

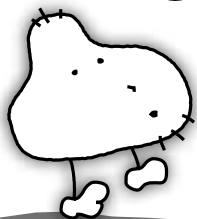
# ぬぶぼん

## 恋の相談承ります



- さち子が行く「サロン・ド・ラシネ」
  - めかちゃん家のあれこれ
  - アートをめぐる、いろんな旅「虹彩工房」
  - ヘルパーインタビュー「高橋みず希さん」
  - みやけんの外出支援でのちよとした発見
  - 映画・本紹介「愛が微笑む時」「カロリーヌの大冒険」
  - 阿部「ラム」伝える喜び
- じゅぶ川「恋」

特定非営利活動法人りあん 地域生活サポートセンターじゅぶ通信「ぬぶぼん」 第14号 2012年1月



さちこ  
がゆく!

第4回

# ええとこみ〜つけたっ!

## 『サロン・ド・ラシネ』

このコーナーでは、地域でがんばっている団体を紹介しています。  
今回ぜひ皆さんに知ってもらいたい所、それはJR大津駅そばにある  
『サロン・ド・ラシネ』（ラシネとはフランス語で『居酒屋』の意味。）

仕事は終わったけどまっすぐ家に帰るのもおもしろくない、寒いしおなかも空いてきた、ちょっと話を聞いてほしい、そんな時気軽に立ち寄れる場所がこの『ラシネ』  
落ち込んだ時や、困った時、もちろんうれしいことがあった時も、ここへきてしゃべってみませんか? ラシネのママやマスターが、いつでも、どんな話でも聞いてくれますよ。

常連の岸本さん(写真左)はもっと仲間を増やしたい!!と、皆さんの来店を楽しみにされています。ラシネで新しい出会いも期待できるかも?!



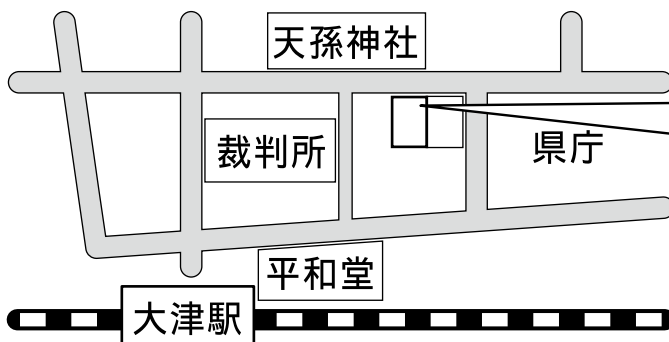
### メニュー

ソフトドリンク	100円
アルコール	150円
カレー	300円
カップ麺	150円
スペシャル料理もあります♪♪	

食べ物の持ち込みもOKです!!

- 場所は大津駅、天孫神社の斜め前、森田ビル1階、昼間は『掃除屋プリ』さんの事務所です。
- 毎週金曜日夕方5時半オープン メニューはその日によって変わります。
- いきなり行くのもちょっと心配・・・という方は一度お電話を。

平日昼間は (TEL522-5142) 大津市障害者就業生活支援センター  
金曜日18:00以降は (TEL522-5196) 掃除屋プリ事務所 まで。



## サロン・ド・ラシネ

森田ビル1F  
(朝日新聞のとなり)

# ち めかちゃん家の あれこれ



最近では私も老後のことをちょびり考えだしました。漠然としたものではありますがどんな暮らしがしたいのか、どのくらいお金が必要なのかなど自問しても答えは出ないけど情報は元気な間に知っておくべきだと思います。そこで今回は…

## 【生命保険料控除制度改正】

1年間の支払い保険料に対して計算した控除額

(旧)平成23年までの契約 一般生命保険(死亡・医療混合)・個人年金の2本立て。

(新)平成24年からの契約 一般生命保険(死亡など)・個人年金・介護医療の3本立て。

違い… (旧)(生命保険・年金) 所得税控除各々最高5万円合わせて10万円

住民税控除各々最高3.5万円合わせて7万円

(新)(生命・年金・介護医療) 所得税控除各々最高4万円合わせて12万円

住民税控除各々最高2.8万円合わせて7万円

ちなみに私も昨年個人年金に加入しました。年金は10年以上掛ける必要があり50歳を過ぎて60歳から年金受給したければ加入できず、また控除対象とするなら10年以上の受給期間に分ける必要があるそうです。まだまだ老後資金の準備なんてと思っていましたが若い世代の方が加入する率が高く控除対象もあって保険のことを見直す良い機会かもしれませんね。

## 【デンマークでの老後生活】

デンマークでは所得税50%前後、消費税25%と高い税率ではあるが貯蓄などの将来の心配なく過ごせることは素晴らしいと思う。国家予算の半分近くが福祉と医療に充てられてるそうです。多くは高校卒業すると親元を離れ独立し親は元気な若いうちから、もう少し小さなところに移り住んだり施設とは違う高齢者集合住宅で終の住宅環境を整えるそうです。

高齢者3原則 ①残存能力の活用 ②自己決定

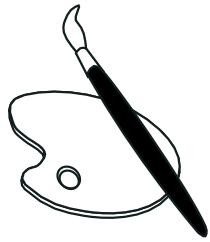
③生活の継続性(質を落とさない)

どんな人にもいつかくる老いに少しでも不安材料を減らせればと思います。参考まで

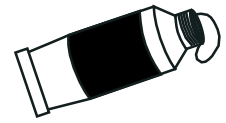
## 【ちょっといい話】

あるコーヒーショップに毎日通う老夫婦。いつも仲良くコーヒーを一杯。会話を楽しむ。店員が好きな絵や写真を入れられるオリジナルタンブラーを勧めたところ、おじいさんは気に入って購入された。翌日も来店。昨日購入したタンブラーにコーヒーを入れて欲しいと注文。女性の写真が入ってる。店員「この人は？」おじいさん「ばあさんの若い頃じゃ」と笑った。

現実にいるんですね～こんな夫婦。うちも金婚式迎える頃そうありがたいものです。



# アートをめぐる、 いろいろな旅



こんにちは、北川です。

昨年末にイオンモール草津で開催されていた「ぴかっtoアート展」を観にいきました。この展覧会は障害のある人による公募作品展で、いろいろな方の作品を観る事ができました。絵の具を使った絵やマーカーで描かれた絵、陶芸作品やダンボールで作られた立体、はたまた刺繍があったりいろいろな作品、また様々な個性を観られとっても面白かったです。作った方々のこだわりや楽しみを感じる事ができ、創作し、鑑賞する事の良さを味わえました。



今回僕が紹介するのは、東近江市八日市にある虹彩(こうさい)工房さんです。近江鉄道 八日市駅から商店街を歩いて5分ぐらいにお店はあり、ここは別の場所にあるあゆみ作業所で作られた「さをり織り」を使った商品を販売されています。店内には小物入れやめがねケース、名刺入れなどの小物からかばんやストールなどの装飾品、またさをり織りの風合いが暖かいお祝儀袋など様々な商品を販売しておられます。和だんすやはた織り機などが置かれた、少し昔懐かしい店内にさをり織りのカラフルでもほっこりとした風合いの商品が並べられ、見ていただけでも楽しめます。



さをり織りは自由度が高く、織る人の個性が存分に出るそうです。色あいや織り方、また途中で糸を替えたりと織る人の感性によってさまざまな風合いのさをり織りが出来上がるそうです。そんなさをり織りが日常に使える様々な物に仕立てられているので、普段の生活にさをり織りのほっこりとした風合いを取り入れることができます。僕もめがね入れとかばんを購入させていただきました。ふんわりと温かみのあるめがね入れはお気に入り、常に持ち歩いています。

みなさんも温かみのあるほっこりとした「さをり織り」を一度見についてみてください。



アピア

ほんまち商店街

虹彩工房

八日市駅

今回おじゃまさせていただいた虹彩工房(こうさいこうぼう)さんは近江鉄道 八日市駅を出て、ほんまち商店街を右に徒歩5分ぐらいにあります。さをり織りを使った商品がいろいろあり、また東近江市にある池田牧場のイタリアンジェラートなども販売しておられます。みなさんもぜひ一度行ってみてください。

〒527-0012 東近江市八日市本町13-6  
土日祝日定休

# じゅぶ川(せん)のユーカー

今回もたくさんの方の投稿ありがとうございました！

過去の恋愛や今のこと…。みなさんの想いが伝わってきました！  
勉強になります！

(くにさね)

恋物語 いつでもいけど もう五十

風の旅人

(編) 恋は何歳になっても現役ですよ！  
きつと☆

福山が優しくささやくもうそりで…

年令ひよんひゅうひよんひやい

(編) 妄想大賛成！あんな声でささやかれたら…あゝ妄想しちゃいました♪

この想い 体当たりでも 届けたい

紬ママ

(編) その通りですよ！想いはちゃんと伝えないと伝わりませんよね…。なんか青春って感じですね！



失って 初めて気付く 大切さ

K.N

(編) 最近つらい経験があったのでしようか…。存在が当たり前になってしまおうと大切な物が見えなくなってしまうのかもしれないね…。

夢にみる 君といっしょに のんびりと

Jun

(編) のんびり、ゆつくりあたたためていく恋…いいですよ。

泣き顔も 笑った顔も 全部好き

mk

(編) きつと、怒った顔も困った顔も…何でも好きなんですよね。好きになるって理屈じゃないですもんね☆

ゆつくりと アナタとの距離 縮めたい  
ぼん

(編) 恋の始まりですかね…☆

冬に聞く 恋愛ソング 身にしてみる

一人っ子

(編) 冬のバラード…切ないですよ。でもカラオケで熱唱してしまう(編)なのです。

恋愛の 相談受けるが 実りなし

ワイパー

(編) 相談受けるのでなく、相談をもちかけてみては？そこから何か始まるかも♪

少しずつ あなたとの距離 遠ざかる

四十路女

(編) 恋愛って…難しいですね。遠ざかったら、いつかまた近づく日がくるかもしれない！



恋愛川柳いかがでしたか？独身の男女がたくさんいるのに、近年、恋愛できない人が急増ですつて！そんなの…寂しいですよ。楽しく人生送りたいですね♪

# ヘルパー インタビュー

**ゲスト：龍谷大学大学院生の高橋みず希さん**  
**インタビュワー：宮村**

宮村：こんにちは、高橋さん。今日はヘルパーインタビューよろしくお願ひします。

高橋：よろしくお願ひします。

宮村：高橋さんは今龍谷大学の大学院に通っていますよね？何を専攻されているのですか？

高橋：はい、大学院では主に知的に障害が重い人に焦点を当て、その人たちにとっての労働、日中活動、余暇活動などの意義・目的を当事者、支援者双方の立場から考える研究を進めています。その際、必ず現場に足を運んでそこから見えてくる視点を大切にしています。

宮村：本格的ですね。では早速本題に入りますが、まず始めにじゅぷに登録してくれた時期ときっかけを教えてください。

高橋：大学2回生の夏休みに、障害を持つ子とふれあうサマースクールに行ったことと、秋口にじゅぷの職員さんが龍谷大学の授業に重度訪問介護者養成研修の宣伝に来ていたことがきっかけです。そこから障害を持つ方の生活に関わってみたいという気



持ちがわきました。

宮村：そうですね、実は僕も2回生の秋くらいから障害を持つ方の生活に関わってみたいと思いじゅぷに登録しました。ちょうどこの時期は学校での座学で身につけた知識を実践で生かしたいという学生が多いんですよね。では質問を続けますが、高橋さんは重訪研修を受講されてからすぐにじゅぷで働くことになったのですか？

高橋：いや、それがヘルパーにすごく興味があって、受講しようと思っていたのですが、ボーっとしてたら重訪研修の受付期間を逃してしまったんです(笑)。それでヘルパー2級を急いでとりにいきました。

宮村：あらら。実際ヘルプを始めてみてどうでしたか？

高橋:最初は身体介護にしても外出支援にしても不慣れでなかなか自信はつきませんでした。が、じゅぶの職員さんの介助の仕方や関わり方を見ているうちに少しずつ自信がついてきました。

ヘルパーという仕事に興味を持ちました。

宮村:最初から上手くできたわけではなかったんですね。

高橋:はい。今でも何が最善なのかわかりませんが、中でも私が4回生の時に卒業研究を書くきっかけとなったSさんとの関わり方はかなり考えさせられました。Sさんは行動障害を伴う自閉症の方なのですが、当初彼女の一つひとつの行動や世界観を否定的に捉えていました。実際ヘルプに入っている時も彼女の行動に対してやめてほしいと思っているだけであったり、ただ単に制止していたりしていただけでした。

しかし、次第に言葉で言えないことを何か行動で表現しているということがわかり、行動の意味を一つ一つ捉えることができるようになってきました。

宮村:高橋さんの関り方で、Sさんにも何か変化が現れましたか？

高橋:そうですね、ただ単に時間的な

慣れもあるかもしれませんが、Sさんをありのまま受け止めようという気持ちで、Sさんに安心感を与えることができたのだと思います。これまでは何かあっても声に出して笑わなかったですし、Sさんから私に対してはたらきかけをするようなこともなかったです。そのSさんが楽しいことや面白いことがあれば声に出して笑ったり、向こうからじゃれてきたりというのはすごく嬉しい変化でした。

宮村:素晴らしいですね、高橋さんのそのような関わり方とても勉強になります。では最後に大学院を卒業したらどのような進路に就きたいと考えていますか？

高橋:大津市内で何かしら障害福祉分野に関わるお仕事がしたいと思っています。具体的にここでという場所はないのですが、これまで数年間関わってきた方とこれからも関わっていききたいという思いはあります。

宮村:そうですね、大学院で研究してきたことをこれからは福祉現場で生かしてください。今後とも高橋さんの活躍を期待しています。今日はお忙しい中ありがとうございました。

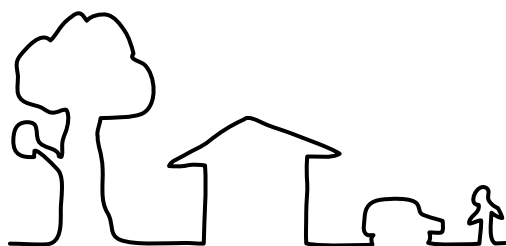
高橋:ありがとうございました。

みやけんの

## 外出支援での

# ちょっとした発見!

Part 4



### 『成人向け書籍又はDVDの購入について』

男性利用者さんの外出支援をしている時、買い物の一環として成人向け書籍やDVDを購入又はレンタルをすることがあります。これらの商品パッケージには法律の定義として必ず、18歳未満の方は購入又はレンタル禁止と記載してあります。言い換えると、18歳を迎えられた方は誰でも購入又はレンタルする権利が与えられるということになります。

成人向け商品自体の存在に関しては常に賛否両論はありますが、一つ言えることは、そのモノが違法でない限り何を買って観るのは本人の自由意思だということです。これはQOLの概念として捉えると、日々の生活を何で楽しく、何で満足させるのかは人それぞれ違って当然であり、それはまた食べ物の嗜好や服の趣味が違うように成人向けDVDを観たい人、観たくない人がいるのもまた同じことです。個人の意思は常に尊重されなければなりません。

ただそうは言っても、やはり成人向けDVDや書籍の購入は世間的に風当たりが強いのも事実です。その意見としては、知的に障害を持つ人がそういったモノを観たら性犯罪を招くのではとか、仕事や日常生活に差し支えるのでは、などあります。もっともな意見ですが、これらマイナス面ばかりではなくプラスの面もあるように思います。ある利用者さんは、商品を買えたことや鑑賞できたことで日々の疲れや仕事のストレスが発散でき「これで明日も仕事を頑張れるわ」と言い、ある利用者さんは「今まで奥手でできなかった恋愛をしてみたい」などプラス的な要素も多数発見できます。ただ、商品内容と一般的な恋愛とは相容れない部分があり、確かに性犯罪と結び付きかねない内容の商品もあります。それを手にしたときに、例えば現実とメディアの世界を混同させないように説明したり、恋愛を積極的にしたいという方がいれば、恋愛開始からデートに至るまでのプロセスを段階を追って教えるなど、具体的なアドバイスやレクチャーが今後必要になってくると思います。

支援の奥深さ、幅の広さを感じた今日ごろごろでした。（宮村）



# 映画・本紹介コーナー

上井 英里

まだまだ  
続けるぞ!!

なんだかんだ、だらだらと続いている紹介コーナーです!(笑)こんにちは!  
今回の紹介映画を探している間にいろいろ懐かしい事を思い出したので、  
少し昔を振り返りながら映画&本紹介をしたいと思います♪

映

## 『愛が微笑む時』

cinema cinema cinema cinema cinema cinema cinema cinema cinema

【あらすじ】

4人のゴーストが、生前果たせなかった夢に、青年の肉体を借りて再挑戦するファンタスティックなコメディ。

【上井の感想】

主演のロバートダウニーjrが鼻持ちならない嫌な青年を好演してます!この映画を観たのは中学生だったのですが、当時は「2本立て」というのがあり、自分が観たいと思っていた映画より、後半にやっていたこの映画に感動し帰った記憶があります。

今では考えられないのですが、1日映画館の中で過ごせたり…いや～良い時代でした(笑)。



本

## 『カロリーヌの大冒険』

book book book book book book book book book

【あらすじ】

ふたつに結んだ金髪に、赤いサロペットスタイルのフランス人の女の子カロリーヌと8ひきのおともだち。彼らは、海やキャンプ、外国旅行や月旅行にまで出かけてしまいます。

【上井の感想】

今から50年位に出版された絵本です。とにかく主人公のカロリーヌが好奇心旺盛でいろんなところで冒険を行います。

絵もレトロで大人が見ても可愛いお話だと思います。絶版になっていたのですが、最近復刻版が出ている事を発見!是非見て頂きたい作品です。

昔この絵本を持っていたのですが捨ててしまいもったいない事をしたと後悔しています。もし、残していれば高値が付いたに違いない!! と大人の汚い気持ちをくすぶらせてます(笑)



【最後に】

今回はほぼ内容の紹介をしていないのですが、映画のくだり等「そういう事もあったな～」と思ってもらえれば嬉しいです(^\_^)

# 「伝える喜び」

阿部 正之

以前のぬぷぼんでも紹介したことがあるのですが、この新聞記事に載っている福祉ホーム「あいえる」には数年前じゅぷの職員研修で見学に行ったことがあります。そこではヘルパーの共同利用など福祉の先進的な取り組みが多数あって、当時、非常にびっくりした思い出があります。今回その「あいえる」の利用者が様々悩み、葛藤と戦いながら成長していく様子を紹介しつつ、人に伝えることの重要性を考えたいと思います。

この仲野さんのように我慢するということがお互いしんどくなるということを今までに皆さんも経験しているはずですが、場面によっては我慢することも必要ですが、伝えることにより人間関係が変化するとは間違いありません。

自分の思っていることを人に伝えないより伝えた方が、うまくいくことが明らかに多いです。伝えることによってぶつかることもありますが、それ以降周りの人はその人をどういう事を考えている人なのかが理解でき、良くも悪くもぶつかる事を回避できます。同時にストレスも回避できます。お互い特に人間関係の初期段階では勇気をだして自分の考えを言うことは人間関係形成のうえでかなりの貢献をしているはずで

ヘルパー職にも同様のことが言えるわけで、初期の段階で「合う」「合わない」の結果派遣中止ということも少なくないですが、思い切って個性を出すと人にもよりますが、相手(利用者)もそれに合わせた付き合い方をしてくれることがあります。その結果、ヘルパーとして楽になることが多々あります。偏った個性を主張することはあまりお勧めはしませんが、一定の個性を伝えることは今後の人間関係を良好にするはずで

しいし……」と、試着を言い出せず買った。帰って袖を通したら、きつくて着られなかった。  
職員は今西梨沙さん(29)は、「自分のできないことを認め、言葉で伝えなければ、後で自分がつらくなる。実はそれは、健常者も同じことなんです」という。  
\*  
伝え上手になった仲野さんは、違う壁にぶつかった。どうもヘルパーとうまくいかない。してもらって当然と思う気持ちで、言葉遣いが偉そうになっていた。  
あいえるの職員に勧められ、「ありがとう」と言ってみた。女性ヘルパーは「サポートさせてもらってお給料をもらってるのに、『ありがとう』って言うてくれて、ありがとう」とほほ笑んだ。とても気持ちよかった。それから自然と感謝の言葉が出る。今や「仲野さんは、介助に入りやすい」と言ってもらえる。

2年前からは、アパートで一人暮らしだ。つらいときは、小さいころから大好きで携帯電話の待ち受け画面にしている飯面ライターを見る。自分だって、障害を抱え、勇敢に一人でやっている。  
「眸もヒーローや」  
だから「助けて」と「ありがとう」を武器に、自由の扉を開いて生きていく。

(読売新聞 2012年1月8日)

# 「助けて」って

## 「言えますか」

⑤

2007年春、脳性マヒで電動車いすを使う仲野眸さん(24)(大阪市住吉区)の挑戦は、大好きなリンゴジュースから始まった。

6歳から暮らした肢体不自由児の入所施設を出て、自立を目指して生活する福祉ホーム「あいえる」(同市西成区)に移って間もないころだ。コンビニで、付き添いのヘルパーに「ジュース飲みたい」と言った。

「何の?」「リンゴ」  
「どれ?」。陳列棚のリンゴジュースは何種類もある。「それでもいいから」「仲野さんが決めてよ」

入所施設では、与えられるものがすべてだった。自分で決めたことがなく、どう伝えていいかわからない。

ヘルパーが助け舟を出し

# 「ありがとう」自立の支え

## 車いす障害者 伝える喜び



写真提供：関口寛人  
大阪市住吉区で、仲野さん(左)と店員さん(右)が話している様子。

た。「どうやって飲むの? コップで?」。そうか、私の手でつかめるのは……。

「ペットボトルにする。自分で持てる方」。ようやくジュースを手にし、してほしいことは具体的に伝えるのだとわかった。うれしくて涙がこ

ぼれた。

12000名の未熟児で生まれ、手足のマヒと知的障害がある。施設ではオシャレな服は「介助が大変」と敬遠され、世話をかけない子が「賢い」と言われた。「自由が欲しい」と思った。

心配する母を、  
「口があるんやから、助けてもらえようように口で言う」と押し切り、

3年かけて自立の力を養う「あいえる」にきた。助けを求めずには、失敗を重ねて学ばほかない。

友人と買い物中、トイレに行きたくなった。人混みの中

エレベーターに乗り、数少ない障害者用トイレで用を足すには1時間かかる。「待たすんは申し訳ない」と我慢して、結局具合が悪くなった。

「早く言ってくれた方がうれしいし、あんたも楽やろ」。友人に諭され、「言わないと余計に負担をかける」と身にしみた。

\*

ホームは03年にでき、これまで20人が巣立った。運営する社会福祉法人「あいえる協会」の古田朋也理事長は「人の助けを得ながら、これまで得られなかった経験を奪い返す取り組み」と、説明する。

ホームでは今、6人が暮らす。その一人で両足が不自由な三浦彩花さん(22)は、洋服を買うとき失敗したことがある。自分のサイズがわからず、「聞いていいのかな。恥ずか

## あ と が き

“いろんな人にとって暮らしやすいまちづくり”ってどうすれば良いのだろうか? と考える時、行政の施策も大切ですが、まずは地域での助け合いをどうするかを考えるべきだと思っています。昨年の震災でその思いはより強くなりました。ということでやはり、今年も自治会活動やご近所づきあいを楽しんでいます。(染井将仁)



今年の元旦は義父と義弟と3人で朝4時に起床し、野洲の「三上山初登山大会」に参加しました。約350名の参加者でその多さにびっくり。暗闇を登山するのはきつかったです。天気予報は曇りで初日の出は期待していなかったのですが、雲の隙間より真っ赤な太陽が出たときは歓声があがり、元旦から非常にすがすがしい気持ちになりました。(阿部正之)



あけましておめでとうございます。昨年は色んなことがあった1年でした。今年30歳を迎えることとなります。20代にさよならを告げ、新たな大台に乗っかるこの節目の年に、何かチャレンジしようと考えています。チャレンジしたらまたここでご報告させていただきます! どうぞ本年もよろしくお願いします。(國實紗登美)



こんにちは!最近寒いので湯船に長く入っているのでいろんな入浴剤を集めるのにハマっています♪ 生姜ブームなのか入浴剤にも生姜商品が沢山ありおもしろいです!(上井英里)



昨年7月より電車通勤に変えた。はじめの3日間は歩くことと電車に乗り慣れてないことで、しんどかったが今ではフットワークも軽くなった。人間ウォッチングも面白く多少身なりも気にするようになった(笑) 今は、音楽しか聴いてないけど通勤時間に語学や落語も取り入れてみたいと思う。(目片真弓)

ここ最近、仕事でもプライベートでも車中での移動中は専らFM77を聴いているのですが、よく懐かしい歌(通称なつメロ)が流れます。先月チャゲ&飛鳥のYAH YAH YAHが流れ、車内一人ノリノリで歌っていたところ、信号待ちをしていた隣車線のおじさんも同じく右こぶしを挙げながらノリノリでした。お互い窓から笑顔で軽く会釈をした後、再び車を走らせました。地元ラジオ局が生んだ、照れ臭いけど何かほんわかした瞬間でした。(宮村健太郎)



私の今年のテーマは『家族愛』。後期高齢者の母をいたわり、息子との絆を深める、そして笑いのある家を目指します。夏には家族旅行なんかできたらいいな~。(木村佐智子)

あけましておめでとうございます。昨年3月からじゅぶで働かせていただいて、10ヶ月以上がたちました。去年はみなさまにいろいろ教えていただき、いろいろ経験させていただき、たいへん楽しい一年になりました。また今年もよろしく願いいたします。きっと僕は今年もまた、アニメざんまいの一年を過ごすでしょう……(汗)(北川学)

