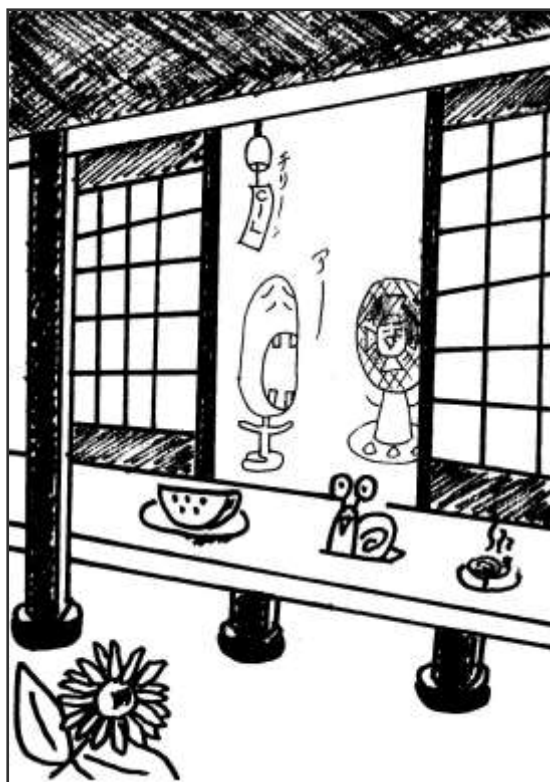


CILとちぎ 通信

第7号 平成23年5月31日発行



- ・ 地域の中で生活するために 2
- ・ NPO法人設立にあたってのご挨拶 4
- ・ 新人挨拶 5
- ・ 防災について 7
- ・ 栃木県移送サービス連絡協議会の研修会に参加して 9
- ・ 雀宮駅レポート 9
- ・ 各種お知らせ 12

風鈴夏山

市村仁画伯

とくていひ えいりかつどうほうじん じりつせいかつ
特定非営利活動法人 自立生活センターとちぎ

〒321-0923 とちぎけんうつのみやししもぐり
栃木県宇都宮市下栗町 2947-8 イースタンピュア 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>

ひがしにほんだいいんさい ひさい みな
このたびの東日本大震災により被災された皆さまに

こころ み ま もう
心からお見舞い申し上げます。

ちいき なか せいかつ
地域の中で生活するために！

さいとうやす お
齊藤康雄

ねん がつ にち し ぶん ひがしにほんだいいんさい はっせい うつのみやし
H23年3月11日14時46分、東日本大震災が発生しました。宇都宮市は、
しんと きょう じむしょふきん にちていでん つづ うつのみや ばしょ
震度6強で、事務所付近では、1日停電が続きました。宇都宮でも場所に
ていでん にちいじょうつづ
よりますが、停電がなかったところや1日以上続いたところもありました。

とちぎけん はっぴょう じんてきひがい ししゃ ぶしょうしゃ じゅうかひがい ぜんかい
栃木県の発表では、人的被害(死者4名、負傷者130名)、住家被害(全壊
むね はんかい むね いちぶそんかい むね ひがい
237棟、半壊1,766棟、一部損壊49,305棟)の被害がありました。

じしんはっせいじ じむしょ はじ じき おち
地震発生時、スタッフは事務所にいて、始めは直に治まるかなと思って
いたのですが、なかなか治まらず、強い揺れが続きました。車椅子に乗っ
ていたのですが、からだ ゆれ、この揺れをどのようにしたら良いかわからず、
おさ なに てき
治まるまで何も出来ませんでした。

しんさいご しょうがい かた はな き じどう
この震災後に障害のある方からお話を聞くと、エレベーターが自動
ていし ししばらくつか えなかつた。エアーマットがつか えなく褥瘡が不安だった。
いどう 移動リフトでいどうちゅう じしん そうぐう だんぼうきくつか さむ ひをすご
移動リフトで移動中に地震に遭遇した。暖房器具がつか えず、寒い日を過
じょうじかいじょしゃ じしん お 不安だ
した。常時介助者がいないので、また地震が起きたらどうするか不安だ
た。でんき つか えないので暗い部屋で夜間を過ごした。でんどう ベットがつか
なく、リクライニングやベットのたか ちょうせい もできない。にゅうよくちゅうじしん お
たらどうしようか不安だった。夜は、じしん お たいへん じどうしゃ
寝起きして体調を崩した。などいろいろなこわ おち
恐い思いをされたようです。

われわれ しんさい けいけん いろいろなこと かんが まな
我々も、この震災でいろいろな経験をし、いろいろなことを考え学ばさ
ねんまえ ぼうさい おこな じぜんさいがい こわ
れました。2年前に防災についてのワークショップを行い、自然災害の恐
さやだれ ひさい しょうがいしゃ ひさい いっぱん かた かいじょしゃ
さや誰もが被災し、障害者だけが被災するのではなく、一般の方、介助者
も被災者になるということです。また、やくしょ ここ しょうがいしゃ かた
も被災者になるということです。また、役所は、個々の障害者の方には、
たいおう でき ひころ ちいき かか じゅうよう きんじょ
対応することは出来ない、日頃からの地域との係わりが重要で、近所づき
あいを通して、ここにしょうがいしゃ いることを知ってもらうことが重要とい
うことをがくしゅう
学習しました。

ワークショップをおこな 栃木県は、しんさい すく けん にんしき
ワークショップを行いました。栃木県は、震災の少ない県という認識

から、学習会から得たものを実行に移せなかったことが、私の気の甘さ
だったように思います。今回は幸いにケガなどをしませんでした、ひと
つ間違えば生死を分けることになったかも知れませんでした。

震災とは、頭の中では、なんとなくわかっていたつもりでしたが、実際
に起きてしまうと、このような物が必要で、このような事を決めておけば
よかったなど、考えも付かなかったことがいろいろありました。

ひとつは、携帯電話が繋がりにくく、連絡網が機能しないことでした。
スタッフ間や介助者との連絡がなかなか繋がらず四苦八苦ししました。また、
停電ですと携帯電話の充電できない、電気製品からの情報を入力できな
く、今の現状把握が出来にくかったこと。

第二に、ガソリン不足でした。介助者さん
が来てくれるのにガソリンがなく、移動手段
確保が難しかったこと。早朝から2、3時間
並んでガソリンを入れて頂いた方やバス等
の公共交通機関を使って来て頂き、本当に
助かりました。



第三に、介助者が精神的に介助できる
状況かどうかです。在宅で障害者が一人で
生活されている場合には、介助者がひとりで
介助するわけですが、ひとりでは、障害者を
助け出せるかという問題があります。



地域防災訓練に参加して来ました

第四に、いろんな理由で自宅での生活でき
なかった場合は、避難所での生活になるかと
思いますが、体温調節が出来ない障害者は、
暖房の効かない避難所では生活できない、排泄障害のある障害者は、
避難所では生活できないなど、障害の特性を配慮した避難所でない
避難所では生活できないと思います。

以上のようなことを考えると、障害者自ら災害が起きたら何が必要で、
どのような対策をとるかを日ごろから考え、避難所にも障害特性を配慮
した場所の確保、「地域との係わり合い」を通して、地域と連携し災害時に

きょうりよく しえんだいせい つく じゅうようせい わ
協力してもらえるような支援体制を作っておくことの重要性が分かり
ました。

しんさい き おく わたし じちかい かにゅう すこ
この震災を期に、遅ればせながら私も自治会に加入させていただき、少
ちいき かか らか ちいき なか せいかつ い おも
しづつ地域との関わりを深め、地域の中で生活して生きたいと思ひます。

ほうじんせつりつ あいさつ NPO法人設立にあたってのご挨拶

へいそ かくべつ ひ た たまわ あつ れいもう あ
平素より格別のお引き立てを賜り厚くお礼申し上げます。

さて、このたび自立生活センターとちぎは、宇都宮市から特定非営利
かつどうそくしんぼう きてい にんしやう いただ ほうじんせつりつ はこ
活動促進法の規定により、認証を頂き、法人設立の運びとなりました
たことをご報告させていただきます。

とうだんたい ねん がつ じりつせいかつ せつりつ む
当団体は2003年6月ごろから自立生活センター設立に向け、
じゅんぴかい つく かつどう ねん がつ にち ぜんこくじりつせいかつ
準備会を作り活動をはじめ、2004年4月19日に全国自立生活セ
ンター協議会（JIL）に加盟し、しょうがいとうじしゃ にんいだんたい
障害者が当たり前に地域でいきいきと生活できるように、自立生活プ
ログラムやピア・カウンセリング、けんりようご そうだんしえん がくしゅうかいなど
権利擁護、相談支援、学習会等を
おこな ことし じゅんぴかい い ねんめ はい
行ってきました。今年で準備会を入れると、9年目に入り、どこまで、
かつどう で き はんせい すこ かたち
活動が出来てきたか反省することばかりですが、少し形になってきた
のかなと思ひます。

こんかい ほうじんか おお かた かつどう し
今回、法人化するにあたり、より多くの方に活動を知ってもら
ことや活動に参加していただきたく、ほうじんか き
法人化を決めました。

だんたい かつどうないよう しょうがいしゃ ちいき せいかつ もくひょう
団体の活動内容は「障害者が地域で生活しやすくする」ことを目標
に、いま とお みなさま しんらい しんよう かつどう
に、今まで通り、皆様の信頼・信用をいただけるように活動してい
たいと思ひます。

こんご しどう べんたつ たまわ ねが もう あ
今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げ
ます。

とくていひ えいり かつどうほうじん じりつせいかつ
特定非営利活動法人 自立生活センターとちぎ

とちぎけんうつのみやししもぐりまち ばんち
栃木県宇都宮市下栗町2947番地8 イースタンピュア103

だいひょう さいとうやす お
代表 齋藤康雄

ごあいさつ

ちだまさみ
千田真巳



4月から自立生活センターとちぎで働か
していただくことになりました。仕事を始め
て2カ月経って、ようやく新しい環境に慣
れてくることができました。しかし仕事の
内容に関しては、わからないことがまだ多く
あるので、これからは経験をもっと積んでみ
なさんに喜んでいただけるような仕事がで
きるように力を入れて頑張っていきたいと思
います。震災当日、自分は
大学のある岩手県大船渡市にいました。運
転中に地震が来たので最初はタイ
ヤが脱輪したと思い車を止めましたが、揺
れがやまないの地震だとい
うことに気づきました。その後コンビニか
ら引き返して学校へ行きました。
生き物が心配だったので校舎に入ろうとし
ましたが、ヒビがあるため中
には入れず、グラウンドへ避難しました。そ
の後は点呼を取ったり、テ
ントの組み立て、暖を取る準備をしていま
した。そんなこんなで1時間ぐ
らいたとき大学の隣にある町から避難して
きた学生から隣の町全体は津波に飲み込
まれて全壊してしまい小学校の建物しか残
っていないと知らされました。別の学生
は人も数人流され遺体が見つかったと言
っていました。流された中には自分と同じ
大学に通っている学生もいたことがわかり
ました。また津波は自分が地震のあとに
いたコンビニの10メートル手前まで
きたことを知り驚きました。津波が到達
したのは自分がコンビニを離れた約10分
後だったそうです。その後、自分の家
がある集落から戻ってきた友達が写真
を撮ってきたので見せてもらおうと自
分のアパートは無事でしたが集落の3割
程は津波により壊滅していました。夕方
になり配られた乾パンと500mlのペ
ットボトルのお茶を飲みながら友達とラ
ジオを聞いていました。その日はライ
フラインがすべて使用できないのと、建
物の中は危険とのことで自分は友達と
学校の駐車場に車を止めて、その中で
一晩明かしました。まだ雪が降ること
もある時期ですが燃料を考えて暖房
なしで過ごしました。

2日目は友達の流された車の搜索と隣町の様子を見に行きました。友達の車は止めてた場所から10メートルほどの場所で見つかりました。が窓ガラスが割れて泥だらけでした。その後隣町へ行く途中の海には家や車が浮いていて、逆に陸には船が打ち上がっていました。隣町へ着いた時自分たちが思っていた以上の被害に言葉が何もできませんでした。町は瓦礫と小学校と壊れた防波堤しか残っておらず、これから作業にかろうとする消防団の人たちが町を見て茫然としていました。あまりの光景に自分たちも学校へ戻る間は無言でした。その日は一時帰宅の許可が出たので、夕方までは学校で手伝いをしてから友達とアパートに戻りました。しかし電気が通っておらず懐中電灯も一つしかなかったので、廊下に懐中電灯をおいて何があってもすぐ動けるように部屋の扉を開けたまま靴を履いて寝ました。



次の日は学校へ行く前に大家さんの家に無事の報告と食べられそうなものを分けに行きました。その日も学校で手伝いをしていると家族が迎えに来てくれました。先生からできるだけ人を集めて帰るように言われたので友達を2人連れて栃木へ戻ってきました。

その後、学校から荷物の撤去をするように連絡が来たので4月2日に再び岩手に向きました。大船渡市も前と比べると瓦礫や壊れた家屋が撤去され、道路を残して更地になっていました。アパートで荷物を整理しているとバイト先の漁師さんが来てくれました。漁師さんの

話によると、お年寄りの話だと戦争の時よりも被害がひどいと言っていたそうです。そして海水が引かないことと津波により地形が変わってしまったため、完全な復興には10年以上かかるかもしれないと言っていました。また漁師さんのお宅は高い場所にあったため被害はなかったのですが、漁港に停めてあった船は津波で流されてしまったので、いつ漁ができるようになるかわからないと悲しそうに話していました。自分に何かできるこ

とはないか聞くと、これからの復興は地元の人の仕事だから自分の仕事を
がんばれと言って励ましてくれました。漁師さん自身は2日前まで消防団と
して遺体収容作業をしていたとのことで体力的、精神的にも疲れている
のに自分のことを気にかけてくれて感謝の反面、何もしてあげられないこ
とが本当にくやしかったです。

震災当初は岩手で手伝いをしたいと思っていました。でもこちらでの
仕事をおろそかにすることは漁師さんや向こうに残っている先生方への
期待に背いてしまうことになってしまうので、今は自立生活センターとち
ぎでの仕事を精一杯に頑張っていこうと思います。

ぼうさい 防災について

はこいしみつこ
箱石充子

ぼうさい ぼうさい ぼうさい
防災と言うと幅が広い。1つ1つ挙げていくとキリがない。大きく分け
てみると2つになる。

1つ目の例として交通事故のような人が関わるもの。これは人の気持ち
や行動次第で、防ごうと思えば防げるものである。

そして2つ目の例は、今回凄まじい被害をもたらした地震のような自然
災害。これは絶対に防ぐことができない。

そんな中、人々は自然に対抗しようと色々工夫を凝らしながら生きてい
る。しかしながら、自然の威力には到底敵わない。今回、日本列島の半分が
震災に遭ってしまい、大津波によっておよそ3万人以上の尊い人命が失
われてしまった。

ここ100年位は地震の活動期らしい。東海沖地震が今すぐに起きても
おかしくないと言われている。こういった中、原発事故の問題も抱えてい
る今まず初めに「自分の命をどうやったら守れるか？」と自分で出来るこ
とを考えてみた。

普段、自分が居る場所、例えばベッドの周りや通り道。私は電動車椅子
を使っているので、寝ている場所は上から落下物がなく周りに障害物がな
い状況を作っている。外に逃げ出すような事になったら、まず居間を通り
抜けて行く為に食器棚が倒れないよう転倒防止を付けたり、硝子戸があち

こちらにあるので硝子が飛び散らないようフィルムを張り付けた。他にも
食器棚の食器を半分以上段ボール箱に入れて、押し入れに入れたりと色々
対策を行っているがしかし今回、改めて地震の怖さを知った。

今までこの様な事を丸っきり考えてなかった訳ではなく、地域の防災
訓練に参加したり、施設の防火訓練を見学させて貰ったり、防災に關した
セミナーを聞きに行ったりした。しかし実際に地震に遭ってみて、どうし
たら良いか解らない。自分の命も大切だし、私は普段ヘルパーさんと一緒
に居るのでヘルパーさんの命も考えなければいけない。この様な気持ち
もあり、大きい余震が続く間はあまり夜熟睡しないように心掛けるよう
になった。

障害者が地域で生活をするという事は、色々な問題点や課題が沢山ある
けれど地域の人と顔見知りになる事が、自分の命を助ける唯一の道ではな
いかと思う。

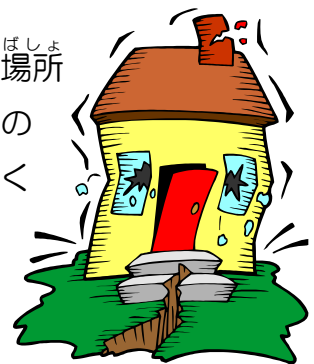
それと、まず自分で出来ることを最低限普段から心掛けてやっておくべ
きではないかと思う。例えば、地震が起きた時に怪我をしないで避難が出来
るように、住まいは1階に住む事。自分の周りには、障害物は置かないよ
うに心掛けること。

それから夜中、真っ暗な所でも懐中電灯を自分の傍に置く。例えば
車椅子のポケットに入れておく。緊急連絡先、飲んでいる薬、処方箋を
いつもリュックに入れておいたり、持ち出し袋を用意しておく事も大切だ。

あともう2つばかり。道路状況を自分で調べておくのも良いかと思う。
災害というものは明るい時だけに起こるものではなく、もちろん暗い時に
だって起こりうる。そういった事を踏まえて事前に調べておく事は大切な
のではないか。

最後にもし被災した事を考えてみた。自分の避難の場所
はどこでどのような所か？ 私のような重度の
障害者を受け入れてくれる場所なのかと、確認しておく
ことが最も重要なポイントではないかと思う。

私はこういう事を普段から心掛けていたい。



栃木県移送サービス連絡協議会の研修会に参加して

ふなだたかひろ
船田高広

私達は日々の暮らしで移動を欠かすことは出来ません。職場・買い物・病院・レジャーなどに行く際には、交通手段が必要不可欠です。

今回、福祉有償移送サービスの協議会に初めて参加しました。福祉移送においても安全運転を心掛けます。と同時に自分自身の運転技量を知ってハンドルを握る事がより重要であると学びました。交通規則・モラルといった「ソフト面」と経験・技術といった「ハード面」が一体となつてこそ、利用者さんの役に立てる移送が行えると感じました。

車は戸口から戸口への移動することを可能にし、暮らしを豊かにしてきました。しかし、『くるま』に依存する社会生活となったために、『くるま』を使える者と使えない者との間に格差が生まれ、気がつくご年配の方や身体の不自由の方々にも不便さのある社会環境になってしまいました。すべての人々にとって、いつでも、どこへでも自由に外出の出来る環境を充実させていかなければならないと強く思います。



高根沢町 改善センター

また、当日会場に使用した建物は、高根沢町の公共施設でしたが、驚くことにエレベーターの設置が未だにされていないのです。不特定多数の方が利用する場所であってもバリアフリー化が進んでいない実態を目の当たりにしてとても残念でした。施設の充実に、優先順位があるとすれば、何かを突出させるのではなく公共性の観点からもバランスのとれた意義のある施設が増えていくことを希望します。

すずめのみやえき

雀宮駅レポート

ながたげんじ
永田元司

この春、JR宇都宮線の雀宮駅の駅舎が新しくなりました。今までの駅舎は古くて不便なものでしたが、すっかりバリアフリー化され車椅子で

も利用しやすくなったということで、^{ため} 試しに利用してきました。

^{あた}新しい雀宮駅は、^{すずめのみやえき} 今までの^{いま} 西口^{にしぐち} だけでなく^{ひがしぐち} 東口も^{しんせつ} 新設され、^{きょうじょう} 橋上^{えき} 駅となりました。^{きつぷう} 切符売り場^ば や^{かいさつ} 改札は^{かいぶぶん} 2階部分^{にしぐち} にあり、^{ひがしぐち} 西口から^あ 東口からも^{かいだんわき} エレベーターで^あ 上がることができます。また^{かいだんわき} 階段脇には^{かいさつ} エスカレーターも^{かいさつ} あります。^{かんび} 改札から^{くるまいす} ホームまでも^{かいさつ} エレベーターが^{かんび} 完備され、^{くるまいす} 車椅子で^{いどう} の^{また} 移動には^{もんだい} 全く^{てんじ} 問題^{ちゅうしゅじょう} ありませんでした。また^{てんじ} 点字^{ちゅうしゅじょう} ブロックも^{えき} 駐車場^{なか} から^{せっち} 駅の中^{しんしょうしゃよう} まで^{ぐち} 設置^{ひがしぐち} して^{かいさつ} ありました。^{ない} 身障者用の^{ぐち} トイレも^{ひがしぐち} 西口、^{かいさつ} 東口、^{ない} 改札内^{ない} にそれぞれあります。

^{りよう} 利用^{かんそう} しての感想は、^{せつび} 設備^{めん} の面^{じゅうぶん} では^{まんぞく} 十分に^{わたし} 満足^{わたし} できるものでした。私の^{いえ} 家からは^{うつのみやえき} 宇都宮駅^{ちか} より^{ちか} 近いので、^{ひんぱん} これからは^{つか} 頻繁^{つか} に使うことになるかもしれ^{えきいん} ません。ただ^{すく} 駅員^{さんねん} が少ないのが^{どようび} やや残念^{かいさつ} 。土曜日^{かいさつ} だったせいか^{みどり} 改札も^{まどぐち} 緑^{すべ} の窓口^{ひとり} も^{たいおう} 全て^{ゆうじんかいさつ} 一人^{とお} で^{だれ} 対応^{だれ} しており、^{ひがしぐち} 有人^{こうこう} 改札^{かいこう} を^{りようきやく} 通ろう^ふ としても^ふ 誰も^ふ 出^ふ て^ふ こない^ふ という^ふ ことが^ふ あり^ふ ました。^ふ 東口^ふ の^ふ 高校^ふ が^ふ 開校^ふ して^ふ 利用客^ふ が^ふ 増え^ふ れば、^ふ 駅員^ふ も^ふ 増え^ふ て^ふ くる^ふ の^ふ かな^ふ と思^ふ います。



旧雀宮駅 趣があります



新雀宮駅 近代的です



開発された駅東側
今後の発展が期待されます



駅東口につながる駐車場には身障者用のスペースもあります



駅東口の通路 車両が入らないようにするためかコーンが設置してあります



結構長いスロープが続きます



階段とエスカレーター
左奥にはエレベーターがあります



西口のエレベーター
乗った側と反対側の扉
が開きます



下り線ホームのエレ
ベーター



改札口 右側が緑の窓
口



キオスク なぜか開い
ていませんでした



西口のトイレ「多機能化粧室」と
なっていて、いろいろな人が見え
るようになっています



東口駐車場付近のトイレ
駐輪場やベンチ、タクシー乗り場
等、付近はきれいに整備されてい
ます



階段脇のエスカレーター
省エネのためか、普段は止ま
っていて人が近づくと動く
ようになっていました

私たちは避難生活困難者の支援をしています。



義援金の振込先
口座名:東北関東大震災障害者救援プロジェクト
郵便振替口座 00140-7-429771
銀行振込の場合は
ゆうちょ銀行 〇一九(ゼロイチキュウ)店
当座 0429771

支援募金にご協力ください

東北関東大震災障害者救援本部

<東京事務局>
〒192-0046 東京都八王子市明神町4-11-11F 電話 (042) 631-6620 FAX (042) 660-7746
e-Mail : 9enhonbu@gmail.com URL : <http://shinsai-syougaisya.blogspot.com/>

新事務所のご案内

法人化にともない新しく事務所を借りました。写真のとおり、まだ何も揃っていませんが、いろいろと活用していこうと思います。



食事会

上記の通り、新しく集まれる場所ができましたので、毎月第3土曜日にここを利用して食事会を行うことにしました。興味のある方は自立生活センターとちぎまで、お問い合わせください。



講演会のご案内

CILとちぎの仲間である川俣さんの団体の講演会が9月にありますので、ご紹介します。お申込み・お問い合わせは川俣さんまでお願いします。

「障がい者が地域で生活するためには・・・」

講師 川俣禎康（障がい者の一人暮らしを考える会）

見形信子（自立生活センターくればす）

日時 平成23年9月17日（土）13時30分～（受付13時～）

場所 栃木市保健福祉センター レクリエーションルーム

E-mail kappa1@cc9.ne.jp（川俣）

機関誌購読会員募集中

自立生活センターとちぎの機関誌（年3回発行）の購読をしてくれる会員を募集しています。会員として登録してくれた方には、CILとちぎの様々なイベントのご案内もいたします。年会費 300円