

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45号

実りある学びを求めて

～令和5年度障害者社会参加推進事業～

家族教室5事業・生活訓練6事業 & 相談事業1事業



精神障害者家族会連絡会



ロービジョンラボ



聴覚障害者協会

令和5年度 さいたま市障害者社会参加推進事業 実施内容

	開催団体 / 事業の種類	テーマ等	開催日 / 場所	参加人数
1	一般社団法人みっくすビート 「生活訓練開催事業」	「障害者や糖尿病、足に不安を感じる方のフットケア」 講師：医療法人博友会 友愛三橋クリニック 清水 あゆみ 看護師 (日本トータルフットマネジメント協会認定医療フットケアスペシャリストフットケア指導士)	令和5年10月1日(日) 13:00～15:00 大宮ふれあい福祉センター 301-303	会場40
2	特定非営利活動法人 さいたま市視覚障害者福祉協会 「生活訓練開催事業」	視覚障害者の歩行を考える 白杖と音声誘導装置の役割の活かし方 講師：(株)KOSUGE 講師：(株)エクシオテック	令和5年10月20日(金) 13:00～15:30 大宮ふれあい福祉センター 301-303	会場27
3	ロービジョンラボ 「生活訓練開催事業」	目の病気と前向きに付き合うコツ ～見えなくなってもロービジョンケアがある～ 講師：江口 万佑子 医師 (武蔵浦和眼科クリニック院長)	令和5年10月21日(土) 14:00～16:15 浦和コミュニティセンター 第15集会室	会場109 ボランティア28 Zoom41
4	さいたま市聴覚障害者協会 「生活訓練開催事業」	手話教室 難聴者・中途失聴者・家族のための手話教室 講師：さいたま市聴覚障害者協会 全10回	令和5年10月～令和6年1月(土) 全10回14:00～16:00 浦和コミュニティセンター 第14集会室	会場14
5	高次脳機能障害さいたま これからの道 「家族教室開催事業」	高次脳機能障害者の社会参加のきっかけと学業や就労を継続するための地域支援とは？ 講師：會田 玉美 (目白大学大学院リハビリテーション学研究所長教授)	令和5年11月5日(日) 13:00～15:30 浦和コミュニティセンター 第13集会室	会場50 Zoom7
6	一般社団法人 さいたま市手をつなぐ育成会 「家族教室開催事業」	～障害のある人の地域の暮らしについて語ろう～ 「さいたま市のグループホームの生活を聞きたい」 講師：酒井 依子(鴻沼福祉会) 竹野谷 秋(岩槻区障害者生活支援センター)	令和5年11月9日(木) 10:00～13:00 レイボックホール大宮 集会室1	会場76 Zoom65
7	さいたま市聴覚障害者協会 「家族教室開催事業」	「家族として、手話通訳者として～手話・手話通訳を考える～」 講師：高井 洋 (日本手話通訳士協会 副会長)	令和5年11月11日(土) 14:00～16:00 与野本町コミュニティセンター 多目的(大)	会場75
8	さいたま市精神障害者 当事者会 ウィーズ 「生活訓練開催事業」	～共に作ろうみんなの輪 part16～ 「よりよい人間関係をつくるために～Part6～」 講師：相川 章子(聖学院大学教授)	令和5年11月12日(日) 13:30～15:30 浦和ふれあい館 第1会議室	会場30
9	さいたま市精神障害者家族会 連絡会 「家族教室開催事業」	総合失調症の薬物治療を学ぼう ～当事者と支援者のために～ 講師：市橋 香代 (東京大学医学部附属病院精神神経科 講師)	令和5年11月19日(日) 13:00～16:00 与野本町コミュニティセンター 多目的(大)	会場62
10	公益社団法人 日本オストミー協会 埼玉県支部さいたま 「生活訓練開催事業」	オストメイト(人口肛門・人工膀胱)のための医療講習会 講師：飯干 雅稔氏 三郷中央総合病院 感染管理認定看護師 講師：十東英志氏(健身会大袋医院 院長)	令和6年2月10日(土) 13:00～15:00 浦和コミュニティセンター 第13集会室	会場49
11	さいたま市精神障害者家族会 連絡会 「家族教室開催事業」	精神障害者のリカバリーストーリーを届ける ～当事者の語り～ ファシリテーター (さいたま市精神障害当事者会ウィーズ) 講師：竹内 政治氏 他3名	令和6年2月18日(日) 13:00～16:00 浦和コミュニティセンター 第15集会室	会場55
	相談事業 さいたま市障害者協議会	障害者差別解消法改正までカウントダウン ～マイノリティが作る新しい時代のダイバシティ(多様性)とインクルージョン～ 講師：大村 美保(筑波大学 人間系 助教)	令和6年3月16日(土) 10:00～12:00 浦和コミュニティセンター 第13集会室	会場36

【生活訓練事業】

フットケア講習会
障害者や糖尿病、足に不安を
感じる方のフットケア

一般社団法人・みつくすびート

稲川 秀勝

令和五年十月一日、大宮ふれあい福祉センターにて、さいたま市障害者協議会とみつくすびートの共催で生活訓練事業「フットケア講習会」を、博友会友愛三橋クリニック清水あゆみ看護師（日本トータルフットケアマネジメント協会認定フットケアスペシャリスト）を迎え開催いたしました。足の観察から、足浴、爪切り、鶏眼（うおのめ）のケア、マッサージ、保湿、靴下の選び方、靴を買うときのポイントなど足の健康を保ち快適な日常生活を送るため、わかりやすく説明されました。



帯同された加戸看護師と共に出席者が参加し実際に爪切り実技を行いました。

巻き爪や自分で爪を切れない利用者さんが説明を受けながら爪をきれいにしてもらいましたが、希望者の半数のところまで時間切れとなりました。

私たちも爪を切ってほしかったとの声もあり、次の機会を設けたいと思います。

参加者の声

僕は、小指の爪が靴下にひっかかったり、靴にあたって痛い時があつて、爪の切り方は良いのか見てもらいたい気持ちがあつたけど、人前で足を見せる事が恥ずかしくて迷っていました。でもノイエのメンバーが足のケアをしているのを見て僕もしてもらおう事にしました。僕の爪を見て講師の人が「爪の切り方は良いですよ。このままで大丈夫ですよ」と言ってくれたので安心しました。最初は、足を出すのが恥ずかしかつたけど見てもらつて良かったです。

橋本和憲

普段あまり気にかけることが少ない足についていろいろ学ぶことが多くて勉強になりました。講義の後に足の爪を切ってもらいました、とても丁寧に足のケ

アをしてくれました。ありがとうございます。 Y・I

講師の先生より

友愛三橋クリニック

看護師 清水 あゆみ

フットケアの基本・本当に大事にして欲しいことをお話しさせていただきましたが、「足って大事なんだ。」とのお声を頂き、そう感じていただけたいことは本当に嬉しく、もっとフットケアが広がって欲しい、もっと頑張らねばと奮起しました。また、色々な方にお会いでき、情報交換できたことは本当にうれしく、楽しかったです。有難うございました。

【生活訓練事業】

視覚障害者の安心安全な歩行を考える

特定非営利活動法人

さいたま市視覚障害者福祉協会

藤崎 明美

今年度の生活訓練事業では、視覚障害者の安心安全な歩行を

考えるというテーマで講演会を行いました。

前半は、白杖のメーカーから、白杖に関して制定されている法的規則・役割・求められる機能・選び方・使い方など、後半は、音声誘導装置のメーカーから、誘導装置の歴史・普及状況・機器の種類などをお聞きしました。

白杖は、身体に合った長さ・材質・重さ・振りやすさなど色々研究されていることに、さすが命を守る杖だなど今さらながら自分の杖に愛情を感じてしまいました。

音声装置は、手のひらサイズの装置からの電波で信号や建物の入口などの案内を音で知らせるものもあれば、役所の入口の「○○区役所です」とか、駅の改札口で「ピンポン」という音が出ていたりするものなど日常の中に音声案内が溶け込んであるものもあります。優しくなってきた世の中に向かって、正しく白杖を持ち、音に耳



を向け、周囲の方々に助けていただきながら颯爽と社会参加していききたいものです。

【生活訓練事業】

第二回大切な目の話
ロービジョンてなに？

一般社団法人インクルラボ

福迫 かずや

令和五年度の生活訓練事業には、さいたま市民はもろのこ

と聴覚障害や高次脳機能障害そしてポリオという難病の方など、多種にわたる障害者当事者の皆さんが来場してくださいました。

第一部のロービジョン、第二部のロービジョン・ケアについては、講師の江口医師が分かりやすく説明してくださいました。皆さん真剣に聴かれました。何らかの理由から目が見えなくなったり見づらくなってしまうたりとその時やるべきこととして諦めないこと、仕事を途中で



江口万佑子先生

やめてはいけないなど、今まで知らなかったことばかりで会場からは

ため息が漏れていました。恐らく安心した人と、もっと早く知りたかった人両方のため息だと感じました。気が付くと会場は立ち見が出るほど、いっぱいになっていました。

第三部の中途視覚障害者体験談のコーナーでは、書道家の高瀬喜代美さんや西尾恵一さんが会場を盛り上げてくださいました。また、第四部では埼玉県へルプマーク普及大使で車椅子ユーザーの古川信行さんが、ヘルプマークについて周知してくださいました。その際ステージに上がるのにスロープがなく福祉大学のボランティアさんや高瀬喜代美さんのご家族の方々が力を合わせて車椅子をステージまで持ち上げて乗せていただきました。とてもよい光景でした。

最後に代表から、障害の種を越え横の繋がりを持ち、お互いできることを助け合いながら社

会に出て行くことの大切さや、目が見えにくいことは決して恥ずかしいことではないと挨拶し閉会となりました。共に考え励まし合いながら障害があっても自分らしく生きていきましょう。

【生活訓練事業】

よりよい人間関係をつくるために

さいたま市精神障害当事者会

ウィーズ・稲葉 晃

私達ウィーズでは、去る令和五年十一月十二日、浦和ふれあい館にて聖学院大学の相川章子教授を講師に「よりよい人間関係をつくるために」Part6

と題して生活訓練事業を行いました。ウィーズとしては十六回目、相川先生をお呼びして六回目ということで歴史を感じます。六回目でもマンネリ化せず、回を重ねるごとに参加者も増え、ありがたい限りです。

今年もグループワーク形式の会場設置で、自己紹介で和み、お互いを知ることから始まり



相川章子先生

たいと思います。

ました。そして、今回テーマは三つ。「バウンダリー」「アサーション」「ピアサポート」でした。横文字の用語ですがグループワークを交え理解できるように講義いただきました。事例検討では、ある参加者の方が、自分は納豆が好きだが、職場に、納豆が嫌いな人がいてその人の前では納豆が食べられない。どうしたらいいか？というのが取り上げられ、様々な意見が出されました。相川先生の進行で、普段の人間関係について、参加者の方のヒントになれば幸いです。今年度も皆様のおかげで無事に終えることができました。

参加者が増えたといっても三十人です。課題は生活訓練事業の情報発信を工夫して多くの市民に知っていただき、より多くの参加者を獲得することです。共に作ろうみんなの輪が今後二十回を迎えるまでは頑張り

【家族教室事業】

「統合失調症の薬物治療を学ぼう」
～当事者と支援者のために～

さいたま市精神障害者家族会
連絡会 田口 まり子

令和五年十一月十九日(日)、与野本町コミセン多目的ルームで、「統合失調症の薬物治療を学ぼう」当事者と支援者のために」を講演テーマとし、東大病院精神神経科講師の市橋香代先生をお招きして家族教室を開催しました。六十二名の参加者でした。先生は「統合失調症の薬物治療ガイド2022」の薬物治療ガイド2022」の作成メンバーをされていました。

講演内容は①ガイドラインとガイドについては「一般的で、は医療においては「一般的で、かつ最善とされる診療法」が提示されています。ガイドの作成委員に当事者、家族、支援者が含まれており、ガイドの品質

保証の向上になったそうです。

② 統合失調症薬物治療ガイド2022の活用法(上手な診療の受け方のコツ(うけコツ)の紹介)ガイドに従って患者の立場でとてもわかりやすく、上手な診療の受け方を具体的な事例を交えてお話されました。③ ガイドの内容と質問の紹介事前提出した質問及び会場からの質問に丁寧に答えていただきました。拒薬に対する質問に選択は個人とするとされていました。薬物治療等を講演テーマとした場合、いつも参加者が多いように思います。薬に悩んでいる方が多いことがうかがわれます。



市橋香代先生

【家族教室事業】

「精神障害者のリカバリー」
ストーリーを届ける

さいたま市精神障害者家族会
連絡会 金木 愛子

二月十八日(日)浦和コミセン第十五集会所にて、令和5年度2回目の精神家族教室が行われました。講師は、精神障害者当事者会ウィーズで、「精神障害者のリカバリーストーリーを届ける」というタイトルでした。参加者は五十五名。

ウィーズは2006年3月に発足。名前の由来は、雑草という意味だそうです。毎月ミーティングを開き、機関紙「ウィーズ通信」を発行。昨年の九月で二百回を達成したそうです。会員は五十名。

初代会長の竹内政治さんの進行で、三名の方が体験発表を行いました。ご本人が、自分で体験や思いを語ってくださることは、とても貴重です。その後、

スペシャルゲストの相川章子先生(聖学院大学教授)のお話を伺いました。

第二部は、出席者が4グループに分かれて、話し合いを行いました。その後は、会場からの質問への回答でした。以下は、参加者の感想です。

◎初めて当事者の皆さんのありのままのお話を聞くことができ、とても参考になりました。後半のグループワークでも参加者の皆さんのお話が聞けて良かったです。

◎病気を抱えても、やりたいことをあきらめない姿に勇気をもらいました。

★ウィーズでは毎週水曜日、無料の電話相談を行っています。048・729・6684 午後1～3時



【生活訓練事業】

家族として、手話通訳者として
手話・手話通訳を考える

さいたま市

聴覚障害者協会

横島 美智子

十一月十一日、与野本町コミュニティセンター・多目的ルーム大で、家族教室を開催しました。

テーマは「家族として、手話通訳士として」手話・手話通訳を考える」講師はNHKニュースに出ている手話通訳士の高井洋氏でした。手話に関する制度が出来て五十年余りで、

今では手話に関する番組や手話講座等が当たり前のようになり、制度が無かった当初は、あらゆる場で手話を使うと白い目でじろじろ見られてしまう差別的な大変な状況であったと話されました。私もあの頃を振り返ると悔しい思いと負けてたまるもんか！という気持ちがありました。手話は私たちにとって大

切な言語は正に命である意味も

あります。講師は家族の中では、聞こえる人は講師だけであったことから通訳する苦勞が幼いころから味わったことと思えます。それでも手話通訳士、手話通訳者になり、手話通訳活動を通して「制度が人の生活を制限すること」「人としての成長を」「多くの嫌な経験をしたから」「こそが、講師の生き方の源になっているのでと私は思いました。興味深い話でした。



高井洋氏

【家族教室事業】

高次脳機能障害者の社会参加のきっかけと、継続するための地域支援は？

高次脳機能障害さいたま

これからの道

大鳥 浩二

高次脳機能障害当事者や家族にとって気がかりなのが、社会参加の再開です。「社会参加のきっかけ」として、当事者は、復学や復職、就労前の目標設定、やりたいこと、できること、できないことなどを確認し、復学・就労してからも、続けなければなりません。

就労している当事者として登壇した遠山さん、鈴木さんもそんな経験をしていて、目白大学教授の會田玉美先生は、そんなお二人から、「社会参加を継続するための地域支援」のヒントを引き出してくださりました。会場とオンライン、目白大学、埼玉県作業療法士会などのファ

シリテーターら活発なグループワークもあり、茂木有希子先生の総評までの一連の流れで、高次脳機能障害当事者、家族、支援者らも「社会参加のきっかけ」と「継続するための地域支援」を認識することができました。

私たち高次脳機能障害当事者は、他の当事者や家族を支援すること、自身も回復できる恩送りが大好きで、會田玉美先生からも、その効果などをお褒めいただき、これからの道を歩んでいく私たちはみな励まされました。今回も、オンライン参加者も想定したハイブリッド開催を行いました。コロナ禍の落ち着きから、会場を埋め尽くす盛大なものとなり、参加されたみなさま、どうもありがとうございました。



會田玉美先生

【生活訓練事業】

総合診療科とかかりつけ医

日本オストミー協会

埼玉県支部さいたま

大沼 博良

2月10日に「総合診療科とかかりつけ医」と題して、医療講習会を行いました。参加者は、49名で実施することができました。

私たちオストメイトは、癌治療の結果人工肛門および人工膀胱を造設する障害者になりました。癌の再発・転移を心配の日々です。さらに高齢の方が多く、体調不調を訴えております。

日頃の体調管理や治療について詳しく知りたいという声が多くありました。そのため、「総合診療科とかかりつけ医」としてどのような過ごし方したらよいのかをテーマしました。

今回の医療講習会では、大袋医院 院長十束英志先生の講演をいただきました。

また、最近のコロナの再流行の兆しやインフルエンザの流行に負けないためにと、「コロナやインフルエンザの感染予防」と題して、三郷中央総合病院感染管理認定看護師飯干雅稔様より講演をいただきました。

参加者の多くの方から、日頃の悩みについて具体的にお話を聞き助かったとありました。

また、後日(2月18日)相談交流会を開催しました。その中では、アドバイザーとして、皮膚・排泄ケア特定認定看護師柴田様に来ていただきストーマケアの悩みを出し合いました。



ストーマ

【家族教室事業】

「さいたま市のグループホームの生活を聞きたい」を開催

さいたま市手をつなぐ育成会

黒澤 篤子

今年の「家族教室」は鴻沼福祉会の酒井様と岩槻区障害者支援センター相談員の竹野谷様にさいたま市のGHについてご講演いただきました。

当会の活動の中でGHの生活が見えない事・どこから始めるか?分からないことがご家族の話から出てきました。

さいたま市でGHの運営を継続して来ている鴻沼福祉会の酒井様からホームの生活を動画で見せていただき、利用者の生活や運営の心構え・課題や展望をお聞きしました。

岩槻区障害者支援センターの竹野谷相談員から相談から見学・ショートステイや体験を経てGH入居までの過程を実例を交えなが

ら分かり易く説明いただきました。

お二人共にさいたま市で事業を展開している中からの体験をお話いただき、今後の課題も話していただきました。参加者のアンケートからは、分かり易く聞いた、さいたま市の話なので身近に感じた、障害のある人への向き合い方が優しくかつた等の感想をたくさんいただきました。後半にネットの参加者から事前にいただいた質問と会場の質問に講師から丁寧な返答をいただきました。アンケートから分かり易かった。との意見を多数いただけた。ハイブリッドにての開催で事業所から参加をいただき利用者と一緒にネットで聞きましたとの返信があり当事者に届いた事を嬉しく感じました。



これから身近な心配事を取り入れる情報支える情報を発信出来る企画を実現して行きたいと思っております。

【相談事業】△赤い羽根共同募金助成事業▽

障害者差別解消法改正までカウントダウン

「マイノリティが作る新しい時代のダイバーシティとインクルージョン」

年度末も押し迫った三月十六日の土曜日に相談事業の講演会が行われました。春らしい、暖かい日でした。

講師は筑波大学人間系（障害科学域）の助教である木村美保氏でした。お父様が全盲であり、小さいときから障害者のいる環境で育ったとおっしゃっていました。

まず、障害者差別解消法改正のことを詳しく話していただきました。今年の四月から民間事業者における合理的配慮の提供が義務化



大村美保先生

されます。特に合理的配慮は社会的障壁を除去するための代替手段であり、決して優しさや、思いやりだけで片づけてはいけません。強調していました。

その中で大きく成功している分野のひとつである高等教育（国立大学など）の実践を紹介してくれました。大学などの授業では車椅子や盲の学生や聴覚に障害のある（全ての障害に）配慮された工夫とテクノロジーを駆使した授業が行われているそうです。教室の

バリアフリー化やマイクロソフトやアップルなどの製品は障害のある学生に大いに役立っているそうです。コロナ禍でリモート授業が市民権を得たことも大きいそうです。

障害者権利条約では「あらゆる段階の教育制度及び生涯学習を確保する」とあり、どんなに重い障害があっても教育の機会は保証されるものだと謳っています。そのためには障害のある学生が自分の障害を理解し、早めに申し出ること

が大事だと言います。テクノロジーに関してスマホの入力が若者を中心にフリック入力主流と聞き、文字変換に何度も画面を押している私は時代に取り残されていると焦りました。

自立とは他者に頼らず自力で生きるという価値観から、様々なことから自ら選択しコントロールできる自由という価値観に変わったそうです。支援とは手段を提供するエンパワメントとのことでした。今までは社会的障壁は障害者個人にあるという医学モデルでしたが、その障壁は社会側にあるという社会モデルに変換したそうです。ダイバーシティは多様性のこと、インクルージョンは何者も排除することなく包み込むことだと教わりました。参加者もたくさんいて大盛況の講演会だったのでないでしょうか。

さいたま市精神障害者当事者会
ウィーズ 竹内 政治

編集後記

精神病院に四十年も閉じ込められて、福島原発の事故を機に地域で暮らしはじめて十年経つ「伊藤時男さん」という方がいます。やどかり出版が出している「かごの鳥」という本ではじめて伊藤時男さんのことを知りました。伊藤さんは今、精神医療国家賠償請求訴訟で闘っています。精神科の長期入院の問題は過去、散々取りざたされてきました。多くの精神障害者が治療目的ではなく不当に拘束されています。国は社会的入院の案件について賠償なり謝罪をすべきです。ダイバーシティやインクルージョンと言われているこの社会で精神障害者だけが取り残されていいはずがありません。（竹内）

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

1-11-11

大宮ふれあい福祉センター4F

TEL 048-653-7271

FAX 048-653-7341

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

e-mail saitamacity-handynet@

bz03.plala.or.jp

発行・編集人 中野 勇