

HSK NPO 法人 「文福」 ニュース ❀❀❀❀



# 「障」ちゃん



NO.235

## 冒頭の一言

(6)

今年も一年間の年貢納めの月になってしまいました。朝晩めっきり冷え込んで、目覚めの時間も遅くなり始めてきていませんか。今度の冬は、何のことがよく分からないけどエルニーニョ現象ということで、暖冬の予報が出ています。晴れた時はスカッと晴れて、絵に描いたような小春日和の日が続いているように感じます。せっかく晴れているから、暖かい格好をして行楽地でも近所の散歩でも出かけてみましょう。

ところで、この間何年かぶりに街頭でビラまきをしました。晴れてはいたのですが結構寒かったです。近頃ビラまきなんて廃れているんじゃないかな。ましてや車イスに乗った者達のビラまき姿はねんりんピック参加のお兄様お姉様たち（てめーもくそジジィじゃねえかと言われそうですが）の目にどう映ったかな。なんてどうでもいいことを考えながら 2 3 5 号読んでください。

### —もくじ—

|                |                    |             |
|----------------|--------------------|-------------|
| 冒頭の一言 … 1      | 相模原市合同追悼式 … 2-3    | アルバイト … 4   |
| ザ☆カイジョ報告 … 5-6 | 日頃の健康には 八木勝自 … 7-8 |             |
| kaokao … 9     | 編集部より注釈 … 10       | 運営会議報告 … 11 |
| 今後の予定 … 12-13  | ありがとうコーナー … 14     |             |

一九九四年八月四日第三種郵便物承認  
毎号一回(一、三、五、八、一〇、一三、一五、一八、二一、二三、二五、二八日)発行

## 「またしても、位牌なし遺影なしの合同追悼式」

私達 NPO 法人文福で、2018 年 11 月 3 日に富山駅前にてピラまきしたことを北日本新聞が報道してくれました。

通行人にチラシを配る参加者

|| C i C 前



障害者の人権尊重を

NPO 富山でチラシ配布

障害者が地域で生きるための活動に取り組む NPO 法人文福（富山市五福）と有志が 3 日、富山市の C i C 前でチラシを配り、障害者の人権尊重を訴えた。

チラシは、神奈川県相模原市の障害者施設「津久井やまゆり園」で入所者 19 人が殺害された事件の追悼式で、遺影

も位牌もなかったと指摘し、

障害者の人格や人権を無視したのではないかと提起。「全ての人々の人権が尊ばれる豊かな社会にしていきたいと思います」と呼び掛けた。

「全ての人々が活発に生きていける社会は文化そのもの」として、文化の日に企画。文福の八木勝自理理事長やスタッフら 8 人が参加した。

「2018 年 11 月 4 日北日本新聞」

昨年の神奈川県相模原市の障害者施設「津久井やまゆり園」で障害者 27 人が殺傷され、内 19 人の障害者が殺害された事件で昨年同様、今年も神奈川県や相模原市やまゆり園などを運営している社会福祉法人かながわ共同会の合同主催で今回も殺傷された被害者の遺影、位牌なしの追悼式が行われました。

けれど、何故この合同追悼式に殺害された一人一人の位牌や遺影がないのか、これは亡くなった障害者の人格や人権を無視したものではないのか。一人の人間としては悲しさや切なさを感じて、障害者としては絶望や怒りさえも感じてしまいます。

何故被害者の位牌、遺影がないのかということ、殺害された遺族から名前がわかると家族や親類が差別されたりいじめられたりするからだと言います。

しかし、この合同追悼式でも神奈川県黒岩知事が苦心して悼辞の中で一人一人の思い出やエピソードを「夜空を彩る花火を仲間と一緒に見上げていたあなた」「小学生と二人三脚を頑張ったあなた」「新年会で和太鼓を楽しんでいたあなた」「寒い日はラーメンを楽しみにしていたあなた」と言っているように、一人一人の殺害された障害者には個々の人格や人権があり、名前などを公表すると差別やいじめをされるというのは家族や遺族を差別する方が悪いのであって、それとこれとはまた別問題だと思うのです。

また障害者を「役立たずとか生きていても不幸をばらまく」などと言って殺害した植松被告に産経新聞の記者が面会して聞いたところ、そのような匿名にしている家族や遺族の感情を「結局は障害者が身内にいることを隠したいんだ」（産経新聞 2018 年 7 月 21 日）と言っています。そして、社会的にはこの位牌、遺影なしの合同追悼式は植松被告が言ったり、行った犯行と同じような事をしているのではないかと思うのです。

それにこの事件は障害者が一度に多数殺害されたということで注目を浴びましたが、これらの人格、人権を無視した殺害や虐待行為は高齢者施設や家庭、児童虐待といったことでも日常的に起きていますし、ここ富山でもいつこのような事件が起きてしまう可能性があるかわからない状況です。いったい社会はこれからどうなるのか。とても不安を感じてしまいます。

障害者殺傷事件を起こした憎むべき植松被告の問題も、問題は社会から押し付けられ、社会に蔓延している一人一人の持っている優生思想（生産、（と）効率第一主義、役立つと役立たずを分ける思想）の問題です。

障害者、子ども、高齢者、女性、他国の人に限らず、全ての人々が活発に生きていける社会は文化そのものだと思います。全ての人々の人権が尊ばれる豊かな社会にしていきましょう。

## 「よろしくお願ひします。」

文福アルバイト 山本 <sup>しんすけ</sup>真輔

文福でアルバイトをしている、富山大学経済学部三年の山本真輔です。大学では陸上部に所属していて、週三回、仲間とともに汗を流しています。先日は陸上部の仲間と富山マラソンに参加しました。二回目のフルマラソンでしたが、最後は脚が悲鳴を上げる中、なんとか完走することができました。頑張った分、走り終わった後の達成感は格別でした。来年も走ろうと思っています。応援のほどよろしくお願ひします。まだまだ先のことですが(笑)

今からアルバイトのことについて書いていきます。

文福でアルバイトを始めて一年半ほど経ちます。今でも大変だなと思うことはありますが、同時にやりがいも感じています。お世話をする上でいつも気を付けていることは、障害者の方の話をよく聞く、ということです。時にはうまくいかないこともあります。ですが、相手の方の話、意見をしっかりと聞くことで次第にできることも増え、より良い介助ができるようになってきたと思っています。

また、会話の中で自分の知らなかった考えや意見を知ることもでき、日々多くの学び、発見があると感じています。

これからもより良い介助ができるようにしていきたいと思っています。



## ザ☆カイジョ報告

先日、県指定 重度訪問介護従事者養成研修「ザ☆カイジョ」があり、基礎課程を 10 月 13 日（土）14 日（日）にサンフォルテで、追加課程を 10 月 20 日（土）に富山県民会館で行いました。

文福のアルバイトや一般の方、他事業所やリハビリ専門病院から 20～70 代と幅広い世代の方々からの申し込みがあり、基礎課程は 10 名（男性 4 名 女性 6 名）、追加過程は 7 名（男性 3 名 女性 4 名）受講されました。

今回受講された方々の大半が介護未経験で、ひと味違った研修になったと思います。

研修中も受講者の方同士で話し合ったり、助け合ったりしている姿がよく見られました。

八木理事長は講義の中で

「人に向き合うこと 自分に向き合うこと 社会に向き合うこと それ  
が人としての自立だ!!」という話をされ、感想の中で数人が書かれており、  
受講された方々の心に響いたようです。

また、C I L の平井さんの講義の中で、40 年以上前の「バスジャック抗議  
行動」の映像を見て大変衝撃を受けたという感想も多くありました。

今年度はザ☆カイジョを 2 回行いましたが、共通していたのは中高年層の  
受講が多くて若い人が少なかったことです。「これも時代の流れなのかな」と  
担当は思っているのですが…。このことを踏まえて若い人たちが受講しやす  
いよう、宣伝に力を入れていかなければならないのではないかと痛感してい  
ます。

今年度受講して下さった皆様、ありがとうございました。

来年度もザ☆カイジョを行う予定です。

最後に受講された方々からの感想を一部掲載します。

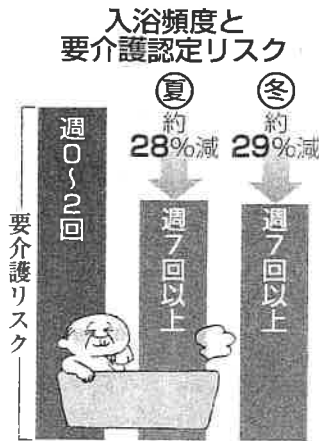
- ・ 仕事やプライベートにおいても大事なものは、人とのコミュニケーションや思いやり。介助の中でも、コミュニケーションが大切になるということがわかって良かった。(40代女性：一般)
- ・ 私たちの社会において、健全者・障害者の区別は本来あってはならない事で、両者は常に対等であると思います。  
しかし、障害者の中には自己実現を望み、それを実行できる人はどのくらいいるのでしょうか。障害者の生きる姿勢、生活環境や協力者の有無、障害の状態によって違うのではないかと。その一人一人に合わせてあげることが重要だと思いました。(60代女性：他事業所)
- ・ あらかじめ講義を聞いて、そして介助する上での知識や技術を学び、自分なりに理解したと頭の中では思っていたにも実際に介助を体験してみるとどうしてよいか分からない、思ったようにうまくいかないと感じばかりでした。実技で行った介護は単純な動作であるものの物を運ぶのと異なり人を扱うことの難しさを実感しました。車いすやベッドへの移乗、移動などは介助される側、する側どちらも安全にということが基本だと思いますが、知識、技術を身に付けるためにはやはり経験を積む必要があると思いました。(50代男性：他事業所)



# 「やはり日頃の健康にはお風呂が一番」

八木勝自

## 長寿の秘けつは「入浴」



※千葉大などの研究グループによる

要介護リスク

要介護認定を受けた人は約1200人。夏に週7回以上入浴していた人は週0〜2回の人より要介護認定のリスクが約28%減り、冬の入浴でも約29%減った。湯船につからず、シャワーを浴びるだけは含めなかった。

## 週7回以上で介護リスク減

1週間に7回以上湯船につかって入浴する高齢者は、週2回以下の人に比べて要介護認定のリスクが約3割減少するとの調査結果を千葉大などの研究グループが12日、発表した。入浴によるリラクゼーション効果が認知機能低下や抑うつ予防につながっている可能性があるという。

### 千葉大調査

グループの近藤克則千葉大教授は「長時間労働の人が多く、喫煙率の高い日本人が長寿であることは国際的に謎だと言われているが、入浴の文化が一つの要素として明らかになったのではないかと話す。調査は2010年8月〜12年1月、北海道や愛知県などの18自治体で要介護認定を受けていない65歳以上の男女計約1万4千人を対象に実施。夏と冬それぞれの入浴頻度や生活習慣を尋ね、約3年間の追跡調査でその後の状況を調べた。調査期間中に新たに要介護認定を受けた人は約1200人。夏に週7回以上入浴していた人は週0〜2回の人より要介護認定のリスクが約28%減り、冬の入浴でも約29%減った。湯船につからず、シャワーを浴びるだけは含めなかった。

「2018年11月13日  
北日本新聞」

北日本新聞の朝刊の11月13日付の記事に「長寿の秘訣は入浴」という全国の18の自治体を調査した結果が載っていました。

題名は「長寿」ということですが、新聞の内容は入浴をよくすると要介護認定が3割減るといふものです。まあ新聞に書いてある入浴を週2回から週7回以上は少しオーバーかもしれませんが、私の感覚で障害者の人を見ても健康で元気な人はやはり毎日風呂に入っています。やはりお風呂に入ると人間動かしている血行が良くなって元気になり、病気の抵抗力や感染症に

なる確率も減っていると思います。全国調査では要介護以上が3割減となっておりますが、富山だけを調べると富山は全国に比べて湿気が多かったり、寒暖の差が激しいので、もっと健康には効果があると思います。

話は少し変わりますが、私は皆さんも知っての通り、講演会や介助研修会でちょくちょく言っていることですが、1歳6カ月で麻疹にかかり、高熱で脳性まひになって若い頃はそれでも右足は自由に動かしていましたが、あとは首から下が全く動かない、生きていくためには介護が必要な障害者になりました。で、周りの人たちは私に「治りたいだろう」だとか、「自由に一人で動ける身体になりたいだろう」的なことをよく言われますが、私は幼い頃から自分ではこういう経験をしていないので「？」マークがつきます。「？」マークや、「わからない」と言います。本当にそれが正直な気持ちです。しかしそんな私も風邪をひいたり、歯が痛くなったりすると治りたいと思うし、命が危ない不治の病にかかると治りたいと思います。それは何故治りたいかと言うと、病気にかかったら平時の状態や普通の状態ではないから苦しかったりして日常生活や色々な事を考えることが出来ないから、治りたいと思います。つまり私のような障害者にとっても健康な生活をしたいなと思います。それで健康と障害とは違うけれどこれからは風呂やシャワーを浴びて健康に気を付けていきたいと思っています。つまり、全国では、1週間に7回はオーバーかもしれませんが、1週間に1回はお風呂に入ることが必要だけど、富山では先ほど言った湿気や気候が不順なので最低でも2日に1回や3日に1回は入浴やシャワーが必要だと思っています。皆さんも健康に留意してお風呂に入って元気よく活動をしましょう。障害と健康は誤解されやすいですが、イコールではありません。

(尚、富山の気候が悪いせいか富山県の銭湯(公衆浴場)は昔から日本一多い県で東京都での銭湯経営者は富山県出身者が多いそうです。しかし、その銭湯もだんだん全国でも減ってきて残念です。)



## k a o k a o の つ ぶ や き No.7



私が富山市に住んでもう 2 年が経とうとしています。  
実家の魚津市とはヘルパー事業所の数は桁違いに多く驚いた事は前にも書きましたが、実家にいた頃はヘルパーさんが多少は時間に遅れて来られても、忘れて来られなかったとしても母が元気だったので母に介助をしてもらっていました。

でもここ富山では一人暮らし、私の生活全般、私の命綱をヘルパーさん方に預けていると言っても過言ではないと私は思っています。

そうヘルパーさんが来ないと、私たち重度障害者は命に関わる事もあると思います。おトイレに行きたくても一人ではできない私は、ヘルパーさんが来られる時間を首を長くして待っている状況も多々あります。

私は車椅子に乗っているときは電話でヘルプを発信できますが、ベットに寝ていると助けを呼ぶことはできません。なので、いつも朝目覚めると「今日もちゃんとヘルパーさんがきてくれるかなあ。」と思って起きるのです。

幸い朝は今まで来られなかったことは 1 度もないです。でもこの不安感は一暮らしをしている以上、仲良くつき合っていかなければ、と思っています。

ぶっちゃけた話しこの 2 年間で何回か、忘れられてヘルパーさんが来られなかったことが何回かあります。幸い朝ではなかったので自分でヘルプの連絡をして、大ごとにならずに今のところ過ごしてはきていますが、ヘルパーさんが来ないときの、たった 1 分間の時の流れの長く感じる気持ちは半端ありません。人間ですから忘れる事もあるかと思えます。

でも私たち利用者から言わせてもらえば「忘れないで～！」と強く言いたいです。

でも私は施設をきらい、一人暮らしを選んだのだから、この不安感と戦っていく覚悟でいます。一人暮らしは不安感との戦い！でもそれを上回る「生きている」という充実感も多々あります。

今回はそれについて書こうと思っています。

2018 年 11 月 22 日 記

## 「障」ちゃんニュース編集部より注釈

kakao さんの文章の中で言われている不安や危険な気持ちになっていることは大変大切な問題であり、NPO法人文福の居宅介助サービスは介助者が利用者宅へ介助に行った際、「着いた」という到着メールを文福の事務所に送って確認しています。

私が居宅サービスの担当者に確認をしたところ、kaokao さんは到着メールに登録していないそうなので、是非登録して下さい。

また事故が起こってからでは遅いので、他の営業所でも利用者の安心、安全のため到着メールが必要な利用者には行ってほしいなと思っています。



©XG.jp - 10337415

## 運営会議「報告」 2018.10.23

### ○各部からの報告

#### ★学習会

- ・旧優生保護法についての第 3 回目連続学習会をサンフォルテ 303 号室にて開催予定。講演は立命館大学生存研究センター客員研究員の利光恵子さん。

#### ★障害者部会

- ・富山市の障連協主催で 10 月 8 日午前中にまちなかウォッチングが市内 3 か所を中心にして行われた。
- ・JR チケット購入に関しての問題で要望書を 10 月 10 日に JR 西日本と富山駅宛に提出した。
- ・障害者殺傷事件についてのピラ配り 11 月 3 日に富山駅前にて行う予定。
- ・12 月にある県障連協創立記念大会（立山町文化会館）でもピラを配る予定。

#### ★派遣事業部

- ・第 2 回重度訪問介護従業者養成研修『ザカイジョ』の基礎・追加各過程が実習を残して無事に終了。
- ・明後日の木曜日、今回はザカイジョの反省会も兼ねて、「オープン派遣会議」を行う予定。
- ・インフルエンザ予防接種されたスタッフ・バイトは文福より半額助成あり。
- ・冬の事務所の雪かきについてヘルパーより相談があった。今年の冬は真剣に考えないといけない

#### ★レクリエーション

- ・10 月 20 日にお料理の会を開催。
- ・12 月に通常よりも定員を増やした形でお料理の会を行い、クリスマス料理を作る予定。ポッチャは 2 月か 3 月の予定。

#### ★「障」ちゃんニュース

- ・印刷は、今週の金曜日予定。

#### ★まっち

- ・テーマ「今、自分に必要なもの」原稿はまだ受け付けている。

#### ★その他

- ・募集中の研修及び講座の案内。11 月 9 日にサンフォルテ DV 防止啓発講座があり、12 月に「第 7 回 DPI 障害者政策討論集会」が東京にて行われる。
- ・もう 1 台新たに、福祉車両をリースする話がある。
- ・今年度も忘新年会を計画中。

次回、運営会議は 11 月 20 日

報告者：松岡



## ◆今後の予定◆

このコーナーでは、文福と他団体の今後のお知らせを載せていきますので、チェックして、たくさんの方々にお越し頂ければと思います。よろしくお願いします。

### ◎ お料理の会スーパー

日 時 12月15日〈土〉9:30~14:30

場 所 サンフォルテ2階 調理実習室

会 費 1,000円

定 員 24名(定員に達した時点で締め切ります。)

主 催 夢宙人

問い合わせ先 NPO法人 文福 TEL(076)441-6106

### ◎ 「我が事・丸ごと」地域づくり講演会&輪つなぎ交流会

日 時 12月22日〈土〉17:00~

場 所 パレブラン高志会館 205号室(富山市千歳町1-3-1)

主 催 富山地域福祉ネットワーク(Cisとやま)

・講演会(定員40名)「我が事・丸ごと」地域づくりとは

講 師 戸枝陽基(とえだ ひろもと)氏

特定非営利活動法人ふわり・社会福祉法人むそう代表

時 間 17:00~18:30 参加費 2,000円

・交流会(定員20名) 時間 18:30~20:30

参加費 8,000円

お問い合わせ 富山地域福祉ネットワーク事務局

(社会福祉法人くるみ内 坂下さん)

TEL(0766)54-5703

メール genkidasouzetfn@gmail.com

ブログ・Facebookからも申し込みできます。

◎ **医療的ケアのいる人たちの思いとそれを実現するための地域支援づくり**

第1回 テーマ「医療的ケアのいる人たちの地域医療について」

日 時 平成31年2月9日〈土〉13:00～15:30

場 所 サンシップとやま601号室（富山市安住町5-21）

参加費 無料

主催・お問い合わせ NPO法人 自立生活支援センター富山

TEL (076) 444-3753

◎ **第9回 地域福祉フォーラム in TOYAMA**

～一人ひとりの生活を支える多様な取り組みと役割～

日 時 平成31年3月2日〈土〉

受付9:00 開演9:30 終了16:50

場 所 富山県高岡文化ホール 1階多目的小ホール

（高岡市中川園町13-1）

参加費 4,000円 ※学生は無料です。

お問い合わせ 富山地域福祉ネットワーク事務局

（社会福祉法人くるみ内 坂下さん）

TEL (0766) 54-5703

メール genkidasouzetfn@gmail.com

ブログからも申し込みできます。

申し込みは平成31年2月25日〈月〉までとさせていただきます。

◎ **医療的ケアのいる人たちの思いとそれを実現するための地域支援づくり**

第2回 テーマ「医療的ケアのいる人たちの思いと

それを実現するための地域支援づくり」

日 時 平成31年3月23日〈土〉13:00～15:30

場 所 サンシップとやま701号室（富山市安住町5-21）

参加費 無料

主催・お問い合わせ NPO法人 自立生活支援センター富山

TEL (076) 444-3753

★**文福事務所からのお知らせ**

事務所年末年始休業は12月28日（金）～1月4日（金）まで。

1月1日（火）は文福食堂を休ませていただきます。

よろしくお願いします。



## ありがとうコーナー

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

今後よろしくお願ひします。

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

2018 年最後の障ちゃんニュースをお届け  
します。

今年の夏は酷暑だっただけに、冬になって雪がどのくらい降るのか、あまりたくさん降らなければいいな—と思います。

来年の春には年号が変わります。どんな言葉になるのでしょうか？どんな時代になるのでしょうか？幸多き一年になりますように…。

### \*カンパ\*

河上千鶴子さま

### \*物品提供\*

鈴木美明子さま 石坂 優子さま 上田 孝子さま 義浦登美子さま  
居石 真理さま 村上 隆さま

一九九四年八月四日第3種郵便物承認  
HSK 毎月一二期 (一、三、五、八、一〇、一三、一五、一八、二一、二三、二五、二八日) 発行

発行人：北陸障害者定期刊行物協会 富山市今泉312

編集人：特定非営利活動法人 <sup>ぶんぷく</sup> 文福

〒930-0887 富山市五福3734-3  
e-mail: bunpuku@arrow.ocn.ne.jp  
HP: <http://bunpuku.org/>

TEL/FAX (076) 441-6106

定価 50円

※文福の会員の方は、会費に購読料を含んでいます。