

て い か ん こ こ う

定刊弧光



そうかんごう
創刊号

創刊のごあいさつと、これから出会うすべての人たちへ。

私たちは2008年4月1日、京都にて、自立生活センターアークスペクトラムを設立するに至りました。創設メンバーである当事者二人が、障害者の権利擁護を目的とする自立生活センター（以下CIL）を立ち上げるに至った経緯には、それぞれお互いが自立生活を目指しCILのサポートを受けたことがあります。

自立生活のスタートには、さまざまな知識と勇気が必要でした。その知識と勇気は、私たち自身のために生かされ、かけがえのないものを得ることが出来ました。収入・住まい・気心知れる友人・実質的な社会参加。

地域の中で、重度の障害を持ちながら一人暮らしをすることは大変なことです。外出すること、家事をすること、介助者に指示を出すこと。しかし、「自分で自分のことを決められて一人前」という私の思いは、親元から自立をしようと決意すること、生活保護を収入とすること、介護サービスを使うこと、車いすで公共交通機関を利用すること等、決めていくこと自体難しくないと思わせました。もっとも、決めたことをやろうとした途端、私はいつしか半人前になります。しかも、自分で決めること自体難しいと感じるようになりました。半人前の目の色は滲んでいきました。あせり、戸惑い、後ろめたさ、不信感という色でこの社会を見つめていきます。

何をすることもなくテレビを見て、ゲームをして遊んでいたとしても、施設や病院、在宅からで生活をしているだけで十分じゃないか一分かったような気分にも包まれて、この団体を設立するまでのブランクを埋めていきました。以前に比べれば、障害者の介護制度は保障されるようになり、少なくとも地域で暮らすことができるようになって、そんな時代です。

それでも、分かったような半人前の目でしっかり見たいと思いました。自分で決めてやろうとしたときに、「一人で暮らすためのお金はどうするの？」「そんなこと一人でできないの」「手足が動かせるならこの制度は使えません」「事前に降りる駅を言わなきゃ降ろさないよ」そんな言葉を浴びせられたのは事実です。何故あせるのか、戸惑うのか、後ろめたいのか、不信感を募らせるのか。一人暮らしをした障害者は、そういった気持ちでテレビを見させられていないのか。落ちつかない気持ちでゲームをさせられていないのか。寄り添ってかえり見ることを無駄とする時代です。

私たちは、この社会に生きています。この団体は社会のシステムに基づいてもいます。だからこそ、地域に輩出した障害者数だけでCILの価値を測る恐れもあります。しかし、私たちが信じるCILには、地域で暮らす障害者がこの社会で生きることの大変さを理解し、それでも尚迎合することなく、人が大切にされて当然の権利を求めていく決定的な力を持っています。

信じているものを、形にしていきたいと思います。今後ともよろしく願いいたします。

ぶんせき おかだけんじ
(文責 岡田健司)

かいじょときどき けんしゅう とくときやす 介助時々、研修。時々休み

◆ けんしゅう ほうこく 研修の報告

CILアクスぺでは、年に4回、かいじょ ワークショップ（以下WS）というけんしゅうをおこなっています。各WSにはそれぞれのテーマを設け、かいじょひとりひとりが団体の理念を理解し、共に権利擁護活動に取り組んでいくことを目的としています。今回は緊急時をテーマに行いました。

○ かいじょ ワークショップ ～ きんきゅう じ かいじょへん 緊急時介助編

(2009年2月28日 京都アスニー研修室にて)

※研修のねらい：緊急時の介助技術を理解し心構えを養う。
「介助中にこんなことが起きたら…？」実際に災害、事故、急病など緊急事態が起きた際に「どんな事ができるのだろうか？」という事をワークショップ形式で考え合いました。



※実際の研修風景とは異なります。

《さんかしゃのこゑ》 参加者の声

• Fさん（かいじょれき かげつ
介助歴5ヶ月）

予想もできないようなことが起こった時、一体自分に何が出来るか。おそらくその対応に正解は無いのだけれど、常日頃からの備え、心構えがあるかどうかという差で生死が別れると痛感しました。

• Kさん（かいじょれき ねん
介助歴5年）

事例の研究を通して、時系列的に見てこう対処したら良いのかというのを理解できた。起こってほしくないものを想定し、それにどう対処するかを考えることの難しさも知った。

• Mさん（かいじょれき かげつ
介助歴8ヶ月）

もし介助中に緊急事態（天災・事件など）になって、介助者が主体的に動かなければならなくなったらと想像すると、その個人の判断に委ねられることが多く不安に思っていました。

今回のワークショップでいくつかの緊急時マニュアルの例となるものが挙げられ、他の方々と話し合い意見を交換することで、緊急時の行動の指針になりました。今後もこの日に学んだことを忘れずに緊急時への考えを深めていければと思います。

• Hさん（かいじょれき ねん
介助歴5年）

緊急時にどう判断したら良いのか、分からない部分も多く迷う部分もあった。今回は地震災害と電車トラブルについて話し合ったところ、一人では思いつかない新しいアイデアをみんなで出し合い、それを将来の対応マニュアルとして作り上げていくというところが良かった。これは定期的に行えるといいと思った。

ぶんせき かこ
(文責：加古ゆういち)

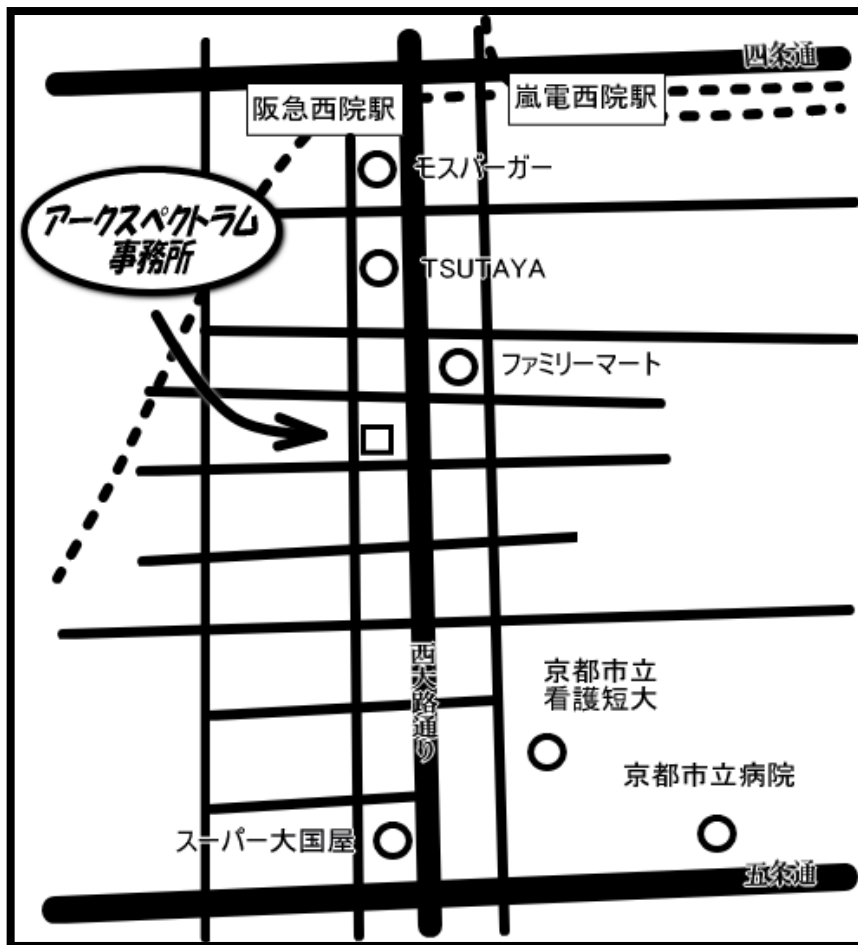
■ お知らせ

▼ アークスペクトラムの運営は、今日に至るまでメンバーの自宅を間借りして行っていました。しかし、今後の各種事業を展開するうえで新たな事務所を借りて運営することが必要と判断し、仲介業者を介し契約を結ぶ運びとなりました。

▼ 現在は、内装やトイレ改修など工期が着々と進行している状態です。5月上旬の完成となりそうです。

▼ 事務所は、京都市内の西よりに位置しアクセスは各種交通機関により可能です（地図参照）。お越しの際、詳細はお問い合わせください。

▼ あたらしく事務所を借りるうえで、私たちが大事にしたいと思ったことは「来てくれる人」を迎え入れることができ「迎え入れる姿勢があること」の二つです。私たちのそうありたいと願う気持ちでもありますが、そのことが実現していけばうれしく思います。お近くまで来られた際には、一度立ち寄っていただくと幸いです。



✓ アクスペからのお願い

今後、さまざまな備品が必要であると
考えています。例えば、机・椅子・
本棚・書類ケース・ロッカー等…。
もし、お手元に入用でなくなった物が
ありましたら、処分する前に一度お声
をかけていただいただけませんか？

よろしくお願ひします

れんらくさき 連絡先

自立生活センターアークスペクトラム
京都市中京区壬生仙念町 26-37
ウエストプラザ三越501号
Tel&Fax: 075-822-2582
mail: cil_arcsp@ybb.ne.jp

かいじょしゃ 介助者リレートーク

だい そうしゃ あおきまさたか
(第1走者 青木将高)

かいじょしゃ
介助者リレートークではアークスペクトラムで働く介助者の自己紹介
しごと だい かんが しょうかい おも
や仕事に対する考えなどを紹介したいと思います。第1走者は僕青木です。

なまえ あおきまさたか ねんれい さい しゅみ か もの やす
名前は青木将高です。年齢は22歳です。趣味はサッカーと買い物で休
ひ ともち かんせん さいきん
みの日には友達とフットサルをしたりスポーツ観戦をしています。最近
はフットサルをしていて体力の衰えを感じています。若い人たちがうらやま
しいです。好きなサッカーチームは地元京都サンガFCです。決して強い
チームとは言えませんが、一生懸命最後まであきらめずに泥臭いサッカーをするところが大好き
です。ちなみにサッカーゲームのウィニングイレブンも大好きです。買い物は服を
買うのが楽しくて、中でもディーゼルというブランドがお気に入りです。



ぼく かげつまえ
僕は9ヶ月前からアークスペクトラムで働き始めました。それまでは引っ越し屋や飲食業などで
はたら せいかつ
働いていましたが、やりたいからその仕事をやっていたのかというとそうではなくて、ただ生活
のためにやっていたという感じでした。自分は何がしたいんやろう考えるようになり、介助の
しごと
仕事
がやりたいと思いました。しかし、求人を見ると実務経験やホームヘルパーなどの資格が必要で持
ていないと働けないというのがほとんどでした。でも、アークスペクトラムは未経験で資格を持
ていなくても大丈夫やったんです。ここしかないと思い応募しました。そしてアークスペクトラム
で働けることになりました。うれしい気持ちもありましたが、正直なところをいうと不安な気持ち
の方が大きかったです。自分にできるんやろうか、自分で大丈夫なんかなあそんなことばかり考
えていて自信をなくしました。でも実際働いていくうちに少しずつ不安などはなくなってい
き、少しずつ自信がついてきました。自信というものは経験からえられるものなんだなというこ
とを学びました。

ぼく
僕はまだこの仕事に携わって9ヶ月になりますが、まだまだこれからいろんなことを学ばない
といけないと思っています。アークスペクトラムで働いていて、理念などを頭では理解しているつも
りでも行動では違うことをしてしまったり気をつけることもたくさんあります。普段の介助現場で、
いろんな事に注目して高い意識で行動していきたいと思います。

じかい かいじょしゃ にわひろのり
次回の介助者は丹羽弘典さんです。

ぼく にわ しつちん でんしや
僕から丹羽さんに質問です。電車のことについてとても詳しい丹羽さんですが、なぜ電車に興味を
持ったのですか？また好きな電車とかも教えてください。

しょうくいんしょうかい
☆ アクスペ職員紹介 ☆

このコーナーは、普段アクスペの事務局を担ってくださっているスタッフを紹介いたします。



アクスペ職員の緒方邦男です。以前働いていた所も含めて介助歴はもうすぐ5年になります。通常の介助に加えて、団体のお金や備品を管理する。会計の仕事をしています。

今は来年1月の介護福祉士の試験に向けた勉強を始めていて大変であり、仕事では小さな失敗もよくしますが、全力で取り組んでいます。あと休みの日には自転車で街を走りまわることが多く、たまに演劇を観ることもあります。



サッカー好きの岡本雅博です。

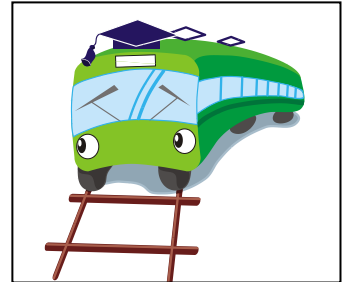
アクスペでは昨年6月から介助者として働いていました。

そして大学を卒業し3月から専従職員となり事務局で仕事をしています。

この仕事は考えさせられることが多くたくさん発見があります。

そこが楽しいことでもあり、難しいことでもあると感じています。

私の趣味は冒頭の通りサッカーです。見るのもプレイするのも好きで週末はフットサルをして、その晩はサッカー観戦と入り浸っています。



はじめまして、丹羽弘典です。アクスペが設立したときに、名古屋から京都に引越して来たのですが、数カ月経ち京都の生活にも慣れてきました。

こちらでは、介助の仕事以外にも人事局を担当しており、運営の仕事にも携わっています。やりがいを感じ、日々勉強で頑張っております。

趣味は鉄道の旅で、休日になると電車に乗っている。いろいろな地域へ旅をします。今はJR全線完乗を自指し乗り回しています。



れんさい
連載コラム『ことば草』

ありがとう～あなたに向けて～

いまの人生のなかでどのくらい「ありがとう」と言ってきたらう。
もう、何千、何万と数えることはできない。シンプルなこの言葉をわたしは使うように心がけている。元々、日本語特有の「すみません」という便利な文句を使いたくなかったからなのだが、今はその「ありがとう」が身にしみついている。

ひとに何かをされた時、それに徳を感じれば、素直に感謝の心が表れる。それを言葉にして外に出すと「ありがとう。」となる。言われて相手もうれしくなることだろうし、自分も言われると嬉しくなる。

しかし、時々その感覚がマヒしているのではないかと、ふと思う。「ありがとう」と言いすぎて、その意味をしっかりと理解して使っているのかと。

わたしはコンビニでも商品を渡された時、「ありがとう」と言う。バスを利用した時、運賃箱にお金を入れながら「ありがとう」と言う。飲食店でおしぼりを渡してくれる時も。そんな場面は沢山ある。

どんな言葉でも使いすぎると味気ないもの。ただの飾りの言葉にはここは入っていない。ただの建前のものであり、相手には響かない。器だけの言葉を使い続けることは寂しいことではないだろうか。

マニュアル通りに喋る店員はスムーズで淀みないが、形式的な会話が続くばかりで、その内は見えない。最後の「ありがとうございました」まで無心となると物悲しい。客も同様。天下人のように我が物顔で闊歩すべきではない。

ただ、過剰に恩を感じることもない。自分が利用する(働く)店がそこにあること、自分が使う(売る)商品があること、案内をする店員、来てくれる客がいることを分かっていたらいいとわたしは思う。そして、「ありがとう」と素直に言葉にすれば。



この写真は本文とは関係ありません。

「ありがとう」とは「有り難う」とも書き、意味は有ることが難しこと。珍しくなかなかないことを指している。そんな尊い言葉、まごころのある言葉「ありがとう」をみんなが言えたら…

ぶんせき おかもとまさひろ
(文責：岡本雅博)

C I L アークスペ かつどうきろく 活動記録

2008年ねん4月がつ～2009年ねん3月がつまで

4月1日：自立生活センターアークスペクトラム（以下アークスペ）始動！	
5月～6月：第一期、新人介助者の求人・面接・採用・初回研修の実施	
6月15日：加古、丹羽が京都へ引っ越し	
7月12日：アークスペ歓迎会	
7月16日～17日：推進協会新人中堅者研修（オリンピックセンター）へ参加	
8月23日・30日：介助ワークショップ～基礎的介助編の実施	
9月15日：神経筋疾患ネットワーク「着床前診断に反対するシンポジウム」に参加	
9月中旬：第二期、新人介助者の求人・面接・採用・初回研修の実施	
10月21日～23日：推進協会ブロック研修（岡山）へ参加	
10月24日～26日：大分のCILへピアカン講座の講師派遣	
10月31日：自立支援法10.31全国大フォーラム（全国大行動）に参加	
11月29日：介助ワークショップ～コミュニケーション編の実施	
12月中旬：第三期、新人介助者の求人・面接・採用・初回研修の実施	
12月26日：ピアカウンセラー・サポートグループのオーガナイズ実施	
12月27日：アークスペ忘年会	
3月16日：「自立支援法」学習会の実施	
3月28日：アークスペ街頭宣伝の実施（今後毎月実施予定！）	



自立生活センターアークスペクトラムの会員を大募集！！

私達の活動趣旨に賛同のうえ、ご入会ください。

会員になると、機関誌が届けられたり、メーリングリスト、活動・イベントへのお誘いなどいろいろなお知らせが届きます。

また、資金面で援助していただける賛助会員や機関誌を購読してくれる読者会員も大募集します。

- 一般会員：一口 3,000円 (機関紙購読料含む)
- 賛助会員：一口 3,000円 (機関紙購読料含む)
- 機関誌読者会員：一口 500円



会費の振込みを希望される方は…

⇒ ⇒ 郵便振替口座：00930-5-321253

加入者名：自立生活センターアークスペクトラム

※ 振替用紙の用意もしてありますので、必要な方はお気軽にお申し付けください。

編集後記

アクスペを設立して間もなく一年を迎えます。この一年間、団体設立準備に始まりいろいろな事がありました。

とりわけ僕が名古屋から京都へ引っ越して来る事には莫大なエネルギーを要しました。住宅探し・住宅の改装・必要な制度の申請・介助者探し・介助者の研修など…これは正しく自立をする時にやる事が他にありません。この中でも特に大変だったのは、引っ越しを終えた後からその疲れが出て体調を大きく崩した事でした。

こういった改めて自立をやってみると、昔に無我夢中でやった最初の自立から慣れで忘れていた大変さを思い出させてくれました。この経験は今後、新たに障害者の自立支援をしていく為にも大きな財産となりました。

また、この定刊弧光を通じて皆さんに伝える機会を作りたいと思います。

(文責：加古ゆういち)

《編集》 自立生活センターアークスペクトラム

〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町26-37 ウエストプラザ三越501

TEL・FAX：075-822-2582 メール：cil_arcsp@ybb.ne.jp

URL：http://2nd.geocities.jp/cil_arc_sp/