

HSK 毎月十二回(一・三・五・八・十一・十三・十五・十八・二十・二十三・二十五・二十八日)発行
一九九四年八月四日 第三種郵便物承認

HSK

遊 ぼう よ

No. **67**



早いもので、もう師走。シクラメンの鉢植えが街頭に並ぶ季節となりました。

自立生活体験レポート

南保さんは、ひとりで暮らすことを目的に昨年から体験室を利用されています。どんな思いで体験室を利用されているのか、インタビューしました。

◇体験室利用の経過◇

2011年11月	文福の紹介で南保さんと出会う
2011年12月	料理づくり
（	自分の収入や支出についてどのくらいあり、何に使っているのか振り返る
2012年4、6月	自分の住みたい地域のアパートや市営住宅、南保さんが見つけてきた空き物件を外から見て回る。宿泊体験打ち合わせ
2012年7月	2泊3日で体験室に宿泊体験。2泊3日のケアプランは南保さんが考える。介助者は当センターや文福で調整



南保 哲也さん

12月3日に2回目の宿泊体験
5泊6日が終了した所です☆

現在、家族と一緒に住んでいる南保さん。そんな中で、あえて実家を出てひとりで暮らそうと思うのはどうして？



両親も年を重ね、いつまで自分の介助ができるか分からないし、施設に行くのは嫌だから。
それで、ひとり暮らしをしようと思った。

なんで施設は嫌なの？

やりたいことを自由にできないと思ったから。

やりたいことって何？

友だちと自由に遊びに行きたい。

ひとり暮らしをしたいという南保さんの思いに対して家族は？



最初は「無理！」って言ってたけど、自分が何回も「ひとりで暮らしたいんや」と説得して、今は納得している。

どうして説得できたと思う？



しつこく言ったからかな。それとか、実際にひとりで暮らしている人がどんな風にやっているのか、自分の知っている人の話を伝えてきた。

1回目の2泊3日の宿泊体験でどんなことを思った？



作業所から帰ってきて1人の時間があつたけど、すぐに介助者に入ってもらうような(プラン)にすればよかった。そうしたら帰ってきてすぐに何かできるから。1人でいてもぼーっとするだけだったから。早く入っていれば、夜がもう少し早く終われたかな。

買物に行った時どこに何があるか分からずに時間がかかった。料理はシチューを初めて作りました。指示がうまく伝えられて思い通り作りましたが、シチューはシャバシャバで味が無く、ちょっと残念だった。

夜(間は)2時間だけ1人で居ました。1人でトイレに行けないので、オムツを履きました。最初はなかなかオシッコが出なかったけど、なれるとスムーズに出ました。これからはなるべく1人で居るようにしたいと思います。

体験中の過ごし方



- 9時半 作業所へ向かう
- 10時～15時半 作業所
- 16時 体験室に戻る
- 16時半～20時40分(予定20時15分)買物、夕食準備、夕食、後片付け、トイレ等
- 20時半～22時半 介助者入れずひとりの時間
- 22時半～ 就寝準備、トイレ、就寝(介助者泊まる)夜中1度のみ体位交換
- 6時 起床、洗面、朝食準備、朝食、作業所に行く準備



最後に、ひとり暮らしに向けて意気込みをどうぞ！



いろいろな制度を覚えて理解してヘルパーさんをうまく使えるようになりたいです。

コミュニケーション 支援「講座」 開催

(募集定員20名)

**期日：2013年3月2日(土)
～3日(日)の2日間**

会場：サンシップとやま

【カリキュラム】の予定

- 1日目
- 10:00 開会にあたり
- 10:10 コミュニケーションについて
文字盤の実習と携帯型会話補助機器
体験
(レッツチャット、ペチャラ、トーキング
エイド)
- 11:30 意思伝達装置「伝の心」について1
- 12:00 昼食
- 12:50 意思伝達装置「伝の心」について2
- 14:00 オペレートナビについて
- 15:30 フリーソフトHeartyLadderについて
- 16:10 希望者のみ工作実習「スイッチインター
フェイスの製作」材料費1,000円
- 18:00 終了
- 2日目
- 10:00 スwitchの適合
(川村義肢 日向野和夫氏)
- 12:00 昼食
- 12:45 工作実習「オリジナル入カスSwitch
製作」材料費1,000円
- 14:30 オリジナルスSwitchでHeartyLadderの
操作
- 15:30 ALS、筋ジス等神経難病の支援につい
て(日本ALS協会東京都支部 山本撰)
- 16:00 終了

内容は、神経難病のコミュニケーション支援に特化したもので、透明文字盤や機器の体験(レッツチャットや伝の心、オペナビなど)、スイッチの適合の講義、オリジナルスSwitch作成の工作などで2日間のコースで企画。

* (希望者のみ工作実習「スイッチインターフェイスの製作」材料費1,000円)がかかります。

講師は、NPO ICT救助隊の今井氏、仁科氏のほか、川村義肢の日向野氏、日本ALS協会東京都支部の山本氏(PT)を予定しています。

主催：自立生活支援センター富山

〒930-0024 富山市新川原町5-9 TEL. 076-444-3753 FAX. 076-407-5557

この企画は、富山市障害者相談支援事業の一環として行います

自立生活支援センター富山の主な動き

〈この間の活動報告〉



8月24日(金) 事務局会議	りーぶる事務所
8月28日(火) 自立支援協議会出席	富山市役所
8月31日(金) ケア会議開催	高志ワークセンター
9月2日(日) 送迎	富山市内
9月4日(火) ゆめ風ネット富山会議参加	サンシップとやま
9月8日(土) 東海北陸車いす市民集会及び世話人会参加	静岡市
9月18日(火) 出張ピアカン開催	高志ワークホーム
9月19日(水) 出張ピアカン開催	高志ライフケアホーム
9月19日(水) 専門ワーキング出席	和敬会生活支援センター
9月22日(土) 第5回講師派遣「移動ネット運転者講習」	文福
9月22日(土) 「高志の秋祭り2012」参加	高志支援学校体育館
9月23日(日) 送迎	富山市内
9月25日(火) ケア会議開催	富山市総合社会福祉センター
9月26日(水) ケア会議開催	富山市役所
9月27日(木) 第6回講師派遣「相談支援従事者初任者研修」	サンシップとやま
9月29日(土) 第7回講師派遣「重度訪問介護従事者養成研修」	サンフォルテ
9月30日(日) 送迎	富山市内
10月1日(月)	
～2日(火) 自立生活体験	自立生活体験室
10月4日(木) 内部学習会開催	富山市総合社会福祉センター
10月7日(日) 講座「障害者と共に地域で暮らすための支援を考え ましよう。」参加(富山県社会福祉協議会)	ボルファートとやま
10月10日(水) 出張ピアカン開催	高志ワライフケアホーム
10月12日(金) 事務局会議	りーぶる事務所
10月12日(金) 専門ワーキング出席	和敬会生活支援センター
10月14日(日) 送迎	富山市内
10月15日(月) 第8回講師派遣(文福)	北陸ビジネス専門学校
10月16日(火) 出張ピアカン開催	高志ワークホーム
10月17日(水) 第9回講師派遣「頸椎症懇談会」	青山彩光苑
10月19日(金) 事務局会議	りーぶる事務所
10月20日(土) 送迎	富山市内
10月20日(土) ポストポリオネットワーク会議	高志リハビリテーション病院

10月21日(日) 送迎	富山市内
10月21日(日) 日曜相談会開催	リーぶる事務所
10月22日(月) 第10回講師派遣(文福)	北陸ビジネス専門学校
10月25日(木)	
～26日(金) 相談支援従事者現任者研修出席	富山県民会館
10月27日(土) 高志支援学校学習発表会鑑賞	高志支援学校
10月31日(水) 第2回理事会	リーぶる事務所
11月1日(金) ケア会議開催	富山市保健所
11月8日(木) 第11回講師派遣「私達障害のある当事者が望むべき 学校・教育とは」(JIL中部ブロック研修)	リーぶる事務所
11月8日(木)	鷹栖小学校
～9日(金) 第12回講師派遣「交通バリアフリー教室」	砺波北部小学校
11月11日(日) 送迎	富山市内
11月11日(日) 日曜相談会開催	リーぶる事務所
11月11日(日) 「介護の日フェスティバル」参加	グランドプラザ
11月16日(金) 事務局会議	リーぶる事務所



生きる場センターの活動報告

秋から冬にかけての生きる場センターでの活動をご報告します。



9月7日は自治会主催でバーベキューが行われました。献立、買い物、調理とすべて利用者主導で行います。(写真はボランティアさんと一緒に野菜を切つて下ごしらえしているところ) 大きさが不揃いでも大丈夫。普段、自宅で調理をしたことがない人も積極

的にやってみます。

10月20日にはグランドプラザでNPO大会に参加しました。生きる場センターのブースでは生きる場の活動の紹介や絵はがきやカレンダーの販売を行いました。



11月5日から1週間、富山総合支援学校から実習生1名を受け入れました。手作業だけでなく、調理を行ったり将来的に運転免許を取得し就職したいという希望をお持ちとのことなので、既に自動車通勤している障害者の方と話をする機

会ももうけました。

11月14日には富山済生会病院から講師を招いて「嚥下障害」について学習しました。

食べ物や飲み物が気管に入って誤嚥性の肺炎をおこすことがないように、どんなふうにしたらいいのかなど具体的なお話を伺いました。



年賀状印刷を承っております

私たちの活動の1つとして、年賀状印刷があります。一年を通じて印刷業務を行っているのですが、毎年、この時期は年賀状印刷作業に連日追われております。年々、年賀状を出される方が減っているようですが、生きる場センターでは名簿整理、宛名書きまでの作業を含めて承っておりますので、よろしかったらご検討下さい。

カレンダー販売について

季節の花をあしらった生きる場センター・オリジナルカレンダーを販売しています。

はがきサイズは表紙を入れて13枚。プラスチック製のスタンド付です。価格は500円。B5サイズは1000円で使用後に絵の部分を切り取って絵はがきとして使用することも出来ます。

1月25日～27日にショッピングシティアピアで開催されるハーティとやまのバザー会場でも販売いたします。

郵送希望の方は富山生きる場センター宛ご連絡下さい。メール便にてお送りします。申し訳ありませんが送料をご負担願います。お支払いはカレンダー到着後に同封の郵便振替用紙にてお願いいたします。