

HSK 毎月十二回（一・三・五・八・十・十三・十五・十八・二十・二十三・二十五・二十八日）発行
一九九四年八月四日 第三種郵便物承認

HSK

遊ぼうよ

No. 117



「北陸新幹線」（草島 昇 作）

2025年度 通常総会 報告

6月1日（日）午前10時より富山県民会館705号室にて2025年度通常総会を開催しました。

会員11名中10名が県内外から参集し、事業報告、決算から事業計画、予算、役員の改選といった議題について討論しました。

本年度の事業計画としては「働く障害者の会」をつくり、障害者が働く現場の問題点、課題を話し合い、健常者と障害者が共に働く環境づくりのための提言ができるようと計画しています。

また、自立体験室の活用については、グループホーム等でも体験入居ができるようになってきているため、体験室の役割は徐々に縮小してきています。今後は独自の研修や活動のための場として活用していく予定です。

能登半島地震を経て、私達は防災について更に認識を深め、ネットワークづくりに励む必要性を感じています。災害時だけでなく、普段からどのような人間関係づくりをするのか。とりわけ、障害を持つ人達が地域社会の中で周囲の人たちと関係性を深めるためには何をしていけばいいのか。富山県内だけでなく、広く全国的な関係性をつくることや、福祉関係者だけではないつながりの構築等を目指して活動していきます。

午後からは、記念講演として、富山福祉短期大学から鷹西恒先生をお招きして「共生社会とは何か」というテーマで講演していただきました。



福祉制度が整っていく中で、再度、現在の私達の社会が「共生社会」になっていると言えるのか、問い直す必要を感じました。

（写真は講演会の様子）

（文責 田中）

令和6年度 貸借対照表

令和7年3月31日現在

特定非営利活動法人 自立生活支援センター富山

(単位:円)

科目	金額		
I 資産の部			
1. 流動資産			
現金預金	22,704,459		
未収入金	4,330		
前払費用	88,000		
仮払金	16,853		
立替金	208,000		
流動資産合計		23,021,642	
2. 固定資産			
車両運搬具	760,000		
固定資産合計		760,000	
資産合計			23,781,642
II 負債の部			
1. 流動負債			
未払金	17,002		
未払消費税	410,200		
前受金	1,200		
預かり金	121,287		
仮受金	0		
流動負債合計		549,689	
2. 固定負債			
固定負債合計		0	
負債合計			549,689
III 正味財産の部			
前期繰越正味財産		21,727,937	
当期正味財産増減額		1,504,016	
正味財産合計			23,231,953
負債及び正味財産合計			23,781,642

4 月の仮想喫茶「リーぶるライフ」報告

自立生活支援センター富山では、仮想喫茶「リーぶるライフ」と称して、月 1 回 ZOOM を使って理事・正会員の交流の場を設けています。4 月は、東京都三鷹市で NPO「グレースケア機構」を運営されている柳本さんをゲストにお迎えしてお話を伺いました。

柳本さんは大学生の頃、大阪や兵庫で障害者の介護にかかわっておられて、介護保険制度が始まる以前からヘルパーをやったり、作業所で働いたりしたそうです。その後、高齢者の介護もやっておられたそうですが、介護保険制度内で動くことに窮屈さを感じて、使いやすく・働きやすいシステムを作りたいと 2008 年にグレースケアを始めたそうです。

「生活するということは何でもあり」と、ヘルパー事業、デイ、訪問看護、シェアハウス、フリースペースなど多角的な活動を展開されています。「制度より生活を見よう」と高齢者の旅行に同行する自費サービスや、介護を担う家族が病気になった時のカバー、若い認知症の方、ALS やパーキンソン病といった難病の方にもかかわっておられます。ヘルパーさんも資格・経験を生かして家の片付けや、郷土料理を作ったりするサービスもあるそうです。縦割りではなくケアサービスとして制度を合わせていきたい。障害者の制度には「人権」があるのに介護保険にはなく「社会生活」の文言もない。ADL 自立のみを求められているように思うから、介護保険を障害者の制度並みにしたいという思いがあるそうです。

現在、グレースケア機構のスタッフは 180 人ほど。週 20 時間未満で働くスタッフさんも多く、登録型の方がメインだそうです。それは扶養の範囲内で働きたい方や自分のやりたいことが他にあって空いた時間で働きたいという方がいらっしゃるからだそうです。訪問先には自転車で 30 分以内で回れるそうで、東京だからできるのかなと感じました。富山だと利用者宅を回するには自動車必須で長距離を移動されているように思います。

法人の仕組みとして、管理者が上にいるのではなく、やりたいことをやるという方針で、介護のみではなく同じ人が広報や経理もやるそうです。問題意識のある人が進めていくので、医療的ケアも自主的に始められたそうです。余剰利益が出たらスタッフに配るようにしているとか。住み慣れた場所で最期までみるとのことで、死後事務委任や成年後見もやっているそうです。「おひとりさまプラン」と称して、入退院の手続きの手伝い等もやっているとのこと。

また、就学支援として、大学に通う学生の付き添いもやったそうです。最初の 2 年間は市が費用を負担し、あとの 2 年間は大学が費用負担するということではじめたそうですが、在学中に大学のバリアフリー化も進んだそうです。

法人の理事は 4 人。それぞれが各部門の責任者です。8 つの拠点がありますが、赤字さえ出さなければ好きなことをやっていい事としていて、まずは現場ありき。少しズレても同じ方向を見て進んでいこうとしているそうです。

1 時間の予定があっというまに過ぎてしまいました。東京と富山の違いも色々感じつつ、ヘルパー不足の問題等、共通の課題もありといった回でした。

お話を伺った柳本さんが代表をされている NPO 法人 グレースケア機構さんについて…

三鷹オフィス：〒181-0013 東京都三鷹市下連雀 3-17-9（三鷹駅南口・徒歩 10 分）Tel: 0422-70-2805 Fax: 0422-24-8307 E-mail: office@g-care.org
スタッフ：90 名（2024 年 10 月現在） 介護福祉士 92 名、社会福祉士 8 名、精神保健福祉士 3 名、看護師 7 名、鍼灸・マッサージ師 3 名ほか、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、保育士、管理栄養士、調理師、整理収納アドバイザー、英検・中国語検定、俳優、パソコン講師、秘書、僧侶など

（寄 稿）

「車いす目線から巡る七尾の旅」24

桶屋 善一

5月に入り、爽やかな季節となりました。ゴールデンウィークの七尾のイベントは、青柏祭、花嫁のれんです。

青柏祭は、5月3～5日に府中町・鍛冶町・魚町の3町から、歌舞伎の名場面を表現した人形の3台の大きな山車（でか山）が七尾市内を巡り歩き、5日に3台のでか山が能登食祭市場前に揃います。

先日のニュースで、小学生たちが市内の山王神社で、でか山保存会の人たちからでか山について学んだと報道されていました。

花嫁のれん4月29日（火祝）から5月11日（日）までの期間、石川県七尾市の一本杉通りにて第19回『花嫁のれん展』が開催されました。加賀・能登の風習。結婚式当日、嫁ぎ先の仏間にかける婚礼道具が“花嫁のれん”です。七尾市の一本杉通り商店街の通り沿いのお店などに、実際に使われていた美しい花嫁のれんが、一本杉商店街通りの店舗前に100枚近く飾られます。

読者の皆様、来年のゴールデンウィークは、能登・七尾へ来て青柏祭、花嫁のれんをご覧頂いて、能登の美味しいものを味わって頂ければうれしく思います。



トイレ入り口に加賀友禅の壁画

北陸新幹線 金沢駅・中2階の多目的トイレ 北陸新幹線に乗車するには、直ぐに北陸新幹線のホームへ行けるのではなく、一度、中2階の改札口を通り過ぎる必要があります。

中2階は、北陸新幹線に乗車するための待合室になっています。売店、飲食をする場所もあります。北陸新幹線の

駅は、ほとんど同じ造りになっていると思います。しかし、開業10年が経過しているので、大分変わっているかもしれません。

中2階の多目的トイレの入り口に、美しい加賀友禅の夜空に浮かび上がる満月を描いた壁画があります。金沢らしい素敵な加賀友禅の壁画です。壁画の前で記念撮影をしました。

写真14は、中2階の多目的トイレの設備を順番に撮ってみました。多目的トイレの設備は、どこの多目的トイレも同じです。便座の種類、高さに違いがあります。

写真15は、中2階の多目的トイレの寸法を計測してみました。あまり役立つことはないかと思いますが、掲載しました。



- ・トイレ入り口：113 cm 横幅：60 cm 奥行き：280 cm
- ・便座の高さ：40 cm 幅：67 cm 奥行き：60 cm
- ・便座から呼び出しボタンまでの距離：50 cm

～次号へ続く～

脳性麻痺の二次障害(人工股関節手術)について No. 4

平井 誠一

*2024年12月18日

手術後今月で6ヶ月目になります。デイサービス利用は3ヶ月間で終わり、11月から家の風呂場でシャワー浴をやっていました。週2回です。家の風呂は40cmの段差を上って脱衣場があり、そして身体を洗うところがあります。その横に埋め込み式の浴槽があります。デイサービス利用は人工関節を入れたばかりの私にとって術後の身体の清潔さを保つことと体力や筋力を付けるために大事な時期だったと思います。脱臼を防ぐために必要だったと思います。デイサービスでは座って浴槽に入る機械浴でしたが、足を伸ばして浴槽に入ることになるため、足を伸ばすと筋緊張が出るために自分で足の動きを制御することは難しく脱臼をもたらす可能性があったのでシャワー浴で対応してもらいました。夏だったので、それでよかったと思っています。デイサービスでは、パソコンや携帯を持ち込んで仕事もさせてもらいました。研修などがあるときは、午後から出かけて行かせてもらいました。

11月から家でヘルパーさんに来てもらってシャワーを浴びることにしました。家の風呂は段差を40cm上らないといけないのですが、これは割と簡単にできました。20cmの踏み台を置いて上ることができました。問題は、埋め込み式の浴槽に入る手段でした。術前は、手すりを利用して立って降りていきました。二次障害が出る前は、這って浴槽に入れましたが、17年前に二次障害で頸椎の手術をしてから這うことが出来なくなりました。手に力が入らないのと体幹の維持が難しくなりました。転がると一人で起きあがるが出来なくなったのです。それは、今も同じです。

訪問リハビリは、退院後から週2回、1回40分で続けています。あとは毎日自主トレーニングを続けてきました。脱臼のリスクを防ぐためには人工関節を入れたところに筋力を付けていくしかありません。段差昇りと家で簡易平行棒を作って前向き歩きと横歩き、ストレッチ、足踏み、長く立っていられること。横歩きで段差を上ること等を続けてきました。ここでの課題は、体力づくりと筋力作りでした。浴槽に入り、浴槽から上がってこられるだけの体力と筋力が必要だからです。

もう1つは、脳性麻痺の筋緊張をどのようにできるかでした。結論からいえば、人工関節の手術はそれまでの痛みがなくなり、足に力が入るようになりました。そのことにより筋緊張や痛みも減っていきました。全くないとはいえませんが、術前より足に力が入り立ちあがったり、立っていること、手すりに繋がって歩くことは安定しています。痛みは、少し動きすぎたり、リハビリを少しやり過ぎたりしたときに少し感

じるくらいです。お風呂には手すりを追加しました。以前の手すりは床から60cmの低めで中腰になっていたのですが、今は床から80cmにしました。腰を伸ばした状態で手すりが付くことによって安定した身体の状態が保て負担も少なくなりました。

もう1つは、人工関節を入れたことによって取ってはいけない姿勢があります。また低い物に座ると立てなくなるのでトイレの便器の高さには気を付けています。足の内転防止に気を付けています。寝ているときも気を付けています。昨日、退院後初めて浴槽に入りました。気持ちよかったです。ちなみに浴槽の手すりを追加したときのお金は14万円少々です。その内の介護保険で1割が自己負担です。今月の下旬に主治医の受診があり、そこで内転防止装具を取ってもよいか決まります。

浴槽の中の内転防止装具はありませんが、それに代わるベルトを探しました。濡れてもいいもの、伸び縮みして丸裸で利用できて安全を保てるものを探しました。福祉用品ではありませんでした。入院中から飲んでいて薬は9月中に1ヶ月掛けて完全に抜きました。医師からは、薬は全部抜いて下さいといわれました。痛みやその他の症状ありません。（脳性麻痺の二次障害について研究論文等では子どものものが多く書かれているようですが、大人のは少ないようです。学校を終えてから病院に行く人が少ないのと「行っても治らないんだから」という人も多いと思います。私もそうだったのです。17年前の頸椎の手術をしてから1年に1回の定期健診を受けるようになりました。ボルトのズレや頸椎のズレ、ADLなどを見えています。脳性麻痺だからと行ってみんな同じようになるわけではないようですが、二次障害をそのままにして生活するのも辛いものがあります。また、手術を受けた人の情報も少ないと思います。私の場合はこうでしたということを書くことによって参考にしていただければと



思います。今回の手術は、頸椎手術を行った医師と股関節手術をおこなった医師は、同じ病院におられて脳性麻痺の二次障害のことを共有されていました。それも良かったことなのかもしれません。）残念ながら、肩まで浸かることができません。

（←浴槽に入れました）

*2025年1月24日

昨年の12月下旬に手術して6ヶ月が経ちました。病院の定期健診があり、あと6ヶ月間は内転防止装具装着と訪問リハビリを続けることになりました。今年の1月から歩行器で歩くリハビリを始めました。17年ぶりに歩行器を使って歩きました。まさか歩けるようになるとは思いませんでした。そして71才になって歩けるとは思いませんでした。手術したところは、痛みも無くしっかりと体重を掛けても安定しています。今は、体力が今一つですが、少しずつ体力が付いてきています。お風呂は、最初に湯船に入り最後にも湯船に入ってお湯に浸かって上がれるようになりました。手術前よりも股関節はしっかりして安定しています。ハビリの先生からは、想定外の出来事だといわれています。私自身も想定外です。歩行器で歩けるようになるとは思いませんでした。どこまで、リハビリでいけるのかわかりませんが、リスクの脱臼に気を付けながらやっています。筋緊張や不随運動は、手術で股関節の痛みが取れたおかげで以前より少なくなりました。

*2025年4月26日

脳性麻痺の二次障害で全くの寝たきりになったのは18年前でした。歩行器で歩いていたが年々歩けなくなり、身体や顔に痛みやしびれを感じ、眠れないくらいになり、緊張が強くて汗がダラダラかくようになりました。エアマットを借りて引いたのですが全く効果なしだった。エアコンで身体が冷やされると汗がダラダラ出て、痛みを感じその場に居られなくなりました。小便も立ってしていたが、腰砕けになり小便がズボンによくかかってビシャビシャになりました。その頃は畳の上で座っていたのが座れなくなり、ベッドにあがるのも一人でできなくなっていった。腕も上がらなくなり一人で食事することや歯磨きもできなくなっていった。我慢できず急遽金沢の病院に入院することになった。そこで手術することになりました。手術前のMRIやレントゲンは頸椎がつぶれて肩の中に入っている状態だった。手術後も、手の動きがなかなか回復せず、病院まで来て友人たちがご飯を食べさせてくれたり、着替えや歯を磨いてくれたり、洗濯してくれたりしてくれました。一人でできるようになったのは2～3年かかったと思います。

2000年以降、医師と私達が一緒に脳性麻痺の二次障害とポストポリオの講演会に取組んだり、実際に二次障害で手術を受ける方と関わってきましたので、自分の時は知っている状態で入院や手術を受けられました。手術を受けなかったらどういう状態になるかも医師から聞かされていました。「手術してもしびれは治らないよ」とも言わ

れていました。

「障害は個性だ」といわれるようになり、私にはなかなか受け入れることが出来ませんでした。今も受け入れていません。私には、個性的な生き方があると思っています。その後も、脳性麻痺の方の二次障害で手術をされる方の相談や病院に付き合うこともやっています。当事者自身なかなか関心が無い方が多く、だいたい悪くなってから相談される方もおられます。ほとんどの脳性麻痺の方は、学生でなくなると自分の障害の事で病院に行くことがなくなります。それは「病院にいてもよくならないから」「治らないから」という理由です。リハビリも同じ理由です。それはリハビリに関わる側も同じように考えているところも多いからだと思います。確かに障害はよくならない、治らないが、歳を重ねるに従って筋緊張や不随運動によって障害が悪くなっていくということを知らなければならないと思います。

私は、18年前から1年に1回の定期健診を受けています。MRIやレントゲン、握力や可動域咽をはかられています。今回の股関節は、ずっと検査を受けてきたので、どのタイミングで手術を受けるかを医師と相談してきました。自分の身体の変化を知っていくことがすごく大事だと思います。また、脳性麻痺の二次障害は、頸椎や股関節だけでなく、いろんな障害をもたらすか知っておくことも必要だと思います。単なる外科的、呼吸器内科的なことと考えずに障害から来るものかもと疑ってみることも大事だと思います。



（※ 文章途中の日付はFacebookに載せた日付です）

会費の納入をお願いします

皆様におかれましては、日頃から私たちの活動にご理解・ご協力いただき、ありがとうございます。

今年度の会費納入をお願いする時期となりました。皆様からいただいた会費は、その年度の活動の礎となり、さまざまな可能性にチャレンジする原資となります。会費納入用の振込用紙を同封させていただきましたのでご協力いただけると幸いです。既にご入金いただいた方には失礼お許しください。

機関誌は年4回の発行ですが、当法人のホームページ、ブログ、X(旧Twitter)で随時活動に関する情報を更新していますので、ご覧いただき、ご意見やご要望をお寄せください。(文責 田中)

* ボランティアさん歓迎します *



生きる場センターでは外部講師を招いて生活に即した内容の学習会やコンサートを開催しています。富山市の出前講座を利用することが多いです。音楽が好きな人も多く、演奏ができる方に来ていただくと一緒に歌ったりして楽しい時間を過ごせます。平日の午後ですが、一緒に楽しい時間を過ごしていただける方を募集しています。



GWに県外から小学生の時から
の友人が来て、行く先々で駐車場
が満車であれず、次に行く所を
決めたりと大変でした。NYタイ
ムズで紹介されたこともあり、G
Wはより一層多くの人で混んでい
ました。沢山の友達に富山の良い
所を見てもらいたい反面、静かに
暮らしたいという気持ちもちよつ
とあり複雑ですが、富山に来てよ
かったと思ってもらえる所になつて
欲しいです。

(文責 川崎)

* スタッフからのひと言 *

編集人：特定非営利活動法人
自立生活支援センター富山
連絡先：〒930-0024
富山市新川原町5-9
レジデンス新川原1F
tel 076-444-3753
fax 076-407-5557
郵便振替：00700-5-47253
自立生活支援センター富山
発行人：北陸障害者定期刊行物協会
富山市今泉312番地
定 価：100円
年間購読料：400円