

# CILとちぎ通信

第1号 平成20年5月1日発行

きかんしはっこう  
**機関紙発行にあたって**          だいひょう      はこいしみつこ  
**代表 箱石充子**

じりつせいかつ          た          あ          ねんめ          むか          かつどうないよう  
自立生活センターを立ち上げて6年目を迎え、活動内容を

そろそろみなさま          つた          おも          きかんし  
皆様にお伝えしなければいけないと思い、機関紙

はっこう  
を発行することになりました。

わたし      ひとりぐ          ことし          ねんめ          お          かえ          ちてん  
私の一人暮らしも今年は21年目という折り返し地点に

あ          ふしめ          きかんし          はっこう          わたし  
も当たります。この節目に機関紙を発行できることは、私

にとつていぎふか          とうきょう          こういききょうかい          はじ  
にとって意義深いところです。東京の広域協会を始め、

ぜんこく      じりつせいかつ          せんぱいかた          きょうりよく          ちいき  
全国の自立生活センターの先輩方のご協力、また地域の

かたがた          ちからぞ          ほんとう          かんしゃ  
方々のお力添えのおかげと本当に感謝いたします。これま

でに(CILとちぎ)として          ひとりぐ          なかま          ふたりだ  
で          でき          しょう          ひと          ひと          こども  
すことが出来ました。障がいがある人もない人も    子供も

おとな          ちいき          なか          て          きょうりよく  
大人も    地域の中で手をつなぎあって協力しあって、暮ら

せるしゃかい          めざ          いちにち          はや          じつげん          ひ          く          ねが  
せる社会を目指し一日も早く実現する日が来ることを願

いながら、かつどう          つづ          おも          こんご  
いながら、活動を続けていきたいとおもっています。今後と

しどう          べんたつ          ねが          もう          あ  
もご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

じりつせいかつ  
自立生活センターとちぎ

〒321-0924 とちぎけんうつのみやしもぐり      ちょうめ      ばん      ごう      らん      どう  
栃木県宇都宮市下栗1丁目20番7号エルディム蘭A棟103

でんわ  
電話・FAX：028-638-2538      E-mail：ciltochigi@silver.plala.or.jp

URL: <http://www11.plala.or.jp/ciltochigi/index.htm>

## じりつせいかつ かつどう りねん 自立生活センターとちぎの活動と理念

どんなにじゅうど しょうがい にも、にんげん として自分らしく、ちいき なか じぶん 地域の中で自分の  
しょうがい しょうがい ほこ も じゅう ちいきしゃかい なか い じりつせいかつ  
障害に誇りを持って自由に地域社会の中で生きていくために、自立生活セ  
ンターとちぎでは、そうだん う しょうほうていきょう  
相談を受けたり情報提供をしています。

うつのみやし きよてん とちぎけんぜんぱん かつどう  
宇都宮市を拠点に栃木県全般に活動をしてゆく

かんが  
考えです。

じ こせんたく じ こけつてい しょうがいしゃみずか  
自己選択、自己決定をするためには、障害者自ら

がつよ が強くなっていかなければなりません。そ

のためにべんきょうかい  
勉強会、ピア・カウンセリングを

おこな じぶん い  
行っています。“自分がどこでどのように生きていくか”

のサポートをしていくためのかつどうきよてん  
活動拠点です。



## じりつせいかつ 自立生活センター(CIL)とは？

CILとはCenter for Independent Living の略で、にほんご じりつせいかつ  
日本語では自立生活セ

ンターとしてしょうがい  
紹介されています。1970

ねんだい はじ しょうがいしゃ  
年代にアメリカで始まった障害者の

じりつせいかつうんどう きよてん  
自立生活運動の拠点として、カリフォル

ニア しゅう せつりつ  
州バークレーに設立されたことがCILの歴史の出発です。CIL

（じりつせいかつ おも じぎょう しょうがい ちいきしゃかい なか ぶつう  
自立生活センター）の主な事業は「障害があっても地域社会の中で普通

に暮らしたい」とおも しょうがいしゃ じりつしえん けんりようご さまざま せいかつ  
思う障害者の自立支援や権利擁護、様々な生活サポート

じつげんしえん  
を実現支援することです。

じりつせいかつ しゅ とくちょう しょうがいしゃみずか ちゅうしん うんえい  
自立生活センターの主たる特徴は、障害者自らが中心となり、運営や

サービスのていきょう おこな しょうがい もの しょうがい  
提供を行っていることです。「障害のある者こそが障害のある

もの さいりょう りかいしゃ じりつせいかつ すべ かつどう  
者へ最良の理解者となりうる」、自立生活センターの全ての活動はこの

りねん もと おこな  
理念に基づいて行われています。

さくねん おも かつどう  
**昨年の主な活動**

1月 **新年会**



おかくら うた えんそう たの いっしょ えんそう  
 岡倉さんの歌と演奏で楽しみ、一緒に演奏もしました。

ピアカウンセリング公開講座 (那須塩原市)

講師 湯山恭子さん

4月



はじ さんか かた おお こうし  
 ピアカンに初めて参加した方が多く、講師の  
 はなし しんけん きい  
 話を真剣に聞き入っていました。

6月 **バーベキュー**



ちいき さんかしゃ おお たの ふんいき  
 地域の参加者も多く、わきあいあいと楽しい雰囲気でした。

ピアカウンセリング公開講座 (小山市)

講師 中原えみ子さん

10月

ピアカンの説明から実践ま  
 で、充実した内容でした。



## スーパーの<sup>ちゆうしゃじょう</sup>駐車場

近所のスーパーには1台分の身障者用駐車場がありました、いつも誰かが停めていて使えない状態。

ある日、今日は店長さんと交渉しようとして入って行きました。店長さんを呼び出してきたら、きょとんとして「なにか?」という感じでした。

私：「身障者用の駐車場があるんですか?」

店長さん：「ありますけど・・・使えないですか?」

私：「いつも停まっていて使えないんです。買い物をしているうちに急に雨が降ったりしたときには車椅子じゃ傘はさせないんです。せっかくお店の前に駐車場を作っていたいただいても私たち障害者が使えなければ、なんにもなりません。」

店長さん：「皆さん分かっているとと思うんですけど、モラルの問題ですね。」

というくらいで、なかなか切実さが分かってもらえてないようです。それでもさらに、

「私のようにいつも誰かが一緒にいてくれる人はまだいいですよ。誰かが助けてくれるから。でも一人で運転をして車椅子に乗り換えてくる人は、本当に大変なことなんです。いったん自家用車を置いて車椅子をおろして乗り換えてこなければいけません。そういう方のことを考えたことがありますか。私たち障害者も呼びかけを心がけていきますので、お店側としても身障者用の駐車場の確保を考えていただきたい。」と言うと、店長さんは「分かりました。考えていきましょう。」と言って、すぐにアナウンスをしてくれました。

「店内のお客様にお願い申し上げます。車椅子マークの身障者用駐車場に利用できなくてお困りの方がいらっしゃいます。一般のお客様はご遠慮いただくようお願いいたします。」

それから何度か話を店長さんとして、特別のポールを作ってくださいました。

「ここにお停めのお客様には障害者手帳を提示していただくこともあります。」というようなことがポールに貼り付けてありました。

ある日行ったら、それがつぶれていたこともありましたが。  
 店長さん自ら、大雨の時に傘を差し掛けて、店内に案内してくれたこと  
 もあります。

そんなこんなしているうちに、今は2台分の駐車ができて、その前にコ  
 ンクリートで一目で分かる看板が出来ました。  
 写真は、そのスーパーの身障者用の駐車場です。



## お店紹介

### レストラン Cafe La Saison

代表・箱石がよく利用するお店です。  
 入り口のスロープは、ご主人が自ら作成し  
 て設置してくれました。  
 お洒落で落ち着いた雰囲気のある店内、気  
 さくなご主人、おいしい料理と揃っていて、  
 お薦めです。

CILとちぎの事務所からも近いです。



とちぎけんうつのみやししもぐり  
 栃木県宇都宮市下栗1-20-2  
 TEL 028-637-3338





## 平成20年の新年会

CILとちぎの新年会を1月26日にサンアビリティーズで行いました。よく知っている方から初めて参加された方まで、三十数名の方々にお集まりいただき、交流を深めました。トリオ・クメタナによるクラシックや童謡などの演奏もあり、楽しい時間を過ごしました。

## お花見

4月12日に都賀町にある「つがの里」で花見をしました。今年は開花が早く、通常のソメイヨシノはだいぶ散ってしまっていたのですが、つがの里は桜の種類が多く、しだれ桜、山桜が見頃となっていました。



暖かく穏やかな絶好のお花見日和の中、持ち寄り屋台で買った料理や飲み物を味わいました。桜を堪能しながら楽しく歓談し、親交を深めることもできました。

## バーベキューやります！

6月7日（土）11時から、鬼怒ふれあいビーチでバーベキューをします。参加費は、大人700円、中学生500円、小学生以下は無料です。皆様の参加をお待ちしています。参加申し込みは6月1日までにCILとちぎへお願いします。

くまさか さとし  
熊坂 聡

じりつせいかつ かか かいごほけん  
自立生活センターとちぎと関わるまでは、介護保険のことはテレビなどでよくやっていたので知っていましたが、正直、障害者の事となると車椅子に乗った身体障害者や知的障害者という名前しかほとんど知りませんでした。

しょうがいしゃ かた かか がいしゅつ さい ふだん き すこ  
障害者の方と関わり、外出の際に普段ならまったく気にしてなかった少しの段差や障害物が邪魔なのだと気づきました。

さいきん ことば しんとう て だんさ  
最近ではバリアフリーという言葉が浸透してきてスロープや手すり、段差の解消が地域で行われるようになり、移動するのにだいぶ便利になってきました。交通機関での乗り降りの際には駅員さんや運転手さんが手助けしてくれます。

いちぶ ひと しょうがいしゃ へんけん ほんにん いっしょ  
しかし一部の人は障害者への偏見があったり、本人がいるのに一緒にいる介助者に聞いたり、出来ないと決めつけたりされることもありました。

さいきん しょうがいしゃ と あ こと ふ そと で か  
最近では障害者のことをテレビ(メディア)で取り上げる事が増え、外に出掛ける人をよく見かけるようになりました。4・5年前は、一日一組見かけるかでした。今では多い時には5、6組の車椅子に乗っている方を見かけるまでになったほどです。

がいしゅつ じぶん じゆう とうぜん おも こんご  
外出したり、自分のしたいことを自由にするのは当然だと思し、今後もそのようなお手伝いをしていきたいです。

なかむらきみひろ  
中村公洋

じりつせいかつ かつどう さんか じっさい ちいき く  
自立生活センターとちぎの活動に参加して、実際に、地域で暮らしたい、気軽(きがる)に外に出たい等の思いを持ちながら生活している方が多いことに驚(おどろ)きました。ただ、地域で暮らすにはまだまだ社会(しゃかい)の認識(にんしき)は低(ひく)く、障害者(しょうがいしゃ)が地域(ちいき)に出(で)ることで心(こころ)無い言葉(ことば)や対応(たいおう)に合(あ)うこともあるようです。そういった方(かた)たちにも障害(しょうがい)の理解(りかい)を深(ふか)めてもらいハンディの有無(うむ)に関(か)わらず、誰(だれ)もが暮(く)らしやすい地域(ちいき)になるように我(われ)々(われ)も頑(がん)張(ば)っていき(い)きたいと思(おも)います。

## しゆくはくたいけんしつ 宿泊体験室ができました

このたび、C I Lとちぎ念願の宿泊体験室ができました。

この部屋を利用して、自立生活を始める前に、



かいじょしゃ  
介助者をつけての  
せいかつ たいけん  
生活を体験すること  
ができます。

せっちとう  
スロープ設置等の  
かいそう お つか  
改装も終わり、使い



やすくなっています。ただ、まだ、ベッド等の宿泊  
ひつよう びひん そろ  
に必要な備品は揃っていません。近日中に利用で

きるようにしたいとおもっています。

りようほうほうとう と あ  
利用方法等は、お問い合わせください。

## やくだ じょうほう お役立ち情報

でんどうくるま ほ そうぐ ひよう でんどう しきふつうがた まんえん ざせき せ  
電動車いすの補装具の表に、電動ティルト式普通型 58万円(座席と背も  
たれが一定の角度を維持した状態で角度を変えることができるもの)と、  
でんどう しきふつうがた まん えん でんき せ  
電動リクライニング・ティルト式普通型 98万2000円(電気で背もたれ  
の角度を変えることができ、ざせき せ  
座席と背もたれが一定の角度を維持した状態  
で角度を変えることができるもの)が加わる予定です。手動車椅子のティ  
ルトも加わります。

また、じりつしえんほう  
自立支援法のサービスにおける利用者負担の見直しが行われ、20  
ねん がつ ていしょとくしゃ ふたんけいげん せたいはんい みなお  
年7月から、低所得者のさらなる負担軽減、世帯範囲の見直しがされます。

## へんしゅうこうき 編集後記

きかんし つく ばなし も あ きかん くるう へ  
機関誌を作ろうという話を持ち上がってから、かなりの期間と苦労を経  
て しょうやく、とりあえずの完成に漕ぎ着けました。さらに かいりよう よ  
く充実した紙面にしたいとおもっていますので、かんそう じょうほう よ  
感想や情報をお寄せいた  
だけると嬉しいです。これからどうぞよろしくお願ひします。