1977 年 12 月 3 日　第 3 種郵便認可　毎月 18 回(1,2,3,5,6,7 の日)発行　2013 年 4 月 20 日発行　SSKP　増刊通巻第 5369 号

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

ゆにーく your らいふ

2013年 4月号

［表紙写真］　2013 年 3 月 26 日　お花見

報告

- ＪＩＬ全国セミナー
- 忘年会

好評連載中！

- 私と障害
- ぶっちゃんの子育て奮闘記

1977 年 12 月 3 日　第 3 種郵便認可　毎月 18 回(1,2,3,5,6,7 の日)発行　2013 年 4 月 20 日発行　SSKP　増刊通巻第 5369 号

目　次

2013年
4月号

自立生活センター・小平　通信　SSKP

ゆにーく your らいふ

p　3　訃報　落合勇平さん

p　4　ＪＩＬ全国セミナー
p　6　忘年会　～報告と感想～
p　8　連載私と障害
p　9　連載 ぶっちゃんの子育て奮闘記

p１０　今の自分、昔の自分
p１１　隔号連載　ばばぁ～のたわごと

p１２　活動報告
p１５　編集後記・地図
p１６　サービスのご案内

訃報　落合勇平さん

自立生活センター・小平の職員である落合勇平さんが、３月１９日永眠されました。享年３１歳の若さでした。

落合さんは２００５年から当センターの職員として働き、主に交通バリアフリーや、ピアカウンセリング、自立生活プログラム等の担当として活躍しました。

また落合さん自身の生活に必要な２４時間の介助制度や、入院中の介助等について精力的な運動・行政交渉を行い、大きな成果を勝ち取りました（Ａ区で入院時の１０時間介助、Ｂ市で在宅及び入院時の２４時間介助）。

計画的気管切開を行い、人工呼吸器ユーザーとなってからは、東京都自立生活センター協議会・呼吸器ユーザーネットワーク「呼ネット」の活動に力を入れていました。

近年は入退院を繰り返し、体や心と闘ってきましたが、ついに帰らぬ人となりました。

ここに落合さんのご冥福を心よりお祈り申し上げます。

JIL全国セミナー報告

竹島　圭子

2012年度JIL全国セミナーが2013年1月28日(月)～30日(水)の日程で京都テルサ・テルサホールにおいて行われました。

『総合支援法と差別禁止法のゆくえと今後の運動について』は2009年から始まった障害者の制度改革の流れのおさらいと、最新の情報をもとに、①総合支援法の見直し、②差別禁止法の制定についての取り組みをメインストリーム協会佐藤さんとSTEPえどがわの今村さんに話を聞きました。特に、差別禁止部会の意見のポイントを解りやすく解説して頂きました。私達障害当事者が中心となった差別禁止法にむけた取り組みが必要だと思いました。

『尊厳死法制化と私たちの生きる権利』では、この法制化に反対している団体の「バクバクの会」の方々に、命についての思いを聞きました。尊厳死の法制化は、「生きる権利は多様であるべきだ」という人の生き方に、ややもすると悪い影響を及ぼしかねない法案だという事を、改めて考えさせられました。

夕方からの講座は、代表・事務局長クラスに参加しました。全国自立生活センター協議会の中で全国の加盟団体が連携を図り、全国の活動に反映出来る様な体制づくりを考えていることを確認することが出来ました。研修会参加の代表・事務局長の方々とグループに分かれて意見交換出来たのが良かったです。

セミナーも２日目に入り、『いまさらですが・・・ピアカンってなぁに』はピアカウンセリング公開講座の形をとってピアカウンセリングの意味や目的を初心に帰って考える機会になりました。ただ、勤務年数によってグループを分けてもよいのではと思いました。

午後の『出生前診断についてのワークショップ』では、出生前診断についての今迄の流れと詳しい現状、出生前診断の問題点についての報告が、立命館大学大学院先端総合学術研究科の利光恵子さんを交えて自立生活センターリングリングの寺田さんと上野さんからありました。また、ワークショップではグループに分かれてそれぞれの思いを話し合いました。

３日目は、『介助保障運動の歴史と現代的課題』から始まりました。自立生活センターアークスペクトラムの岡田さんの司会で、障害者福祉の歴史を歴代の介助保障委員長のHANDS世田谷の横山さんと自立生活センターいるかの長位さんと振り返りました。介助保障の歴史的意義の尊さとこれからの課題を確認す

ることが出来ました。

セミナーの最後は『虐待防止法を具体的事案から考える』でした。10 月に施行された虐待防止法は全国の自治体に「障害者虐待防止センター」の窓口機能を全国の自治体に義務づけた施策です。今回は、静岡県で起きた虐待事案を聞くことが出来、当事者主体で虐待防止も考えて行かなければいかないと思いました。

～セミナースケジュール～

●１月 28 日(月)----------

13：30―15：00

差別禁止法のゆくえと今後の運動について

〈総合支援法の見直し、差別禁止法の制定〉

15：30－17：30

尊厳死法制化と私たちの生きる権利

18：00－19:00

代表・事務局長向けクラス

〈JIL の活動、委員会の活動、ブロック活動について　意見交換〉

●1 月 29 日（火）----------

10：00―12：00

いまさらですが・・・ピアカンってなあに

13：00―17：00

出生前診断についての詳しい解説とワークショップ

●1 月 30 日（水）----------

10：00―12：00

介助保障運動の歴史と現代的課題

13：30―15：30

虐待防止法を具体的事案から考える

忘年会報告

大渕　由里子

２４年度１２月２７日自立生活センター・小平の忘年会を西東京研修室で行いました。
幹事数名で３～４か月前から話し合いをし、どうゆう内容で料理をどうするかなどを決めていきました。

当事者スタッフ、健常者スタッフで去年は余興をやっていましたが、利用者もやりたいという声があがり今年は利用者も含め４グループですることになりました。

４グループの内１グループは当事者スタッフと利用者のみという初の試みで取り組んでみました。利用者も練習に事務所まで来て練習をしていたようです。

料理は、例年までお鍋が中心でしたが“飽きた～”（大渕が言った）という声もあり、今年は“全部手作りにしよう！”ということになりました。メニューは、チャーシュー、韓国風肉じゃが、マカロニサラダ、ちらし寿司、クラムチャウダー、豚汁、中華スープ（そうするしかなかったの。ごめんなさい）などでした。中華スープになったわけは、本来、水餃子にする予定で前日に餃子作りをしましたが餃子の皮同士が、くっついてしまうということに気づかず、保存したら次の日ほとんど取れなくなってしまい、“これはまるめるしかない”と判断し急遽、中華スープとなりました。（苦笑）

いざ忘年会がスタートし、司会が内海、岡村、大渕でしたが大渕と内海は余興の準備などで前半はその場にいることが出来ませんでした。接客対応は健常者スタッフが行いましたが、本来なら私たち当事者スタッフが行えればいいのに…と感じました。参加者が約８０人でとても盛大に行うことができました。

余興は４グループで行い、仮装や、劇と歌を組み合わせたもの、アクション系のもの（？）などでした。各グループとも、なかなか笑える余興でした。

一つ言えるのは、だんだん参加者も増え、場所が狭く当事者スタッフが来客対応が難しくなってきたのが残念だと思います。場所が広いところを見つけたいと思いますが、狭いなりの工夫で、我々が動けるようにこちら側が考えなければいけない課題だと思います。

余興の出し物は熱演の連続で、大いに盛り上がりました。

～忘年会の感想を、土屋雄詩さんに書いて頂きました～

忘年会当日の土屋さん

去る２０１２年、１２月２７日――。

僕にとっては、こちらの方々にお世話になるようになってから、忘年会は初めての参加で、しかも忘年会というものに参加するのは人生初。そうなると当然、期待と不安（笑）でとても楽しみだったのは言うまでもありません。そんな個人的なことをさておき、つたない文章ですが、お付き合い下さい。

美味しい料理から醸し出される温かさと、徐々に増していく賑やかさの中、忘年会の出し物が始まりました。

最初の出し物はハンドベルによる演奏。いきなり某有名バンドメンバーの顔メイクの集団が登場し、ハンドベルの演奏がスタート。最初のインパクトと演奏のギャップがあって、笑いと楽しさが溢れていました。その後の二人羽織はさらにインパクトがあり、大いに面白かったです。

次の出し物は桃太郎を題材にした創作劇。桃から産まれた一人の女の子がアイドル目指して頑張る物語で、皆さんが人柄に合った役を演じられていて、とても良い劇でした。特にスギちゃんならぬ、栗ちゃんが乱入してきたラストのドタバタ感が良かったです。

お次はチームＲの演目。とあるテレビドラマのパロディーにも関わらず、感動の“迷”演技に脱帽しました（笑）。

そして、最後の出し物は特撮の戦隊モノを題材にしたヒーローショー。こだわりと努力を感じさせるものでした。それは戦闘アクションのクオリティーの高さからも伝わってきました。個人的には最後の巨大ロボの足とダンスがとても良かったです。

初参加の忘年会は終始、とても楽しかったです。皆さんが自分の個性を活かして活動していることが、忘年会で改めて実感できました。次回は出し物でお手伝いできればいいなと思っておりますので、是非とも宜しくお願いします。

感想中にも登場の、スギちゃんならぬ「栗ちゃん」

■私と障害　⑧

浅川　都

自立生活センター・小平と出会って、自立生活プログラム(ILP)を受けることになりました。介助者との関係、制度のこと、金銭管理、調理、掃除、洗濯といった内容でした。私が、自立生活に対する一番の不安は生活費をどうするかということでした。重度の障がいがある自分が、社会で仕事に就いて、収入を得るのは無理だと思っていたからです。

ILPを受講して、不安な部分はなくなっていきました。私には、年金や手当てがあるのでそれで暮らせるし、CILの考える「自立生活」について、これなら自分にもできると思いました。

私が障がいを持ってからずっと感じてきた、重度の障がいを持つ人たちの置かれている状況の多くは、主体者は障害者ではありませんでした。介助を受ける側ではなく、介助をする人たちの考えが優先され、障がいを持つ人の気持ちや言葉を聞いてもらえないし、自分の置かれた現実としても、悲しく悔しいけれど障がいをもって生きていくのには仕方がないと諦めていた部分もありました。何とかしたいと思ってはいても、自分だけではどうすることもできませんでした。しかし、CILの自立生活の考え方を知って、私が障がいをもってからずっと無理だと思ってきた、自分の人生を自分で選んで決めていくことができる、当たり前に聞こえるこの事を、障がいを持ってから奪われてきた、いつも自分の人生を取り返したいと思っていた、これが私の求めていたことだと思いました。

ILPを受けに事務所に通っていて、自立したら仕事をしたいと思いました。障がいがあることで、周りから何もできないと決め付けられ、実際にできることもなかったけど、いつも悔しく思っていました。お金がもらえなくても、何でもいいからできる事があれば何でもしたい、自分を必要としてくれるものが欲しかったのです。小平の事務所では、重度の障がい者職員が忙しそうに働いていました。その姿を見て、とてもうらやましかった、私もできることならやりたいと思いました。

（つづく）

ぶっちゃんの子育て奮闘記⑭

大渕　由理子

～ いよいよ出産 ～

とうとう赤ちゃんも２０００ｇを超え私も限界がきて、先生の判断でいよいよ出産の日が決まりました。私の最初の希望は、自然分娩をとお願いしていたのですが、思いのほか赤ちゃんが大きくなって私の身体では自然分娩は無理と言われ、帝王切開になりました。

普通は、局部麻酔でするそうですが私の場合、体が動いてしまうので全身麻酔になり、赤ちゃんに影響がないように先生達が配慮してくれました。時間をかけないように「はい　切ります」状態に用意をして、準備の様子を見ながら、あ～　とうとう産まれるんだ～と緊張と不安を感じました。

２１０６ｇと小さいながら無事出産することができました。私はICU、赤ちゃんはNICUと私が麻酔で眠っている間に親子ばらばらになりました。
助産師から、「無事赤ちゃんが生まれましたよ。」と、目を覚ました私に生まれたての赤ちゃんの写真を持ってきてくれました。あ～良かったと胸をなでおろしたと同時にほんとに産まれたての赤ちゃんって汚れていてエっ！て感じでした。

しかし、産声を聞くことが出来なかったのが、ちょっぴり残念でしたけど･･･。
出産後ICUから一般病棟に戻り、明日から動いてねと助産師から言われ、「え？まだ傷がふさがって間もないのに…」と思いながら指示に従い、徐々に動く事にしました。痛いよぉとつぶやきつつ車椅子に移乗したりトイレへ行ったりとしていたところ、看護師から赤ちゃん見に行ってみる？と声をかけてくれて「はい」と我が子に会いに行きました。

NICUには親しか入ることができず、入り口まで介助者に連れてってもらい、中は看護師が車椅子を押すという形になりました。産まれてはじめての対面でドキドキしながら我が子のベッドへ近づくと、保育器に寝ている我が子に会うことが出来ました。すごくちっちゃく、自力でミルクを飲むことができないということで、管を入れられて痛々しい姿でしたが、超かわいい！（親ばか？）と触ることは出来ませんでしたが、眺めていました。本当に産めたんだなぁと改めて実感しました。

（つづく）

今から15年ほど前、自分は、新宿でタクシーの運転手をしていました。

なぜタクシーの運転手かというと、自分には出来ない、また(運転手の方には失礼ですが)やりたくない仕事を急にやってみたいと思ったからです。

なぜそうなったかといいますと、その前に自分は、念願かなって入りたいと思っていた会社に、なんとか就職する事が出来ました。

しかしそこで自分の直属の上司にあたる人が、ある大きな問題を起こし、本社から部長が出てきて、「二人一緒のチームでやっているのだから、お前にも半分責任がある」と言われ、実質的に責任を取らされる事になりました。

納得のいかない自分は、若さゆえ部長とかなりの喧嘩をしてしまいました。

しかし一方で直属の上司をフォローしたいという複雑な気持ちもあり、その時は、その自分の気持ちをうまく相手に正しく伝える事が出来ず、ただ会社への失望感に陥って辞めなくてもよかったのですが退職してしまいました。

入りたかった会社に入り辞めてしまったので何をすればいいかわからなくなり、それなら一層の事、やりたくない事をするか、タクシーで一からやり直すか！となった訳です。変わっていますよね。。。

実際丸２年タクシーをやった訳ですが、そんな自分が、いまこうしてCILに身を置かせてもらっています。

部長と喧嘩してしまった自分は、自分が正しいと思ったらそれを変えず自分の価値観を人に押し付けるような人間でした。しかしここCILで得られる経験は、そんな自分を本当に強くしてくれたと思います。

今は、他人の価値観を尊重し自分の思うようにならないのであれば、自分が、変わればいい、そうすれば自分の事だけで済む、そう思うようにもなりました。それがいいかはともかくとして、自分で自分の事が、よく知れるようになった気がします。

なかなか自分というのは変えられず、今でも時々小さい頃から変わらないな…と思う事がよくあります。でもそんな自分を自分でよく考えられるようになってきたという事は自分が、人として少しは成長出来てきているのかな？とも思えます。

ただ、そんな出来てきたみたいな話ばかりではなく、まだまだ自分には課題がたくさんありすぎます。

自分で自分の欠点を考えるのは、とても嫌なものです。

でもそこに向き合ってそれが、少しずつ解消出来た時、心地よい自分もいます。その心地よさを自分が続けていけたら…

そう思えるようになった事に、今とても感謝しています。

ばばぁ～のたわごと

最古参コーディネーター　馬場　真美

何かにつけて「近頃の若い者は…」と言いたい年寄りは多いと思います。私も少し前まではそう思うことがたびたびありました。

しかし、価値観が違うと思う故に「最近の若い者は」と嘆くのであって、さいきんは価値観が違うことがわかるだけまだ近い関係だと思うようになってきています。つまり、私にとって最近の若者はどうも訳がわからない遠い遠い存在なのです。

滅私奉公はもちろん正義とか忍耐は死語。「他人は許さないけど、自分は許されるべき」とは言ってないけれど、実は人ばかり責めてない？人と関わるための人としての下地（話をする力・聞く力）があるの？気付かないけど、傷つきもしてない？若者の心の中に年寄り（たくさんの経験と知恵のあると思われる）が取りつく島があるのかしら…。

と愚痴になりそうですが、愚痴を言っている場合じゃなくて、実はこの世代の人と正面から向かいあって付き合っていくのがこれからの現実です。

そういう世代だと認識（認めて）して、そこからスタートの人間関係を作っていかなくちゃ。

利用者の高齢化、介助者の若年化の流れのなかで、この接点の見出しは重要です。

「地域で自立生活をする利用者やそれを理解する健常者を増やす」という設立当初の思いに加えて、障がい者や健常者の意識改革が新たな時代の中で必要だと思うのです。

後輩を育てるのは先輩だし、介助者を育てるのは障がい者であることは未来永劫不変です。

誰かに寄ってきてもらうというのではなく、きつくても自分が少しずつ寄っていくというリスクを皆が負わなければ、これからの人間関係は成り立たないような気配がします。

つまり、人と人との関係作りには一頃より一層努力をしないと、そもそも人間関係って必要なんですか？ということになりかねないですね。

《 活　動　報　告 》

２０１２年　１１ 月

１ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／医療情報会議／ＧＭ会議／
２ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議
３ 日	（土）	交通行動東京実行委員会打ち合わせ（山嵜）
６ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（小泉）／つきの道
７ 日	（水）	個別支援会議／杉並区交渉（小泉）
８ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議
９ 日	（金）	職員会議／報告検討会議／ＧＭ会議
１１ 日	（日）	全国脊髄損傷者連合会会議（淺川）
１２ 日	（月）	杉並区役所交渉（小泉）／ＧＭ会議／個別ＩＬＰ（淺川）／ピアカジュアル
１３ 日	（火）	利用者会議／マネージャー会議／交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
１４ 日	（水）	個別支援会議
１５ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議
１６ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議
１７ 日	（土）	交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
１９ 日	（月）	ＧＭ会議／障害者センターピアカン（大渕、淺川、内海）
２０ 日	（火）	チームリーダー会議／国土交通省訪問（山嵜）
２１ 日	（水）	差別禁止法勉強会（川元）／個別支援会議
２２ 日	（木）	全国自立生活センター協議会委員会編成会議（川元）／医療情報会議／～24 日（土）ピアカウンセリング集中講座
２５ 日	（日）	ＳＴＥＰ江戸川 10 周年記念パーティー（淺川、内海）
２６ 日	（月）	ＧＭ会議／東京都庁交通局交渉（山嵜）
２７ 日	（火）	利用者交流会／マネージャー会議
２８ 日	（水）	個別支援会議
２９ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議／医療情報会議／チームリーダー会議
３０ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議／国土交通省交渉（山嵜）

２０１２年　１２月

１ 日	（土）	ＤＰＩ障害者政策討論集会（内海）
２ 日	（日）	ＤＰＩ障害者政策討論集会（山嵜）
３ 日	（月）	相談支援研修（川元）／障害者センターピアカン（淺川）／ＧＭ会議
４ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島）／医療情報会議／つきの道
５ 日	（水）	研修会議／個別支援会議
６ 日	（木）	自薦ヘルパー推進協会講師会議（川元）／個別ＩＬＰ（竹島）／ＧＭ会議／ピアカンＩＬＰ会議
７ 日	（金）	職員会議／報告検討会議／ＧＭ会議

１０ 日	（月）	ＧＭ会議
１１ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島）／交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
１２ 日	（水）	個別支援会議
１３ 日	（木）	チームリーダー会議／ピアカンＩＬＰ会議
１４ 日	（金）	報告検討会議
１５ 日	（土）	交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
１７ 日	（月）	ＧＭ会議／小平市相談支援事業所連絡会（竹島）
１８ 日	（火）	マネージャー会議／単発ＩＬＰクリスマス会
１９ 日	（水）	ＣＩＬ青森来所（川元）／個別支援会議
２０ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／自薦ヘルパー推進協会事務局会議（川元、竹島）／ＧＭ会議
２５ 日	（火）	個別ＩＬＰ（竹島）／マネージャー会議
２６ 日	（水）	個別支援会議／ＨＡＮＤＳ世田谷訪問（山嵜）
２８ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議

２０１３年　１ 月

４ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議
７ 日	（月）	ピアカジュアル／ＧＭ会議
８ 日	（火）	マネージャー会議／新年会／交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
９ 日	（水）	個別支援会議／すてっぷ江戸川訪問（山嵜）
１０ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／チームリーダー会議／GM 会議／町田ヒューマンネットワーク訪問（山嵜）／自薦ヘルパー推進協会事務局会議（川元）
１１ 日	（金）	職員会議／報告検討会議／ＧＭ会議
１４ 日	（月）	ＧＭ会議
１５ 日	（火）	個別ＩＬＰ(竹島）／杉並区交渉（竹島）／西武鉄道来所（山嵜、淺川）／ＣＩＬ日野訪問（山嵜）／つきの道
１６ 日	（水）	個別支援会議／町田ヒューマンネットワーク訪問（山嵜）／ヒューマンケア協会訪問（山嵜）／個別ＩＬＰ（竹島）
１７ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議／全国脊髄損傷者連合会会議（山嵜）
１８ 日	（金）	報告検討会議／個別ＩＬＰ（竹島）
１９ 日	（土）	交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）／全国脊髄損傷者連合会会議（淺川）
２１ 日	（月）	個別ＩＬＰ（淺川）／ＧＭ会議／障害者センターピアカン（内海）
２２ 日	（火）	利用者会議／マネージャー会議
２３ 日	（水）	個別支援会議／個別ＩＬＰ（小泉）／研修会議／CIL 立川訪問（山嵜）／CIL 昭島訪問（山嵜）
２４ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議／全国脊髄損傷者連合会会議（山嵜）
２５ 日	（金）	報告検討会議
２８ 日	（月）	ＧＭ会議／～30 日（水）全国自立生活センター協議会全国セミナー（竹島、淺川）
２９ 日	（火）	マネージャー会議／自立支援ネットワーク大森訪問（山嵜）
３０ 日	（水）	個別支援会議／個別ＩＬＰ（小泉）／～31 日（木）ピアカン委員会対面会議（大渕）
３１ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議／エコロジー・モビリティ財団来所（山嵜）

２０１３年　２ 月

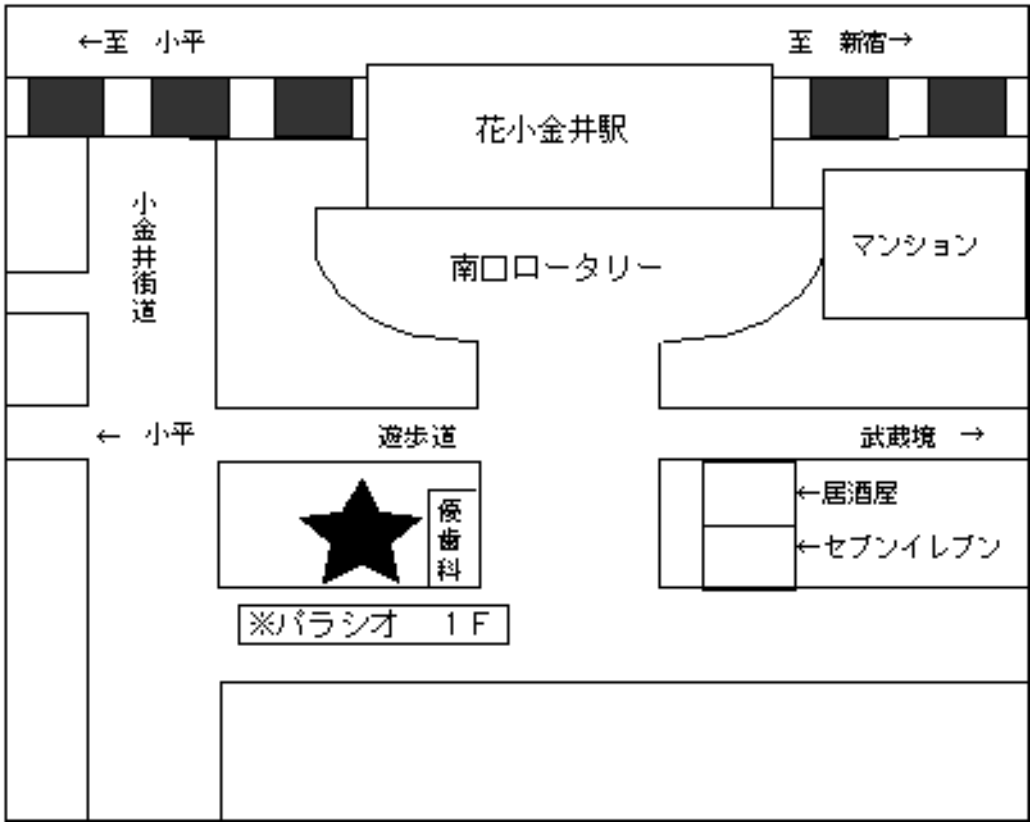
１ 日	（金）	報告検討会議／ＩＬＰリーダーズ（大渕）
２ 日	（土）	全国脊髄損傷者連合会会議（淺川、山嵜）
４ 日	（月）	ＧＭ会議／ピアカジュアル
５ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島）／つきの道／西武鉄道来所（山嵜）
６ 日	（水）	個別支援会議／マネージャー会議
７ 日	（木）	チームリーダー会議／マネージャー会議／ＧＭ会議
８ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議
１１ 日	（月）	ピアカンＩＬＰ会議／個別ＩＬＰ（小泉）
１２ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島、淺川）／～13 日（水）エコロジー・モビリティ財団トレーナー研修（山嵜、内海）
１３ 日	（水）	杉並区交渉（小泉）／～14 日（木）東京都相談支援初任者研修講師（淺川）
１４ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／ＧＭ会議／小平市交渉（竹島）
１５ 日	（金）	報告検討会議／GM 会議／研修会議
１６ 日	（土）	交通行動東京実行委員会事務局会議（山嵜）
１８ 日	（月）	ＧＭ会議／障害者センターピアカン（大渕、淺川、内海）
１９ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島、淺川）／全国自立生活センター協議会ユースパワーネットスカイプ会議（淺川）
２０ 日	（水）	個別支援会議／個別ＩＬＰ（小泉）／全国障害者介護保障協議会会議（淺川）
２１ 日	（木）	ピアカンＩＬＰ会議／医療情報会議／ＧＭ会議
２２ 日	（金）	報告検討会議／ＧＭ会議／ＤＰＩバリアフリー部会（山嵜）
２３ 日	（土）	～24 日（日）盛岡出張（淺川）
２５ 日	（月）	マネージャー会議／小平市相談支援ワーキンググループ（竹島）／～28 日（木）ピアカウンセリングリーダーシップ講座（大渕）／個別ピアカウンセリング（淺川）／ＧＭ会議
２６ 日	（火）	マネージャー会議／個別ＩＬＰ（竹島）／利用者交流会
２７ 日	（水）	研修会議／個別ＩＬＰ（竹島）／ＤＰＩバリアフリー部会（山嵜）
２８ 日	（木）	マネージャー会議／個別支援会議／ピアカンＩＬＰ会議／個別ＩＬＰ（竹島、淺川）／ＧＭ会議／西武鉄道来所（山嵜、内海）

編　集　後　記

朝晩は気温が下がり、まだまだ寒い日もありますが、日中はだいぶ暖かくなってきました。春の風に乗って、花粉や黄砂、PM2,5 など、嬉しくないものも私たちのところに飛んできています。アレルギーや呼吸器官の弱い方にとっては、辛い時期ではないでしょうか。街を歩いている人も、マスクをしたり、メガネをかけたりと、しっかりと対策をされているようです。また、この時期に体調を崩す人もいるようです。バランスのとれた食事と、しっかり睡眠をとって、季節の変わり目を乗り切りたいですね。

（編集委員　淺川）

■自立生活センター・小平　地図



２４時間・３６５日介助派遣サービス

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	￥１，４５０／時
	②家事援助	￥１，４５０／時
	③重度訪問介護	￥１，５００／時
	④身体介護	￥１，８００／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－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－ＭＡＩＬ：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）