

## 理解推進事業

誰もが安心して暮らせる街づくりを考えよう  
当事者を交えた講演会が2月11日に開催

「自分らしく生きる地域づくり」と題した講演会が2月11日(金)、永山のベルブホールで開かれる。高齢化が急激に進むなか、医療や福祉、弱者への配慮など行政と地域住民が取り組むべき問題や望まれるサービスなどについて障がいを持った方々とのリレートークを交えながら掘り下げる。広く市民を対象としたわかりやすい内容だ。

◎会場は京王線・小田急線永山駅を降りてすぐのベルブ永山の4階。9:30 開場で10:00 開始。入場無料。予約不要で先着順。問合せは講演会実行委員会。☎042-356-0308 まで



## 移動支援事業

2016年も新名所が続々誕生  
足を伸ばせば広がる驚きの景色

◎横浜の東南部。東京湾を望む広大な敷地内に歴史的な建造物が並ぶ三溪園。四季折々、色とりどりの花が咲き乱れ、これからの季節はスイセンやツバキ、ウメなどが楽しめる



12月の利用は50件。支援センターの一まのコースやお楽しみ会への同行など近場のほか、横浜三溪園や中華街、新宿など遠出の同行要請もあった。冬場は大気も澄み、景色を楽しむのにぴったり。少し遠出を試みるのはいかがだろう。

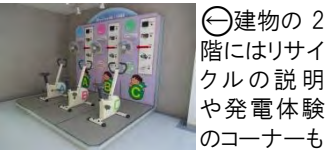
## 資源化センター事業

処理量のピークを迎えたリサイクル現場  
日々の作業が生活の基盤を支えている

12月の作業実績は12日間でおおよそ60時間。総選別量は前月比15%増の約99トンだった。年末年始を乗り切ったとはいえ、忙しい時期は続く。体調管理に気を遣う季節でもあり、全員が一丸となり作業に取り組んでいる。



◎正月明け早々から大量の処理作業が続く現場



◎建物の2階にはリサイクルの説明や発電体験のコーナーも

## 土田和歌子さんへの一問一答

9月のリオで金メダルを獲得する!!  
地域や社会、応援してくれる家族に支えられ日々進化を続けるアスリートに  
未来へ向けての率直な思いを聞いた



◎走行速度時速約30km。スピードを出すために改良された車いすは彼女と共に進化し続ける

Q 地域や福祉サービスに望むことは?

A. こうあって欲しいというもの(サービス等)はある。障がいの程度にもよるが、まずは障がい者自身が出来るだけ自立して欲しいと思っている。そのうえで、必要なサポートをして欲しい。例えば、自力で坂は上れなくても車なら乗れる人もいますので駐車場の整備は進めて欲しい。また、(車いすのまま)使えるトイレがあるのか。ない場所には行けない。傾斜のある道は動けない。フラットになったらいいと思う。

Q 子育てのポリシーは?

A. 子供を小さい頃から競技会等に帯同し、そこで(競技者としての)厳しい面を見せ、大人の中で過ごさせてきたというもある。大きくなった時に、(母親の姿を思い出し)あの時、あんなことあったなあと思う。自分たちの姿を見せ、いろいろなことを感じて欲しい。

Q. 子供にもスポーツをしてもらいたい?

A. スポーツは勝ち負けにかかわらず、いろいろ得るものがある。子供にもやって欲しい。

Q. 家族との時間、自分の時間の切り替えは?

A. 家族と過ごす時間が息抜き。食事や話すことでリラックスできる。一方、合宿で外に出る時間は一人になる貴重な時間だ。

Q. 今の目標は?

A. 9月のリオデジャネイロパラリンピックで金メダルをとること。その選考レースである2月の東京マラソンに照準を合わせた練習をしている。走行練習だけでなく、午前中はウェイトトレーニング、午後はひたすら漕ぐといった練習を毎日行っている。

## 多摩市障害者福祉協会



つながりを力に、人と人を結び  
月刊多障協通信 ルリエ



発行：多摩市障害者福祉協会  
多摩市南野 3-15-1 総合福祉センター5階  
障害者団体共用室

☎042-356-0308 FAX042-311-2327

ホームページ <http://tashokyo.com>

多障協だより  
2016の幸せ呼び込む  
新春特別号

2016年1月25日発行  
2016年第3巻第1号通巻17号

# relier

2月号

新春  
特別インタビュー

車いすアスリート

## 土田和歌子さん



2015年11月8日に行なわれた大分国際車いすマラソン。当然入賞を期待されるレースであったが入賞者の中に土田和歌子の名前はなかった。彼女が今どうしている

か、どこに向かおうとしているのか。それを聞くため、普段から室内練習場として使用している多摩障害者スポーツセンターに向かった。著名なアスリートへのインタビューに緊張が高まったが思い切って歩み寄り声をかけた。「こんにちは!」と土田さんの明るい笑顔となんでも聞いてくださいという空気感にふっと肩の力が抜けた。

17歳、不慮の事故。中途障害という障がい受容に時間がかかったのではないかと想像したが、リハビリ中に遭遇したある光景が受容までの時間を縮めてくれた。訓練を兼ねて車椅子を操る仲間たちの姿が障害スポーツへの興味とやる気を刺激したのだ。才能を見込まれ19歳でアイスレジャスピードレースという競技に出会い、始めてわずか3か月で1994年リレハンメルパラリンピックに出場し入賞。続いて1998年の長野パラリンピックでは1000m、1500mで金メダル、100m、500mで銀メダルを獲得。アスリートとして選手層の厚い競技に挑みたいという気持ちから車いす陸上競技に転

向。その後のパラリンピックでは金、銀、銅のメダルを手にしており、活躍には目を見張るものがあった。

車いすマラソンという競技がどのくらいの速度で走るかイメージがつくだろうか。通常のマラソンと同じく42.195キロメートルの距離を走るがその速度は約1.5倍。平均速度は時速約30kmにもなる。使用する車いすは普通のものより3輪、全長は2mにもなる選手もいるという。その走法はハンドリムを握って回すというよりも“叩く”のだという。他の利用者があるトレーニング室の片隅で車いすを固定しグローブを付けた握りこぶしを、ひたすらハンドリムに打ち付け回転させる。ベルトで固定しているもの前傾姿勢で正座した状態で約30kmものスピードを出す。一見地味な練習風景とレースのスピード感のギャップに驚いた。土田さんは現在、リオデジャネイロパラリンピック出場を目指し、選考レースの一つである2月28日の東京マラソンに照準を絞った地道な練習を重ねている。

ロンドン五輪金メダリスト、東京パラリンピック招致アンバサダー...土田さんを知ろうとすると輝かしい経歴と、美しい容姿がまず浮かぶ。しかし誰しもがそうであるように悩み、苦しい局面もあった。むしろ成功よりも失敗の方が多かった。それでも目標があり、家族の支えがあるから頑張れる。彼女の言葉は障がいのあるなしに関わらず多くの人に希望を与える。(4頁に続く)



◎鏡に向かいひたすら2時間こぎ続ける

4 ※の一まの『HOT ほっと』は2014年9月号、本部で発行しておりました『多障協だより』は2014年1月発行の冬号をもって最終号とさせていただきます、2014年9月より2つを統合し『月刊relier』としてリニューアル発行させていただきます。法人とともども今後ともよろしくお願いいたします

※『relier』は「つながり」や「結びつき」を表わすフランス語。人と人、地域と地域をつなげることで真の共生をめざしたいという意味を込め、リニューアルした広報誌にこの名前をつけました

多摩市障がい者美術作品展①

第25回多摩市障がい者美術作品展で出品された、の一ま登録者の作品を紹介。第1回はIさんの作品。

今回のテーマは、24時間テレビと同じく『つなぐ』です。人は一人では生きていません。改めて人との繋がり、温かさを実感したい。そんな思いを込めて作りました。

① Iさん 水きり絵 『つなぐ』 (作品介绍より抜粋)

の一ま運営委員会開催

12月22日、健康センター共用会議室で、の一ま運営会議を開催した。上期の活動報告に関してご意見を頂く。

12月相談件数

相談人数は前年同月比20%増の165名。プログラム参加は、前年同月比26%減の延べ92名となった。

件数は延べ820件。福祉サービスの契約や更新手続き、生活、進路に関する相談が全体の38%を占めた。方法別で見ると、電話での相談や利用問い合わせが前年同月比22%増の102件。

12月の新規登録は3名であった。

第3四半期報告

第3四半期の相談来所実績報告		
	実人数/件数	延べ人数
相談件数(内訳)	260件(10%増)	2328件
利用者	158名(4%増)	1749名
関係機関	102件(20%増)	579件
フリースペース	130名(2%減)	753名
プログラム	66名(3%減)	343名

※( )内は前年同期比

お知らせ

外出プログラム

2月20日(土)サンリオピューロランドへ行きます。希望者は2月6日(土)までに申し込みを済ませてください。

生活力アッププログラム講座

2月17日(水)は、消費生活センターから講師を招き「お金をめぐるトラブル対処方法を学ぶ(仮)」講座を開催予定。是非ご参加ください。

自分の収入にあったお金の使い方や、お金の安全な管理方法、通帳の紛失、インターネットにまつわる不当請求、振り込み詐欺等、お金をめぐるトラブルや対処方法について学ぶ。

※2月3日(水)は通常通りの開催です。

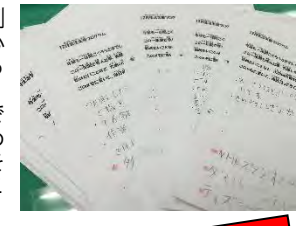
2015年の締めは忘年会でコミュニケーション!!

2015年最後の生活支援プログラムは忘年会と1年の振り返りを行なった。忘年会はしゃぶしゃぶ店で食べ放題を楽しんだ。掘りごたつになった座敷にそれぞれ気の合うメンバーと鍋を囲み、会話も食事も進んでいた。制限時間ぎりぎりまで食べ、センターへ移動。講座などを通じて学んだことやこれから勉強してみたいこと、仕事での失敗談など1年を振り返り一人ひとり発表した。ビジネスマナーやコミュニケーションなど、比較的入社から浅いメンバー向けのプログラムが仕事の場面で活かすようだった。その一方で、作業中のケガの防止や健康面の改善といった課題を挙げた人もおり、そういったテーマで学ぶ必要性のあることが感じられた。

3月の外出プログラムで行ってみたいところについてアンケートも行なった。サマーランドや富士急ハイランドといったアミューズメントパークのほか美術館や横田基地、NHKスタジオパークなどバラエティに富んだ意見が出た。



◎毎回、真剣な表情で熱心にメモを取る参加者  
◎書くことで考えをまとめたり、決意を新たにすることが出来る

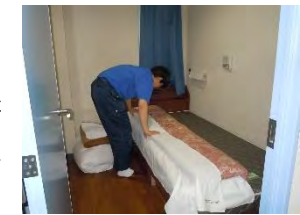


職場ルポ編 vol.5

京王シンシアスタッフ株式会社

「誠実な社員による誠実な仕事により、信頼される会社を目指します」この行動目標の唱和から業務は始まる。社名『シンシア』はこの目標にもある”誠実”を意味する。2004年12月に多摩センターで社員20名からスタートし、2015年11月現在、社員は105名と5倍に増え、事務所も多摩川、府中、聖蹟桜ヶ丘を加え4か所となった。業務も徐々に拡大し、乗務員の宿泊施設のシーツ交換から、百貨店用品加工、名刺印刷などまで幅広く行なっている。チームは指導員1名にスタッフ3~4名で編成。チーム編成は、いろいろな業務を経験させることでのスキルアップや違う現場を体験することでのマンネリ化防止、それに伴う緊張感の持続を目的として3ヵ月毎に事務所内・事務所間の異動を行なっている。現場に行く前、指導員はスタッフひとりひとりに言葉をかけ、顔色などを観察し体調を確認する。また、現場では一つの作業をリーダーとスタッフが一緒にしながら指導している。終礼後はリーダー同士で情報を共有し、連携を図り、日頃の指導に活かしている。業務中の電車移動の際、彼等は座席には座らない。これもまた彼らの京王電鉄グループの社員としての誠実さなのだろう。

京王シンシアスタッフ株式会社  
本社：多摩市豊ヶ丘1丁目22番地  
代表者：代表取締役社長 柏木充  
設立：2004年12月15日(同年12月16日事業開始)  
事業内容：清掃、シーツ交換、名刺印刷、百貨店用品加工等  
従業員数：105名(内障がい者69名)



※2015年11月末現在

●実績報告●  
第3四半期&12月の実績報告

第3四半期(10月~12月)の相談件数は1021件で、前年同期とほぼ同値。新規就職者は前年同期値から3名増の7名。内2名がA型事業所に採用となった。求職中の新規登録者の増加により就職準備支援が前年同期の2倍。就職前の相談が前年同期比6%増で413件、これは計画相談の利用が増えたことによる。方法別では就労継続A型事業所利用等の福祉サービス受給の相談が増え電話相談が昨年同期比1割増。定着支援の企業や家庭訪問が1割増え284件、来所での相談では本人からの面談やモニタリングがあり215件で昨年とさほど変わらない。

12月の相談件数は317件で前年同期比4%増。新規就職者は2名で、1名は面接会を経て一般企業の軽作業に採用、もう1名は就労継続A型事業所に採用となった。

●今月のひと口解説●  
ビジネスマナー編 vol.2  
みだしなみ

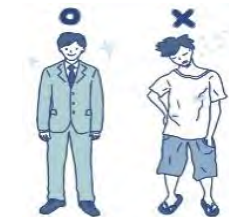
身だしなみは人に不快感を与えないためのマナーです。

①出勤する前に全身をチェック  
髪型は仕事の邪魔にならないようにします。爪は切りマニキュアは華美なものは避けます。

②目に見えない臭いに注意!  
身体の清潔を保つために毎日入浴します。また、整髪剤や香水の匂いが強くないか気を付けます。

③服装の乱れに注意!  
シャツの裾がズボンから出ているか、靴のかかとを踏んでいないか、ボタン、ファスナーのしめ忘れがないか確認します。

相手が見てどう感じるかが重要!



服装や髪形  
どちらのイサム君が職場に  
適している  
でしょうか。見た  
目の印象はと  
ても重要です