

しょうがいしゃ じりつせいかつじょうほう
障害者の自立生活情報

ナンバー
No.69



ナビゲーション

ねん がっごう
(2022年3月号)

じりつ みち あんない
自立への道案内



こんかい きょうりょく おおさかのりお
今回、インタビューに協力していただいた逢坂範夫さんです。

もくじ

- シリーズ いろんなテーマの「なぜ」を解消！～当事者の実体験から～…………… 2
- シリーズ ～Sevenメッセージ～障害者自立生活センター・スクラム 尾濱 由里子さん… 8
- 東住吉区地域自立支援協議会全体会報告…………… 11
- 編集後記…………… 12

シリーズ いろいろなテーマの「なぜ」を解消!

～当事者の実体験から～

このコーナーでは教育、施設、交通など各分野に詳しい人にインタビューをしていき、当時の障害者や制度の状況、その制度はどう変わってきたのか?今、取り組んでいること、これからの課題はなにか、など語ってもらおうというコーナーです。今回はNPO法人ちゅうぶのグループホーム・リオで生活されている逢坂範夫さんにインタビューさせていただきました。逢坂さんには、子どもの頃や、7年間病院で入院されていた時の体験談、グループホーム・リオでの生活のことなどをお話してもらいました。

<プロフィール>

逢坂範夫 (58歳)

所属：障害者活動センター・青おに

趣味：ゲーム、YouTube、ラジオ

1963年 大阪市西成区生まれ

1997年 筋ジストロフィーの診断を受ける

2010年 大阪市内の病院に入院

2016年 退院

同年6月 NPO法人ちゅうぶが運営するグループホーム・リオに入居

～マラソンは、いつもビリでした～

山下：今日は、よろしくお願ひします。これまでのナビゲーションでは施設で生活している方が地域で生活できるように取り組んでおられる方、施設で働いた経験のある方にお話を聞きしてきました。今回は、病院から地域移行された逢坂範夫さんにお話をうかがいたいと思います。よろしくお願ひいたします。

逢坂：よろしくお願ひします。

山下：さっそくですが、逢坂さんの障害を教えてくださいませんか?

逢坂：筋ジストロフィーのベッカー型です。障害がわかったのは、34歳の時です。検査入院して、その時に筋ジストロフィーが確定したんですよ。

山下：大人になってからなんですね。
逢坂：3歳から発症してみたいですが、5歳の時に逆立ちしてたんですけど、急にできなくなつて、おかしいなと思つてました。

ちから はい ぜんりょく はし あし
力が入らなくて全力で走ると足をつる
んですよね。自分^{じぶん}は出来^{でき}が悪^{わる}いかなと
おも けんさ ほうほう
思^{おも}ってたけど。検査^{けんさ}する方^{ほう}法^{ほう}はなかつた
んで、わからなかつたんです。中学^{ちゅうがく}に行
って、先生^{せんせい}に「なんでそんなに出来^{でき}へん
ねん。」と言^いわれたけど、そんなこと言^いわ
れても出来^{でき}なかつたんですよね。マラソ
ンしたら必^{かなら}ず持^{じきゅうりょく}久^{きゅうりょく}力^{りょく}ないから、いつも
ビリでした。

やました ほか がくせい ころ
山下^{やました}：他に学生^{がくせい}の頃^{ころ}のエピソードありますか？
とおおさか とく おぼ ちゅうがく ねんせい とし
逢坂^{とおおさか}：特に覚^{おぼ}えているのが、中学^{ちゅうがく}3年生^{ねんせい}の時に
あき えんそく ぜんじつ いえ たまで おおさかし
秋^{あき}の遠足^{えんそく}の前日^{ぜんじつ}に、家^{いえ}がある玉出^{たまで}(大阪^{おおさか}市
にしななく か し か
西^{にし}成^{なり}区^く)から、なんばまでお菓子^{かし}を買い
にい つぎ ひ えんそく
に行った^いんですよ。それで、次^{つぎ}の日^ひの遠足^{えんそく}
ひ みごと あし
の日^ひに見事^{みごと}に足^{あし}をつったんですよ。その
とき たんにん せんせい どうきゅうせい こうたい
時^{とき}、担任^{たんにん}の先生^{せんせい}と同級生^{どうきゅうせい}で交代^{こうたい}でおんぶ
にが おも で
しもらった^しことは苦^{くる}い思^{おも}い出^でです。これ
はなし はじ
話^わするのん初^{はじ}めてです。

やました だれ
山下^{やました}：ありがとうございます。誰^{だれ}におんぶして
もらった^{もら}たんですか？
とおおさか とし しんゆう にん
逢坂^{とおおさか}：その時^{とき}は、親友^{しんゆう}3人^{にん}に、おんぶ^{おんぶ}してもらい
ました。友達^{ともだち}じゃな^{ひと}い人^{ひと}におんぶ^{おんぶ}された
おどろ
のは驚^{おどろ}きました。

やました き も
山下^{やました}：どんな気持^{きもち}でしたか？
とおおさか ともだち おも
逢坂^{とおおさか}：友達^{ともだち}でもないのにありがたいなと思^{おも}いま
した。迷^{めいわく}惑^{めいわく}かけたなと思^{おも}いますよ。高校^{こうこう}で
めいわく おも こうこう
は時^{とき}は、少^{すこ}しだけ野^や球^{きゅう}や^やってました。で
とき すこ やきゅう
からだ とちゅう
も、身^{からだ}体^{からだ}がしんどくな^{とちゅう}ってきて、途^{とちゅう}中^{ちゅう}で
やきゅうぶ や とし きん
野^{やきゅうぶ}球^{きゅう}部^ぶを辞^やめました。その時^{とき}は、ま^とだ筋^{きん}ジ
まった し
ス^まトロ^しフ^まィーとい^しうこ^まが全^まく知^しらな
かつた^まんです。

やました し
山下^{やました}：知^しらなかつたとい^しうこ^まもある^しやろ^まうし、
りかい
理^り解^{かい}もさ^りれてな^りかつた^りんでし^りょう^りね。

とおおさか りかい
逢坂^{とおおさか}：理^り解^{かい}さ^りれてま^りせんで^りした^りね。

やました きょうしつ いどう
山下^{やました}：教^{きょう}室^{しつ}の移^い動^{どう}はど^いうで^いした^いか？
とおおさか かいだん つか いどう か あし
逢坂^{とおおさか}：階^{かい}段^{だん}を使^{つか}って移^い動^{どう}して^いまし^いた。駆^かけ足^{あし}は
で き なが じかん むり
出来^{でき}た^なけど、長^{なが}い時^{じかん}間^{むり}は無^{むり}理^りで^{むり}した。

しょうがい すす おも ～障害^{しょうがい}が進^{すす}んできた^{おも}なと思^{おも}った～

やました あし いがい しょうじょう
山下^{やました}：足^{あし}つる以^い外^{がい}に症^{しょう}状^{じょう}はな^{じょう}かつた^{じょう}ん^{じょう}です
か？

とおおさか あし いがい ぼく あし
逢坂^{とおおさか}：足^{あし}つる以^い外^{がい}はな^いかつた^いん^いですが、僕^{ぼく}ら^{あし}は、足^{あし}
な
がつるとな^なかなか治^なら^なない^なです。

やました あし かん おや なに い
山下^{やました}：足^{あし}つるこ^{かん}に關^おして親^おは何^{なに}も言^いわな^いかつ
た^いです^いね。

とおおさか い きん とくちゅう しょうじょう
逢坂^{とおおさか}：言^いわな^いかつた^いん^いです^いね。筋^{きん}ジ^{とくちゅう}ス^{しょうじょう}特^{とくちゅう}有^{しょうじょう}の症^{しょうじょう}状^{しょうじょう}

や^とつた^とん^とです^とけ^とど。そ^との時^とは、わ^とか^とら^とな
か^とつた^とん^とです^とね。当^と時^との檢^と査^との技^と術^とで^とは^とわ

か^とら^とな^とかつた^とん^とです^とね。今^{いま}や^{さい}つら^{さい}ら採^{さい}血^{けつ}
わ ぼく じだい けんさ
分^{ぶん}か^かる^かみ^みた^たい^いです。僕^{ぼく}ら^{じだい}の時^{とき}代^{だい}は檢^{けん}査^さ
ほうほう かくりつ すこ
方^{ほう}法^{ほう}が確^{かく}立^{りつ}して^{すこ}い^{すこ}な^{すこ}かつた^{すこ}ん^{すこ}で^{すこ}ね。少^{すこ}し

は^はな^はし^はか^はね^はん^はし^はん^はだ^はい^はし^はん^はさい
話^わは^わ変^{へん}わ^わり^わま^わす^わが、1995^{ねん}年^{ねん}の阪^{はん}神^{しん}大^{だい}震^{しん}災^{さい}
ほんだな あし はさ すわ た
で、本^{ほん}棚^{だな}が足^{あし}に挟^{はさ}ま^{すわ}つて、座^{すわ}つた^たま^たま^た立^たて

な^なく^なな^なつて障^{すす}害^{かん}が^{すす}進^{すす}んだ^{すす}な^{すす}と感^{かん}じ^{かん}まし^{かん}た^{かん}。

やました ころ あし ある
山下^{やました}：その頃^{ころ}ま^{あし}では^{ある}足^{あし}つ^あつて^あた^あけ^あど^あ歩^あけ^あて^あた^あん
で^あす^あか？

とおおさか て も ある かいだん
逢坂^{とおおさか}：手^てすり^も持^{ある}ち^{ある}な^{ある}が^{ある}ら^{ある}歩^{ある}い^{ある}て^{ある}まし^{ある}た。階^{かい}段^{だん}も
のぼ お
ゆ^ゆっ^ゆく^ゆり^ゆや^ゆけ^ゆど^ゆ昇^おり^お降^おり^おで^おき^おまし^おた。

はんしんだいしんさい とし ある
阪^{はん}神^{しん}大^{だい}震^{しん}災^{さい}の時^{とき}か^{ある}ら^{ある}歩^{ある}け^{ある}な^{ある}く^{ある}な^{ある}つた^{ある}ん^{ある}で
し^しょう^しが^しい^し す^しす おも
す。ま^{おも}た障^{すす}害^{かん}が^{すす}進^{すす}んだ^{すす}な^{すす}と思^{おも}いま^{おも}し^{おも}た。

やました せいかつ おし
山下^{やました}：それ^{せい}か^{かつ}ら^おの生^{せい}活^{かつ}を^お教^{せい}え^おて^おま^おら^おえ^おま^おす^おか？
とおおさか だいがく ろう ねん ねん
逢坂^{とおおさか}：大^だ学^{がく}を^ろ2^ろ浪^ろし^ろたり、1990^{ねん}年^{ねん}～1998^{ねん}年^{ねん}ぐ

かいけいし せんもんがっこう かよ
ら^かい^かま^かで、会^{かい}計^{けい}士^しの專^{せん}門^{もん}学^が校^{こう}に通^かつて^かい^か
た^かこ^かも^かあ^かり^かま^かす^かが、体^{からだ}が動^{うご}か^{うご}な^{うご}く^{うご}な^{うご}つ

つうしんこうざ き か つうしん
て通^{つう}信^{しん}講^{こう}座^ざに^き切^かり^か替^かえ^かまし^かた。で^{つう}も通^{つう}信^{しん}
こうざ て うご じ か
講^{こう}座^ざも手^ても動^{うご}か^じし^かに^かく^かな^かつて^か字^じが書^かけ

な^なく^なな^なつた^なん^なで途^{とちゅう}中^{ちゅう}で辞^やめ^やまし^やた。それ

から、家におるようにになりました。憂鬱
した。

逢坂さんは車いすに乗り始めたのはいつ
ごろからですか？

逢坂：2001年頃、右ひざが痛くて、そこから弱
るのが早かったですよ。2005年から車いす
に乗り始めました。最初はスクーター型
の車いすに乗ってました。

山下：なぜ、スクーター型にしようと思ったん
ですか？

逢坂：私はスクーター型じゃない方が良かった
んですが、親戚の人がスクーター型に決
めました。

山下：逢坂さんは、両親や兄弟との関係は良か
ったですか？

逢坂：親父が冷暖房のエアコンは壊れるから
冷房だけのエアコンしか買ってくれませ
んでした。電気ストーブだけで耐えてま
した。冬は寒かったです。休みの日に親父
が朝早く掃除するんですよ。窓開ける
から寒いんです。親父は競馬が好きで
掃除したら母から、こずかい貰えるから
やってたんでしょうね。自分の競馬のた
めに。親父は綺麗好きでしたね。親父は
石鹸を作る会社に勤めてました。けっこ
う大きな会社でした。従業員800人ぐら
いいみたいです。定年まで働いてまし
たね。兄弟は、4歳上の兄がいます。兄は、
知的障害と筋ジスの障害があります。
僕が浪人してた時に和泉市の施設に入り
ました。1992年になって、枚方市の施設に
入りました。今では車いすでいますけ
どね枚方市に本人にとって一番それが良
かったんやと思いますわ。

山下：お兄さんとは会うことはあるんですか？
逢坂：たまに電話したり、いとこが施設に行っ
てくれてその話を聞くぐらいですね。楽
しくやっているみたいです。

～ふりかけが嫌いになりました～

山下：ところで、逢坂さんは、いつから病院に
入院したんですか？

逢坂：3か所で入院経験ありますが、一番長く
入院したのは2010年～2016年まで入院
してました。

山下：一番長く入院した病院のことを教えて
ください。スケジュールは、どんな感じ
ですか？

逢坂：朝起きるのは7時です。それから、朝ご飯
で終わったらトイレに行き、リハビリを
します。昼ご飯が終わった後もリハビリ
するという生活でした。

山下：リハビリしていない時間とか夜は、どん
な過ごし方をしてましたか？ゲームをし
たり夜寝る時はラジオを聞いて寝てまし
た。周りの人に迷惑かかるからイヤホン
を付けて聞いてました。今でも、ラジオ
を聴きながら寝てますが、イヤホンを付
けなくてよいので嬉しいです。

山下：お風呂は週何回、入れましたか？

逢坂：風呂は火曜日と金曜日やったかな。2人
の看護婦が来て運んでいくんですわ。体
洗う人が2人おって、服脱がす人が2人ぐ
らいおって。

山下：めっちゃやいてますね。

逢坂：看護婦の人数おらんかったら、風呂が中
止になってたんですよ。そんなことが
度々ありました。お風呂は昼間に入って

ました。待たされるんですよ。何人もい
てるんで。清拭だけの時もあります。さ
れるがままでしたし、異性介護でしたね。
なかなか順番が回ってこず、入るまで時
間がかかりました。

やました かんごふ き つか
山下：看護婦さんに気を遣うことはありました
か？

おおさか よなか き つか
逢坂：夜中、トイレするのが気を遣いましたね。
ね じかん じ でんき け
寝る時間は21時で電気を消されて、その
あと ラジオ聴きながら寝てました。なか
ね ね つき み
なか寝れませんでしたね。月を見たりし
てました。入院している他の人とも話
はしませんでした。病院は長い間居た
くないですね。退院が決まった時は、早く
で 出たいなと思ってました。

やました びょういん で
山下：病院を出るきっかけはなんですか？

おおさか びょういん で
逢坂：いここに「このまま病院おるんか。出た
いんか。どっちや。」と聞かれ「出たい。」
い
と言ったんです。グループホームなんて
い おも にしなり
入れるとは思ってなかったんです。西成
く す にしなりやくくしょ そうだん
区に住んでいたの西成区役所に相談に
い ひと
行って、ケースワーカーの人がちゅうぶ
しょうかい ねん
を紹介してくれました。2015年のおにご
さんか
っこに参加させてもらいました。

やました さんか
山下：参加してどうでしたか？

おおさか なんば まち で き たの
逢坂：難波の街をブラブラ出来て楽しかったで
す。でも終わった後、病院に帰るのんイ
ヤでしたね。ニュートラム乗ったら、だ
んだん静かになってくるんですよ。ニュー
トラムって聞いただけでもイヤですね。
に ど の
二度と乗りたくないですね。

やました びょういんせいいかつ とき がいしゅつ
山下：病院生活をしている時の外出はどうさ
れてましたか？

おおさか げつ かい がいしゅつ で き
逢坂：1か月に1回しか外出は出来ませんでし

た。リハビリの先生と一緒に病院の近く
にあるカナートにふりかけを買いに行く
ぐらいでした。今は、ふりかけは嫌いに
なりました。入院生活を思い出すから。
いろんな、ふりかけ買いましたけどね。
ふりかけは、ご馳走でした。今では、他の
ひと
人が、ふりかけをふりかけてるとこ見る
い や さいしょ
のも嫌ですね。最初からかかってたら
だいじょうぶ
大丈夫です。

やました どうき きら
山下：かける動作が嫌いなんですね。

おおさか いま ぜったい か
逢坂：そうですね。ふりかけは今は絶対買わ
ないですけどね。

～退院して解放されました～

やました ねんかん にゅういんせいいかつ
山下：7年間の入院生活からグループホームに
にゅうきよ
入居するまではどんなプログラムをし
ましたか？

おおさか さいしょ たいけん でんしゃ の がいしゅつ
逢坂：最初、体験で、電車に乗って外出して、
すみの えく じりつせいいかつ む ちゅう
それから、住之江区の自立生活夢 宙 セン
い どうじしゃ かた はなし
ターへ行って当事者の方と話をしたり、
たいけん にゅうきよ さいしょ ぼく か
それから体験入居の最初は1泊2日から
はじめ、だんだん泊まる日数を増やして
いきました。

やました たいけん にゅうきよ
山下：体験入居はどんなことをしましたか？

おおさか か もの い あお
逢坂：スーパーに買い物に行ったり、青おにに
たいけんつうしよ
体験通所したりしました。

やました びょういん ちが かん
山下：病院とリオとの違いは感じましたか？

おおさか びょういん ひと おお い
逢坂：病院は、いけずな人が多かったです。良
ひと べつ たんどう
い人もいましたけど、すぐ別の担当にな
るんです。リオのヘルパーさんは
きょうりよくてき ひと
協力的な人ばかりです。

やました びょういん たいいん とき きも きも
山下：病院を退院した時の気持ちはどんな気持
ちでしたか？

おおさか かいはう かん じゆう で き
逢坂：解放された感じでした。自由に出来るん
やなとおも 思います。インターネットも
じゆう で き しょくじ ぜんぜんちが
自由に出来るし。食事しょくじも全然ぜんぜん違いますね。
にく やわら
肉も柔らかくしてくれたりするのでね。

やました びょういん げつ かいがいしゅつ
山下：病院では1か月に1回外出するぐらいと
はい がいしゅつ
いうことでしたが、リオに入って外出の
はば ひろ おも さいしよ
幅も広がったと思うんですけど、最初
がいしゅつ とき とまど
外出する時、戸惑いとかはありませんで

したか？

おおさか さぎょうしよ い
逢坂：作業所行くようになったりして、みんな
いっしょ い がいしゅつさき
と一緒に行くようになってから外出先
ふ とまど
が増えましたね。戸惑いはありませんで
ひとり ふあん
した。一人だと不安ですけどヘルパーさ
いっしょ で か だいじょうぶ
んとかと一緒に出掛けたら、大丈夫です。

やました いっしょ がいしゅつ
山下：ヘルパーさんと一緒に外出するというこ
びょういん けいけん おも
とは病院では経験できないことだと
あお かつどう はじ とき
います。青おにでの活動を始める時の
きも おし
気持ちを教えてください。

おおさか さいしよ し じ よ まよ
逢坂：最初は、指示をどうしたら良いか迷いま
ひと つか せいかつ みけいけん
した。人を使って生活するって未経験だ
いま あお しゅう か かよ
ったので。今では青おにに週3日通っ
ています。

やました まよ
山下：どんなことが迷いましたか？

おおさか さいしよ たの えんりよ
逢坂：最初はトイレを頼むことは遠慮していま
びょういん とき げつ かいどようび
した。病院の時は、1か月に1回土曜日の
よる がいはく いえ かえ げつようび ゆうがた
夜から外泊して家に帰り、月曜日の夕方
もど おや かいご
に戻るんですけど、親が介護できないの
はいべん びょういん もど がまん
で排便は病院に戻るまで我慢してまし
いえ びょういん じゆう ま
た。家や病院では自由はなかったし、待
たされるが多かったですけど、今や
おお おお いま
たされることが多かったんですけど、今や
い い
ったらすぐに言えるのは良いです。それ
かね じぶん ひ だ うれ
に、お金を自分で引き出せるのは嬉しい
です。

やました じゆう と もど たの せいかつ
山下：自由を取り戻して、楽しく生活されてい
るのはいいですね。これからも、いろん
い
なことに挑戦してください。最後に、
ちようせん さいご
施設で入所している人や病院で生活し
しせつ にゆうしよ ひと びょういん せいかつ
ている人にむけてメッセージをお願いし
ひと ねが
ます。

おおさか はや じりつ ほう い しせつ
逢坂：早く自立した方が良いですね。施設や
びょういん じゆう ひと
病院では自由がないから。いろんな人に
そうだん ほう だい きぼ
相談した方がいいです。大規模グループ
ぜったい にん こ
ホームは絶対ダメです。7人超えたらダメ
ふろ しゅう かい
です。風呂も週2回になってしまう
かのうせい たいおう
可能性もあります。ちゃんと対応しても
だい きぼ
らえないかもしれないので大規模グルー
こんご せいかつ ため
プホームはダメです。今後の生活の為に、
あお かよ しょうがいしゃ かた いえ
青おにに通っている障害者の方の家や
おな きん かた いえ ほうもん
同じ筋ジスの方の家に訪問させてもら
さんこう かんきょう ととの
いました。参考になりました。環境が整っ
ひとりぐ おも
ていれば一人暮らししたいと思います。

やました きょう はなし き
山下：ありがとうございます。今日、お話を聞
びょういん せいかつ つた
いていて病院の生活のリアルさが伝わ
こんかい しゅざい つう おおさか
ってきました。今回の取材を通じて逢坂
けいけん おも げんざい びょういん
さんの経験や思いが、現在も、病院で
にゆういんせいかつ かた にゆういんしせつ
入院生活をされている方、入所施設で
せいかつ かた すこ つた い
生活されている方に少しでも伝われば良
おも きょう
いなと思います。今日はありがとうございます
いました。

おおさか
逢坂：ありがとうございました。

おおさか のりお せいかつ ようす
逢坂 範夫さん 生活の様子です。

じしつ す み ゆーちゅーぶ み たの まいしゅう
自室で好きなアニメを見たりYouTube(ゲーム)を見たりして楽しんでいます。リオでは毎週1
かい にゅうきょしや しえんしや あつ にゅうきょしやかいぎ
回、入居者と支援者が集まって入居者会議をしています。



テーマパークのバリアフリーチェックをした
ぎょうせいこうしょう せいかつ ようす
り、行政交渉でグループホームの生活の様子
せいど かくじゅう ようぼう
や制度の拡充にむけて要望することもしてい
ます。青おにでは、メダカの様子を観察したり
あお ようす かんさつ
えさ いま こえ
餌をあげたりしています。今では声をかけたり、
すいそう ちか よ
水槽に近づくとメダカが寄ってきます。



せ ぶ ん 〜〜〜Seven メッセージ〜〜〜

【プロフィール】

- なまえ おはま ゆりこ
・名前：尾濱 由里子
しよぞく えぬびーおーほうじん しやうがいしゃじりつせいかつ
・所属：NPO法人 障害者自立生活センター・スクラム



- いま しごと なんねんめ
・今の仕事は何年目ですか？
ねんめ とき なが はや
20年目になりますね。時の流れの早さにびっくり。

- しごと
・どんな仕事をしていますか？
かたが じ むきよくちやう おも けいかくそうだん そうだんいん こうつうかんけい かつどう ジル ぜんこく
肩書きは事務局長ですが、主に計画相談の相談員、ピアカウンセリング、交通関係の活動、JIL(全国
じりつせいかつ きやうぎかい じやうにいん かつどう
自立生活センター協議会) 常任委員の活動などいろいろやっています。
いま がつ こうざ たんどう
今は3月までピアスクールオンラインという講座の担当もしています。

いま かつどう かか ・今の活動に関わるきっかけ

わたし かがわけん う いち じきたんだい しゅうしょく かんさい しりよく お かがわけん もど つうはんがいは
私は香川県生まれで一時期短大や就職で関西にいましたが、視力が落ちて香川県に戻り、通販会社で
でんわ はたら ごと もうまくしきそへんせいしやう う め びやうき しんこう
電話オペレーターとして働いていました。その後、網膜色素変性症という生まれつきの目の病気が進行
してかなり見えなくなってきたので大阪の日本ライトハウスに入所して白杖歩行やパソコンの訓練を
う
受けました。

なかま こうざ じやうほう き さつそく しゅうちゅうこうざ さんか とき
そこで仲間からピアカン講座の情報を聞きつけて早速、集中講座に参加、その時にピアカンになりた
いなのと思ったのがきっかけです。その時はピアカンが何か、ピアカウンセラーってどんなことをするの
かよく分かってなかったですね。

かつどう き かつどう はじ ころ じぶん か ・活動をして気づいたこと(活動を始める頃の自分と変わってきたこと)

はじ しょうだいいんかんけい あつ い おも しかくしょうがいしゃ じよせい すく
初めて障大連関係の集まりに行き行って思ったことは、視覚障害者がほとんどいない、女性が少ないとい
うことでした。わたし とうじ しかくしょうがいしゃだんたい きゅうしき かんが かつ にがて なかまいしき
私はぶっちゃけますと当時の視覚障害者団体の旧式な考え方が苦手で仲間意識がど
うしても持てなかったんですが、なぜか肢体障害の仲間とは楽しくいられる心地よさがあり、自分の
いばしょ おも おぼ
居場所はここだなあと思ったのを覚えています。

とうじ しょうがいべつ うんどう ふつう じだい しかくしょうがいしゃ しょうがい なかま ふ
当時は障害別に運動するのが普通の時代だったので、もっと視覚障害者やいろんな障害の仲間が増え
てくれたらなあと思っていました。またそんな中で、関西で、ぽつんと一人で活動している視覚障害ピ
アカン仲間と連絡会を作ったりして、情報交換や周囲に知ってもらおう活動もしていました。

その頃は私はまだロービジョンで自分のことすらよくわかっていない状態でした。今はほぼ全盲ですが未だに点字はちゃんと使えません(笑)。

弱視も全盲も経験して思うことは、今も視覚障害者には情報が足りていないということです。以前は何かの講座の資料がPDFしかなくてパソコンの読み上げソフトで読めなかったとしても諦めていましたが、最近では情報に障害があることをもっと知ってもらうために私が読めるように作成してほしいと大きな声で言えるようになりました。

・続けられている理由は？

スクラムのみんなが面白くて、仕事をするのが楽しくて仕方ないです。日々が楽しいからこそ社会を変えていくための元気が湧いてくるし、崩さないといけない壁があちこちにあることにも気づけます。

ネットやSNSでも視覚障害者が読めないサイトやちゃんと使えないアプリがほとんどですし、テレビの音声解説もまだまだです。街中でも点字ブロックや音響信号がなかったり、特にコロナ禍で電車に乗る時、改札に駅員さんがいるかどうかわからず、呼び出しボタンの位置もわかりません。まだまだ運動が必要ですね。

・携わっている活動(仕事)の難しさと面白さ(醍醐味)

一昨年ぐらいからホワイトラテ(自立生活センターで働く視覚障害者の会)という活動を行っています。ホワイトは白杖=視覚障害者のイメージ、ラテは混ぜるという意味で、カフェラテのように視覚障害者と他の障害のある仲間と混ぜ合わせて活動したい、そして自分たちのことをアピールしていきたいという思いをこめて名付けました。視覚障害者の困りごとや耳寄り情報を共有したり、去年はJIL全国セミナーで私たちがどんな風にパソコンやスマホを使っているか、どんな困りごとがあるかなどをみんなに知ってもらった研修を主催しました。かなり大きな反響をいただき、やはり全国的にみても視覚障害者のスタッフが少ない現状がわかり、俄然やる気が出ました。

一番嬉しかったのは今年のちゅうぶさんのなんば鬼ごっこの動画に音声解説をつけていただけたことです。

これまでは仲間内であっても写真や動画の説明がなく、まあいいか生死に関わるわけじゃないし面倒だろうと諦めてきていましたが、諦めていたら理解は広がりませんよね。

情報コミュニケーション法の制定の動きもありますし、これからはみんなが情報保障の問題をもっと身近に感じてもらえるようにどんどん伝えていこうと思っています。



こうつうじぎょうしゃ けんしゅう ようす
交通事業者への研修の様子

・活動していく中で大切にしていること

すべて自分が楽しいと思えるかどうかを基準に動いています。自分が楽しくないと誰かの自立支援は出来ないです。

特に計画相談の相談員をしているので一人で抱え込まないよう、スタッフ同士で話したり、当事者スタッフでピアカンしたり、自分をいつもクリアな状態に保つことを意識しています。

そして何より当事者として自分には何ができるか、どんな世の中になれば、もっと自分が生きやすくなるかを考えています。

・複合差別について思うこと(個人として団体として、どんな活動をしていくべきか。取り組んできたことがあれば。)

スクラム主催で子育てしているパパママのピアカン講座をしたり、子育てのピアサポートも長年続けてきました。そうした仲間や安積遊歩さんとエッセイ本も出版しました。

※「障害のある私たちの地域で出産地域で子育て」生活書院 Amazonなどで購入できます。

私の子供ももう高校生になり私個人の困りごととしてはずいぶん減ってきましたが、障害者の子育て

を阻む制度の壁や社会の偏見、また視覚障害女性の性被害、差別

は後を経ちません。

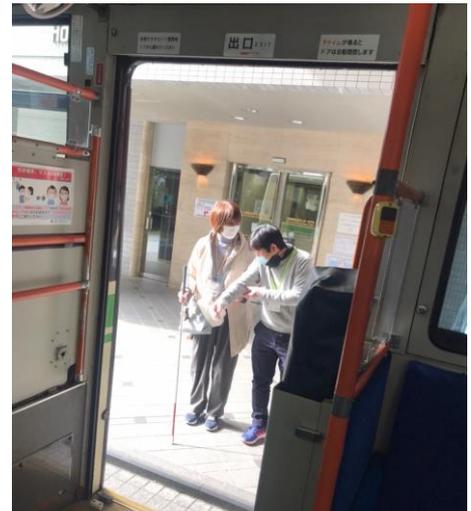
また多くの障害女性が抱える抑圧は想像を絶するものがあります。

もちろん男性も。コロナ禍でもあり、余計にしんどさを抱えている人も多いと思います。

まずは私たちがもっと自分と向き合い、自分をもっと大切な

存在だと認識することが必要です。今こそピアカウンセリングの

出番なのではないでしょうか。



じょうこうけんしゅう
バスへの乗降研修

・座右の銘

「余計なことはしすぎるほどいいよ」

スピッツの運命の人という歌の一節です。

目標までの道のりに目移りするものがいっぱいあってどうしても寄り道したり後戻りしたりで遠回り

になることもあります。自分が楽しいと思ってやっていることは余計なことだったとしてもそれは

自分にとって必要なことなので、結果的にすんなりと目標に辿り着けるんじゃないかなとこれまで生き

てきて感じています。

余計なことをいっぱいして、わくわくする人生をこれからも続けたいです。

東住吉区地域自立支援協議会全体会報告

1月18日(火) 東住吉区地域自立支援協議会全体会を東住吉区民ホールでzoomやYouTubeを活用しながら行ないました。まず初めに、地域自立支援協議会の活動報告があり、後半は「私と障害者スポーツ」をテーマに、車いすバスケットボール選手の網本麻里さんに講演していただきました。網本さんは大阪市東住吉区出身。障害は先天性内反足。歩くことは出来るが走ったり長距離を歩くことが困難な障害。



バスケットボールは小学校の頃からやりはじめて、中学生の時に病院の先生から「バスケットボールは、もう辞めた方がいい。」と言われた。実際に、走ったりただけで捻挫して、歩くのもしんどかった。でも「バスケットボールが好きだった。」「自分の好きなことをやりたい。」という気持ちは変わらなかったとのこと。車いすバスケットボールをやるきっかけは、高校生の時、長居障がい者スポーツセンターに行った時に車いすバスケットボールを知り、オーストラリア(19歳以下なら誰でも参加できる)へ、車いすバスケットボールキャンプに参加したことをきっかけに、本格的に車いすバスケットボールを意識するようになり、今では、関西の車いすバスケットボール2チームに所属されており、日本代表に選ばれ数々の世界大会に出場されています。大阪では国際親善女子車いすバスケットボール大会が知られていると思います。網本さんは、車いすバスケットボールだけではなく、国土交通省が進めるバリアフリーナビプロジェクト(ICTを活用した歩行者移動支援サービスの普及に向けた取り組み)アンバサダーもされています。「車いすでは、少しの段差でも転倒する恐れがある。」と歩道と車道の段差についても話してくれました。ちゅうぶで段差戦隊ジメンジャー(歩道と車道の取り組み)として活動しているので、網本さんが段差のことを話してくれた時は、一気に距離が縮まったように感じました。

パラリンピックは、オリンピックと比べて注目度や認知度が低いと思います。そんな中、昨年は、東京パラリンピックが開催され、陸上、水泳、ボッチャなどメダルを獲得した競技も多かったです。今年は、3月には冬季パラリンピックが中国・北京で開催されます。パラスポーツのルールを知らなくても、選手に着ているユニフォーム、競技でそれぞれ違った車いすや専用の用具などに注目しながら観るのも面白いかもしれません。

【地域自立支援協議会とは】

障害者が住みやすい地域作りを進めていこうという共通認識を持ち、様々な立場の人が集まり活動しています。東住吉区の地域自立支援協議会は、相談支援部会、子ども部会、日中活動連絡会、当事者部会、居住系連絡会の5つの部会を行っています。

