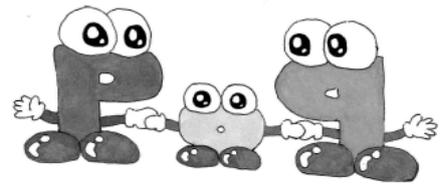
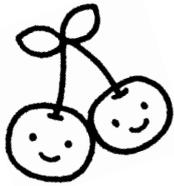


ぽっぷ通信

発行：NPO法人 障害者生活支援センター インみたか
三鷹市障がい者地域自立生活支援センターぽっぷ
〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-18-2F
TEL 0422-71-0901 FAX 0422-26-5141
発行日 平成24年6月1日



メールアドレス ^{だいじ} 題字・イラスト ^{さかたともちが} 坂田智愛さ
poppu@dream.ocn.ne.jp
No. 26
ホームページ



とうじしゃ かい 当事者の会

^{しよくいん} 職員 ^{うたはら} 歌原 ^{ゆたか} 豊

最近？ けっこう前から調布でやっている当事者の会に参加している。その会は当事者(知的障がい者)が集まって自ら主導権をとり、決定し企画をして実行する会だと思っていたが最初は違ったようで、「何に困っているか？ 何がわからないのか？ が、わからないのではないか？」とガイドヘルパー情報交換会をやる中で、障がい者の意見が出づらいのでは？ との支援者側の問いかけによって引き出され、生まれた会のようだ。

普段、当事者の会では困っていることなどの意見は本人からはあまり出ないが、支援者などが質問を投げかけると、意見がぽつりぽつりと出てくることがある。知的の障がい者にとって、日常生活において難しいことはあるんだろうけども、それを本人が困っているかといえば・・・よくわからない。

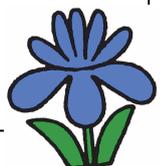
当事者の会の進行は行ったり来たりして、なかなか先に進まなかったり、特定の2・3人の発言により決まっていくこともあるけども、当事者が聞き方を変え、選択して聞きなおすと、それなりに話し合いが成り立ち、掛け合いになっていると思う。

人は決まってしまうが、動ける人がパツと動いて調べたり予約したり。完ぺきではないけれど、ひとつの企画において、おさえる所はキチンとおさえられており、大きな問題は起こらないから興味深い。数ヶ月前からイベントを企画しても、その時期を逃してしまうこともあるが、それも醍醐味なのかなと思う。

当事者の会のメンバーは、知的の障がいはあるがそれ以上に生き抜く術を知っているし持っている、ので生活力があり、行動を起こせる力を身につけている。支援者はいるんだろうけど、本人の意思がしっかりもっている。

自分達の思いを伝える発言することは大切なんだろうけれども、のんびり考えて、出掛けたり遊んだり、レクレーション的な企画を身近で企画が出来れば楽しいと思う。

会で決めた企画に加わりたい人が参加できる当事者の会はそのパターンが多くそれがいいと思う。楽しいことを出来るグループで企画から実行まで時間はかかるかもしれないけどひとつのことが形になるようなグループができればよいなと思う。



おでかけランチタイムの初夏バージョン

恒例のバーベキュー大会を開催しました!

5月19日土曜日、晴れ男、晴れ女が集まったせいか、これ以上ないくらいの晴天の中、にぎにぎしく今年もバーベキューを開催しました。参加人数総勢55名。参加者の皆さんに今年は、調理、火おこし、いろいろお手伝いいただいたおかげで、スムーズな会となりました。ありがとうございました!! 参加した感想を皆さんに聞いてみました!

おでかけランチタイム参加者からのコメント

- ☆ やきそば食べ中の花井優子さんにインタビュー
今回はホットドッグもあり、たれつきの牛肉もあり、種類豊富でとても楽しめました。
大満足です。場所も日陰がとれたのがよかったです。のみもの持参とありますが、充分用意されているので、次回からはいらないのではと感じました。
- ☆ みんなの歌を聞きながら、楽しげな栗田政也さんにインタビュー
Q. 今日はどういう気持ちですか?
A. うれしいです。
- ☆ 今回初めてぼっぷのおでかけランチタイムに参加してくれた木島和子さんにインタビュー
みなさんと一緒に過ごせて楽しかったです。ありがとうございました。
- ☆ ランチタイムも終わりにさしかかり、帰り支度にとりかかった森戸遊生くんインタビュー
楽しかった。よかった。
Q. 何が一番よかった? → なす。





かい あたら みせ にじの会の新しいお店



「ハーモニーガーデン」ができました!!

にじの会さんが、何やら新しいレストランを市役所近くにオープンさせたという情報が!! おいしい噂に目のないぽっふ。さっそく取材に行ってきました!! 職員の諏訪さんにお話を伺いました。



窯焼きピッツア&パスタ「ハーモニーガーデン」は4月3日オープンしたばかり。あまり宣伝もしていないのに、口コミでお客様が集まり、ランチは多いときで最高95人、平均で70人くらいは来られているそうです。スタッフは昼は8人。ピッツアを焼くのは当事者スタッフさんが2名で担当しています。



店の自慢のナポリピッツアにはこまかな定義があって、まず手で生地を伸ばさなくてははいけません。これが結構大変で、研修に半年くらいかけたとのこと。1分30秒で焼き上げるのも特徴で、スタッフは熱さとの戦いだそうです。

粉、水、塩、イーストの4つの素材のみで生地を作るのもナポリピッツアの基本で、もちもちとした触感をだします。マルゲリータはトマト、チーズ、バジルの3種の具のみ・・・など、本物のナポリピッツアにこだわ

つて作っているそうです。

好評の500円ランチ(ピッツアまたはパスタとドリンク)もよいですが、土曜日にやっているアラカルトメニューもおすすめ。有機野菜、近隣農家のうみたて卵、にじの会自家製の厚揚げなど厳選された素材を使った料理が楽しめます。



セレクトフードショップではおなじみのにじの会さんのパン、豆腐、ジャムなどを販売。そうそう、ぽっふのクリスマス会で特注したスモークチキンサンドも商品化に! ああの味をもう一度!! という方はぜひお買い求めを。店内はバリアフリー、トイレも障がい者対応です。

しゃかいふくしほうじん かい
社会福祉法人にじの会

ハーモニーガーデン

ちょうふしじんだいじひがしまち
〒182-0012調布市深大寺東町7-47-7

おだきゅう みたかしゃくしまえげしや ふん
小田急バス三鷹市役所前下車3分

TEL/FAX 042-441-1580

きゅうじつ にちようび げつようび
休日 日曜日・月曜日

えいぎようじかん
営業時間 11:30-19:20

◆平日ランチタイム(火~金)11:30-14:00

ほんじつ
本日のピッツアセットまたはパスタセット
(各500円)

◆通常メニュータイム(ご予約もあり)

(平日)16:00-19:20 (土)11:30-19:20

かくしゅ えん えん
各種ピッツア(900円~)パスタ(680円~)

その他サラダ(350円)等、各種ドリンクあり

※ピッツアのお持ち帰りもあり

(平日)16:00-19:00 (土)11:00-19:00

さいきん ゆうしょくかい ◆◆◆◆◆ 最近の夕食会 ◆◆◆◆◆

つき いちど おとなりの就労支援センターかけはしさんとの共催でおこなっている「夕食会」。
スタートしてから早いもので4年が過ぎました。

さいしょ しこうさくご 最初は試行錯誤しながらおこなっていた会も、さいきん 最近になって落ち着いたというか、メンバーさんがなんとなく作り上げたスタイルができてきたというか、良い意味でゆる～い感じの会になってきています。

ていじ より早く来る人、仕事の都合で会の終盤に来る人、集まる時間もまちまちですが、過ごし方も人それぞれ。以前は話し合いのテーマを決めてディスカッションをしていましたが、今は何もきめなくても、ごはんを食べながら、それぞれ仕事のことや趣味のこと、話の輪が広がっていきます。

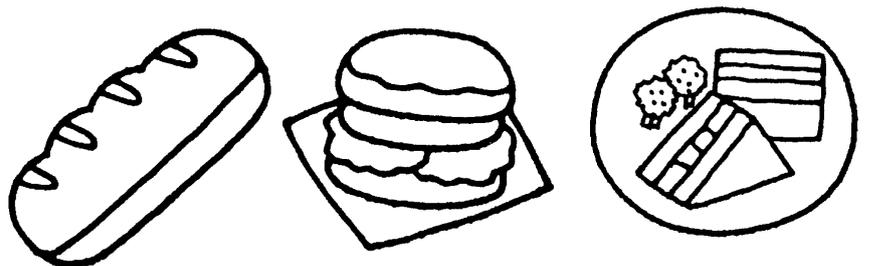
そのうち体操する人がでてきたり、一部でしりとりが始まったり、レクリエーション(?)も自然発生的に始まります。最近の会の締めはリラクゼーションになっていて、これもまた気持ちいい! 会のひとつの楽しみになっています。

かけはしさんも、ぽっぷも夕食会を開いたのは、『相談したいことがあってもなんとなく来づらい人の来所のきっかけになれば』という思いと、『メンバーさんが日々感じているモヤモヤを、気軽に話してもらえる場をつくりたい』という思いがあったからです。今なんとなく、そんな思い描いていたイメージに近い場になりつつあるなと感じています。

かいしゃのお勤めにしても、さぎょうじょのお仕事にしても、働くことは大変です。夕食会でメンバーさんそれぞれががんばっている話を聞くと、おー、なんだかパワーをもらえるというか、かんばっている仲間がたくさんいるんだなーというのがわかると心強く感じます。メンバーさんも定着しつつ、絶妙なタイミングで新しいメンバーさんも入ってきます。

ぽっぷの利用者さんがやや少なめなので、興味のある方はぜひ一度、一緒に夕食を食べましょう!!
(職員/和田)

◆ 次回
6/15(金) 18:30-20:00
ぽっぷ 3階にて開催
参加者はお弁当持参
飲み物持参してくださいね。



ふつう い

ドキュメンタリー映画

普通に生きる

を見て

職員 和田みゆき

はるか昔、高校三年の夏、学校で「1日看護体験」というイベントがあった。看護師の仕事に興味がある学生が1日だけ看護師体験ができるという内容のものだった。なんとなく興味があったのと、夏休みで暇をもてあましていたのもあって応募し、派遣されのは障がい者の入所施設であった。

「療養所」と名のついたその施設で、たくさんの障がい当事者が暮らしていた。下は3歳のお子さんから上は60代の高齢者まで。白く広い床の上に、十数人の当事者が何をしてもなく皆佇んでいる。

私たち実習生に担当の看護師が話した。

「この光景を見てどう思う？ ショック？ でも、この人たちは毎日新しいシーツに取り換えた布団で寝てるのよ。あなた方は毎日シーツ取り換えている？ そんなことしてないでしょ？」
 (毎日シーツを取り換えた布団で寝ることがそんなに幸せなことなのか・・・)と思ったが、まだ10代で思ったことの1/100も言えなかった私は(今は1/10?)何も答えられなかった。



「でら〜と」ボランティアさんとのひととき

この映画を見て、そんな遠い昔の記憶が一瞬にしてよみがえってきた。映画の軸となるのは重症心身障がい当事者の母である。彼女は娘さんの将来を考えて入所施設に見学に行く。そこで見た光景……、1日何もしないで施設の中で過ごしている入所者たちを見て、ここには自分の子供は託せないと感じる。そしてその思いがきっかけとなって母は周囲を巻き込みながら、重症心身障がい児者の通所施設「でら〜と」や「らぼ〜と」等次々と自分たちの理想の福祉施設を作り上げていく。

映画に登場する当事者を取り巻く親、家族、支援者の共通の思いはひとつである。映画のタイトル通り「普通に生きる」こと。シーツを毎日代えた布団で寝るより、自分の思いで、自分で選んだ生活を送ること。朝起きて支度をして外にでかけたり、好きなものを食べたり、好きなことをしたり、好きな人とあったり、それは健全者にとって当たり前の日常であり、まったくもって特別なことではない。そんな何気ない日常を希望しているだけなのに、それを実現するのが当事者にとっていかに大変なことか、この映画は物語っている。

「普通に生きる」という思いは、ただ思っても叶えられない。役所に訴えても叶えられない。軸となった当事者の母が強く強く思い、行動し、その思いを受け止めた周囲の人たちを巻き込み巻き込み、政治を含めた大きな渦となって具現化していく。しかし、そんな一か所集中のバイタリティーがなきゃ、変えられないものなのか。それはとてもしんどいことだと思う。でもそのしんどさを共有する人たちが多ければ多いほど、願いは叶いやすいこともこの映画は教えてくれている。

被災地ボランティアの活動をして

ヘルパー 鵜澤 大地

私たちは3月22日から25日までの3泊4日、ルーテル学院大学の学生6名、教員2名で宮城県仙台市にあるルーテル協会が行っている被災地支援「となりびと」の活動に参加し、被災地ボランティアを体験してきました。

活動内容としては、高齢デイケアサービス「はまぎく」でのボランティア活動や被災地訪問が主な内容です。

「はまぎく」では午前中は震災後から放置された花壇の整備を行いました。午後は利用者の方と一緒に春をイメージしたコラージュ（塗り絵）を作成しました。始めはお互いにぎこちなかったが、だんだんとコミュニケーションがとれるようになり、自然な関わりが取れるようになりました。



多かったけど、できることも確かに気づけて、今後はそのできることを増やして継続的な活動を行いたいと思いました。



被災地訪問は東松島・東名から石巻、女川、雄勝へ。印象的な光景と公民館の上に乗り上げられていたバスは取り除かれていて、今は下に降ろされていました。沿岸部などを訪問して、その現状を目の当たりにして復興がまだまだできていないと痛感する反面、一步一步ずつだが復興はなされているとも感じました。

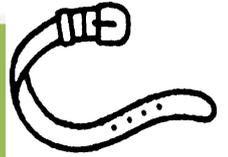
今回被災地ボランティアを体験して、直接現地の状況を目の当たりにできて良かったなと思いました。もし行っていなかったら今でもテレビ越しの世界をなあなあな気持ちで見えていたと思います。

学生の私にとってできないことは





シリーズ「父の病気がつなげた家族の



その⑥ 父の死

みやぎ とわこ
宮城 永久子

2011年6月15日。父は、亡くなった。

見舞いに行くね、と愛知に向かったその日。

病室でもう意識の遠のく父は、私の声に確かに反応した。しかし、その夜、私が帰るのを待っていたかのように、その生涯を終えた。68歳だった。

まず、父にべったりだった母が心配だった。案の定、母は物を口にしなくなった。そして、眠らなくなった。

葬儀の準備は、かなり弟が動いた。物理的には何も出来ないけれど、私には私なりの役割があった。

母に寄り添い、母を支えること。

母に食事介助をしてもらいながら、私は最初は食欲旺盛に食らいつき、最後はあえて食事を残した。私の食べ残しなら、もったいないと思い、食べるはず。少しずつ、食べる習慣のついた母は、そのうち、自分の分も用意するようになった。

母は、とにかく、友人が多い。母を励ましに、おばちゃん軍団が絶え間なく我が家を訪れた。我が家に来客がないときは、できるだけ私は母の視界に入るように心がけ、怒りや悲しみを受け止め、訪問客が来る度、静かに彼女の視界を外れた。

夜は、墮落娘を演じ、いつまでもくだらないテレビ番組を見続けた。母は私に便乗し、ソファに横たわると、すぐに眠るようになった。いったん、眠ってしまえば、そのまま睡眠にも入りやすい。あとは「ベッドで寝たら」といえば、ほほ片がつく。

仕事で培ったカウンセリング技術だった。

食欲も睡眠も回復した母、いよいよ凶暴性を発揮し始めたので、安心して（怖くなって）、私は東京に逃げ帰ってきた。

ここからが私の闘いが始まった。一人になって、張り詰めていた糸がプツンッと切れた。その日から、私は眠れなくなった。

世界の端っこに追いやられた気分になった。

仕事に出る以外、誰にも会いたくなかった。(…つづく)



きょうさい
ぽっぷ・かけはし共催
ゆうしょくかい
夕食会のお知らせ

6/15(金) 18:30~20:00

7/20(金) 18:30~20:00

お弁当を持ちより、みんなで食事をします。
食事をしながら、

みんなとおしゃべりしてみませんか？

申し込み ぽっぷ 0422-71-0901

担当 宮城・金子・和田



6月・7月のフリースペースは

みんなでいっしょにゲームで遊んだあと、
お菓子を食べます。いろいろな方の参加をお
待ちしています！

6/23・7/28(土)

- 場所 下連雀地区公会堂(予定)
- 時間 13:30~15:30
- 会費 300円
- 問い合わせ/ぽっぷ
- 南雲・歌原(0422-71-0901)



ピアカン・オープンセミナー

のお知らせ

9月 1日(土)

10:30-16:00開催予定。

場所等

詳細は後日お知らせしま

す。

問い合わせ/ぽっぷ担当 宮城・南雲



無料法律相談

障がい当事者ならどなたでもご利用できま
す。

お気軽にお問い合わせください。

◆開催日 6月 9日(土) (15:00~)

◆相談時間 1件につき 40分

◆場所 ぽっぷ

予約制となりますので、お電話でお申
し込みください。

★ぽっぷ担当：南雲・金子

0422-71-0901



ぽっぷくのはな

とある職員が通信教育のレポートがうまく書けないと頭を抱えていた。

そんなことはまったくもって、他人事の宮城さん。「“へのへのもへじ”って書いて提出
しちゃうば」なんてひどいことを。

その職員によると、“へのへのもへじ”には女の子バージョンがあって、“へめへめ
くつも”と書けらしい。また“つる三ハ〇〇ムシ”と書けば老人の顔に。

携帯電話の顔文字は、今や当たり前に使っている人も多いが、顔文字のルーツはもしか
したら、この“へのへのもへじ”君にあるのかもしれない。

まもなく、季節は梅雨に入る。何かと屋内で過ごすことの多くなるこの時期。平仮名を組
み合わせて、いろいろな顔の表情を描くことに挑戦してみては？

ちなみに、宮城さんはその職員が“へのへのもへじ”と描いたレポートを提出してく
れないかと、密かに期待を寄せている。

