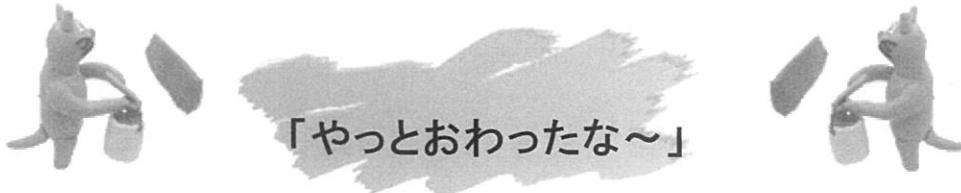


# KSKR パンジーだより

## No.51

クリエイティブハウス 「パンジー」発行 2003 年 11 月



やっと職員の面接が終わりました。職員、介護者のみなさん、ご協力ありがとうございました。かえる会は、みなさんの気持ちが聞けて、よかったです。

面接をすることになったのは、グループホームの介護者が辞めていって、新しい介護者が入ってきて、「グループホームの介護者の顔が、最近バラバラの顔でわからんから、これはあかんな～」とみんなで考えたからです。それで「かえる会で面接やろか～」って、決まりました。

3日間にわたって、45人の面接をしました。はじめの日は「面接ってしんどいな～」って思いました。はじめの日は力かちかちやったけど、2回目からはちょっと力抜いてうまくいったと思います。面接が終わって、かえる会ではこんな感想が出ました。

- ・僕は緊張せーへんかった。
- ・職員の心がわかった。僕は。
- ・一緒に職員の心がわかった。言ってくれなわからん。
- ・大丈夫やった。一回目のパンジーの職員の時は緊張したけど、慣れてきた。
- ・ええんちゃう。してよかったです。
- ・これからずっとがんばってもらわな困る。だんだん暑くなるけど、がんばってもらわな困る。そうだよね！ だんだんめんどう見る人少なくなったら困る。パン屋さんもいなくなったら困る。寒くなつても、暑くなつても、がんばるって言ってたから、がんばってもらわな困る。
- ・続けていきたい。いろんなことわかって、やっていったらいいことあるし、続けていたらいい。ほったらかしされたら困るし、どないもならへん。
- ・やっぱし、職員の面接してよかったです。

僕は「職員にもいろいろあるな～」「メンバーのことをいろいろ考えてんな～」と思いました。もっと聞いたかたけど、時間がありませんでした。でも「まあ、ここまで聞けてよかったですな～」と思います。一回目やから、何を聞けばいいかわからんときもあったけど、もう一回やったら、いっぱい聞けると思います。今度からは、ゆっくりといっぱい聞きたく思います。

(うめはら)

## 知的な障害を持つ人と支援者のエンパワメント講座を開催しています

知的障害を持つ人たちが地域で生活していくためにはひとりひとりの障害を受け止め、意識を持って支援していくことが必要です。それには支援者がエンパワメントをすることが大切になります。いわゆる「良い支援者」になるためではなく、自分を深く知り、知的障害を持つ人たちを深く知るための講座です。

大好評で、  
終了しました

### 1回目：「心のマッサージの話」

～心と身体を癒す方法・自分の身体と対話する方法～

講師：松下由起子（CPI キャリアプロセス研究所）ボディーウーカー・心理カウンセラー。

心理学をベースとしたカウンセリングカリキュラムで企業や学校、病院の研修体系をコンサルテーションしたり、幼稚園、学校、病院、官庁行政などへ幅広く研修プログラムを提供している。アメリカでボディマッサージセラピーを学び、日本でボディカウンセリングの普及に努めている。

沢井克之（ピープルファースト当事者）現在、アパートで1人暮らしをしながら奈良の授産施設「ひまわりの家」に通所。過去に入所施設で生活をしたこともある。「こういう触られたはいいけど、こういうのはイヤという話をしようと思います」

大好評で、  
終了しました

### 2回目：「伝えあうこと」

講師：黒瀬清隆・黒瀬久美子（ハートブレイク主催）

平成7年開設。「ちょとこころの休息を！」という意味で「ハートブレイク」と名づけた。小学校・中学校・高等学校・専門学校・大学での性教育をはじめとして思春期教育・性教育関連・電話相談員養成などの講演も実施。思春期だけでなく、ハンディの有無にかかわらず、人間のライフステージにそった「性と生」をいっしょに考え、語り合っている。

池崎善久（ピープルファースト当事者）養護学校卒業後、授産施設「ひまわりの家」に通所。自宅で家族と同居しているが自立に願望を持つ。「以前、バイトをしようと考えたとき、そんな無理やからやめとけといわれた。こういうことがたくさんある。そういう話をしようと思う」

本田浩司（ピープルファースト当事者）



### 3回目：感じてみよう！ お互いの立場

日時：2003年12月9日（火曜日） 午後6：00～9：00

場所：希来里5階・くすのきプラザ多目的ホール

講師：講師：パンジー当事者と支援者

コーディネイター：林淑美（パンジーⅡ）

パンジーだよりレギュラーさんおなじみの顔ぶれれです。

問合せ：クリエイティブハウス「パンジーⅡ」（TEL 0729-60-3610 FAX0729-60-3613）

## チョコレートの販売を始めます

パンジーⅡでもチョコレートの販売をしています。弁当だけでは給料には足りないこと、外に出て仕事をするためです。今まで売っていたパンジーと販売先が重ならないよう、パンジーⅡでは八尾方面を中心営業します。

パンジーⅡから八尾まで車で約 30 分。「なあ、まだつかへんの」「歌でも歌おかー」「しりとりしようや」「リンゴ」「ご」「ゴリラ」「ラーメン」「あかんやん」「んがついたから、歌を歌って」。コミュニケーションが難しい人も笑顔で見てたり、聞いていたり、ちゃちゃをいれたり、真似したり。少し遠い営業ですが、なんやかやと楽しんでいっています。

今年も販売しますので、見かけたらよろしくお願ひします。讃岐うどんも好評発売中です。

(見館)



### お礼<パンジー&パンジーⅡ・授産より>

昨年はチョコレートに、たくさんのご協力を頂きまして、無事に終了することができました。本当にありがとうございました。

特に、3月に「オーユーアール都市開発機構」様の紹介で「大阪市北区菅原町地区市街地再開発組合」様から 260 個 (390,000 円の売上げ) の注文を頂き、うれしかったです。一つ一つのチョコレートにはパンジーの紹介文を添えて下さいました。担当の井村さん、暖かいご配慮、ありがとうございました。

## グループホームでの生活の始まり



Tさんのグループホームでの生活が 2 月の中旬からが始まった。起きている間はあまり声も出さない人だが、グループホームで寝ているときには、けっこうな声が出る。携帯電話の電源を入れ、そのとき光るかすかな明かりで様子をうかがうと、寝息をかいしている。何度か Tさんの声で夜中に目がさめ、考える。このようなかたちで、いま内にある何かを表現しているのだなあと。家族のどうしようもない事情で、突然グループホームの生活がはじまつたのだ。普通に考えて、いろいろな葛藤や混乱をして当然だ。

パンジーがスタートして 10 年が経過し、その中で少しづつ、親の入院や病気などの事情で家庭での生活が難しくなり、グループホームへ入居する当事者の方も出てきている。急にグループホームの生活がはじまつたときは、本人、家族、グループホームとともに、ある程度の混乱のなかにある。けれども、とにかくグループホームの生活が始まり、そして、時間の経過とともに継続され落ち着いていく。生活を支援していくことの責任の重さを感じながらも、まあ、何とかなるだろう気持ちと共に Tさんと一緒にやつていきたい。

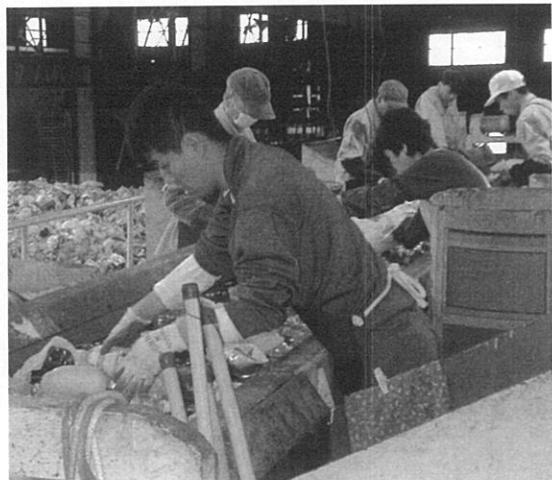
(おおきた)



## 就労支援のもくろみ

昨年 10 月、N 社（BIN、缶、ペットボトルの分別処理をしているリサイクル会社）で K さんが実習をしました。この会社では、知的障害を持つ人が数人雇用されており、障害者も健常者も同じ賃金で働き、1 人ひとりが自分の持ち場に責任を持って働いています。朝礼では順番に司会役を務め、ぶんべつの仕事もローテーションで受け持ちはます。所長さんをはじめとして従業員のみなさんは人に対する優しさと仕事に対する厳しさの両面から障害を持つ人に接しているように思います。

K さんは緊張や不安があると大声を出したり、独語を発する自閉症の方です。作業面では、理解力でもスピードでも十分に一般の職場で働く方ですが、これまでチャンスがなく、初めて実習にチャレンジすることになりました。職業センターで職業評価・相談を受け、ジョブコーチ制度を使って進めることにしました。



ゴミのぶんべつ作業

自転車で 30 分の距離を始業時間までに通うこと、大声を出さずに朝礼に参加すること、BIN の選別ラインでは投げ入れ口に思い切り投げずにゆっくりと入れることなど、乗り越えなければならない課題が次々と出てきました。通勤では、支援者がいないと（実は隠れてついていくのですが）

行き方がその日によってばらばらで、8:30 までに到着できません。コースを確定するために電柱に目印のシールを張ったり、時計のアラームを 5 分前に鳴るようにしたりと、支援者も試行錯誤の連続でした。最終的には好きなコースで行っても時間通りに到着できるようになりました。朝礼での大声もずいぶん少くなりました。でも、当初から予想できたことですが、時間が空いたときにすることが分からなかったり、BIN を思い切り投げ入れることが好きだったり、独語がずっと続くことなどはなかなか改善できませんでした。2か月のジョブコーチ支援の後、1か月トライアル雇用まで行ったのですが、就職への壁は高かったです。

パンジーとはまったく違った環境の中、3ヶ月間がんばりぬいた K さんの努力を想うと就職できたら…と残念でなりませんでした。しかし、これにめげず K さんのチャレンジを無駄にしないよう、就労に向けたアプローチと一緒に考えていきたいです。 (ずし)



## 不眠体験

中新井 淑子

「眠ること、休むこと」を書き始めてもう何回目になるのだろう。途中寄り道をしながらも、私はずっとそのことを考えていたところ、世の中の関心が急に「居眠り」に集まるようになり、「睡眠」についての知見も発信されるようになった。新幹線の居眠り運転のおかげである。たるんでいる証拠といわれてきた朝寝坊や居眠りが、夜間の睡眠障害による病的眠気である場合もあることが広く知られるようになった。それでもやはり、「will not一目覚める気がない」なのか、「can not一目覚めることができない」なのかの区分けは単純ではなく、眠気や不眠のメカニズムもナゾだらけだそうだ。「睡眠を診るということはその人の人生を診ることにつながる」というある睡眠専門医(こういう医師がいることも今回の報道で初めて知った)の言葉に、パンジーのメンバー達の顔がうかんだ。

「寝つきがわるい」「眠りが浅くてすぐ目が覚める」「朝方になってやっと眠る」「夜中に起きて大声を出す」「早朝起きて新聞がまだだと怒る」「昼夜逆転」「三~四日周期で睡眠と覚醒をくりかえす」などいろいろあるが、問題なのは夜だけでなく日中の生活の質を左右してしまうことだ。

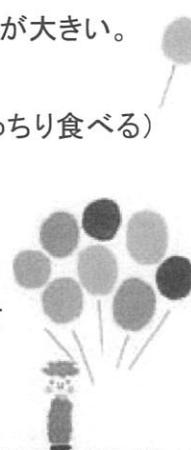
夜ほとんど寝ていない場合でも、パンジーに来て昼寝や居眠りのできる人はまだいい。朦朧とした状態の中で奇声、多動、こだわりがひどくなると、本人も苦しむし周りの人も困惑する。また、睡眠障害が続くと、家族の睡眠を妨げたり、イライラさせたりで、家族関係も険悪になってしまう。

しかし、日本ではまだ数少ない睡眠の専門医を頼ったとしても、そう簡単には解決しないようだ。不眠による障害が強くて時間をかけて睡眠の改善に取り組めない時は、睡眠導入剤を肯定的に服用して、まず眠ることに自信をもつことが先決のこと。また、夜中に多動やこだわりが出る時は、家族だけが辛抱するのではなく、ショートステイなどを利用して環境を変えてみることで、また見えてくるものもあるのではないか。

今年の冬、生来不眠とは無縁だった私が夜中に目覚めて朝まで一睡もできないという体験をした。次の日も全く眠くならない。あわててかかりつけ医に相談すると、何でもないことのように入眠剤を処方されて、またまた驚いた。突然の睡眠障害に対する私の不安は解消されないまま、生れて初めて睡眠薬の世話になったのである。その後2回同じようなことになり、その状況証拠から原因を特定したが、この不眠体験は多くのことを教えてくれた。参考になったことを文末に記すが、夜中に何もすることがなく起きているのは身のおきどころがなくつらいものだと実感できたことが大きい。

### 一般的な睡眠障害への対応

- ・まず朝はっきりと目覚める。(朝の光を浴びる。シャワーをする。朝食をきっちり食べる)
- ・昼間、明るいところでよく活動する
- ・昼食後の短いとた寝は効果的
- ・夕食も決まった時間にしっかり食べる
- ・起床後14時間(脳内に睡眠ホルモンが出はじめる)以降は照明を暗くして、ゆったり好きなことをして過ごす
- ・その2時間後位が最も寝付きやすい時間なので、入浴や運動、コーヒーやお酒、刺激のつよいTVやゲームなど脳を興奮させるものの時間をうまく調節する



## 知的な障害を持つ人たちのファッション講座「おしゃれ宣言」

2003年9月9日（火曜日）、大阪市内のドーンセンターで、知的障害を持つ人たちのファッション講座「おしゃれ宣言」を開催しました。参加者は40名で、パンジーからもたくさんの方が参加しました。美容師さん13人をはじめ、カメラマン、舞台監督、ジャズ演奏者など、たくさんの方がボランティアで参加してくれました。

朝10時30分からファッション講座を受講しました。ファッションの勉強をした後、ショーの立ち方や歩き方を学びました。そして、美容師さんたちがヘアメイクとファッションコーディネイトをしてくれました。

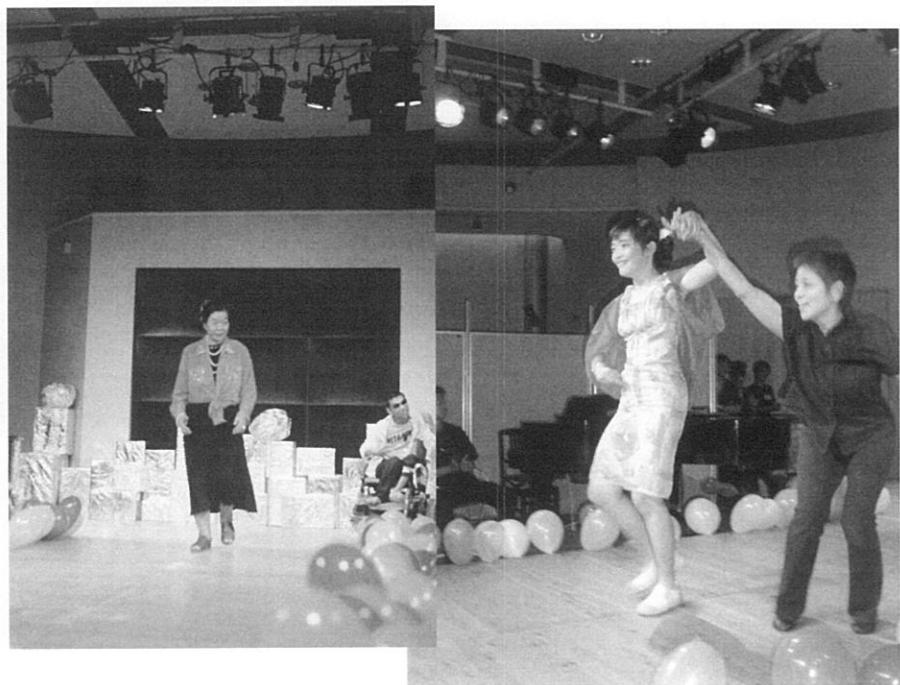
午後4時、いよいよファッションショーの開催です。張りだし舞台に照明を浴びて1人ひとりがステージを堂々と歩き、得意のポーズを決めました。全員がほんとうに輝いていました。

その後はパーティをしました。ジャズ演奏を聴きながらとても盛り上りました。

東大阪市のケーブルテレビが講座の模様を放映しました、また産経新聞や東大阪市政だよりにも紹介されました。

浪花酒造株式会社、株式会社ナニワ商会、株式会社オークボから、お酒や機材、スタイリング剤の提供をいただきました。

ほんとうに多くの方々のご協力で開催することができました。ありがとうございました。



パーティで挨拶するファッションショー実行委員。

### <参加者の感想>

#### 当事者から

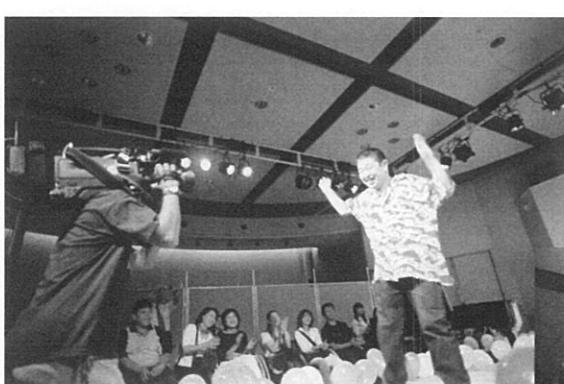
- ★けしょうしてあるいてまわっているのがたのしかったです。
- ★またファッションショーをしたい。
- ★はじめてこのファッションショーに参加して、すごく感動しました。プロのヘアメイクや化粧、写真がよかったです。

#### 美容師さん、スタッフの感想

- ★モデルさんたちのそれぞれが、いろんな障害を持っているにもかかわらず、気持ちよく応じてくれたことや、中には何度も「ありがとう」と言ってくれる方もいて、胸がいっぱいになりました。また機会があれば参加させていただきたいです。
- ★すごく新しい展開だと思う。当事者のパフォーマンスのひとつひとつに感動しました。
- ★これだけの関係者を集められたこともすごいと思う。
- ★みんなの笑顔で元気をもらい暖かい気持ちで帰れた。しばらくは本当に毎日笑顔で過ごせた。店のスタッフが「先生、しんどかったけど、疲れてないよね。あの笑顔のおかげで」と言ってくれたことも、私自身とってもうれしかった。また機会があれば声をかけてください。

#### 見ていた人の感想

- ★モデルの方がポーズをとっている姿がかわいかったし、生き生きしていてよかったです。知的障害を持つ人のファッションショーとは、どんなものかと興味が強くて入場させてもらいました。モデルの方もすてきでしたが、会場を作ってらっしゃる方々も協力して、みんなで作ったショーだということが伝わってきました。
- ★ヘアメイクとファッションでこんなに変わるなんて驚きでした。みなさんとても輝いていました。
- ★ファッションショーに出てきた私のたくさんの友達が、いつもとまったくがうふくそいや、ヘアスタイルをしていてまるで別人に見えました。私もファッションショーに出たいと思います。そして、みんなをびっくりさせたいと思います。また、ファッションショーをしてください。今度はモデルとして参加したいと思いますので、



上 舞台を歩いて、ポーズ。

東大阪ケーブルテレビが取材に来た。

右 ショーの最後に、美容師さんから花をもらった。とても楽しかった！



よろしくお願ひします。

## 「かえる会」の面接を受けた職員の感想

- メンバーとのかかわりや、ピープルファーストのことを聞かれ、答えるのが難しかった。面接を受けたことで当事者が職員に何を求めているのかがわかった。これからのメンバーとの関わり方を考えさせられた。
- 当事者と率直な話が持ててよかったです。当事者の不安感が伝わり話すことの難しさを感じた。
- 「ピープルファーストについてどう思うか」「当事者が理事長になることについてどう思うか」…よく練られた鋭い質問。たじたじ。結局いくつかの答えを保留してしまった。今度は原稿なしで“面接”ではなく“対話”をしたいな。
- 「これから何年働きますか？」という質問に「首にされない限り働きます」と答えたなら、「そうではないんや。あと何年働くんか？」とつっこまれた。当事者の人たちの意気込みを感じ気持ちが引き締まる思いだった。
- 事前に職員に質問する内容が決まっていたようで、たぶん全員に同じ質問だったと思う。職員の業務について質問があつたらよかったです。良かった点は当事者の質問に答える中で自分の思いを伝えられた事だ。
- 質問の意味がわからず答え方にとまどった。自分の考え方や、仕事に対する姿勢を改めてことばにするのは難しかった。目に見える形で職員と当事者の関係が逆転していておもしろかった。
- いざ面接がはじまると写真をとられてビックリ。何がはじまるんだ？ と思った。
- どきどきした。みんなが一列に並んでいるのには、圧倒され、たのもしく見えた。そして少しだけさみしくなった。たのもしくなることは、立場のちがいがはっきりしていることですね！
- 当事者が面接官になるのいいことだ。こちらが話したことについて、どう思うかなどもきけたらと思う。今後は当事者が力をつけていくことで、より向き合った話ができるだろう。
- 新鮮だった。当事者に囲まれて質問をうける中で、“支援者としてのあり方を問われている”と感じながら、自分の考え方や気持ちを伝えられてうれしかった。1人ひとりが役割を持って質問し、答えに対して返事を返してくれた。当事者の支援者面接を継続すれば、自信も深まり、支援者を評価する力が大きくなるだろう。
- 大きな一步になったと思う。続けるなら、きびしい質問やアドリブも加えた面接ができるようになったらいい。
- 私が面接を受けたとき、一緒に働いているかえる会メンバーがいなかつたので、私の考え方や思いは伝えられても、私の働きぶりは分からなかつたのではないか？ とも思った。
- ズバズバ聞かれて具体的に答えなければいけず、自分の言葉に責任を持たなければと思った。
- 今回は質問が比較的やさしかったが、次回どんな質問をされるか楽しみ(こわいかな？ ちょっと)。当事者に質問されることが少ないのでよい機会だった。面接の席に支援者がいることに驚いた(1回目だからか)。素直な気持ちで話せるよう次回は当事者のみでお願いしたい。質問内容はどこまで当事者が考えたのか？
- 面接前はドキドキしていたが、みんなの温かい笑顔で安心した。質問も素直で厳しかったが、みんなが考えていることがわかって自分もみなさんと一緒に、もっともっとがんばらなければならないと思う。
- 「ピープルファーストについてどう思いますか？」と聞かれたときに、ピープルファースト自体あまりわからなくて困った。緊張もしていたが、かえる会の人たちが職員を面接するのは、すごくいいことだと思った。



## 実態調査のためのアンケートにご協力ください。

知的障害をもつ人たちのニーズを知ることにより、支援者の意識を変革していくことを目的にしてアンケート調査を行います(2003年度)。調査は知的障害当事者が直接当事者にアンケートをとる形で行いたいと考えています。

10月<徳島県> 12月<沖縄県> 1月<鳥取県>  
その他にも、いろんなところで実施したいです。  
興味のある方は、ぜひ、パンジーⅡまでご連絡ください。

## 介護者募集中！

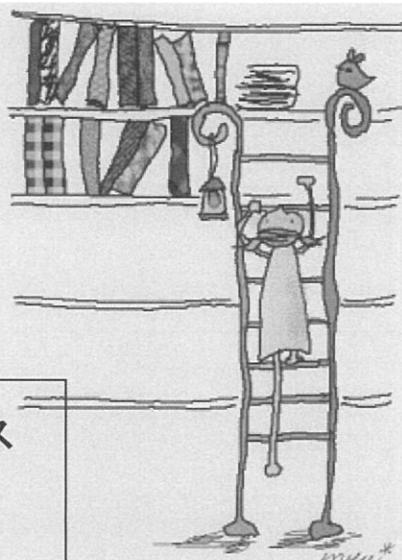
グループホームで知的障害のある人たちの生活を一緒に支えていく介護者を募集しています。食事を作ったり、入浴やトイレの介助、一緒にテレビを見て楽しんだりする仕事です。

時給:1000円~

手当:宿直手当・会議手当・通勤手当

担当:吉竹(お気軽にお電話ください)

TEL0729-60-3611



## パンジーのホームページアドレス

<http://pansy-net.or.jp/www/>

パンジーの情報満載！ 遊びに来てね！

## 第10回 ピープルファースト大会in滋賀

### <大会テーマ>

なかまと力をあわせて事件をなくし、人の権利を守って行こう。

～サン・グループ事件の今までを振り返って～

日時：2003年11月29日（土）12:00～30日（日）

場所：滋賀県大津市・大津市民会館／ピアザ淡海

お問い合わせ：ピープルファースト大阪事務局

TEL/Fax 06-6789-6637 e-mail info@theheart.jp

## 書き損じハガキ、(未使用) 切手を送ってください!

ご家庭や会社などで書き損じのハガキ、スタンプを押していない切手など眠っていますか？ 自立生活部門ではこれらを集めて活動資金にあてています。ご協力お願いします。

ご協力ありがとうございます

<後援会費を振り込んでいただいた方>（敬称を略させていただきます）

田中誠

<カンパ 寄付をいただいた方>

イトーヨーカ堂 五十嵐 赤川由里子 浅田多美子 西尾心治 水谷貞子

<書き損じはがき・未使用切手・未使用テレホンカードをお送りいただいた方>

藤田医院 藤田雄二 自然食品のアーティブジャパン 中野満智子 長尾信 山本京子 田村崇津子 甲田浩子 田巻淳奈 市立岡部保育所 今西聰 北川勝哉 西尾心治 宮田隆志

<パンジーまつりに協賛していただいた企業>

牛乳石鹼共進社 安田工場 大阪日産モーター株式会社 東大阪北店

<ファッション講座「おしゃれ宣言」に協力していただいた美容室・企業>

ヘアーメイクシンディ・レスティ・シャンリッチゆうき・クラブケンゴ・髪工房ランダム 鈴木千栄子・山田鈴子・加嶋・浪花酒造株式会社・株式会社ナニワ商会・株式会社オーネボ

### VIDEO 当事者主体と 自己決定をさぐる

グレンデン協会の人たちの活動と暮らしを訪ねて



企画・制作：

スウェーデンスタディツアーミュージカル実行委員会

販売：はっしんきち「ザ☆ハート」

東大阪市荒本 2049-4 23-101

T E L 06-6789-6637

F A X 06-6789-6649

上映権付価格：12,000 円

個人価格：3,000 円

2002年制作 カラー 120 分

2001年8月10日、知的障害をもつ人たち4名と、支援者13名がス

ウェーデンに旅発った。出迎えてくれたのは、スウェーデンのグレンデン協会の当事者で理事長をしているハンスと理事のアンナ、そして支援者のアンデシュ。案内人は河東田博さん（立教大学教員）

スウェーデンへの旅は、日本の知的障害者が自分らしく生きていくために必要なことは何か、必要な支援は何か、社会をどう変えていけるのかを示唆していた。



パンジーでは、  
後援会員を募集  
しています

|                       |    |     |        |
|-----------------------|----|-----|--------|
| 賛助会員                  | 1口 | 1ヶ月 | 500円   |
| 本会員                   | 1口 | 1ヶ月 | 1,000円 |
| 特別会員                  | 1口 | 1ヶ月 | 5,000円 |
| 郵便振替番号 00950-1-300551 |    |     |        |
| クリエイティブハウス「パンジー」      |    |     |        |

編集人 東大阪市東鴻池町 2-4-8  
クリエイティブハウス TEL:0729・63・8818  
“パンジー” FAX:0729・63・8825

発行人 関西障害者定期刊行物協会  
大阪市東中浜 2-10-13  
緑橋グリーンハイツ1階