

じぶん せいかつたの
～ 自分の生活楽しんでいますか？ ～



CONTENTS

P2 い 意のまま き 気ままな ひと ひと こと こと 独り言

P4 Oh-Life!!

P5 し む に っ き 事務日記

P6 は な み ほう こく 花見報告

P8 ぶるーむニュース

P9 か つ ど う ほう こく 活動報告

◆「ぶるーむ」の由来◆

えいご 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・
じぎょう 事業などが) はなひら 花開く」などの意味があります。
この きたきゅうしゅう 北九州の地 で、じりつ せいかつ 自立生活の ち ちよう 土壌をあら
ためておこす こと から 始め、それぞれの じりつ 自立
せいかつ 生活の 種を うえ 植え、いろ 色とりどりの じりつ 自立生活の 花
が 咲きほころぶ という 願いをこめました。

意のまま気ままな独り言

ちち しゅじゅつへん
「父×手術編」

ソノ

きょねん いまごろ けっせき と しゅじゅつ か ぼく ことし かこつ と しゅじゅつ
去年の今頃は、結石を取る手術をしたことを書いていた僕。まさか今年は仮骨を取る手術をする
ことになるとは思いませんでした。

かこつ いしよせいこっか そんじ せんもんか
みなさん「仮骨（異所性骨化）」はご存知ですか。専門家で
はないので、ざっくり聞いた話になりますが、本来骨形成の
お 起こらないところに骨ができてしまうといったもので、原因は
いまだによくわかっていないそうです。

ぼく ばあい ひだりこかんせつ かこつ
僕の場合は左股関節あたりにその仮骨ができていました。
ほね こかんせつ かんせつかどうかいき せいげん にちじょうせいかつ
その骨は股関節の関節可動域を制限し、あまりに日常生活
ししょう しじゅつ
に支障をきたすことから手術をすることにしました。



とうじつ あさ じはん しつ はい じ かいし お しまえ ちち しんばい
当日、朝8時半にはオペ室に入り、9時から開始。終わりが13時前ということでした。父は心配
してか、しゅじゅつとうじつ あさ じはん しつ はい まえ つ かお み く
「手術当日は朝8時半のオペ室に入る前には着いて、顔を見に来るから」とのことでした。

とうじつ あさ げかてき むすか しゅじゅつ こきゅう たか ぶん おお
当日の朝、「外科的にはそこまで難しい手術ではないけど、呼吸のリスクが高い分、大きな
しゅじゅつ 手術をすることになる」ということで、僕自身少し不安を感じており、あまり眠れずの起床を迎え
ました。

じ じゅんび はじ ちち く ころ ま
7時ぐらいからいろいろな準備が始まり、そろそろ父も来る頃か。と、待っていました。しかし、
なかなか父は現れず…。まさか、なにかあったのかと心配になり、電話をかけてみました。

ぼく しつ む いま だいじょうぶ
僕「もうそろそろオペ室に向かうかも。今どこ？大丈夫？」
ちち だいじょうぶ だいじょうぶ い とちゅう まよ
父「大丈夫、大丈夫、いま行きよう。ただ途中で迷ったみたいなんよ」
ぼく だいじょうぶ わらい
僕「大丈夫じゃなさそうやねー（笑）」
ちち ま あ お あ かえ
父「こりゃもう間に合わんわー。でも、終わるまではいるから会っては帰るよ」

あい か ちち なご
相変わらずなんてマイペースな父なんだ。まっおかげで和むことができました。それと、なんでし
ょうか、うれしさみたいなものもありました。

しょうがい お じたく かぞく かいじょ う せいかつ とうじ せいど し ちち
というのも、障 害 を負って自宅で家族の介助を受けて生活をしていた当時、制度を知らない父は
おや こども かいじょ せきにん と おんな ぼく おや こども
「親が子供の介助をするものだ」という責任に取りつかれていました。同 じように僕も「親が子供
かいじょ かんが かの
の介助をするものだ」という 考 え方しかできないでいました。

ちち つか ぼく かいじょ かい つな かぞくかんけい ぜつぼう
父はいつも疲れていたし、僕は介助を介して繋がることしかできなくなっている家族関係に絶望
かん
を感じていました。

しょうがい お まえ ちが
「障 害 を負う前は違ったじゃん。そうじゃなかったじゃん」と。

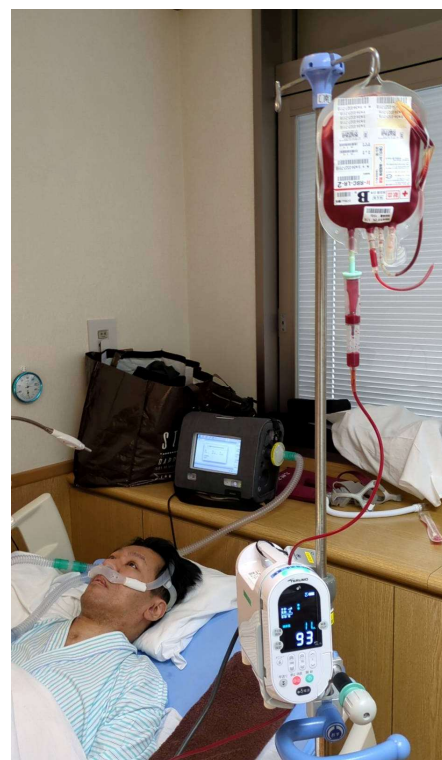
ちが しょうがい お まえ か ちち かんけい かん
でも、いまは違うんです。障 害 を負う前と変わらない父との関係があることを感じるんです。そ
かん おやもと はな く せんたく きかい で あ うれ おも
れを感じるたびに、親元を離れて暮らすことが選 択 できる機会に出会えたことを嬉しく思います。

ちか しょうがいしゃ おやもと はな く せんたく
近いうちに「障 害 者 が親元を離れて暮らすことを、選 択 できるこ
よろこ じだい ことば わか せだい
とを 喜 んでいた時代があったんだってー」なんていう言葉が若い世代
あいだ と か しょうがいしゃ ちいき なか
の 間 で飛び交うほど障 害 者 が地域の中にいてほしいものです。

はなし しつ で じまえ よていじこく
… 話 がそれましたが、オペ室を出たのが 14時前。予定時刻より 1
じかん ぶ じ しゅじゅつ お ちち とうちゃく
時間おりましたが、無事に手 術 が終わりました。さすがに父は到 着
していました。ちなみに父は待っている 間 に院内のレストランで、
ていしょく た しゅじゅつ ぶ じ いの
とんかつ 定 食 を食べて手 術 の無事を祈っていたらしいです。

しゅじゅつ か しゅじゅつ う ひと
手 術 に勝つってことらしいですけど、これって手 術 を受ける人が
た げん かつ ちが き
食べることで験を担ぐんじゃないの？なんか違うような気がするんだ
けど、これも父らしくて良しとしよう。

かいじょ つな ちち かんけい しあわ かん
介助の繋がりのない父との関係が 幸 せだと感じるから。



Oh-Life

K II

第31回 あたり前じゃない！？

ついに^{こめ}お米の^{ねだん}値段が^{きょねん}去年の^{ばい}2倍を^こ超えてしまった。最近の^{さいきん}値上げ^{ねあ}ラッシュは^{ほんとう}本当に^{こま}困ったものだ。お米^{こめ}だけでなく、^{もの}ありとあらゆる物が^{ねあ}値上がりしている。^{すうねんまえ}数年前から^{ねあ}値上がりの^{ちょうこう}兆候はあったが、^{げきか}ここまで^{とうじ}激化すると、^{ぼく}当時の僕は^{そうそう}想像だにしていなかった。今は^{いま}唐揚げ^{からあ}定食や^{ていしょく}ラーメン^{しょう}小ご飯^{はん}付きでも^{えん}1000円を超え^こることが^{めずら}珍しい。

僕が^{ぼく}ぶる^{かか}一むに^{はじ}関わり^{ころ}始めた頃は、^{えん}どちらも^た5～600円くらいで^{えん}食べることができ。700円を超え^{えん}ると、「なんか^{わりだか}割高^いだなあ」とモヤモヤしていた。だが^{いま}今は、「1000円^{えん}かあ。まあ^{みせ}店が潰れるより^{つぶ}マシかな。」という^い言い訳^{わけ}を^い心^{こころ}の中で^{なか}呟^{つぶや}きながら^た食べているが、^{おい}美味しいから^{なっとく}ギリギリ^{わらい}納得^{ぶん}はしている(笑) ^{ふくそう}その分、^{すこ}複数の^{しゅつぷい}スーパーや^{おさ}ドラッグストア^{どりょく}をまわって、^よ少しでも^{けん}出費を抑えられるように^{せうしゅ}努力^{くら}をしているので、^{きどうりょく}それで^{せいげん}良しとして^{ふくそう}おこう。まあ、^{みせ}健常者^{げんかい}に比べると^{けん}機動力^{けん}に^{けん}制限^{けん}があるので、^{けん}複数の店^{けん}をまわるにしても^{けん}限界^{けん}はあるのだが。

今^{いま}思うと、^{だい}20代の頃は、^{みらい}未来は^{いま}今よりも^よ良いものになっているだろうと、^{おも}ぼんやり^{おも}思っていた^{おも}気がする。当然、^きこの^{とうぜん}先にも^{さき}楽しいことは^{たの}たくさん^{つづ}続^おくし、^い美味しい^{もの}物をもっと^いリーズナブル^いに^い食べれるように^いなると^い思っていた。この^{とき}時の僕に、^{ぼく}コロナ渦や^か世界情勢^{せかいじょうせい}の影響^{えいぎょう}でありとあらゆる^{もの}物の^{ねだん}値段が^あどんどん^い上がっていく^いなんて^い言っても、^{しん}あまり^{しん}信じない^{しん}かもしれない。まあ、「何事^{なに}も^{こと}続^{つづ}いていくことが^ああたり前^{まえ}ではない」ということ^いなの^いだろうか。

この^{くら}まま^{はなし}暗い話^いばかり^いなのも^い嫌^いなので、^{しゅみかんけい}趣味関係^{たの}の楽しい話^{はなし}でも^{おも}しようと思^{おも}う。が、^{さいきん}最近^{しぶん}では、^す自分の^{ばんぐみ}好きな番組^{せいゆう}のタレントや^{しごと}声優^{うしな}が、^{こうけい}スキャンダル^{ほんとう}で^{ほんとう}仕事を^{きび}失^{きび}うという^{きび}光景^{きび}を^{かんが}本^{とうぜん}当^きによく^き目にするので、^{さっこん}けっこう^{さっこん}モヤモヤ^{さっこん}している。まあ、^き昨今^きの^{かんが}コンプライアンス^{かんが}の^{かんが}厳しさ^{かんが}を^{かんが}考えれば、^{かんが}当然^{かんが}のこと^{かんが}かもしれない。とはいえ、^{かんが}降板^{かんが}や^{かんが}打ち切り^{かんが}の^{かんが}情報^{かんが}を^{かんが}連日^{かんが}みて^{かんが}いると、^{かんが}こちらの^{かんが}気^{かんが}まで^{かんが}滅^{かんが}入^{かんが}ってしまう。

スキャンダル^{かんが}を起こした^{かんが}側^{かんが}が悪い^{かんが}のは^{かんが}当然^{かんが}なのだが、^{かんが}たくさん^{かんが}の^{かんが}思い出^{かんが}がある^{かんが}僕^{かんが}として^{かんが}は、^{かんが}なんと^{かんが}も^{かんが}複雑^{かんが}な^{かんが}気分^{かんが}だ。「こんな^{かんが}こと^{かんが}になるなら^{かんが}もっと^{かんが}見て^{かんが}おけば^{かんが}よかった、^{かんが}録画^{かんが}しておけば^{かんが}よかった」などと、^{かんが}今^{かんが}さら^{かんが}な^{かんが}後悔^{かんが}を^{かんが}している。

オタク界隈には、「推しは推せる時に推せ！」という言葉がある。調べてみると、アイドルやキャラクター(中の人)も一人の人間であり、熱愛・不祥事・病気などで、いつ推せない状況になってもおかしくない。なので、彼らが活動しているうちに全力で推すべきというところらしい。

本当にその通りなのだが少し気になることもある。この「推し～」という言葉は、推す・推さないの選択権はあくまでこちら側にある。だが、こちら側がどれだけ推したくても、推しが社会的に推せない・推しづらい状況になってしまうのが今の現状だ。逆風の中で推し続けるのも美学だが、それはそれで、しんどいだろう。

今回の話を書いてから、「諸行無常」「盛者必衰」という言葉がずっと頭の中でまわっている。もう美味しいものを安く食べることも、推しを推し続けれることも当たり前ではないのだ。 ああ。もういっそ琵琶でも始めてしまおうか・・・(笑)

じむにっき 事務日記

たなか
田中

3月に入って、まだ朝晩は冷えますがここ数日昼間は暖かく天気のいい日が続いてますね！本来なら気持ちのいい外の空気に当たりながらお散歩したいのですが、ここ数日で花粉症発動してしまい、せっかくの気持ちのいい天気でも極力引きこもり生活です(涙)

先日の娘の卒業式もとってもいいお天気の中、校庭での最後の記念撮影が盛り上がり過ぎてましたが、そそくさと退散しました。。

今年は特に酷いらしく、去年はサプリメントと市販のアレルギー薬で抑えられていた症状が、今年は抑えられず・・・

花粉症歴は35年以上ですが、慣れるものではないですね。周りでも花粉症発症者が続出しています。スマホで「花粉 飛散」と検索しようものなら「花粉 悲惨」が先に出てきます・・・

日本人の約4割が花粉症だと言われています。花粉の少ないスギの植え替えや花粉の飛散対策の薬剤開発などに着手してるそうですが、何年かかるやら。

花粉症薬や治療法も年々開発されてますが、実用的な金額ではなかったり。いい情報あったら教えてください。

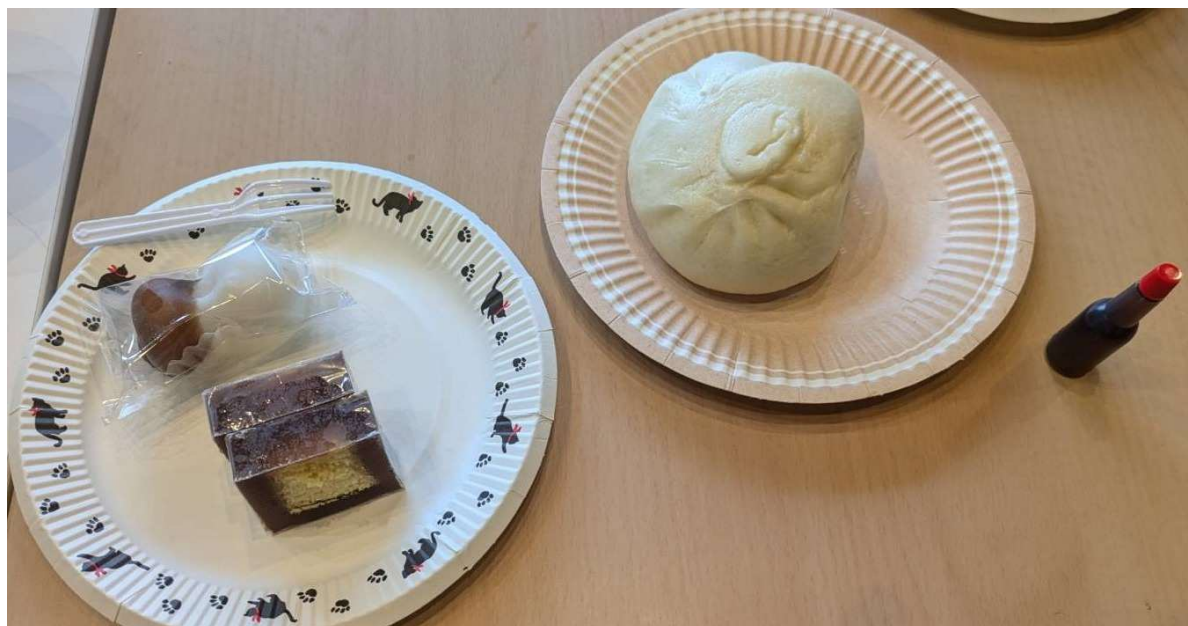


はなみきかく
花見企画

はなみ い ちゃかい きかく とうじつ ふ おおあめ ぜんじつ
花見に行ってお茶会をしようと企画をしました。しかーし、当日はどしゃ降りの大雨でした。前日
よそ ぐも よそ だいじょうぶ おも あめ ひ はなみ
の予想は、曇り予想だったので、なんとか大丈夫だろうと思ったんですが、雨の日の花見になりました。



あめ はなし こがねまちしょうてんがい しゅうへん か あつ わがし
とはいえ、雨のおかげでゆっくり話ができましたし、黄金町商店街（周辺）で買い集めた和菓子
しょうてんがい にく おい じかん す きゅうしゅう にく
と商店街の肉まんは美味しくて、よい時間を過ごせました。ちなみに、やっぱり九州の肉まんには
す しょうゆ
酢醤油がついてくるんです！



ひと あつ つぎ なに
人が集まるっていいですね～。次は何をしますかね～。

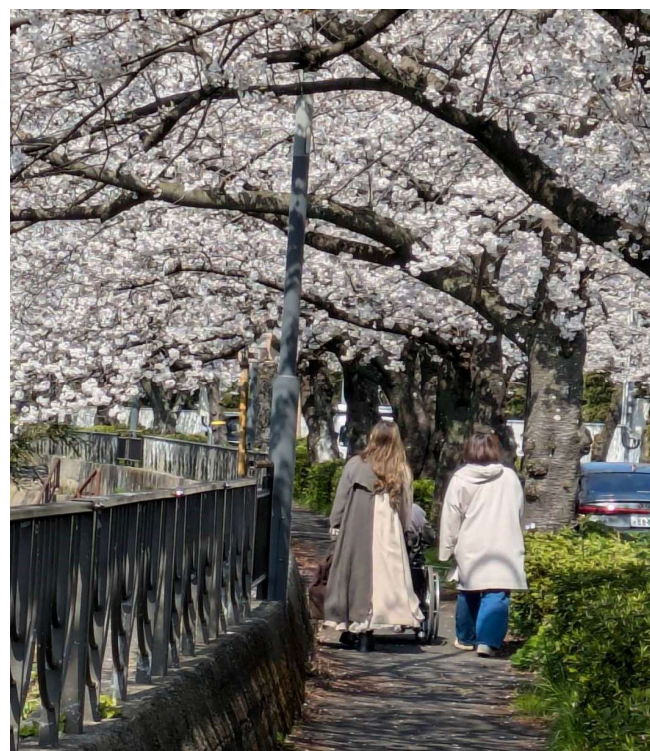
ごじつ さくら ようす
後日の桜の様子…

きま ちこうえん てんき よ さくら まんかい
木町公園でピース！天気が良くて桜も満開！



むらさきかわ どお
紫川さくら通り

かわ せ まんかい さくら とお さくら なん
川沿いに満開の桜が！通ってみると桜のアーチが何と
い
も言えません。



ぶるーむニュース

やまぐち
山口

^{じむしょ}ぶるーむ事務所のドアにやっと^{かんばん}看板ができました！！



ぶるーむイメージカラーの^{あお}青です。
^{かずおお}数多くの「^{あおいろ}青色」がある中で、こだわった「^{なか}ブルー」です😊
^{よめだ}良く目立つので、この^{かんばん}看板を^{めじるし}目印にお越しく^こださい🌸

かつどう ほうこく

活動報告

れ い わ ね ん が つ れ い わ ね ん が つ

令和6年7月～令和6年11月

が つ 7.8月 

JIL ピアカウンセリング委員会 い い ん か い べ ん き ょ う か い
勉強会

だ い か い き た き ゅ う し ゅ う し し ょ う が い し ゃ
第1回北九州市障害者
さ べ つ か い し ょ う し え ん ち い き ょ う ぎ か い
差別解消支援地域協議会

ふ く お か と く べ つ し え ん が つ こ う き ょ う い ん び こ う ぎ
福岡特別支援学校教員向け講義

こ べ つ そ う だ ん
個別相談

が つ 9月 

ふ く お か と く べ つ し え ん が つ こ う じ ゅ ぎ ょ う か い め
福岡特別支援学校授業1回目

す い し ん け ん し ゅ う と う き ょ う
推進研修 in 東京 Zoom

こ べ つ そ う だ ん
個別相談

す い し ん せ い と が く し ゅ う か い ぎ
推進制度学習スカイプ会議

こ べ つ そ う だ ん
個別相談

ふ く お か と く べ つ し え ん が つ こ う じ ゅ ぎ ょ う か い め
福岡特別支援学校授業2回目

こ べ つ ほ う も ん
個別訪問

ふ く お か と く べ つ し え ん が つ こ う じ ゅ ぎ ょ う か い め
福岡特別支援学校授業3回目

こ べ つ ほ う も ん
個別訪問

が つ 10月 

し ょ う だ ん れ ん せ い さ く け ん し ゅ う ぶ か い
障団連 政策研修部会

ふ く お か と く べ つ し え ん が つ こ う じ ゅ ぎ ょ う か い め
福岡特別支援学校授業4回目

こ べ つ そ う だ ん
個別相談

こ く ら が く い ん じ ゅ ぎ ょ う う あ
小倉リハビリテーション学院授業 打ち合わせ

き ゅ う し ゅ う か い ぎ
JIL 九 州 ブロック会議 Zoom

き ゅ う し ゅ う な が さ き
JIL 九 州 ブロックセミナー in 長崎

し ょ う だ ん れ ん し ょ う が い し ゃ そ う ご う し え ん ほう け ん し ゅ う か い
障団連 障害者総合支援法の研修会

り ん じ そ う か い
JIL臨時総会 Zoom

が つ 11月 

じ ょ う に ん い ん か い
JIL 常 任 委員会

じ り つ せ い か つ ほ う も ん
自立生活センターリングリング訪問

こ べ つ ほ う も ん
個別訪問

こ く ら そ う ご う と く べ つ し え ん が つ こ う ほ う も ん
小倉総合特別支援学校訪問

こ く ら が く い ん じ ゅ ぎ ょ う う あ
小倉リハビリテーション学院授業 打ち合わせ

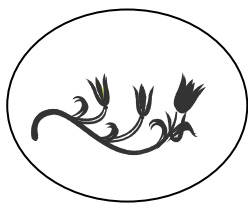
こ く ら が く い ん じ ゅ ぎ ょ う
小倉リハビリテーション学院授業 PT・OT

て ん う さ
アート展 in 宇佐



僕の連載も気づけば 30回に到達しました。とても嬉しいです！！ ですが30回ともなると、「あれ?? これどっかで書いた気がするなあ。」と思うことがよくあります。これも長く続いているからこそですかね(笑) 【K II】

■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」にとって何か必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	3,000円
賛助会員	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 NPO法人 自立生活センターぶるーむ

連絡先 〒802-0085

福岡県北九州市小倉北区吉野町10番19号パークプラザ三萩野3階

TEL 093-482-4832

FAX 093-482-4878

E-Mail cil-bloom@nifty.com

URL <http://cil-bloompape.world.coocan.jp/>

定価 100円