

# CILとちぎ通信

だいごう れいわ がつ にちはっこう  
第37号 令和6年1月4日発行



- |  |    |  |    |
|--|----|--|----|
| • パラピープルについて   | 2  | • 差別 <small>さべつ</small> されている自覚 <small>じかく</small> はあるかを <small>よんで</small> 読んで  | 3  |
| • 教え方 <small>おし かた</small> スキル向上 <small>こうじょうけんしゅう</small> 研修 <small>けんしゅう</small> に参加 <small>さんか</small> して | 4  | • モビリティ <small>もてき</small> ーリゾート <small>じかんだいきゅう</small> 茂木5時間耐久 <small>もてき</small> レースを <small>かんせん</small> 観戦 <small>かんせん</small> して | 5  |
| • UD タクシー <small>じょうしやうどう</small> 乗車 <small>さんか</small> 運動 <small>うんどう</small> に参加 <small>さんか</small> して     | 7  | • 音羽 <small>おとわ</small> シェフのいちごジャム <small>つく</small> 作り <small>けんしゅう</small> 研修 <small>けんしゅう</small>                                   | 7  |
| • 出店 <small>しゅってん</small> してきたよ  | 8  | に参加 <small>さんか</small> しました！   |    |
| • 職場 <small>しよくばかいじょ</small> 介助 <small>つう</small> を通じて   | 11 | • 障害者 <small>しょうがいしや</small> 週間 <small>しゅうかん</small> 啓発活動 <small>けいはつかつどう</small> に参加 <small>さんか</small> して                            | 10 |
|  |    | • ドローン <small>そうさ</small> を操作 <small>そうさ</small> してきました！   | 11 |

とくていひ えいりかつどうほうじん じりつせいかつ  
特定非営利活動法人 自立生活センターとちぎ

とちぎけんうつのみやししもぐりまち  
〒321-0923 栃木県宇都宮市下栗町2947-8 イースタンピュア 103

でんわ  
電話・FAX：028-638-2538 E-mail：ciltochigi@silver.plala.or.jp

URL: <https://www.ciltochigi.org/>

## パラピープルについて

はこいし みつこ  
箱石 充子

6月に「パラピープル」で私が今まで生きてきたことについてお話をしました。「パラピープル」とは、一般社団法人地域サポーターダク<sup>いっばんしゃだんほうじんちいき</sup>の会とNPO法人つみきの森<sup>もり しゅさい</sup>が主催し、この街で暮らす障害者<sup>しょうがいしゃ</sup>や社会問題<sup>しゃかいもんだい</sup>のリアルを当事者たちが発信するトークライブです。

ダク<sup>かい</sup>の会<sup>だいいょうこばやし</sup>の代表<sup>であ</sup>小林<sup>やく ねんまえ</sup>さんに出会ったのは約30年前です。その頃、小林<sup>ころ</sup>さんは健常者<sup>こばやし</sup>でした。私が宇都宮大学でチラシ配り<sup>けんじょうしゃ</sup>をしていた時<sup>わたくし うつのみやだいがく</sup>でした。それから約10年後<sup>くば</sup>に会った時には杖<sup>とき</sup>をついた小林<sup>やく ねんご あ</sup>さんがおり「箱石<sup>こばやし</sup>さん、私もこうなったよ。今は畑<sup>はこいし</sup>を借りて中途<sup>わたくし</sup>障害者<sup>いま はだけ か</sup>の人たちと野菜作り<sup>ちゅうとしょうがいしゃ</sup>をし、就労支援<sup>ひと</sup>をしながらパラピープル<sup>やさいづく</sup>を始めたよ。」とのことでした。「今まで生きてきたことを明るく簡単<sup>しゅうろうしえん</sup>に話<sup>はじ</sup>してくれないか。」と小林<sup>いま</sup>さんから依頼<sup>い</sup>があり、行って<sup>い</sup>きました。

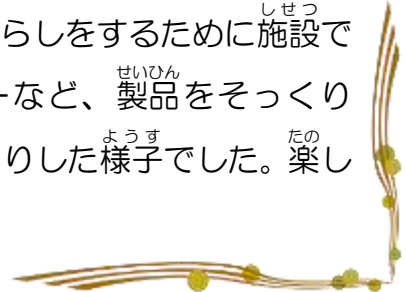
内容は、生後1年<sup>ないよう せいご ねん</sup>ではしかによる高熱<sup>こうねつ</sup>が続<sup>つづ</sup>き、脳性<sup>のうせい</sup>麻痺<sup>まひ</sup>を発症<sup>はっしょう</sup>。4歳の頃<sup>さい ころち</sup>父<sup>へいたい</sup>が兵隊<sup>い</sup>に行<sup>い</sup>くと同時<sup>どうじ</sup>には母<sup>はは</sup>の生家<sup>せいか</sup>へ疎開<sup>そかい</sup>。学齢期<sup>がくれいき</sup>には体が弱い子<sup>よわい こ</sup>や女の子<sup>おんな こ</sup>は学歴<sup>がくれき</sup>がないという修学免除<sup>しゅうがくめんじょ</sup>制度<sup>せいで</sup>で学校<sup>がっこう</sup>には行<sup>い</sup>けず、独学<sup>どくがく</sup>で文字<sup>もじ</sup>や数字<sup>すうじ</sup>を



覚<sup>おぼ</sup>えた。何か<sup>なに</sup>手に職<sup>て しょく</sup>をと考<sup>かんが</sup>え20歳<sup>さい</sup>で施設<sup>しせつ</sup>へ入<sup>はい</sup>り、23歳<sup>さい</sup>の時に「青い芝<sup>あお</sup>の会<sup>しば</sup>」という団体<sup>かい</sup>のこ<sup>だんたい</sup>を雑誌<sup>ざっし</sup>で読<sup>よ</sup>み、31歳<sup>さい</sup>から活<sup>かつどう</sup>動<sup>どう</sup>をはじめる。青い芝<sup>あお</sup>の会<sup>しば</sup>の活<sup>かい</sup>動<sup>かつどう</sup>の中<sup>な</sup>で、一人<sup>ひとり</sup>暮<sup>な</sup>らして何<sup>なに</sup>が必<sup>ひつよう</sup>要<sup>まな</sup>かを学<sup>さい</sup>んだ。48歳<sup>さい</sup>で自<sup>じりつ</sup>立<sup>りつ</sup>し、学<sup>がくせい</sup>生<sup>せい</sup>さんや地<sup>ち</sup>域<sup>いき</sup>の人<sup>ひと</sup>、キリ<sup>きょうかい</sup>ス<sup>す</sup>ト教<sup>きょうかい</sup>会<sup>かい</sup>の人<sup>ひと</sup>など、400名<sup>めい</sup>のボラ<sup>わたくし</sup>ンティア<sup>ん</sup>さん<sup>が</sup>私<sup>わたくし</sup>の自<sup>じりつせい</sup>立<sup>りつ</sup>生<sup>せい</sup>活<sup>かつ</sup>を支<sup>ささ</sup>えてくれた。65歳<sup>さい</sup>で自<sup>じりつせい</sup>立<sup>りつ</sup>生<sup>せい</sup>活<sup>かつ</sup>セ<sup>た</sup>ンター<sup>あ</sup>を立<sup>た</sup>ち上<sup>あ</sup>げた。私<sup>わたくし</sup>の



よう  
 にどんな重い障害を持っている人も自由に生きて  
 自由な生活をしてほしいと考えて活動を続けている。という内容を話しました。  
 会場には40名ほどが集まって私の話を聞いてくれました。私がひとり暮らしをするために施設で  
 習得した機械編みのセーターなど、製品をそっくり  
 持って行ったところ、みんな「え!!」とびっくりした様子でした。楽しく、  
 和やかな雰囲気でした。



## 差別されている自覚はあるかを読んで

しば ひろみ  
 柴 洋美

『愛と正義』を否定する』とこの本に登場する横田弘さんは宣言しました。

私にはこの本は、とっても難しかったです。  
 戦後間もない頃、パソコンもインターネットも  
 スマートフォンもない中、脳性麻痺者が脳性  
 麻痺者のいる家に一軒一軒周って仲間を集めた  
 事を考えて想像するとすごい驚きがあり、今  
 の私は私の為に生きていないなと感じました。

障害者自身が自分自身の事を考えて行動  
 する事の大変さ、難しさをこの本を読んで  
 考えています。

なぜなら周りの健全者の人達が障害者の



こと かって ひとたち き けいこう わたし おち  
事を勝手に“こういう人達だ”と決めつけている傾向があると私は思っ  
いて、その考えに私自身の考えが流されていると気付いたからです。

ほん なか おち しょうがい たいせつ じぶん こと じぶん  
この本の中に「どんなに重い障害があっても大切なのは自分の事は自分  
で決める」と書いてありました。

わたし わたし こと いま い ぶ かえ  
私は私の事を今まで生きてきてどうだったかなと振り返りました。

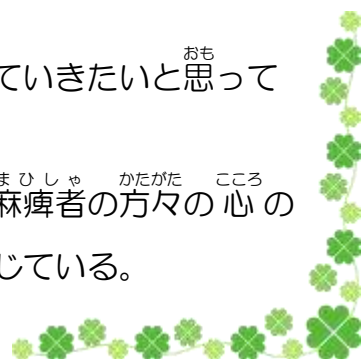
なんとなくやってもらっているから、私自身の意思を確実に相手に伝え  
てきたらどうかと振り返りました。

よこたひろし たちのうせいまひしゃ けんじょうしゃ  
横田弘さん達脳性麻痺者は健全者に  
たい じぶん いし こうぜん たいど つた  
対して自分の意思を公然とした態度で伝  
えて、政治や社会制度などと変えてい  
き、また日本国憲法をよく勉強して国と  
も戦って社会を変えてきた人達と思いました。

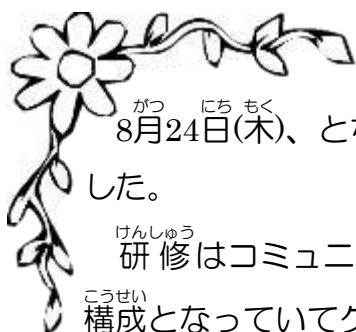


わたし ほん なんかい よ こ べんきょう おち  
私はこの本をこれからも何回も読み込んで勉強していきたくと思っ  
ています。

わたし わたしじしん い き のうせいまひしゃ かたがた ところ  
そして私が私自身に言い聞かせているのは、脳性麻痺者の方々の心の  
いた 痛みをわかった風に思わず、勘違いしない事を肝に銘じている。



## おし かた こうじょうけんしゅう さん か 教え方スキル向上研修に参加して



うえの ゆり  
上野 友梨

かつ にち もく しょくぎょうじんざい しどうりよくこうじょうけんしゅう さんか  
8月24日(木)、とちぎ職業人材カレッジの指導力向上研修に参加しま  
した。

けんしゅう へん へん  
研修はコミュニケーション編、インストラクションスキル編の2部  
こうせい ちゅうしん すす  
構成となっていてグループワークを中心に進められていきます。

わたし ひとまえ はな なに つた にがて きんちょうし  
私は人前で話したり何かを伝えたりすることが苦手で、いつも緊張し

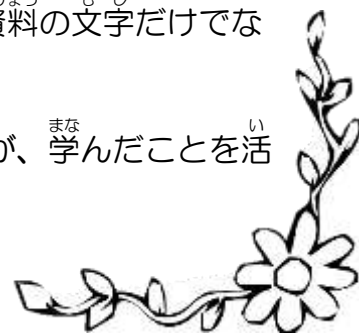
たり意図していることがきちんと相手に伝わっているのか不安に思ったり  
することが多いのですが、他の参加者の方々から指導者としての悩みや思  
い、意見を聞くことで悩んでいるのは自分だけではないということに改め  
て気付くことができました。

また、研修の中では講師をする  
上でのコツやポイントを知ることが  
でき、実際に講師の方の立ち振舞か  
らもそのことを感じるすることができま  
した。



1日通しての研修でしたが、私を含め、参加されている多くの方が  
笑顔で研修を受けることができたのは、講師の方の明るく楽しい雰囲気  
と相手を飽きさせない技術によるものだとすることを資料の文字だけでな  
く身を持って感じるすることができたからです。

研修を受けたからOK！というわけにはいきませんが、学んだことを活  
かし、少しずつ向上していければなと思います。



## モビリティーリゾート茂木5時間耐久レースを観戦して

すずき てつや  
鈴木 哲也

当日は手強い残暑に見舞われ、屋外観覧席に居ると臨場感に満たされ  
心地がよいものの、暫くして冷房の効いた建物に避難せざるをえませんでした。  
CIL とちぎからの参加者は介助者も含め 10名弱、他の団体からも  
10名弱いらっしゃいました。



今回のレースは「Mobility for ALL～移動の可能性を、すべての人に」  
とのスローガンの活動の要として行われていました。このスローガンは

障害のある方々の移動を  
最先端の技術によって「より  
安全により快適に」進めるべ  
く可能性を探る各企業様のア  
イディアを募集し形あるもの  
に育ててゆく活動であると私



は理解しました。と云うのは、TOYOTAを始めとする様々な企業・団体  
様が展示ブースを設けており、社会の問題改善に取り組んでいる実例を紹  
介されていたからです。個人的に興味深く拝見させていただきました一例  
をご紹介します。

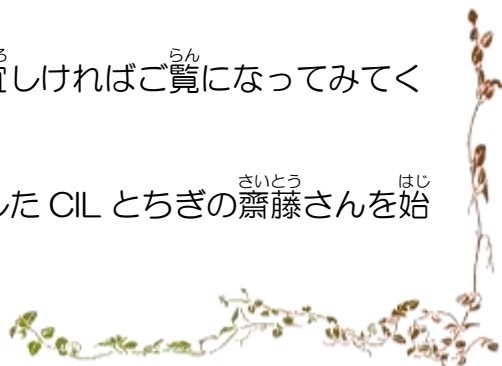
●株式会社mairu tech mairu-福祉タクシーと利用者のマッチングシステムプロジェクト

<https://mobility-contest.jp/mfa-2023-interview/10-2023/>

当日のレースは車体から煙が立ち、短い観戦時間の中でもトラブルが  
発生するなど、初めて観戦する私にとっても眼の離せない展開もありまし  
た。

YouTubeで当日の様子が視聴できます。宜しければご覧になってみてく  
ださい。

最後になりましたが、お誘いいただきましたCILとちぎの齋藤さんを始  
めとする関係者の皆様に感謝申し上げます。



## UD タクシー乗車運動に参加して

うえの ゆり  
上野 友梨

UD タクシーの車椅子利用者の乗車拒否を無くし、誰もが利用できるよ  
うになることを目的として10月20日(金)に行われた「全国一斉！UDタ  
クシー乗車運動」に参加させていただきました。

お恥ずかしながらタクシー乗車は  
小学生の学校行事の1回のみ、UDタク  
シーの乗車に関しては今回が初めてな上、  
この運動を通してその存在を知りました。

私は電話で予約をし、自宅から事務所ま  
で乗車したのですが、車椅子利用者を

乗車させた経験はないとのことでありながらも、とても丁寧に対応してく  
ださった運転手さんのお陰で無事出勤することができました。

車椅子利用者にとって移動は大きな問題です。このような運動を通し、  
事業者、利用者の双方が良い関係を築いていけることを願っています。



## 音羽シェフのいちごジャム作り研修に参加しました！

うえの ゆり  
上野 友梨

とちぎ未来大使で洋食料理家の音羽和紀氏及びオトワレストラン パ  
ティシエの音羽明日香氏監修のいちごジャム作り研修に参加しました。

第1回目で製作に当たってのポイント等技術

てき せつめい う ぎじゆつ まな だい かいめ しょうひんか  
的な説明を受け、プロの技術を学び、第2回目では商品化テストとして  
じっさい じぎょうしょ つく おとわ あすか  
実際に事業所で作ったいちごジャムを音羽シェフ、明日香パティシエに  
ししょく こうかく おとわ かんしゅうしょうひん はんばい  
試食していただき、合格すると音羽シェフ監修商品として販売できると  
いうものです。

じつ い さいしよ だお ざいりよう た  
実を言うと最初は、レシピ通り材料を炊けば  
OK おも  
OK と思っていたんです。

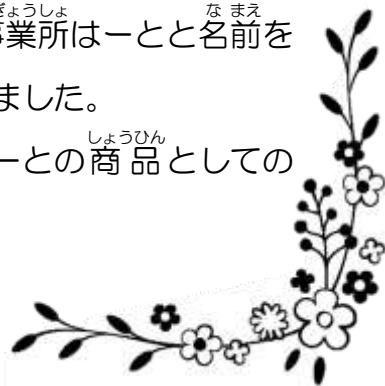
しか やって みる と ぜんぜん 違う。 どうぐ の 煮沸  
や火を止めるタイミング、糖度の調節等、  
1 つ の 工程 が 終わると また 次の 工程 で 「こ  
れで 良い の かな…」 と 不安 になる んです。

そんな 不安 を 抱え た まま、 第2回目 の  
しょうひんか かいじょう  
商品化テストの会場であるオトワレスト

ランに到着。店内のオシャレな雰囲気と他の事業者さ  
んの審査の様子を見ていると更に緊張が加わります。

そして結果発表の時。合格事業所として多機能型事業所は一とと名前を  
呼ばれ、嬉しいご評価をいただけた時は本当に安心しました。

今回学んだことの振り返りを行いながら将来、は一との商品としての  
はんばい めざ  
販売を目指していきたいと思います。



## しゅってん 出店してきたよ

たかなし みちなお  
高梨 透尚

ひ くも さわ せいてん きおく けん  
この日は雲1つなく、とても爽やかな晴天だったと記憶しています。県  
しゅさい だい かいとちぎけんしょうがいしゃぶんかさい  
が主催の「第26回栃木県障害者文化祭 カルフルとちぎ 2023 こころの  
かいさい けんない たくさん じぎょうしょ しゅってん なか たきのうがた  
つどい」が開催されて県内の沢山の事業所が出店する中、「多機能型



じぎょうしょ せいさくひんはんばい さんか かいじょう  
事業所は「と」も制作作品販売で参加をさせていただきました。会場はとち  
ぎ福祉プラザのわかくさアリーナの中で、冒頭の天気の良いさに触れた事が  
みじん かんけい おくない  
微塵も関係がない屋内でしたが、  
くうちょう き さむ こと  
空調が効いており寒さに凍えること  
のない快適な場所でした。



は「と」として出店するのは2  
かいめ たくさんう い  
回目です。沢山売れたら良いなとい  
うおもいもあいまって きんちょう  
緊張していたの  
ですが、は「と」の仲間が手伝いに  
き ことろづよ たくさん  
来てくれたおかげでとても心強かったですし、沢山のお  
きやくさま らいてん こと  
客様にも来店していただく事ができました。

こんざつ じかんたい す だてん ようす き のぞ  
混雑する時間帯も過ぎて他店の様子も気になり、ちょこちょこと覗かせ



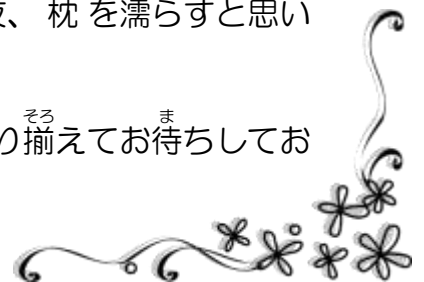
ていただきましたが、どのお店も素晴らしく  
さんこう こと  
参考になる事ばかりでした。

まいとしかいさい ことしい  
毎年開催されているので、今年行ったよとい  
かた こと い こと こと かた らいねん  
う方はもちろんの事、行った事のない方も来年  
さんか  
参加されてみてはいかがでしょうか。

その際には、ぜひ私達のお店にも立ち寄っ  
かんげき よる まくら ぬ おも  
ていただければ感激で夜、枕を濡らすと思ひ

ます。

いちどうところ こ せいさく しょうひん かすかす と そろ ま  
は「と」一同心を込めて制作した商品の数々を取り揃えてお待ちしております  
ります。



しょうがいしゃしゅうかんけいはつかつどう さんか  
障害者週間啓発活動に参加して

なかやま ゆうた  
中山 祐太

12/1(金)に障害者週間啓発活動参加の為、事務所の皆とJR宇都宮駅に  
行ってきました。

1人でも多くの方に障害理解を深めてもらう為  
のパンフレットと一緒に手作り缶バッジを配っ  
たのですが、僕はこういった活動に参加するの  
が初めてで声を掛けるタイミングを掴むのが  
難しく、戸惑いと緊張がありました。

手渡そうとすると「いらない」と言って  
拒否される方もいらっしゃいます。そんな  
中、喜んで受け取ってくださる方、それ  
だけでなく「頑張



ってください！」と応援してくださる方、記念  
写真を撮りたいと仰ってくださる方もいらっ  
しゃり、とても嬉しくなりました。受け取って  
くださった方からは特にLRTの缶バッジが  
人気で驚きでした。

僕がこの活動に参加することを知った父も  
来てくれました。社長と一言交わしてす  
ぐに去ってしまいましたが…笑

30分と短い時間でしたがこの活動を通し、

社会の障害理解が進むと良いなと思います。

## 職場介助を通じて

おおまち ゆき  
大町 夕貴

12月から入職しました大町です。

職場介助は初めての業務なので緊張しておりましたが、職員の皆さんが丁寧でわかりやすく教えてくださるので安心して仕事をさせていただいております。介助に入る際も気兼ねなく伝えてもらえるよう、担当の方との信頼関係を築いていけたら良いと思います。

12月1日には、障害者週間の啓発活動へ同行しました。1人でも多くの方に障害者の福祉について関心と理解を深め、心の輪を広げるお手伝いができたら良いと思います。

今後も福祉を通し、新しいことに取り組んだり、色々な経験を積み、学んでいきたいです。

## ドローンを操作してきました！

さいとう やすお  
齋藤 康雄

障害者向けインフラ点検ドローン講演会in筑波大学に2回に渡り参加しました。

インフラ点検(橋などのひび割れ等)の需要が多いが、現場で目視による点検では時間がかかりなかなか進まないのが現実です。

今回は、このインフラ点検にドローンを使い時間を短縮し整備を進めたのと、ドローンの操作に障害者が携われたら雇用にも繋がるということで筑波大学の山本亨輔先生に実習を行っていただきました。

だい まんえん さんぎょう む つか  
1台250万円の産業向けドローンを使い、  
たいいくかん もくてき み しゅしん と  
体育館でひびや目的を見つけ写真を撮ること  
をおこな であんていせい よ  
を行いました。ドローンは安定性が良く、  
そうさ かんたん  
操作も簡単

じゅうどしょうがいしゅ しごと はば ひろ おも  
で重度障害者の仕事の幅が広がるように思  
いました。

そうさ  
カメラ操作があるので、せきそん かた そうさ  
背損の方でも操作  
できると思いますし、て まひ けいそん  
手に麻痺がある頸損  
かた くふう かろう おも  
の方でも工夫すれば可能だと思えます。



だい かいめ えんかくそうさ み そうさもくひょうじかん たい  
第2回目は、遠隔操作でモニターを見ながら、操作目標時間に対してど  
のくらいかかるか計り、操作しました。



でんぱ げんぱ たしやう お  
電波なので、現場とモニターで多少タイムラグが起  
こるが、そんなに気になるようなことはなかった  
きがします。

やまもとせんせい はなし そうさほうほう な もんだい  
山本先生の話では、操作方法に慣れれば問題  
ないということでした。

こんかい けっか ないかくふ じっけんほうこく  
今回の結果は、内閣府に実験報告するようです。

ぎじゆつ しんぽ すず しやうがい な おも  
このような技術の進歩が進めば、障害が無くなると思えました。

ぜったい わか ひと ほう じやうす つくばだいがく くるまいす がくせい にんさんか  
絶対、若い人の方が上手だよね！筑波大学の車椅子の学生も3人参加さ  
れていました。



## き かん し こうどく かい いん ぼ しゅう ちゅう 機関誌購読会員募集中

じりつせいかつ きかんし ねん かいほっこう こうどく  
自立生活センターとちぎの機関誌（年3回発行）の購読をしてくれる  
かい いん ぼ しゅう かい いん と うろく した 方には、C I L と ち  
会員を募集しています。会員登録してくれた方には、C I L と ち  
さ ま ざ ま あんない ねんかいひ えん  
ぎの様々なイベントのご案内もいたします。年会費 300円