の目標である「交流会を毎月開催しリアライズメンバー同士の繋がりを強くしていく」ということに加え、「リアライズに関わっていただいている外部の方達との繋がりも強化していきたい」と考えています。常に新しい目標を立て、それに向かってメンバー一同力を合わせ、リアライズという場所を当事者、介助者の両者が居心地がいい場所と思ってもらえるよう、今年度もがんばって行きたいと思います！

【文：むーさん】



# みんなのひろば



『みんなのひろば』とは、月に一度、生活介護パイオニアのスペースを開放し、子どもの遊びグッズ、DVD、お菓子や飲み物を揃え、リアライズで子育てをしている介助者に声をかけて一緒に過ごす場です。月に平均1～2組くらいの親子が来てくれています。

これまで参加してくれた人たちに参加した感想を訊ねたところ、「親子ともども、顔なじみでリアライズという共通の話題があることで安心して参加できる。」、「最初は不安だったけど、いつもと違う雰囲気です。遊んでくれるスタッフや普段できないイタズラも周囲が受け止めてくれることで参加してよかったと思った。何より子どもたちの笑顔が物語っていた。」という声がありました。主催側も最初こそ不安はありましたが、子どもたちと一緒に過ごすうちに不安は一瞬にして吹っ飛びました（笑）。

また、『みんなのひろば』の取り組みについてどのように思うか訊ねてみたところ、「実際に子どもと関わりを持って知り合うことで、子育てしていない人たちにイメージを持ってもらいやすい。」、「スタッフが子どもたちと遊んでくれているときに、一人でゆっくりとご飯を食べることができた。それに、参加している親子同士で話せることが気持ち的に楽だった。」という声がありました。

リアライズでは、育児や子育てしている人たちが増えつつあります。育児や子育ての大変さがあることを頭では理解していたとしても、子育てしていない人にとって分からないことがあるのも事実です。しかし、この場を通して対話することで「知る」ことから一緒に考えることはできます。育児や子育てをしながら子どもと日中一緒に過ごしていると、煮詰まってしまう、親子ともども参ってしまうことがあると聞きます。そんな時、息抜きがてらふらっと立ち寄りてもらったり、育児や子育てのことなどを相談しにきてもらえたりしてもらえるような居場所にしていけたらいいなと思っています。リアライズは、2020年度で13年目の春を迎えます。設立メンバーを中心に、声をかけられ集まった20代前後だった



学生たちは、今でもスタッフとしてたくさん活動しています。そんなスタッフは30代に差し掛かり、結婚、育児や子育てを機にライフスタイルが大きく変わり始めました。リアライズでは、一人ひとりの介助者に対して「長く続けてほしい。」という思いを持っています。だからこそ、介助者の定着を考えていく上で育児や子育てのことを考えるというのは不可避なテーマでした。試行錯誤しながら、リアライズ全体でこれからも考え続けて取り組んでいきたいと思っています！

文：はるお

# ビーチプロジェクト

8月のとある暑い夏の日、リアライズメンバーの姿は兵庫県にある須磨海浜公園にありました！「海へ泳ぎに行こう！」という突飛な発案から、昨年より年に1度、プライベートで須磨海浜公園へと来ています。

須磨ではNPO法人のSUBP（須磨ユニバーサルビーチプロジェクト）さんが、障害があってもビーチを楽しんでもらえるよう、ビーチのバリアフリー化に取り組んでおられます。車いすでもビーチを進めるように特殊なマットを引いてくれたり、水陸両用の車イスを用意してくれたり、特に嬉しいのが、車いすで利用できるシャワールームを設置してくれているところです。他施設では、バリアフリー対応を謳ってはいてもイマイチ満足できないことが多いので、初めて須磨を訪れた時は驚きと感動の連続でした。その設備や対応も年々バージョンアップしているようで、より快適にビーチを楽しめるようになって欲しいと願います。

さて、当事者が海へ行こうと思うと、当然人集めからスタートします。声をかけるのは、「手助けしてもらいながらも、一緒に全力で楽しめる人！」ですが、その意味ではリアライズは人材豊富です（笑）。当事者勢も去年の楽しかったという噂が口コミで広がり、海へ行くのが億劫だった人も、ちょっと行ってみようかな・・・と思ってくれたり、OB・OGも来てくれたり、気付けば去年よりもたくさんの方の25名程度で遊びに行くことになりました。海へ着くと、気持ち



ちはいつもでも中学生なメンバー達は、つい気持ちを抑えられなくなり、準備もそこそこに海へダッシュ！みんなで最高の夏の1日を楽しみました。この日も快晴で、うだるような暑さだったにも関わらず、私はろくに日焼け止めも塗らずにダッシュしたせいで、今でもくっきりと日焼け跡が残ってしまいました（笑）。

そして、このバリアフリーなビーチを須磨だけでなく、大阪の海でも実現するための企画をジワジワと進めています。「今年の夏は大阪の海で思い出作り！」乞うご期待下さい！

ぶん  
文：ちんちゃん



# ぜんこく はかた 川全国セミナーin博多

6月と12月に毎年2回開催される全国セミナーですが、12月の博多に鎮西、ししまるさん、永ちゃん、たなぴーで参加してきました！2泊3日で遠征し、たくさんのおセンターの方とも交流できるこの機会は、当事者や介助者にも刺激的で、実りの多いセミナーになっているので、毎回楽しみにしています！今回は、永ちゃん、たなぴーが初遠征で、新幹線の中から既に緊張している様子だったのが印象的でした。

3日間を通して、朝・昼はセミナーで夜は交流を楽しむ！というスタイルで、初日はガッツリ19時まで講座があり、その後博多の街を楽しもう！ということになりました。

博多といえば・・・「屋台！」ということで、居酒屋さんで少し小腹にいれてから、一同は屋台の名所中洲へと。川沿いにズラッと並び数々の屋台は風情たっぷり、「ここで飲みながらお店をはしごするとか大人になった気分やなー」とか笑いながら。4人全員おっさんですけども（笑）途中で他センターの先輩とも合流し、お話を聞きつつ飲みつつ楽しい夜を過ごしました。

2日目のセミナー後は、他センターと交流しよう！ということで、関西の同年代のメンバー達とリアライズの期待のニューフェイスの紹介も兼ねて、ご飯を食べに行きました。そしてその後はみんなでカラオケ！最初こそ恥ずかしさか緊張か顔が曇っていた永ちゃんも、最終的には一緒に歌えて大団円な感じだったのが嬉しかったです。そして気づけばここまで飲んで食べて歌ってのことしか書いていませんが、しっかり勉強もしております！しかし、それらと同じか、ひょっとするとそれ以上にこういう体験は貴重で重要だと思っていて、より一層リアライズの中でも外でも強い絆を生むものだと思っています。

【文：ちんちゃん】



# ぜんこく ぜんだい JIL全国セミナーin仙台

2019年6月24日～26日の2泊3日で仙台でおこなわれたJIL合宿に鎮西・藤林・川端・松本の4名で行ってまいりました。この合宿に参加するのは僕は初めてだったのですが、参加したことによって自分が変わればなという思いで参加させてもらいました。仙台との往復はLCCのピーチ航空です。

24日は8:00関空発、9:20仙台着です。仙台に到着すると皆の第一声は「寒っ!」でした。大阪と仙台の緯度の差を肌で感じました。

セミナーは仙台市内の「中小企業活性化センター」の5Fでおこなわれました。1日目の内容は「情勢報告」「筋ジス病院の地域移行」「現場で起こっている差別事例を出し合おう!」の3つです。「筋ジス…」に関しては元?筋ジスの僕にとっても体験のしたことのない話ばかりで心が痛かったです。夜は交流会をしました。「メインストリーム協会」の若手メンバーと食事をして楽しい時間を過ごしました。お肉の苦手な僕でしたが、本場の牛タンはとても柔らかく、僕でも美味しく頂きました。ホテルは市内の「リッチモンドホテル仙台」です。部屋もツインながらも広がりました。

2日目は「企業でもあるある!? 性差別をCILスタッフが検証」です。「能力主義」や「性差別」の事例をロールプレイして、その後でグループワークをおこないました。午後からは映画「アウト オブ フレーム 改め インディペンデントリビング」の完成試写会がおこなわれました。その後は「奪われた学校生活は取り戻せない」の講義の後、グループワークをおこないました。両方とも聞けば聞くほど考えさせられる内容で勉強になりました。夜の交流会は「ばあとなあ」の方々と宮崎の「YHA! DO」の方々と食事に行きました。

3日目は「2019年度協議員総会」と「常任委員の選挙」がおこなわれました。委員も入れ替わり、新体制となったJILにはこれからも日本の障害者運動を引っ張って行ってほしいです。全プログラム終了後は帰りの飛行機まで時間が空いていたので自由行動としました。鎮西・松本組は弾丸観光をおこなったそうです。藤林・川端組はお土産を探しに仙台駅付近のお店巡りをしていました。19:45仙台発、21:20関空着の便で帰りました。

大阪は雨模様でしたが、まず出た言葉は「やっぱり大阪は蒸し暑い!!」でした。

3日間を通じて沢山の方々に出会えたのも良かったし、何よりも自分が多少なりとも変わることが出来たし、得たものも多かった時間でした。

ぶん ふじばやし  
【文：藤林】



# いずみおおつ 泉大津TRY Season2



## ◆いずみおおつ 泉大津TRY Season2 とは？

2015年4月から始めた「お手伝いします」ステッカーをお店に配る活動（Season1）に続く取り組みで、月に一回、泉大津駅前募金活動をして、その募金で、段差のあるお店にスロープを贈呈させていただき取り組みです！

代表 三井の設立当初からの念願の取り組みであり、メンバーもその思いに賛同して始めることになり、2019年1月から毎月、継続的に活動を続けています！

## ◆地域のいろんな人の力でバリアフリーを♪

毎月第1土曜日の14時に、募金箱や看板を持って、みんなで力を合わせながら呼びかけの言葉を伝えたりチラシを配ったりしつつ、募金活動をしています☆ スロープは車椅子の人だけでなく、ご高齢の方やベビーカーを使っている方など、地域の色々な方のためのもので、泉大津での地域の取り組みとして、地域の色々な人と一緒に活動を進めています！ 他団体や他事業所の方、地域の方などもお手伝いくださったり、ボランティア登録をしてくださっている方もいて、いろいろな人で一緒に活動しています☆



お手伝いくださっている人は、精力的にチラシを配ってくださったり、毎回参加してくださったり、長時間ご参加くださったり、スロープを贈呈させていただいたお店の方がお手伝いや差し入れをくださったりと、地域の人とのつながりのありがたさを日々感じながら活動しています！！(^)

贈呈させていただくスロープには、泉大津TRYのロゴを入れさせていただいていますが、その塗装も三井の知人の泉大津の塗装業者である、小野寺塗装の小野寺さんがご協力くださったりと、泉大津TRYを泉大津のいろんな人と一緒に作り上げている実感をかみしめています☆

## ◆泉大津の皆さんの温かい思いに感謝！

募金活動を続けていて感じるのは、泉大津の皆さんの思いの温かさです！今年1月ではや一周年をむかえましたが、毎回たくさんの人が募金にご協力くださり、2020年3月時点で街頭募金だけで247,040円が集まり、全7枚のスロープを買うことができ、6軒のお店へのスロープ贈呈ができています！！（その他、募金箱への募金や寄付金といった形でいただいている募金もあります☆）

また加えて、泉大津TRYのお話をきっかけに、自主的にスロープをご購入くださったお店もあります！皆さん、泉大津TRYへのお力添え、どうも本当にありがとうございます！！(^) 1年が経ち、もっとより多くの人を巻き込むにはどうすればいいか、ここから先どのようにしてさらに軌道に乗せていけるかなど、考えるべきことはまだまだありますが、これからも、泉大津のいろんな人と一緒に、コツコツ頑張っていきたいと思っております！



【文：おかのり】

# リアライズ合宿 in しあわせの村

## 2019年9月

毎年恒例のリアライズ合宿！2019年の行き先は、兵庫県にある「しあわせの村」！当事者、スタッフ、登録介助者、元リアライズメンバー、リアライズ関係者の子どもなどさまざまなメンバーで、約40名での合宿をしました！

泉大津駅にて大型バスに乗り込み、さらにリア号とはあとなあさん号をお借りし、昼前にしあわせの村に到着！すぐさま8名程度のグループに分かれて、オートキャンプ場にてBBQ&焼きそば作り！焼きそばは、新登録介助者と当事者がペアになって料理研修的な事をしてもらいました♪炎天下で屋外行動だったこと

とで熱中症気味になった人もいてヒヤヒヤしました！今後の為の貴重な経験になりました！

その後、宿泊施設に移動し大浴場にて入浴！各々が体調と相談しながらもお風呂を堪能するこの時間。いろいろなハプニングもあり経験値が上がるポイントです！

その後は懐石料理を食べながらの宴会！宴会担当のみかりん、マミー、ひろしプレゼンツ余興あり！スクリーンで映像や動画を使つてのクイズ大会♪ひろしさんのクイズ大会については、時間切れというハプニング！ひろしさんは、とても悔しがっていました。

その後は、深夜2時くらいまでの夜会！それぞれ募る話や、交流を楽しんでいたと思います♪「この時間が1番楽し

かった！」という声もよく聞きます♪

2日目は、再びオートキャンプ場にて、飯盒炊爨&カレー作り！またまた炎天下の中だったので、皆、前日よりもっと過剰に熱中症にならないように気を配りました！

「ずっと団体として同じ空間で皆で行動して、初めて合宿らしい合宿をしたなー！楽しかった！こういうのがずっとやりたかったんや！」という声も多々あり交流部門として準備を頑張った甲斐があったな！と思いました！

【文：みかりん】



リアライズ合宿の時は、当事者は介助者をつけません。健常者と当事者が、お互いに助け合い1泊2日を過ごします。その中で介助について考えるきっかけになったらいいな！という想いで、毎年このイベントを開催しています！

もくじ  
**目次**

■2019年度 事業年表 (P.2-3)

■新体制のご挨拶 (P.4-6)

■スタッフ・パイオニア新年度挨拶  
 (P.7-14)

■パイオニアレター活動報告 (P.15)

■「自立生活始めました」報告 (P.16-19)

■リアライズ活動報告！ (P.20-27)

■編集後記 (P.28)

へんしゅうこうき  
**編集後記**

みなさん大変お待たせしました！今回のリアルライフニュースは、自立生活を始めた人の特集や、新しい取り組みの紹介があります。隅々まで読んでいただきたいと思います。新体制のリアライズについてのご報告もあります！ぜひ、お目をお通しください^^

編集担当：佐竹

へんしゅうにん  
**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://www.cil-realize.com/>

定価：100円