自立生活センター・小平 通信

生活を豊かに彩る「ゆにーく ゆあ らいふ!」

SSKP



[表紙写真] 2012 年 6 月 28 日 長期自立生活プログラム・フィールドトリップ

報告



🬟 第 18 期長期自立生活プログラム

好評連載中!



* 私と障害



📃 交通アクセスこんなんでいいんかい?



ぶっちゃんの子育て奮闘記

目次

2012年

11月号

自立生活センター・小平 通信 SSKP

ゆにー< your らいふ

- p 3 第18期長期自立生活プログラム
- p 4 連載私と障害
- p 5 連載交通アクセスこんなんでいいんかい?
- p 9 連載 ぶっちゃんの子育て奮闘記
- p 10 隔号連載 ばばぁ~のたわごと
- p11 NEW FACE紹介
- p13 TOPICS 小平市自立体験事業、始まる
- p14 活動報告
- p19 編集後記·地図
- p 20 サービスのご案内

第18期長期自立生活プログラム

内海 千恵子

こんにちは、内海千恵子です。自立生活センター・小平では障害者スタッフとして働いています。今回は5月から7月まで行った自立生活プログラム(以下ILP)について紹介します。私は今回もリーダーとして、プログラムを行いました。

みなさんはILPを知っていますか?ILPは親元や施設から出て自立生活を目指すためのプログラムです。介助者の使い方、制度、金銭管理、お宅訪問、掃除・洗濯、調理、フィールドトリップなど全11回で行っています。勉強のようなものばかりではなく、料理を自分で作ったり公共交通機関を使って遊びに出掛けたり楽しい企画もあります。障害を持っていると日常的に誰かの手を借りて生活していくことが必要になってきます。その中で我慢したり諦めたりすることも少なくありません。なので、ILPを通して自分らしい生活を送るためのきっかけを作ってもらいたいと思っています。また私自身も ILP を行うことで自分の生活を振り返ることができました。

今回のILPには3名の方が参加してくれました。そのうちの一人はこれから自立を目指していく方だったので、このILPで少しは自立生活のイメージができたのではないかと思います。介助者の使い方や制度、金銭管理など難しいことのように思えるかもしれませんが、自分がいざひとりで生活をしていくと必ず必要になってくることばかりです。

もちろん難しいことばかりではなく、今回のプログラムでは調理実習でハンバーグを作ったり、実際に自立生活をしている障害者のお宅に行ってみたり、 池袋のサンシャインシティを散策し、思い思いに買い物したり水族館に行った

り楽しみました。毎回思いますが、知らない人たちと話すことはとても緊張します。でも、回を重ねるごとに相手のことが分かってきて新たな発見があるのも ILP のいいところだなと思います。

私は、このILPを受けずに自立生活を始めたので、介助者のことや、制度、障害者運動ということがあまり分からないまま悩みながら生活していました。もし、自立前にこのプログラムを受けていたら、ひとりで悩まないでよかったかもしれません。今はひとりでも多くの人が自分らしい生活ができるよう、ILPを広めていくことができたらと思っています。



長期 ILPより 介助者を使って作った料理を前に笑顔がこぼれる

■私と障害 ⑥

淺川 都

障がいをもって、2年の入院生活と、3年のリハビリ施設入所生活について、書かせていただきました。その後、家族との生活に戻りました。施設では、家庭復帰といいました。

私の家族は、父、母、弟の4人家族です。今はとても仲の良い家族ですが、ここに至るまでは本当に色々あり、時として血を見るような争いさえありました。両親の不仲が根本にあり、子どもの頃から家庭が嫌で、早く家を出て自立したいとそればかり考えていました。父のことを憎んでいました。高校を卒業してから、就職をして家を出て暮らしたときに、本当に解放された喜びでいっぱいでした。その時に、交通事故で障がいをもったのです。

当時、自立生活センターを全く知らなかったので、重度の障がいをもつ私には、施設を出るときに、他の施設に入るか、家族の元に帰るかの選択肢しかありませんでした。そこで、家族のもとに帰ることになり、約10年母に介助してもらっての生活でした。母が一人で介助していたので、常に不安がつきまとう生活で、母も風邪を引いても寝込むことが出来ないといっていました。父は介助に協力してくれる筈もなく、介助者を入れるにも、守秘義務が守られない現状を知っていたので、週一回デイサービスを利用し、入浴回数を増やして、少しでも母の負担を減らそうとしました。

しかし、私の心が寂しかったのです。障がいがあることで、何も出来ないと周囲から思われ、でも現実に何も出来ない状況をわかりながらも、自分の人生はこんなんじゃない、チャンスがあれば何かできるはずと思っていました。ただ、いろんな事を諦めたり、我慢しながら生きているだけなのは嫌だったのです。そして、一人暮らしをすることを考えていました。私にもできるはずだと強く思う一方で、金銭面での不安もあり、なかなか実行できずにいました。そんなときに、自立生活センター・小平と巡り会ったのです。

(つづく)



交通アクセス こんなんで いいんかい?⑤



山嵜 涼子

皆様、ご無沙汰しております。過ぎ去った夏を思い出すと、今年は雷雨の後には必ずといって良いほど虹がかかりましたね。気付かれましたか?何時ぞやは2重の虹でした。それはそれは美しく、見とれながら進んでいたら何と電信柱に激突。皆さんもこんな経験一度はありますよね!美味しそうなお店とか、キレイなお姉さんとか・・・。気になっちゃうのよね♪

そうそう、前を向いて歩かないと本当に危ないんですよ。今一番危ないとこ ろ知ってます?

駅のホームです!皆さんはもうご存知だと思いますがもう一度言っちゃいますと、駅のホームです!!最近よく聞きますよね転落事故。良く聞くということは、言い換えると事故多発ということ。それも障がいがある人達です。そして酔っ払い。

知り合いに、視覚に障がいを持った方の白杖で自分一人で歩く指歩行訓練の指導をされる先生がいます。その先生の教え子さんがホームからの転落でお亡くなりになりました。お逢いした当日が告別式ということで、事故が何故おこったのか詳細に話してくださいました。

先生『いつもの帰宅コースと違う駅を利用したんです。でもそんなこと関係ないでしょ?誰でもあることでしょ?係員が気が付き誘導したら良いことでしょ?そしたら死なずにすんだ。』そして先生は仰いました。『山嵜さん、彼は教え子でもあり、飲み友達でもあったんだよ。私はこれから誰と飲めばいいんだ・・・』先生の悲しそうな顔が今も忘れることが出来ません。その日から何度かお逢いしてもどこか元気がないように思うんです。

誰でもそうですよね。大切な人を失った時の悲しみを言葉で表すことなんて不可能です。私はその言葉に出来ない苦しみは良く分かります。そして人は悲しすぎると涙も出ないんです。悲しみは時間が解決してくれると人は言います。でもこの問題は解決しません。なぜなら解決できるのにしないから。ホームドアを設置したら良いのです。そしたら誰も落ちない。悲しみは生まれない。

ホームドア知ってますよね。最近は都営大江戸線。メトロ有楽町線。丸の内線。銀座線。京王電鉄国領、布田、調布駅)はまだある。小田急、東武(和光駅のみ設置)つくばエキスプレス、ゆりかもめ(全駅設置完了)多摩都市モノレール

(全駅開業当時から設置)こんなにあるのにホームドアが無い駅がほとんど。これが現実です。

私は花小金井駅前の事務所で勤務するものの、週の半分以上が外勤となり国 や交通事業者へホームドアを設置するよう、ホームと車両の隙間を無くすよう 理解を求めに事務方の吉田尚教 (アクセス運動時の相棒)と日々理解を求めに 出かけている。でも現実は厳しい・・・。

各事業者がホームドアの設置を拒む理由。

- ①車両のドアの数が混在して、ホームドアの扉と合わない(3ドア、4ドア)
- ②ホームに強度がないと設置できない。強度を増すための工事には多額の予算と工事期間が必要になる。

(注)設置予算、1駅あたり数億円から十数億円コストがかかる。

③ホームに停車している時間が長くなるために、運行時間割り当てが必要。 さらには運転にかなりの技術が必要。

(注) 現在はホームにある先頭停止線で停車場所としている。時にはオーバーランもあるがあくまでも停止のためにかなりのオーバーランでなけれ支障はないが、ホームドア設置後は停止線とホームドアが完璧に一致しなければならない。でないとホームドアが開いたのに車両ドアがずれていて結果的にホームと車両の隙間に転落するということが発生する。

と、こんな具合です。

確かに予算莫大だ。民営だとなおさらだ。 1 駅の改修予算は年間収入に値するかもしれない。

ホームと車両の隙間と段差の解消の問題だってある。②のホーム改修の時に一緒にかさ上げを考えている、なんて気の利いたことを言えば怒りもおきないのに、事業者の言い分は『障がい者マークのある車両ドアだけにかさ上げすると、健常者がつまずいて危険なんです。でもホーム全部を上げて車両の高さにあわせる予算もないのです。』だって。健常者がつまずく?つまずかないように工夫したらいいでしょ?と言うレベルの低い交渉になっているのだが、さて、何故予算がないならせめて障がい者マークのドア前だけでも係員の助けを借り



東京メトロ副都心線のホームドア。ブログ「いつ でも どこでも あなたの目に」から転載

車両とホームの隙間がなくかさ上げのような段差解消がされていれば、係員が持参のスロープは要らず自力で下車できる。介助を付けない人も、介助があっても重度障がいを持つ人も視覚に障がいを持つ人も、事前に防げることで大事な命を奪われることはない。『やらない』と『できない』の意味は大きく違う。

『できない。』では他の方法は?と考えさせなければならない。そんなことは本来公共交通機関が担う責任であるが、現実は障がいがある者が声を上げ運動ををしないとなにもやらない。二言目には『法に則って、ガイドラインに沿ってやっています。』と言う。

『できない。』に替わることは?やはり接遇しかない。係員が気付いて自ら歩み寄って行く。これしか方法はない。私は普段から厳しく言っている。『いつか気付かなかったでは済まない時が来る。それを念頭に指導すべきである。』と。

それでもたま~に。係員が『車椅子をご利用のお客様ご案内時に、車両到着前に時間があったので「今日は遅いお帰りですね♪」とお声をおかけしたら「馴れ馴れしい!」と怒られました。声をお掛けしないほうが良いのでしょうか?』と改札通貨時駅長さんから質問があった。この質問どう思います?私でも怒るわ!と言うところだった。

『駅長さん、コミュニケーションと馴れ馴れしいのは違います。何時に帰るかなんて大人なら誰にも言って欲しくありませんよね。それと同じです。数分で出来る会話でも相手の雰囲気を感じ取って、天気の話とか、季節の話とかそんなことから初めてみてはいかがでしょうか?』と提案してみました。ところがドッコイその駅から近隣駅にかけて1日に3回。案内係員と車両待ち時『お客様、今日は気持ちの良いお天気ですね!』と。その時真夏真っ只中。気温36℃の日の13時過ぎ。気持ち良いはないでしょぉ~。と思いながらも係員に話を合わせた。『そうですね!キレイな雲ですね。』と頑張った私だけどつじまが合わなかった。でも何とか関係を取りたいという感はある。

ホームドア設置の問題はここ数年で解決しそうにはない。だから改めて皆さんにお願いしたい。

係員の案内の時ホームの縁、車両側だったら『そこは怖い、ホーム内側を通り



たい。』と訴えてください。ホーム縁を移動する方がスムーズだという方。そういうこともわかります。 私もそうです。でも前と横から接近する健常者に欠ったです。大体の人が下を向いて歩いてはます。そして健常者が脇に抱えている荷物、キロです。ちょうどジョイスティックの意思により、転落の恐れがあったは違う方向に進むことになり、転落の恐れがあった体験者がいます。

それから健常者の皆さん。ホームでは前を見て歩いてください。相手だけでなく、自分も転落します。そして皆々様、混雑するホームで白杖を持った方を見かけたらどうか思い切って声を掛けてみてください。こんな風に『あのぉ~。通りすがりの者ですが、今ホームが混んでいます。よろしかったら案内しましょうか?』この時、あのぉ~の次、通りすがりの者と名乗る前に、相手の肩を軽くチョンチョンと叩く。これは視覚に障がいがある方は、あのぉ~と声を掛けられたのが自分なのか分からない。だから「あなたに声をかけました」という合図です。そうしてから用件を伝えます。

ポイントは軽くチョンチョン。そして案内を頼まれたら『どうやって案内したら良いですか?』と聞くと必ず答えが返ってきます。

こうやってそれぞれが気付いて、それぞれが出来ることを協力する。時には 勇気がいることもあります。勇気をだして言っても断られることもあります。 でも断られたことを悲しく思うより、勇気を出せた自分を讃えてください。そ していつか必ず声を掛けて良かったと思える時がきます。

だけど、自分の身を守ることもしてください。助けた人も助けられた人にも 大切な家族がいます。愛する人がいます。決して無理はしないで下さい。

皆が悲しまない方法はやっぱり前を向いて歩くこと。それが今一番大事なこと。

私はホームドア設置をもっと具体化させること。そして障がいがある人を絶対転落させないこと。係員にもっと気を使わせること。その責任は私共にもあると痛感する毎日である。

それではまた。今日は曇り、夕方から雨・・・。お天気の話、これからずっと聞かれるのかなぁ~。変なことを提案しちゃった・・・(泣く)

(つづく)



ぶっちゃんの子育て奮闘記(2)



~ 病院って~(@_@) ~

受け入れ先の病院を見つけている間、とりあえず 診てもらえる病院を探し、ある病院で受け入れてく れました。障害者の妊婦を診るのは初めてと言われましたが、先生や看護師は私自身に分かりやすくれましたが、れてくれ、私の話もきちんと聞いてくれました。 それについての話もヘルパーに答えるのではなったに向かって話してくれていたので、対応が良かったです。普通はヘルパーに話をしたり説明をするのですが…。



私的にはそこの病院が気に入り、ずっと診てもらえないかと聞いたところ、 「片山さんの場合、25週もたすことが難しいし未熟児対応の設備がうちには ないので厳しいですねぇ」と言われました。

普段かかっている病院の主治医との連携も取り合い、薬の事や私の身体のことなど、心配なことがあると連絡を取り合ってくれ、安心する事ができました。当初、私の身体のことも考え、胎児が 1,000g 越えたら産みましょうと言われていたので、この病院ではやっぱり難しいのかなぁとちょっぴり残念な気持ちになりました。

そんなこんなをしている間に、やっと受け入れ先の病院が見つかりました。 ある大学病院に決まり、家からも通いやすい場所で普段かかっている病院の主 治医の母校ということもあり、わりといろいろな意味で融通が利くのかと私の 中で勝手に思っていました。

が、いざ受診に行ってみると「脳性麻痺の方の妊婦さんを見るのは初めてなんですよ」「最善は尽くします、一緒に頑張っていきましょう」と先生、看護師さん達に言われました。そう言われて私はそんなに障害者の出産って少ないんだなぁと感じました。何で少ないのかなぁとふと思ったときに自分でもそうでしたが、障害者が結婚や子供を産むなんてそんな事はないと当たり前のように思っていました。だから他の障害者の人たちもそういう風に思っているのかなぁと感じました。

その頃、腹痛がひどく死にそうなぐらい痛くて家の近くの病院で診てもらってたときがあり、そこでは子宮外妊娠ではないかと言われましたが、大学病院で診てもらったところ卵巣が腫れていたらしくそれが子宮にぶつかって痛みがあるんですよと説明してくれました。この症状はまれにあるらしくそのまれの中に入っちゃったんだなぁと心の中で笑っちゃいました。 (つづく)



ばばぁ~のたわごと

馬場 真美

前回の私の文章の最後が「人が人として生きていくための運動」という事でしたが、今回は障がい者とともに生きる事を徒然に書いてみたいと思います。

障がい者にとっては、健常者が何を言うのか・・・という事かもしれませんね。でも、この世は健常者が主体の世の中。その健常者

が、障がい者の事を考えなきゃ、世の中なんてそう簡単には変わらないでしょう。ハード面でもソフト面でも、障がい者が生きにくい環境を作っているのが 健常者ですから。

では私たちは何をしたら良いのでしょうか?

まず、気づく事でしょうか。

自分が健常者という分類に属し、障がい者を時に気付かずに差別していたり、 社会に障害となる原因を作って障がい者に生活しづらい環境を知らず知らずに 作っている事を。

かく言う私も障がい者に出会ったのは、この仕事をしてからの事。健常者と同じように生活し、感情を持ち、恋をしたり、夢を見たり・・・。初めはこんな当たり前の事が、「健常者と同じなんだ」と驚きを感じたりしました。特別な人、私たちと違う人という先入観、潜在意識みたいなものがあったのだろうと思います。

そんな私が車椅子は私のメガネと一緒と思えるようになるのにそう沢山の時間は要りませんでした。

周囲の障がい者の人たちが私に語りかけ、時には怒り、時には慰めてくれて、 ともに過ごす時間をたくさんとってくれたからだと、今なら感じる事が出来ま す。

健常者が地域で生きていくのに「CIL」や「障がい者の理解」は必ずしも必要ではないでしょうが、障がい者が地域で生きていくには、「CIL」や「健常者の理解」は必ず必要になります。

まず気付く事という中には、いろいろあると思いますが、障がい者にたいして自分が世に言う健常者だという事に気づく事は結構大事なことだと思えます。

N E W F A C E 紹 介

上山 怜美亜 24歳



はじめましての方もはじめましてではない方も、こんにちは! 上山怜美亜(かみやまれみあ)と申します。

22年度の11月あたりから入りました。この2年、もうダッシュしてきた 感じがします。

☆上山怜美亜の "プロフィール"

少しでも私のことを知っていただきたいなと思ったので書きます! 最後まで読んでいただけたら、嬉しいです。

1. 名前の由来

よく聞かれるので "初" 文書で書きます!

- "れみ" は、サウンド・オブ・ミュージックからとったそうです。
- "あ" は、かしこい人になってほしい、という意味でつけたそうです。 他にもいくつか名前の候補があったらしいのですが、私はこの名前で 『良かった』と思います。

2. 好きな動物

ハムスターです。

よく "ねずみ" と言われてしまいますが、すごくかわいいですよ! 小学 5 年生のときから、ずっと飼っていて今でも飼っています。

3. 趣味

物語を書くことです。

高校生のときに物語を書くことにハマってしまってから、今でも時折書いています。

音楽を聴いてイメージを膨らませながら書くことが好きです。

☆この仕事を始めた "きっかけ"

学生時代に始めたアルバイトがきっかけとなりました。土日のみでしたが、 施設で障害者の方々の生活を見守るお仕事でした。隣接している作業所でも短 期でお手伝いをさせていただいたこともあるのですが施設では、作業所とは違 い掃除や洗濯、身の周りのことや見守りなどをしました。

今でも 『大変だったな~』 という記憶がよみがえります。

しかし、そこで経験したおかげで意外なものを見つけることができました。

就職活動では本当は医療事務をめざしていたのですが、実習で合わないことが分かり、思い切って福祉の世界に飛び込みました。

☆これからの "こと"

思い切って飛び込んだものの・・・

考えさせられてしまうことがたくさんあります。

辛いこともたくさんあります。

しかし、楽しいこともあります。

今は目の前にある、とてつもなく高い山を 少しずつよじ登っているところです。 頂上 なんてものは全く見える気配がしません。

けれど、時折でも誰かに背中を押してもらったり、手を引いてもらったりしながら存在なんてしないかもしれない頂上をめざして頑張ります。

☆最後に

ここまで読んでくれた方々、本当にあり がとうございました。

長くてぐちゃぐちゃな文書ですみません。 こんな私ですが、これからもよろしくお願 いします。



上山家のハムスターの「アン」です!よろしくね!

TOPICS小平市自立体験事業、始まる



自立生活センター・小平では、平成 24 年 8 月より小平市から自立体験事業の 委託を受けることになりました。

障害を持ちながら「地域で生活したい!」と思った時、あなたならどうしますか?自立生活がどんなものなのかわからなかったり、いろいろなことは学んだけれど、いざ一人で生活を始めるのに不安を感じたり…というようなことはありませんか?そんなとき、実際に介助をつけてバリアフリーのアパートで生活してみることで、生活の具体的なイメージが湧いたり、一人で生活するために必要なことがわかることがあると思います。自立体験事業はそんな方のためのプログラムです。

介助者をつけて、一般的な一人暮らしの部屋と全く同じアパートで、1 泊~数 泊の生活体験を行います。もちろん体験してハイ終わり、ではなく、ピアカウ ンセリングや自立生活プログラムなど、他の事業との連携も行い、自立までの 道のりをサポートしていきます。

自立支援法でも平成 24 年 4 月から実施されている地域移行支援の中で生活体験ができるようになりましたが、対象者が施設入所者と入院している者に限定されており、親元からの自立には対応していません。今回受託した自立体験事業では、親元からの自立にも使える制度になっています。

CIL 小平では、1996 年の団体設立当初から独自事業として自立生活体験室を使った生活体験を実施してきましたが、今回の委託により、小平市民の方は利用料や宿泊料が無料で利用できることになりました(食費等は利用する方の自己負担となります。また、長時間介助の必要な方については別途ご相談ください)。今後、このような事業が他市にもどんどん広がっていくよう、CIL 小平としても運動していきたいと思います。

あなたも、自立体験事業で自立生活への第一歩を踏み出してみませんか?

【概要】

対象者:18歳以上65歳未満の方で、身体障害者手帳1~3級、愛の手帳、精神障害者手帳を持っている方(ただし、自立支援法個別給付の地域移行支援を利用している方は対象外)

利用日数:原則として年間 10 日まで

お問い合わせ: 042-467-7235 担当: 竹島まで

13

《 活 動 報 告 》

2011年 10月

- 3日(月) ピアカジュアル
- 4日 (火) 武蔵野市交渉(小泉)/個別 I L P (竹島、淺川)/つきの道/東京都福祉保健局訪問(竹島)
- 5日(水) コーディネーター会議/研修会議
- 6日(木) ピアカンILP会議
- 7日(金) 職員会議/PIM会議/報告検討会議/GM会議
- 11日(火) 利用者会議
- 12日(水) コーディネーター会議
- 13日(木) ピアカンILP会議/運営事務会議/個別ILP(淺川)
- 14日(金) 報告検討会議/研修会議
- 17日 (月) 運営事務会議/武蔵野市交渉会議(小泉)/障害者センターピアカン(淺川)
- 18日(火) 小平市障害福祉計画検討委員会(川元)
- 19日(水) コーディネーター会議
- 20日(木) ピアカンILP会議/東京都自立生活センター協議会会議(川元)/武蔵野市交渉(小泉)/個別IL P(竹島)/東京都福祉保健局訪問(山嵜)
- 2 1 日 (金) P I M 会議/報告検討会議/個別 I L P (竹島)
- 23日(日) 個別 ILP(竹島)
- 24日(月) 運営事務会議
- 25日 (火) キリン福祉財団来所 (川元) /全国自立生活センター協議会介助サービス委員会会議 (川元) /個別 I LP (竹島) /利用者交流会
- 26日(水) コーディネーター会議/東京バス協会交渉(山嵜)/赤い羽根共同募金/CIL所沢ILP講師(内海)
- 27日(木) ピアカンILP会議/赤い羽根共同募金
- 28日(金) PIM会議/報告検討会議/個別ILP(竹島)/創ろうみんなの障害者総合福祉法10.28JDF 大フォーラム
- 3 1日 (火) 自薦ヘルパー推進協会会議 (川元) / 運営事務会議

2011年 11月

- 1日 (火) 全国自立生活センター協議会介助サービス委員会会議(川元)/ピアカンILP会議/つきの道
- 2日 (水) 全国自立生活センター協議会研修プロジェクト会議 (川元) /コーディネーター会議/交通バリアフリー化統一交通行動 (山嵜)
- 4日(金) 研修会議/報告検討会議/GM会議/PIM会議
- 7日(月) 個別 ILP (川元) /ピアカジュアル
- 8日(火) ピアカンILP会議/運営事務会議
- 9日 (水) コーディネーター会議/CIL所沢ILP講師(内海)
- 10日(木) 東京都自立生活センター協議会会議/~12日(土)ピアカン集中講座
- 11日(金) 職員会議/報告検討会議
- 14日(月) 個別ILP(竹島)/全国自立生活センター協議会介助サービス委員会会議(川元)
- 15日(火) ピアカンILP会議

- 16日(水) コーディネーター会議/日本民営鉄道協会交渉(山嵜)
- 17日(木) GM会議/個別ILP(竹島)/立川バス交渉(山嵜)
- 18日(金) 報告検討会議/研修会議/PIM会議/防災研修(淺川)
- 20日(日) 全体研修(川元)
- 2 1日 (月) 個別相談 (川元) /障害者センターピアカン (淺川、内海) /運営事務会議
- 22日 (火) 個別 ILP (竹島、淺川) /コーディネーター会議/エコロジー・モビリティ財団訪問 (山嵜) /東京都交通局交渉 (山嵜)
- 24日(木) ピアカンILP会議/GM会議/個別ILP(竹島、淺川、内海)
- 25日 (金) 報告検討会議/PIM会議/個別相談(竹島)/エコロジー・モビリティ財団研修(山嵜)
- 26日(土) 全国脊髄損傷者連合会総会(淺川)
- 28日(月) 個別相談(竹島)/運営事務会議
- 29日(火) 利用者交流会/個別 ILP (竹島)
- 30日(水) 全体研修/コーディネーター会議/第3セクター鉄道交渉(山嵜)/~12月2日(金) 自薦ヘルパ 一推進協会ブロック研修(川元)

2011年 12月

- 1日(木) ピアカンILP会議/GM会議/個別ILP(竹島)
- 2日(金) 報告検討会議/コーディネーター会議/研修会議
- 5日(月) 運営事務会議
- 6日(火) 武蔵野市交渉(小泉)/つきの道/関東運輸局東京運輸支局訪問(山嵜)
- 7日 (水) 全国自立生活センター協議会常任委員会 (川元) /コーディネーター会議
- 8日 (木) GM会議/ピアカンILP会議/個別相談(小泉)/個別ILP(竹島)
- 9日(金) 職員会議/報告検討会議
- 10日(土) 全国脊髄損傷者連合会役員会(淺川)
- 1 1 日 (日) 個別 I L P (小泉)
- 12日(月) 全国自立生活センター協議会介助サービス委員会会議(川元)/GM会議/個別ILP(竹島)/ピアカジュアル
- 13日(火) 利用者会議/運営事務会議/交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 14日(水) ~15日(木) CIL青森来所/コーディネーター会議
- 15日(木) GM会議/ピアカンILP会議/個別ILP(竹島)/西武鉄道来所(山嵜)
- 16日(金) 研修会議/報告検討会議
- 19日(月) 運営事務会議/障害者センターピアカン(大渕、淺川、内海)
- 20日(火) 単発 ILPクリスマス会
- 21日(水) コーディネーター会議
- 22日(木) 武蔵野市交渉(小泉)/GM会議
- 23日(金) 全体研修(川元)
- 25日(日) 全国自立生活センター協議会会議(川元)
- 27日(火) 忘年会

2012年 1月

4日(水) コーディネーター会議

- 5日(木) ピアカンILP会議/GM会議
- 6日(金) 職員会議/小平市交渉(小泉)/報告検討会議
- 10日(火) 運営事務会議/小平市交渉(小泉)/個別ILP(竹島、淺川)/つきの道/交通行動東京実行委員会 事務局会議(山嵜)
- 11日(水) コーディネーター会議/研修会議
- 12日(木) ピアカンILP会議/個別ILP(小泉、竹島、淺川)/銀座ユニバーサルデザイン歩行者支援実験テスト(山嵜)
- 13日(金) 報告検討会議/GM会議
- 15日(日) 個別ILP(小泉)
- 17日 (火) 全国障害者介護保障協議会電話会議 (川元) /運営事務会議/京王バス乗務員研修 (山嵜)
- 18日(水) コーディネーター会議
- 19日(木) ピアカンILP会議/~20日(金)エコロジー・モビリティ財団研修(山嵜)
- 20日(金) 報告検討会議
- 2 1 日 (土) 交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 23日(月) ~25日(水)全国自立生活センター協議会全国セミナー(川元、竹島、淺川)
- 25日(水) コーディネーター会議
- 26日(木) ピアカンILP会議
- 27日(金) 報告検討会議/GM会議
- 29日(日) 個別ILP(小泉)
- 30日(月) 障害者センターピアカン(大渕、内海)/~31日(火)東京都相談支援事業初任者研修(淺川)
- 3 1日(火) 運営事務会議

2012年 2月

- 1日(水) コーディネーター会議
- 2日(木) ピアカンILP会議/GM会議
- 3日(金) 研修会議/報告検討会議
- 6日(月) 東京都相談支援事業初任者研修(淺川)
- 7日(火) 個別 ILP(川元、淺川)/個別相談(小泉)/つきの道
- 8日 (水) 研修会議/コーディネーター会議/東京都相談支援事業初任者研修(淺川)
- 9日(木) ピアカンILP会議/西武鉄道交渉/個別ILP(竹島、淺川)/GM会議
- 10日(金) 職員会議/PIM会議/報告検討会議
- 12日(日) 全国自立生活センター協議会研修プロジェクトチーム会議(川元)/個別ILP(小泉)
- 13日(月) 全国自立生活センター協議会事務局ミーティング(川元)/西東京市役所交渉(小泉)/ピアカジュアル
- 14日(火) 小平市障害福祉計画検討委員会(川元)/小平市交渉会議(小泉)/個別ILP(竹島)/交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)/~15日(水)東京都相談支援事業初任者研修(淺川)
- 15日(水) コーディネーター会議/小平市交渉会議(小泉)/国土交通省訪問(山嵜)/全国重度障害者相談支援協会相談支援専門員養成研修(川元、竹島)/ピアカンILP会議/全国自立生活センター協議会ピアカン委員会会議(大渕)
- 17日(金) 報告検討会議/PIM会議/GM会議

- 18日(土) 交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 20日(月) GM会議
- 2 1日 (火) 利用者会議/運営事務会議/つくばエクスプレス交渉(山嵜)
- 22日(水) コーディネーター会議/個別 ILP (川元)
- 23日(木) 全国自立生活センター協議会関東ブロック会議(川元)/ピアカンILP会議/GM会議/個別ILP (竹島)/ILPリーダーズ(大渕、内海)
- 2 4 日 (金) 報告検討会議/PIM会議
- 25日(土) 全国脊髄損傷者連合会会議(淺川)
- 26日(日) 個別ILP(小泉)
- 27日 (月) CIL浜松来所 (川元) /障害者センターピアカン (大渕、淺川、内海)
- 28日 (火) 運営事務会議/エコロジー・モビリティ財団研修(川元、竹島、山嵜、大渕、淺川、内海)
- 29日(水) コーディネーター会議

2012年 3月

- 1日 (木) ピアカンILP会議/東京都自立生活センター協議会運営委員会 (川元) / GM会議
- 2日 (金) 研修会議/全国自立生活センター協議会介助委員会 (川元) /報告検討会議/PIM会議
- 5日(月) 運営事務会議
- 6日(火) CIL北来所(川元)/個別ILP(淺川)/つきの道
- 7日 (水) 個別 ILP (川元) / PIM会議/コーディネーター会議
- 8日 (木) 全国自立生活センター協議会介助委員会 (川元) / G M 会議/個別 I L P (竹島) / ピアカン I L P 会議
- 9日(金) 職員会議/報告検討会議
- 12日(月) GM会議/ピアカジュアル
- 13日(火) 全国障害者介護保障協議会常任委員会(川元)/個別ILP(川元)/運営事務会議/自薦ヘルパー推進協会講師会議(川元)/~15日(木)リーダー養成集中ILP(小泉、竹島、大渕、淺川)/交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 14日(水) 研修会議/コーディネーター会議
- 15日(木) ピアカンILP会議/GM会議/個別ILP(小泉)
- 16日(金) 報告検討会議/GM会議
- 17日 (土) ~19日 (月) 全国自立生活センター協議会介助サービス委員会合宿 (川元) / 交通行動東京実行委員会 (山嵜)
- 19日(月) 障害者センターピアカン(大渕、淺川)
- 2 1日 (水) PIM会議/コーディネーター会議
- 22日(木) ピアカンILP会議/GM会議/東京都まちづくり課交渉(山嵜)
- 2 3 日 (金) 報告検討会議/個別 I L P (淺川)/東日本大震災障害者救援募金活動(竹島、淺川)
- 26日(月) ~28日(水) CIL都城来所(川元)/運営事務会議/個別相談(竹島)
- 27日(火) 個別 ILP(竹島)/個別相談(山嵜)/利用者交流会
- 28日 (水) 全国重度障害者相談支援協会会議 (川元) /コーディネーター会議/PIM会議
- 29日 (木) GM会議/自立生活支援センターぽっぷ理事会 (川元) /ピアカンILP会議/東日本大震災障害者救援募金活動 (竹島、淺川)

2012年 4月

- 1日(日) 個別 I L P (小泉) /全国脊髄損傷者連合会会議 (淺川)
- 2日 (月) 全国自立生活センター協議会スカイプ会議/GM会議
- 3日(火) 運営事務会議/個別 ILP (小泉、淺川) / つきの道
- 4日(水) 研修会議/コーディネーター会議
- 5日(木) ピアカン ILP会議/東京都自立生活センター協議会会議
- 6日(金) 報告検討会議/PIM会議/GM会議/職員会議
- 10日(火) お花見利用者交流会/運営事務会議/交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 11日(水) 研修会議/コーディネーター会議/ILPリーダーズ(大渕)
- 12日(木) ピアカンILP会議/GM会議/個別ILP(竹島)
- 13日(金) PIM会議/報告検討会議
- 15日(日) 個別ILP(小泉)
- 16日(月) 全国自立生活センター協議会介助サービス委員会会議(川元)/個別 ILP(竹島)/ピアカジュアル
- 17日 (火) 全国障害者介護保障協議会会議 (川元) /利用者会議/運営事務会議/JR東日本交渉 (山嵜)
- 18日(水) コーディネーター会議/個別ILP(小泉)/お墓参り
- 19日(木) 全国重度障害者相談支援協会会議(川元)/GM会議/ピアカンILP会議
- 20日(金) 自立支援センターぽっぷ来所(川元)/報告検討会議
- 2 1 日 (土) 交通行動東京実行委員会事務局会議(山嵜)
- 2 3 日 (月) 全国自立生活センター協議会常任委員会会議 (川元) /全国重度障害者相談支援協会会議 (川元) /障害者センターピアカン (大渕、淺川、内海)
- 24日 (火) ~25日 (水) 全国重度障害者相談支援協会相談支援専門員養成研修 (川元) / つくばエクスプレス交渉 (山嵜)
- 25日(水) 研修会議/コーディネーター会議
- 26日(木) ピアカンILP会議/研修会議/GM会議/個別ILP(淺川)
- 2 7 日 (金) PIM会議/報告検討会議/東日本大震災障害者救援募金活動(竹島、淺川)
- 30日(月) 個別ILP(竹島)





(左)ピアカジュアルにて、スイーツ作りに挑戦!

(上)出来上がったスイーツ。美味しそう!

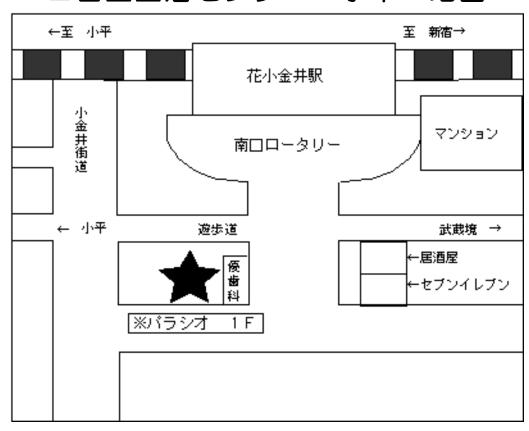


暑さ寒さも彼岸までと言いますが、秋に入っても、近年はだんだん涼しくなり冬になるというよりは、いつまでも暑い日が続いて、急に涼しくなり、寒くなるという気候の変動のように感じます。衣替えも、時期を決められないので、寒さを感じてから、あわてて暖かい衣類をひっぱりだしました。急な気温の変動で体調を崩されてはいませんか。

冬の乾燥時期に流行する、インフルエンザ等の対策はしっかり行いたいものですね。寒くなると出かけるのが億劫になる人も多いと思いますが、暖かくして、思いきって、冬の華やいだ街に出かけてみませんか。

(編集委員 淺川)

■自立生活センター・小平 地図



近隣の8市にまたがって身体障害者、知的障害者、精神障害者にサービスを 提供しています。(初めてサービスを利用する場合は、利用規約等について 事前に説明する場を設けさせていただきます。)

・自費利用 ①知的・ガイドヘルプ ¥ 1, 4 5 0 / 時

②家事援助 ¥ 1, 450/時

③重度訪問介護 ¥ 1, 500/時

④身体介護 ¥ 1, 8 0 0 / 時

・ILP、ピア・カウンセリング利用 ご相談ください。

・自立支援法によるヘルパー利用 ご相談ください。

障害者生活支援事業サービス -----

◇介助制度、手当、住宅改造、生活保護などの制度利用の申請のサポートならびに生活に関わるあらゆる相談をお受けします。

電話相談:365日、9時~22時

面接相談:月~金、10時~17時

- ◇ピア・カウンセリング(集中講座、個別)
- ◇自立生活プログラム(生活力、社会性を高めるプログラム) 長期プログラム、短期プログラム、個別プログラム、単発プログラム プログラムテーマ例…障害って何?・介護を頼もう(介護者との関係)・ 制度学習・フィールドトリップ・お金の管理・調理実習 …など
- ◇宿泊体験ー民間のアパート(自立生活体験室)に泊まって、自立生活を体験するプログラムです。
- ◇自立生活をめざすための住宅サービス(アパート等の住居の確保)
- ◇広報誌の発行(制度や自立生活のノウハウに関する情報提供、情報交換)

各サービスを利用される方には、協力会費を頂いております。

入会ご希望の方は、下記までお問い合わせください。

会費:年額 4,200円(年度途中から入会の場合月額 350円)

《編集》自立生活センター・小平

〒187-0003 東京都小平市花小金井南町 1-26-30 パラシオ 102

TEL/042-467-7235 FAX/042-467-7335

E — M A I L : cilkodaira3@hotmail.com

《発行所》

障害者団体定期刊行物協会 東京都世田谷区砧 6-26-21 (**定価 100 円**)