

ぽっぷ・インみたか通信 つうしん

発行： はっこう ほうじん しょうがいしゃせいかつしえん NPO法人 障害者生活支援センター インみたか

発行日： はっこうび へいせい ねん がつ にち 平成26年7月31日

No. 32

みたかししょう しょうがいしゃ しゃうざん しえん センター ぽっぷ
〒181-0013 みたかししよれんじやく 三鷹市下連雀4-15-18-2F
TEL 0422-71-0901 FAX 0422-26-5141
メール poppu@dream.ocn.ne.jp
ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/>

しょうがいしゃせいかつしえん センター インみたか
〒181-0013 みたかししよれんじやく 三鷹市下連雀4-15-23-A102
TEL 0422-71-0902 FAX 0422-24-6266
メール in-mitaka@iaa.itkeeper.ne.jp
ホームページ
<http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/inmitaka/index.html>

インみたか後援会 こうえんかい 映画「うまれる」上映会 えいが じょうえいかい



※映画上映会お疲れ様でした！ 終了後に後援会の皆さん、インみたか理事の皆さん、インみたか・ぽっぷ職員で

6月28日NPO法人障害者生活支援センターインみたか後援会の方が主催してくださり、
映画「うまれる」の上映会が行われました。

当日は、雨が降る中、100名近くの方にご来場いただきました。障がいの有無に関わらず、
「命」をテーマに、人と人との繋がる大切さを分かち合えたひと時でした。

後援会の皆様、ご来場の皆様、本当にありがとうございました。

(最終ページに後援会の案内があります)





す い か ば す も うらじじょう Suica・PASMOにまつわる裏事情。



あいしー じょうしゃけん ほんとう つか ～ICカード乗車券は、本当に使いやすいのか！？～

しんたいししょう しゃてちょう しゅ きゅう みやぎ ばあい 身体障がい者手帳 1種1級の宮城の場合

みやぎ とわこ
宮城 永久子

ことし がつついたち しょうひぜい ばーせんと あ しよみん せいかつ だいだげき
今年4月1日から、消費税が8%に上がった。庶民の生活には大打撃だ。
はあ～。ため息をついていたところ、うまい情報を聞きつけた。ICカードを使うと、公共交通機関を使う時、
きつぷ か すこ やす は みやぎ ほうこうしゅうせい こうにゆう
切符を買うより、少しだけ安くなるらしい。アナログ派にこだわっていた宮城は、方向修正。スイカを購入
するため、JRに急いだ。

えきいん しょう かた つ そ かた いっしょ じょうしゃ ばあい まいひつよう
駅員「障がいの方が付き添いの方と一緒に乗車される場合、スイカは2枚必要になりま
す」

みやぎ まいか
宮城「2枚買えてこと？」

えきいん じょうしゃ じ こうしゃ じ かい
駅員「そうなります。スイカは乗車時のタッチと降車時のタッチが1回のカウントで
せいさん せいさん かい
清算されるので、1枚のスイカで2回カウントできないんです」

みやぎ まい えん あずか きん ひつよう まいこうにゆう
宮城「スイカ1枚につき500円のデポジット(預り金)が必要だから、2枚購入すると
えん
1000円じゃん！？」

えきいん たん あずか きん へんきやくただい かね もど
駅員「はあ…まあ。でも、単なる預り金なので、スイカを返却頂ければお金も戻ってきますんで」

みやぎ もんだい ひとり
宮城「そういう問題か？ブツブツ…」(一人つぶやく)

えきいん じょうしゃけん わりび きぼう ばあい じょうしゃえき こうしゃえき ゆうじんかいさつ に どしやう しゃてちょう
駅員「乗車券の割引きをご希望される場合は、乗車駅と降車駅の有人改札にて二度障がい者手帳をご
ていじいた
提示頂くこととなります」

みやぎ こころ こえ かい けんり しゅちょう ぎむ は むじんえき
宮城 心の声(2回も見せるのかよ！権利を主張するなら義務を果たせっていうことか。じゃあ、無人駅は
どうするのよ)



いじょう く さ たん
これ以上、食い下がったところで、単なるクレーマーになりそうだったので、いった
ん引き揚げることにした。

ご じっさいししょう おも さいぎしんまんさい みやぎ こうしゃえき かなら
その後、実際使用してみようと思うこと。猜疑心満載の宮城は降車駅で必ず
じょうしゃけん りょうしゅうしょ さけ えきいん まちが まちが た ろせん の か
「(乗車券の)領収書！」と叫ぶようにしている。駅員、間違える、間違える。他の路線に乗り換えるときなど、
とく ちゅうい ひつよう できせつ しやう しゃわりび みな き
特に注意が必要。適切に障がい者割引きがされていないことがあるので、皆さんお気を付けあれ！

み は かね は もど みやぎ
だから、見えないお金はキライよ。やっぱりアナログ派に戻りたい宮城でした。



きのした 木下 とし子さん インタビュー



さいきんたの 『最近楽しんでいること、楽しみにしていること』 たの

ぼっぷの相談、インミタかのヘルパー派遣、両方を利用している木下とし子さんに、主に休日の過ごし方について、話を聞きました。（聞き手：インミタか職員 滝 美央）



たき
滝
きのした
木下

やす ひ なに す
休みの日は何をして過ごしていますか？

出かける日もあるよ。最近^{さいきん}は、ぼっぷの利用者さんたちと「きずなの会」というものを企画^{きかく}して、出かけているよ。10月には、山梨^{やまなし}までぶどう狩りに行ったし、5月には、吉祥寺^{きちじょうじ}のレストランにローストビーフを食べ^たに行った。ピルの上^{うへ}のほうだったから、外の景色^{けしき}がきれいにみえてよかったよ。でも残念^{ざんねん}だったのはね～、出てきた食^{しょく}事が、楽しみにしていたローストビーフではなく、チキン…。みんなで「えー！」と声をあげちゃった。なんだかわからないけど、「ないです」と言^いわれてしまって、本当^{ほんとう}にがっかり。それと、ビュッフェだったんだけど、店員^{てんいん}がいちいち食^{しょく}事を運^{はこ}んできたのがうとうし^{こえ}かった。自分のペースで食^たべたほうがもっと美味^{おい}しかったらうな。常^{つね}に見張^みられている感じ^{かんじ}で落ち着^{おち}かなかったから。



たき
滝
きのした
木下

「きずなの会」の行き先^{かい}はどうやって決^きめているんですか？

ぼっぷ職員^{しよくいん}の和田^{わだ}さんに手伝^{てつだ}ってもらって調^{てい}べて決^きめてるんだよ。行くメンバ^なーで何をやりた^いいか、まず出^だし合^あって行き先^{いきさき}を決^きめる。普段^{ふだん}行^いかないところに行^いくと、珍^{めづら}しい食^たべ物^{もの}も食^たべられる時^{とき}があるから、それも少し楽し^しみ。誰^{たれ}かと1対1^{だいいち}よりも、3、4人^{にん}で行^いけると楽し^しいから、他の人^{ほか}も参加^{さんか}しやすい土^ど日^{にち}を選^{えら}んでいる。

たき
滝
きのした
木下
たき
滝
きのした
木下

ぶどう狩りや、吉祥寺^{きちじょうじ}のレストランはまた行^いきたいですか？

おな
同じ^{おな}ところはもういいかな、また別^{べつ}のところに行^いきたいな。

ふだん
普段^{ふだん}は一人^{ひとり}で外出^{がいしゅつ}することもありますか？

でんしゃ
電車^{でんしゃ}を乗り継^ついで姉^{あね}のところに行^いって家^{いえ}で食^{しょく}事をし^したりしている。他^{ほか}は写^{しゃ}真^{しん}を撮^とることが好き^すだから、一人^{ひとり}でぶらぶら散^{さん}歩^ぽする時^{とき}は、道^{みち}端^{はた}に咲^さいている花^{はな}や、鳥^{とり}、空^{そら}を撮^とったりもして^てる。写^{しゃ}真^{しん}撮^とっている時^{とき}が一番^{いちばん}楽し^しいかも。



たき
滝
きのした
木下
たき
滝
きのした
木下

こんご
今後^{こんご}、どこか行^いきたい場^{ばしょ}所^{しよ}はありますか？

くろ
黒^{くろ}い、煙^{けむり}をふきながら走^{はし}る汽^き車^{しゃ}に乗^のりたい。またみんな^{みんな}で、きずなの会^{かい}で行^いきたいと思^{おも}っている。

どうして汽^き車^{しゃ}に？

じたく
自宅^{じたく}に貼^はってある汽^き車^{しゃ}のポス^すターが好^ないで、よく眺^{なが}めているのね。いつか自分^{じぶん}もその汽^き車^{しゃ}に乗^のってみたいと思^{おも}って、それに向^むけてお金^{かね}を貯^{たくわ}めているんだよ。それと、いろい^{いろ}なところに行^いって、花^{はな}や空^{そら}など写^{しゃ}真^{しん}に残^{のこ}したい。きれいな写^{しゃ}真^{しん}を撮^とるのが趣^{しゆみ}味^みだから。記^き念^{ねん}にいろい^{いろ}残^{のこ}しておきたい。きれいに写^うる、いいカメ^らラも欲^ほしいから、そのお金^{かね}も貯^{たくわ}めないとな。

ほんとう
本当^{ほんとう}に写^{しゃ}真^{しん}が好^すきなのだと、話^{はな}している表^{ひょう}情^{じょう}から読^よみ取^とれて、こちら^{こちら}もなん^んだか、うれ^{うれ}しい気^き持^もちになりました。汽^き車^{しゃ}に乗^のれた時^{とき}には第^{だい}2回^{かい}目のイ^いンタビ^びューをさ^させてもら^{もら}えたら素^す敵^{てき}です^すね。



行ってきましたサイレント・カフェ

三鷹にこの6月オープンした「サイレント・カフェ」をご存知ですか？
健聴者の店長「渡邊由貴さん」が立ち上げたカフェで、聴覚障がい
のスタッフさん3名と切り盛りされています。

場所は「ぼっぴ」から歩いて3分！
早速、南雲と酒井がお邪魔してきました。（文責；酒井）



南雲： 「サイレント・カフェ」をはじめたきっかけをおしえてください。

渡邊： 私が、聴覚障がい者ご本人の代わりに電話をかけるお仕事をしていた時、ある聴覚障がいの方から「ラッピングの仕事を探してほしい」と相談がありました。たくさん電話をかけましたがお店から「言葉で話せないのは接客に向かない」と断られて悔しい思いをしました。そこで、多くの人が集まる「カフェ」を立ち上げて、聴覚障がい者も健常者と同じ士俵で働ける場所をつくりました。

酒井： 野菜のはいったヘルシーなメニューが多くてうれしいです！

渡邊： フランスに住んでいた時のご飯からヒントをもらっています。最近、安くておいしい三鷹産のズッキーニを手に入れることができたので早速メニューに入れました。

酒井： メニューを頼むとき、手話が分からなくて…大丈夫ですか？

渡邊： 大丈夫です！ いわゆる「手話カフェ」では手話に興味のある人が集まりますが、サイレント・カフェでは一般のお客さんと聴覚障がい者の人が過ごせる場所ですよ。

南雲： おすすめのメニューはなんですか？

渡邊： バナナミルクです。お客さんが材料の絵の描かれたマグネットとパネルを使って、中に入れたい材料を選んで注文できます。牛乳にするか豆乳にするか、ヨーグルトを入れるか…

機械のタッチパネルよりも、この方が早くて面白いですよ。

酒井： 渡邊さんはとてもアクティブですね！

渡邊： この仕事が好きだから！

そして『障がい者=暗い』というイメージを変えたい！これに尽きますね。

聴覚障がいの方が「働きたい」と熱い気持ちで来てくれて、お客さんがお店に来てくれることがとてもうれしいですね。

皆さんもぜひ行ってみてくださいね！



バナナミルクを頼むときのパネル
本物はカラフルです！

♪♪サイレント・カフェ♪♪

営業 日	月、水～日:11:00 - 18:00 (火曜定休日)
住所	三鷹市下連雀4-17-10 ひだりまきビル 1F (JR「三鷹」駅南口徒歩10分)
電話	080-4062-9203
サイト	http://facebook.com/SilentCafe.jp



～おまけ～

南雲はカフェオレ (¥500)
酒井はバナナミルク (¥450)
(豆乳+シナモンシュガー+ニンジン) をいただきました



フランチ・セット
キッシュ・サラダなどがついて ¥850
(+¥150でドリンク) (FaceBook より)



くどうきょうへいべんごし
工藤 杏平 弁護士のシリーズ連載!

れんさい
教えて!! 工藤先生

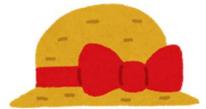
ゆいごんしょさくせい 遺言書作成について①



こんにちは。東京グリーン法律事務所の弁護士工藤杏平です。前回のコラムでは、全4回の連載コラムの第二弾として、相続手続の流れについてご紹介させて頂きました。今回は、遺言書の作成①として、遺言書の基本的なことについてご紹介させて頂きます。

① 遺言書の必要性

遺言書がないために、遺産をどう分けるかで、残された家族間で争いの起こることがあります。そして、このことは、遺産が多いか少ないかとは関係がありません。遺言書を作成しておけば、遺言者自らが財産を誰にあげるのかを意思表示することができます。相続争いの防止に役立ちます。



② 遺言の種類と内容

遺言には、大きく分けると普通方式と特別方式があります。

普通方式の遺言には、①「自筆証書遺言」、②「公正証書遺言」、③「秘密証書遺言」の3種類があります。特別方式の遺言は、特別な状況でやむをえない場合にのみ使われる遺言です。実際にはあまり見かけることはありません。

③ 自筆証書遺言について

自筆証書遺言とは、全文を自分で書く遺言のことです。代筆でもダメですし、パソコン使用によるものも無効となります。書かれている内容がわかりやすく、かつ、解釈をめぐる争いがおきないように注意する必要があります。

自筆証書遺言は費用もかからず、いつでも書けるなど手軽に作成できるため、利用されることも多いですが、いくつか注意点があります。詳しくは次回のコラムにてご紹介します。

④ 公正証書遺言

公正証書遺言とは、公証役場で公証人に作成してもらう遺言のことです。

まず、遺言者が本人であることを証明するため、実印や印鑑証明書などを揃えます。次に、2人(以上)の証人と一緒に公証役場へ行って、遺言者が遺言の内容を口頭で述べます。なお、遺言書の内容についても、公証人が遺言者の話を聞いた上で、適切なアドバイスをしてくれます。また、病気等なんらかの事情で遺言者が公証人役場まで行けないときは、遺言者の自宅又は病院等へ公証人に出張してもらうことも可能です。

なお、公正証書遺言を作ってもらうためには、公証人の手数料がかかります。手数料は相続財産の額によって変わりますが、財産が多くなるほど高くなります。遺言書について家庭裁判所の検認(相続人に対し遺言の存在及びその内容を知らせるとともに、遺言書の形状、加除訂正の状態、日付、署名など検認の日現在における遺言書の内容を明確にして遺言書の偽造・変造を防止するための手続きです。)手続きは必要ありません。

⑤ 秘密証書遺言

秘密証書遺言とは、「内容」を秘密にしたまま、「存在」のみを証明してもらう遺言のことです。秘密証書遺言も、公証役場で作成しますが、公証人は遺言の「内容」まで確認をするわけではないので、遺言としての要件が欠けており無効となってしまう危険性がないとはいえません。また、家庭裁判所での検認手続きも必要になります。

次回第4回は、遺言書の作成②(遺言書作成の際の注意点)についてご紹介させて頂きます(主に自筆証書遺言及び公正証書遺言に関する注意点です。)

☆イケメン☆工藤先生の法律相談もぜひご利用ください!!(8/2土・10/11土の午後3時開催です※要申込み 71-0901 ぽっぷ)



シリーズ「後見人制度」って、なあに？

その③ 成年後見制度について相談するには？



後見人をつけたい、相談したいと思ったら、具体的にどうしたらよいか迷う方も多いだろう。

三鷹市役所のお隣にある社会福祉協議会内の「権利擁護センターみたか」は、成年後見制度について相談できるところだ。権利擁護センターみたかの川村万紀子さんにお話を伺った。

・相談に来られる方はどんな方が多いですか？

ご家族が多いです。あとは福祉サービス関係者ですね。入院されてご本人の銀行口座が動かせない！銀行の方に後見人を付けたほうがよいという情報をもらって相談に来られたケースもありました。

・相談に来たらどんなふうに話が進むのですか？

まず、相談者のご事情を伺ってから後見制度が必要かどうか、一緒に考えます。必要性が高い場合、後見制度や申し立て手続きについて説明します。

申し立ては、ご家族がおこないますが、補助・保佐の場合はご本人でもできます。

件数は少ないですが身寄りのない方は市長申し立てという方法もあります。

・申し立ての手続きはなかなか大変ではないですか？

ノウハウについては権利擁護センターでお教えすることは可能です。また手続きを代行してほしいという方には専門の機関を紹介いたします。大体「リーガルサポート」という司法書士の専門職団体等におつなぎします。費用は10万円前後です。申請自体にかかる費用は1万円程度です。

・申し立ての際、後見人の候補を立てなければいけないのですか？

はい、親族の方がなる場合も多いですが、親族の方がいらっしゃらない、または親御さんが高齢で無理だという方は専門職に後見人のお願いができます。権利擁護センターが前述のリーガルサポートセンター、あるいは社会福祉士団体の「ばあとなあ」というところに紹介を依頼いたします。もし候補者が立てられない場合「なし」で申し立てることもできますが、時間がかかるようです。

・どんな人が後見人になるか不安があるのですか？

たとえば「リーガルサポート」で言えば、三鷹の方でしたら三鷹・武蔵野地区の司法書士さんが候補として挙がると思います。なるべく地域の方が支援できるように配慮されています。

・権利擁護センターで相談するには予約は必要ですか？

いつでもご相談はお受けしますが、事前にお問い合わせいただいてからのほうがよいと思います。

また専門職による相談を月2回開催しています。こちらはご予約が必要です。お気軽に利用いただければと思います。

(ほっぷ 和田 みゆき)



けんりようご かわむら 権利擁護センターの川村さん



みたか 社会福祉協議会 けんりようご 権利擁護センターみたか

みたかしのざき 三鷹市野崎1-1-1 福祉会館2階

でんわ 電話0422-46-1203 ファックス 0422-71-2053

◆専門相談(予約制)

しほうしよし 司法書士による成年後見制度の相談

まいつきだい きんようび 毎月第2金曜日 PM1:00-4:00

べんごし けんりようご ざいざんかんり そうだん 弁護士による権利擁護・財産管理などの相談

まいつきだい きんようび 毎月第3金曜日 PM1:00-4:00





まぜるな 危険!!!



みやぎ とわこ
宮城 永久子

※食事中の方、要注意。

私の食事介助をしているヘルパーさんなら知っていると思うが、

私はご飯系のメニューを混ぜて食べるのが嫌い。

カレーライス、その最たるもの。

ヘルパーさんそれぞれ食べ方があるから、私が指示を出す前に、いつもの習慣で混ぜてしまう人もいる。

しかし、私はスプーンの上でもカレーライスの形状を保ったまま、食べたい。

「混ぜないで!!」

自分としては、そんなムキになって言っているつもりもないが、突発的な言葉を発するとき、身体に緊張が走り、余計な力が入ってしまうため、自然に声が大きくなる。ヘルパーさんは、びっくりして、手を止める。

宮城の食事を混ぜてはいけないことは、今や定説。

この定説が生まれたのは、私の過去のトラウマにさかのぼる。

母は、いつも私にカレーライスを食べさせるとき、なぜかすごい勢いで混ぜていた。

私の目の前に出されるときは、すでにゲロ状（※食事中の方、すみません!）。

他の家族がカレーライスのまま出てくる中で、私のものだけゲロ状。

まあ、そのほうが食べさせるときの手間が省けたり、ご飯にカレーが良く絡む（絡み過ぎだけど）から、効率はいいのだろう。



子供のころ、私はまだ体がうまくできていなかったこともあり、車酔いが激しくどこでもここでも吐いていた。

なので、自分の吐瀉物とはよく向き合っていた。

う〜ん。

大人になって、食べたいものを食べたい形状で食することができるようになったが、今でも実家に帰ると、母が私の介助をする。

相も変わらず、無残にもゲロ状になって出てくるカレーライスを見て「ああ〜あ」と思いながらも静かにそれを食べる。

郷に入っては郷に従え → 実家に入っては母に従え

長い物には巻かれろ → 強い母には巻かれろ

母は強し → そう思う



えぬぴーおーほうじんしょうがいしゃせいかつしえん こうえんかい
NPO法人障害者生活支援センターインみたか後援会

しょう しゃ せいかつ しえん いただ かた かいじん ほしゅう
障がい者の生活を支援して頂ける方 会員を募集しています！

ひと ひと こころ えがお ひろ きょうせい きょうえん きょうふく
人がつながる 心がつながる 笑顔が広がる・・・共生 共援 共福

■後援会の目的及び事業

ほんかい えぬぴーおーほうじん しょうがいしゃせいかつしえん うんえい い じ およ しょうかつどう しえん もくてき い か かつどう
 本会は「NPO法人 障害者生活支援センターインみたか」の運営、維持及び諸活動の支援を目的として以下の活動
 を行っています。

◇主な事業1、本法人の財政及び活動への支援。

2、前項の目的を達成する為に必要な事業。

※具体的にはヘルパーの資格を得る際の受講料等を支援しています。



■後援会 正会員および準会員資格と年会費

資格：趣旨をご理解頂き、障がいのある方たちが「依頼して生きる生き方」を実現できるよう、一緒に応援して
 くださる方。笑顔で「愛」をカタチにしようという思いのある方。

※会費は、何口でも歓迎です。

正会員とは・・・後援会総会の決議権を有する会員で、正会員会費を納めた方

準会員とは・・・後援会総会の決議権は有しないが、準会員会費を納め、当法人の活動へ協力するものとする

会費：後援会 正会員2,000円 準会員1,500円 (年会費)

■振込先 多摩信用金庫 三鷹駅前支店 普通 0047649 「NPO法人 障害者生活支援センターインみたか
 後援会

会計 名取学

■申込み・お問い合わせ(この通信を郵送で受け取った方は同封のチラシをご参照ください)

〒181-0013 東京都三鷹市下連雀4-15-23 ニューグリーンハイツA102 TEL0422-71-0902



職員退職のお知らせ



インみたか職員 篠崎三男が5月末日をもって退職いたしました。在職中お世話になった方々に
 この場をお借りしてお礼とご報告申し上げます。ありがとうございました。



ぽっぷくのはな唄

消費税が8%に上がって約4ヶ月、みんなは慣れた？ お財布に小銭が増えてかさばる？「税込
 み価格」と「税抜き価格」のラベルがあって複雑？ ぽっぷくんは計算がメンドーです。

もともとお金は「公共物」で、水が海や川・街をめぐって行くように、お金も人やサービスの間
 を流れていくもの。お給料として自分の目の前にあるとつい「自分のもの」って思うけど、本当は
 「いったん借りた物」なんだよね。毎日のお買い物で払っている消費税も、たまたまお金が私
 のお財布をスタートして人やサービスの間を流れて行くんだよね。どれだけのお金が「福祉行き」の
 道に流れるのかな？

「税金」では大まか過ぎてお金の通り道が分かりづらいけど、街中のコンビニに置いてある募金ボ
 ックスなら「OO協会にご協力を！」って書いてあるからずっとお金の通り道が分かりやすいし
 納得してお金を使えるよね。「この大根は有機栽培です」って書くのなら、値札にも「OO行き」っ
 て行き先が書いてあればいいのに。さあ～、今日の仕事が終わったら何を買って帰ろうかな。