

SSKU ^{じりつせいかつ} 自立生活センター CILふちゅう ^{きかんし} 機関紙

SunSunニュース

vol.46

2025年^{ねん}2月^{がつごう}号


^{ねん} 2025年 ^{はつもうて} 初詣



^ふ ^だ ^{てん} ^{じん} ^{じや}
布多天神社

目次

^{しんねん} 新年 ^{あいぎつ} のご挨拶	2
2024年度 ^{ねん} 第17期 ^{だい} ^き バリアフリー ^{しょうがいどうしじや} 障害当事者リーダー ^{ようせいけんしゅう} 養成研修 ^{いん} IN ^{とうきょう} 東京 ^{けんしゅうほうこく} 研修報告	3
ピアカウンセリングに ^{さんか} 参加して & ^{あんど} ^{へんしゅうこうき} 編集後記	4



しんねん あいさつ
新年のご挨拶

おかもと なおき
岡本 直樹

みなさま あ
皆様、明けましておめでとうございます
ほんねん ねが いた
本年もどうぞよろしくお願い致します

2024年は、12月頭にメキシコシティで国際障害者デーのパレードがあるというので行って来ました。海外旅行の醍醐味である食事でも楽しみで焼きとうきび(正直あまり美味くない)や本場屋台のタコスを食べて来ました。活動もそれなりに行き、12月3日(火)にメキシコの社会保険庁が主催するフォーラム。4日(水)には、自立生活権利フォーラム(Foro Derecho a Vivir de Forma Independiente)で自立生活運動の歴史、C I Lの取り組みなどを紹介しました。他にも沢山のメキシコのアクティビストとお話をしてきました。

しかし、滞在5日目に屋台で食べたタコス&スープで体調悪化。翌日からお腹を下し、そこからあまり食事が喉を通らず肝心要のパレードを止む無く欠席してしまいました。その後、メキシコの知り合いのツテで薬の情報ももらい、また後日、訪問の看護師に来てもらい点滴の治療を受け、帰国日ギリギリに何とか飛行機に乗れる状態に。帰国後も、数日ぐったりしていましたが、翌月曜日には、不在中疎かにしていた面談、提出書類不備の修正締め切りと時間に追われ取り組むもその翌週から、下痢が続くという何とも不吉な年末でした。そうしたこんなで、皆さんも楽しみにしていたであろう忘年会もお預けとなり、大変申し訳ございません。

年明けは、インフルエンザ、コロナ、マイコプラズマなど感染症が流行っているので3月頃を検討しています。再度、ご案内しますので、そこでお会いできる日を楽しみにしています。

2024年度 第17期 バリアフリー 障害当事者リーダー養成研修 IN 東京 研修報告

能松 七海

2024年10月14日から16日の3日間、東京都新宿区の戸山サンライズで「第17期バリアフリー障害当事者リーダー養成研修」が開催されました。全国各地から多様な障害を持つ当事者が集まり、交流を深めながらバリアフリー推進のための学びを得る貴重な機会となりました。

初日には、リーダー養成の意義についての講話を皮切りに、「国立競技場 U D ワークショップ」に参加しました。障害当事者と共にデザインを作り上げた設計者の方から、具体的な取り組みや課題をお聞きする中で、ユニバーサルデザインの重要性と実現に向けた苦勞を学びました。参加者からは「こんな視点があったのか!」という声も多く聞かれ、非常に実りある時間となりました。

2日目は、午前中に U D タクシー試乗体験を行い、車椅子の種類や個体差による使い方の違いを実感しました。特に、初めて試乗する参加者からは「実際に使ってみると、普段気づかないことが見えてきた」という感想が多く寄せられました。その後、グループに分かれて行われたフィールドワークでは、現地のバリアフリー状況を調査。駅や施設の工夫、課題について意見を出し合い、他の参加者の視点を知る良い機会になりました。

最終日には、フィールドワークのまとめとして、東京のバリアフリーの現状や課題を振り返り、自分たちが地域でどのように活かせるかを話し合いました。グループごとに具体的な提案を共有し合うことで、それぞれの地域での実践に向けた意識が高まりました。

3日間を通して、全国の障害当事者が互いに学び合い、つながりを深める中で、バリアフリー社会の実現に向けた一歩を踏み出せたように感じます。

実行委員として準備を頑張ってきた研修。

来年度以降は参加者として学びを深め、楽しみたいな～なんて思ったり。



ピアカウンセリングに参加して

能松 七海

2024年9月から11月にかけて、ヒューマンケア協会主催のピアカウンセリングに参加しました。普段なかなかに口にはできないようなことや心の奥に抱えている思いを仲間と共有することができました。話すことで自分の過去と向き合う時間を持つことができ、今の自分にどう影響しているのかわかり、自己理解を深めました。

他の参加者と気持ちを分かち合ったり、お互いの話を聞くなかで、自分の中にしまい込んでいた思いと向き合うこともあり、カウンセラーの言葉に救われることもありました。改めて、話すこと、聴いてもらうことの大切さを実感しました。

今回の経験を通じて、自己覚知が一層深まったと感じています。もちろん、これからの人生に対する不安や悩みがなくなったわけではありませんが、出会った仲間とのつながりを大切に、これからも一歩ずつ進んでいきたいと思っています。



編集後記

- メキシコで腹を下しました。屋台には気をつけよう。(岡)
- お休み中(木)
- 胃瘻造設の手術は麻酔してないのかと思うくらい痛かった。手術後ちょっと後悔した。(前)
- 春よ来い。早く来い。(大)
- 体重増やした〜い。(内)
- ゆとりを持つ(三)
- ずっと眠い。(能)

編集長：岡本 直樹
 編集員：木本 淳也・前田 裕司・大高 勇樹・内田 恵理子・三輪 寧子・能松 七海
 編集者：自立生活センター C I Lふちゅう
 〒183-0055 東京都府中市府中町2-20-13 丸善マンション1F
 TEL：042-314-2735 FAX：042-314-2736
 E-Mail：office2735@cilfuchu.com
 URL：http://cilfuchu.org/

発行：障害者定期刊行物協会 定価100円

