

SSKO

われら 同胞

NO.71

☆☆☆ 目次 ☆☆☆

- 1p 精神保健福祉講座の様子
- 2p 第35回精神保健福祉講座を終えて
- 3～7p グループホーム座談会
- 8p 賛助会について



『第35回精神保健福祉講座』 1月25日に開催しました！

「まちで暮らす～安心して住み続けるために～」をテーマに介護グループふれあい代表理事の三島佳子氏、(株)結不動産の佐々木勇太氏、居住支援を考える国分寺の会の伊澤雄一氏をお迎えいたしました。

差別解消法から10年経ちますが、住居を借りる際“障害を理由とした差別”があります。貸し手側が安心して部屋を貸すために何が必要で、障害のある方も安心して部屋を借りて、まちで住み続けるためにどうすればいいのかを議論していただきました。

活発な意見交換や質問もあり、貴重な機会でした。

参加していただいた皆さん、
大変ありがとうございました！



第35回精神保健福祉講座を終えて… 少し補足

さつき共同作業所 水木 祥平

1月25日(土)「まちで暮らす～安心して住み続けるために～」をテーマに、今年も精神保健福祉講座を開催しました。グループホームを卒業する障害者がアパートを借りる際に「精神障害者だから契約できない」といった差別的対応を目の当たりにしたことをきっかけに、今回のテーマを提起させて頂きました。(株)結不動産の佐々木勇太氏、介護グループふれあいで居住支援を行っている三島佳子氏、国分寺で長年居住支援を続けている伊澤雄一氏が登壇され、居住支援法人の活動や居住支援協議会の役割、障害者が部屋を借りる場合どのようなサポートがあれば契約に繋がしやすいかなど、実際の支援の現場での取り組みを紹介して頂き、後半のシンポジウムでは3者でディスカッションを行いました。時間の限りがある講座で説明しきれなかった部分を「障害者差別」の視点から下記の図と共に補足させて頂きます。

差別状態	健常者	障害者	⇒	本来の状態	健常者	障害者
ルールを守る人	契約可能	契約不可			ルールを守る人	契約可能
ルールを守らない人	契約不可	契約不可		ルールを守らない人	契約不可	契約不可

この場合の「ルール」は賃貸借契約書が基本となりますが、実際に街で暮らすには法令や他者に迷惑をかけない等の基本的なマナーまで広く含まれます。「健常者だからルールを守る」「障害者だからルールを守らない（だから部屋を貸さない）」というのは差別ですが、「ルールを守らない健常者」は契約不可となりますし、「ルールを守る障害者」はいくらでもいるのが現実ではないでしょうか。ルールを守ることが出来る人まで、障害を理由に部屋を貸さない事が差別となります。

障害者差別解消法施行から10年が経ち、2024年4月の改正法施行で事業者に「合理的配慮の提供」が義務化されています。部屋を借りる人にルールを守ることを求めるなら、不動産事業者も法令遵守する必要があります。当事者や支援者は事業者に合理的配慮の提供を求め、必要に応じて行政の障害者差別に関する相談窓口も活用して間に入って頂く事も可能です。

当事者参加で作り上げた障害者差別解消法を作っただけで終わりにせず、より実効性を持たせるために積極的に活用して、小さなソーシャルアクションを起こしていく事が求められています。

最後に障害者差別等に関する相談窓口を紹介します。障害者が「まちで暮らす」「安心して住み続ける」ためにも積極的に活用したいですね。

- ・国分寺市 福祉部 障害福祉課 042-312-8629
- ・東京都障害者権利擁護センター 03-5320-4223
- ・国土交通省総合政策局バリアフリー政策課(※不動産業関係) 03-5253-8366



交流会 in メビウス

～リラックスしてやれぼいじゃん～

はらからの家福祉会は、44年前に、障害を持った国分寺市民の居場所確保のため、福祉的共同住宅として始めました。28年間入院されていた超長期入院患者さんの入居支援をきっかけに、精神障害に特化したグループホーム（現、ピア国分寺）となり、長期入院患者さんの退院先・リハビリ先として、いわゆる地域移行型グループホームとして、その機能を果たして来ました。当グループホームの交流会は、メンバーさん同士やスタッフとの支え合い、孤独感の軽減、コミュニケーションの促進、情報交換等、社会復帰準備の中心的なプログラムでした。しかし、コロナ以降、ソーシャルディスタンスを確保しなければならぬ中、交流会も中止となり、メンバーさん同士の交流はほぼなくなってしまうしました。今年度に入ってようやくですが、グループホームの各ユニットで交流の場を再開し始めています。ユニットメビウスでは、メンバーさんの特性も踏まえ、食事会からスタートしています。食事を通してリラックスする雰囲気の中、つながりの促進や生活の質の向上、文化間・世代間の交流等を図っています。メビウスの交流会は、一部構成でなっており（一部：食事会、一部：茶話会）、今回は、一部では韓国の正月料理を食べて、一部では座談会を行いましたので、座談会の様子を紹介したいと思います。

（尹・メビウス世話人）皆さん、今日はお集まりいただきありがとうございます。今、食事会が終わりまして、お腹いっぱいになって、眠くなるかも知れませんが、お付き合いどうぞよろしくお願いします。

■自己紹介■

（尹）それではですね。何も皆さんに質問の内容も伝えず始めるんですが、それぞれの皆さんから、ペンネームとともに、アピールポイントを含めて、自己紹介をお願いします。

（ボーイ）ボーイと言います。年齢は41歳です。グループホームに入ってから2年半で、あと半年で卒業する予定です。今、作業所とデイケアに通って、お笑いもちよつとやったりしてます。デイケアとかで、尹さんにはお世話になってます。

（みーぼ）みーぼです。年は63歳です。ピア国分寺に来てちょうど1年になります。色々お世話になってます。とてもありがたく思っています。因みに、

私はあがり屋です。緊張しています。

（尹）何か私が言わせている気がしますね（笑）。遠慮せず何でも素直に言って下さって大丈夫ですよ。どうぞよろしくお願いします。

（N・G）N・Gです。61歳です。1年半が経ちました。皆さんには、いつも大変お世話になってます。今、ピアサポーターの仕事をしています。ちよつと緊張したり難しいですけど、やりがいがあります。相手の気持ちを掴んだ時や同意見した場合、とても嬉しいです。これからもよろしくお願いします。

■グループホームを知ったきっかけ■

（尹）皆さんは、単身生活を目指すためにグループホームにいらっしやいました。グループホームを知ったきっかけは何でしょうか？

（ボーイ）えーと、12年前に病気と分かって、10年以上前ですかね。一番最初にはらからの家に行った時に尹さんが話してくれて、その時にグループホームの存在を知ったんですが、体調の面とかで一人暮らしを始めることが出来なかったです。先生にもせかされたこともあったんですが、落ち着いてきたんで、一人暮らしの準備で来ました。

（みーぼ）〇〇（地域移行支援事業所）の人からここを紹介されて入って来ました。その前に、3軒か4軒位周ったんですけど、皆断られて。ピア国分寺で入居が決まっても助かりました。ここに来る前は、病院で、一人暮らしをしたくて紹介されました。

（N・G）入院中に、△△

（地域移行支援事業所）

の□□さんと出会って、

家を探す段階で、一度グループホームに行ってみようかという話になって、ピア国分寺でいいと思って決めました。入って良かったと思います。他の



交流会写真①（食事の様子）

交流会 in メビウス

～リラックスしてやれぼいじゃん～

ところも見たけど、浮気したくなかったです（笑）。そこは、説明してくれる人が居眠りしてたんですよ。部屋もダイアモンド型だったし。

（尹）前、見学で国分寺駅に降りた時に、ここに住もうかなと思ったと聞いた気がしますが…

（N・G）そうですね。そう思ったんですね。それより、尹さんの方が大だね。僕はやっぱり尹さん見て、尹さんいいなと思いましたね。

（尹）ますます言わせてる気がして…恥ずかしいですね。でも、ありがとうございます。

■グループホームの生活■

（尹）そうでしたら、実際にグループホームで生活してみたらどうでしたか？イメージ通りだったのですか？

（ボーイ）えーと、僕は結構イメージ通りというか。でも、もうちょっと洗濯できる場所があればとか、料理できるスペースがあればとか。ズボンを干せなかったりして。そういうことはありますけど、でも、まあ、イメージ通りというか、料理はちよつとやってもいいかなと思って。全然やってないんで。あと、お風呂は入りたいですね。

（N・G）そうそうそうそうく同じ。お風呂が小さい。湯舟に浸かりたいですね。肩を入れると膝が出るし、膝まで入れると胸が出ちゃうし。肩から足まで浸かりたいですね。

（尹）特に、メビウスはユニットバスになってますからね。ミーぼさんはどう



交流会写真②（トック）



交流会写真③（一人前）

ですか？

（ミーぼ）まあ、もつと厳しいところかなと思ったけど、そうじゃなかったです。居心地良いです。厳しいのがいいです。皆さん優しいです。

（N・G）やっぱりね。束縛されるんだなと思ったね。意外に自由なんで、夜にも夜中にもお風呂に入りたいなと思ったら入れるし、お腹すいたなと思ったらコンビニに行けるし。人権が守られているような感じだね。良かったと思った。これしちやダメ、あれしちやダメとかないし。ルールはあるんですけど、ルールを守った上で行動すると問題ない。あと、グループホームの職員さん、皆、状況確認でちよつとした時間しか話さなくて、とても皆さんよくしてくれているんだよね。他はこんなに良くしてくれないんじゃないかと憶測しますけどね。

（尹）いや、どこもたぶんしてくれますよ。皆、誰かに役に立ちたいという思いで、福祉の仕事を選んだと思います（笑）。

■障害を持つての地域生活■

（尹）今、グループホームの隣には一般の入居者もいたりして、皆さん障害を持つて地域生活をする中で、困ることや感じることはありますか？

（ミーぼ）特にないです。

（N・G）いや、私の場合は、不審に思われるね。警官に呼び止められるね。身体検査とか。サングラスをしているだけで、怪しまれる。じつと睨まれる。じつと見てる。白髪のおじいちゃんなのにね（笑）。人の目が気になる時もあるが、手術して眼科からサングラスしてくれと言われてるから、しょうがないんだけど。

（ボーイ）今は調子がいいからですけど。うーん、あまりないかな…体調によると思っちゃいますけど。うーん、あまりないかな。

（尹）私も外国人ですし、昔と違って、日本は、徐々に共生社会に向かっている気はしますね。

■地域生活のコツ■

（尹）せっかくなので、皆さんなりの地域生活のコツを教えてください。

交流会 in メビウス

～リラックスしてやれぼいじゃん～

(N・G) まず、小さなことからできるようにすること。一般の人が、何でもできないようなこと。考えもしないようなこと。ただ、散歩すること。小さなことができる、それがだんだん大きなこともできるようになって。で、自信を持って。積み重ねですけどね。山登るみたいな。いつの間にか着いたじゃんって。ああ、こんなことやって来たんだって。それが喜び。

(尹) おっしゃる通りですね。さすがピアポーターです。

(みーぼ) 散歩ですね。散歩を1時間するんですね。寒い時も暑い時も。1時間すると気が晴れる。ストレス受ける時も散歩して。

(尹) なるほど。体調が良くないから散歩ができないのではなく、体調が良くないからこそ散歩をするということですね。逆の発想ですね。

(ボーイ) 上手くやっているとのか分からないし。まあ、でも誠実にするとか、ご迷惑かけないようにするとか。そういう考えですけどね。あまり：コツかどうかはわからないですけどね。

(尹) 確かに、私たちは、色々な人と一緒に生きなきゃならないので、おっしゃって下さったのがうまく行くポイントだと思いますね。そういうえば、ボーイさんは、その通りだとすごく感じます。

(ボーイ) いいえいいえ。

■国分寺のおすすめ■

(尹) そうですと、地域生活の楽しみというか、国分寺のおすすめを教えてくださいませんか？

(ボーイ) 楽しみは、まあ、食事とか。国分寺はあまりない感じがするんですね。なんかあんまり…。

(みーぼ) 食べ物屋です。すき家とか。あと、日高屋(笑)。

(N・G) 富士そばとか(笑)。

(ボーイ) ラーメン屋とか(笑)。

(尹) 確かに、国分寺駅の周辺って、色々な食べ物屋さんがありますよね。N・Gさんからは国分寺のおすすめはどうですか？

(N・G) うーん…：何かな…。

(尹) 国分寺、寂しいですね(笑)。

(皆) (笑)。

(ボーイ) 交通の便はいいかも知れないですね。

(尹) 確かに。中央線の特快も止まりますよね。

(N・G) 僕はやっぱりお参りする時も国分寺の土地の神様によるしくお願いしますってお祈りしますね。

(尹) 祈ることで、安心して過ごせますよね。

■メビウスの食事会■

(尹) 今、地域生活の楽しみで出るのがほとんど食べ物話でしたね(笑)。どうですか、皆さん。実は、この食事会は、去年の5月から始めて、もう9回目になります。もともとは交流会で始めようとしたんですね。食事会も、持ち帰って皆さんが自炊できるようにするための練習も考えていましたが、実際に食事会を始めたら、”皆で楽しく食べて笑えばいいや”と思うようになりました。本当は、韓国料理だけではなく色々な料理をしようと思っただんですが、1回韓国料理始まった韓国料理ばかりになってしまっただけで、交流会ではなく韓国料理会になって来ましたね(笑)。でも、あえて食事会ということで、実際にやってみてどうなのかとか、感想を伺えましたらと思います。

(ボーイ) 顔を知っているだけで、何かあった時とか。そうですね。挨拶とかできますし。交流会とかも楽しいですけど、でもおいしい物作っていただいてありがたいと思ってますけど。

(尹) 口には合うんですかね？

(N・G) おいしいですよ(笑)。それが一番大きいです。安いしね。こだけ食べれるなんて。

(尹) 確かに、食事する前に、N・Gさんと、みーぼさんは、今日食事されてなくて楽しみにしてたという話もしましたよね。

(N・G) 訪問看護の〇〇さんから、1日1食だけでもたくさん食べてしまおうと、むしろ太ると言われましたけど(笑)。

(尹) それもそうですね(笑)。実際にはどうですか？食事会が始まる前は、隣りに誰が住んでいるのか、グループホームの他のメンバーは誰な

交流会 in メビウス

～リラックスしてやれぼいじゃん～

のか、知らなかったんじゃないですか？

(N・G) 良かったですよ。ボーイさんとかね。お互いに挨拶もできるし。立ち話もできるし。やあ、知らんぷりでそのまま行っちゃうって、寂しいんじゃないですか。同じ仲間だったら、＼はあ、こんにちは＼とは言いたいですね。

みーぼさんとは一緒に食事行ったりとかね。僕は食事苦手なんで。一緒に行ってくれるんですよ(笑)。

(みーぼ) 食事会、いいです。おいしい物食べられるんで(笑)。おいしい物ごちそうになって、ありがたく思っています。

(尹) 皆さん、温かい家庭料理を食べる機会がなくなりましたよね。前は、当たり前だったのが；弁当ばかりなら飽きることもありますし。やはり手作りの物が…。

(N・G) 私は、韓国料理にこだわってほしい。この会だけは韓国料理を楽しみたい(笑)。

(皆) (笑)。

(尹) 本当は、この食事会が始まったのは、N・Gさんとみーぼさんから始まりました。個人的な話で申し訳ございませんが、N・Gさんは外に出かけることをハードルに思っていたんですが、みーぼさんが入居されたんで、一緒に出かける事にしたんです。みーぼさんも、＼グループホームに知ってる人もいないし、寂しいよ＼とおっしゃって下さったんで、それで3人で出かけてみたんですね。一緒に食事をしていたら、＼他のグループホームのメンバーさんはどうしているかな、一緒にやりたいな＼という話があつて、＼じゃ、一緒にしてみましようか＼というのがきっかけだったのです。ただ、やっても楽しくなければ意味ないし、なのでおいしい物食べながら話してみようかと思つて、食事会から始まったんです。

(N・G) 皆がリラックスしてやればいいんじゃない(笑)。

(皆) (笑)。

■魔法使いになったら■

(尹) ふざけた質問かも知れないですが、自分が魔法使いになったらやってみたくありませんか？

(N・G) 言いたいけど、言えない。じゃあ、もう…大好きな彼女がほしいです(笑)。

(ボーイ) 何だろうな…うーん…健康に、タフな感じになりたいですね。(みーぼ) …占い師になりたいです(笑)。競馬で当てる。100億円当たりたい。当たったらまず家を買いたい。

(N・G) じゃ、人雇つて料理作ってもらえばいいじゃん(笑)。

(尹) 韓国料理は任せて下さい(笑)。それぞれの話を聞いてみてどうですか？

(ボーイ) 私も彼女とか欲しいですね。でも、健康であるのが一番ですね。

(N・G) そう言ったらやつぱり私も正常で健康でいたいですね。

(尹) 健康が第一ですよ。年を取れば取るほど、健康に気を付けざるを得なくなつて来ますよね。

(N・G) 健康のまままで死にたいですね。苦しくなく眠るように死にたいね。

(ボーイ) あ、そうですね。

(尹) 確かに、自然体で死にたいですね。

(N・G) 尹さんは疲れがパーツと来て自然体で眠れますよ。まだ、遠い先だと思ふけど(笑)。

(尹) ありがとうございます(笑)。

■グループホームへの要望■

(尹) じゃ、そうですね。グループホームにこうしてほしいということか。教えて下さい。

(N・G) やはりお風呂ですよ。お風呂小さくてもいいから、丸くてもいいから、肩と足全部浸かりたい。

(ボーイ) キッチンのスペースとか、洗濯物のスペースとかあればいいと思いますけど。でも、尹さんやグループホームの職員の対応とかには満足していますね。いいと思う。

(N・G) クロゼットがほしいな。服を入れる。布団も入れられるといいな

交流会 in メビウス

～リラックスしてやれぼいじゅん～

と思う。

（ボーイ）そうですね。

（みーぼ）洗濯物干すところもうちよつとあればいいなと思います。

（尹）今、メビウスが工事で、ベランダ使えないのもありますよね。ランドリールラックなど、また一緒に工夫できればと思ったりしました。

（みーぼ）あと、食事を2週間に1回にしてほしい。

（N・G）僕はランチ食べることが多いから、夜毎日食事があつた方がいいですね。

（ボーイ）僕は、食事が2週間に1回位ならいいと思いますね。夜とか助かりますし。

（尹）実際に皆さん食事は夜の方がいいですか？

（皆さん）そうですね。

（ボーイ）昼は何かやりますからね。

（尹）確かに、昼は日中活動のことがありますし、夕方に戻ってからはずっと一人の時間になりますよね。その時に、皆で食事しながら話が出来るなりするとまた違いますよね。皆さんのご意見は参考にさせていただきます。

■今後の抱負■

（尹）すいません。話したらもう40分過ぎてますね（笑）。本当に、最後です。これからの抱負について教えて下さい。

（N・G）幸せな人生を送りたいですね。私、病気が21歳だから、それから40年、苦しかったから。罰当たらないでしょう。これから死ぬまでは楽しく生きていきたいね。幸せになりたい。

（ボーイ）そうですね。今は、体調はいいですけど。何とか仕事できる状態になりたいですね。今年中に仕事とか。グループホーム出てる位の時は。仕事バリバリしていた26歳ではなく、今の状態で仕事をしていきたいですね。今、作業所で結構やってるんで、このまま続けていけばいいかなと思っていますね。

（みーぼ）今年は、グループホーム出て一人暮らしをしたいです。部屋見つけて。6、7年ぶりかな…長かったです。

（N・G）僕は、滞在型にするのか悩んでいますね。これから滞在型も見てみ

て、それから人の話も聞いて。自分は、本当は一人でできるなら一人暮らしをしたいですね。僕は衣食住の食が問題ですから。夜の食事だけです。でも、願いとしてはね。一人暮らししたいね。

（尹）皆さん、長い時間付き合ってくれてありがとうございます。皆さんの人生の中で、私みたいなものがかわることが出来るのはとても光栄に思っています。単身生活の練習とはいえ、皆さんが望んでいる、描いている生活に少しでも近づけるよう、役に立ちたいと思いますし、それを模索する時間がグループホームでの時間だと思っています。これから一緒に悩みながら歩むことが出来たら嬉しいです。今日は、本当にありがとうございました。

最後に

皆さんとの座談会は、素晴らしい体験でした。個別支援の場面とは全く違って、皆さんの言葉がキラキラしていて、皆さん同士のリラックスできる交流の場がいかに大切であるのか考えさせられました。N・Gさん、みーぼさん、ボーイさんのお話を伺いながら、皆さんの思いも教えていただくことが出来て、感謝の気持ちで一杯です。これからも、皆さんと一緒にメビウスの交流会を作っていきたいと思っています。

尹 聖根



交流会写真④（食事の様子）



はらからの家福社会賛助会について

はらからの家福社会賛助会は、「社会福祉法人はらからの家福社会」の運営の維持・発展のために支援・協力することを目的として、主に財政的支援・協力の活動を行っています。当会の趣旨にご賛同いただける方の入会をお待ちしております。

会費は年間1口2千円から何口でも可能です。会員の皆様には「われら同胞(本誌)」を年3回郵送し、活動報告及び会計報告を行っています。

皆様からいただいた会費は、毎年取りまとめて「社会福祉法人はらからの家福社会」に寄付していただき、その一部はピアサポート活動参加メンバーへの活動謝礼金として使わせていただいております。社会福祉法人はらからの家福社会は、地域移行促進のためピアサポーターの皆さんと協働し、病院が実施するプログラムへの参加や地域との情報交流を定期的に行っております。

郵便振替口座番号

00180-8-130179

加入者名：はらからの家福社会賛助会

会費をご納入いただいた方のお名前を本紙に掲載させていただいております。匿名希望の場合はその旨通信欄にお書きください。

<令和6年9月から令和6年11月の間に会費をご納入頂いた皆様(順不同 敬称略)>
辰田 智子 宮城 伸子 春口 明朗 森田 忠男 須長 三郎 長澤 則子 塚田 ひとみ
峯岸 桂一 中村 典男 倉田 良志子 小峯 尚三 森田 林三 丹野 章子 濱野 信一
坂本 泰之 小松 友恵 池谷 敏子 佐藤 久夫 桂田 稔彦 河崎 弘太郎 萩原 久丸
上田 恵美子 山内 慈水 阿部 由美 伊藤 善尚 松本 紀久代 (有)さやか企画
(有)興洋エステート 東京学芸大学 福井研究室 福井 里江 匿名4名
会員の皆様、いつも本当にありがとうございます。今後ともなにとぞ宜しくお願いいたします。

ご寄付の御礼：ALSOK ありがとう運動財団様 ありがとうございました。

【編集後記】

日々春めいて、花だよりが届いていますね。

厚いコートやセーターを片付けて、春色の装いを楽しみたいですね。春の陽気に不調を感じることもありますが、みなさまが健やかに過ごしていただけるよう願っています。

様々な活動でみなさまの一助になればと考えています。

これからもどうぞよろしく願いいたします。

われら同胞編集一同

はらからの家福社会ホームページ

<http://harakaranoie.com/>

【編集人】

社会福祉法人はらからの家福社会
〒185-0021
東京都国分寺市南町3-4-4
TEL 042-323-5637

【発行人】

障害者団体定期刊行物協会
〒157-0072
東京都世田谷区祖師谷3-1-17-102

【定価】¥120

