

CILとちぎ通信

だいごう れいわ ねん がつ にちはっこう
第29号 令和 2年 3月 27日発行



・みつききょうと い 2	・せいしんしょう せい いりょう ひ じょせいかくだい 7
・だいいっかい め けんしゅうかい ほうもんかんご 3	・じぎょうしょ ほん ぱん つく に ちょうせん 8
・かいさい 開催しました	・しまた
・2019 ぱーべきゅーだい 4	・みちくさ しょうえいかい 9
・かいさい 開催しました	・CIL とちぎのクリスマス会開催 15
・とちぎしょう かくしゅうかい 4	・きょう ど こうどうしょうがい し えんしゃようせいけんしゅう 16
・栃木障がいフォーラム学習会に 4	・きそ じゅうこう (基礎) を受講
・『ピア』=『仲間』とは 5	・ワッフル作り 17
・～人間関係について考えています～	・みんながけっぴちラジオ出演 18
・じゅうど ほうもんかい て じゅうぎょうしやようせいけんしゅう 6	・マスク作り 20
・重度訪問介護従業者養成研修 (統合課程) 終了しました	・しろめくんのしょうかい 20

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
〒321-0923 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: <https://www.ciltochigi.org/> **リニューアル!**

みつきょうと い 充子京都へ行く パートⅢ

はこいし みつこ
箱石 充子

にちめ 3日目

つぎ あさ くるま さき
次の朝、車イスを先にエレベーターに
のせておろし、わたし
乗せて降ろし、私はというと、ホテル
の部屋へやのイスが一回り小さいので、車
イスからそのイスに降ろしてもらっ
て、そのままエレベーターに乗りまし
た。ひとり ささ
た。一人に支えてもらい、もう二人は階
段だんで降りて待っていてもらい、下したに着
いたらまた車イスくるまに乗り換え、イスは
もとどお ちとど
元通りに戻して、何とか無事に降りる
ことが出来ました。

わたし ほか しゆくはくきやく にんしよくし
私たちの他に宿泊客が5、6人食事を
していたのですが、うがいを

せていただきたい、と宿泊客しゆくはくきやくの皆さんみなにわからないよううがいをして
しよくし
食事をしました。フロントのおじさんやホテルの皆さんみなが優しい方ばかりで、
ホテルをあとあとにする時ときに見送みおくってくださいました。



ホテルの前まえが二条城にじょうじょうです
がタクシーはないので、こ
こから 500mくらい歩いある
て正面入り口しょうめんいまで行きま
した。そこのトイレで顔かおを
あら しみ
洗あらったり歯磨きはみがをして、
やっとさっぱりして見学けんがくを
たの
楽しみました。いろいろなお

城を見てきましたが、中にいったのは二条城が初めてでした。城主と重役達の会議の様子や、家来達の部屋や、松の廊下は烏帽子をかぶった人が使う最高の廊下でした。幕府が大政奉還をした広間や当時を再現したものがあり、とても興味深く思いました。



中を見学した後は庭を回って二条城を出て、いろいろ買い物しようと思い、宇都宮のオリオン通りのような仲見世通りへ入ろうとしましたが、人混みに押し出されてしまい入ることが出来ませ



ん。そこで、反対側から入ろうとしたらそこもいっぱい、押し出されそうになりながら一所懸命もぐり込みました。

お土産を買おうとして必死に探しましたが、人に押されて肝心な物が見えません。私はそれでも漬物屋さんに入って漬物を買って、出汁屋さ

んへ行っって鰹節を買って、しかし肝心の生八つ橋を買うことが出来ません。仕方がないので仲見世を諦めて、京都駅のお土産屋に行ってみましたが目当ての生八つ橋がなく、もう一度駅の構内へ入ってやっと見つけました。

はあ～、良かった～。と思ったら、お昼を食べるのをすっかり忘れていました。そこで駅弁を買って、3時に予定通り新幹線に乗ることが出来ました。帰りも個室で、ゆっくりと快適に乗ることが出来ました。

いろいろありましたが、すごく楽しい旅でした。



おしまい

第1回目 研修会「訪問看護とは？」開催しました

さいとう やすお
齋藤 康雄

じりつせいかつ だい かいけんしゅうかい
自立生活センターの第1回研修会
「訪問看護とは？」が開催された。事
むしょのまわりやじちかいにチラシをくば
務所のまわりや自治会にチラシを配
り、ちいきかたこうりゅうができたらと思
い企画しました。
こんごきかく
今後も企画していきたいです。



2019 バーベキュー大会開催しました

はこいし みつこ
箱石 充子



がつ たち しぜん もりこうえん
9月28日みずほの自然の森公園で
じりつせいかつ とちぎこうれい
自立生活センターとちぎ恒例の

BBQ を開催致しました。

さくねん あめ ちゅうし こんかい
昨年は、雨で中止したが、今回は
ぶじかいさい
無事開催できました。

よ
良かったです。

あさゆう かんたん さ たいちょうふりょう さん
朝夕の寒暖の差で体調不良で、参

か 加できなかった方もいらっしゃいましたが、はつさんか 初参加の方もいらしてください
まして良かったです。☺

タイカレーもぜんぶなくなりました。

おい
美味しかったです。

なまえか も あ
名前書きビンゴゲームも盛り上がりました。



とちぎしょう 栃木障がいフォーラム がくしゅうかい 学習会 さんか に参加しました

さいとう やすお
齋藤 康雄

とちぎしょう 10月25日 栃木障がいフォーラムの けんしゅうかい 研修会 かいさい が開催されました。

しょう しょう さ べつかいしょうほう とちぎけんしょう しょう さ べつかいしょうすいしんじょうれい ねんごみなお
障がい者差別解消法、栃木県障がい者差別解消推進条例の3年後見直し
む とちぎけんしょうがいふくしか たんとうしゃ まね しょうれい せつめい そうだんじれい
に向けて栃木県障害福祉課の担当者をお招きし、条例の説明と相談事例
ぶんせき ほうこく
の分析をし報告されました。

さんかしゃ しょうがい りゆう にゆうきょ ことわ そうだん
参加者からは、障害を理由に入居を断られたらどこに相談すればいいの
しょうれい りかい いっばん ひと しょうれい しんとう
か？ 条例が理解されない。一般の人に条例をどのように浸透すればいいの
いけん だ
か？など、いろいろな意見が出されました。

また、しょうがい 障害のある人と いっしょ 一緒にいることで、
おし しょうがい ひと いっしょ しょうがい ひと いっしょ
教えなくても、いろいろな合理的配慮してく
いっしょ しょうがい ひと いっしょ しょうがい ひと いっしょ
れる。一緒にいるということが大切という意
けん だ
見も出されました。



『ピア』 = 『仲間』 とは？ ～人間関係を 考えています～

しば ひろみ
柴 洋美

わたし すうねん あいだ なかま ことば すこ ぎちん も
私は、この数年の間、『ピア』 = 『仲間』 という言葉に少し疑問を持っ
ています。

いろいろ なかま ことば つか かつ おち
色々な『ピア』 = 『仲間』 という言葉の使い方があると思います。

サークル、クラブ、ともだち 友達 あつ の集まりなど。

わたし いま にんげんかんけい なや も
私は、今、人間関係に悩みを持っています。

いろいろ ばめん ばしょ にんげん あつ ひと なかよ
色々な場面、場所で人間が集まり、ある人とは仲良くなっ
また ちが ひと きら なかよ
たり、又、違う人とは嫌いで、仲良くなれなかったりする。



だれ 誰と、どうい い あんばい 塩梅での ころ 心、きもちの きより かん 距離感を持って、つきあ 合ったり、関
わ ったりする こと 事が、とても むすか しいなと かん じています。

しんり がく ほん すこ 心理学の本も少し、よ 読んでみたり、たいじんかんけい 対人関係のコミュニケーションの かい 講習
会に出たりもしました。

そして、いちばん 一番よいのは、じっせん 実践での じんげんかんけい 人間関係の ばめん 場面で、よい おも 思いをしたり、しっ
ばい 敗したりして、いちにち なか ひと 一人になる じかん 時間をとって、ふりかえ 振り返りをする こと 事だ
なと思 います。

かぞく 家族だったり、ともだち 友達だったり、『ピア』=『なかま 仲間』として、い 生きていく ひと 人を、
じぶん 自分も ころ 心を せいちょう 成長させながら、たが だれ お互いに 誰を『ピア』=『なかま 仲間』を える 選んでい
くのでしょうか？

まだまだ、なや 悩みは ぶん 深く、つきません。



じゅうど ほうもんかい ごじゅうぎょうしゃようせいけんしゅう とうごう か てい しゅうりょう 重度訪問介護従業者養成研修(統合課程)終了しました

さいとう やすお
齋藤 康雄

がつ 10月 26日 にち 重度訪問介護従業者養成
けんしゅう とうごうかてい 研修(統合課程)が ぶ じしゅうりょう
無事終了しました。

こんかい はじ とうごうかてい 今回 は 初めての統合課程という こと 事で 2名 の
かた 方が じゅこういた 受講致しました。

こうぎ じっしゅう ひっき しけんなど こうし かたがた
講義や実習、筆記試験等、講師の方々の
きょうりょ 協力で、とても じゅうじつ 充実した けんしゅうかい 研修会 となりま
した。

しょうがい も かた ちいき あ 障害をお持ちの方が 地域で あたり 前に 暮
ら せるように、じねん 次年度も かいこう 開講したいと思
います。



～受講者からの声～

- ・利用者^{りようしゃ}と介護者^{かいごしゃ}の双方^{そうほう}が相談^{そうだん}し合^あってより良い環境^{かんきょう}を作^{つく}っていく事^{こと}ができればと思^{おも}った
- ・実習^{じっしゅうちゅう}中^{ちゅう}、利用者^{りようしゃ}目線^{めせん}で介助^{かいじょ}を受け^うける事^{こと}で見えること^{こと}があるという事^{こと}がわ^わかった
- ・喀痰^{かくたん}吸引^{きゅういん}はタイミング^ごであ^あったり吸引^{きゅういん}後^ごの処置^{しよち}を注^{ちゅう}意^いして行^{おこな}う事^{こと}が大^{たい}切^{せつ}だと知^しった

精神障がい者の医療費助成拡大

県^{けん}は、精神障がい者^{せいしんしょうしゃ}の医療費助成^{いりょうひじよせいかくだい}を身体・知的障がい^{しんたいちてきしょう}と同じようになるよう、助成制度^{じよせいせいど}の対^{たい}象^{しょう}を拡^{かく}大^{だい}する検^{けん}討^{とう}に入^{はい}りました。



県内精神障がい者^{けんないせいしんしょうしゃ}の家族^{かぞく}らでつく^{つく}る「県精神保健福祉会^{けんせいしんほけんふくしかい}(やしお会^{かい})」が2018年^{ねん}から行^{おこな}ってきた陳情^{ちんじょう}が採^{さい}択^{たく}されたこと^{こと}で、検^{けん}討^{とう}会^{かい}で協^{きょう}議^ぎを進^{すす}めていくこと^{こと}になりました。

ただ財政上^{ざいせいじょう}の課^か題^{だい}もあ^あり、足^あ並^なみをそ^じろ^じえて実^じ施^しする^{する}には時^じ間^{かん}もか^かかりそ^そう^うです。対^{たい}象^{しょう}とな^なる障^{しょう}が^{がい}の

程度^{ていど}や入^{にゅう}院^{いん}費^ひを^を含^{ふく}めるかど^どうか^かな^なども協^{きょう}議^ぎが必^{ひつ}要^{よう}と^との事^{こと}です。

今^{いま}現^{げん}在^{ざい}、栃^{とち}木^ぎ県^{けん}では精^{せい}神^{しん}障^{しょう}が^{がい}者^{しゃ}の場^{ばあ}合^{あい}、精^{せい}神^{しん}科^かの通^{つう}院^{いん}では「自^じ立^{りつ}支^し援^{えん}医^い療^{りょう}制^{せい}度^ど」により本^{ほん}人^{にん}負^ふ担^{たん}は1割^{わり}にな^なりますが、そ^それ^れ以^い外^{がい}の助^{じよ}成^{せい}につ^ついては対^{たい}象^{しょう}外^{がい}とな^なって^てい^いま^ます。

精^{せい}神^{しん}科^かの薬^{くすり}の服^{ふく}用^{よう}は食^{しょく}欲^{よく}を増^{ぞう}進^{しん}するこ^{こと}があ^あり、糖^{とう}尿^{りょう}病^{びょう}や高^{こう}血^{けつ}圧^{あつ}を併^{へい}発^{はつ}するケ^けー^えス^すな^なども多^{おほ}



いですが、^{せいしんか いがい}精神科以外の^{いりょうひじょせい}医療費助成は^{とどうふけん}都道府県や^{しちょうそん}市町村によって^{こと}異なっています。

^{ぜんこく}全国では^{とどうふけん}29都道府県が^{すで}既に^{しんたい}身体・^{ちてきしょう}知的障がい者と^{しゅ}同等の^{じょせい}助成を^{せいしんしょうがいしゅ}精神障害者にも^{おこな}行っていますが、^{かんとう}関東で^{たいしょう}対象外なのは^{とちぎけん}栃木県と^{ちばけん}千葉県のみです。



^{じぎょうしょ}事業所で^{はじ}初めて^{づく}パン作り^{ちようせん}に挑戦しました。

^{さいとう}齋藤 ^{ゆき}由樹

^{こんかいちようせん}今回挑戦したのは、^{なかに}ドライあんずと^いドライアップルを中に入れたパンです。

^{きじ}生地には、^まはちみつを^こ混ぜ込み、^{しあ}もちりとしたパンに仕上げました。

^{しょくいん}職員が^{きじ}生地を^あこね上げ、^{りようしゅ}利用者と^{いっしょ}一緒に^{くざい}具材を入れて^い伸ばして、^のかわいい^{じょう}リング状にして^や焼いてみました。



^{はじ}初めて^{きじ}パン生地を^{さわ}触り、^{はっこうまえ}発酵前と^{はっこうご}発効後の^{てざわ}手触りの^{ちが}違いを^{かん}感じたり、^め目の^{まえ}前で^{じぶん}自分が^{つく}作った^やパンが^{たの}焼きあがる^{あじ}楽しみを^や味わうことができました。^や焼きあがった^{じぎょうしょ}パンは^や事業所の^たみんな^たで^や焼き立てを^たおいしく^たいただきました。

みちくさ じょうえいかい 「道草」 上映会



ながた げんじ
永田 元司

さくねん がつ えいが みちくさ じょうえいかい
昨年さくねんの12月がつに映画「道草」えいがの上映会みちくさ じょうえいかいを
おこな
行おこないました。

えいが じゅうと じへいしょう ちてきしょうがい
この映画えいがは、重度じゅうとの自閉症じへいしょうや知的障害ちてきしょうがい
のある方かた々が、ヘルパーかたがたを利用りようしながらひ
とり暮らしかたがたをしている姿すがたを写うつしたドキュ
メンタリーメンタリーです。重度じゅうと身体障害者しんたいしょうがいしゃの地域ちいき
生活せいかつもよく知られていませんが、自閉じへいや知
的障害ちてきしょうがいの方かたの暮らし方かたはさらに知られて
いないのではと思おもいます。障害者しょうがいしゃの家族かぞくや
支援者しえんしゃにしても、「この子こはアレもコレもで

きなからひとり暮らしひとりはとても無理むりだろう」といった否定的な意見ひていてき いけんを持ち
やすく、親元おやもとや施設しせつ以外がいでの生活せいかつがイメージイメージしにくいのではと思おもいます。そ
ういった方かた々に、こういう暮らし方かたもあるよという一例いちれいを知しってもらいたく、
しょうがい こと も かあ がた いっしょ じっごう いんかい つく じょうえいかい かいさい
障害しょうがいのある子こを持つお母さん方かあ がたと一諸いっしょに実行委員会じっごう いんかいを作り、上映会じょうえいかいを開催かいさい
しました。



おおぜい ひと み おも
大勢おおぜいの人ひとに見みてもらいたくと思
いつつ、どれだけの人ひとが来てく
れるのか不安ふあんに思おもいながら開催
しましたが、当日とうじつは150人近
い方かたに来ていただき、大盛況たいせいききょうと
なりました。障害者しょうがいしゃの自立生活じりつせいかつ
に關心かんしんのある人ひとは予想よそう以上いじょうに
おお
多おほいのだなと実感じっかんしました。



じょうえいまえ しょうがい も かた
上映前には 障害を持つ方
と保護者による「どれみふあ
クラブ」の演奏もあり、たい
へんこうひょう
へん好評でした。

みる
見るといろいろ かんが
考えさせられることの
おお えいが
多い映画です。でも見ていただくことで、
じへい しょうがい
自閉などの 障害があってもこんな生活
が
できるのだなと知ってもらえたと思
いますし、こんな しょうけん ひつよう
支援が必要なんだと理解
が
深まったのではないかと 思います。映
画
画にあった生活が唯一の理想像ではあり
ませんが、とちぎ ちてきしょうがいしゃ
栃木でも知的 障害者の生活の
せんたくし ひろ
選択肢が広がるといいなと思
います。そ
して じゅうど しょうがいしゃ ちいきせいかつ とくべつ
重度 障害者の地域生活が特別な
ものでなくなってほしいものです。



～アンケート～

みな たくさん
皆さまより沢山のアンケートをお寄せいただきましたので、
しょうかい
ご紹介させていただきます。



ほごしゃ じょせい
保護者 女性

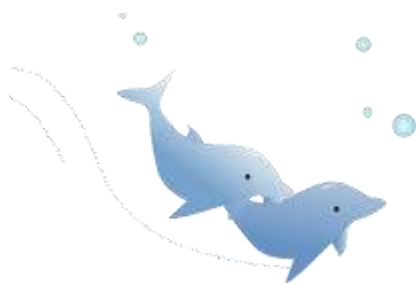
このような たいおう
対応があったのかとおどろいています。ヘルパーさんたちが普通

に接しているのもすごいと思いました。親と生活するよりも1人で生活するほうが安定した生活が送れるような気がしました。すごく参考になりました。

教員 女性

人とつながって自分らしく生きることが幸せになる一歩だということがよくわかりました。ヘルパーさんとの外出の機会をもつことで気晴らしができ気持ちが落ち着いて他害行動が抑えられていく、ちょっとした気分転換が生活に張りをもたらすことがわかりました。

障害者とともに地域で暮らすことは人々に多くの気づきと学びをもたらすと思います。共に暮らすー共生、響生、協生が実現するよう考えていきたいものだと思改めて感じました。



その他 行政職員 男性

県外他市町村の職員です。障害福祉サービスの支給決定業務を担当しています。市役所だからできることはありますができないこともたくさんあります。法律や制度守らなければいけない立場ですが理念も絶対必要です。日々もどかしさを感じながら仕事をしており正解もひとつではありません。この映画ではひとつの形を見ることができ大変勉強になりました。

その他（医療関係、薬剤師） 男性

皆の外出した（出来た）時の顔がとても良かった。

そのための介護者コミュニティが必要と考えられたし感じた。自立支援の本当のありかた。親がいなくなった時のために周りの人々のささえがどのような型で必要なのか？と考えさせられました。本日はありがとうございました。ドレミファくらぶもよかったです。とても上手でした。



支援者 女性

リョースケさんと介助者が10数年の付き合いである
ことにおどろきました。信頼関係の深さも観ていてとて
も強いものを感じました。悲惨な事件後に少しでも救い
があったように思います。また「できないだろう」とい
う勝手な判断から制限してしまっている。あとは、福祉
職の価値を色々な意味で国が高めてくれることを祈り
ます・・・じゃないと一人ひとりの個性や自立を目指す
ための人員どころではない現状がにくいです。



保護者 女性

今回はこのようなすばらしい機会をいただきありがとうございました。出か
けに（息子30才 自閉症）のふがいなさに思わず「お母さんが死んだら
どうするの！！」となってしまいました。答えは「自殺するからいいよッ！」
でした。何と残酷なことを言い続けてきたのかと胸のつぶれる思いです。ど
うか親亡き後 障がいのある子供達が安心して人としての尊厳を守られなが
ら楽しく生きていってもらえることを祈ってやみません。今ちょうど今後の
自立に向けて動き始めたところですが本人は一生「家で過ごしたい。福祉
の話はしないで欲しい」と半泣きです。毎日辛いです。たくさんの人達に
観てもらいたいです。明日は障がいを持つ親達と会いますのでお伝えして
まいります。池本先生にも20年ぶりにお目にかかることができうれし
かったです。少しではありますが
私も障がいのあるお子様へ
の支援をさせていただける気
持ちの余裕ができました。



いっばん だんせい
一般 男性

「ター————」みんな皆なビックリする

ビックリしない社会を自指し長い長い年月が必要。自指す理想社会が見えていない 社会は出来の良い子中心の”歴史”にある “親に丸投げしない”地球規模で理想を創る部会を作っては。事業、ビジネスとは別の部会がほしいと僕は思っている。



しえんしゃ じょせい
支援者 女性

重度障害を持った方への考え方が変わった気がします。それぞれが思いがあってすごく生きているのだと思いました。自立本当の意味で学べました。ありがとうございました。



しえんしゃ じょせい
支援者 女性

障害をもつ方と関わる中で色々感じることも多くありますが不安に感じている部分に背中を押してくれたり反省したりうらやましかったり本当に考えさせられることの多い素晴らしい映画でした。

ほんにん じょせい
本人 女性

ユウイチローさんの話が一番感動した。自分の中をおさえたいのにおさえられない気持ちとストレスでがまんしているのが見えてつらかった。ダメ

なの^わ分かっていてやってしまうのが一番^{いちばん}つらい。

外^{がいしゅつ}出^だしたあと楽し^{たの}そうなの^{たの}がすごくかわい
い。た^たくさん出^でかけても^{たの}っと楽し^{せいかつ}く生活^{せいかつ}でき
るよ^ようになればいい！



ほ^ほごし^{ごし}ゃ だ^だんせい
保護者 男性

こと^{こと}な^なった^たケース^{ケース}の^の取り^と組^くみ^みが^が大^{たい}変^{へん}参^{さん}考^{こう}に^にな^なり^りま^まし^した^た。人^{ひと}と^との^の接^{せつ}し^し方^{かた}で^で心^{こころ}が
な^なご^ごみ^み明^ある^るい^い笑^え顔^がが^がす^すば^ばら^らし^しか^かつ^つた^た。自^じ分^{ぶん}の^のコ^こント^{ント}ロ^ロール^{ール}が^が難^{むずか}しい^{しい}人^{ひと}々^々を
い^いか^かに^に生^{せい}き^きや^やす^すく^く出^で来^きる^るか^か?大^{たい}変^{へん}難^{むずか}しい^{しい}課^か題^{だい}だ^だと^と思^おい^いま^まし^した^た。さ^さて^て現^{げん}実^{じつ}
は^は・・・



ほん^{ほん}に^にん じょ^{じょ}せい
本人 女性

うち^{うち}の^の他^{ほか}に^にも^もこ^こん^んな^なお^おも^もい^い障^{しょう}害^{がい}を^をも^もつ^つて^てる^る人^{ひと}が^がい^いる^るん^んだ^だな^なあ^あと^とあ^あら^らた^ため^め
て^てじ^じっ^っか^かん^んし^した^た。自^じ分^{ぶん}も^も伝^{でん}え^えら^られ^れな^ない^いこ^こと^とが^があ^ある^るの^ので^で。同^{おな}じ^じ障^{しょう}害^{がい}を^をも^もつ^つて^て
る^るん^んも^もい^いる^るん^んだ^だな^なあ^あと^と思^おい^いま^まし^した^た。自^じ分^{ぶん}も^も家^{いえ}の^の人^{ひと}が^がい^いな^なく^くな^なつ^つた^たら^らの^の事^{こと}を^を考^{かん}
え^えら^られる^るよ^よう^うに^にな^なり^りま^まし^した^た。

きょう^{きょう}いん だ^だんせい
教員 男性

ち^ちい^いき^き地^ち域^{いき}と^とい^いう^うか^か日^に本^{ほん}の^の一^{いっ}般^{ぱん}の^の人^{ひと}々^々が^が彼^{かれ}ら^らの^のこ^こと^とを^を知^ちる^るこ^こと^とが^がま^まず^ず大^{たい}切^{せつ}な^なん^んだ^だ
ろ^ろう^うと^と思^おう^う。



CIL とちぎのクリスマス会開催



はこいし みつこ
箱石 充子

CIL とちぎのクリスマス会
がいつものように開催され
ました。場所は福祉セン
ターです。9時から11時半
までに飾りつけをしてお
客さんを待ちました。

今年のクリスマス会はちょっと代表がいなかったなので、永田さんがほと
んど1人で切り盛りをしてくれました。参加者はスタッフを入れて40人程
だったか。出し物かというと、食べ物が例年通りマカロニサラダ、炊き込み
ご飯、どこかのお店のオードブルといった所でした。

ボランティアで腹話術をされている栃木腹話術研究会さんからお越し
頂いたお二人のステージを見せて頂きました。

会場いっぱいのお客様一人ひとりと握手をして下さったりと楽しいひと
ときでした。

5円玉ゲーム(ジャンケンをして名前をお互いに聞いて勝った方が紐を通
した5円玉を貰う)。5円玉をいっぱい貰った人が優勝というゲーム。私
はというと、8個か9個しかありませんでした。

ゲームの最後はビンゴでした。一人残らず景品を勝った者から前に行って
貰っていました。

最後はケーキの材料をテーブルごとに配って、みんなでワイワイ楽しみ
ながらケーキを作って食べて楽しみました。

久しぶりにお会いできた方もいたり、新しく会った方もいたり...。私は
楽しかったと思いますが、参加された方々はいかがでしたでしょうか？

きょうど こうどうしょうがい し えんしゃようせいけんしゅう きそ じゆこう 強度行動障害支援者養成研修（基礎）を受講

はまはら まいこ
濱原 麻衣子

れいわ がんねん がつ か にち きょうど こうどうしょうがい し えんしゃようせいけんしゅう
令和元年9月10日～11日コンセールにて強度行動障害支援者養成研修
（基礎）を受講しにきました。

これまでの支援の中で実際に強度行動障害を持つ方と接したことが少なく
くほぼま しろ じょうたい こうぎ う ひじょう べんきょう おお かかん
くほぼ真っ白の状態で講義を受け、非常に勉強になることが多い2日間
でした。

こうぎ なか いんしゅう のこ じょうたい こうぞう か
講義の中で印象に残っているのが、「状態」や「構造化」といったキーワー
ドです。

きょうど こうどうしょうがい まわ かんきょう はいりょ
強度行動障害とは、周りの環境や配慮

しだい じょうたい よ わる
次第で状態が良くも悪くなり、わかろう

とする努力、伝える工夫が大切であり、

つよ さが だいじ
強みを探すことが大事であること

3つの環境といわれる、物理的・人的・

じかんでき かんきょう つか かんきょう こうぞう か
時間的な環境を使って環境の構造化を

はかることの重要性を学びました。

じれい こうどうしょうがい ひ お よういん かんが
事例にそって行動障害を引き起こす要因を考えるグループワークでは

ひび きろく じゅうようせい こじん きょうゆう ぎろん じっせん かせ
日々の記録の重要性、個人プレイではなくチームで共有、議論、実践を重

ねることで、よりよい対策と工夫を見つけていくことができることを感じま
した。

こんご ひび しえん と い おち
今後、日々の支援に取り入れていきたいと思ひます。



ワッフル作り



みなさま
皆様は Vitantonio (ビタントニオ) という、ワッフル、たい焼き、ドーナツ等が焼けるホットサンドメーカーをご存じでしょうか？

お菓子作り素人の自分でも、美味しいワッフルが焼けるという優れたものなんです。

どうでしょう？美味しそう！
(自画自賛)

おいしかったですよ。



みんながけっぷちラジオ 出演 しゅつえん



こばやし めい
小林 芽依

こんにちは。宇都宮大学 教育学 うつのみやだいがくきょういがかく
部の小林 芽依です。わたしは1 ぶ こばやし めい
年間、みんながけっぷちラジオ ねんかん
でパーソナリティを務めました。 つと
みんながけっぷちラジオは、と ちぎ
ちぎボランティアネットワーク ほうそう
が放送するラジオ番組です。毎 ばんぐみ
週 火曜日19時から、77.3FM まい
もしくはミヤラジオアプリで聴く しゅうかようび
ことができます。この番組で し

は、災害や貧困を始めたとした人生の「がけっぷち」とそこから人々を救 さいがい ひんこん
う「たすけっとさん(毎回呼びするゲストさん)」を紹介していきます。 じんせい
これまでに出演して下さった「たすけっとさん」はフードバンクの方や ひとびと すく
フリースクールの方、災害ボランティアの方など様々です。 しょうかい
しゅつえん
かた さいがい かた さまざま



自立生活センターとちぎから、齋藤さんと永田さんも出演していただきました。 じりつせいかつ
さいとう ながた しゅつえん



わたしがこのラジオのパーソナリティをやるきっかけは偶然、パーソナリティの募集を聞いたことでした。「なんか面白そうじゃん、教育に関わることも聴いてみたい」と思いパーソナリティをやることにしました。

1年間やってきてわたしが一番楽しかったのは取材でした。ある回の取材交渉で「訪問診療に同行したい」と言ったらたすけっとさんに驚かれましたが、今まで見たことのない光景を見ることができ世界が広がりました。



教育について色々聴きたいと思っていましたが、結果わかったのは「フードバンク、貧困、戦争語り継ぎ、自立生活も教育を考える上で大きく関わる」ということでした。さらに視野を広く保って色々な人に出会いたいです。

まだ放送を聞いたことがない方も、1年間聴いているときとどこかで関心のあることに出会います。気がついたら関心がなかったことが「意外と身近だぞ」ってなっているとします。77.3FM もしくはミヤラジアプリで聴くことができます。ぜひ聴いてみてくださいね！



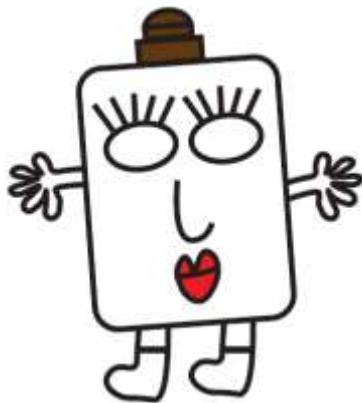
マスク作り



M

職員スタッフ用マスクが
足りないので、スタッフ全
員で分担しながら作っ
ています。

耳にかけるゴムや、ガーゼ
生地が無く、探しなが
ら作っています。



しろめくん
白目君

(高根沢町西小 非公認キャラクター)

LINE スタンプもあるよ♪

『Nexus-H』で検索(^^♪

きかんしこうどくかいいんぼしゅうちゅう

機関誌購読会員募集中

じりつせいかつ 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

かいいん ぼしゅう 会員を募集しています。かいいん とうろく 会員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。 年會費 300円