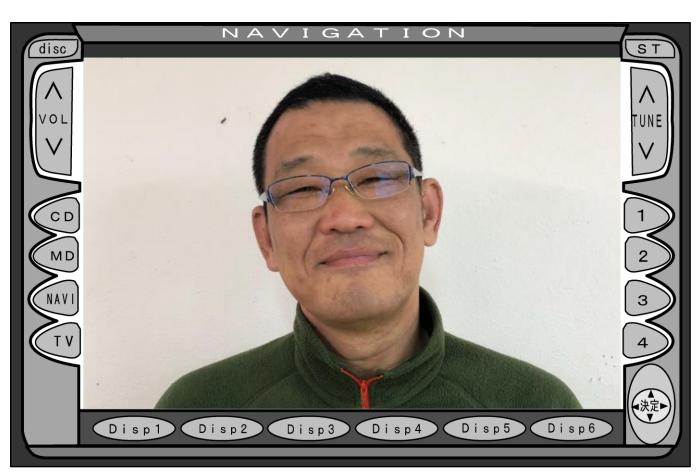
ナンバー

障害者の自立生活情報

No.61



------- 自 立 へ の 道 案 内 ------



こんかい りゅうしょうがいじゅょう ねが きたおか けんじ 今回の「わたし流 障害受容」でインタビューをお願いしました北岡 賢治さんです。

,	りゅうしょうがいじゅようだい かい きたおかけん じ
(●わたし流 障害受容第8回 (北岡賢治さん)
L	ぼうさい かた じりつせいかつ
l	●防災について語ってもらいました!(自立生活センター・いこらーのみなさん)…10
L	わたし い みせしょうかい や
l	● 私 の行きつけのお店紹介 します!(うどん屋きち) 17
L	みせしょうかい りょうり え こ 一
l	●おすすめのお店紹介します! (イタリア料理 ECO) 18
L	へんしゅうこう き
l	●編集後記
•	\

わたし流障害受容

第8回

このコーナーでは毎回、重度の身体障害者にスポットを当てて、障害受容について考えてみよう思います。インタビューでは、自身の障害を受け入れ、自立するまでの過程において、どのような心の動きがあったのか、それは、何らかの影響によるものだったのかなど、自身の経験を自由に語っていただきます。その中から、みなさんそれぞれの障害受容のかたちを、探り出すことができればと考えています。

こんかい おん がつごう しゅざい きょうりょく えぬびーおーほうじんしょうがいしゃじりっせいかつ 今回は、2018年11月号で取材にご協力いただいた、NPO法人障害者自立生活センター・スクラム おおさかしたいしょうく いか きかいけん じ おおさかしがしなりく えぬびーおーほうじんじりっせいかつ (大阪市大正区) (以下:スクラム) の酒井建志さんから、大阪市東成区にあるNPO法人自立生活センター・おおさかひがし (以下:おおさかひがし) の北岡賢治さんを紹介していただきました。北岡さ まります だいがく けいせん にゅうがく いっぱんきぎょう はたら ころ さい とき のうこうそく はっしょう んは、高校・大学をサッカー推薦で入学、一般企業で働いていた頃のこと、41歳の時に脳梗塞を発症され、おおさかひがしとの出会いや障害受容について感じること等をお話いただきました。



~プロフィール~

 な
 まえ
 きたおか
 けんじ

 名
 前:北岡
 賢治

 ねん
 れい
 さい

年 齢:51歳

しょうがいめい のうけっかんしょうがい **障害名:脳血管障害**

しょ ぞく えぬぴーおーほうじん じりっせいかっ

所 属:NPO法人 自立生活センター・おおさかひがし

趣味:スポーツ観戦(サッカーや野球)

しょうがいしゃ で あ ちゅうがく ねんせい

~障害者との出会いは中学2年生~

やました こっぽ きょう 山下、小坪:今日はよろしくお願いいたします。 きたおか ねが

北岡:こちらこそよろしくお願いいたします。

***した はっこう きかんし 山下:ナビで発行している機関誌ナビゲーション しょうがいじゅよう と ぁ

であい しょうかい でりっ でりっ 酒井さんにご紹介していただいた、自立

生にかっ 生活センター・おおさかひがしの北岡賢治 さんにお話を伺いたいと思います。まず、 また 生い立ちを教えてもらっていいですか?お 生まれは、どちらですか?

*たおか う いくのく いま いくのく れ岡:産まれたのは、生野区です。今も生野区から三輪車で通っています。おおさかひがしまでは10分ぐらいです。高校までは大阪

で育ちました。大学は福岡県の大学にサッカー推薦で行きました。

小坪: サッカーをやられてたんですか。ちなみに ポジションはどこですか?

北岡:その時は、フォワードでした。

小坪:点取り屋ですね。

やました

山下:ワード???

小坪: ワードじゃないよ。フォワード! (FW)。 ワードは文章打つソフト(笑)ところで はじ 初めての障害者と関わったのはいつです か?

北岡: 初めて関わったのが中学生の時なんです。
とき しょうがいしゃ はじ せっ その時に障害者に初めて接したんです。
ちゅうがく ねんせい とき 中学2年生の時やったかな。2人の女の子がいて2人とも知的障害があったんです。
こたち えんぞくい とき その子達が遠足行く時に、まぁ僕も悪さばっかりしてたんでね。

ゃました 山下: そうなんですね。

やました 山下:サッカー推薦ってすごいですよね。 北岡:全然すごくないですよ。先生から高校の 監督いてるじゃないですか。監督が来て 「来てください。」と言われて。僕は生野区 の高校に行こうと思ってたんですよ。バイ トして普通の学生をエンジョイしたいな と思ってて、でも、おふくろがそういう話 がきたもんやから、有頂天になってしまっ て。おふくろに「行け。」言われて。でも お金もかかるしね。僕はバイトしたいねん。 がくせいじだい 学生時代をエンジョイしたいねん。という はなし いくのく こうこう 話で生野区の高校に行く予定やったんで すけど、急遽そういうことになってしま って。 逆 に僕はサッカーしたかったから 高校に行ったんではなくて、家族会議を開 ほう しょうらい いて「将来そうした方がえんちゃうか。 お母ちゃんの言う事聞いとけ。」と。何か騙 されたような気がしましたが。仕方なく行 こうこう かんとく ったら高校の監督が「名前だけ書いたらえ えから。書けるか漢字で。」と言われて もんだい かいとうようし 「失礼な!」問題と解答用紙はちゃんとあ りますけど、あと何も書かなくてええから なまえ と頼むから名前だけは書いてくれと。



高校3年生 サッカーの練習

小坪:試合中にケガとかなかったんですか?

北岡: 高校の時にケガありましたね。腰の骨を あっぱくこっせつ せいちょうか て い

圧迫骨折しました。成 長過程やったんで

筋力付けたりとかあるじゃないですか。 きんりょく ほね きんりょく

筋力と骨が一致しなくて筋力ばっかり ほね せいちょうかてい あいだ ほね が付いていって骨の成長過程の間に骨 が付かなかったらしいです。そこが圧迫骨 折してしまって、今でもヘルニアになって だいがく きゅうしゅう だいがく しんがく ます。大学は九州の大学に進学しました。

すいせん 小坪:なかなか周りにスポーツ推薦で進学したっ はなし き しんせん ていうお話を聞かないので新鮮ですね。

きたおか だいがくい とき しょうらいてき

北岡:大学行った時に将来的にサッカーをした いなと思いました。当時は J リーグなんて なかったので最高峰では日本リーグに最初 の頃は出ました。でも、だんだんやっぱり きゅうりょうやす ら給料安いんですよ。

きゅうりょう

小坪:お給料はいくら位ですか?

きたおか

か げ つなんまんえん 北岡:1ヶ月何万円なんです。当時のチームだっ にっさんじどうしゃ よみうり たら日産自動車とか読売クラブとかあるじ たと にっさんじどうしゃ しゅうしょく やないですか。例えば、日産自動車に就職 したら、午前中だけ仕事に行って午後から 練習。練習は手当てが付かないんですけ ど、試合になったら 1試合5,000円の手当て が付くんです。勝っていくごとに少しずつ まんえん 上がっていくんです。手取りで 18万円。 だいがくしょにんきゅ 当時で言うたら普通ですよね。大学初任給 かんが はたら で、そう 考 えたら 働 いた方がええんちゃ だいがくそつぎょう はたら うかと大学卒業したら働こうと思ってた きゅうしゅう ひとりぐ んです。九州で一人暮らししてて4年で辞 ははおや い めることを母親に言うたら「大学は高校と 違って単位を取らなあかん」と。僕は夜間に たんいすう たってました。1部の単位数が 140単位が ひつよう ぶ たんいすう 必要で 2部の単位数が 120単位取らないと

いけなかった。僕4年終わった時、4単位し

か取れてなかった。体育講義だけ。でも人間 やれば出来るんですね。2年で120単位取っ たんです。

山下: すごいですね。大学を卒業してからはど うされたんですか?

> えいきょう ひと

~たくさんの人に影響をうけました~

北岡:大学6年行って 24歳で卒業して、レンタ がいしゃ しゅうしょく カー会社に就職しました。29歳の時、 まえ ほんしゃ そうむぶちょう 店長になる前に本社から総務部長が来て めんだん ねが くれて、面談をお願いしたんです。

やました 11/21.

山下: どんなお話をしたんですか?

せんぱい 北岡:働かない先輩がいて先輩が営業に行けば いいのに「どうしようかなぁ。」と言って けっきょく てんちょう なかなか行かなくて結局、店長が行きま ぼく せんぱい した。そこで僕は先輩にキレてしまったん

- つぼ ナ1 小坪:確かにどうしようかと悩んでいるならその 間に行けばいいのにな。

北岡:そう思うでしょ!凄く、イライラしたので わが 部長に面談をお願いしたんです。「仕事の 出来ない先輩や後輩は、どうしたらいいん ひと ですか?出来ない人に教えることは出来 ると僕は思ってるんです。でも仕事をしな い人にどう伝えたらいいのかわかりませ ぶちょう おこ ん。」と部長に言ったら「怒る気持ちは分か る。でも、ここは会社。学校のクラブ活動 ではないですよ。ここから 65歳まで務め るんやったら務める。他でやるんやったら Eth してやる。みんな、社会人です。教えても おし ダメな人にも教えないとダメです。先輩に そうだん も同 僚にも相談ベースの物事を進めてい せんぱい かなアカンねんで。先輩であっても「こう ですよね。」と言わないと「こうちゃうん か。」と言ったらダメです。教えるってい う気持ちを大事にしなアカン。人間は犬や なこのない。いろんな表情もある。」と言われて、そうか!と思わされました。

世下: 今は、おおさかひがしの当事者スタッフを されているんですか?

「か」 小坪: その時のピアカン講座のリーダーは誰だっ たんですか?

*たおか くまもと 北岡:熊本ヒューマンネットワークの山下さんだ ったんです。泣かされたんですよ。

こっぽぽく tiかし ちょうき 小坪:僕も昔、長期のピアカン講座を受けた時の やました リーダーが山下さんだったんですよ。

#かたい 絶対にセッションしてもらおうと思って 最後に 10分ぐらいセッションしてもらい ました。こんなピア・カウンセラーになれ たらなと思いました。感動しました。 にはうがいしゃともかき合うきっかけを作ってくれ たのも姜さんであったり酒井さんでした。 もちろん、筒井さん(おおさかひがしの 代表)も尊敬しています。本当に、たくさんの人に影響を受けました。

~突然、障害者に~

中ました のうこうそく
山下: 脳梗塞になられたのは、何歳の時ですか?
またおか とき はっしょう
北岡: 41歳の時に発症しました。その時は西成区
のマンションに住んでたんですけど、ちょうどクリスマスの日で、タバコを消してあくびをした瞬間に、頭の中で血管が切れる音がプチンと鳴ったんです。

*** は 山下:聞こえるもんなんですか?

北岡:周りには聞こえないと思うんですが、自分 き ばんかん ほう たお たお には聞こえて、玄関の方へ倒れて、倒れな がら玄関のドアを開けました。しばらくし となり はっけん 2 つ隣のおっちゃんに発見してもら 14.7 きゅうきゅうしゃ って、救急車で運んでもらって、すぐ、
ぉぉぉゕしちゅうぉぅく びょういん にゅういん おおさかしちゅうおうく びょういん にゅういん 大阪市中央区の病院に入院しました。 じぶん なまえ なまえ わ 自分の名前、おふくろの名前も分かってま ことば で したが、言葉が出なかったんです。不思議 な感じで全然喋れませんでした。

^{やました ね} 山下:寝たきりやったんですか?

しましたが「こんなんリハビリなんですか?」とリハビリの先生に聞いたら「良くない。」って言われました。

北岡: 短時間のリハビリだけではダメやと思って、
のう そっちゅう せんもん おおさかふ みのおし びょういん
脳 卒中 専門の大阪府 箕面市の病院に
またいん
転院したんです。

**たおか おおきかしない びょういん のうそっちゅう ひと こえ 北岡:大阪市内の病院で脳卒中の人に声をかけ てもらったんです。その時に、フォーエバ ーのことを教えてもらいました。



脳梗塞発症から半年後の北岡さん

こっぽ けんがく い とき いんしょう 小坪:フォーエバーに見学に行った時の印象は

どうでしたか?

~「障害者のアマチュア」と言われて~

小坪:筒井さんからスタッフにならないかと声を かけられたんですか?

北岡:家に電話がかかってきたんです。すぐに、おおさかひがしに行ったら、筒井さんと神田さんがいて怒られるんかと思ってたら、スタッフが辞めるから「計画相談員が足らないからどうですか?」と言われて。

小坪: 当時は計画相談と言われてどんなことをするかイメージ出来ましたか?

**だおか なん 北岡:何のことなのかわからなくて。「簡単に言う とおおさかひがしのスタッフになりません か?という事ですよ。」と言われました。

ゃました 山下:そう言われてどうでしたか??

^{またおか} 北岡:そういうもんですよね!!

山下:認められて選ばれたわけですからね。

北岡:何もわからない状態の人ですよ。でも筒井 ないしょ だれ しろうと だれ なに さんに最初は「誰でも素人です」。誰でも何

も分からないところから始まるから 大丈夫です。」と言ってもらえました。 Lujue とうじ じりっせいかっ なに 正直、当時は自立生活センターが何なの かわからないけど、嬉しかったです。 思わず「給料なんぼですか?」って聞い てしまいました (笑)

小坪:働いたお金だけで生活できるのか気にな りますよね。

きたおか はは かね

北岡:母にお金を入れてあげたかったので。

山下:結果はどうでしたか?

きゅうりょう きたおか しゃいん 北岡: 社員なのである程度のお給料 をお渡しし

ます。」と言われてました。「ぜひ!」やら せて下さいと頭こすりつけてお願いしま した。

しんじんしょくいん けんしゅうき か 小坪:ちゅうぶでは、新人職員は研修期間は

さまざま ぶしょ しゅうかんてい どけんしゅう

様々な部署で2週間程度研修をします。

北岡さんがスタッフになった時はどんな

研修がありましたか??

きたおか けいかくそうだん ほうもん

北岡:計画相談のモニタリング訪問に同行するこ とが多かったです。

こつぼ けいかくそうだん かか

小坪:計画相談から関わっていかれたようですが じりつせいかつ じたい かつどう 自立生活センター自体の活動を深く知るた

めにどんなことをしましたか? きたおか しょうだいれん べんきょうかい いろいろ ばしょ 北岡:障大連の勉強会とか色々な場所に顔を出 きたおかけんじ う しました。北岡賢治を売る。いろんな意味で じりつせいかつ なに 「自立生活センターって何?」、「ピア・カ なに ウンセリングって何?」、「自立生活プログ ラムって何?」そこから、見るもの聞くも のやること、初めてだったのでわからなか ったんです。

 けんしゅうかい かいぎ で

 山下:いろんな研修会や会議に出たり、いろん

 ひと あ はなし な人に会って話するのは大事ですよね。

おも 北岡:ほんまにそうやと思います。でも、おおさ はたら はじ かひがしで働き始めた頃は、筒井さんに

「障害者のアマチュアやな。」と言われて ほんまにそうやなと。

山下:どういう意味ですか?

きたおか 北岡:アマチュアと言われたのは障害者と思っ てなかったやろと。事実そうやったんです。

筒井さんに見抜かれてたんでしょうね。

小坪: 今はどうですか??

***** いま しょうがいしゃ おも 北岡:今は、障害者やと思っています。周りに きたおか いま しょうがいしゃ

そんざい い ぎ みと も、存在意義を認めない人もいるじゃない むかし むかし みらい ですか。でも昔は昔。未来のことは心配 しても仕方ない。今、置かれていること考 しょうがいしゃ けんじょうしゃ しょうがいしゃ えたら障害者やん。健常者も障害者もあ おも んまり変わらないと思うんですけどね。今 かんが

あることを考えよう。と。 やました ぼく にぶんせきついしょう しょうがい にぶんせきつい 山下:僕は、二分脊椎症という障害で二分脊椎 協会というのがあるんですけど、そういっ た、同じ障害の人達が集まる会というのは あるんですか?

きたおか のうそっちゅう カルト 北岡:脳卒中の会に参加しています。でも障害 を認めてる人は少ないですね。認めてるん じぶん けんじょうしゃ やけど、どっか自分は健常者としか見てな ひと おお い人が多いです。



お店のバリアフリーチェックもしています。

こっぽ ちゅうとしょうがい かた ぱぁい じぶん でき 小坪:中途障害の方の場合、自分で出来ていたでき ことが出来なくなった状況を受け入れ まお ひと じかん るのに多くの人が時間かかりますもんね。

*たおか ぼく しょうがいじゅよう なや 北岡:僕は、障害受容で悩むことはなかったで す。

世下: おおさかひがしに関わる方が先ですか? それともピア・カウンセリング講座に参加 したのが先なんですか?

こつぼ あらた き けいかくそうだんいがい きたおか 小坪: 改 めてお聞きします。計画相談以外の北岡 やくわり おし さんの役割を教えてください。

*たおか けいかくそうだん 北岡:計画相談とフォーエバーのみんなと自立 生活プログラムをしたりしてます。ピアカ 上ょうがいとうじしゃ っっい ンはやってないです。障害当事者は筒井 さんと僕だけです。

「ハ坪:生活のことで筒井さんに色々アドバイスしてもらったりするんですか?

かはありますけど。

**Lt ほか しょうがいしゃ った はし 山下:他の障害者に伝えたいことを教えてくだ さい。

^{かた えいきょう う} いま かんが かた 小坪:たくさんの方の影響を受けて今の考え方 にたどり着いたんですね。

北岡:そうですね。

きたおか

**した 山下:おおさかひがしも障害者差別解消法の **うだんまどぐち 相談窓口になっているので事業者と対話 することもあると思いますが、その時に心 がけていることとかありますか?

**Lt. さいこ Losh 山下:最後の質問です。これから挑戦したいことはありますか?

たいです。

小坪:行ってみたい国はあるんですか?

北岡:ヨーロッパに行きたいけど治安が悪いから ふくしせいど スウェーデンとか福祉制度が整っている と言われている国に行ってみたいですね。

サッカーも強いし歴史も知りたいです。

***・
山下:おおさかひがしで挑戦したいことはあり

北岡:だいぶ仕事に慣れてきたので、おおさかひ じりつせいかつ

がしの自立生活プログラムやピアカンを

発展させていきたいなと思います。

れたような気がします。今日は、長時間あ

りがとうございました。

北岡:こちらこそ、ありがとうございました。



障害者のことを知ってもらう為に 小学校へ講演にも行っています。

ぼうさい 語ってもらいました!

えぬぴーおーほうじん これまでのナビゲーションでは、NPO法人ちゅうぶ (以下:ちゅうぶ) で取り組んでいる防災プロジ ェクト(以下:プロジェクト)について、プロジェクトが立ち上がるきっかけやこれまでの企画の様子、 こんご かだいなど じ むきょくちょう いしだよしのり き 今後の課題等をちゅうぶの事務局 長 石田義典さんにお聞きしました。また、プロジェクトメンバー こんご かだいなど ぼうさいたいさく さだんかい おおさかふきしゃだし かっとう えぬびーおーほうじんじりっせいかっと防災対策について座談会もしました。今回は、大阪府岸和田市で活動しているNPO法人自立生活セ 去年発生した台風21号の時の様子などをお話していただきました。

~プロフィール~

(NPO法人 自立生活センター・いこらー 当事者スタッフ) 名前:東谷 太さん さぎょうしょ

ぐっすら作業所 藤井 美法さん(生活介護事業所 当事者メンバー)

さぎょうしょ とうじしゃ ぐっすら作業所 当事者メンバー) 川﨑 優樹さん(生活介護事業所

かんりしゃ 大薗 拓郎さん(生活介護事業所 ぐっすら作業所

~食料や発電機を準備しています~

山下: 今日は、よろしくお願いいたします。 防災 しゅざい について取材させていただきたいと思い

いこら一のみなさん:よろしくお願いします。

山下:まずは、自己紹介からお願いいたします。

さぎょうしょ かんりしゃ 大薗: ぐっすら作業所の管理者をやっています。

大薗と申します。防災には詳しくないで さいがい とき ひさいち すが、災害の時に被災地に行ったりして ねが

います。よろしくお願いいたします。

さぎょうしょ 藤井:藤井です。ぐっすら作業所に通っていま

ひがしたに ひがしたに

東谷:東谷です。いこらーで働いています。

よろしくお願いいたします。

川﨑:ぐっすら作業所に通っています。川﨑で

す。よろしくお願いいたします。

山下:ありがとうございます。さっそくですが、 はっこう ナビが発行しているナビゲーションでは、 これまで防災について、ちゅうぶの しょうがいしゃ さいがい そか じゅんび 障害者に災害に備えて準備しているこ と、工夫していることを話してもらった り、ちゅうぶ防災プロジェクトのメンバ 一に話を聞いたりしました。また、自立 せいかつむちゅう うちだ 生活夢宙 センターの内田さんやゆめ風 ききん まきぐち はなし うかが 基金の牧口さんにもお話 をお伺いしま こんかい した。そこで、今回は、いこら一の方々に はなし うかが 防災についてお話をお伺いしたいと思 います。よろしくお願いいたします。ま ず、みなさんが、自宅で防災に対して準備 していることや工夫していることを教え てください。

「小坪: 災害時は自分がマンションの何階に住んでいるかで、やるべき事が変わると思うんですが、みなさんは、何階にお住まいですか?

まじい わたし かい す 藤井: 私は1階に住んでいます。 かい す 川﨑: 私は2階に住んでいます。

用意しています。

藤井: 福祉住宅なので広いです。車いすで移動できるようになっています。いこらーから 15分ぐらいの所に住んでいます。

Software Court Cou

川崎さんが準備している医療器具や鼻セレブ (ティッシュ)

「小坪:個人の家で発電機があるのは珍しいです。

ひがしたに さいきんか

東谷:最近買ったんやね。

小坪:ちなみに、おいくらしたんですか?

^{かわさき まんえん} 川﨑:7万円ぐらいです。

東谷:岸和田が特別っていうわけではないと思うんですが、いこら一で防災取り組みをするにあたって、大薗くんが関わってくれたのは大きい。彼が東北の震災の時に1年半ボランティアに行った経験を活かしてもらってます。泉州地域で障害者の自立生活運動を広めていく時に、なかなか受け入れられにくいから、その時の戦略として防災取り組みをきっかけに障害者のことを伝えていこうとか考えていました。



ひがしたに びちく しょくりょう ぐんて など 東谷さんが備蓄している食料、軍手やランタン等

いることはありますか?

藤井:調査をした話でもいいですか?

やました 山下:はい。どこを調査されたんですか? ぁ ヒ い ゎたし ヒ ヒ x ん ひ なんじょ し

藤井:私 は、自分の避難所は知っていました。で じっさい い も実際に行ったことはなかったです。見に たっておこうと思って行きました。行くま での道で、ここは危険やとか分かりました。 去年の台風21号の時にちょっと崩れたとこ まえとお ろがあったけど、この前通ったら綺麗にな きけん ところ っていました。危険な所はなくなっていま した。家の中の対策は出来ていないけど、 ひなんばしょ みち かくにん 避難場所までの道を確認しました。公民館 の 車 いすトイレはアコーディオンカーテン になっていて鍵がありませんでした。ドラ イバーを付けて開かないようにしていまし た。段差はありませんでした。



避難所のチェックをされた藤井さん

~緊急連絡カード作りました~

山下:電車から見ると岸和田の街や周辺の街の 屋根にブルーシートが張られていました が、昨年の台風21号の被害で、完全に 復興・復旧はしていない感じですか?

ひがしたに 東谷:まだみたいやなぁ。

やました じっか きしわだ 山下: 実家が岸和田なんですが、台風21号の時は にちていでん 三重 4、5日停電で困っていました。

東谷:ブロック単位で停電してた。道路を挟ん で停電してるブロックと停電していない ブロックがあった。小坪くんや山下くん

だいじょうぶ は台風21号の時は大丈夫でしたか?

じむしょ ぷん 小坪:ナビの事務所が30分ぐらい停電しました。 ひがしたに こっぽ いぇ やまとかわ はんらん 東谷:小坪くんの家は大和川が氾濫したらヤバ

イよね。

小坪: 3階なのでどこかに逃げるというよりは家 にずっと居てるぐらいしかないと思って います。

やました みな 山下:皆さん、それぞれ対策や調査をしている んですね。災害は家に居てる時に起こる とも限らないので、例えば、外出する時 には、これだけは持って行くものはあり ますか?僕は笛を持ち歩いていますが、 みなさんは何かありますか?

東谷:笛はどこで買ったんですか?

やました 山下:モンベルで800円ぐらいで買いました。

ひがしたに さいがい やま そうなん 東谷:災害や山で遭難したとき用のやつ?

おも 山下: そうやと思います。

ひがしたに かわさき 東谷:川崎くんは常に持ち歩いている物ありま

すか?

かわさき ぼく さいがい とき ため きんきゅうひなん 川﨑:僕は災害の時の為に緊急避難カードを作 じぶん じょうきょう ひなんばしょ って自分の 状 況 や避難場所を書いたカ ードを持ち歩いています。

ひがしたに たいふう ごう ときいこう じりつしょうがいしゃ 東谷:台風21号の時以降、自立障害者が集まっ さいがい て災害の時どうするかっていう会議を 2、 ほか しちょうそん 3回やったんです。他の市町村で作ってい きんきゅうれんらく る良さそうな緊急連絡カードを参考に して作りました。川﨑くんが外出する時 に避難することもあるから持ち歩いてる んやね。喋られなくなっても困らないよ うにね。

かわさき 川崎:はい。

東谷:自宅に1つ、もう1つは持ち歩こうと言っています。言語障害があって知らない ひと たす とき じょうほう 人が助けてくれた時に情報を伝えない といけないのに伝わらないということが

起きないように。

しょうがいしゃ 小坪:ちゅうぶの障害者も「私の取り扱い つく まった 説明書」というのを作って、全く知らな かいごしゃ かいご ため い介護者に介護してもらう時の為に、 なまえ しょうがい じょうきょう の 名前や障害の状況、飲んでいる薬や かいごほうほう か かたし と あつか 介護方法を書いた「私の取り扱い せつめいしょ もと かいご 説明書」を基に介護してもらおうという ものです。その他には、去年の8月に、ち たてもの りよう ゅうぶの建物を利用して防災1泊体験を しました。次は2月にやろうということに しゅざい なっています。(取材は1月)

東谷:停電という設定でやるの? さいがいよう

小坪:ストーブを付けたり、災害用のトイレも り かい たいけん 1人1回は体験しようということで、そう なつ よわ ひと ふゆ よわ いうこともしたり、夏に弱い人、冬に弱い _{ひと} 人いてると思うので、わざと弱い季節に たいけん 体験してもらって夏は発電機を使って しょうがいしゃ 扇風機を動かしていました。障害者も健 じょうしゃ ちょうき ひなんじょせいかつ 常者も長期の避難所生活は厳しいなと か本当に寝る場所が変わったら寝られな ひと ね ひと い人や寝れる人もいました。

ひがしたに やましたくん ね

東谷:山下君は寝れましたか?

山下:寝れなかったです。暑くてたまらんかったたれ うご はなしこえ カッド たですね。誰かが動いたり話声で目が覚 めたりしました。

藤井:でもなんとかやりきったんですよね。

小坪:そうですね。どこまで過酷にするのかを

ポイントにしてて、ちょっと楽しみを入 ぼうさい れながらやろうと、ちゅうぶ防災プロジ ェクトのメンバーで決めたみたいです。 たと しょくじ かんづめ か 例えば、食事は、缶詰を買ってきて、ご飯 と一緒に混ぜて食べたりしました。

東谷:トイレはどうしたん?

小坪: 普通のトイレに袋を付けて固まるように 薬 を入れてバケツに捨てるということ

をしました。

ちいき つな ~地域との繋がり大切に~

やました いろいろ と 山下:ちゅうぶでも色々取り組んでいますが、 ぼうさいかんけい いこら一で防災関係で、だんじり関係者 と繋がりがあって一緒に取り組むことは

ひがしたに 東谷:いこら一が、ここの事務所に移転する前 は浜地区というのがあるんやけど、そこ では、避難訓練に参加しました。参加す ひとたち ぼくたち くるま ると車いすの人達は僕達しかいなくて、 ^すでも、住んでいる人の中で、 車いすの人 ぼくたち は僕達だけということはないですよね。 おも 高齢者の方もいると思うし、でも僕達だ ちいき けだったので、この地域には障害者、 高齢者もいるよ。という意識付けをして ため さんか もらう為にも参加しています。他には、 しゃかいふくしきょうぎ か い さいがい じ 社会福祉協議会がやっている災害時ボラ せっちくんれん ンティアセンターの設置訓練に参加した りしています。だんじり祭単位で何かを しているということはあんまりないかな。

ほか おおぞの し く ちょうそん くら 大薗:祭があるから他の市区町村に比べて ちょうないかい かにゅうりつ たか 町内会の加入率が高いはあると思いま まつり せいねんだん す。祭で青年団とかいろんなセクション があって、防災の取り組みをする時に ふつう ひなんくんれん どういん 動員をかけるんです。普通は、避難訓練に さいだい ひと さんか 20歳代の人が参加してるってあんまり来 まつり かんけい せいねんだん にん ないですよね。祭の関係で、青年団10人 にんぼうさいくんれん 20人防災訓練に出ておいでというのはあ ります。台風21号の時も屋根だけじゃな どうろ がれき くて道路も瓦礫だらけになったんですが、 その時に、だんじりのある町は青年団が 瓦礫を集めてトラックに乗せて指定の がれき お ば しょうきゃくじょう 瓦礫置き場や焼 却 場に持って行くと せいねんだん いうことを青年団が持って行くというこ

ともありましたが、町会にも入っていな かんけい ひと い、だんじりにも関係ない人がはたして しているのか。それと、僕の実家はだん きしわだ じりがないんです。岸和田を知らない人 は、岸和田の全ての町にだんじりがある と思われがちなんですが、だんじりがな い 町 の方が多いです。だんじりがない ちょう ほか し く ちょうそん 町は他の市区町村と一緒です。だんじ ひと きしわだ じんこう りを曳いている人は岸和田の人口の 2割 わり と言われています。8割は関係ない人です。 きしわだ うご だんじりだけで岸和田が動いているわけ ではありません。

東谷: いこらーとしてだんじりというキーワードで防災について何かをするということはないです。他の地域に比べて人の繋がはあると思うし行動力もあると思う。

ちょうないほうそう たが 東谷:町内放送が流れてポイント、ポイントで たんとう かた 担当の方がいて、自然と受け入れられて います。嫌な思いをしたことはありませ さいがい とき ん。災害の時はヘルパーも被災する 可能性があるし、いつも来てくれている ヘルパーが来れないということもあると ちいき 思うので、そんな時に地域の繋がりがあ れば助けてくれることもあると思ってい ちょうないかい はい ひなんくんれん ます。町内会も入っていない避難訓練も 参加しない、でも災害の時は助けて。っ ていうのは、虫がいい 話 なんじゃないか

東谷:山下くんはあるの?

世末に 山下:この前、僕の住んでいるマンションが断水 した時に 6階に住んでる人が、「水ありま すか?」と心配してくれて、わざわざ家に ままれたこともありました。

東谷:僕は、隣のおばあちゃんとは話します。
来屋の人と話したり駅へ行くまでに
はなやさんがあるんやけど、その人とは話
します。花は買ったことないけどね(笑)
それと、マンションの大才家さんが僕のマンションのトイレのタンクが床に落ちて、床で溺れ死ぬところやったんやけど、大家さんに電話して助けに来てくれました



まいき ひなんくんれん さんか 地域の避難訓練に参加しました!

たいふう ごう まな

~台風21号から学んだこと~

東谷:台風21号の時に停電になって岸和田からでんちでした。携帯電話を充電 電池がなくなりました。携帯電話を充電

がわさき でんちるい 川﨑:電池類がなくて、だから 24号が来る前に買 た い足しました。



でんち か た **電池を買い足しました!**

藤井: 私は缶詰を買い足しました。家に置いてて、防災リュックに食べ物や暖かいシートも入れています。

ゃました ごっ とき 山下:21号の時よりだいぶマシでしたか?

東谷: そうやと思います。21号の時は怖い音でした。風の音がヤバかったです。聞いたことのない音でした。いこら一に関わってる時はでした。いこら一に関わってる時間でした。いこらーに関わってる時間でででで、ないるんやけど、10階なのに床上浸水してました。版がした。時は豊中市に住んでいるがした。がいばんででで、夜、完全な闇の中でした。普段は街灯とかあって、僅かとはいえ部屋の中でも明かりを確保してるんやけど、それが消えたら完全な闇。怖くて立ってられへんよ。闇かんぜん やみ こむ ちだんでだいぶ気持ちが落ち着くこともあると思う。

~当事者から伝えることが大事~

がれると 川崎:よっぽどのことがなかったら家に留まる 準備も出来ているので家にいると思うん ですけど、家に留まるか避難所に行くか その時の判断やと思うんやけど、みんな の状況を分かった人達が集まっている 所へ行く方が助かるのではないかとも 思っています。

あって、生存確率を上げることであると か、近所の人と話し合うとか、体温調節 が苦手な人は、それに対する対策を 考 え の るとか、自分の生き延びる確率を上げる ため ひつよう はな あ 為に必要とやなとか話し合いました。4~ ねんまえ ぼうさい たい 5年前からいこらーでは防災に対するこ とをしていますが、こういう事をやった 時は備えないといけないと思うんだけど けっきょくこうどう も、数時間経ったら結局 行動に移さない。 21号の時もこんなにも前から防災に対す る考える機会があるのに備えていなか こうどう うつ った。常々から行動に移すことが大切や と思います。

かわさき 川崎: そんなに今まで被害を受けるとは思って たいなかったです。台風の経験をして自分 たいせっ で対策することも大切やと思います。 もいき、から 地域の人との関わりも大切だと。

藤井:自分から話すタイプではないけどもっと 味って地域の人と繋がりを持ちたいと 悪いました。自分でも備えをしないとい けないと思います。防災グッズを作って すぐ持ち出せるようにとか考えていか

ないといけないと思っています。 だいさいがい とき じぶんたち なん 大薗:大災害の時に自分達は何が出来るのか。 いこら一で話し合っています。どんな 状態でどうなるかわからないけど、すご い難しい話。死んでしまったら終わり。 ぜんいんし いこら一のヘルパーが全員死んでしまっ なに でき じょうたい たら何も出来ない状態にあると思うん です。生き残ったとしてみんながちゃん あんぴかくにん でき と安否確認を出来るか、これもまた難し はなし じりつしょうがいしゃ い話。でも自立障害者が防災計画を作っ て一人一人の関わっているヘルパーさん

に知ってもらう事によって、ヘルパーさ

東谷: 災害のすべてのことを想定できないと思う
けど出来ることをやっていくことが大切
で意識を変えることもそうやし。今も苦し
んでいる人もいるので軽はずみなことは
いっこないけど、台風21号を経験して、災害
に対して意識が向くきっかけになりまし
た。これからもちゅうぶさんとも連携して
いきたいと思っています。よろしくお願い
します。

山下、小坪:今日は、ありがとうございました。



RPO法人自立生活センター・いこら一の まなんさつえい みなさんと記念撮影!

で まえびだり ひがしたに かわさき やました ふ じ い 手前 左から 東谷 さん、川崎さん、山下、藤井さん でだりおく こんどう おおぞの 上 奥から 近藤さん、大薗さん

不定期シリーズ

前の行きつけのお店紹介します

飲食店編①

できました。い 今回は、ナビスタッフの山下が行きつけにしているお店と車いす複数で入れるお店を紹介したいと思います。

まずは、行きつけのお店です。休日のお昼によく行く、うどん屋きちの紹介です。

まょう さ しゃ しゅどうくるま めい かん いでんどうくるま めい あれ こま動 車 い すユーザー1名、簡易電動 車 い すユーザー1名

ちょうさばしょ うどん 調査場所 : 饂飩 きち

じゅう しょ おおさかふおおさかしひがしすみよしくこまがわ

住 所:大阪府大阪市東住吉区駒川3-27-39

でんわばんごう

電話番号/06-6623-6677

えいぎょうじかん じ じ ぶん じ じ にちょうびえいぎょう 営業時間:11時~14時30分 17時~20時 日曜日営業

ていきゅう び げっょうび にちょうびえいぎょう 定休日:月曜日 (日曜日営業)

たにまちせんこまがわ なかのえき とほ やく ぶん ちゅうしゃじょう なしアクセス :大阪メトロ谷町線駒川中野駅徒歩約4分 駐車場 無





たがい すべ でき いす いどう
店内は全てテーブル席。椅子も移動することができて、車いすのまま座ることが出来ます。
でいた
ではま
たんいん
たくるま
たいま
たいま

かったです。





続いて

おすすめのお店紹介します

飲食店編②

調 査者:手動車いすユーザー1名

カン・カー りょうりぇ こー ちょうきばしょ りょうりぇ こー 調査場所 : イタリア料理ECO

にゅう しょ おおさかふおおさかしひがしすみよしくこまがわ 住 所:大阪府大阪市東住吉区駒川2-2-31

電話番号/06-6797-9771

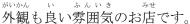
にちようびえいぎょ 営業時間:11時30分~15時30分 18時~24時 日曜日営業

てい きゅう び かようび だい すいようび 定 休 日:火曜日・第2水曜日

きんてつみなみおおさかせんきたたなべえき めーとる

アクセス : 近鉄南 大阪線北田辺駅320 m







入口は、スロープが敷かれていて車いすユーザーやベビーカーを押している人等が入りやすくなっ Tいます。こちらのお店は、ナビのスタッフが歓迎会等の時に、よく利用させていただくお店です。 ドアは手動扉になっています。







ランチメニューは、1,000円で食べることができます。 $^{^{2\lambda}}$ また、100円追加すれば、パスタ大盛りやバケットをガーリックトーストに変更出来たりします。

みなさん「うどん屋きち」と「イタリア料理ECO」へ ぜひ行ってみてください!

2018年11月号で誤りがありました。訂正させていただきます。

○22 ページ (誤) Bさん−18歳男性、筋ジストロフィー、生活介護赤おに 週 2回利用、電動車いす使用

th ひー さいだんせい きん
(正) Bさん−18歳男性、筋ジストロフィー、生活介護青おに 週 3回利用、電動車いす使用

まいだんせい きん
(正) Bさん−18歳男性、筋ジストロフィー、生活介護青おに 週 3回利用、電動車いす使用

(本) は (本) は

みなさん、こんにちは。3月になって 車いすを新しくしました。今まで、何回か車いすを新しくしてきましたが、今回、初めて車いすのフレームの色を青色と黄緑色の2色にしました。この色に決めた理由は、僕はヤクルトファンで、ヤクルトのチームカラーだからです。これで優勝間違いなし!?

- ●各団体で企画しているものがあれば、当センターが発行している機関誌ナビゲーションに掲載してみませんか?ナビゲーションは 3月、7月、11月に発行しています。掲載する際、各企画のお問い合わせは当センターではなく、直接、各団体にお願いいたします。当センターにお問い合わせいただきましても、お答えいたしかねますので、ご了承ください。
- ●みなさんからのご意見、ご感想をお待ちしております。記事に対するご感想、日ごろ感じておられる でもん にょうほう し でっこう かっき れんらくさき ま ないわ 疑問、こんな情報を知ってるよなど、なんでも結構ですので下記の連絡先までお寄せいただければ幸いです。また、突然、取材にお伺いさせていただき、ご迷惑をおかけすることがあるかも知れませんが、 まい きょうりょく その際にはご協力のほどよろしくお願いいたします。

自立生活センター・ナビとは…

»たし »んが じりっ

☆私たちの考える「自立」は…

はたら かね かせ こと み まわ で き はんぶじぶん で き し 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」であり、色々な方法でお手伝いしていきたいと考えています。

☆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?」「家の中をもっと使いやすくしたいけどどうすればいいの?」そし じり つせいかつ しょうがいしゃ かぞく て「自立したいけど自分には無理かな?」自立生活センター・ナビでは、こうした障害者や家族の悩 しょうがいしゃ たちば おた はなし みや相談について、障害を持つピアカ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 LAttn てった じゅうたくかいぞう 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か いっしょ りょうり せいかつ うえ ひつよう けたり仲間と一緒に料理を作ったり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 じりつせいかつ かか かくぶんや かたがた まね はなし うかが 「自立生活プログラム」や、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。

発行 自立生活センター・ナビ

でんわ 06 (6760) 2671

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