

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. 78

(2025年7月号)



ナビゲーション

じりつ みちあんない
自立への道案内



しん ちょうさ はじ じょうほう おし
新コーナー クリニック調査始めました！クリニックのバリアフリー情報教えてください！

もくじ

- ～ちゅうぶ筋ジス会 活動報告～ 2
- クリニック調査始めました！ 3
- おすすめのお店紹介します！ 5
- 大阪市施設入所者地域生活移行促進事業 6
- 機関誌ナビゲーションをリニューアルします！ 7
- 編集後記 8

～ちゅうぶ筋ジス会 活動報告～

ちゅうぶ筋ジス会は、NPO法人ちゅうぶの生活介護に通う、筋ジストロフィー当事者の会です。通所している曜日が異なるため2回に分けて開催しています。

○ボッチャで交流しました！（水曜日グループ）

障害者スポーツをみんなで楽しもうということで筋ジス会でボッチャ大会を開催しました。ボッチャの時に使うスロープを上下左右に駆使しながら、みなさんボッチャを楽しんでいました。音楽を流して雰囲気も良くしながら企画できたので良かったです。



○ゲームをする時の工夫は？（木曜日グループ）

eスポーツで活躍している筋ジス当事者がどんな活動をしているのか動画を視聴しました。eスポーツを紹介していた当事者の方は、手が動かせず顎でコントローラーを押していて当初はゲームすることが嫌だったけど、顎で操作できるコントローラーに出会ってeスポーツができてようになったとお話されていました。筋ジス会に参加されている方の中にもゲーム好きな当事者もいるので、どんな風にゲームをしているのか共有しました。



クリニック調査始めました！

今回から東住吉区や平野区のクリニックを紹介する企画を始めます。この企画をしようと思ったきっかけは、車いすに乗っている人は段差があって入りにくかったり、ホームページを見ても、診察室や待合室の様子がわからないことが多いです。そこで車いす目線でのクリニック調査をしようと思いました。（調査者は電動車いすユーザーです）

詳細情報

病院名	なごみ歯科・矯正歯科
診療科目	矯正歯科
住所	おおさか府おおさかしひがしすみよしくひがしたなべいっちょうめ 大阪府大阪市東住吉区東田辺一丁目14-1
バリアフリー状況	スロープ、自動ドア、車いすトイレ
連絡先	TEL06-6115-8910
ホームページ	https://www.nagomi-sika.jp/
診療時間	9:30~12:30 14:30~19:30 月、水、木、金、土 火曜日と日曜、祝日は休み 土曜日午後は14:00~17:30
調査しての感想	入口に大きな車いすマークがあるので、調査してみたいと思いました。診察室は広いフロアに診察台がいくつか並んでいるタイプだったので車いすでも横づけしたり車いすのまま診察してもらえたり、いいところがたくさんあるなと感じました。



左写真 入口ドアの幅も100cmあり、入りやすくなっています。



右写真 トイレは介助者と車いすで入ることが出来ました。

しょうさいじょうほう
詳細情報

びょういんめい 病院名	かのいいん 加野医院
しんりょうか もく 診療科目	ないか こきゅうきか じゅんかんきか しょうにか 内科、呼吸器科、循環器科、小児科
じゅうしょ 住所	おおさかふおおさかしひがしすみよしこまがわさんちようめ 大阪府大阪市東住吉区駒川三丁目30-3
バリアフリー 状 況	だんさ な りようがわ て 段差無し、両側手すり、 いりぐちじどう インターホン高さ約115cm さいじょうぶが やく せんち 最上部までは約125cm
れんらくさき 連絡先	TEL 06-4399-3800
ホームページ	なし
しんりょうじ かん 診療時間	9：00～12：00 げつ か すい きん と 月、火、水、金、土 16：30～19：00 げつ か すい きん 月、火、水、金 もくよう にちよう しゅくじつ やすみ 木曜、日曜、祝日は休み
ちようさ かんそう 調査しての感想	いりぐち だんさ 入口からまっすぐスロープになっていて段差も ありません。くるま らく とお あります。車いすで楽に通ることが出来ます。 いりぐち はい みぎがわ うけつけ ひだりがわ かんじゃ 入口を入れて右側に受付があります。左側に患者 さんがまつためのながいす があります。まっすぐ通 り抜けると診察室があります。



ひろ べんり
広めのトイレもあり便利です。

^{み せ し ょ う か い} おすすめのお店紹介します！

^{こんかい}今回は、うどん屋の「^{や て う にしむら}手打ちうどん西村」について^{しょうかい}紹介します。

○「^{て う にしむら}手打ちうどん 西村」

^{じゅうしょ おおさか し ひがしすみよし く いまがわ}
住所:大阪市 東住吉区今川4-4-7

^{えいぎょうじ かん げつ か すい}
営業時間:月・火・水 11:00～14:30

^{ど にち しゅくじつ}
土・日・祝 日 11:00～14:30 18:00～21:00

※^{ただ めん な し だいしゅうりょう}但し、麺が無くなり次第 終了

^{ていきゅうび もく きん}
定休日:木・金

※^{しゅくじつ ば あい えいぎょうじ かん ていきゅうび へんこう ば あい らいてんまえ てん ぼ}祝 日の場合は営業 時間・定 休 日は変更となる場合がございますので、ご来店前に店舗に
^{かくにん}ご確認ください。

^{でん わ ばんごう}
電話番号:06-6703-9568

^{ちょう さしや かん い でんどうくるま}
調 査 者:簡易電動 車 いすユーザー



おひろのり店



^{てん}
ちくわ天ぶっかけ

^{ざ せ き}座席については、テーブル席が ^{せ き}6席、カウンター席が ^{せ き}5席(椅子を動かせる)あるので、テーブル席に車 椅
子ユーザーが^{はい}入る際は、^{はい}入り口側の座席のほうが入りやすいです。

テーブル席とカウンター席は、すべての座席が空いていれば車 いす 3～4台は入れると思います。

^{でんない はばひろ かん い でんどうくるま かいてん}
店内は、幅広の簡易電動 車 いすで回転できるスペースがありました。

^{でんない ひろ す}
店内は、広く過ごしやすいかったです。

おおさかししせつにゅうしょしゃちいきせいかついかうぞくしんじぎょう
大阪市施設入所者地域生活移行促進事業

2022 年度に一人暮らし大阪市施設入所者地域生活体験制度が制度化されました。

東住吉区にある入所施設2か所から1名ずつ利用希望者があり、当センターも外出プログラムを実施しました。ショッピングセンターに買い物へ行ったり、生活介護やグループホーム見学、障害当事者と交流を目的に当センターのスタッフと卓球をしました。参加された当事者の方も、プログラムを楽しみしてくれていました。今後も、この事業を活用して、たくさんの方が地域移行できるように取り組んでいきます。



- 地域移行するにはまだちょっと不安が。。
 - でも介助者と一緒に好きな所に行ってみたい
 - 施設の外の障がい者の暮らしを見に行ってみいたいなど、
- 地域での生活・体験に興味を持っている障がいのある方

- しょう しゃんせんしせつ にゅうしょ かた たい けいかくてき がいしゅつ たいけん ていきょう
➤ 障がい者支援施設に入所している方に対して、計画的な外出の体験を提供し、
ちいき せいかつ いこう しえん おこな
地域での生活に移行するための支援を行います。
- しょう しゃ しかん そうだんしえん いっしょ たいけん けいかく つく たいけんちゅう ひつよう かいじょ
➤ 障がい者基幹相談支援センターと一緒に体験の計画を作り、体験中に必要な介助や
つきそ みまも どう ていきょう
付添いによる見守り等を提供します。
- この事業の費用は原則として無料です。(食事代などの実費は負担していただきます。)

と あ さき うらめん きさい かくしゅう しやきかんそうだんしえん
(問い合わせ先) 裏面に記載されている各区障がい者基幹相談支援センター

機関誌ナビゲーションをリニューアルします！

ながねん はっこう つづ きが かんし がつ きじ ないよう はっこう か
長年、発行を続けてきた機関誌ナビゲーションですが、8月から記事の内容や発行ペースが変わります。
(基本毎月発行(ページ数は変動あり))

【これまでの機関誌ナビゲーション記事】

年3回発行してきました。たくさんの方々に愛読していただきました。ありがとうございます。記事の内容一部を紹介します。これから自立を目指している障害者や自立している障害者に生活の様子をインタビューさせていただきました。また、地下鉄調査隊などアクセスに関すること、東住吉区内の生活介護や就労継続支援B型の紹介。コロナが流行っていた頃には外出制限もあり、取材なども控えるようになりました。そんな中でも紙面の質を落としたいくないという気持ちから当事者や支援者の方に依頼して原稿を書いていただく『sevenメッセージ』というコーナーもありました。

これまで、様々な方にご協力いただき機関誌ナビゲーションを発行することができました。これからも変わらず機関誌ナビゲーションを読んでいただき、自立のきっかけづくりに活かしてもらえたら嬉しいです。よろしくお願いします。

これまで掲載してきた記事の一例

ナビゲーション

障害者の自立生活情報

第76号

(2025年2月号)



nir navigation

ナビゲーション

自立への道案内

NAVIGATION

disc

▲ VOL ▼

CD

MD

NAV

TV



Disp1
Disp2
Disp3
Disp4
Disp5
Q

今日、sevenメッセージに執筆いただいた福本 淳さんです。

もくじ

●東住吉区事業所紹介 ●～Sevenメッセージ～ ●盲人映画鑑賞 ●花ジス会 ●職業後記	●名 ●名 ●名 ●名 ●名 ●名
---	---

このコーナー
インタビューで
それは、何らか
なさんそれぞれ
一青おにに通っ

～プロフィール～

しづみ
～障害者～

~~~~Seven×ッセージ~~~~

今頃から始まりました。Sevenメッセージのコナー。どんなコナーかというと、障害者の自立生活活動に携わっている人に、障害者活動の魅力や、どんなところにやりがいを感じて活動を楽しんでいるのか？活動をしていく中での楽しさや面白さを自由に書いてもらうコナーです。記念すべき第1回目は、NPO法人自立生活センターあるの島原昭治さんにお願ひしました。

～ひととのつながり、ちいきとつながり～

特定非営利活動法人あるる  
自立生活センター・あるる  
代表理事 鳥籠利治

## プロフィール

鳥屋 利治

1968年 大阪市生まれ、脳性麻痺。就学前に1年間、洞爺施設に入所。  
 小・中・高校と洞爺の施設へ通う。慶應義塾のセンターを経て文芸の18期生

「インターを経て企業で18年間  
 勤めて、理事者仲間と出会い  
 ……ある年で活動。現在、  
 社会委員長。」



るの原座です。私たちのセンターは、都島区に根をは  
の新聞紙に執筆の声かけをいただき、ナビゲーション  
たちの活動、そして自分自身の拠点を築きかえつてみ



く働いてまし  
活動にもた  
なつたころ、  
バスケットが頭角の人たちで（私は脳性麻痺ですが）、

地域の学校で福祉教育

わたし<sup>りゅうしょうがいじゅうよう</sup>流障害受容

第1回

このコーナーでは毎週、**重症の身体障害者にスポーツをさせて、障害受容について考えてみよう**と思います。  
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心づかいを、探り出すことができればと考えています。今回は、**障害者活動センター青おに**に通っておられる、**高田裕子**さんにインタビューをさせていただきました。

～プロフィール～

名前 高田 裕子  
年齢 46歳  
障害名 脳性マヒ  
所属 障害者活動センター青おに  
趣味 旅行、海外の刑事ドラマ



しょうがいしり じかく  
～障害者であるとの自覚～

松崎: よろしくお願ひします。まずはじめに、障害  
を持っ<sup>も</sup>た理由<sup>りゆう</sup>と、いつ自分<sup>じぶん</sup>が障害者<sup>しょうがいしゃ</sup>である  
ということが分<sup>わ</sup>かったのか教<sup>おし</sup>えてくださ

119

高田: 出産予定日は3月の終わりにくいやったら  
 1 しんですけど、誕生日が1月18日なの  
 2 で、ひと月ちょっと早く生まれたんです。  
 3 その日がちょうど日曜日で、いつも通つ  
 4 いた病院が休みやつたみたいなんです。そ  
 5 れで結局、近くの産婆さんを読んで来て、  
 6 自宅での出産となったんです。でも、へそ

の緒が首に巻きついた状態だったので、

呼吸をしていなくてほとんど死にかけて  
生まれてきたんです。でもおしりをたた  
たりしているうちに産声をあげたから、

う大丈夫やろうってことで、結局病院に

は行かず、おそらくそのことが原因で  
麻性マビになりました。2歳ぐらいのとき  
から、南大阪養育園（現 大阪発達総合  
療育センター）に行っていて、平日はお母  
さんとふたりでリハビリのために入院し  
て、ひとつ違いのお兄ちゃんはおばあち  
んのところに預けられていました。週末

# 編集後記

みなさん、こんにちは。大阪では毎日暑い日が続いています。最近、UVパーカーを購入しました。長袖だから暑いかなと思ったんですが、そんなことはなく快適に着ています。

さて、今回のナビゲーションは、いかがでしたか？森園がクリニック調査をしてくれたり、鶴羽は、ちゅうぶ筋ジス会、飲食店調査の報告を書いてくれました。これからも協力しながら、よりよい機関誌ナビゲーションを発行していきます。

【やました】

●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  
ませんか？

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、各団体をお願いいたします。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<sup>いけん</sup>ご意見<sup>かんそう</sup>、ご感想<sup>ま</sup>をお待ちしております。記事<sup>きじ</sup>に対する<sup>たい</sup>ご感想<sup>かんそう</sup>、日ごろ<sup>ひ</sup>感じておられる<sup>かん</sup>疑問<sup>ぎもん</sup>、こんな<sup>じょうほう</sup>情報<sup>けつこう</sup>を知ってるよなど、なんでも結構<sup>かき</sup>ですので<sup>れんらくさき</sup>下記の連絡<sup>よ</sup>先<sup>さいわ</sup>までお寄せ<sup>さいわ</sup>いただければ幸いです。また、突然<sup>とつぜん</sup>、取材<sup>しゅざい</sup>にお伺<sup>うかが</sup>いさ<sup>めいわく</sup>せていただき、ご迷惑<sup>めいわく</sup>をおかけすることがあるかも知れませんが、その際<sup>さい</sup>には、ご協<sup>きょうりよく</sup>力のほど<sup>ねが</sup>よろしく願<sup>ねが</sup>いいたします。

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 み まわ ぜんぶじぶん で き 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  
ょうか？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「介護してくれの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「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。

[illegible]

はっこう  
発行

じりっせいかつ  
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

ファックス 06 (6760) 2672