1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2017 年　1 月 5 日発行　SSKU　増刊通巻第 5658 号

NPO 法人わくわくかん
編集　〒115-0044
東京都北区赤羽南 2-6-6
TEL：03-3598-3337

http://www.wakuwakukan.net/

2017 年 1 月号 No. 190

SSKU わくわくかん リボン便り

シャケ Zo くん

？？なぜリボン？？

生まれ変わった
再生したという意味の
（Reborn）。
新しく生まれ変わる
「便り」にしたくて、名付けました。

2017 年を新たな飛躍の年に

理事長　斎藤　縣三

皆様、新年おめでとうございます。毎年毎年グローバルなことが身近になってきて、身の回りの些細なことも世界の変動に大きく動かされている気がします。それにつれてもだんだんと時間の動きも早くなり、あっという間に一年が経ってしまうようです。時の経つのが早いのも年をとったせいばかりじゃないようです。そして季節感もなくなるばかり。昨年の紅葉も 12 月になったりと地球温暖化の影響もます一方です。

わたしが理事長になってもう 4 回目のお正月を迎えます。そして今年は一段を気を引き締めて「わくわくかん」の明日をみつけ出していく年にしなければという思いでいます。

最初に理事長になった時に①理念の明確化、②会の事務機能の整備、③会議の持ち方、④現場の充実、⑤計画的な事業などの改善を掲げました。組織の基本的な整備はもちろん大切なことですが、なんといっても一番の要は会の中心となる活動や事業の充実・発展、そしてそれを担う人材の育成です。法人発足以来活動、事業の中心は障害者の就労支援にありました。都の中でも早くから精神障害の人達の就労支援に取り組んできましたし、都の支援センターも真っ先に開設してきました。そして 2006 年の障害者自立支援法以後、「就労移行支援」を拡大させることで発展してきた団体です。

しかし今その就労支援事業が揺らいでいます。東京は「悪しきＡ型」事業は名古屋、札幌、福岡、大阪などと比べると大した数がありませんが、なんと言っても「就労移行支援事業」は飛躍的に増えています。北区内だけでも株式会社の「就労移行」はこの３年余りに３ヶ所、そしてこの２月には更に新たに１ヶ所開設され、リボンの数倍の規模の受入れが進んでいます。それまでなら「わくわくかん」しかなかったものが、より便利な所に商売敵が次々と誕生していくのです。かつて福祉活動は非営利活動であったものが、今や「障害者福祉」は株式会社の手で商売の対象へと急速に変化しているのです。

どんな就労難航な方でも 1 人ひとりに応じた支援を

ほんものの「障害ある人と共に生きる」福祉とは何か、それが今わくわくかんに根底から問われているのです。商売としての「就労移行」それは、一般就労の可能性の高い人だけを拾い上げ、そうではない人は切り捨て成果を出していくやり方です。それにたいして、わたしたちの取組みは様々な障害のある人に寄り添い、どんな就労困難な方であってもその可能性を信じ、一人ひとりに応じた就労支援を創っていかねばなりません。そこから誰にも就労の道を拓けるよう、成果を出していくのです。

ことは「就労移行」の問題には終わりません。障害ある人ない人が共に生きる社会を目指し、どうすれば「ソーシャルインクルージョン」が実現できるのか、世界中が問われているのです。この一年わくわくかんの皆さんと一緒にこの一歩を築き上げていきましょう。

＜わくわくかん 1 月予定表＞

- ✧　1 月　4 日（水）仕事はじめ
- ✧　1 月 14 日（土）はたらっくす 16:00～（自立訓練室）
- ✧　1 月 25 日（水）福祉のしごと総合フェア 11:00～（北とぴあ）
- ✧　1 月 29 日（日）赤羽体育館オープニングイベント
- ✧　1 月 30 日（月）現場協議会 16:30～（スカイブリッジ）
- ✧　1 月 31 日（火）家族懇談会 16:00～（自立訓練室）

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2017 年 1 月 5 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 5658 号

わくわく配食サービス

就労継続支援 A 型事業
北区赤羽南 2-6-6
TEL：03-3598-0089
FAX：03-3598-0089

～長芋と豚肉の大葉塩炒め～

【材料】1 人分

長芋――――――――― 中太半分
豚肉――――――― 100g
大葉――――――――― 4枚
油――――適量
塩、コショウ―― 適宜

【作り方】
① 長芋は皮を剥いて拍子切り、中太サイズ 5cm。大葉は太めの千切り（4 枚）。豚肉は 1 口大にカット（100ｇ）。
② フライパンに油を熱し、中火で豚肉の色が変わるまで炒めたら長芋を加え、塩コショーで味付けして火を止める。
③ 仕上げに大葉を混ぜ入れたら、できあがり！

ミネラル成分、ビタミン、食物繊維、消化酵素、内臓の機能を高めてくれる成分等、幅広い有効成分を含んでいます。
11 月～1 月が旬。

新年のぶり料理

あけましておめでとうございます。
新春の〈ぶり料理〉を楽しみませんか？

ぶりのヴィネグレットソース（1 人前）

① ポリ袋にぶりの切り身（1 切れ）と生姜チューブ（3cm）を入れ軽くもみ込み、空気を抜いて置いておく。
② 玉葱は薄切りにし、水にさらしたら水気を切る。（1/4 個）
③ ミニトマトは半分にカット（3 個）、大葉は千切りにする（5 枚）。
④ ボウルに酢（大さじ 1）・オリーブ油（大さじ 1）・めんつゆ（3 倍濃縮）（大さじ 0.7）を合わせカットした野菜も加え混ぜたら冷蔵庫に入れる。
⑤ フライパンにマヨネーズ（大さじ 1）を温め溶けてきたら、ぶりの生姜を軽く拭き取り小麦粉をまぶしソテーする。
⑥フライパンの中で動くようになったら裏返し両面を色良く焼く。
（フライパンの側面を使い皮目も焼く）
⑦火が通ったら皿に盛り、冷やしておいたソースをかけて、できあがり！

いろいろあった年でした
今年は月１ミーティングも

今年は、４月に常勤者３名中２名が人事異動で入れ替わり非常に「慌ただしい春」でした。ドライバーの方の退職もあり、車１台での配達体制に自転車での「暑い、暑い夏」が過ぎていきました。秋になり、春の終わりと夏の終わりに新しく入職された当事者スタッフは、順調に仕事を覚え頼もしい存在に成長されていました。また、待ちに待ったドライバーの方も入職され車２台の安定した配達になりました。

そして冬になり、なんと事務所のエアコンが故障し耐久年数の 1.5 倍を超えていたことが判明し新規で取り付けると 460 万もかかることがわかりなかなか交換できず「寒い、寒い冬」を迎えてしまました。

いろいろあるナ～としみじみと思いますが、何とかなってきたので何とかなるでしょう。
来年は、自由参加で「配食サービスの収益アップを考えるミーティング」を月に１回開く予定です。今年同様、来年も皆で力を合わせていろいろな局面を乗り越えることが出来る事業所を目指していけると信じて年の瀬を迎えたいものです。

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　　（毎月 3 回 8 の日発行）
2017 年　1 月 5 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 5658 号

自立訓練（生活訓練）事業 ボランティア響会

通称 響（ひびき）

〒114-0032　北区中十条 1-2-18
北区障害者福祉センター4F
TEL 03-5963-6888

SP 外出　ディズニーシー

王子駅の、キヨスク前集合して舞浜駅に着き、そこからモノレールにのってディズニーシーのもより駅でおりて、アトラクションのタートルトークへ行ってクラッシュと話をしたりしました。食堂が混んでいたので、ホットドックを、みんなで食べました。

その後はマーメイドラグーンに行ったグループと、ラインに乗ったグループと２組に分かれました。また、クリスマスパレードを見ました。それから、おみやげを買いに行きました。モノレールに、のって、舞浜駅に来て、帰って来ました。

＜SP 外出感想＞

★ マーメイドラグーンで 4 人で十分楽しめました。写真もたくさん取って良かったです。タートルトークとてもおもしろかったです。（K・W）
★ 一応楽しかった。（Y・I）
★ ゴンドラ乗りたかった。クルーの姿勢が良かった TDS で働きたい学生がいる理由がわかった。冗談のわかるカメだった。（タートルトーク）よく歩いたから顔がやせた。（R・F）
★ のんびりと行こうと思ったが、絶叫チームに行き、高い所が好きになった。チップとデールと写真がとれなくて、残念だった。（S・N）
★ 変な鳥がいた。マーメイドラグーンで乗り物 4 つの内 3 つに乗れて良かった。（S・K）
★ モノレールに乗らなきゃいけないのにビックリ!　チップとデールの声をはじめて聞いた。タートルトークかわいかった。ショーの場所取りに失敗した。（M・T）

犬さんの似顔絵コーナー

この男性は誰でしょうか？
答えは来月号です！

12 月号の答え

世界の美女 100 人に選ばれた石原さとみさんです。

※リラクゼーションプログラム※

リラクゼーションプログラムとは、身体のストレッチや自立神経を整えるプログラムです。和室で畳の香りとアロマを使って気持ち良く行っています。部屋の中が最近寒く、しかし、ストレッチなどで身体を動かすと暖まってきます。気持的にもリラックスしてきます。響の中でも好評なプログラムです。

赤羽駅前のプランター植え替えに参加!!

11 月 29 日に北区の環境課のスタッフのもと、王子や滝野川地区の方々とプランター植替作業に参加しました。私達ひびきのメンバーは、プランター3 個所と水やりを担当しました。プランターの土堀のやり方を教わりながら、花の配置と共に花と土を一体化させる事の説明を受けました。花の種類によっては、高く成長するものや、広がって育つものなどがあり、ボランティアの方からセンスと花への愛情が必要とおっしゃってました。プランターの植え替えを終えて、スタッフの方などから誉めて頂いて良かったです。帰り際、プランターを眺めていたら、早くも虫達が集まって来てほほえましかったです。

◀2016 年を振り返って▶

・反省ばかりの 1 年でした。　Y.O
・2016 年はたくさんの方々の支援で生きてこれました。ありがとうございます。　Y.T
・響と出会えて（入所できて）よかったです。　N.U
・人生の中で最悪な出来事があったが、後半はうつだった。　H.K
・2016 年から通所を始めて、楽しい場所と感じた。　M.O
・前半は、色々と不安定な時期でしたが、響のプログラムに参加するようになって前向きな行動が増えて良かったです。　T.K
・2016 年は体調が悪い日がほとんどだったが 2017 年は少しずつ良くしようと思います。　K.O
・兄も亡くなり、アパートから実家にもどり生活を始めた。　H.T
・色々な所に外出するのが、出来てよかったです。　S.W

◀2017 年の目標▶

・勇気と希望を持って、行動出来るようにしたいです。　Y.O
・2017 年は、できる範囲で周りの方々の支援をなるべく受けないで、自分の事は自分で出来るようになりたいです。　Y.T
・毎回通えるようにがんばります。　N.U
・病気を治す。　H.K
・2017 年はより楽しく体調を回復させたい。　M.O
・2016 年の 8 月から始めたウオーキングを続けながら、体力 UP を図りたいと思います。　T.K
・2017 年は－10kg やせる！　A.K
・橘家を守り、お墓参りをする　H.T
・もっと運動をして、体をきたえ。ていきたいです。体の固い所をほぐしていきたいです。　S.W

1998年10月9日第三種郵便物許可　（毎月3回8の日発行）
2017年1月5日発行　SSKU　増刊通巻第5658号

いま障がい当事者の自己表現、エッセイや詩、漫画やカット、さらには歌や踊りなどの身体表現も含めた多様な文化表現に注目が集まっています。昨年4月、「障害者差別解消法」が施行されたものの「相模原やまゆり事件」で偏見と差別の根の深さもあらわになった現代日本社会。それを吹き飛ばすのは、当事者として人一倍、人とのふれあいのなかでまなざしのやわらかさを知るそのスローな感性としたたかで夢多い表現です。昨年立て続けに2冊の冊子を出した当事者の「はるじおん」の読後感想と「りぼん便り」の中の当事者たちを追ってみた。

当事者の多様な文化表現に魅力と注目が

当事者の会「はるじおん」が『雑草魂』２号を発行

私が当事者の会「はるじおん」にお邪魔するきっかけになったのは、2015年11月に開催された「精神障がい者サポーター養成講座」でした。２日間の講座で、当事者の方々から体験談を伺うことができました。私の中の先入観とは大きく異なり、どの方もとても意欲的で、胸を打たれたことを思い出します。そんな彼らが「自分たちの思いを知ってほしい」と願うのはごく自然な流れだったと感じます。彼らの多彩なジャンルにわたる作品を集めた雑誌『雑草魂』が2016年夏に創刊、同年秋には２冊目が発行されました。

◆当事者の会「はるじおん」とは

当事者の会「はるじおん」は、東京都障がい者就業支援事業所の会の呼び掛けにより2014年８月に発足しました。同会の趣旨に賛同する当事者が集まって、月に１回、お茶やお菓子をいただきながら歓談し、当事者自身がアイディアを出し合って活動しています。2016年は雑誌『雑草魂』の発行、スポーツ活動、クッキングなどを行いました。今後は事業所訪問、ＤＶＤ鑑賞などを予定しています。

◆雑誌『雑草魂』に咲く花

「…障害者と健常者の関係は雑草のようだと思いました。両者は平等な命かもしれないが、実際は花（健常者）を美しいとして、雑草（障害者）は抜かれていくのです。そこで私はあえて唱えたい。雑草も命であると…。雑草にだって、あまり美しくないかもしれないが、花が咲き、実は生（な）るのだということです。抜かないで欲しい。」（『雑草魂』巻頭言）

まどさんの色彩豊かなイラストの表紙をめくると、彼らが咲かせている美しい花が色とりどりに咲いています。エッセイ、詩、短歌、絵、写真、コラージュ、レポート、テーマ座談会…私にとって『雑草魂』は、いろんな花がのびのびと咲く草原のようなイメージです。『雑草魂』を読んでいると、行間から伝わる生命力を浴びて「お前も頑張れよ」と刺激を受けます。

「生きていたい／いつまでも／あなたと／理解ある命の輪の中で」（まど『一線』）「背筋を伸ばして歩くっていうことは世界が違って見えるんじゃないか」（座談会「働くということ」）

雑　草　魂

コスモス号

「あのよ～／そんなネガティブな事／言ってるヒマがあったら／今日もオレと笑おうぜ!!」（宮澤秀一『あのよ～』）

また、作品から学ばせていただくこともあります。「その日の体調を赤、黄、青の信号で記録する日記」（高内信夫『大（メジャー）うつ病との付き合い』）は、障がいを持たれる方のみならず、健常者の方のストレスマネジメントにも有効なセルフチェック法だと思います。

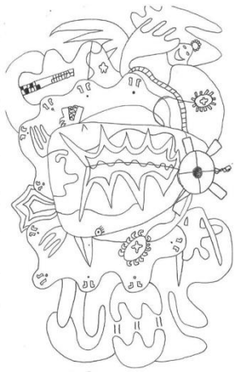
最後に好きな作品をもうひとつ。

「澄み渡る／空気の中に／秋茜」（信望『身近な幸せ』）

（東京福祉大学 通信教育課程 心理学部４年・ボランティア響会　非常勤　栗田　眞紀）

日常性の破れを体験した者の感性のたしかさ

「りぼん便り」をかざった当事者の作品



「りぼん便り」には当事者の書かれたものが多く載っている。ファイルされているその綴集を開くと紙面が語りだしてくるようでわくわくします。SSKUの刊行物になったのは2014年８月号からですが、この号にはリボーンプロジェクトで見たDVD『ガタロさんが描く町』の大五郎の作業車をおす清掃業兼画家の元気な働き方と生きざまのインパクトある感想が載っています。かっこつけないガタロさんがすごい。それは当事者の自由な表現にも言えることです。ひびきの**林利広**さんの想像力ゆたかなカット（上図）は小冊子の表紙になったり年賀になったりして楽しませてくれました。**岡崎一隆**さんのなかまを描いた連載漫画「今日のひびき」はその登場人物がすぐにわかる愉快なスグレものだった。「私の好きなアニメ」ではリボーンのなかまが『ガールズ＆パンツアー』『こぐまのミーシャ』『機動戦士ガンダム』『アナと雪の女王』などそれぞれに寄せた忘れがたい気持ちも語られた。沖縄民謡にハマって新宿エイサー祭参加を呼びかけた M.I さん、言葉の暴力による「いじめ」で不登校の体験記をつづった W.K さん、松山千春のカラオケに入っていない、愛してやまない「今日限り」のことをかいた M.K さん、猫好きの吉例「顔見世興行」を写真と絵で紹介した S.H さん、どれも得難い投稿でした。

ダンサーとして世界をめぐった Heartfull Urara の「私の中の紀行」はペラを演じた美しい挿絵と「私の暗いからだのなかへ／出てゆくこと／無数の透明なノイズになること／私が贈られる光、贈る光／闇のなかの光になること／こなごなに砕かれ、フルエテイルものたちに未だ名はない」と、ドラマのように終わります。

常連の投稿者には今は農園ではたらく**うこっけい**がいます。いくつもの手書きの創作ものが送られてきたりする。即興ものも多い。一昨年の新年号を飾った箱根駅伝の「復路に乾杯！」もあれば母への思いや彼女への詩はドキドキさせる力をもっています。グループホームの**ウッドベッカー**さんもめぐる季節を織り込んだ詩が得意で、忘年会や全国大会で活躍しました。

初めての創作という**ぽんやりびと**の〈新しい光〉をめぐる哲学問答のような『博士と真一』の作品は、そのラストをめぐって編集者と議論になりましたが書き手は譲らなかった。意外に強い筋立てへの確信に感心させられました。最近作『ソウゾウの旅』では、はるか遠くにと思わせていつでもここにいるじゃないと遠近自在の筆致でした。

E.H さんの『精神病は自分と関係ない!?』は連載９回に及ぶ大作で、自分の体験から当事者がどのような思いで生き抜くかを語りかけるものでした。「障害をオープンにして社会的事業所で働くということ」について当事者として率直に語るもので、「一般就労で働いている頃のような孤立感が少なくなった」といい切ります。昇進、昇給がなくても、できない仕事に気を配ってくれることを評価しています。

三位まどかさんは「〝ふぁんたこりあ〟な世界」展の初個展を北とびあギャラリーで開くほど多彩な表現で様々な当事者の冊子の表紙画を残しました。

その一つに、**中島洋治**の『「神経症」というミステリー』がある。この本の中で中島は「神経症的な精神は恐怖だけを私たちに教えるのだろうか。そうではなく、むしろ、瞠目するほどの芸術性や倫理性をもまた呼び起こすと考えられる。芸術とともに私たちは日常性の破れを体験する。この体験が可能であるのは、既に類似した体験を経ているからか、何らかの理由で体験者に内在しているからである」と書く。そして「おわりに―それでも私たちは楽にならなければならない」と結んでいる。病んだ社会の中で神経症という名をもらったからこそ、見える社会と解決方法がそこには描き出されている。

1998年10月9日第三種郵便物許可　（毎月3回8の日発行）
2017年1月5日発行　SSKU　増刊通巻第5658号

毎年、埼玉県の戸田中央看護専門学校から精神障がいがある方への社会支援の講演依頼が来ています。今年は職員当事者２名が訪問しました。今回はリボーンプロジェクトに所属している「当事者」の体験を語ったガラスハート（ペンネーム）さんの話を掲載します。

母親の介護・看護と看取り

～当事者の体験を語る～

体調をこわしうつから失職

私は会社勤務しながら、母と二人暮らし母の介護・看護をしてきました。私の母はリウマチの介護５で10年間面倒を看ていました。父は私が小学校４年の時、胃がんで亡くなっており自分が頑張ってきました。

○会社とヘルパーと共立させて

日常の生活は会社の仕事と両立しながら、ホームヘルパーの方にかなり協力して頂き、身体介護・家事介護の両方を土日私が休む以外、使用限度いっぱい利用させてもらいました。

ヘルパーの方とも相性もよく心配なく任せられました。常時ヘルパーの方がいらしてもスムーズな関係でないと不安になります。2011年３月11日東日本大震災時のエピソードですが、私が会社へ行っていて連絡も戻る事も出来ず不安でした。ヘルパーの方が何とか介護センターと連絡を取り、予定時間より長く居て下さり発生時から落ち着くまで母の側にいて、怖くなかったと会社から戻ってから話を聞きました。本当に感謝です。それでも、24時間いてくれるわけではなく、私もかなり苦労しました。会社の仕事も上司や人事総務に状況を報告しましたがすべて理解して頂くと云う事はできず、どうしても周りに迷惑をかけてしまい、人間関係もパワハラにはならなくても、ぎくしゃくしてました。

土日の休みは介護に専念して毎週土曜日は車イスに母をのせ近くの病院へ（平日はヘルパー）、月二回は年休を使って都立病院へ連れて行きました。体調を崩して近くのかかりつけ入院できる病院と都立病院の入退院を繰り返しており、私の身体がかなり弱ってましたが母が頑張っているので、私の体調悪くても点滴を打ちながら乗りきりました。　2012年８月に入ると母の体力も弱り長期入院する事になりました。3ケ月以上の入院が出来ないので病院から病院への転院で救急車のストレッチャーに何度も乗せました。

○母の死と心身のダメージが

だんだん弱っていき、心臓超音波スクリーニング、気管切開、中心静脈カテーテル、何とかしのいでいる状態でしたが毎日病院にかよい、さみしい思いはさせませんでした。そして2013年９月30日午後４時37分息を引き取りました。

悲しむ間もなく私が死亡診断書を受け取り喪主となり葬儀を行いました。密葬としてささやかに送りました。そのとき一回目のダメージを私が受けました、過呼吸になり脈はくも120（一般の平均値70）を超え自分の身体がコントロール出来ませんでした。私は緊急救命の資格を持っていましたが対応出来ず、緊急病院で酸素マスクを付け安定剤を注射して体が何とか回復するのを待ちました。　身体の異変は二週間後会社へ出社するようになってからも続きました。もともと、上司や職場の人間関係に問題があった状況なので精神的に母を失ったショックと重なり、出社がきつくなりました。内科から心療内科を紹介して頂き通院して薬６種類（不整脈の安定剤含む）を飲んでもなおりません。うつが深刻で１ケ月休職しましたが改善されませんでした。

会社は時短勤務は出来ない自己都合退職しか方法はなくなりました。会社規則では休職は１年はできても、現実には業務に支障が起きるので取得できません。定年退職まで会社に残る覚悟でしたが、自分の気力が無いだけでなく、会社の意向みたいな圧力もありました。一人ぐらしのため数か月は、もぬけのからの状態で自殺願望は無かったですが生きている実感がありません。

しばらくして通院しながらハローワークに通うようになり、担当の人より精神障害手帳の案内をされました。完全には精神が安定してませんが、少し落ち着いてきましたので今後の生活も考え、わくわくかんリボーンプロジェクト様を紹介して頂き通うようになりました。

○就労にむけて、いろいろな訓練

現在、就労にむけ日常の生活のリズムを作るように心がけています。具体的には

①朝夕の交通機関を使い出社・退社の通勤出来る体力と人ごみに慣れる。

②模擬企業では（ビジネスマナー）（報告・連絡・相談のコミュニケーション力をつける）会社と同じシチレーションのデスクワークを体験して実際の職場の雰囲気に慣れる。

③プログラムコースでは（Word）（Excel）（会計処理）（簿記）（メンタルヘルスマネジメント）など各種講座を受講してスキルアップを目指しています。

④就労に向け（ハローワーク（民生委員の方）などの講義を受けて知識を身に付ける。

⑤衆議院議員会館での成年後見人勉強会への出席、今回の戸田中央看護専門学校様の講座へ同席。

今度、実習に１月から行かせて頂く事になり、希望を持ち就労を目指して進みます。

まだまだこれから勉強しなければならない事が多いですが無理をしないで、少しずつ頑張ろうと思います。

簡単ですが私の体験を話させて頂きました。

1998年10月9日第三種郵便物認可　　（毎月3回8の日発行）
2017年1 月 5 日発行　　SSKU　　増刊通巻第 5658 号

就労移行支援事業

リボーンプロジェクト

〒114-0032　東京都北区中十条１－２－18
北区障害者福祉センター４Ｆ　Tel：03-5963-6888

「障害者週間」の各種イベントに参加
模擬店での販売いずれも大好評！

「国際障害者デー」である 12 月 3 日（土）から、国際障害者年を記念して日本の「障害者の日」と定められた 12 月 9 日（金）までの 1 週間は、法律に基づいて障害者週間となっています。北区ではこの障害者週間の期間に、様々なイベントが開催され積極的に参加しました。

今年わくわくかんが参加したのは、12 月 3 日（土）・4 日（日）の障害者作品展（上段左右の写真はわくわくかん出展物）12 月４日（日）のハートスポーツフェスタ（写真中央）、12 月５日（月）・９日（金）の「ふれあいマルシェ（作業所自主製品販売会）」でした。販売では、配食サービス・リボーンプロジェクト・響が協同で売り子を出して臨みました。また、障害者作品展では去年に引き続き、配食サービスに対して参加団体のお弁当注文もありました。

わくわくかんではそれらのイベントへ、主に模擬店での販売という形で参加しています。配食サービスで作ったお惣菜や焼き菓子、リボーンでは千葉県流山市の「えか農場」から送ってもらった無農薬野菜や作業プログラムで作成した手作りの小物、響は手作りの小物という具合に、各事業所がそれぞれの特色を生かした販売物を出しています。値札や商品のポップ作りなど、販売の準備は主にリボーンの業務で行っていて、無農薬野菜のレシピの作成など、訓練生の方が色々とアイデアを出してくれたりします。

他の団体と交流と親ぼく深まる！！

連日のイベントで準備や当日の販売など、色々と苦労はあったのですが、どのイベントも売上が大変好調でした。ハートスポーツフェスタではお惣菜が早々と売り切れたり、区役所での販売会（ふれあいマルシェ）では、区役所の方が大勢、焼き菓子や無農薬野菜を買い求めてくれたりしました。

特に、リボーンや響で作成した手作りの小物が、どのイベントでも多く売れたのは嬉しかったです。

これらのイベントには、わくわくかんだけではなく、北区内の他の福祉施設も多く参加しています。販売に出ているといろんな施設の方と顔なじみになり、販売に参加している団体同士お互いの製品を購入しあったりと、他の法人と交流を深める良い機会となっています。

＜「就労フェア」の感想＞

☆ヤマト運輸株式会社のお話は知的障がいの方の雇用についてが主な話でした。障がいのある方が頑張っているのだと勇気づけられました。株式会社アイティーシーにお勤めの方の話は奇しくも同じ病気ということで大変参考になりました。(T.H.)

☆「仕事とは、経済的安定と社会生活をする事」「休日は遊びより仕事を考え体調を整える事を優先する」「やりたい事、やらなければならない事を区別する。」体力、気力には限界がある。とても勉強になり、教えられたと思いました。(S.H.)

☆数多くの苦難にめげず、諦めず、粘り強い努力をし、一般企業への就職に辿りついたというお話を聴き、その精神力と意思の強さにただただ驚くばかりでした。何故、頑張り続ける事が出来たのか、心の支えは何だったのだろうか、など知りたくなりました。(K.Y.)

☆当事者の方のお話がとても参考になりました。発病してから現在の就労に至るまでの経緯がとてもわかりやすく対話形式でまとめてあり、どんどんひきこまれていきました。お話にあった通り、自分も体調とよく相談して自分に出来ることを精いっぱいやりたいと思いました。本日は本当にありがとうございました。(KY)

☆私も無理はせず働きやすい環境（自分にとって）がある企業に入社できたら良いなと思いました。事情を話して企業や周囲の方に相談や理解してもらえるのが大事だと思います。(U.F.)

☆印象に残ったのは、ヤマト運輸株式会社の採用時に留意する点として挙げられた「障害者本人と家族・支援者の温度差に注意する」という点と、後半のアイティーシーに勤務する方が言った「日々の小さな積み重ねが大切」「出来る事と出来ない事を区別し、優先順位をつける事も重要」という言葉です。自分も自分なりに「支援者との温度差」に注意し、「小さな積み重ね」と「優先順位」を考え、日々実践して行きたいと思います。(T.S.)

☆今日の話はこれからの自分にとって有意義な時間でした。これから就職活動をする自分にとっては１つの経験になる話も出ていましたし、わくわくかんのスタッフの人の話もあったので１つの自分の目安にしたいと思いました。(K.K.)

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2017 年 1 月 5 日発行　SSKU　増刊通巻第 5658 号

第9回　わくわくかん　家族懇談会のお知らせ

開催日時：　2017 年 1 月 31 日（火）16:00～17:00
場　　所：　障害者福祉センター　4階　自立訓練室
内　　容：　親なきあとについて（障害年金、生活保護）
個人面談：　※（事前にお申し込みを）17:00～
連 絡 先：　TEL　03−5963−6888　FAX　03−3906−9997

法人事業所めぐり

わくわくかんにはたくさんの事業所がありますが、1 番に思い浮かぶのはどこの事業所ですか？ダンスパフォーマンスが魅力の響？スーツ姿がカッコイイリボーンプロジェクト？忘れてはいけません、地味にスゴイ！グループホームの存在を。グループホームの何がそんなにスゴイ！のか、皆さんにご紹介します。（※日本テレビ「地味にスゴイ！校閲ガール」2016 年 10 月期 水曜ドラマ）

地味にスゴイ！グループホーム
小規模福祉ホームからグループホームに

◆そもそもグループホームって何するところ？

地域で生活をするための準備をします。一人でもちゃんと生活出来るように、服薬管理やお金のやり繰り、お掃除などを習得します。「病は気から」と言いますが、「病は生活から」。生活リズムを整えるお手伝いを、世話人（GH の職員）がさせて頂く事業所です。

◆日本で最初で最後のホーム！？

グループホームわくわくかんの成り立ちをご紹介します。

事務局長が 20 代後半から、１９８３年開設されたばかりの精神障がいの方の作業所に勤められました。その作業所の隣には古いアパートが 1 件。以前から、長期入院や暮らす場に困っていた作業所の利用者さんのために、作業所の寮としてアパートを借りました。作業所の職員は、寮を利用される皆さんが生活出来るように、必要な時にお手伝いしていました。その頃は精神障がいの方の作業所も外泊の場もほとんどありませんでした。愛誠病院や西ヶ原病院の入院患者さんが地域で暮らせるよう、アパートの 1 室を地域での生活に戻るための外泊の場として使ってもらい、日中は作業所で一緒に内職仕事をしました。

この頃は大規模の福祉ホーム制度（定員 10 名）しかありませんでした。それ以下の部屋数の場合は、人と人との好意と繋がりだけでなされていました。もっとたくさんの人たちが地域で生活できるよう、所長や事務局長が動き、1991 年東京都ではじめての『小規模福祉ホーム』として認られ、わくわくかんの母体であった、あゆみ会に「あゆみホーム」が誕生しました。これが日本で初めての 1 年だけの『小規模福祉ホーム』です。翌年には、都のグループホーム制度が始まり、移行になりました。

まず自らの手で立ち上げ、その実績を都に認めてもらい、制度になったのです。現在、都の精神のグループホームの家賃が全額助成されるのは、この時調査に来た都の人に、事務局長たちが、お金のない方でも利用でき、ホームの運営負担も減るよう「家賃が欲しい」と言ってから続いていると聞いています。まだまだ、たくさんの活動の内容が、いつの間にか制度になっている事もあるようです。

いかがですか？ページの都合上、ほんの少ししかご紹介できませんでしたが、本当にスゴイ！グループホームわくわくかん！まだまだたくさんの逸話があります。いつの日かまた

12 月はたらっくす報告

2 月 10 日に「はたらっくす」は開かれ、2 名の参加でした。最近の自分を含めての近辺の動きとして、「人間関係は大事だなぁ」と感じる事が多いです。「精神障害の究極のリハビリは人間関係だ」とも言われて、だから私達の基本だけれど、一番大事な物でもあると思います。やはり余りにも失礼な態度をされると関係を切りたくなりますが、今の自分の周りを見渡してみるに、私には 5 人を超える程の相談出来る方がいる状況は、とても恵まれているなぁ、と思います。一方、私を頼りにしてくれる方には私なりに力にはなりたいですが、それもケースバイケースで「嫌なヤツ」には力にはなりたくありません。これは、最近の私の中での大きい変化で、以前は「誰にでも分け隔てなく優しく丁寧に」と考えていましたが、今は「そんなヒマはない」と正直に言うと感じます。次回のはたらっくすは、1 月 14 日（土）16～18 時にわくわくかんで行います。時間中にいついらしても、いつ退席しても自由です。対象は、働いている方と、働きたい方です。皆さん、是非ご参加下さい。

1998 年 10 月 9 日第三種郵便物認可　（毎月 3 回 8 の日発行）
2017 年 1 月 5 日発行　SSKU　増刊通巻第 5658 号

母が言っていたこと

リボーンプロジェクトＯＢ　うこっけい　作

国民の　三大義務って知ってる？
教育・納税・勤労
そう、勤労。働くのは義務なんだよ
ちなみに戦前は　勤労ではなく兵役
兵役より勤労の方が良いよね。

働くというのは　自分の責任を全うすること
責任のない仕事はない　自覚を持って働こう

能力のある人より
やる気のある人の方が役に立つ

失敗したら考える　その積み重ねが成長
失敗を　楽しめたらいいね

キツイこと言われても　心にゆとりがあれば
助言に感じ
ゆとりがなければ　批判に受け取ってしまうもの

手のかかる人の方が　手のかからない人より
案外　伸びるものだよ

仕事は辛抱　人間関係は我慢
辛抱と我慢ってどう違うの？と聞いたら
辞書を引いてごらん
辛抱→我慢する事
我慢→辛抱する事
何のこっちゃ…

いい人ばかりではなく
嫌な人も含めていろんな人と
一緒の方が　人生に深味がでるよ
誰だって転ぶんだ
大切なのは起き上がることだよ

苦しみの中でしか　見つけられないものもあるんだよ
見つけられたら　それは宝物

就労支援センター北わくわくかん

登録者　（2016 年 11 月末）　640 名
就職者　5 名（一般事務補助・入力業務・ドライバー助手・コールセンター・キッチン）

先月　ご協力いただいた皆様

・北区障害福祉課・北区健康推進部・北区社会福祉協議会・北区障害者福祉障害者センター・ハローワーク王子・池袋・東京障害者職業センター・東京都障がい者就業支援事業所の会・北区身体障害者協和会・北区聴覚障害者協会・北区肢体不自由児（者）父母の会・北区手をつなぐ親愛の会・北区生活と健康を守る会・北区障害者福祉協会・NPO 法人つみき・社会福祉法人あゆみ・公益社団法人発達協会・社会福祉法人さざんかの会・NPO 法人飛鳥会・北区肢体障害者協会・北区身体障害者自動車会・あすなろ福祉会・東京都精神障害者家族連合会・つばさ工房・第二ワークインあすか・たいよう事業所・区役所自主製品販売会・あいアイ工房・たばた福祉作業所・飛鳥晴山苑
他多くの方に協力いただきました。

グループホームわくわくかん

現在は男性 1 名、女性 4 名の方が入居中です。男性入居者 S さんと女性世話人は、担当ではないながらもうまくやっていました。しかしちょっとした行き違いから、S さんの繊細な心を傷つけてしまい、グループホーム退去を希望。男性世話人が冬の公園でじっくり話を聞き慰めましたが、S さんの決意は変わらず。急遽、前に入院していた病院の CW に相談した所、「S さんが退院した後の事はずっと気になっていました。すぐ駆けつけたいですが、今はお電話で S さんと話しをさせて下さい」と言い、CW と電話で話し終わった後の S さんは気持ちも落ち着き、退去の話は一旦保留になりました。4 月に退院し半年以上も S さんを気に留め、すぐに力になって下さった CW さん。皆さんの協力あってのグループホームなのだと痛感しています。

▼編集後記▼

新しい年に持ち越したものは（社福）うるおいの里理事長の氏家憲章さんがいう「時代の変化に対応できない精神医療政策」のことだろう。『みんなねっと』12 月号で日本の施策は「1950 年代以降 60 数年間本格的な見直しをしていない」、厚労省の 7 万 2 千人の社会的入院を 10 年間で解消する方針は失敗、その原因は民間の病床利用率が 90%以上でないと経営が困難になる仕組みにあり、「病床転換型居住系施設」構想や新オレンジプランは認知症を新しい患者にあてがおうとするもの、と手厳しい。

オリンピックは会場問題と経費問題に集中しているが、世界の流れに逆行する日本の精神科病院への入院中心で精神科特例と精神科差別を基本とする精神医療政策の転換がその前に鋭く問われている。

発行所　郵便番号 157-0073　東京都世田谷区砧 6-26-21　特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会　定価 100 円（会費に含む）