



ナビゲーション

じりつ への 道案内
自立への道案内



しゃかいしげんじょうほう ビューティーサロン・ラクにて (向かって左側が店長さんです)
社会資源情報 ビューティーサロン・ラクにて (向かって左側が店長さんです)

もくじ

- 自立への道のり (福永一洋さん) 2
- わたし流自立生活 (川嶋雅恵さん) 6
- 行きつけのお店紹介します (美容室編) .. 10
- 編集後記 12

自立への道のり

第1回

今回は、福永一洋さんにインタビューをお願いしました。昨年の夏のILPよりグループホームでの体験入居を始められ、間近に控えるグループホームへの入居の準備に取り組まれています。体験入居の様子を中心に話をいただきました。

～プロフィール～

名前 福永 一洋
年齢 23歳
障害名 脳性マヒ
所属 障害者活動センター赤おに
趣味 読書、ポッチャ、野球観戦



～「格好ええな」と感じた赤おに（作業所）～

松崎：今日はよろしくお願ひします。いろいろ聞かせてください。

福永：ちょっと緊張しています。よろしくお願ひします。

松崎：卒業してすぐ作業所に来たんですか？

福永：はい、赤おに（作業所）に来ました。

松崎：赤おににしようと思ひる前に他にも候補はありましたか？

福永：3軒ぐらひ行きました。

松崎：赤おににしようと思ひた決め手は何ですか？

福永：赤おにでは重度の障害者でも自分の意見があるし、いろんなことを自分で決めてはった。それは小学校でも中学校でも見たこ

とがなかったから、格好ええなと思ひたんです。養護学校にいた時は、僕も一人暮らしをしてそんな風になりたいなと思ひました。親や先生の言うことばかり聞いてたから、あんまり自分で決めるっていうことがなかったの。すごいなあと思ひて。

松崎：赤おにには週に何回来てますか？

福永：月～金の週5回です。

松崎：作業所ではどんなことをしていますか？

福永：お菓子、ジュース、食品を販売してます。とても楽しいです。なんばや都島の作業所とか、ヘルパー事業所に行つて、福祉とか関係ないところにはあんまり行つてないです。今は1日の売上一万円が目標です。

松崎：今はどれぐらひですか？

ふくなが 福永：だいたい二千元ぐらいです。あと、営業
以外ではブログを書いたり、ポッチャクラ
ブもしています。

まつざき 松崎：赤おにで新しくやってみたいことはあり
ますか？

ふくなが 福永：オタクの人が多からオタクっぽいことが
出来るクラブがあったらいいなと思って
います。

まつざき 松崎：オタクっぽいことってどんなことですか？

ふくなが 福永：日本橋にフィギュアを見に行ったりとか、
メイドカフェに行ったりするイメージで
す。

まつざき 松崎：それは実現したら楽しそうですね。

~ILP (自立生活プログラム) で不良になりたい?~

まつざき 松崎：最近ILP をしてると思うんですけど今まで
に何回ぐらいしてますか？

ふくなが 福永：10回ぐらいしてると思っています。夜中に遊
びに行く企画もありました。

まつざき 松崎：それはどこに行ったんですか？

ふくなが 福永：1回目はUSJに行きました。帰りは長居ユ
ースホステルに泊まりました。それまでヘル
パーと泊まることとかなかって、むちゃ
くちゃ不安やったんですよ。どうなのか
なあとって、今まで親やたらなんでも
言わなくてもやってくれるから楽ちんや
ったんですけど、ちゃんと寝れるのかとか、
ちゃんと指示出来るかなとか、そんなこと
ばかり考えてたんです。ヘルパーさんや
たらやってくれへんのんちゃうかな
と思ってたけど、いろいろやってもらえた
し、やってみたら意外と出来るかなと思
いました。ただ、1回目はまだまだ不安はあ
りました。

まつざき 松崎：1回目の宿泊はユースホステルが最初で、
2回目はどこに泊まりましたか？

ふくなが 福永：リオ (グループホーム、自立体験室がある)
です。

まつざき 松崎：夜、出かけたのはどこですか？

ふくなが 福永：新世界に行きました。通天閣に昇って、そ
のまま日本橋と心齋橋に行ってリオへ帰
りました。

まつざき 松崎：夜に心齋橋に行った目的は何ですか？

ふくなが 福永：不良になりたくて。

まつざき 松崎：不良に???

ふくなが 福永：学校の時は悪さとかしなかったから、ちょ

っとぐらい悪い人間になったほうがいい

んかなと思う時期があって、普通は学校

時代に不良になりたいと考えると 思うん

やけど、なってみたいなと思う時期があつ

て。赤おにのみんなには「やめといたほう

がいいんちゃうかなあ」って言われたん

やけど、夜に出かけたことがなかったから、

やってみたいなというものもありました。

まつざき 松崎：何か悪いことしたのかな？心齋橋では何を

しましたか？

ふくなが 福永：道に立ってるホストでも見に行こうってな

ったけど、結局誰もいなかった。

まつざき 松崎：で、そのまま何もせずに？

ふくなが 福永：なんばパークスでトンテキを食べました。



がいしゆつさき しゆっぱつ
リオから外出先に出発

おいしかった。ヘルパーと出かけたこともあんまりなかったから、それだけでも不良になれたような感じがしました。お父さんは「無理やろ」っていうけど、やっぱり出て行きたいじゃないですか。家がお店やってるから、夜に帰ってきたら他のお客さんの邪魔になるから夜は出かけにくかったけど、企画やったら出してもらいやすいかなと思った。赤おにの人が言うんやったら大丈夫やろうっていう風に親も言うてたから。お酒も飲んだことなかった。その時から飲み始めるようになりました。ユースホステルで初めてチューハイを飲みました。

まつぎき ふうりょう えんちよう
松崎：不良になりたいの延長ですか？

ふくなが
福永：ノリです（笑）

まつぎき よる がいしゅつ
松崎：夜にヘルパーさんと外出することとか、
おや いっしょ と すこ
親と一緒に泊まることに、少しずつ慣れてきてるって感じですね。実際ILPをする前と後ではどうですか？

ふくなが がいしゅつ こわ
福永：ヘルパーさんと外出するのも怖かったけど、
らく い そと で
だいぶ楽に言えるようになったし、外に出ることが出来てから自信がつけました。
いえ なが
ILP をやってなかったら、家にいるのが長くなってたやろなと思います。リオに泊まるとか考えられなかったです。前にはお母さんも家から出るなんて「出来へん」って言ってたけど、今はむしろ「はよ出ていけ」って言うてるくらいです。なんやねん、えらい違いやなと思う。でも良かったなと思います。

まつぎき かあ ふくなが じしん
松崎：お母さんも福永くん自信がついてきたことを感じて、福永くんやったら出来ると思
かん ふくなが で き おも
ってはるんでしょね。

ふくなが
福永：そうですね。



かたな はくぶつかん
刀の博物館にて

にゆうきよじゆんぴ ～グループホームへの入居準備～

まつぎき と
松崎：これからも泊まりのILPはあるんですか？

ふくなが はい じゆんぴ
福永：もうないです。もうそろそろ入る準備を
かな
なアカンかなって感じです。

まつぎき す ほか
松崎：リオ（グループホーム）に住んでる他の
しょうがいしゃ ひ とり ぐ しょうがいしゃ
障害者とか、一人暮らししてる障害者に
なに き
何か聞きたいことはありますか？

ふくなが じゆんぴ かんが とちゆう
福永：準備するものを考えてる途中で、どんな
へ や おも
部屋にしようかと思ってるんですけど、ま
あたま なか せいり か ぐ
だ頭の中が整理できてなくて、家具とかど
んなんかいいんかなあとか。買っておいた
ほうがいいものとか。

まつぎき つか か
松崎：すぐに使うものは買っておいたほうが
いい
ですね。

ふくなが ほか そうじ だ わす
福永：他には、トイレの掃除や、ゴミ出し忘れた
き たな しんばい ようび
りすると汚いから心配です。ちゃんと曜日
き
決めてやったほうがいいんかなあとか。
しょうみきげん き た
賞味期限が切れたもの食べへんかなあと
つか かた しじ しかた
か。ヘルパーさんの使い方とか指示の仕方
ふう い かんが
とか、いつもどんな風に言ったらいいか考
えてしまうので。誰に聞いても「考えるよ」
い
ってみんな言いはるから、そんなもんなん
かん と き
かなと感じる時もあるんですけど。

まつぎき せいかつ はじ
松崎：リオで生活を始めたならやってみたいことは
ありますか？

ふくなが ところ で
福永: いっぱいいろんな所に出かけてみたいです。
いえ ぼく
家におっても僕なんかパソコンとかやっ
てるだけやから、それより外に出ているなど
こ行ったり見たりしたほうが楽しいと思う
ので、リオに入ったらどんどん出て行きたい
なと思います。森園くんや中村くん(赤おに
の仲間)を見ててそう思いました。家にいる
のも好きなんですけどね。マンガとか読むの
も好きです。

まつぎき よてい
松崎: これからの ILP はどんなことする予定で
すか?

ふくなが せいかつ ほ ご う しんせい しかた
福永: 生活保護を受けるんやったら申請の仕方と
かヘルパー制度の事とか。入居の手続きと
か家具買いに行ったりとか。まだ全然やっ
てないからわからないんですけど、これか
らどうなるんやろなあ。やることリストを
見たら20個ぐらいあって。

まつぎき せいり
松崎: リストがあるというのは整理できてるわけ
やから、出来たのから消していけばいいと
思いますよ。

ふくなが げんじつ み かん
福永: 現実が見えてきた感じがします。

まつぎき がんば す
松崎: あんまり頑張り過ぎたらしんどいので、
きゆうけい じぶん すす
休憩もしつつ自分のペースで進めていっ
たら大丈夫だと思えますよ。



ちゆうしよく
モスバーガーでの屋食

たの ~楽しみいろいろ~

まつぎき
松崎: ボッチャをしてるそうですね?

ふくなが ながい はい
福永: 長居のボッチャのチームに入ってます。

まつぎき ひんど い
松崎: どれぐらいの頻度で行ってるんですか?

ふくなが まいしゅうか ようび ひるま あか ほか かえ
福永: 毎週火曜日の昼間です。赤おにを早く帰っ
て。高校の3年生から続けています。

まつぎき れんしゅうつ う ま
松崎: ボッチャって練習積んでいいたら上手くな
っていくもんなんですか? なんとなく運
の要素が強いんじゃないかなあって思
うんですけど。

ふくなが すこ
福永: 少しづつうまくなっていくもんです。フォ
ームとかもちやんとありますし。

まつぎき たいかい で
松崎: 大会に出たりもしますか?

ふくなが い かんさい
福永: 2位になったことがあります。関西で36
チーム中の2位です。

まつぎき
松崎: それはすごいですね。

ふくなが おな べきん だいひょう ひと
福永: 同じチーム到北京オリンピックの代表の人
がおったからかな。これからもっと練習し
ていきたいです。

まつぎき くるま ひと
松崎: 車イスの人ばかりですか?

ふくなが のうせい けいぞん ひと
福永: そうです。ボッチャは脳性マヒや頸損の人
が多いです。

まつぎき ほか
松崎: 他にしてみたいゲームやスポーツとかあり
ますか?

ふくなが やきゅう
福永: 野球ですかね。

まつぎき こうしえん い
松崎: 甲子園に行ったりしてますか?

ふくなが あか かよ こうしえん い
福永: 赤おにに通うようになって甲子園に行くよ
うになりました。最初に行った時の印象は
うるさかったです。人いっぱいおるから。
くるま せき けっこう み
車イス席でも結構見えます。テレビで見て
たら、選手が間近で見れないから行かなア
カンなどと思って行くようになりました。

まつぎき たの にゅうきよ
松崎: いろいろ楽しんでるんですね。リオに入居
したらもっと自由に外出できるでしょ
うね。今日はありがとうございました。

わたし流自立生活

だい かい
第1回

今号より新しく始まりましたこのコーナーは、一人暮らしをしている自立障害者にスポットを当て、自立までの経緯、動機、不安だったこと、困ったこと、自立生活で工夫していること、今の楽しみ、将来の夢などについて語ってもらいます。いま、自立に向けて取り組まれている皆さんには、ぜひ、参考にさせていただければと思います。

～プロフィール～

名前 川嶋 雅恵
障害名 脳性マヒ
所属 自立生活センターナビ 代表
大阪青い芝の会 会長



～自立に向けての取り組み～

松崎：よろしくお願ひします。

川嶋：お願ひします。

松崎：最初に学校を卒業されてからのことからお聞

きしてよろしいでしょうか？

川嶋：高校卒業したら親元から離れて独立したいという思いがあった。なんでか言うたら高校2年生か3年生の時に母親が手術せなアカンようになって、入院しないといけなくなった。とたんに困るのが着替え、お風呂、トイレが困るから汗だくで必死になってやっていた。考えたら将来的にこうなる可能性大やなと思って親から離れてなんとかしたいとボヤッと思っていた。それで、福祉センターというのが養護学校のすぐ近くにあって、そこに入所希望出したんやけど、重度過ぎてADL出来へんから入れなかった。空きがないとか言われて。それで何もすることがなくなったから近所の編み物教室に行った。その頃は会う人っていうたら家族と教室の先生だけやった。すごくギャップが大きかった。なんで私はこんなやろうと、すごく悩んだ。私はなんのために生きてんの？と思って。ひきこもり生活みたいなもんやんか、ずっと家にお

って将来的に展望があるわけでもないし。他の人との接触もないし。親は「弟に面倒見てもらったらええやん」と言うし。それに弟が面倒見るんじゃなくて弟の嫁さんが面倒見ることになるやろうし。同級生にもそういう人がおったから「気い使うしなあ」という話もするやん。ほんまに悩んだ。学校では一応勉強できたほうやから、他の人は大学に行ったりしてそんなこと聞いたり、見てたらみんなイキイキしてる。私はなんやねんみたいになって。自殺も考えた。

松崎：めちゃくちゃ悩んではりますね。すごく意外

ですね。そこからどう変わっていきはったんですか？

川嶋：何もなかったし障壁いっぱいやったし、切り開いていかなうちの人生生きていかれへんしと思って。ウィールチェアー（以下WC）のリーダーやらせてもらって1、2年ぐらい通ってた。それ終わってから一人暮らししたくなった。WCを辞めて次のところに関わってたクリエイティブという東淀川とかを中心とした障害者サークルがあって、そこに関わってた。

その頃に「一人暮らししたいねん」っていう話をして、ボランティアサークルの学生と一緒に家探しとかやった。家探しやる前に自分でいろいろ体験入居的なことを友達の家で1週間ぐらいしてた。介護者を一所懸命調整してボランティアやからすぐ辞めてしまう。また、次探さなアカンやん。1週間ぐらいやって面白くなって。自立したい、一人暮らししたいって言うたけど親にも反対された。介護もその頃なかったから。介護どうすんねんっていう話とか色々言われて生活保護受けなアカンって言われててんけど、生活保護受ける為には親が「もう面倒みません。」という書類書かなアカンやんか。親に「書けへん」って言われて、どうしようもないから自立を断念した。

次になんか他の手立てがないかと思つて。一人暮らしを画策する前に、クリエイティブ行ってた時に山口県に行ってんねん。そこで合宿みたいな体験入居をして考えたのが、うち単純やから「これは介護べったり付けるのは無理やなと」だからなるべく自分で出来るところを増やそうと。なんかそういう訓練の場がないかなあと思つて探した。障害者の友達に相談したら山口に飛んでいった。

松崎：それはリハビリ施設みたいなどころですか？

川嶋：グループホームみたいなどころ。介護なしのグループホーム。自分でなんでもせなアカンところ。1週間に1回だけ社協の人が来てた。

松崎：かなりハードですよ。でもそこに行きたいと思つていきなり行くってすごいことですよ。

川嶋：なんでやろね。親は反対したけどそこに1年間おつた。それで帰ってきて一人暮らししようと思つたけど、また親に反対されて断念した。

川嶋：それから中部障害者解放センター（以下中部）と関わり出した。重度の障害者でも自立出来る手立てはないかということで探し出したのがグループホームやった。当時、横浜でやってるところがあった。グループホームの意義について

とか地域での自立についての意義とか大阪市と話をして研究会開いて、見学会やって、それでグループホーム制度を作った。それとともに「とんとんハウス」が出来た。その第1号の入居者の1人が私。最初4人で始めた。その前からウィークリーマンションとかでILP（自立生活プログラム）的なこともやったりしてた。それで、グループホームで生活するには介護が必要なんやとデータを出して、それを市に持って行って障害者の介護を伸ばさせていった。

さっきも言ったように山口から帰ってきて一人暮らししたいと親に言ったら反対されたやん。学生のボランティアばかりやったし、そりゃ親としたら反対するわな。それで市の労働組合の人達と仲良かったから労働組合の人を呼んできて親に「グループホームはええとこや」と話してくれた。それで、親も騙されて「区役所の人が言うてんねんから確かやろ」みたいな。やっとなんか納得してくれた。

松崎：川嶋さんてその時々でいいアイデアが出ますよね。

川嶋：考えたのは私一人じゃないよ。

松崎：山口県での経験は自信になりましたか？

川嶋：そりゃそう。グループホームでは自分で洗濯機を使えるように埋め込みしたりとか、洗面台低くして座ったままでも出来るようにするとか、そういうアイデアはパクってきた。山口県でのイメージがなかったら出されへんかっと思つたよ。

松崎：最初にとんとんハウスを出たのは誰だったんですか？

川嶋：私が最初。1年後。もともと1年後には出るっ言うてたし、生活上の知識は山口の頃で身につけてるから。北田辺のワンルームマンションをなんとか見つけることができて、一人暮らしを始めました。

松崎：家探しは大変でしたか？

川嶋：大変やった。1階を探すのが大変だった。生活

ほごう やちん ひく ところ
保護受けてたから家賃が低い所じゃないとダメ。あんまり中部から遠かったらアカンから。6 昼間が6万ぐらいやったで。あちこち探したんやけど、居留守使われたり。私が店に入って行ったら「私は留守番です。わかりません。」って言われて。でも、他の電話にはちゃんと対応してる。

まつざき
松崎：あからさまにって感じですよ。その時はどんな気持ちになりましたか？

かわしま
川嶋：そんな差別やんかあって。みんなで怒ってた。

~介護者との関係~

まつざき
松崎：介護者への指示は、最初の頃どんな感じでされてたんですか？

かわしま
川嶋：風邪ひいてしんどいのに指示しなあかんと思ったりとか。初め分からへんかった生活面の知識はあったけど。ご飯一緒に食べていいのかどうかとか。グループホームでは一緒に食べてたけど。一対一やから自分のこと中心にやってくれど、指示はどこまでしたらいいの？とか。癖があつてまとめて言ってしまう。「そんな、いっぺんに言わないでください」って言われて、そりゃ言われたほうも忘れるわな。そんなんとか、あいてひとがボランティア精神旺盛の人がおつて、相手の人急がなべもた。急に鍋持ってきて「これ食べませんか？」ってちょうりもときことわ調理してるのを持ってきた時に断れない。とか。

まつざき
松崎：そのへん微妙ですよ。断るのもなあみたいな。

かわしま
川嶋：今後のことも考えたら断られへんし、でも私はいらんで。みたいな。それとか「急に今日は行けません。この時間なら行けます」とか。

まつざき
松崎：川嶋さんも最初から完璧に出来たわけじゃないんですね。

かわしま
川嶋：完璧には出来へん。今も出来てないよ。完璧に出来るって、たぶんないんちゃうんかなあつておも。ただ、自己主張の仕方は下手やなど自分で思う。指示の出し方とか。

まつざき
松崎：しんどかったらイライラしますもんね。川嶋さんの的にはきつく言ってるつもりはないけど、

あいて つた じぶん
相手にはそう伝わってしまうみたいな。自分もそんなところあると思います。難しいですよ。受け身的になってもダメですし。

かわしま
川嶋：そこは難しいとこやなあ。でも色々楽しいことも多いよ。学生ヘルパーに差別に関する話とか色々するねんけど「今、こんんで腹立ってんねん」とか、入店拒否された話とかすると学生が変わってくる。先生目指してる子なんかは「養護学校やめとく。普通学校行くねん」とか言い出したり。そういうのがあるから学生さんていいなあつて思う。次に繋げられるやんか。

まつざき
松崎：今まで何人ぐらいヘルパーさんが川嶋さんの介護に入ってたんですか？

かわしま
川嶋：だいたい100人以上は、いてるんちゃうんかなあ。ある意味すごいよな。いろんな人と関われるのは身体障害の特権かもしれん。

まつざき
松崎：そんなことって普通はなかなかないですもんね。
かわしま
川嶋：腹の立つこと、楽しいこといっぱいあるし。優しさにも触れられるし。

まつざき
松崎：なんかエピソードとかありますか？

かわしま
川嶋：何年も前の話なんやけど、学生が学校からの帰りしな、私の介護に来る途中に事故に遭って、「来ないなあ」と思ったら、その子の彼女から電話があつて「すごい事故に遭って病院にいてるんです。うわ言で「川嶋さんに電話して。川嶋さんに電話して」って言うので電話したんです。って言って。結局、脳挫傷起こして。連絡が途絶えてたんやけど、ある日、帰ってきたら手編みの紫のマフラーがポストに入ってた。今もそのマフラーを使ってる。誰やろうと思つたら、その子やって。届けてくれた。

それからおんしんふつう ねんまえ
それから音信不通やったんやけど、5、6年前かもっと前かもしれへんけど、仕事で西成区やくしよ い とき かわしま おんな ひと
役所へ行った時に「川嶋さ〜ん」って女の人が来て、誰やろうと思つたら彼女やって。「今、ここでケースワーカーしてるんですよ」って言うてくれて、その時、すごく嬉しかった。なんかずっと引っかかってたから。その後、どうなっ

たかはちょっと分からへんねんけど。
介護者募集するのに、この頃は資格もなにも
いらなかったやんか。だから、駅前でビラとか撒
いてて、その時、介護者として来たのがホステ
スさんやってん。夜はホステスやってて火曜日
は休みやから介護に入ってくれて。面白い子や
った。人の人生のある部分に関われることはい
いよ。

まつざき
松崎：100人の人達と濃密な時間を過ごせることは、
すごいってさっき言ってはりましたけど、ヘル
パーさんにとってもそうですよね。一人の人と
そんなに濃い時間を関わるってそんなにないで
すもんね。

かわしま
川嶋：しんどいけど楽しい。

～これからの若い障害者へ～

まつざき
松崎：川嶋さんから見て、今の若い障害者については
どう思われますか？

かわしま
川嶋：受け身だけになってしまったらあかんと思う。
自分からやりたいんじゃないで、こうしたら？
ああしたら？って言われてやる感じになってる。
今はILP（自立生活プログラム）があってシス
テム化しちゃってるからね。すぐにサービスに
結びついちゃうから育てるっていう感じではな
いし、身につかないやろなって思う。言わなく
てもみんな先回りしてやってくれたりするやん。

まつざき
松崎：やりたいことのために協力者を集めるために
はどうしたらいいと思いますか？

かわしま
川嶋：いっぱい経験していかなアカンと思う。だから
先輩障害者がいるねん。私の若い時、WCの頃
の話しやけど、ある時、先輩の障害者に「天王寺
まで1人で出てこいや」って言われた。でも1人
で出るなんてとんでもない話で、車イスを押
してもらってしか出たことないし「無理やわあ」
とか色々言うててんけど、結局行くことになっ
た。ズルして途中までお母ちゃんに送ってもら
って、後で聞いたらバレててんけどな。実は先輩
障害者の1人がこっそり後ろからずっとつい

ててくれてたらしくて。でも後ろから見てたこ
とを一言も言わないで「よく頑張ったな」って言
われて。

まつざき
松崎：それは嬉しいですね。いい話ですよ。
障害者同士を育てていくみたいなことが、
今は少ないような感じがしますねえ。

かわしま
川嶋：あと、中部に来て一番最初に尾上さんに大阪市の
交渉につれて行ってもらった時に緊張しすぎ
て笑ってしまって、尾上くん「笑うな！怒りを
発揮せなアカンのになんで笑うねん」って言われ
て怒られた。人間緊張しすぎると笑ってしまう
ねんな。怒らなアカンところで笑ってしまった。
私、ウィルチェアの頃は大人しかった。先輩達に
「お前、大きな声出さなみんなに聞こえへんぞ」
って言われて、そこからかなあ声出すように頑張
ったのん。先輩障害者のアドバイスがあった。

まつざき
松崎：そんなのいいですよ。

かわしま
川嶋：ピアカン（ピアカウンセリング）の原点でそこ
なんやけどなあ。支援者っていうよりクラブの
先輩、後輩みたいな。
そこに支援者っていう言葉が入ると、またちょ
っと変わってくる。

まつざき
松崎：たしかに支援者って仲間っぽくはなくなります
ね。先輩後輩だと仲間感がありますよね。

かわしま
川嶋：だから、支援者という言葉は本当は好きじゃな
い。施設の職員と入居者みたいな。自己主張
とはなんぞやとか。いろいろやったけど、やっ
ぱり中部に入るまでは健常者はすごい人やと
思った。健常者は常に私達を守ってくれる
的な。健常者の言うことを聞いてたら、ここは
守られるみたいな。どっかでそんな本能みたい
なのががあったのが、中部に入って初めて変わっ
た。

まつざき
松崎：今日は、僕の知らなかった川嶋さんを知ること
が出来てよかったです。どうもありがとうございます
でした。

かわしま
川嶋：ありがとうございます。

い みせしょうかい 行きつけのお店紹介します

だい かい
第1回

びようしつへん 美容室編

こんかい かわしま ふだんりよう びよういん しゅざい
今回は、ナビの川嶋が普段利用している美容院、「ビューティーサロン・ラーク」取材させていただきました。
いちねんまえ いてん あたら せいけつかん みせ てんちよう びようしれき ねん
た。一年前に移転されたということで、新しく清潔感のあるきれいなお店です。店長さんは美容師歴24年の
うで たし こころよ しゅざい おう
ベテランで腕も確かです。快く取材に応じていただきました。

ちょうさび
調査日 : 2012年9月25日(火)
ちょうさしゃ
調査者 : 電動車いす使用者1名 手動車いす使用者2名
ちょうさばしよ
調査場所 : ビューティーサロン・ラーク
じゆうしよ
住所 : 〒546-0011大阪市東住吉区針中野3丁目11-18
でんわばんごう
電話番号 : 06-7651-3691
ていきゅうび
定休日 : 毎週月曜日、第3火曜日
えいぎようじかん
営業時間 : 9:00~6:00
もよえき
最寄り駅 : 近鉄南大阪線針中野駅



ま なか てんちよう かあ
真ん中が店長さんとお母さんです

●初めて障害者のお客さんが来られた時に、戸惑いなどは感じられましたか？

しょうがい も きやく とく とまど
障害を持たれたお客さんにも特に戸惑いはありませんでした。この店は2件目なのですが、移転する前の
みせ けんめ いてん まえ
店もバリアフリーにしている、車いすのお客さんにもご利用いただいていた。引き続き、車いすで
みせ くるま きやく りよう ひ つづ くるま
も利用しやすいように、新しい店を建てる時に入口をスロープ状にしました。今は数名の方が来てくださ
りよう あたら みせ た とく いりぐち じよう いま すうめい かた き
っています。遠くから来てくださる知的障害の中学生の方もおられます。

●障害者のお客さんが来られるようになって、気付いたことや意識に変化はありましたか？

しょうがいしゃ きやく こ きづ いしき へんか
健全者も障害者も関係なく、共に暮らしていくというのは大事なことだと思います。女性はいくつにな
けんじようしゃ しょうがいしゃ かんけい とく く だいじ おも じよせい
っても女性らしくおしゃれをしていたいという思いがあります。それは障害を持っておられても同じこ
じよせい おも しょうがい も おな
とですね。



む ひだり てんちよう まつざき やました
向かって左から店長さん、ナビの松崎と山下です

●**段差解消の他にも、店内で工夫されていることなどはありますか？**

くるまのかがみまえいすかんたんいどう
車いすに乗られたままでもカットできるように、鏡の前の椅子が簡単に移動できるようになっています。
だいちょうびたかじょうげうご
シャンプー台も、ちょうど首の高さにあわせられるように上下に動くようになっています。



いどうかのういすおおかがみ
移動可能な椅子と大きな鏡



じょうげかどうだい
上下に可動するシャンプー台

●**外出が困難な方向けの出張サービスはされていますか？また、出張している美容室はありますか？**

がいにしゅつこんなんかたむしゅつちやう
うちでは今のところ出張はしていませんが、これからは考えていかないといけないと思っています。私
じしんこじんてきいずみさのしんりやうないか
自身の個人的なつながりで、ボランティアで泉佐野の心療内科のほうに行くことはあります。現状では、
びやうしゅつくみあいじゅうやうし
美容室組合でもあまり重要視されておらず、どちらかという出張は、専門でやっているところがある
かん
ような感じですか。

●**音楽活動もされているそうですね？**

く
バンドを組んでいます。メンバーは4人で、ドラムを担当しています。しょうがいしゃこうれいしゃかたちじぶん
障害者や高齢者の方達にも、自分た
ちの演奏を聴いていただきたいと思っていますが、なかなか機会がなくて実現していません。喫茶店での
ライブはしています。

●**川嶋からの一言**

くるま
車いすのままカットできるように、鏡の前の椅子を移動していただいたり、せんぱつときくるまのりか
えを手伝ってもらったりと、いつも助かっています。これからも末永くお願いしたいと思っています。

こんかいしゅざい
今回、取材させて頂きましたラークさんは、しょうがいしゃりかいはいりよ
障害者への理解や配慮がされておりとても親切な美容院です。
みせふおもため
このようなお店がもっと増えたらいいなと思います。その為には、しょうがいしゃじしんしゃかい
障害者自身が社会に出て色んな人達と繋
がることが大事だと感じました。

おとず
みなさんもぜひ訪れてみてください♪

へんしゅうこうき 編集後記

こんごう すべ きじ はっこうび よてい すこ おく
今号は全てインタビュー記事となり、発行日が予定より少し遅れてしまいました。インタビューの内容を文章にする際には、どうしても省略したり意識したりすることになるのですが、ご本人が意図した内容を変えずに編集できているだろうかと思し訳なく思うこともあります。今回ご協力いただきました皆さん、お忙しいところ本当にありがとうございました。

《まつぎき》

みなさん こんにちは。あつ なつ お あさばん すず たいちようくず
みなさん こんにちは。暑い夏が終わり、朝晩すっかり涼しくなりましたが、体調崩していませんか？ わたし ねん まえ たつきゅう さいきん
私は1年ぐらい前まで卓球をやっていたんですが、最近、またやりたくなってきました。らいねん ほんかくてき い しゅみていど くしょう さいかい たくら
来年から本格的に(と言っても趣味程度(苦笑))再開しようかなと企んでいますが…。いつになることやら。今年もあと少しで終わりです。1年過ぎるのが年々早く感じるようになりました。1日1日大切にしよう！

《やました》

△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽-△-▽

じりつせいかつ
自立生活センター・ナビとは…

- ☆ わたし かんが じりつ
私たちの考える「自立」は…
はたら かね かせ こと せ まわ ぜんぶじぶん でき こと こと じりつ
働いてお金を稼ぐ事や身の回りのことを全部自分で出来るようになる事、それだけが「自立」
でしようか？ もちろんそれもたいせつ こと ひと て か 持ち うちま
大切なことですが、できない事は人の手を借りたり、気持ちを上手
く伝えられないときには仲間にサポートしてもらったりしながら、一人一人の生活を創っていく
ことも「自立」にいろいろ ほうほう てつだ かんが
「自立」に色々な方法でお手伝いしていきたいと考えています。
- ☆ ちいき しょうがいしゃ じりつ じっげん みちあんない たと かいご
地域で障害者の自立を実現していくための「道案内 (ナビゲーター)」として例えば「介護して
くれる人を探しているんだけど？」「家のなかをもっとつかいやすくしたいけどどうすればいいの？」
そして「自立したいけど自分には無理かな？」
じりつせいかつ しょうがいしゃ かぞく なや そうだん しょうがい も
自立生活センター・ナビでは、こうした障害者や家族の悩みや相談について、障害を持つピアカ
ウンセラーがおなじしょうがいしゃ たちば はなし うかが せいど せつめい しんせい てつだ じゅうたくかいぞう
ウンセラーが同じ障害者の立場でお話を伺い、制度の説明や申請のお手伝い、住宅改造などの
アドバイスをさせていただきます。その他、電 動 車 い す で 街 へ 出 け け たり 仲間 と 一 緒 に 料 理 を 造
ったり ちいき せいかつ うえ ひつよう たの けいけん じりつせいかつ
地域で生活していく上で必要なことを、楽しみながら経験できる「自立生活プログラム」
や、じりつせいかつ かが かくぶんや かがた まね はなし うかが じりつせいかつ かいさい じょうほうし
自立生活に関わる各分野の方々をお招きしてお話を伺う「自立生活セミナー」の開催、情報誌
「ナビゲーション」の発行も行っています。

はっこう じりつせいかつ
発行 自立生活センター・ナビ でんわ 06 (6760) 2671
じゅうしょ おおさかしひがしすみよしくにいまがわ
住所 〒546-0042 大阪市東住吉区西今川2-3-8 ファックス 06 (6760) 2672