



# じゅぶ通信



春の訪れと共に新しい予感...  
本年もよろしくお願ひします

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「ぬぷぼん」



- 研修報告「当事者が語る人権セミナー」第二弾
- ゆるがせ通信 ●ふじたん家のあれこれ
- 退職について ●ピワイチしました！
- じゅぶ川「新しい事、新しい〇〇」
- あとがき

じゅぶ事務所、引っ越し致しました！！  
同じ建物、同じ階の右側へ！！

**地域生活サポートセンターじゅぶ**

前の事務所は現在工事中。  
さて、どんな風になるのか楽しみですね！  
2月末完成予定です！



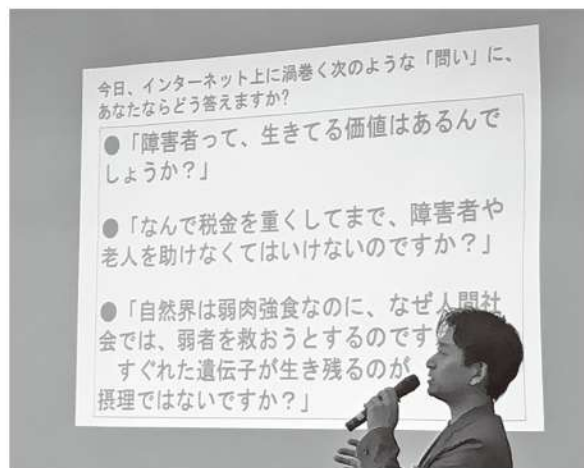
# 障害者の『わがまま』が社会を変える

映画『こんな夜更けにバナナかよ』

原作者 渡辺一史さんと 障害当事者によるトークライブ

去る2019年10月5日、瀬田東市民センターにて、障害当事者が語る人権セミナー第2弾！“障害者の『わがまま』が社会を変える”を開催したところ、約100名のご来場があり、盛会に終わりました。


昨年、実話にもとづく障害者とボランティアの自立生活を映画化し、大ヒットした「こんな夜更けにバナナかよ」の原作者、渡辺一史さんをお招きし、渡辺さんのご講演、および渡辺さんと当地の障害当事者や関係者によるトークライブというプログラムでした。



読んで（観て）おられない方のために原作（および映画）について紹介しておきます。原作の副題は～筋ジス鹿野靖明とボランティアたち～ 北海道で暮らしておられた鹿野さん、彼は筋ジストロフィーという病気であり、日々、身体の筋力が衰えていく状態。医師からは入院を薦められますが、彼は「あなたたちだって、仕事が終わったら自分の家に帰るじゃないか。だったら僕も帰りたい！」と自宅に帰り、自立生活を営んでおられました。

昨今ならば、ヘルパーを利用して…ということになるかもしれませんが、当時、彼が介助者を募る方法は、街中や大学へ出向き、自分で声をかけることです。また日々の調整も自分たちで実施しなければなりません。携帯電話もない当時、ボランティアと共に、泊まりを含めた支援の調整をおこなう綱渡りの日々です。また、呼吸が弱まり人工呼吸器の着用となった際も、その操作や痰の吸引などの手技については、自分が中心となつてのボランティアへの指導や、ボランティア間の伝授により成り立っています。

そんな中で起こる、人間関係の現実をルポルタージュしたのが原作です。（そこに恋愛の要素なんかのエンターテインメント性も加えてドラマ化したのが映画です）是非、原作本（映画のDVD）を読んで（観て）下さい。



さて当日、当事者が語る人権セミナーですから、鹿野さんを招きたいところですが、残念ながら、それはもう叶いません。そこで、実際にボランティアとしても関わり、現場を見てこられた渡辺氏を招き、当時の様子や映画の裏話など語って頂きました。

後半の冒頭、30年ほど前のVTRを上映しました。そこには、今は亡き門脇謙治氏を中心とした障害当事者の、仕事や暮らしの様子がありました。当日、夜バナの映画は上映しませんでした、私たち地元の人間にとっては、それ以上に価値のあるVTR上映だったかもしれません。その後、VTRにも登場の馴染みの顔から新世代まで、幅広く登壇してのトークライブ。限られた時間でしたので、話す方も聴く方も、物足りなかったのではないかと心残りです。（内容や感想については、来場された方のアンケートから読み取って下さい）

ご来場頂いた皆様には、多少の不備もあったかも知れませんが、暖かく見守っていただき、ありがとうございました。日頃関わりの無い方で、自治会の回覧を見てきて下さった方もあり、広く知って頂くという目的を少しでも達成出来て何よりです。また登壇して頂いた皆さんも、ご自身のプラベートをさらけ出しての発言、ありがとうございました。最後になりますが、渡辺氏は、とても気さくで話しやすい方でした。打ち合わせや食事の際もユーモアを交えつつも、障害者運動の歴史や、現在の状況等、知識の深さに驚きました。遠く、北海道からお越し頂いたこと、感謝に堪えません。

ボランティアの時代を経て、制度による介助が一定は補償され、介助者の確保も以前よりは容易になりました。反面、それは業務化し、人としての繋がりは薄れたようにも感じます。「家に帰りたい」「地域で普通に暮らしたい」自分なりに生きようとするのが“わがまま”と言われてしまうという状況は、制度が充実しつつある今も、大して変わらないのかもしれませんが。まだまだ（もう少し？）障害当事者は主張を続け、変化を求め続けなければならないようです。私たちも、そこに共に関わっていきたいと思います。共に楽しみながら！

（染井）

追伸：用意したバナナ100本はキレイに無くなりました！



《以下、アンケートより抜粋》

- ・大変良い講演でした。自治会の回覧を見て参加しました。
- ・ヘルプに入っていて感謝されることはありますが、私も交流する中で救われることは多くあって、ヘルプの中でも人と人との関係を忘れたくないと思います。
- ・障害者の方々の様々な働きかけによって、今のバリアフリーが整ったんだと知ることができました。



- ・バスの乗車拒否は「いまだにある」というより「新しい力」がはたらいているのではないか。大津ヴィエラの問題は競争原理で経営に支障があるならエレベーターはつけなくて良いとされている世間の「あたらしい常識」だと思うし、帝産バスの問題は「定時運転のプレッシャー」が背景にあると思う。
- ・どれも実話に基づいて良かったです。“がんばった”の映像も懐かしく見入ってしまいました。当事者の話はどの方も心にしみて良かったです。
- ・「わがまま」と思わないといけないのはおかしい。それが当たり前聞いてもらえるし言えることで自立や本人の意思が尊重される時代になれば良いなあと思いました。
- ・障害者の方々が親の決めた方法で過ごしているのをよく見る。本人の意思決定が出来ることから理解してもらうのに時間がかかるし困難だが尽力していこうと思った。
- ・つつい思い込みで動いてしまいがちですが、当事者の意見を聴くことで修正できているように思います。定期的を開いていただくことが社会のゆがみを正していくことにつながると思いますので、またお願いします。
- ・渡辺さんの話の中で辛いものも多かったが、そういうことがあるからこそ、今自分たちがどうしていくかが大事なんだと思った。
- ・大津のビデオを観て今まで過去の話として聞いてきたことが生で現実味を持って見られたことが良かった。映画もそうだけど特別なことでなく「普通の生活」をどう過ごしているか感じることで学べること多いと思った。
- ・いままで障害者の方々の直接の心情・言葉をお聞きしたことなかったので、そして「同情心」で遠くからのみ傍観していた私に、遅まきながら新しい眼を開かせていただきました。
- ・パネルディスカッションをもう少し時間とってやってもらえたらなと思った。もっと“わがまま”を言ってほしかった。聞きたかった。



## 当事者が語る人権セミナー第二弾！ 登壇者の紹介

### 講師 渡辺一史さんの紹介

渡辺一史(わたなべ・かずふみ) ノンフィクションライター



1968年名古屋市生まれ。

北海道大学文学部を中退後、北海道を拠点に活動するフリーライターに。2003年刊の『こんな夜更けにバナナかよ』で大宅壮一ノンフィクション賞、講談社ノンフィクション賞を受賞したほか、2018年には大泉洋主演で映画化され話題となる。

また、2011年刊の『北の無人駅から』でサントリー学芸賞、地方出版文化功労賞などを受賞。他の著書に『なぜ人と人は支え合うのか』など。札幌市在住。

### パネラーの紹介

#### 太田好信さん

若き日の姿が映像にありましたね、障害者運動の生き証人。先日、映画を観て30年前を思い出したとか。瀬田駅にエレベーターがあるのは、この方のおかげ？そして今でもボランティアさんとの関係は続いてますよね。生まれ育った地域にこだわり、父の没後も実家にて一人暮らし。毎晩、泊まりの支援が必要ですが、夜更けにバナナは食べますか？愛くるしい笑顔と“涙”がトレードマーク。

#### 森山慶一さん

若手代表！いや『わがまま』代表！失礼しました。大学入学と同時に、県内他市より瀬田に移り住み、1人暮らしはもう10年に。毎朝夕、多数のヘルパーを利用する中、思うところが色々ありますよね？今日はどこまで吐き出すか！？

#### 西本菜々子さん

学生ヘルパー代表。若い感性が弾けます！フィリピンやアフリカの話も聞きたいけど、今日はどこまで話せるか？

#### 門脇裕子さん

うん十年前の映像の主役は私です！ミスター障害者と呼ばれた夫は早世し、娘は巣立ち、ひとりの暮らしを満喫中。育てたヘルパーの数は鹿野さんにも負けません！？年齢を計算しないでね(笑)

#### 中川佑希さん

親に敷かれたレールを逃れ、一人暮らしを始めて、もうすぐ10年。ステージ進行と言え、この人です。いまや独立開業し、オフィスゆうき代表。その他肩書き多数で紹介しきれません。次世代のリーダー間違いなし！

#### 前田雅文

学生時代に障害者運動に出会う。映画の中の「みさきちゃん」同様、教員になるはずが…いつの間にやら、こっちの世界で30余年。

## 「障害を持つ人にこそ自動運転が必須である」

阿部正之

「じゅぶ」における車両を使つての支援は欠かせないものとなっています。

開設当初2台で開始した移送サービスも現在では8台で運行しています。タクシー会社と同じく運行管理者も配置し、ちょっとした旅客輸送会社です。「じゅぶ」では滋賀県という土地柄も手伝い、車両が無ければ人としての生活を制限される人々を目の当たりにしています。しかしながら依頼を断らせていただくケースも少なくありません。今後、増加していくであろうニーズにどのように対応していくかは、ひとつの課題です。

## ◆誰しものが利用できないと自動運転の意味がない

人の代わりに機械がクルマを走らせる、いわゆる「完全自動運転」が実現すれば、どんな人でも車両で自由に移動することが可能になる。それは、障害者や高齢者などでも同じ。では、そうなると「福祉車両」はどんな存在意義を持つのか？ 自操式福祉車両という概念自体が「不要になる」と思われます。



## 自動運転レベルの定義

| 自動運転レベル           | 概要  | 安全運転の責任主体              | 実現が見込まれる技術                 | 市場化の期待時期        |
|-------------------|---|------------------------|----------------------------|-----------------|
| レベル1：<br>運転支援     | システムが前後左右のいずれかの車両制御を実施                        | ドライバー                  |                            |                 |
| レベル2：<br>部分運転自動化  | システムが前後左右の両方の車両制御を実施                          | ドライバー                  | 追従システム<br>自動レーンキープ         | 市場化済<br>2020年まで |
| レベル3：<br>条件付き自動運転 | システムがすべての運転タスクを行い、システムが介入要請したときのみドライバーが対応する状態 | 基本は運転システム（介入要請中はドライバー） | 自動パイロット<br>（自動操縦）          | 2020年めど         |
| レベル4：<br>高度運転自動化  | システムがすべての運転タスクを行う（走行環境は限定的）                   | 自動運転システム               | 無人自動運転移動サービス<br>（遠隔型/限定地域） | 2020年～<br>2025年 |
| レベル5：<br>完全自動運転   | システムがすべての運転タスクを行う                             | 自動運転システム               | 完全自動運転システム                 | ??              |

## ◆完全自動運転はレベル4以上から

まず、前提としてクルマの「自動運転」とは

自動運転と運転支援の境は、レベル3からレベル4の間にある。現在の運転支援はいずれもレベル2であり、これは、運転者が運転の全責任を負う。レベル3は、自動運転と同等の機能が搭載されるが、自動運転操作が難しい状況、例えば天候の不順などで安全な自動運転ができない場合は、運転者に運転が任される。そのうえで、ある道路条件などを満たした場所では、万一の事故など含めすべてがクルマ側の責任とされるのが、レベル4だ。その上にレベル5があり、こちらは条件を特定せずあらゆる道を自動運転で走行できる水準である。

## ◆2025年には実現する？

自動運転については日本のメーカーも含めて各社がしのぎを削っています。いつ実現するのかについては、イスラエルのセンサーとソフトウェアのメーカーであるモービルアイ社が、2025年には個人での自動運転を実現したいとの目標を掲げている。わずかあと5～6年先の話である。もちろん、それを実現するには技術開発のみならず、法整備なども行われなければならない。なぜなら、現在の日本の道路交通法は、人が運転することを前提としているからだ。

また、故障や事故などに対し、誰が責任を負うかという製造者責任の課題もある。スウェーデンのボルボは唯一、自動運転車両で起きた事故等はすべて自動車メーカーの責任であると表明しているが、この点についてもまだまだ議論が必要だろう。

## ◆運転免許証 自体が不要になる?!

以上を踏まえた上で、もし（レベル4以上の）完全な自動運転が実現すると、福祉車両の価値はどうなるのか？

福祉車両を必要とする人にとっての利便性がより高まると期待するが、その時代になったとき、そもそも通常の自家用車と福祉車両を区別すること自体、違和感を覚えるに違いない。なぜならば、完全自動運転が実現すれば、運転免許という制度自体が意味を失う。障がい者や高齢者などを含め、全ての人々が車両を利用できるようになれば、運転免許証を所持するかどうかは問題ではなくなる。また、そうでなければ自動運転にする意味がない。

運転免許が不要になるなら、現在運転免許を取得するための条件である視力や、身体的な操作能力、状況判断能力が問われないことになり、鉄道やバスなどの公共交通機関と別に、万人のための移動手段が生まれることになる。

## ◆「ヘルパーが運転する」

という今までの車両の基本的な前提条件が変わるはずですが。そのときには、もはや福祉車両という言葉が死語となるはずで、障害を持つ人も高齢者も、日本人も外国人もすべての人が不自由なく使える車両が自動運転によって実現できるはずである。それもそう遠くない未来に。



# ち ふじたん家のあれこれ

寒いのは苦手な藤田です。

もう数ヶ月で春が来る！と自分に言い聞かせております（笑）

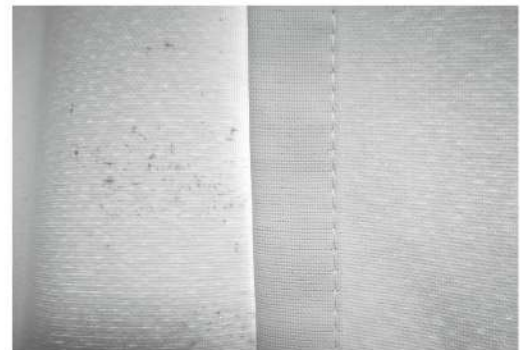
今回は、藤田の好きなことをまとめてみました

## ① カーテン洗濯

結露で知らぬ間にカビてしまうカーテンを簡単にキレイに出来ないか？調べてみました（^^）  
酸素系漂白剤（ワイドハイターもO）が良いそうなので試してみました  
バケツにぬるま湯2リットルに酸素系漂白剤大さじ1を溶かし1時間つけ置きしたらキレイに落ちました（^^）  
つけ置き後は洗濯機ですすぎと脱水をしてカーテンレールにつけて乾かしました♪



汚れがひどくなる前にすればつけ置きだけでキレイになります 結構、うれしいです



左がつけ置き前、右がつけ置き後です  
分かりにくいですがね（^^）

## ② じゅぷの掃除機



紙パックではなくダストボックスにゴミがたまるタイプです  
小まめにゴミを捨てる必要がありますが  
ゴミを捨てるとすごく調子よくなります♪

ひと手間加えると頑張ってくれ仕事してくれる辺りが  
とても面白くて好きです

紙パックもいらないので経済的でもありますね（^^）





### ③ 時計

じゅぷのどこかにある時計です（笑）

探してみてください（^^）

どうやら昭和40年代頃の物みたいです♪

古いので時計の精度はそこそこ、1ヶ月で5分程度ズれてしまいます

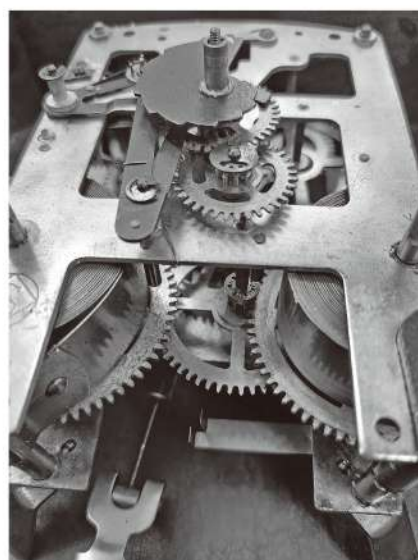
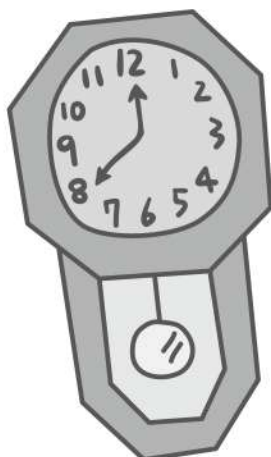
一度動かなくなったのですが、掃除をしたらまた動き出しました♪

気が向いたときに整備をすればあと100年ぐらい動くんじゃないかと思ってます



不完全だからこそ味や面白みがありますね～（^^）

また耐久性の高さと機械的美しさはピカイチです！！！！



## facebook 見てくださいなね！



じゅぷでは、みなさんに日常の活動の様子をお届けしようとfacebookをしています。  
facebookを通じてよりみなさんとの交流がはかれたらいいなあと考えています。

是非一度、のぞいてみてください！

facebookへは、  
こちらのQRコードから  
アクセスしてください。



ホームページへは、  
こちらのQRコードから  
アクセスしてください。



本年2月末をもって、常勤職員の藤原光さんが退職することとなりました。新天地での藤原さんの新たな挑戦をじゅぷ職員一同応援したいと思っています。以下、お世話になったみなさんへの彼からのメッセージです。

## 退職について

藤原 光

常勤として働かせて頂き、はや丸6年が経とうとしています。

この度、誠に勝手ながら  
じゅぷを退職する運びに致しました。

振り返れば、たくさんの出会いと出来事。  
本当にいろんな事が蘇り、長かったようであつという間でした。

この世界に飛び込み、今に至るまでの一番の感想（事に対して生じたまとまりのある感じ・考え）は、  
たくさんの人達と関わる中で、「こんなに自由に生きていいんや」と頭の硬い自分の人生を、華やかに変えてくれたこと。

世の中のゴミを徹底的に捨てることも、冷たいコーヒーやキットカットに拘ることも、カラオケでAKBを歌い踊ることも、昆虫採取という趣味（人に迷惑かけるほど熱中することを趣味と呼ぶ）を謳歌することも。

自分自身が楽しく納得できて、自分自身が美しいと思えば  
それが人生、生き方の「答え」であることだと。

この世界に飛び込まずして、別の道を歩んでいたらきっと今頃、  
ズッ友とタピってインスタ映えしてバズって、バイブスぶち上げあざまる水産よいちょまる  
で、間違いナイトプール ぱしゃぱしゃ～  
だったはず。

（ほんとすみません。なんもわかりません。）

そして「じゅぶ」という場に関して。

たくさんのお会いの中で、

障害福祉サービス。障害者の訪問介護事業。じゅぶ。

その全てに対し、いいイメージを持ってない人もいて、批判される内容や間違い（その人の人生で美しくないこと）もたくさんあります。

それでも僕は、「じゅぶ」が大好きです。

厳密にいうと、「じゅぶ」に関わる全ての人、基、ここまで自分を刺激してくれた当事者、保護者、関係者、他事業所の方、上司、先輩、同僚、後輩、登録さん、たまる屋関係者、思い出いっぱいネオ、大松商事の日めくりカレンダー、本当に大好きです。

尖りに尖っていた自分に興味関心を示しぶつかって来て、否定し、諭し。

時には認め、尊重し、敬い。

たくさんのお話を教示してくれて。

無資格未経験、足はギプス状態で面接に来たのに採用してもらい、

隠れてやっていたアルバイトを頭ごなしに否定せず、

再三の遅刻にも目をつぶってもらい、

理解し難い休職にも応じてくれて、

身勝手な、たまる屋にも賛同してくれて。

こんな素敵なお場、後にも先にも見つからないと思っています。


「じゅぶ」を辞めるときは「介護」を辞めるとき！なんてよく言ったもんです。

その言葉とは裏腹に

今春、大切な仲間と共に新天地にて「介護」でスタートを切ります。

僕は介護がとても苦手です。

身体を密着させることも、人の身体に触れることも、腰に負荷がかかる作業も、朝早くから動くことも。



しかし、それを超越する学びと人情。

その学びと人情を、「訪問介護」スタートで、どのように「福祉」、そして「世の中」行き着く先は「自分の納得する人生の正解」にできるかは未知数で、全ては今後の行動次第。

何年後なのか、どんな形なのかはわかりませんが、

もし僕が、  
ポルシェに乗って、支払いはゴールドカードで、  
梅田のタワマンに住んでいたら。  
後ろからアイスピックで刺してください。

もし僕が、  
「利用者様」に対して、上質な言葉遣いと上質で機械的な介護を徹底し、利用者様の幸せの  
みを追求していたら。


【やりがいは利用者様の「ありがとう！」】  
っていうキラキラしたパンフレットを作ることを勧めてください。

もし僕が  
カンボジアあたりに無償で井戸を掘ったり、学校を建てたりしていたら。  
「いいことしてはるね。」って遠い目で微笑んでください。

もし僕が  
「やっぱりおまえはアホやな」「何考えてるかわからんけどええ奴やな」って言われること  
ができたのなら、  
「おかえり」の一言で、また一緒にワクワクするような、楽しいことを共有させてください。



今までの出会いと出来事に恩を着ると共に、



一緒にやろう！と決めてくれた奴らへ。

ありがとう。

ほんまに救いようのない、変な奴ばっか。

でも、今胸を張れるのは君達力だけです。

資金なしの辛いスタートやけど、明日食う飯だけは生み出そう。

そして楽しもう。

社名、【拠（ホーム）】には、

今後、それぞれが広がって世の中に出ていったとしても、いつでも帰ってこられる居場所。

関わる全ての人々の「拠点」になれる場所。

そんな拠になれるようにと思っています。

年齢、性別、国籍、立場も関係なし。

健常、障害の壁もなし。

差別・区別と苦手なこと理解は別。

口だけ、言い訳理想家は、どの分野においても必要なし。

過去は過去。今日は今日。

まず今日一日、やるかやめるか。

そして、明日、1週間後、1ヶ月後、1年後。

今の自分より、自分と他人を愛して笑顔にさせられるか。


自分が納得できる「福祉」や「世の中」を、如何に創れるか。

今この選択、この一歩がどれだけ大きな意味を成すのか。

いままでの全てに恩義を感じ、心に於いて踏み出します。

たくさんの思い出を、濁さずブレず

新たな挑戦に踏み出します。



それでは皆さん

# 「ビワイチしました!!!」



聞いてください！吉田遂にビワイチしました！

5月にクロスバイクを買ってからずっとタイミングが合わないという言い訳をし続けていましたが

先日、ついに琵琶湖一周をしました！（1泊2日）

と、簡単に言っていますが

冬場の琵琶湖の風、湖北の寒さを舐めてはいけない

向かい風が強くて全然前に進まないし、日没は早いし、そして湖北はとにかく寒い！！  
とにかくひたすら漕ぎ続け、宿にたどり着いたころには精も魂も尽き果てた状態でした

と…ここまで大変だったことばかり書いてはいますが

宿のお風呂に入ったときの芯まで冷えた身体があったまる感覚

2日目、自分のペースでゆっくりと景色を楽しみながら走れた感覚

見知ったところに出てきた安堵感、ゴールした時の達成感

…など、普段の生活では絶対に感じることのない感覚をたくさん得ることができました

今回、無計画ではじめたビワイチでしたが

挑戦しないと得られないもの、失敗含めて自分の経験値や話のネタになることなど

ちょっとだけ前の自分より成長できたような気がします。  
ほんのちょっとだけ。

ただ、これだけは、はっきりと言えます。

もう二度と冬場にビワイチはしない…（笑）

春にリベンジビワイチです！もちろん計画を練って楽しく走れるように！

（記 吉田）



# じゅぶ川(せん)のコーナー

今回のお題は「新しい事、新しい○○」です♪

2020年、ねずみ年・・・

みなさんに、なかなか難しいこのお題の川柳でしたが 沢山頂きました！  
それではどうぞ♪

新元号馴染めず使う2020

わらしべ

(編) そーですよねえ 昭和、平成、令和：

めまぐるしいですね(笑)

鬼わらう令和の次は君いくつ

ペンシロップ

(編) これは私だけでなく 皆さんも考えた  
くない事ですよ(笑)

無理をせずがんばりすぎず努力する

新年ヨッシーの努力目標

(編) これが わりかしむつかしいですよ(笑)

まちじゅうスマホいじってピコピコパ

すきやき

(編) おかげで満員電車でもとても静かですね。

新しい何もかもが新しい

すきやき

(編) 日々 変わりゆく世の中ですね

(春) ポカポカと花も綺麗な春の風

そよ風眩しい 恋の季節かな

(夏) 夏の暑さと共にじりじりとした

太陽の元何を思うか花火を浮かべて

(秋) 淋しさに 四季のうつろぎ

待ち人 来ない日に

(冬) 寒い空外に出たると犬かけまわる

走れ走れ 車椅子

我らが思う明日 笑顔と共に

SERII

(編) 季節の移ろいを詠んだ大作！

SERIIさんありがとうございます！

新年は新しい事待ってるね♪

車椅子の天使

何しよう気持ちだけははやる歳

車椅子の天使

楽しいな。これからの事考えて

車椅子の天使

初めて食べて迷っちゃう好きな物

車椅子の天使

車椅子初めて乗ったドキドキを

車椅子の天使

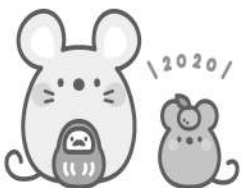
(編) 車椅子の天使さんのワクワク感や楽し  
みな気持ち伝わって、私も楽しくなりま  
す。

今回も沢山の投稿を頂きました、ありがと  
うございます！

ミレニアムから はや20年！ まだまだ  
皆さんの新しい挑戦は止まらないようです  
ね！陰ながら 応援していまーす♪

今年もとても寒いですが、  
体に気をつけて過ごして  
ください

次回も投稿お待ちしております  
ります。ありがとうございます  
しました♪ (清水)





(阿部正之)

暑いよりは寒いほうが好きですが、寒過ぎるのは嫌いです。みなさん、こんな私に喝を入れてください。

年々、寒さに強くなりつつあるようです。もこもこのフリースとかダウンとか、暑くて着なくなりました。「そんなん言うて、実はシャツの下に暖かいの着てるんちゃうん〜？」いやいや、ヒートテックとか暑いんで冬でもエアリズムですよ。



(梁井将仁)

最近コードレスの機械が増えて便利ですねー  
ただ充電する物が多くて管理が大変です(^^;  
携帯、ライト、バッテリー、カメラ等々…  
便利な道具も有り過ぎは不便とふと感じました



(藤田裕也)



(木村佐智子)

スクワット。毎日10回。絶対する。あー やっぱ5回。



(藤原 光)

ありがとう。

昨年は腰痛に悩まされる一年でしたので、今年は身体メンテナンスの年にしまーす！



(清水留美)

名字が旧姓の城に戻って気持ちもスッキリ。  
そして既にご存じの方もいると思いますが2月末でじゅぷを退職します。短い間でしたが、お世話になりました。新しい環境で人として大きく強くなれるように頑張ります。本当にありがとうございました。



(城 春奈)



(吉田佳浩)

家にベッドが来ました！  
睡眠、大事、身体、軽い！



(門脇裕子)

今年の抱負、体重5キロ減。たしか去年も同じこと言うてました。

12/22フルマラソンを完走。  
その先に待っていたのは、、、  
大きな達成感、と血豆と足臭。



(井上紋佳)



(前田雅文)

春の訪れと共にじゅぷを退職する人、復帰する人、新たに就職する人。スタッフの入れ替わりがめまぐるしいです。利用される方にはなるべくご迷惑をかけないように頑張りますのでよろしくお願いいたします。  
表紙にもありますように、事務所を同じテナント内の隣に移転し前事務所を大改装中です。春からは改装したスペースを活用し、より地域に開かれた事業所となるべく様々な事を考えていく予定です。お近くにお越しの際は是非お立ち寄りください。