



2009年6月1日 第8号

【事務所】

〒302-0027

取手市駒場4丁目5-2 4

TEL/FAX 0297-73-8361

メール npo\_ikiru@ybb.ne.jp

<http://www7a.biglobe.ne.jp/~npoikiru/>

ご あ い さ つ

NPO 法人活きる 副理事長 鈴木澄利

NPO 法人活きる(後、活きる)は、この春で4年を迎える事ができました。ひとえに皆様方のご支援によるものと厚く御礼申し上げます。さて、活きるの活動も順調に進んで福祉移動サービス「いくべ〜」に於いては、取手地区になくてはならない存在となりました。また、魚販売(千葉県鴨川直送の冷凍製品)に於いても、買い物に出かけるのが不自由な方々には好評で、販売している魚も新鮮なうちに加工・冷凍した物をお届けしています。季節ごとに水揚げされた魚を楽しみにしているお客様もおられます。またユニバーサルデザインの「ひとにやさしい器」は、通常、機能を重視するとデザインと使い勝手は相反しますが、デザインと使い勝手を両立したこれらの器は障害者だけではなく、健常者にも人気を博しております。このように活きるの活動に於いて、皆様方のご意見を聞きながら勉強をし、努力をしていかなければと考えております。

今年度、新しく企画をしました「活きる わいわいクラブ」は、障害者と健常者が、まったりするのもよし、歌ったり、ゲームや、クイズ大会をしたり、みんなと語りあったり気軽に楽しんで、というキャッチフレーズで、楽しく過ごしてもらおうと企画しました。この企画も間もなく活動をはじめます。このような活動は、障害者がよりよい生活を送っていただくためのお手伝いをする、というコンセプトでこれからも推し進めていきます。そのためにも、皆様方の一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

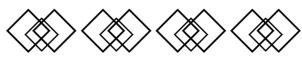
ご存知ですか？

健康保険で在宅マッサージが受けられます！

お問い合わせ、ご相談などお気軽にご連絡ください。

オリエンタル治療院

〒301-0041 茨城県龍ヶ崎市若柴町 2183-9 TEL 0297-65-0985 FAX 0297-65-3323



## 防災訓練に参加

平成 20 年 10 月 18 日

最近、地震や大災害に備えて防災意識が高まっています。昨年から取手市では要援護者（高齢者や障害者）の防災対策、援助計画を進められていますが、いまだに具体的な対策は提示されていないのが現状です。それは、要援護者の状況をよく把握していないせいだと思います。平成 20 年 10 月 18 日（土）に取手市の桜ヶ丘地区で自主防災訓練が計画されました。防災対策室ではこれを機に要援護者に参加を求め理解を深めようということで、各障害者団体に協力を求められました。NPO 法人生きるでも喜んで協力することになり、染野理事長、勝山、満理子の 3 人が参加することになりました。この 3 人は重度障害者で特殊な車いすを利用して、その扱いや身体状況を見てもらうのに最適です。今回は障害者支援団体が 10 団体ほど、高齢者施設も参加されました。当事者も生きるの肢体不自由者をはじめ、知的、視力、コミュニケーション障害の方たちも体験されます。取手市の関係部署、消防署、地域消防団の指導で訓練が始まりました。

まず、避難場所まで要援護者の誘導です。染野、勝山両名の車いすは電動ですが機能しなくなったという設定で手動で市の職員に押ししてもらい移動しました。3 台とも非常に重く、舗装されていないぬかるんだ芝生の上の移動は大変です。避難場所に集まった後、取手市長よりこれからの防災対策についてお話があり、積極的に現実的な対策を考えられていることがわかりました。

その後、消火訓練や倒壊家屋からの救出訓練を行い、私たちはそれを見学しました。私たちは実際にそれらの訓練には参加しなかったのですが、有事の際に私たちをどのようにして救出、誘導するか、避難場所での介助や環境について具体的な方法がわかりませんでした。今後はそれらの懸案事項を市から具体的に示していただき、要援護者が安心して住める街にしていきたいと思いました。（宮脇記）



## 電車で GO 成田山詣で

平成 20 年 10 月 22 日

「生きる」には晴れ女や晴れ男がいるというのは本当だったんですね。爽やかな晴天に恵まれた 10 月 22 日（水）、恒例となった「電車で GO」の遠足で成田山に行ってきました。当日は 9 時に取手駅集合。参加者総勢 20 名、車椅子利用者 6 名です。「生きる」の前身「活きたい会」の頃から毎年かならず実行してきたこの行事、思えば私も 15 年位前から参加していることとなります。「電車に乗って車椅子の障害者が外出する」、今では当たり前のこととして社会でも受け入れ体制が整ってきましたが、15 年位前までは駅のバリアフリー化など夢の話でした。みんなで車椅子を持ち上げて、駅員さんや乗客の方に助っ人をお願いしてホームの階段を往復したものです。その度に思ったものでした、「私が車椅子の障害者になったら、とても一人では外出する勇気などもてないな」と。今では殆どの JR の駅でバリアフリー化が進んでいます。取手駅から成田駅まで、エレベーターとエスカレーターを利用し、駅員さんの手際の良い対応を目の当たりにしながら、ひと昔前を思い出し、しばし感慨にひたりました。私自身、電車を利用して成田山に行くのは初めてです。我孫子駅から成田まで約 40 分、10 月の平日の乗客はぼつぼつです。電車一輛丸ごと「生きる」で貸し切ったようなもの。ローカル気分を味わいながら思い思いにゆんたく(おしゃべり)しました。成田駅から成田山新勝寺までの道はアップダウンが有り、横を通る車に注意しながらの道行きでしたが、お寺に

着いてしまえば一安心で、車椅子用のスロープやエレベーターが整備されていて、広大な境内も自由に散策できます。大本堂の前で集合写真を撮り、それぞれ自由散策。本堂の奥では護摩祈祷の炎と声明がこだまし、荘厳な雰囲気です。私もお賽銭をあげて参拝しました。昼食は「電車で GO」の最大のお楽しみ。参道のお店に全員一緒に入ることが出来ました。各自好きなものを注文し、中

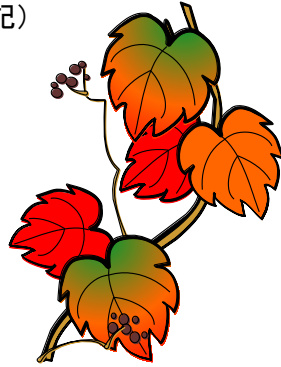


にはアルコールでいい気分になる方もいて、ゆっくり会食しました。帰りの電車ものんびりと、参道で求めたお土産を抱え居眠りする人あり、ゆんたくで盛りあがる女性陣あり、成田山のお不動さまに守られて、全員無事に帰ることが出来ました。（河口記）

## ◆◆◆ ネットワークフェア

平成 20 年 11 月 11 日

今年も、藤代総合スポーツセンターで開催されました。ネットワークフェアは、市民と行政等の団体が協力し合って、ネットワークを築こうと毎年行われているものです。地元産の野菜販売や、市民団体の模擬店、福祉団体の活動紹介やバザーなどが参加しています。例年、生きるはKDSのユニバーサルデザイン食器の普及に努め展示・販売およびバザーを出展しています。普段なかなか手にすることが出来ないユニバーサルデザインの食器を実際に手にとって感触を確かめてもらいます。また、これらの食器は一般的な介護食器と違い、笠間在住の作家さんの手作りなので、デザイン的にも楽しめます。多くの方がブースに立ち寄り、KDS食器に興味を持ってもらいました。(宮脇記)



## ◆◆◆ 健康福祉まつり

平成 20 年 11 月 29 日

ネットワークフェアの2週間後、グリーンスポーツセンターで取手市健康福祉まつりが開催されました。健康に興味を持ってもらうために、講演会や保健センターでの健康指導、福祉団体の活動紹介などが催されました。NPO法人生きるもネットワークフェアと同様の目的でKDSの紹介とバザーを出展しました。ある程度、健康に関することを目的に来られるために、介護食器にも興味をもたれる方々が多かったようです。また、生きるのブースがスタンプラリーのスタートになったため、多くの方が立ち寄られ、生きるの活動の紹介も出来たと思います(宮脇)

## ◆◆◆ おねがい ◆◆◆ バザー出店の為、不要品提供のお願い

ご家庭でいらなくなって、まだ、十分使用できる品物のご提供をお願いいたします。ご提供される品物は、直接「生きる」の事務所へご持参いただくか、ご連絡いただければ取りに伺います。

### NPO法人生きる有償福祉移送サービス「いくべ〜」

- 移動が困難な障害者や高齢者の外出支援のため、  
生きるのボランティアが、有償で送り迎えいたします。

**ボランティアドライバー 大募集 !!**

お問合せ TEL/FAX 0297-73-8361 (平日 10:00~15:00)

- 障害者の介助ボランティアも同時に募集しています。  
生きるの当事者会員の簡単な介助や見守り、生きるのイベントのお手伝い。

# 新年会 1月

平成 21 年 1 月 11 日

1 月定例会を「活きる新年会」として行い、染野理事長の年頭のあいさつで [本来活動目的の 3 本柱「障害者の社会参加、自立、就労の支援」を会全体で考えていく。活きるに参加してきたことで喜びを感じ、生活の中で笑顔が増えた方もいます。とかく、引きこもりがちになっている在宅の障害者を一人でも多く引き込んでいきたい。そのためには会員の皆様の力が必要で、ご協力をお願いします。また、他団体との交流にも力を入れる必要がある、とも考えています。移送サービスは取手市内に 3 団体存在するが、おかげ様で月平均の件数はトップ。クレームもほとんどありません。引き続き、ボランティアの確保に努めたいのでご協力をお願いします。] はじまり、美味しい食事ですいつもとちょっと違う定例会でした。(鈴木記)



## 介護技術セミナー

平成21年2月7日

昨今の高齢化社会や生活習慣病による脳血管障害、糖尿病等により運動機能障害になる方が増えています。そんな中介護保険が実施され、施設や家庭で身体介助をする場面が事業所スタッフによって行われる場面があります。それにより日々、介護技術にも工夫が加えられて進歩しています。

そこで、福祉事業所スタッフや介護家族、介助ボランティアの方々に少しでも負担の少ない技術を知ってもらうためのセミナーを企画しました。指導してくださるRX組の青山幸広先生は重度障害者に普通のお風呂を楽しんでもらいたいというところから始まり、利用者が安全に且つ快適な身体介助を受けられ、そして介助スタッフの腰を痛めない負担が少ない介助技術を提案し、それを全国の事業所に広める活動をされています。

セミナーには約60名の受講者が参加されました。講師の青山先生は青森生まれで若干の訛りのあることばで、軽妙なギャグを加えながら要領よく、効率の良い介護技術の習得の重要性を訴えられました。その後、実技に入り、立ち上がり介助や寝返り介助、車椅子とベッド間の移乗について介助者が負担にならないためのコツを非常にわかりやすく且つ楽しく説明していただき、受講者は聞き入ってしまいました。目からうろこの技術が満載でとても有意義なセミナーになりました。

旧式の介護技術を未だに使い、新しい技術を取り入れようとしない介護スタッフはプロというプライドを捨てて、利用者の声を真摯に受け止め、常に安全かつ快適な介護を提供できるようスキルアップを考えていただきたいと思います。また、井の中の蛙にならないように他の施設の良い点悪い点を見る広い気持ちを持ってより新しい技術を勉強し、利用者本位の安全で且つ介助者にとって少しでも負担を減らし、楽しい介護現場を築いていただきたいと思います。

(宮脇記)



## NPO法人 活きるの魚販売

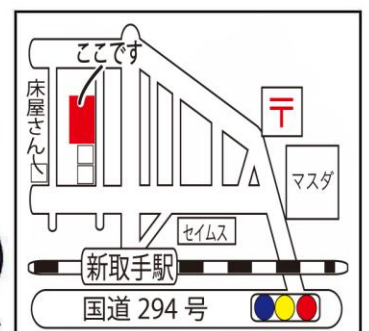
### 鴨川直送冷凍水産品

<例>魚 (アジ・サンマ等) のひらき

- ・手開き
- ・自然塩
- ・天日干し
- ・食品添加物なし

- ・毎週金曜日(祝・祭日除く)  
PM1:00~PM4:00
- ・毎月第4金曜日 入荷
- ・配達いたします。(取手市内  
1,000円以上)
- ・お問い合わせ  
TEL 080-6720-0196  
FAX 0297-73-8361

※ご来店のお客様は定価の1割引いたします。



毎年、取手市社会福祉協議会の主催で障害者(児)支援ボランティア入門講座を開催しています。今年も3月4日、11日、18日の3回に分けて取手市福祉交流センターで行われました。「身体障害、身体障害者について」の講演を当法人に依頼されたので、例年通り宮脇が担当することになり、お話ししてきました。今年受講者は16名で年々少なくなっているように感じます。

さて、お話しする内容は、まず、私(宮脇)がボランティアをするようになったきっかけと、その後、私が思っているボランティアとはどういうものかをお話ししました。この部分についてはNPO法人生きるに参加して4年経ち、その間、障害者の支援とかボランティア活動に直接かかわったり、また、市民活動について会議などを通して考えたり、年々、考え方が変わってきたような気がします。その都度話す内容も変わってきました。お話を聞いてもらった後、休憩をはさんで、車いすの取り扱い方、ベッド↔車いすの移乗技術を見てもらいました。車いすについてはシーティングについても簡単に資料をもとにお話ししました。車いすは単なる移動道具だけではなく、身体症状やライフスタイル、活動によって車いすの種類を選び、目的を達成するための姿勢(シーティング)がとても大切だということを知ってもらいました。あまり、シーティングを重視する事業所が少ないので、ぜひ考えていただきたいところです。移乗については、日頃、妻の介護で習得した技術を見てもらいました。長年の介護で腰を痛めたことが何度もあり、その末に腰に負担のない方法を身に付けたので、より多くの方に覚えていただき、少しでも介護負担を軽くしてもらいたいです。必要なら出張指導もやっています。今年も、私のとりとめのない話を熱心に聞いていただき、受講者の方々には貴重な時間を我慢していただきました。2時間余りのお話しで少しでも何か感じていただけたら幸いです。

(宮脇記)

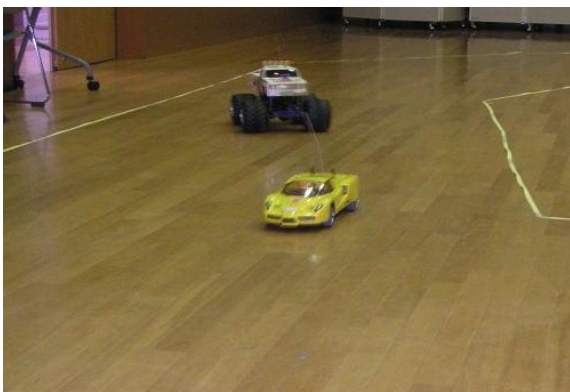


## 真冬のGP 平成 21 年 2 月 21 日



# GRAND PRIX

北風の吹く中、車好きが集まった。コースは、左回りでオーバルに近いレイアウトにした。出場ドライバーは若手が減ったことで、おじさんドライバーにも有利か。車は前回同様にフェラーリF430・GT-R・RX-7・エンツォなど世界に名高い車が出場。特別カテゴリーとしてピックアップトラックが参加した。午後1時30分にスタートした。第1レースから中々おもしろい展開で、観客・レース関係者みんなが熱く楽しめるレースとなった。結果は、おじさんドライバーがトップとなり、久々におじさんパワーがさく裂した。次回も、皆さん楽しんで頂きたいと思います。(鈴木記)



名刺 50枚 800円から  
写真入りカレンダー (500円)  
チラシ ログマークなど  
B-Oカラーポスター 1枚からできます。

印刷 一般

## 生きるプリント





マスコミであおりたてられていた新型インフルエンザも下火になってきたの  
なつて感じを受けますが、慢性疾患や障害をお持ちの方は引き続き予防をして  
いた方がよいようです。

さて、新型インフルエンザがマスコミをにぎわせていた頃に国から各自治体宛  
に出された通知を厚生労働省のホームページで見る機会がありました。

内容は、アハハと笑うしかない内容でした。かと言って笑えないその内容は、  
「通所系サービスが臨時休業した場合の対応」です。もし、毎日のように通所  
系サービスを受けている方は臨時休業という事態になったらどう考えています  
か？国は、「訪問系サービスを利用しなさい」という内容です。それも、制度上、  
「事業所は自分でみつけないさい」ですよ！このシリーズの中で再三言っている  
通り、ケアマネジャーがいない・訪問系事業所が極端に少ない・ヘルパーの数が  
が少なくなっている・訪問系事業所のほとんどが介護保険事業所と併設してい  
る。以上のことからどんな状況になるかは想像がつかますよね？当然、介護保  
険も同様に国から各自治体に同じような通知が出されていますから、介護保  
険の通所も臨時休業になったら訪問系サービスに変更せざるを得ないでしょう。  
ただ、障害のサービスと違って介護保険利用者にはケアマネジャーがついてい  
ますし、介護保険の方が情報が早いのですぐにでも対応が可能でしょう。いざ、  
皆さんが障害の事業所に電話をしてもヘルパーの空きがない状況で訪問系サー  
ビスは使えないということになります。

国の通知は、みごとに 単純明快 & 相変わらず現実を知らな過ぎ & 机上の自  
己中心的な発想の通知です。

みなさん！インフルエンザ予防と国のわけのわからない対応・制度改正には充  
分に気をつけて生活をしていきましょう!!!?

優しいキューピット



## ◎障害者協働支援ネットワークからのお知らせ◎

### 1 「障害者の働くを考える」講演会

日時：平成21年7月18日（土）13：30～15：30

場所：取手市福祉交流センター 多目的ホール

「パソナハートフルの取り組みと働くために必要なこと」

(株)パソナハートフル執行役員 渡部ひろみ氏

入場料：無料

### 2 映画「able」上映会

ダウン症と自閉症という知的障害をもった少年二人がアメリカでのホームステイを  
しながらさまざまな体験をしていく感動の映画です。

日時：平成21年8月9日（日）13：30～15：30

場所：取手市福祉交流センター 多目的ホール

入場料：無料



## ホントにあった怖い話（1）

電動車椅子で街を走っているとたくさんの人たちに声を掛けられる。ある日、いつものように走っていると後ろから自転車のおばさん。

「頑張ってね、気を付けてね。」とおばさん。

「ありがとうございます。」私。

自転車のおばさんは軽やかに私を追い抜いていく。10メートルは先に行っただろうか次の瞬間、歩道の縁石に接触し転倒。

私は追いつき、一言。

「気をつけてね、大丈夫？」



## ホントにあった怖い話（2）

私は靈感が強いとは思っていない。いつものように電動車椅子で走っていると差し掛かったのは「とげぬき地蔵」の崖の下。ここは雨が降るくらい日におばあさんが縁石の上に腰掛けていて、近づくとふっと消えるという場所。その日もおばあさんが座っていた。

「ついに私も見えるようになったか！！」

恐怖に打勝つように近づき、緊張しながら脇をすり抜けようとしたその瞬間。

おばあさんはそこでオシッコをしていたのであった。ちゃんちゃん。

お粗末でした。

## ● ありがとう

寄 付

県・市・取手市社会福祉協議会 補助金 ¥280,000-

オリエンタル治療院や移送関係者他の方々から ¥408,836-

茨城ヤナセより ノート・鉛筆・その他2点

その他、バザー出展用品多数

## ●ご協力ありがとうございました●

今後の生きるの活動に有効に利用させていただきます。

### 編集後記

広報発行を担当してしばらく経ちますが、相変わらず手を焼いています。多くの人に読んでいただいていると思うと、手の焼きがいがあります。

編集担当 鈴木 澄利

### NPO 法人生きる 窓 開けて

平成21年6月1日発行

発行所 NPO 法人 生きる

発行者 染野 和成

編集者 鈴木 澄利

連絡 TEL/FAX 0297-73-8361

メール npo\_ikiru@ybb.ne.jp

http://www7a.biglobe.ne.jp/~npoikiru/

### 活動会員・賛助会員を募集しています

一緒に NPO 法人 生きるの活動に参加してみませんか  
皆様のご参加をお待ちしています。

活動会員 個人・年会費 2,000円

団体・年会費 3,000円

賛助会員 個人・年会費 1口 1,000円 1口以上

団体・年会費 1口 2,000円 1口以上

(活動・賛助会員の総会議決権はありません)

振込先

・郵便振替 00190-7-778948

口座名義 「特定非営利活動法人生きる」