

さいたま市障害者社会参加推進センターだより



ぱらネット

第22号



▲家族教室ラブジャンクス体験レッスン

中央牧野アンナ先生▼



楽しんでいくなか、元気になるっ

平成23年度さいたま市社会参加推進事業

ダウン症児・者達によるダンスグループ「ラブジャンクス」のメンバーとインストラクターの牧野アンナ先生、佐藤香緒里先生をお招きして、ダンス体験を楽しみました。

当日は一四四名も

の方が参加してくださり、ぶつからないか、怪我をしないかと心配になるほどでした。でも、アンナ先生や香緒里先生の指導とラブジャンクスのメンバーの優しい心配りによって、参加者は思い切りダンスを楽しみ、汗びっしょりになりながらも、キラキラと輝いて、笑顔いっぱいでした。

また、ラブジャンクスメンバーによるダンスパフォーマンスを、ステージ上ではなく、同じ高さのフロアで間近に見ることができ、あこがれを持った人(子)も多かったのではないのでしょうか。見ていたご両親達からは、障害を持っていても、心から「大好き」と思える事を見つけれ、そのことに打ち込むことができれば、こんなにも充実した、笑顔溢れる日々が送れることを改めて感じましたと感想をお寄せいただきました。ありがとうございました。

佐藤美也子

私たちは何があっても障害とともに社会とともにありのままに生きていきたい

家族からのケアと 家族のケア

家族からの報告も

精神障害者家族会連絡会

飯塚 寿美

昨年七月六日、厚生労働省は、これまで「四大疾病」と位置付けて重点的に対策に取り組んできた、がん・脳卒中・心臓病・糖尿病に、新たに精神疾患を加えて「五大疾病」としました。

うつ病や統合失調症、認知症などの精神疾患の患者は年々増え続け、四大疾病をはるかに上回っているために、重点対策が不可欠となったのです。

これまで主に家族の対応に任されてきた現状を振り返りながら、今後の支援策をいかに求めていくのか、いっしょに考える目的で九月十八日、精神障害者家族教室が開催されました。

市報にも告知されましたので、



家族会に未加入の方も多数参加され、大成功で終わりました。

第一部は「家族からのケアと家族へのケア」と題して、講師には家族会の全国組織である「みんなねっと」の理事長である川崎洋子氏を迎えました。

精神保健福祉法に残る保護者制度の矛盾点について、項目ごとに分かりやすく解説していた

いただきましたが、改めて家族の置かれた現状の厳しさを理解できました。

第二部は、各種会議に参加したり工夫してきて考えた事などを、五名の家族が報告し、講師の助言をいただきました。

さまざまな会議や活動に取り組む中で考えた事、親亡き後の自立の道を切り開いてきた家族の工夫などが報告され、参加者は熱心に耳を傾けていました。

地域コミュニティと 葬式のあり方

さいたま市身体障害者福祉協会

田口秀之助

本会は、創立六十周年を迎えました。会員もほとんど高齢者で平均年齢は七十歳です。

このため、今までの生活訓練講座も「成年後見制度」「遺言」そして今回の「葬式」になりました。

新聞にも連載で葬儀の記事がよく載っています。講師の話はとても参考になりました。葬式はかつて、地域社会に担われてきました。しかし地縁や血縁は各地でうすれていて、亡くなったあとと最初に連絡するのは葬儀社で、葬儀社を頼りに葬儀が進みます。あわてずに、理想通りの葬儀にするには生前の相談が理想だということです。

葬儀社を直接訪問し、担当者と話をします。葬儀社を選ぶポイントには三つあるそうです。

一つ目は相談や質問に心よく応じてくれること。皆さんはこうしていますと押し付けてくるところは避けた方がよい。病院で亡くなった場合、病院から指定されるため権利金などを払っている葬儀社は割高のこともあり、まず自宅などへ遺体の搬送だけを頼む。

二つ目は葬儀社に一任しない。詳しい説明、見積もりをもらう。国民生活センターなどの苦情で多いのは無断でサービスを追加されたといったトラブルだ。担当者の給料が歩合制の葬儀社もあり、高額プランを勧められることもある

三つ目は担当者が固定されていること。打ち合わせ、実際の葬儀、集金など担当者がすべて異なることもある。動転している中では意思の疎通がうまくいかない。

身内の死に直面すると判断力を失いがちになる。親戚のおじさんなど少し冷静になれる年長者に立ち会ってもらおうとよいなど、葬式の参考になることがいろいろありました。

ノーマライゼーション条例全面施行へ

さいたま市保健福祉部障害福祉課長 吉川 洋一

さいたま市障害者協議会の皆様こんにちは、障害福祉課長の吉川と申します。日頃から障害者の社会参加促進に関する各種事業に取り組んでいただいておりますこと、また、本市の障害者施策の推進にご支援、ご協力を賜り、この場を借りて御礼申し上げます。

さて、平成二十三年四月一日に一部施行した「ノーマライゼーション条例が二十四年四月一日から全面施行となります。さ

いたま市ではこの間条例の周知、障害者の権利擁護に関する周知・啓発に努め、また、全面施行に合わせて「高齢・障害者権利擁護センター」の設置・運営、障害者生活支援センターでの相談体制の強化に取り組んでいきたいと考えています。

今後、障害のあるなしにかかわらず、安心して生活を送ることができる地域社会をいっしょに築いていきたいと思います。



あれ、参考になっても自分の葬式は自分ではできないな！

心とからだを自分のものに

姿勢のふしぎ

NPO法人
さいたま市障害者難病団体協議会

佐々木二男

本年二月二十五日(土)与野本町コミュニティセンターにて開催、障害児・者をはじめ施設職員や一般市民、総勢七十名をこえる盛況でした。姿勢のふしぎ

は平成十九年度にも同じ規模で行いましたが、指導の先生方の努力で普及が進んでいます。特に講師の鈴木芳宏先生は養護学校を若年で退職し、動作法のスパーヴァイザーとして自ら相談室を開設している方です。

講義はスライドで訓練の成果やその例を紹介、参加者は先生が行った参加者をモデルにしたデモストレーションに目を見張り傾きあっていました。そしてみんなが二人一組になって、実



技を約一時間、退席する人もなく楽しく続けました。ただ、会場が少々狭く窮屈な思いをさせたことを反省します。

参加した方からいくつか感想を聞くことができました。

「動作法は身体を意図的に動かし可動域をひろげるものと聞いていたが、それが実技で体験でき、今は爽快な気分です」

「豊の上だったから整体的な事ができて良かった」

「科学的な裏付けの話がもっと聞けたら、更に説得力があったと思う」

「先生がやさしく褒めながらやっていった姿が印象的」また、デイケアかものみや後は後日、参加できなかった人にVTRを見せ、みんなで学習しました。

動作法は一九六〇年代に九州大学成瀬名誉教授を中心としたグループによって開発され現在に至っています。最近では心理療法としても注目されています。

この日の資料に「きつさや動

きにくさ、痛みをさがし、注意を向け適切に動かす。それをつくり体験することだからだ。心が変わる！」この意をじっくりかみしめたいと思います。最後にさいたま市と関係の皆様方に厚く御礼申し上げます。

繰り返し学習 成年後見制度

一般社団法人
さいたま市手をつなぐ育成会

宮部 幸子

昨年十月十二日に岩槻駅東口コミュニティセンターにおいて、障害者の生活に必要な制度を使って豊かに暮らそうと成年後見制度Q&Aと題して「家族教室」を開催しました。講師には、ぱあとなあ埼玉（成年後見センター）でもご活躍の山本社会福祉士事務所・山本進氏にお願いしました。

成年後見制度が必要になるのはどんな時かを具体例を挙げてお話しいただいた後に、制度の

メリットやデメリット、後見制度の種類とその概要が分かりやすい言葉で説明されました。

後見人の選定は原則として誰でもなれるようですが、本人と争いのある人や利益相反が明らかかな人は、後見人になれないこともあるそうです。現状では、

親族による後見人は半数を少し超える程度で徐々に減る傾向にあり、第三者（弁護士・司法書士・社会福祉士等）が増えているそうです。

後半には、私たちの身の回りで実際に起こりうる事例を題材



にして、会場と問題を共有しながら山本さんに解説いただき、成年後見制度をより身近に感じることができたと思います。また、なかなか聞けない申請費用や後見人にかかる費用のこともお答えいただき、大変参考になりました。

「成年後見制度にお世話になるのは、まだまだ先のこと…」と思っている方も、実際には福祉施設の利用契約書に後見人の欄があつたり、郵便貯金等の解約は、家族でも手続きが困難になりつつあります。障害のある人たちだけではなく、高齢の方にも、必要な制度であると思えました。

成年後見制度については、育成会でも「成年後見制度の基礎編」「子どもを遺すとき・遺言」と、様々な視点から取り組んできました。繰り返し学習することで、障害のある人の暮らしと生きることに必要なお金のことを考えるきっかけになればと願っています。

東日本大震災に学ぶ

障害のある人はなぜ障害のない人の
二倍も死ななければならなかったのか

三月十八日、「災害の時も障害のある人の命と生活を守りたい」というタイトルを掲げて、講演会を開催しました。

被災地に支援に入った人やジャーナリストが伝えてくれた「障害者は障害のない人の二倍の人が亡くなっている」という言葉の裏付を知って、平時から対策を立てておくことが、助からないかと思っている人たちを助ける道につながっていくのではないかと考えたからです。

当日は被災地に張り付いて障害者関係の取材に活動していた、いや、今でも活動している毎日新聞社会部記者の野倉恵さんに報告をいただき、現在も事業所の支援や東北地方の物産販売などの支援をしている鴻沼福祉会の斎藤なを子さんにコーデ



イネーターをお願いしました。事前に斎藤さんからの提案で「災害が起きたら：私たちが不安に思っていること」を発表していただきたいと四人の方にお願ひしました。

筋ジスで電動車いすを利用し、全面介助を受けている猪瀬剛さん、視覚に障害がある藤崎明美さん、聴覚に障害のある牧野悦子さん、知的障害者の親としての加藤シゲヨさん。

どの方も現地での報告を聞いたあとであり、思いのこもった発言でした。

猪瀬さんの発言は、次のようなものでした

・電源やバッテリーを確保できなければ生命の危険にさらされること

・誰もが生活が困難になるとしても、素早い対応が望めない障害者は混乱の中、生きるすべはない。

・とにかく事前の準備をきちんと行い、次の震災に備えるべき。

視覚に障害のある藤崎さんは、いろいろな情報の八割は見えていないことで得られる。視覚障害者はその八割を音や匂いや触ること得ようとす。しかし、災



害時はそれをするにはかなり危険なことになる。逃げろと言われても知らない道を走ることできないと訴えられました。

災害は想定できないことではありませんが、繰り返し繰り返し訓練をすることで、障害のある人が、どんなことで困ったり不安になったりしているかがわかってもらえるのではないかと思います。防災訓練は形骸化した年中行事のようなものではなく、体験型の、実効性のあるものであってほしい。

そんな思いを強くした講演会でした。

浅輪 田鶴子

私の体験

民生委員の訪問

私は視覚に障害がある者ですが、私の周りには未婚で親の介護に悩んでいる障害者が増えています。

ある人は、仕事をやめて親の介護に専念しようと奮闘しているが、たところ、障害を抱えているがために思うように動けず、ストレスから更に障害が重くなってしまうそうです。気晴らしに



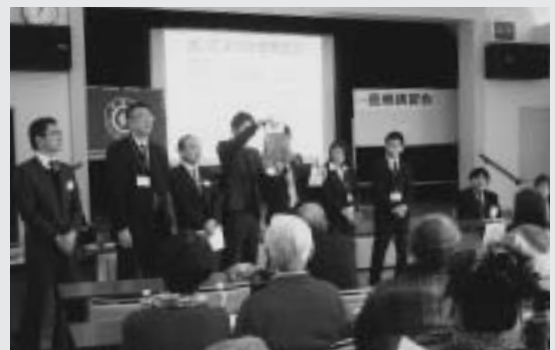
12月11日(日)

与野本町コミュニティセンター
視覚障害のある人の転倒の
防止のための運動

後半ははり、あんま、マッサージの体験です。



24年2月25日(土) ふれあい福祉センター
聴覚障害者のための救護教室
ケガの手当、心臓マッサージ、
AEDによる肺蘇生



24年2月26日(日) 浦和ふれあい館
オストメイトのための医療講習会
・ストーマ晩期合併症と
長期フォローアップに関する問題
・日常的スキンケアと災害時の備え

外出でもと思っても自分自身、ヘルパーなしで出かけにくくなり、一人気楽に生き抜きもできずモンモンとした日々を過ごしていたようです。

親戚・兄弟それぞれにも生活があるだろうと思うと頼ることもせず、近所付き合いも少なく、あまり家の中のことを話したがらないので、その苦労が周囲に気づかれないでいました。

ところが、ある日、初めて民生委員さんの訪問があったそうです。ふと普段誰にも言わないで

いたことを話しただけで、ちょっと気が楽になったとか。他人にどうしてほしいなんてことは望んでいなくても、たまに「こんにちは」と玄関先に来てくれる人がいたら子を見に来てくれる人がいたら迷惑だとは思いつつ、どこか安心するのではないのでしょうか。

近所のうわさ話になるよりは、民生委員さんのような立場の方が気が楽かも知れません。

しかし、このように暮らしている人をどのように知ることができるのでしょうか？最近、何

週間も気づかれないまま亡くなっていたというニュースをよく聞きます。民生委員には、高齢者の世帯はわかっていても、障害者の世帯などは知られていないことが多いです。

行政が市民一人一人の生活を把握することは難しいです。障害者自身が引きこもっている世間に知られないままであることになりまます。

行政も地域も障害者自身もどのように歩み寄ったら孤独な心がいやされるものでしょうか？

平成23年度 社会参加推進センター開催事業報告

事業名	開催日／場所	参加者数	テーマ・内容等
家族教室開催事業	7月21日(木) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	110名	「東日本大震災の爪あと」 ～東日本大震災と障害のある人たち～ 講師：斎藤なを子氏 報告者：松崎 空木氏 被災地へ支援に行つての体験・現状報告など
家族教室開催事業（精神）	9月18日(日) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	132名	「家族からのケアと家族へのケア」 第1部 講師：川崎 洋子 全国精神保健福祉会連合会理事長 家族の苦境と精神保健福祉法の保護者制度についての問題点と説明 第2部 5人の家族会代表者から守備範囲に基づいた体験発表と提言
家族教室開催事業（身体）	10月8日(土) 与野本町コミュニティセンター 多目的室（小）	48名	「地域コミュニティと葬式のありかた」 講師：中島 康夫氏 市民葬祭センター 副代表 生前に事前相談が理想、葬儀社を選ぶポイントを3つ学ぶ
家族教室開催事業（知的）	10月12日(水) 岩槻駅東口コミュニティセンター ワッツルームB	53名	「障害者の生活に必要な制度を使って豊かに暮らそう」 成年後見制度 Q&A 講師：山本 進氏 山本社会福祉事務所 概要説明・事例・種類・後見人選任の流れ 後半はQ&A
家族教室開催事業（知的）	11月3日(木) 浦和コミュニティセンター 第15集会室	144名	「LET'S ENJOY！僕たち私たちにもできる」 ～ダウン症児・者たちのダンスパフォーマンス～ 講師：牧野 アンナ氏 ラブジャンクスインストラクター
「障害者週間」市民の集い	11月26日(土) 与野本町コミュニティセンター	512名	「障害者週間」を記念して広く障害のある人もない人も一緒に楽しむ催しです。 市セレモニー、障害者作品展、講演、吹奏楽、コーラス、和太鼓、授産品の販売、手話講座、幻覚・幻聴マシーン、似顔絵コーナー、絵手紙
家族教室開催事業（身体）	12月11日(日) 与野本町コミュニティセンター 多目的ルーム（大）	85名	「転倒予防に対する運動について」 ～自分らしい生活を続けるために～ 第1部 講師：宇田川 眞先生 理学療法士 第2部 はり・あんま・マッサージの体験と健康相談
生活訓練開催事業（精神）	24年2月11日(土) 浦和ふれあい館 第一会議室	50名	「共に作ろうみんなの輪～Part 4～」 講師：萩 礼子氏 川の郷福祉会 精神障害者が地域でよりよく暮らせるためには何が必要 グループホームで暮らす当事者、ウィーズ会員の体験談
生活訓練開催事業（身体）	24年2月25日(土) 与野本町コミュニティセンター 和室 おおかや	65名	「姿勢のふしぎ」～姿勢がかわる、こころが変わる～ 講師：鈴木 芳弘氏 日本リハビリテーション心理学会 スーパーヴァイザー 動作法の理論を学び自己コントロールを通して体が変わる体験
生活訓練開催事業（身体）	24年2月25日(土) 大宮ふれあい福祉センター 3階 301-303会議室	30名	「聴覚障害者のための救護教室」 講師：鈴木 康照氏 大宮消防署 怪我の手当て、心臓マッサージ、AEDによる心肺蘇生など
生活訓練開催事業（身体）	24年2月26日(日) 浦和ふれあい館 2F ホール	100名	「オストメイトのための医療講習会」 第1部 講師：辻仲 眞康氏 自治医大一般消化器外科医師 ストーマの晩期合併症と長期フォローアップに関する諸問題 第2部 講師：川上 幸子氏 皮膚・排泄ケア認定看護師 日常的スキンケアと災害時の備え 他 展示会等

リレートーク

わたしはわたし



●茅根弘子さんのプロフィール●

1932年生まれ
さいたま市浦和区在住

多岐にわたるボランティアや相談員として活動

夫の死が

与えてくれたもの

さいたま市手をつなぐ育成会
茅根 弘子

夫が亡くなり七カ月になりました。

結婚して五十五年、二人の子どもを共に育てながら、本当に楽しい、幸せな人生であったと感じています。

夫を失った寂しさは、一時期私から生きる気力を奪い、抜け殻のようになってしまいました。一日中写真に向かって語りかけ、旅行したこと、闘病中のことなど思い出しては涙して暮らしていました。それしかでき

ることは無いほど、体力的にも精神的にも弱っていました。

このような半病人の私を心配する娘（道彰の姉）の指示で、息子の道彰はふらつく私を支え、腕を取って毎晩散歩に連れ出してくれました。

回りの方々のおかげもあって、少しずつ、少しずつ体力も戻り、食事の支度、お風呂を沸かしたりできるようなりました。私自身もこれではいけないと思い始めたころ、自分からは余りしゃべることをしない道彰が「ママが元気になってきたみたい」と私の友人にうれしそうに話しかけて来た聞き、はっとしました。

道彰は

心配していたのだ、不安だったのだと。亡き夫も私の明るい笑顔を望んでいる。そう、これからは道彰とともに楽しく過ごそうと、道彰の言葉から元気をもらいました。



道彰は養護学校高等部を卒業し、幾つかの会社を変わりましたが働き続けてきました。今までは、親がいなくなったらどうするのかしらと漠然とつぶやくだけでした。でも、今からでも決して遅くはないと思いなおしています。

私を励まし元気づけてくれる力を持った道彰がいる。しっかりと向き合っ安心して過ごせる道を見つけ、一步一步あせらず共に歩いて行こうと思います。

もう少し時間をください。

事務局だより

二月の終わりに協議会事務局のパソコンが急に壊れてしまいました。能天気な私ですがサポートしてくれている業者の方から、告げられた時のショックで半ベソでした。

パソコンが壊れるということは、これまでデータの全て失うということが何よりのダメージです。わらにもすがり気持ちで普段はあてにはしない人に相談してみました。データの復旧ができるというのです！本当に嬉しくて素直には「ありがとう」とは言えませんが本当に感謝しています。業者に頼めば二週間、十数万円程かかるころを、快く引き受けてくれたのですから。このことで、皆様には多大な迷惑をかけてしまいました。事務局として大変申し訳なく思っております。バックアップの大切さを痛切に感じた一件でした。皆様、ご協力ありがとうございます。

発行 さいたま市障害者

社会参加推進センター

〒333-0801

さいたま市大宮区土手町

1-21-21-1

大宮ふれあい福祉センター4F

TEL 〇四八・六五三・七二七一

FAX 〇四八・六五三・七三四一

http://www.satama-planet.com/

e-mail satamacity-handynet@

bz03.plala.or.jp

発行・編集人 浅輪 田鶴子