

インみたか通信

発行：NPO法人障害者生活支援センター インみたか

ねんまつごう 2019年夏号 (47号)

発行日：2019年6月25日

発行日：2019年6月25日

「障害者が元気になれる法人であり続けたい」

法人を創った人 宮城 永久子 (いつも元気ルンルン♪)

今から20年前、私は将来に明るい未来を描けないパワレス(※パワレスとは、自分には能力がないと思ひ込み、自信を失っていること。)の状態であった。

ちょっとした縁で愛知県から三鷹に移り住み、三鷹で同じ障害のある仲間に出会い、ホッとして障害のある自分を許せるようになった。また三鷹の多くの人たちから支援をうけて、周囲に遠慮しない(委縮しない)本当の自分と出会い、自分が希望するライフスタイルを実現できた。

私は、三鷹の地域に人生を救われた。三鷹が私に与えてくれたものを、他の障害者に返していく、それが自分にできる役割と感じ、2001年8月、NPO法人障害者生活支援センターインみたかを立ち上げた。あれから18年の月日が流れた。運営は決して平坦なものではなく、荒波を幾度も乗り越えた。けれどこの18年間、変わらず法人が持ち続けてきた、揺るぎない信念がある。

間もなく法人が設立されて20年が経とうとしている。今一度、法人の原点に立ち返り、法人の目指す方向について、改めて伝えたい。

裏に続く…。





【相談支援 一ぽっぷー】

人は悲しみや辛い気持ちを受け止めてもらえると、本来の自分を取り戻していく。ぽっぷは、障害者の苦しみや悲しみに寄り添い、そうすることで見えてきた本当の思いや希望、ニーズに気づき、それを一緒に叶えていきたい。地域にある社会資源を活用しながら、障害者の思いを形にしていきたい。

【ヘルパー派遣 一インみたかー】

障害者が希望を叶えていく上で、一人では難しかったり、そうする勇気が持てなかったりすることはよくある。そこに助けてくれる人がいれば実現できるかもしれない。自分の思いを形にしていくなかに、それを障害者のわがままだとかエゴだとか、他の誰かが決めるものではない。とりあえず、その人がやりたいことをヘルパーと一緒にやってみる。それがうまくいか、失敗するかなんて、やってみなければ誰にもわからない。そのすべてがその人の経験となり、生きる糧となればいい。

【計画相談 一くもー】

障害者は支援を受けて生活する中で、プライバシーを他人にさらされやすい。また、似たような日常のように見えたとしても、日々は変動するし、昨日と同じ日は存在しない。突発的な出来事だって起こる。計画相談くもは、障害者のプライバシーにできる限り配慮しつつ、必要なサービスを適切に受けられるような計画を作成したい。計画に障害者の生活が縛られてしまったり、本末転倒。変動する日常にも柔軟に対応し、障害者が望む暮らしが実現できる計画作成を目指していく。

これらが私たちの法人の原点。時代が変わり、制度が変わっても、この信念だけは変わらない。それは、20年前にパワーレスだった私が、三鷹に来たことで変わったこと、気づかせてもらって元気になれたこと、それは多くの障害者にも必要なことかもしれない、と思うからだ。

私たちの法人は、上記3つの事業を進めながら、障害者が元気になれる法人であり続けたい。



3月9日(土) スキルアップ研修をやりました!

派遣部職員 滝 美央

年に2回インミタカの職員と、ヘルパーのスキルアップを目指して、様々なテーマを設けて研修をおこなっています。今回は災害時対応について。「災害が発生した時、自分自身や利用者の身をどのように守るのか。」「何を優先して行動するのか。」インミタカとして知識やマニュアルが少ないことが課題であり、また以前より多くのヘルパーからこのテーマを取り上げてほしいと声が挙がっている中で、やっと機会を設けることができました。講師は、社会福祉法人幹福社会の大里宜之さん。防災士として「災害時対応」研修の講師を様々な場所で務めておられる方です。

当日は三鷹市・武蔵野市・調布市の防災マップ、水害浸水ハザードマップを用いて、災害の基礎知識や対応について学びました。講師の話の中で印象深く残ったのは、「災害時にヘルパーが自分の家族を優先し、支援しないことを選択した場合、そのことを『責めない』『責められない』意識が要支援者、支援者双方に必要である」こと。「災害は、いつ、どのような状況で対峙するか分からないため、まずは災害に対峙するための多くの引き出しを持つことが大切である」ことです。災害への対策を一人一人が務め、それを共有し合う事を進めていきたいと強く思いました。

5月7日(火) 10連休を終えて

派遣部所長 小林 延芳

今年のGWは、10連休という、日本史上最長の大型連休でした。

連休に伴い、大半の通所施設も休みになったため、障害者本人やその家族から、『この連休をどう過ごすか』という相談が多く寄せられました。

「暇だからガイドヘルパーを利用して外出したい。」「トイレとお風呂の介助が毎日必要で、家族には頼めないから、ヘルパーを入れてほしい。」「10日間ずっと一緒に過ごさなければならないのは、自分も家族もお互いに辛いから、ヘルパーを入れてほしい。」などなど。「10連休楽しみ、ウキウキ♪」なんて声は少なかったように思います。本来連休は後者のウキウキ♪であるはずなのに、ネガティブな

相談が集まってしまうのは、“日常生活に支援の必要性がある人が、どの様に休日を過ごすのか?”

を、障害者本人やその家族だけで考えなければならない現状があるからではないでしょうか?

東京大学先端科学技術研究センター准教授の熊谷晋一郎さんは、「健常者はさまざまなものに依存できていて、障害者は限られたものしか依存できていない。障害者の多くは親か施設しか頼るのがなく、依存先が集中している状態です。」と話されています。正にその状態にある障害者やその家族に対して、インミタカとしてできることを考えてみました。①ニーズを聞いて一緒に考えること。②全てのニーズを受け止める依存先になることは難しいが、依存先のひとつとして生活支援を担うこと。③共に生活支援をしてくれる依存先を増やすこと。これらのことを意識して、今後取り組んでいきたいと思いました。また、依存先が必要なのは障害者だけでなく、健常者であっても同じで、ヘルパー職員にとっても派遣部は依存(頼る)先です。皆で共に支えあえる事業所にしていきたいと考えています。

おでかけランチタイム 開催：6月8日(土)



ぼっぷ施設長：金子 洋祐

今年はいつもと少し変え、三鷹駅に集合して、風の散歩道をみんなで歩きました。道に設置してあるベンチで時折休憩し、ガールズトークやボーイズトーク(!?)で会話に花を咲かせていました。また、傍らにはアジサイもきれいに咲いていて、わたしたちの行く手をキラキラ♪彩っていました。

ぼっぷまでの道中で、コンビニや弁当屋など思い思いのお店で昼食を購入し、ぼっぷのある建物の3階にてランチタイム。昼食後はみんなまったり

すごしたり、キョロちゃん危機一髪をしたりして楽しみました。

梅雨に突入したばかりで晴天とはいきませんでしたが、参加者の願いが天に届いたのか、なんとか雨は降らず楽しいひと時を過ごすことができました。

会の終わりに「次回はどこに行きたい?」と参加者に尋ねてみたところ、「神代植物公園!」とか「中央線に乗ってどこかに行きたい」、「カラオケもいいな」などなど、様々な声を聞くことができました。

今年、参加者・職員合わせて15名というこじんまりとした、でもアットホームな雰囲気の中でのおでかけランチタイムとなりました。

さて、次回はどこにおでかけしようかな?

こうじのうきのうしょう かんけいき かんれんらくかい ほうこく 高次脳機能障がい関係機関連絡会の報告

ぼっぷ職員：宮城 永久子

少し前の話になりますが、3月15日に表記の連絡会が開かれ、三鷹市内の22の関係事業所が集まりました。この連絡会は、平成29年度から三鷹市で定期的に開催されています。医師や専門家による事例報告の後、ぼっぷが事務局を担っている高次脳機能障がい当事者・家族会「ぼっぷサロン」(※1)の活動紹介をさせて頂き、ぼっぷサロンのメンバー3名が当事者の立場・家族の立場から、それぞれの思いを発表しました。

当事者たちの生の声は、出席者の心を打ち、それぞれの分野における適切な支援がいかに必要かということを改めて認識できた良い機会となりました。

まだまだ高次脳機能障がいの方に対する支援は体系化されていない事が多く、適切な支援にたどり着けないということも起きています。支援者同士が研鑽を積み、ワンストップ(※2)で全ての分野の必要な支援に繋がっていける仕組みが必要だと切に感じました。

※1「ぼっぷサロン」とは、原則として毎月第2土曜日の午後、高次脳機能障がいの当事者と家族が集まり、それぞれに抱えている悩みや課題を話し合い、情報交換する場。

※2「ワンストップ」とは、ひとつの場所ですさまざまな相談に応じられたり、サービスを受けられたりすること。

☆「障がい」の表記は、三鷹市の表記に合わせています。

『聞いて、私の障がいのこと！』



「障がい」とひとえに言っても、種類は多種多様。同じ障がいであっても、症状や特性は人それぞれに異なっています。知らないことで誤解や偏見を生んでしまうことも、自分の障がいを自ら発信していくことで、社会への理解につながればよいと考え、新コーナーを企画してみました。不定期で連載していきます。

第一回目の発信者は、高次脳機能障がいの福島芳美さんです。

私の障がいは、高次脳機能障がいです。

特徴としては、記憶障がい、注意障がい、遂行障がい、失語症などがあります。

数々ある障がいの中でも、私が地味に困っているのは、着地点が決まって無いのに、喋りだす、「会話の見切り発車」です。

喋りたい気持ちが先走ってしまい、喋り出したはいいけど、着地点＝オチを自分で決めてないので、会話の迷子になる事多々です。

「で…ん??アレ??何が言いたかったんだっけ？」

迷子は途方にくれるのです。

迷子には気をつけたいと思います。



我こそは、「自分の障がいのことを伝えたい、聞いてもらいたい」と思う障がい当事者を募集します。

ぽっぷにドシドシ♪ご連絡ください。



まんかい はなみ 満開でした！お花見

ぽっぷ職員：南雲 潤

4月6日(土)に井の頭公園で「お花見」を開催しました。参加者は、派遣部の利用者と、ぽっぷの利用者、そのご家族。登録ヘルパー。協力員(元ヘルパーなど)、そして職員です。日頃の関係性を取っ払って、みんなでワイワイ♪楽しみ、親睦を深めることが目的です。

「ぽっぷ」集合と「井の頭公園」集合に分かれました。ぽっぷ集合の人は現地まで歩いて行きました。お昼ご飯を食べ、お酒を飲んでいる人もいました。歌を歌う、フラフープで遊ぶなど、それぞれが好きなように過ごし、ゆったりとした時間が流れて行きました。まだまだ飲み足りない人が大勢いた様で、終了時間を超えても、盛り上がっていたので延長になりました。

4月に入り、桜が散ってしまわないかと心配でしたが、晴天にも恵まれ、綺麗に咲いてくれていて良かったです。





みさき きょうだい 「岬の兄妹」

2019年3月より全国公開

えいが しょうかい
映画の紹介



ぽっぷ職員：工藤 まや

宮城から聞いた話です。主演の和田光沙さんは、インみたかの元ヘルパーさんの姪御さんで、その元ヘルパーさんが和田さんに、演技の参考にと宮城が書いた本を贈ったそうです。和田さんは本に感銘を受けて、わざわざ宮城に会いに来てくれました。そんな素敵なご縁で今回、「岬の兄妹」を紹介させていただくことになりました。

足に障がいがある兄は自閉症の妹と2人で暮らしている。ある日兄は仕事を辞めさせられ、生活のため、兄は妹の売春の斡旋を始める……。というストーリーです。

15歳未満は見ることを禁止されている映画で、過激なシーンがたっぷりです。みなさんの演技力がすばらしく、本当に存在する兄妹のドキュメンタリーを見ているような感覚になりました。派遣部・ぽっぷに「岬の兄妹」のリーフレットがありますので、ぜひご覧下さい。

主演の和田光沙さんからコメントをいただきました！

「私が見ている世界と、あなたが見ている世界の色は違うかもしれない。

その事をおそれずに、興味を持ち、互いに多様な存在のまま尊重し合い、一緒に生きていける社会になってほしい。

私はこの映画に関わって、心からそう思うようになりました。

生きる喜びは誰にも否定できない！ぜひ、映画を観て感じていただきたいです。」



妹・真理子役：和田 光沙さん

三鷹市障がい者相談支援センター ぽっぷ

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-18-2階 電話 0422-71-0901 ファックス 0422-26-5141
メール poppu@dream.ocn.ne.jp ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/>

障がい者計画相談センター くも

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102 電話 0422-26-7229 ファックス 0422-26-7229

障害者生活支援センター インみたか 派遣部

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102 電話 0422-71-0902 ファックス 0422-24-6266
メール in-mitaka@iaa.itkeeper.ne.jp ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/inmitaka/index.html>

みなさま
皆様からの
ご意見・ご感想が
私たちの励みに
なります。
ぜひきかせて下さい。
お待ちしております。