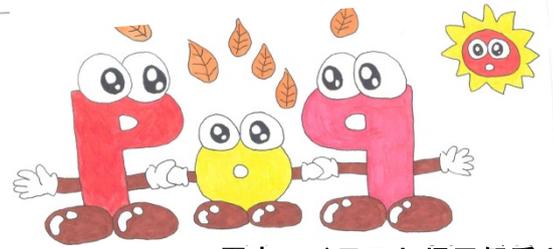


# ぽっぷ通信

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25年1月31日



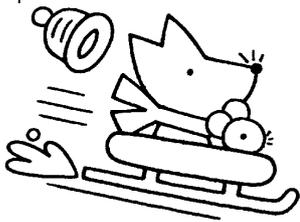
題字・イラスト 坂田智愛さん

メールアドレス

[poppu@dream.ocn.ne.jp](mailto:poppu@dream.ocn.ne.jp) No. 28

ホームページ

<http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/>



## ふる たず あたら し 故きを温ねて新しきを知る

ぽっぷ代表 宮城 永久子

温故知新。今年の初め、私は論語の中の言葉を思い返していました。辞書で調べると、「前に学んだことや昔の事柄をもう一度調べたり考えたりして、新たな道理や知識を見出し自分のものとする」とだそうす。

昨年の年末に、皆様にはお知らせをお送り致しましたが、この春、私たちの法人は一つの大きな転機を迎えることとなります。ぽっぷ(生活支援)とインみたか(ヘルパー派遣事業)を、それぞれ2カ所の事務所で運営していくことになりました。

法人が発足して、12年が過ぎようとしています。ぽっぷ、インみたかの事業が開始されてからは、早10年。ずいぶん長い道のりを、時間をかけて、二つの事業が手をつなぎ、これまで一緒に走ってきました。決して楽な道すがらではなかったけれど、利用者さんの笑顔、関係者の皆さんからの声援、ヘルパーの皆さんとのパートナーシップ、そして、職員同士の絆。あらゆる力に支えられ、私たちの法人が成り立っていることに、まずは心より感謝致します。

そしてまた、私はこの年末年始の休みを利用して、古い書籍を改めて読み返していました。今私たちが日常的に利用している、障がい福祉の制度やサービスが作られてきた背景には、障がいを持つ先人たちの切実な思いと、それを社会に対し心を尽くして伝え、築き上げてきた活動の成果があることに気づかされます。

“Nothing About Us Without Us”(私たちのことを、私たち抜きに決めないで)

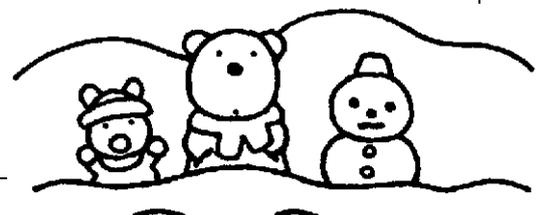
この言葉は、障がい者に限定されるものではないと思います。地域の中の全ての人が、共に生きる当事者なのです。

時代が変わり、目に見える景色が変わっても、一人一人、

全ての人々が大切にされ、尊重される社会にしたいという、

私たちの法人の思いは変わりません。

いつまでも、この地域の中で、ごいっしょに。



こうれい かい かいさい  
恒例のぽっぷクリスマス会が開催されました！

ねんまつ こうれい たの ことし がつ か ど かい かいさい  
年末、恒例のお楽しみ！ 今年（ことし）は12月8日（土）に、ぽっぷクリスマス会（かい）が開催（かいさい）さ  
れました。今年（ことし）は昨年（さくねん）に増（ま）してゲスト（きぼうしゃ）がいっぱい。東京都立豊多摩高校（とうきょうとりつとよたまこうこう）の合唱部（がっしょうぶ）の  
みな ちゆうしん ひろう とうきょうのうこうだいがく  
皆さん（みな）はクリスマスソング（ちゆうしん）を中心（ちゆうしん）にきれいなハーモニー（ひろ）を披露（とうきょうのうこうだいがく）。

みな  
ジャグリングサークル（みな）の皆さん（みな）は、あっと  
おどろ  
驚（おどろ）くイリュージョン（きぼうしゃ）を。希望者（きぼうしゃ）には、ジャ  
グリング（おどろ）のてほどき（きぼうしゃ）もしていただきました。

たんとうしゃ ちゆうしん  
フリースペース担当者（たんとうしゃ）が中心（ちゆうしん）におこな  
ったボールリレー（みな）のレクレー



みじか じかん  
ション（みじか）も短（じかん）い時間（みじか）でしたが、  
おお も あ  
大（おお）いに盛り（も）上がり（あ）りました。

さくねんだいこうひょう ゆうきな お  
昨年（さくねんだいこうひょう）大（ゆうきな）好評（お）だった祐記奈桜（ゆうきな お）

ふくしこんだんかい はせい  
さん（ふくしこんだんかい）は、福祉懇談会（はせい）から派生（はせい）したエンジョイ  
ソング（みな）の皆さん（みな）とともに迫（はくりよく）力（うたごえ）ある歌声（ひろ）を披露（さいご）。

さいご さんかしゃぜんいん  
最後（さいご）は参加者（さんかしゃぜんいん）全員（さいご）でクリスマスソ  
ング（うた）を歌（うた）い、あ（ま）っという間（ま）のひととき（かい）でした。みんな（かい）でいただいた（かい）にじの会（かい）さん（かい）に  
ねが  
お願（ねが）いしたランチボックス（ねが）もと（ねが）ってもお（ねが）いしかったです（ねが）。次（ねが）回（ねが）もぜ（ねが）び、企（ねが）画（ねが）でき  
たら（ねが）、と（ねが）思（ねが）っています（ねが）。楽（ねが）しみに（ねが）して（ねが）いた（ねが）だけ（ねが）たら（ねが）うれ（ねが）しいです（ねが）。





# 発達障がい当事者の視点で語る②

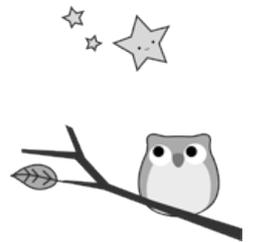
発達障がい当事者の会「プレイス」代表 木川 賢



成人の発達障がい当事者の場合、ごく最近自分が発達障がいであることに気がついたケースが多いです。診断されるまで、いろいろなことで精神的に傷ついたりしている方も多くいらっしゃいます。

前回も触れましたが、発達障がいを個性として捉えてほしいという当事者もいますし、障がいとして捉えて支援してほしいという当事者もいます。

発達障がいの症状も百者百様で、支援ノウハウがなかなか積み上げられない状況です。生活支援から就労支援まで、人によって必要な支援が異なるため、生活支援、就労支援については試行錯誤中です。



「Aさんはこうだったから」といってBさんにも同じことをしても全く支援になりません。しかし、「AさんとBさんの生活の状況が似ている」という点に着目して支援を行うと、うまくいくケースが多いようです。

また、ひと目では当事者の困り感は分かりにくいので、一歩、二歩も相手の生活に踏みこんで困り感を把握しないと、支援方法が決められません。発達障がい当事者も自分の「困り感」に合う支援方法が分からなかったり、「困り感」をうまく表現できないので、支援方法を見つけるまでが一苦労です。

しかし共通して言えることは、発達障がい当事者に精神的な余裕ができれば、適応できる部分が多いということです。

支援することで、発達障がい者の精神的余裕ができることを心がけて頂けると幸いです。例えば、掃除や調理などの生活支援をして頂けることで、精神的余裕ができる人もいます。(逆に自分の生活領域に入ってこられると、精神的に圧迫感を感じる人もいます。) 仕事はできても身の回りの家事(炊事、洗濯など)ができないために生活が回らなくなり、精神的にも追いつめられてた結果、仕事が継続できなくなる人もいます。

今は発達障がい当事者一人ひとりがファーストケースになり、自分たちなりの支援方法を模索している最中だと思えます。自分の支援方法を発表したり、人の支援方法を参考にして、自分の支援に役立てたりしています。

# とわこ 永久子のシネマレビュー

# えいが 映画「トイレット」

まずこの映画レビューが福祉とは関係ないことをご了承頂きたい。  
ご存じの方も多いと思うが、我が家にはトイレアイテムが多い。トイレ用品というより、トイレにまつわる  
置き物の置物が、自宅の至るところに散乱している。なぜトイレグッズが多いかについては、深い訳がある。が、  
話が長くなるので、ここではあえて明言は避けておく。直接、  
本人に聞いて頂きたい。

「トイレット」なんともそそられるタイトルだ。この映画の存在を  
知ってから、約1年ほど、実は借りる勇気がなかった。勇気と  
いうより、プライドが許さなかった。今は便利な世の中でインタ  
ーネットでこっそりDVDを借りることができたとしても、それをブ  
レーヤーにセットする際に人の手が要る。タイトルを見られる。  
平然とヘルパーに指示を伝えるが、つい相手の気持ち意識  
してしまう。DVDを取り出すときも、また然りだ。う～ん、障が  
い者生活もなかなか悩ましい。

嵐の二宮和也くん主演の『大奥』を借りたときも、そんな思い  
をした。でも、最近では、プライドより私欲が先行する。おばちゃ  
ん効果だろうか。まあ、それはいい。

前置きが長すぎた。話を映画に戻す。カナダに嫁いでいった  
娘に呼び寄せられた“ばーちゃん”。その肝心な娘は、程なく  
して病気で亡くなってしまふ。娘の夫は既に他界。ばーちゃんと、残された3人の孫たちとの奇妙な共同  
生活が始まる。しかし、ばーちゃんは英語をしゃべれない。孫たちは、このばーちゃん何とか関わろうと  
するが、なかなかうまくいかない。ばーちゃんは毎朝、トイレで用を足したあと、深いため息をつくばかり。

映画の中で、もたいまさこ扮する“ばーちゃん”は一言もセリフを発しない。けったいな共同生活が続いて  
いく。それでも一緒に暮らしていく中で、言葉が通じなくても、少しずつ絆が芽生え、心が彼らを繋ぎ、  
物語を紡いでいく。個性溢れる4人の登場人物が、それぞれに毎度やらかしてくれるエピソードは強烈  
面白い。

言葉が通じず、文化も違い、ましてや血縁までも(!?)違う人間同士が、心を中心に据え、繋がって  
くやり取りは、本当に見応えがあると言える。

最後に、孫の一人が、ばーちゃんに自分の給料をはたいて、(ばーちゃん)に高価  
なトイレをプレゼントするが、そこにはもう、ばーちゃんはいない。

ばーちゃんが、つまずきながらも懸命に生きる、3人の孫たちに残したメッセージ  
は、「みんな、ホントウの自分でおやんなさい」



きゃくほん かんたく おがみなおこ  
脚本・監督：荻上直子

しゅつえん  
出演 アレックス・ハウス タチアナ・  
マズラニー デイヴィッド・レンドル  
サチ・パーカー もたいまさこ





ちち びょうき かぞく きずな  
シリーズ「父の病気がつなげた家族の絆」



その⑧ コンプレックス

みやぎ とわこ  
宮城 永久子

父が亡くなってから、母にはこまめに連絡を取るようになっている。  
私の両親は極めて仲が良かったので、私たち姉弟が自立した後は、実家に電話してもうるさ  
がられるので、逆に連絡する必要がなかった。

しかし、今はそうはいかない。  
母を田舎に一人残していることが、心のどこかでいつも引っかかっている。  
時間を見つけては、母に電話を入れるようになっている。  
安否確認。  
職場ではそんなような用語を使っている。



たいていは、嫁の愚痴。一緒に暮らしていないのに、ここまで愚痴を言えるものかと思うくらい。  
続いて、医者をしている弟のエリート自慢話。

日頃の不満や愚痴を聞くのは、お手の物。相手の気が済むまで、口を挟まず延々と聞き続けること  
には、それなりの自信もある。  
しかし、弟のエリート話になると、そうも平然としていられない。

「私だって、頑張ってるのに」  
母の話とは全く脈絡もない。

「あんたは、すぐそうやってすねる」

母はそう言って笑う。  
母の気持ちを受け止めるつもりが、つい身内の甘えで、眠っていた気持ちが蘇る。



小さい頃から、私はすぐ拗ねた。  
成績の良い弟とどうしてこう違うものかと、よく母に拗ねたし、父に当たった。

今、あの頃を振り返る。母は、障がいを持つ娘を自立させ、健全な息子にエリートコースを歩ま  
せるといふ、別々の方向性を持つ子育てを、どんな気持ちでやり遂げたのだろうか？

「あんただって、よくやってるじゃない」  
結局、母になだめられる形で、電話を切った。



ぽっぷ・かけはし共催  
夕食会のお知らせ

2/15 (金) 18:30~20:00

3/15 (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

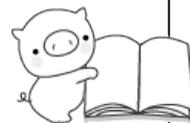
担当 宮城・金子・和田

2月・3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！

2/23・3/23 (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)



インみたか 新人職員の紹介

遅ればせながらのご挨拶です。1月からインみたか派遣部で働いています

酒井泰葉(さかい やすは)です。

電車でお出かけすることが大好きで、水族館を1日に2周することもあります。ぜひ皆さまのおススメの場所がありましたらぜひ教えて下さい！

どうぞよろしくお願ひします。



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 2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



ぽっぷくんのはな

インターネットって便利だね。ネットが普及してから、障がい当事者の生活も随分と変わった。わざわざお店に行かなくてもパソコンで好きなものが好きな時に買えるようになったし、コミュニケーションはメールやサイトでいろいろな人とやりとりできるし。

でも、便利なことばかりじゃなくて、へんなサイトにつながって困ったことになったり、お金のことを考えずについついいろいろな物を買っちゃったりもする。怖い目にあっても、なかなかネットをやめない人は多い。

それはなぜか？ ぽっぷくんは、ふと考えた。インターネットの世界って、見方を変えたらとても平等なんじゃないかって。誰でも利用できるし、やりとりしていても、障がいがあるかどうかなんて相手にはわからない。ネットでつながった部分で人を見てくれる。それはある意味、理想の世界だね。ただ平等な分だけ特別な配慮もないし、何かの理由で障がい者ってわかったら、そこを狙って来るひどい輩がでてくるのもリアルな事実。そんなリスクがありながらも、インターネットの世界に夢中になる。それはひとりの人間として見てくれることが、ネットを利用する人にとって心地よいからかもしれない。

