



じぶん せいかつたの  
～ 自分の生活楽しんでますか？ ～

やさい だいじ  
野菜は大事！！



## CONTENTS

P2 40号記念記事 その2

P4 意のまま気ままなひとり言

P6 ぶるーむあうあうああ

P8 いただき松木栄二第3回

P8 講師活動報告

P9 活動報告

### ◆「ぶるーむ」の由来◆

英語のbloomをひらがな表記したものです。  
bloomには、「(花が)咲く」「(才能・事業などが)花開く」などの意味があります。この北九州の地で、自立生活の土壌をあらためておこすことから始め、それぞれの自立生活の種を植え、色とりどりの自立生活の花が咲きほこるという願いをこめました。

毎月、何かしらのイベントを行うというチャレンジの一年があった。とにかく仲間を増やしたい。そのためにはぶるーむのことももっと知ってもらい必要がある。楽しそうなイベントを打って、一人でも多くの障害者に参加してもらい、自立の楽しさに気づいてもらうきっかけを作るのが狙いだった。いわゆる“種まき”だった。

企画はすべて私と当時の事務局長で立てた。恋愛モノやお菓子作り、変わったところでは、メイキャップ講座など興味を引きそうなものなら何でもやった。毎回十数名の参加者がいて概ね好評だった。そうして知り合った新たな仲間のうち、少しでも自立に興味を持った人を対象として、今度はピアカウンセリング講座(以後、ピアカンという)や自立生活プログラム(通称 I L P)講座を行った。ピアカンや I L P 講座の進め方は私が全国の講座に参加しながら学び、学んだことをぶるーむで実践するという形で行われた。

そして自立したいと意欲を持った障害者が現れたら、個別にプログラムを組んで支援した。支援とか言ってもこちらもいつも手探りで、学ぶことの方が多かった。施設からの自立、親元からの自立、軽度の身体障害、重度の身体障害、精神が伴う者など、毎回毎回、正解のない問題に四苦八苦しなげらやるしかなかった。

今でこそ、ぶるーむにはキャブ車が2台あって当事者の訪問や移動が楽になったが、当時は訪問に一箇所行くだけでも公共交通機関を使っての一日仕事だった。相談室もないから、毎回大事な会議のたびに近くの生涯学習センターに部屋を予約しなければならなかった。それでも一人、二人とひとり暮らしをはじめると重度障害者は増えていき、それに伴ってヘルパーの数も増えて、いつのまにかぶるーむはそれなりの大きさの団体に膨れ上がっていた。

また、ぶるーむ内でも徐々に自立生活センター(以下、C I L という)という意識が共有されつつあった。しかしながら、逆に設立当時からのメンバーの中にはこれらの変化を受け入れられなかった者たちがいて、のちに大きな激震となった。

第一波は、そんなメンバーの一部が、利用者とヘルパー数名とともにぶるーむを去るかたちで起こった。ちなみに、設立当時の事務局長はもともと彼らとは考えが違ふとし、彼らは変わらないと言って、早々に見切りをつけてすでにぶるーむを辞めた後だった。そして新事務局長となった私は陥りがちな、団体の実力を顧みず仲間のエンパワーメントに躍起になっていたと思う。

イベントや講師活動で知ってもらい、ピアカンやILPを繰り返す、家さがしや行政交渉して自立の環境をとともに作る。自立がなれば新たな仲間の支援に取り掛かった。ときには二人、三人と重なって支援は行われた。相談が来ればやるしかないという感じで、病院に入院中もケータイとパソコンを持ち込んで仲間の支援に勤しんだ。

その影で介助現場は疲労し悲鳴を上げていた。ひとり暮らし後の当事者へのフォローが不十分だった、いや、そもそもILPが足りていなかった。急に増えたヘルパーの教育が不十分だった、コーディネーターの数が足りなかった、育成が不十分だった、などなど振り返ればどれもその通りだと思ふ。

毎晩二時間も三時間も続くヘルパーへの不満や泣き言の電話、自己決定を理由に振り回されるヘルパーの相談、辞めたヘルパーの穴埋めに休みなく働くコーディネーターなど介助現場は惨憺たる状態だった。毎日誰かが辞め、その穴埋めに新たにヘルパーを入れても追いつかない、そんな感じだった。誰かに「ちょっと話せますか」と言われるだけで気分が滅入った。

このままでは立ち行かない。ぶるーむの舵を大きく切る決断のときだった。そして、これが衝撃の第二波を生む。

## 意のまま気ままな独り言

ソノ

とある日のこと。古い知人というか恩人というか、そんな人にばったり会いました。その人は似たような症状で同じ障害を負っている人でして、入院していた頃に障害者になりたての自分に初めていろいろなことを教えてくれた人でした。

例えば、アクの強いやばめな看護師がその日の担当者だった場合はどうするか。という疑問には、「そんなときは一日中ひたすら我慢しかないね」と忍耐力の大切さを諭し。麻痺で歩行できなくなった自分に「自由に動けるように顎で操作できる電動車椅子があるから、それを買ったほうがいいよ。それと車もスロープ付きというものがあって、それもないと出掛けるときに困るからいるよ」と文明の力を伝え。退院してからは、「入院中みたいに毎日リハビリがあるわけでもないから暇だし、家族の介護がないと生きていけないから親に仕事を辞めてもらったよ」と手段を選ばない生き方までも教えてもらいました。

その教え通りに、入院中は我慢を言い聞かせ、電動車椅子（車）の購入は急いで手配をし、親に関しては、仕事を辞めてまで介護をしてもらっているその人のことを羨む自分がいて、本気で親に仕事を辞めてもらおうかと悩みながら、退院後の障害者としての生活に怯えつつ、障害者として生きていくための心構えをさせてもらうきっかけをたくさんもらったわけでした。

まあそれが、今となっては、電動車椅子の外は買い物にちょっと行くにしても凸凹な道や段差が多い街中では、振動で体がずれやすいことや体力的にも電動車椅子の運転はしづらく、地域に繰り出す機会の多い自分にとっては不要なものとなり、介護に関しては家族に頼らなくても生きていけることを知ったことで、家族に介助の負担をかけなくてもよい生活を送れているわけで。だからというか、おかげさまで両親はおれに囚われることなく好き勝手やっていますし、まだまだ元気に働いています。そうやって、当時想像していた生活とは違う毎日となっているんです。という話は置いておいて。

やはり、当時の自分は右も左も何もわからない状態だったので、良い意味でも悪い意味でも教えてもらえる情報は何でもありがたいもので、しかも、それが似たような症状の同じ障害の人が教えてくれるもんですから、信じる信じないとかではなくて、CIL と言うところのロールモデルっていうんですか、言葉に重みがあるというかね。だから、いちいち参考にさせてもらっていましたが、とにかく凄く助けられたので、恩人なんですよ。

そして、その人は実はおれが家族の介護を離れて生活をして欲しいと思いつづけている人でもあります。

まあそんな人に10年ぶりぐらいか、会ったわけですよ。そして、近況報告をしながら話をしてただけで、なんて言ったらいいのかわからない、見た目だけは変わっているわけですけど、その人が考えていることも親を引き連れている感じも10年前のあの日のままで、本当に何も変わってなくて。いや、むしろ悪化しているというか、なんでそんな考えを言うようになったのかと、なんか悲しくなっちゃって、ついつい「これから親が亡くなったらどうするの？」なんて言っちゃったんですよ。

そしたら、一気に話が噛み合わなくなってしまい10年ぶりの会話はあっという間に終わっちゃったんです。というより、その言葉を後に向こうから話を終わらせにかかった感がある、それを察することもできたから何も言えなくなっちゃって。

というのも、この手の話は現実味が悲しいぐらいに本人も周りも湧いてこないことではありますけど、どこからでも嫌というほど聞こえてくる声でもあって、当の本人も感じているし、危機がないわけでもないことなんですよ。言わば障害者は生きてて意味がないと言われるぐらいのあるある話なわけですよ。

だから、それを本人の発信からならまだしも、誰かにあえて言われたことで嫌な気持ちになり面倒くさくなったのではないかと。だから、ついにしてもおれが言ってしまった言葉には失敗したなと思いましたが、気持ちが入ってしまったものはもうしょうがない。まあでも推測なんでね、他にもなんか天気とか温度とか湿度の関係とかで噛み合わないことがあるかもしれないし。次に活かします。

ということで、立ち去って行く恩人の後ろ姿を少しの間見つめながら、障害者としてどう生きていくかを話すのではなく、「人」として生きていくのはどういうことなのか、いつかそんな話をできたらいいのになと思っただけでした。

## ぶるーむあうあうあああ

前号の会報でやらかした方がいるとの事で、じゃあ私もと、筆をとらせていただきました。こんにちは久貫です。

まず、前号で気分を害した方々に、心からお詫び申し上げます。まだお見捨てにならず、読んで頂けていること、誠に感謝しかありません。今後この手の文章は、よく話し合い吟味していくと、編集長が仰っていただきましたので、今号からの苦情は、全てそちらにお願い致します。こんな原稿でも読んで下さる方々と、より良い関係を築けるよう、敬意と配慮をもって、駄文を書きたくしたいと思います。

さて、本題ですが、実は私、職場内結婚でして、幸いな事に、今でも一緒に働いています。いつも一緒という訳では無いのですが、同じ職場と言う事で、同僚から以下のような質問をされます。

「同じ職場で嫌にならないの？」

ちょっと意味が分かりませんが、仕事場でも家庭でも顔を合わすのは嫌じゃない？って事でしょうか。これ、妻も読む予定なんですよ。毎日毎時、顔を見れるなんて、幸せに決まってるじゃないですか。たとえ私のスマホのホーム画面が愛猫で、妻からの着信音がGODZILLAであったとしても、私が幸せだと言っている以上、間違い無く幸せなのです。質問が悪いです。今、白い目で読んでるのでしょうか。愛してるよ。

まあ、それはともかく、改めて、同じ職場で良かったなと思う事を考えてみると、案外、同じ『愚痴』を言い合える、と言う事が、妻と私の関係を救っているなと、しみじみ思うのです。パートナーと同じ職場の方々には、ぜひ賛同して頂きたいのですが、どうでしょうか。何か思い当たる節ありませんか？夫の至らなさを、職場が持ち前の膨大な諸問題で、優しく包み込み、妻の開口一番から、身を呈して守ってくれている事実を。身に覚えありませんかね。職場を褒めすぎな気もしますが、事実ですし。

とは言っても、問題がありすぎる職場というのも、会話が職場の愚痴ばかりで、問題ありすぎです。

私 たち夫婦の為に、新鮮な季節の問題を送って頂いていて、こんな事を言うのは、大変心苦しいのですが、お腹いっぱいです。ありがとうございました。もう、月イチ程度で良いのです。手のひらサイズが良いのです。毎週ダンボールで送ってこないで下さい。

これが色とりどりの山海の幸なら、愚痴にも彩がつくのですが、ダンボールを開けると、似たような問題しかないのです。シリーズものなのでしょうか。謎です。毎年正月に、なぜか全く同じ聖書を贈ってくる叔母を思い出します。余談ですが、お前の目は死んでいると、ケンシロウみたいな顔で、思春期の私に、漢気を語り続けたのは、あなたの息子です。偶然なのでしょうか。ご自愛下さい。

取りも直さず、似たような問題ばかりと言う事は、根っこを変化させる方向に向けていないと言う事です。雨漏りしても、ビニールシートやバケツが足りないと言えなかったり、「雨が降るのが悪い」だとか、「君にはコレが雨漏りに見えるんだね」と、腹ではなく脳を狙った、試合を終わらせる解決案を出されているのと同じです。

例えば雨漏りなので、そんな訳ないじゃんと思うだけで、実際何が原因で、どの問題が並存できないかも分からないまま、誰かが言ったり書いたりした、マニュアルを實踐しているだけなのです。その誰かの責任にしながら、です。それが正しいかどうかの判断すら、その誰かに委ねるなら、何も言わず、何も考えず、神様の御加護を期待して、部屋の北東の掃除と、トイレの蓋をちゃんと閉める習慣付けを、強くお勧めします。

## いただきまつき栄二 第三回

10月の中旬に肺炎になって、2週間入院することになった。今までも何回か入院したことはあるけど、やっぱり退屈だった。

横を向かないとテレビが見れないので、眼鏡をかけることができないし、面倒くさいからテレビは見なかった。でも、病院はラジオが入りにくいけど、スマートフォンだったらラジオを聴くことができたので助かった。

そんな退屈だったことなんかよりも、声で反応するナースコールがあったけど、それでもいつも看護師が病室にいることはないの、呼吸器のホースが外れたりしないか、看護師の人数が減るから特に夜中は不安だった。

病院にいても安全なわけではないから、介助者は入院中はこれないとわかっていても、家にいるときと同じように、介助者が利用できるようになったら、少しでも不安が減るかなと思った。

退院した次の日に、前もってチケットを買っていた落語を聞きに行くことができたので、お金が無駄にならずにすんでよかった。

まつきえいじ  
松木栄二

## こうしかつどうほうこく 講師活動報告

先日、韃ヶ谷小学校に講師活動に行ってきました。僕自身、企業研修などでの講師経験はありましたが、小学校での講師活動は初めてだったのでとても緊張しました。

ですが、実際に授業が始まってみると、子どもたちは僕の話をもっと聞いてくれたので少しほっとしました。授業後の感想や発表会では、僕が自分の障害に慣れて気にとめてないことに気付いてくれたり、僕の知らないようなことまで調べ物をしてくれていたの、講師のはずの僕の方が逆に勉強になったなという感じでした。

K II

かつどう ほうこく  
活動報告

へいせい ねん がつ へいせい ねん がつ  
平成30年8月~平成30年11月

がつ  
8月



ひやくまんなつ ひろばしゅってん  
わっしょい百万夏まつりふれあい広場出店

よろず!

かいじょ いいんかいがっしゅく  
JIL介助サービス委員会合宿

かいじょしゃけんしゅう かいじょ  
介助者研修◎A「ピアカン・ILP・介助」

りじかい  
理事会

へんしゅう しゃくかせ  
とある編集の尺稼ぎ(苦)

ぼく ひとり  
僕は一人カラオケに行くことがよくあります。

さいきん な す  
最近は一人居るカラオケに慣れ過ぎたせ  
いか、ひととカラオケに行った話  
をきくと、「あれ? カラオケって一人で  
行くもんだよね?」と一瞬本気で疑問  
に思います。

がつ  
9月



きゅうしゅう かいぎ  
JIL九州スカイブ会議

すいしんきょうかいこくらけんしゅう  
推進協会小倉研修

かいじょしゃけんしゅう かいじょ  
介助者研修◎B「ピアカン・ILP・介助」

がつ  
10・11月



さやがたにしょうがっこう しかつどう  
鞆ヶ谷小学校講師活動

きゅうしゅう けんしゅう べっふ  
JIL九州ブロック研修in別府





この前、一人暮らしを始めて初の停電を経験しました。とても驚きましたが、一番驚いたのはスマホとパソコンの画面の明るさでした。 【KⅡ】

## ■ロゴについて■



この3つが繋がったチューリップには、3J=「自己選択」「自己決定」「自己責任」の意味と、この北九州の地で自分らしい、いきいきとした花を咲き誇らせてほしい・・・という願いがこめられています。

## ■会員募集■

自立生活センターの最大の特徴は、運営や各種サービスを「障害者」自らが中心となって行っていることです。これは、「障害者」にとって何が重要かということが一番知っているのは「障害者」自身であると考えるからです。

「自立生活センターぶるーむ」はこの考えのもと、2007年10月に産声をあげました。当団体の活動は、皆さまからのご寄付と会費により支えられています。

ご支援とご協力をお願い致します。

会員種別	年会費
正会員 当法人の目的に賛同し、法人の活動に責任を持って参加していただける個人の方。	3,000円
賛助会員 当法人の事業を資金面などで賛助していただける個人及び団体の方。	5,000円

【銀行振込】 銀行名：西日本シティ銀行 室町支店  
 口座名義：特定非営利活動法人 自立生活センターぶるーむ 理事 田中雄平  
 口座番号：1694039

編集人 連絡先 NPO法人 自立生活センターぶるーむ  
 〒803-0818  
 福岡県北九州市小倉北区豎町2-1-5 豎町ビル1F  
 TEL 093-562-5431  
 FAX 093-583-3257  
 E-Mail [cil-bloom@nifty.com](mailto:cil-bloom@nifty.com)  
 URL <http://homepage3.nifty.com/cil-bloom/>  
 定価 100円