

とうほくかんとうだいしんさい ひさいしゃ かぞく たい ところ みまい もう あ  
東北関東大震災による被災者とそのご家族に対して、心よりお見舞い申し上げます。

じぶん せいかつたの  
～ 自分の生活楽しんでいますか？ ～

ひとりく  
一人暮らしもしたいし・・・  
なに こと  
何かいい事ないかなあ



かのじょ  
彼女がほしいなあ  
だれ ひと  
誰かなってくれる人  
いないかなあ

## CONTENTS

P2 ちょうきこうざかいさい  
ILP長期講座開催しました

P4 じりつじざい だい かい  
Iyy1「自立自在」-第4回-

P6 たかお  
高尾ヘルパーコラム

かつどうほうこく  
活動報告

◆「ぶるーむ」の由来◆  
えいご ひょうき  
英語のbloomをひらがな表記したものです。  
はな さ さいのう じぎょう  
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  
きたきゅうしゅう ち じりつせいかつ どうじょう  
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  
はな さい じりつせいかつ  
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。

# ちようきこうざかいさい ILP長期講座開催しました！！

5/14～毎週土曜日、事務所近くの生涯学習センターにて、全11回シリーズでILP（自立生活プログラム）長期講座「自立した生活を送るための講座」を開催しました。

障害のある仲間同士で、自分の障害について話をしたり、重たい障害があっても一人暮らしができるの？というところから、掃除や洗濯のやり方について話しをしました。

「介助者との関係作り」の回では介助者さんに、どのような指示を出したら自分の思うような介助を受けることができるのか・・・と当事者役と介助者役とのロールプレイで白熱した演技に爆笑したり、想いを巡らせたり、和気あいあいと楽しく学ぶことができました。



## プログラム

### 第1回 ~ 第11回

- 1回 オリエンテーション・目標設定・自己紹介
- 2回 障害って何？
- 3回 介助者との関係づくり～雇用主として～
- 4回 自立生活～そうじ・洗濯
- 5回 料理を作ろう
- 6回 自立生活者のお宅拝見
- 7回 お金の管理・制度の使い方
- 8回 外に出かけよう（フィールドトリップ）
- 9回 自由に語ろう（フリートーク）
- 10回 家族との関係
- 11回 反省と打ち上げ



☆肉団子のスープを作りました！



☆門司港レトロに行きました！





『料理を作ろう!』の回より

第5回の料理ILPでは、当事者さんと介助者さんが二人一組になって「肉団子野菜スープ」を作りました。基本的にここでの料理ILPは、当事者さんの指示通りに介助者さんが動いて調理を進めていくという形式になっています。指示するだけなら簡単だと思うかもしれませんが、料理の経験が少ない当事者さんにとっては、野菜の切り方の指示をだすのもなかなか大変でした。

僕も料理の経験は無いに等しかったので、にんじんと生姜の皮を剥かないまま調理しようしたり、スープのはずなのにダシをとることなく味付けをしたりなど、少し料理の経験があれば避けられるようなミスをいっぱいしました。けど、結果的にはとても美味しかったのでとりあえずは良かったかなと思います。今回作った料理の手順や味を、料理の経験の多い家族や介助者さんと一緒に確認してみるのもおもしろいかもしれませんね。(嘉藤耕希)



感想

伝える事の「難しさ」と「大切さ」を改めて考えさせられたし、ロールプレイ(笑)を目の前で見ることですごく解りやすかった。

また、プリントに書いてある言葉が難し過ぎて腰が引けた。解りやすい言葉を使って欲しかった。

(女性参加者)



感想

僕自身、単発のILPは何度か受けたことはあったが、将来の一人暮らしを見据えてILPを受けたのは初めてだった。

僕は、長期ILP初参加だったので少し身構えていたが、思ったよりアットホームな雰囲気講座が進んでいったのでとても馴染みやすかった。

また、ピアカンやロールプレイなどが所々に織り込んであったので、楽しく参加することができた。

(嘉藤耕希)

# 自立自在

Ji-ritsu-Jizai

## だいよんかい - 第四回 -

## ゴゴウノリフミ

わたし じかん げんざい にん だんせいかいじょしゃ ささ  
私の24時間は、現在、8人の男性介助者によって支えられている。いずれもC I L (Center for  
Independent Living : 自立生活センターの略)の介助者である。一日を約3人で回す、このシフ  
たいせい いちねんいじょう  
ト体制になって一年以上になる。

さて、ここでC I Lの介助者とは、という話をしよう。自立支援法の介護給付という制度のも  
とで、介護サービスを提供する。その意味では、ほかの事業所のヘルパーと何ら異ならない。必要  
な資格も同じである。しかし、実際の仕事の内容は・・・といえは、大きく異なる。それはそもそも  
ヘルパーステーションそのものがC I Lの理念に則った運営によりなされるからであり、ゆえに、  
かいじょしゃ じぎょうしょ かんが かた しごと もと  
介助者にもほかの事業所にないC I Lの考え方や仕事が求められる。

くたいてき はなし どうせいかいじょ げんそく だんじょ こようきかい びょうどう けいき  
具体的な話をすれば、C I Lには同性介助の原則というのがある。男女の雇用機会の平等、景気  
の動向などから、介護業界にも男性の人口が増えているが、女性に比べるとまだまだ少ない。なの  
で(?)、当たり前前に異性(女性)介助が行われているのが介護業界の現状である。また、ほかの施設  
や事業所では男性ヘルパーがいても、必ずしも同性介助が意識されていないのも実際である。そ  
の中であって、同性介助を掲げるC I L系のヘルパーステーションは男性介助者が比較的多いとい  
とくちょう  
う特徴がある。

だんせいしょうがいしゃ いせいかいじょ なに ていこう おほ かんげい む きも  
男性障害者のなかには異性介助に何も抵抗を覚えず、むしろ歓迎する向きさえある。気持ちはわ  
からんではない。私自身、異性介助に何も疑問を感じずに20年近く女性ヘルパーを利用していた  
くちである。数年前、(それと知らず)初めてC I L系の男性ヘルパーの介助を受けたときには、な  
んて気の利かない、粗雑な介助なんだ！と辟易した憶えがある。男性介助者に比べれば、当時の女性  
かいじょしゃ なに い りょうり そうじ ていぬい どうじ わたし  
介助者は何も言わなくても料理もできるし、掃除だって丁寧にやってくれていた。当時の私なら、  
いせいかいじょ せんたく し こけつてい ぜ ひ  
異性介助を選択するのも自己決定でしょ！と、うそびいていたかもしれない。是非はさておき、C  
I L系のヘルパーステーションでは一般的な考え方ではない。

では、なぜ、C I Lでは同性介助が原則なのか。そもそも自立生活運動は 60年代アメリカの  
こうみんけんうんどう えいきょう つよ う じょせいうんどう おな せいてきやくわり かいほう うんぬん  
公民権運動の影響を強く受けている。それは女性運動も同じで、性的役割からの解放……云々。

と、ま、難しい話はおいとこう。言ってしまうは、どうして女性ヘルパーでなければならない  
のか、ということである。

りょうり せんたく じょせい む こわだか しゅちょう だんせいしよくん き  
料理や洗濯は女性のほうが向いている、なんて、声高に主張する男性諸君は気がつけたほうがい  
い。それこそ、社会に刷り込まれた「女らしさ」というまやかしであり、女性差別へとつながる危  
うい偏見である。男性より女性のほうが家事に向いているなんて科学的根拠はないし、料理人の  
せかい だんせいしやくかい かんが もんだい じだい しゃかい  
世界は男性社会だったことを考えれば(それはそれで問題だが)、やはり、それはその時代の社会に  
す こ げん はい だんせいかいじょしゃ じょせい  
刷り込まれたまやかしであろう。現にうちに入っている、ある男性介助者は、これまでの女性ヘル  
パーの誰よりもきれいに掃除をする。若い頃からひとりで自立して生活をする中で身につけたそう  
で、けっきょく せいかく けいけんち もんだい おち  
結局は性格と経験値の問題だと思う。

いきお まか じろん てんかい どうせいかいじょ げんそく しょうがいしゃ せいできじゅう まち  
さらに勢いに任せて持論を展開させてもらえば、同性介助の原則は、障害者の性的自由を守る  
(ありのままの性で生きる)うえで非常に重要だと実感している。とくに身体介助(着替え、入浴、排  
せつなど)の場面では、同性介助には大きな意味がある。多くの女性には共感が得られるであろう。

だんせいかいじょしゃ しんたいかいじょ いや  
男性介助者に身体介助をしてもらうことは“嫌”なはずである。これが正常な感覚で、これにつ  
いて男性と女性とでは感じ方が違うという意見もあるが、同じである。“嫌”なはずである。

だんせい じょせい いせい かいじょ な ま ひ おち  
ただ、男性は女性(異性)から介助されることに慣れてしまっていて、麻痺しているだけだと思う。  
だんせい う とぎ いせい はおや かいじょ こ かじ かいご じょせい やくわり  
なんせ、男性は生まれた時から異性(母親)に介助されるし、その後も家事、介護は女性の役割とい  
う社会で育つわけだから、それは麻痺もする。

しょうがい しんべんじりつ かくりつ ししゅんき いったん いせい ほせい かいじょ はな  
それでも、障害がなければ身辺自立が確立する思春期には一旦は、異性(母性?)の介助から離れ  
る。そうなれば再び異性の介助を受けることには抵抗を覚えるだろう。やっぱり“恥ずかしい”  
と感じるはずで、それこそが正常な感覚だと思う。異性を意識すれば恥ずかしいのである。逆に言  
えば、異性を意識しなければ恥ずかしくないのだが、常時、介助が必要な障害者にとって、それは  
じぶん せい い しんたいかいじょ  
つまり、自分らしく(ありのままの性で)生きられないということにほかならない。しかも身体介助が  
ひつよう じゅうど しょうがいしゃ じょうじ た ば し  
必要な重度の障害者は、常時その立ち場を強いられる。

しょうがいしゃ せい し かいじょ ひつよう だんせいしょうがいしゃ みずか せい  
なぜに障害者の性がタブー視されるのか。それは介助が必要な男性障害者に、自らの性をあり  
のままに主張されると、女性(母子)介助を軸にした介護のシステムが崩壊してしまうからである。  
かいじょかんけい せい そんざい かんけい いりょう ぼめん いしゃ かんじゃ  
介助関係では、性は存在してはいけないのである。こうした関係は医療の場面(医者と患者)でもあ  
るが、医療は一時的な関係であるのに比べれば、介助の場面は恒常的だからたちが悪い。

けっきょく じょうじかいじょ ひつよう じゅうどしょうがいしゃ じぶん ころ せい い どうせい  
結局、常時介助が必要な重度障害者が自分を殺さず、ありのままの性で生きていくには、同性  
かいじょ いちばん じぶん ころ どうせいかいじょ  
介助が一番ということなのだろう。自分を殺すことはない、ありのままがいいじゃないか。同性介助  
げんそく き  
の原則には、そういったメッセージがあるような気がする。

# スペインの旅特別編

## 日々



5/7



わたくし、見聞を広める為に初の海外旅行、スペインへ旅立ってきました。向こうのバリアフリーの状況を紹介します！私が見たものがその国の全てでは無いことをあらかじめ言っておきます。

まず飛行機が着いたのはオランダのアムステルダム。空港の中はバリアフリーが進んでいると思っていましたが、何故か手前に引くドアでびっくり！車椅子では中々でこずるのではないのでしょうか…飛行機に乗る時はエレベーターもあり、先行して車椅子の乗客を案内するのは日本と変わりません。

それにしても日が長い…日没は夜の10時でした。

アムステルダムからポルトガルはリスボンに入る。トイレなどを撮りたかったのですが見当たらず…さてポルトガルの旅は続きます。残念ながらここからスペインに行くまではほぼバリアだらけでした。

5/9



次はスペインに入って1つめの街セビリアです！

城壁がお洒落な街でした。スペインに入って気がついたのは犬を飼っている人が多かった事、障害者用トイレには鍵がかかっていた事でした。

あと歩行者用の信号が面白く、黄色信号がなくて変わるのがやたらと早い！音声案内はないけど音で信号が変わるのがわかるようになっていました。それも一部だけですが…

そしてセビリアの大聖堂！ロンドンに次ぐ世界で三番目の規模を誇る寺院です。

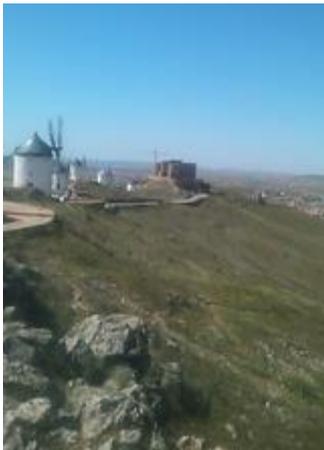
その中の作りもとても素晴らしかった…市内はバリアフリーが進んでいて車椅子でも乗れるチンチン電車が走っていました！街も広くとても住みやすそうで雰囲気のある素敵な街並みでした。

5/10

つぎでまち  
 次はアニメのガンダムにも出てくるグラナダの街です。  
 やまあい まち きふく はげ まち まち  
 山間にある街なので起伏の激しい街でした。この街はアルハンブラ宮殿があることでも有名です。  
 アンダルシア地方に残された13世紀にイスラム建築の粋を集めてできた宮殿です。あまりバリアフリーでは  
 ないように思いましたが、同日にスペイン国内の障害者施設の人達とアルハンブラ宮殿ですれ違いました。そ  
 れを見ると車椅子に対応している様子。建物の中は天井が低くドアや通路は狭かったですが敷地はとても広か  
 ったです。  
 しょくじ しんたいしょうがいしゃよう なか はい ものおき か  
 食事をするとともに身体障害者用トイレがあったので中に入ってみると物置と化してました…それから  
 せんめんだい じゅうぎょういんたち はみが そな  
 洗面台に従業員達の歯磨きセットが備わってました…

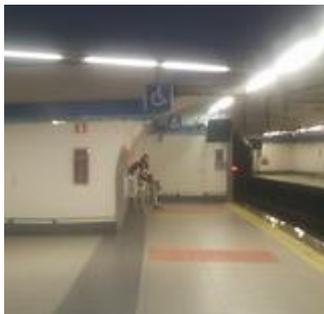


5/11



い とちゅう  
 マドリードに行く途中にドン・キホーテの風車を見学。  
 ふうしゃ がいけん うつく なん やく た やく た ふうしゃ ふうし はなし  
 この風車、外見は美しいですが何の役にも立っていません…この役に立たない風車を諷刺した話がドン・キ  
 ホーテといわれています。この街はとても寂れていて人が見あたりませんでした。

5/12



ひ ごご じゅうこうどう ちかてつ の はんかがい しゅつどう  
 この日は、午後から自由行動だったので地下鉄に乗ってマドリードの繁華街に出動！  
 ちかてつ ばしょ ちが どこ の へいきん やく えん の  
 スペインの地下鉄は場所によって違いますが、何処まで乗っても平均1ユーロ(約110円)で乗れます。この  
 ちかてつ し うんえい かんり ほか すこ たか やく えん  
 地下鉄はマドリード市が運営、管理をしているので他より少し高めめの1ユーロ25セント(約140円)でした。

くるまいす いりぐち お えきいん ゆうどう はんばいき しんちよう おな  
 車椅子ユーザーは入口のボタンを押すと駅員が誘導してくれるようです。チケットの販売機は身長と同じぐら  
 たか くるまいす むり おも しょうしゃぐち き  
 いの高さなので、車椅子では無理だと思います。乗車口は決められていて、そこには案内板がでていました。



ちかてつ の つ さき  
 地下鉄に乗って着いた先ではサン・イシドロ祭という祭が開催されていました。

まつり いっしゅうかんづつ ひ で  
 この祭はマドリッドで一週間続きます。その日ホテルを出るときガイドさんからシコタマ脅されました。

ぜったい  
 「絶対スリにあうよ」…と。

そんな事ないないと、何の根拠もない自信をもっていざ徘徊！とりあえず食事に行ってみました。人だかり  
 ができていたので覗いてみると、メキシカンが路上ライブをしていました。こうしてライブをすればだれでも見  
 れる。これもある意味バリアフリー。路上なのにみんな上手！ポケットの小銭を空缶に入れて帰宅。ホテルに  
 とうちゃくこ  
 到着後、すぐにポケットの財布を確認…無事ありました！

5/13



こうえん  
 バルセロナのグエル公園ですが、この建築物はアントニ・ガウディが建てたものです。グエル公園は高台に  
 みは ひかげ おお つく なおか ばしゃ ぜんたい ゆる さかみち  
 あるので見晴らしがとてもよく、また日陰を多く作っており、尚且つ馬車をひくために全体が緩い坂道でつな  
 ぐるまいす きょくせん おもしろ こうえん  
 がっているので車椅子でもいけそうです。曲線とタイルのモザイクがとても面白い公園でした。



つづ  
 続いてサグラダ・ファミリアですが、この建物は日本の幕末のころから建設が始まりました。未だ建築中…  
 かんせいよてい ねん い たてもの なか はしら もり きぎ も うえ む  
 完成予定は 2026年と言われています。建物の中の柱は森の木々を模しているようで、上に向かうにつれて  
 えだわ  
 枝分かれしています。

施設内に身体障害者用トイレはあるのですがあんまり綺麗ではありませんでした。  
 建築家のガウディー本人は73歳で事故にあって亡くなりました。

5/14

バルセロナの街はバリアフリーが進んでいてバスは車椅子でもほぼ乗れます！驚いたのは2連結のバスが多かったことです。それに日本と違い路上駐車を厳しく取り締まっているので、スロープが歩道にかからない事はないそうです。実際、路駐している車は見かけませんでした。



最後の日にバルセロナのビーチを散歩したのですが、とてもバリアフリーが進んでいて、スロープやトイレ救護施設が数多くありました。

総括として日本と同じく都市部にいけば、バリアフリーは進んでいて、地方に行けば進んでいないのは変わりません。制度的な事は全然わかりませんが、他の国を見るいい機会でした。

※ホームページの『ぶるーむスタッフリレー』でも紹介しています！

かつ どう ほう こく

平成23年2月～  
 平成23年4月

2月

- ★おしゃれについて語り合う女子会
- ★よろず!!⑭
- ★JIL全国セミナー
- ★イオンレシートキャンペーン
- ★会報「ぶるーむ.com」vol.10 冬号



3月

- ★理事会
- ★JR新人職員研修出前講師①～⑦
- ★よろず!!⑯
- ★北九州市新規職員研修出前講師
- ★イオンレシートキャンペーン贈呈式
- ★スタッフ研修



4月

- ★障害のある人たちの人権を考えるシンポジウム(障団連主催)
- ★よろず!!⑮
- ★障害者の人権学習ワークショップ(育成会主催)
- ★JR女性社員カスタマーサポート研修出前講師
- ★折尾愛真高校出前講師
- ★2011花見 in 小倉城
- ★イオンレシートキャンペーン



2月から4月までの活動報告です！  
 交流会などの企画もありますので気軽にご参加ください。皆様のご参加をお待ちしていますm(\_\_)m

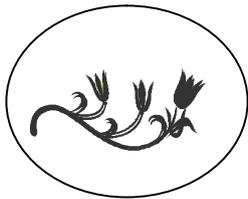
へん しゅう こう き  
**編集後記**

まいかれんさいちゅう だいこうひょう ひ ひほんほん こんかいとくべつきかく りょこうき だい いこく  
 毎回連載中の大好評！「日々凡凡」は今回特別企画で“スペイン旅行記”と題し異  
 ちの地での福祉情勢を紹介してもらいました☆(#^\_^#)  
 しゃしん み ふんいき かん い  
 写真を見ながらスペインの雰囲気を感じつつ、いつか行ってみたいなあ  
 ちうそう りょこう  
 と妄想モウソウ♪ 旅行・・・いいですねえ～ (^O^)



【 な 】

■ **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  
 はな さ ほこ ねが  
 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** ■

じりつせいかつ さいだい とくちょう うんえい  
 自立生活センターの最大の特徴は、運営  
 かくしゅ サービスを「障害者」自らが中心と  
 おこな  
 なって行っていることです。これは、  
 しょうがいしゃ  
 「障害者」にとって何が重要かということ  
 いちばんし  
 を一番知っているのは「障害者」自身であ  
 かんが  
 ると考えるからです。

「自立生活センターぶるーむ」この考え  
 のもと、2007年10月に産声をあげまは  
 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。

かい いん しゅ べつ 会 員 種 別	ねん かい ひ 年 会 費
せいがいいん 正会員 とうほうじん もくてき 当法人の目的に きんどう ほうじん 賛同し、法人の かつどう せきにん も 活動に責任を持っ て参加していただ ける個人の芳。	3,000円
さんじょかいいん 賛助会員 とうほうじん じぎょう 当法人の事業を しきんめん など 資金面などで賛助 していただける こじん および だんたい 個人及び団体の かた 方。	5,000円

ゆうびんふりかえ こうざめいぎ とくていひえいりかつどうほうじん じりつせいかつ  
 【郵便振替】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  
 きごうばんごう  
 記号番号：17490 35083341

へんしゅうにん  
**編集人**  
 れんらくさき  
**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/>  
 ていか えん  
 定価 1.00円