

NPO法人 共に歩む市民の会 会 報



2017年 1月 1日 発行

共に歩む市民の会広報委員会

通巻 第48号

〒241-0022

横浜市旭区鶴ヶ峰 2-1-16

☎045-953-6727

〔巻頭言〕

出来れば町を独りで歩きたい

野川久和（本会・第三者委員）

私は、野川久和と言います。12月が来ますと79歳になります。63歳の秋に両眼の視力を98%失って、一種一級の視覚障害者になりました。5年ほど前から「共に歩む市民の会」の理事会に妻と共に参加して、第三者委員を務めています。昨年の夏から秋にかけて、初めての委員としての役割のいささかを果させて貰いました。

……その縁もあってか、10月13日には、10人ほど集まって下さった会員の皆さんへ、「視覚障害」の話をしました。テーマは、いみじくも、会の名称と同じ「共に生きる」ことの大切さについてだったように思います。視覚障害者になって生活して居ながら、いざ皆さんにお話をするとなると、自身「視覚障害とは何か」について、何も解っていないことに気付かされました。視覚障害者が、地域で生きていくためには、何をすればいいのか、何をどう助けてもらえるのかなどについて、少しも解っていないことを、皆さんのご質問に何とかお答えしながらも、忸怩たる思いを噛み締めた次第です。

……私が生まれ育って、今でも妻と二人暮らしをしている保土ヶ谷区桜ヶ丘という所は、旧東海道の脇往還が、丘の背筋を西へむかっている両側一帯の町です。車の通行量も多く、キチンとした歩道もなく、ところどころに電柱や案内表示が立っていますので、学校を行き帰りする子供達や、大人の歩行者、とりわけ足腰が弱くなっている高令の方々にも、甚だ厳しい道路環境になっています。ましてや、私のような視覚障害者が、白杖を駆使？しながらでも、ガイドヘルプなしで歩くには、相当の覚悟が必要です。こういう環境に暮らす視覚障害者にとって、「共に生きる」という現実は、どのようにあるのが本当の姿なのでしょうか。

町の自治会活動の信条は、『出遭った人とは挨拶を』というのだと聞いていますが、視覚障害者は、知った人であっても、こちらから挨拶をすることは出来ませんし、黙礼も叶いません。先ずは“こんにちわ〇〇です”の一言を戴きたいのです。危険な場所を教えてくださるのは有り難いのですが、“あちらはダメよ”とか“こっちがいいね”では困ります。密かに思い立っているのは、障害者への「声かけマニュアル」を桜ヶ丘の自治会に提案してみようかということなんです。一老視覚障害者のささやかなリクエストですが……。

最後に拙歌を一首失礼します。

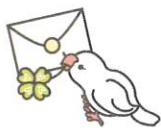
b # この丘を 白杖叩いて闊歩する

日常得まほし 〈生〉赦されるうち 櫻久



自立生活支援アシスタント事業を利用して

～Aさんの妹さんからの手紙～



始め兄はほっとぽつとに繋がっていなかったけど、家族が先に利用させていただいて本当に助かりました。何かあってから動くのではなく、まずは家族が味方になって下さる人達とつながりを持っている事は、とても大事だと思いました。

具体的には次のようなことがありました。

- ① 兄の事以外でも、育児や母の事など私事の話を聞いて、アドバイスなども頂けました。
- ② 区役所や病院との連携がとれて、スムーズに話が通りとても助かりました。
- ③ 金銭管理の手助け
- ④ 兄からの「グチ」や「不安」や「依存」などが家族だけに集中しないで、分散できるようになったと思います。
- ⑤ 家族の逃げ場ができました。最終的な逃げ場がある事で少し余裕が持てるようになり、兄だけでなく私にも味方になってくれる人達がいると思って強くなれました。
- ⑥ 入院中やうつ時、心配はいつもしているが、家族の代わりに様子を見て下さるので、距離を保ちながら自分の生活が上手にできるようになりました。兄にとっても、家族だけに頼りすぎずに自律心がついて、他人にもヘルプを出せることは、プラスになっています。
- ⑦ 何か気づいた事があったら、小さなことでも情報として伝えるようにしています。前もって情報を共有できると、あらかじめアドバイスを頂け、兄からの連絡に上手く対応出来、情報の共有も大事なことだと思いました
- ⑧ 逆に、兄の素直な気持ちの代弁を影ながら伝える事もしています。「情報ありがとうございました」と、そんな大したことではない小さな情報にも、いつもスタッフの皆さんが言ってくれ「一人で抱え込まなくていいんだ」と心が救われます。

とても難しい事ではあると思いますが、共依存らしき母へ兄と同じようなサポートがあるうれしいです。母はなかなか共依存から脱する事が出来ず、自分から思うようにヘルプが出せずにいました。家族への様子伺いがあると、自分からヘルプを出せない家族には助かると思いました。でも、そんな母を見ていたから、私はほっとぽつとの支えもあって自分の守りが出来ているのかもしれません。(母は最期まで楽な対応を出来ずに他界してしまいました。)

自立生活アシスタントとは…

地域での生活を送る(開始する)にあたって、自分に合った生活のイメージや目標をもち、そのための課題を自分でみつけて歩みだすことに向けて、共に考え、必要に応じて情報提供したり、見守りや助言・協力を行います。具体的な支援内容としては、衣食住や健康管理、消費生活、余暇活動、対人関係、職場や通所先との関係等です。また本人を中心とした地域のネットワークがつくられるよう支援します。(横浜市委託事業として実施)

横浜市精神障がい者家族会 Bロックフォーラム



『Bロックフォーラムを開催して』

淺田 和徳（あけぼの会）

9月24日（土）に旭公会堂にて、横浜市精神障害者家族会（通称・浜家連）Bロックフォーラムを開催しました。あいにくの雨にも関わらず、当事者、家族、福祉関係者、一般市民など、262名の方に参加して頂きました。

菓子や弁当の製造販売、レストラン、自然農場、パソコン関連事業、清掃業務、グループホームなどの多彩な事業で約400人の精神障害者に働く場、居場所などを提供しているNPO法人「多摩草むらの会」の活動内容を風間美代子代表理事に話して頂きました。流行る店にするなど、当事者により多くの工賃が払え、彼らがプライドを持って働く職場作りを目指してきたとのこと。

また、多摩草むらの会の事業所で働いている3名の当事者の方に体験を発表して頂きました。「今はパソコンで編集作業をしている。将来は資格を取得し福祉分野で働きたい」「自分の人生を大事にすることに行き着いた。支援者の力を借りながら自分らしくゆっくり歩いていきたい」などと深い感動を頂きました。

当事者や家族にとって、親亡き後を託せる理想的な形ではないかと思います。

『まずは、自分の草むらを～Bロックフォーラムに参加して～』

青木 順（ほっとぽっと利用者）

今、停滞している自分に、その場所に行けば、過ごしたい時間が、そこにあるような気がして、参加しました。

多摩草むらの会代表の風間さんのお話や会の活動を紹介する映像は、大変分かりやすく、心の中に光が差す感じがしました。

現状に向き合い、個々様々なニーズを考え、会の方々の日々に努力と、当事者の笑顔がとても印象に残りました。

メンバーさんの体験発表も、同じ当事者として大変共感が出、大勢の人の前で、つらかった過去を話す姿に、感動しました。

先に進むには、今、何かをしていなければ先も何もない。将来の不安から、この先、イキイキ生きて行くには、経済的自立、生きている実感など様々クリアして行かなければなりません。まずは、自分の草むら（安心出きる場所）をふやし、世界を広げて行こうと思いました。

「津久井やまゆり園」事件

～当事者からの投書～

横浜市長委嘱の横浜市障害者施策推進協の時に「津久井やまゆり園」事件の報告があったのですが、その時ちょっとボーッとしていてスルーしちゃいました。

家に帰って読み直したら「大変なコトになってる…」と思いました。再発防止チームのターゲットが明らかに精神障害者なんです。措置入院の強化とか…

私の周りに実害が及ぶ（命を狙われるとか？）可能性があるので勝手に匿名にされてしまいました。

知り合いの福祉新聞の記者さんに「一石を投じたいのなら神奈川新聞に投書という手があるよ」と言われ、何度も書き直して投書したのりました。

どうぞ読んでください。

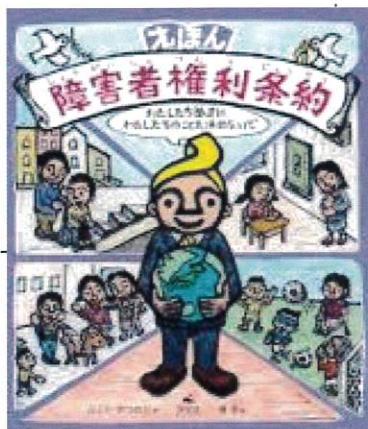
和田 千珠子

「えほん障害者権利条約」

（作：ふじいかつのり、絵：里圭 汐文社）

障害者権利条約は、2006年12月に国連で採択され、日本では2014年1月に批准されました。「障害者差別解消法」の基本となった法律です。この法律のキーワードは「わたしたちをぬきにわたしたちのことを決めないで」です。法律というと敬遠しがちですが、言葉もわかりやすく、絵もインパクトがありどなたでも読みやすく、一読をお薦めします。

（高野）



神奈川新聞

認可

H.28. (11.13日)

■違いを認め合える社会に

主婦 匿
名49（横浜市）

私は精神障害者です。統合失調症になつて28年になります。横浜の片隅で、同じく統合失調症の主人と、今のところ健な9歳の娘と3人でひつそりと暮らしています。7月26日に起きた相模

原市の障害者施設「津久井やまゆり園」での殺傷事件には心を痛めていました。事件の検証および再発防止検討チームの中間取りまとめなどが明らかになりました。精神障害者をターゲットにしたものと、

私は感じられました。確かに他の人たちに迷惑や被害を与える困った精神障害者もいます。でも、それと全く同じ」とが健常者にもいえると思います。「あなたは障害者の割に幸せそうに見えますが…」と言われたことがあります。障害は不幸ではありません。不便

私が身ごもつた時、周りから「中絶しなさい」と言われました。劣つた人間は生きる資格がないというのは「いじめ」ではないでしょうか。それに違う人々を認め合える社会が明るくて、目指す未来だと思います。

読者のページ



やみなべ会【市民の会 会員のつどい】報告

木下 雅弘（会員）

みなさんこんにちは やみなべ会に参加しています、葦の会当事者の木下雅弘です。今回、9月28日のやみなべ会の報告をさせていただきます。今回はゲストとして、区内の鎧橋自治会の会長さんの宮川 博さんにやみなべ会でお話をいただきました。

お話は、私たちが、共に暮らしていくには、などの話をしていました。お話の中、人には、言いたく無い、知られたく無いなど、訳がある事に気づくことで守られるものがある。「傷つけず、壊さず、解り合えることが大切」

人とつながる、地域とつながる、何らかのものにつながり、私たちの社会を持つこと、私たちが暮らしていて共にいるのは、関わり繋がりがあり、どこかで、小さな絆が生まれている。

私たちは、暮らしの中には、人の出会いと別れがある。人は、気持ち次第で変わり、心がけで、見かたも、気持ちも変わる。心がけが大切だねと今回のやみなべ会の話が終わりました。

私は宮川さんの話を聞くのは2回目ですが、また、とてもいいお話が聞けたと思います。宮川さんのお人柄に、みんな強くひかれてとてもよい時間を過ごさせていただくことが出来ました。是非またやみなべ会に参加して頂きたいと思いました。

新しい職員を紹介します♪

職員になりました

入江 瞳子

高橋 佐知子

皆さん、こんにちは。この度、ほっとぽつとのスタッフとなりました入江瞳子と申します。

最初のほっとぽつとの印象は、たくさんの方々の協力があり、それが積み重なり、今があり、どこか懐かしくアットホームな感じを受けました。

誰かを支えている時、同時に支えられていることを感じ、自分ならどのようにしていきたいか、常に考えていくという視点は忘れてはならないと思っています。

目標は、お日さまであったかい縁側の風景です。出会いに感謝しながら、ひとりでも多くの笑顔を・・・一緒にそんな空間を作つていけたらと思います。

11月1日から週3日の非常勤で入職いたしました高橋 佐知子と申します。デイケアや就労支援を経て、地域生活支援にシフトいたしました。

穏やかな日常が送れることを支援できれば…と思っております。

趣味と実益を兼ねて、アロマテラピー、メディカルハーブ、フラワーエッセンス、カラセラピーを学び&実践しております。イベントなどでご披露できれば…と考えております。

また、大のねこ好き＆ゲーム好きです(笑)。よろしくお願ひいたします。

岩井美穂 職員 (11/26
付入職、週5日勤務) も
宜しくお願ひします。



2017年1月～

市民の会・ほっとぽっと



ご案内

★ やみなべ会（市民の会会員のつどい）～新年会～

日時：1月25日（水） 18:00～20:00

場所：ほっとぽっと本館2階にて

会費：500円（予定）当日支払い *要予約／1月18日〆切（担当 澤田・深井・川田まで）
毎年恒例となりました新年会を開催します！今年は皆さんとお鍋を囲みながら、やみなべ会のこれからのことと一緒に考え、話をしたいと思っています。忙しいとは思いますが、ぜひお越しください！同時に買い出しや下ごしらえなど当日のお手伝いをして下さる方を募集しています！事前の準備として、鍋・ガスコンロの貸出し可！という方や、差し入れがあるよ～っていう人も大歓迎です。よろしくお願ひします(*'▽`*)

★ ピアの勉強会～ピアの活動を活発にするために

このところ、ピアスタッフの一人一人の役割であるイベントの企画・運営をする世話人や、窓口担当、フクロウ電話の集計、ピアクラブの集いの企画・運営、かめ（退院促進）の担当など、役割が多すぎて手薄のところもあり、これらのピア活動の担い手がいない。どのようにピア活動を進めて行けば良いかを海老名のピアサポートーで活躍している尾山篤史さんに来てもらい、彼の日頃の活動を続けて来た話しを聞いて、ピアの活動を活発にしていきたいと思います。

日時：3月21日（火）14:00～16:00

場所：ほっとぽっと別館 サロン

講師：海老名のピアサポートーで活躍している『尾山 篤史さん』

タイトル：元気が出てくる魅惑の話し

問い合わせ 和田（公）、深井まで

★『もちより朗読会』 読みたいものを持ち寄ろう！

日時：3月8日（水）14:00～16:00

場所：ほっとぽっと別館 サロン

朗読時間：おひとりさま 10分×8人まで 朗読したい読み物をご持参ください。

コラム・詩・小説・童話・漫画・新聞・歌詞・自作の読み物など…何でもOK！

参加費：（飲み物・お菓子付）100円 聞きたい人もぜひお越しください。問い合わせ 川田まで

《理事会＜第55回＞報告》

開催日：H28年10月18日（火）18:30～22:30 出席：理事10名、担当職員1名

審議事項 ①上半期決算・事業報告／下半期予算・事業計画 ②退院促進サポート事業について

③職員雇用について ④市民の会の今後について ⑤苦情対応への第三者委員の関わりについて 他

*ピアスタッフ、職員、理事他の研修会が11月26日（土）13時30分から別館で長見英知さん湘南精神保健福祉事務所）を助言者として開催することに決まりました。

編集後記

*自分の周りから世界まで色々変化の時だからこそ、日々の小さなことを大切に足場を築いていきたいものです。（早）

*今年もとうとう師走。元気にドロボーと闘う姉に振り回される毎日です。（高）

*“代打”で編集にあたったもののオタオタの連続で。至らぬ点はお見逃しください。どうぞよき新年を！（川）