

北区障害者地域自立生活支援室より

# 支援室だより

第9号 (2004年12月発行)

## 【相談窓口】

〒114-0032 東京都北区中十条1-2-18 障害者福祉センター1階

TEL:03-3905-7225 TEL・FAX 兼用:03-3905-7226 E-MAIL: peernet@ma.kitanet.ne.jp

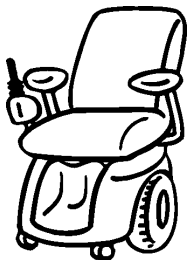
開所日時: 月～金 10時～19時 土 10時～17時 \* 日・祝・年末年始は休み

## 今号の内容

|                            |           |       |
|----------------------------|-----------|-------|
| ● こんなご相談を受けました             | ● ● ● ● ● | 1 ページ |
| ● 「介助者とうまくつきあう方法」          | ● ● ● ● ● | 2 ページ |
| ● シーティング                   | ● ● ● ● ● | 3 ページ |
| ● ミニ福祉機器展で会いましょう♪          | ● ● ● ● ● | 4 ページ |
| ● ★白玉だんごを作ろう★              | ● ● ● ● ● | 5 ページ |
| ● 【情報提供】 駅情報               | ● ● ● ● ● | 6 ページ |
| ● 【情報提供】 国際福祉機器展&東京モーターショー | ● ● ● ● ● | 7 ページ |
| ● 【情報提供】 イトーヨーカドー赤羽店紹介     | ● ● ● ● ● | 8 ページ |

## こんなご相談を受けました

障害当事者の職員が、障害当事者の方のご相談にお答えする——これが、支援室の特長です。  
先日は、こんなご相談をお受けしました。



私は、最近電動車いすを使うようになって、練習している  
ところです。  
電動車いすでエレベーターに乗るとき、後ろ向きで乗るに  
は、どんな風にするんですか？

このご相談について、電動車いす使用歴4年の近藤（写真）が、実際に電動車いすで  
後ろ向きにエレベーターに乗ってお見せしました。



障害当事者でないと答えられないご相談を、どしどし支援室にお寄せください！

## 「介助者とうまくつきあう方法」

11月20日（土）、東十条地域振興室の3階会議室にて肢体不自由者自立生活プログラム「介助者とうまくつきあう方法」第3回「家族から学ぶ」を開催しました。

今回は、障害者の息子さんをお持ちの田名網れい子氏たなあみと比嘉貞子氏ひがさだこをお招きし、介助者との付き合い方についてお話いただきました。



田名網れい子氏（右）と息子さん

の重度身体障害者（一種一級）です。息子さんが北養護学校在学中に、2年間PTA会長を務められ、昨年まで地元の「肢体不自由児者父母の会」の副会長を務め、障害者福祉に関わる活動をなさいました。その他、2つの活動グループに所属し、重度心身障害者に関する情報交換や余暇活動として、地域の短期大学の社会福祉学科の学生（ボランティアワークの受け入れ）と協働で活動をしていらっしゃいます。

田名網れい子氏は北区豊島在住で、息子さん（28歳）が脳性マヒの重度重複の身体障害者（一種一級）です。平成12年4月に障害児を持つ親4人で集まり、親亡き後も地域で暮らさせたいという思いから、ワンステップという会を発足なさり、活動していらっしゃいます。息子さんに自立に向けての体験をさせるため、平成13年3月からはアパートを借りて、介助者の派遣を受けています。

比嘉貞子氏は板橋区在住で、

息子さん（21歳）が脳性マヒ



比嘉貞子氏

お二人のお話  
から

親が介護すると、息子のちょっとした動作で欲求がわかり、どうしても先回りして介護をしてしまいますが、介護人さんだとそうはいきません。息子も「何かサインを出さないとやってもらえない」とわかってきたようです。介護人さんと外出するときも、最初は暴れたりしましたが、回数を重ねるうちに慣れてきて、今では外食もできるようになりました。

私が息子の他人介護を頼んだのは、肩の痛みがきっかけでした。ヘルパーさんが来るようになって、腱鞘炎や肩の痛みがなくなりました。ヘルパーさんを頼むのは、もちろん本人の自立のためですが、親が元気なうちにヘルパーさんを頼む方が、メリットが大きいと思います。

次回第4回「介助者から学ぶ」は、来年1月15日（土）に、北とぴあ7階第一研修室にて行ないます。

実際に介助派遣をしている有限会社ひまわりサービスの代表取締役横堀まさ江氏よこぼり えと、NPO法人あふネットの理事長川口仁志氏かわぐちひとしをお招きし、「介助の仕事をする際の心がまえ」や「障害者との良い関係の築き方」についてお話いただく予定です。これまではご参加いただけなかった方々も、ふるってご参加ください。

また、来年3月19日（土）に行ないます第5回「まとめ」の会場も北とぴあ7階第一研修室に決定いたしましたので、お知らせ申し上げます。



## シーティング ～二次障害を防ぐ車イスの座り方

やまざきやすひろ

毎回、大好評をいただいております、(株) アクセスインターナショナルの山崎泰広氏の「シーティング」の講演を、来年2月に2回行なっていたけりことになりました！

山崎泰広氏 (株) アクセスインターナショナル

### シーティング講演会

| 日 時                           | 場 所                     | 対 象                          |
|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|
| 2005年2月17日 (木)<br>13:30～16:30 | 障害者福祉センター<br>ふれあい館第1ホール | 脊髄損傷・頸椎損傷の障害が<br>おありの障害当事者の方 |
| 2005年2月25日 (金)<br>10:30～12:00 | 障害者福祉センター<br>別館ふれあい館2階  | シーティングに興味のある方                |

ミニ福祉機器展の初日です！

**注意！**

会場が変わりました



2月17日(木)の講演では、講義のあとにデモンストレーションを行ない、会場にお越しいただいた障害当事者の方に圧力分布測定機をお使いいただき、おしりにかかる圧力を測定していただく予定です。

また、2月25日(金)の講演のあとには、支援室主催のミニ福祉機器展の(株) アクセスインターナショナルのブースにて、個別のご相談をお受けいただく予定です。

参加ご希望の方は、当日、直接会場へいらしてください。



前回8月7日(土)のシーティング講演会の様子

## ミニ福祉機器展で会いましょう♪

支援室では、第3回ミニ福祉機器展を以下のとおりに開催します。

# 第3回 ミニ福祉機器展

開催日時：平成17年2月25日（金）～26日（土）10：00～16：00

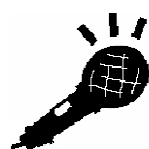
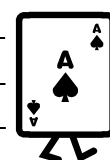
場 所：北区障害者福祉センター2 階洋室、ふれあい館別館1、2階



2階の洋室では、車イス用のレインコートや便利な小物などの展示・即売を行なっています。ふれあい館別館の1階でも展示を行ないます。出展予定業者と主な展示予定商品は次のとおりです。

### 出 展 予 定 業 者 一 覧 (順不同)

| 企業名               | 所在地    | 主な出展予定商品          |
|-------------------|--------|-------------------|
| (有)コアラヘルシー        | 中野区    | レインコート、車イス用小物     |
| M&Rるーむ            | 熊谷市    | ワンタッチ・ケープ、ボア・ライナー |
| バリアフリー子供服         | 大阪府    | バリアフリー子供服         |
| ケイ・ホスピア(株)        | 相模原市   | 靴、杖               |
| (株)アクセスインターナショナル  | 板橋区    | 車イス               |
| アビリティーズケアネット(株)   | 渋谷区    | 運動グッズ、ゲーム用品       |
| フットマーク株式会社        | 墨田区    | 水着                |
| 日本特装株式会社          | 千代田区   | おんぶ帯              |
| パシフィックサプライ(株)     | 所沢市    | 遊具、バギー            |
| はじめ<br>株式会社 一歩    | 奈良県御所市 | 楽器、遊具             |
| (株)オーエックスエンジニアリング | 千葉県千葉市 | 車イス               |



また、今回は、ふれあい館別館2階の会議室にて、(株)アクセスインターナショナルの  
やまざきやすひろ たかはしゆういち  
山崎泰広氏と、アテネパラリンピックの金メダリスト高橋勇市氏（予定）の講演会も行ないます。

山崎氏の講演は2月25日（金）10：30～12：00

高橋氏の講演は2月26日（土）13：00～14：00（予定）です。

ミニ福祉機器展は、今までより広いスペースでの開催となり、展示も充実いたしますので、講演会ともども、皆様お誘い合わせの上、ふるってご参加ください。

## ★白玉だんごを作ろう★ ～ 知的障害者自立生活プログラム

10月16日（土）にお菓子づくり教室～フルーツ白玉～を行ないました。

それまで暖かかった陽気が急に寒くなり、当日は予定を変更してフルーツ白玉と白玉ぜんざいの両方を作りました。

参加を申し込まれていたのですが体調を崩された方がいらっしゃって、3名の参加者と少ない人数でしたが、和気あいあいとした雰囲気の中で楽しくおしゃべりをしながら作ることができました。



白玉をまるめる作業では、その人の性格が影響されるようで、とても小さい白玉、個性豊かな形の白玉、特大の白玉などいろんな形の白玉ができあがりました。形はさまざまでしたが、とってもおいしかったです。



たくさん出来上がったので、「きらきら」の利用者さんたちにも食べていただいたところ、とてもおいしいと大評判でした♡



12月18日（土）のお菓子づくり教室は**クリスマスケーキ**をつくります。

当日作ったケーキは1人ずつ持ち帰って、家族の方と一緒に食べていただこうと思っています。

ぜひご参加ください。





## 情報提供

### その1:浮間舟渡駅のバリアフリー化、進行中！

JR埼京線の浮間舟渡駅に、来年3月、エレベーターとエスカレーターが付きます！

北区内の駅が次々にバリアフリー化していくのは、うれしいことですね。現在工事中のエレベーターとエスカレーターが完成したあかつきには「支援室だより」でも詳細をご報告しますので、乞うご期待！



### その2:大宮駅、京浜東北線にエレベーター完成！

前号の支援室だよりで大宮駅の埼京線にエレベーターがついたとお知らせしましたが、

10月28日（木）、大宮駅の京浜東北線のエレベーターが使用可能になりました！



大宮駅京浜東北線ホームの  
エスカレーター



大宮駅京浜東北線ホームの  
エレベーター ⇒

新幹線の各ホームにもエレベーターや多目的トイレが設置され、大変使いやすくなりました。

高崎線やその他の線でも、来年春の完成を目指して、ただいま工事中です。

### その3:湘南新宿ライン、赤羽⇄鎌倉直通列車増発！

2001年12月1日のJR東日本ダイヤ改正で誕生した、「湘南新宿ライン」。既存の路線を組み合わせ、宇都宮・高崎～池袋・新宿～横浜・小田原・逗子と、首都圏を縦断する路線です。このたび、2004年10月16日のダイヤ改正で、たとえば赤羽から鎌倉まで乗り換えなしでいける列車が増発されました（時間帯によっては30分に1本の場合もあります。詳細は赤羽駅で配布されている時刻表をご覧ください）。今までは、北区から鎌倉へ遊びに行くにはエレベーターのない大船駅で乗り換えなければならなかったりして大変でしたが、これからは楽に行けそうですね。

## その4:国際福祉機器展に行ってきました

今年も10月13日(水)～15日(金)の3日間、東京ビックサイトで行われた**第31回国際福祉機器展**に支援室の職員たちが足を運び、数々の情報を仕入れてきました。広大な会場に国内外645社が出展した**国際福祉機器展**は、職員たちが持ち帰ったパンフレットも膨大な数になります。「行きたかったけど行けなかった」「行ったけど、全部は回りきれなかった」という方、支援室が集めた情報をご活用ください。2004年度版福祉機器カタログ集も入手いたしました。ちなみに、**第31回国際福祉機器展**についてのホームページは <http://www.hcr.or.jp/> です。

なお、来年の**第32回国際福祉機器展**は、平成17年9月27日(火)～29日(木)に、同じく東京ビックサイトで開催されます。

## その5:東京モーターショーに行ってきました

11月3日(水・祝)～7日(日)の5日間、幕張メッセで行われた**第38回東京モーターショー：働くくるま**と**福祉車両**にも行ってきました。国内の自動車メーカー等、各社が最新の福祉車両を展示し、大盛況でした。幕張メッセはちょっと遠いので、行けなかった方も多いと思います。こちらの情報についても、ぜひ支援室をご活用ください。「東京モーターショーガイド2004」も入手いたしました。ちなみに、**第38回東京モーターショー：働くくるま**と**福祉車両**のホームページは

<http://www.tokyo-motorshow.com/show/2004/public/index.html> です。



## その6:障害者に役立つお店紹介

### ～ イトーヨーカドー赤羽店 4 階 あんしんサポートショップ ～



◆所在地：北区赤羽西1-7-1 イトーヨーカドー赤羽店4階

◆TEL：03-3905-5111 内線249

◆営業時間：10:00～23:00 年中無休

◆アクセス情報：JR「赤羽駅」より徒歩4分

◆店内情報：2階と6階に車イストイレ

今年7月、イトーヨーカドーでは、「介護用品を扱っているお店が少ない」というお客様の要望を受け、「明るく買いやすい介護用品売り場」をコンセプトに、全国166店で一斉に介護用品コーナー「あんしんサポートショップ」を開設しました。

北区にある赤羽店にも4階に開設さ

れ、シルバーカー・車イス・ステッキ・栄養補助食品・介護食・食事用品・シューズ・オムツ・パジャマ・家電製品・生活サポート用品など、およそ800アイテムが販売されています。また、カタログを見てのお取り寄せもあります。

店員さんの中には**福祉用具専門相談員**や**ヘルパー**

の資格を持つ方もいて、いろいろな相談にのってもらえます。

現在は高齢者向けの商品が中心ですが、お客様からの要望にお応えしながら、品揃えを豊富にしていきたいとのことです。



## 編集後記

北区障害者地域自立生活支援室から、平成16年最後の“支援室だより”第9号をお送りいたしました。いつもご愛読いただきまして、誠にありがとうございます。来年もどうかよろしくお願いします。皆様、よいお年をお迎えください。

\* \* \* \* \*

新潟県中越地震が起こったとき、電車に乗っていました。実は6ページで紹介した湘南新宿ラインの鎌倉から赤羽へ帰る直通電車の中だったのですが、徐行運転することも、ましてや途中で止まることもなく、地震があったことすら気づきませんでした。帰宅してから被災地の惨状を知り、本当にびっくりしました。亡くなられた方々のご冥福をお祈り申し上げるとともに、被災者の皆様にお見舞い申し上げます。(くるみ)