



「初冬の朝」

須山 真行

葛野大路を北上して、通勤しています。三条通りか御池通りを過ぎるあたり、空気が入れ替わるような気がします。車を少しバックさせます。宇治から出発します。宇治川大橋を渡る時に、左に愛宕山、右に比叡山、正面に京都市街を見ます。京都盆地が一望です。

渋滞を抜けて、やっと太子道に近づくと、一辺に民家や人々が近くになります。いよいよ右京の生活圏に入ります。実感の最初は、人々の様子より、自転車です。びっくりするほどに駆け抜けて行く親子自転車、それよりも早い若者の疾走、と思いきや今にも倒れるのではないかと心配されるお年寄りのゆったりした自転車、私のハンドルにも力が入ります。

事務所に着くと、間近に愛宕山が見えます。黙ってあいさつを言うのですが、山は黙ったままです。花園での一日が始まります。

社会福祉法人

なづな学園

サービスセンター

ふらっぶ

事務所では、一日中、支援員が出たり入ったりしています。それと同じくらい、利用者の皆さんの様々な生活情報が飛び交います。特に一日の支援状況が集積される夕方に飛び交う情報は、多種多様にとどまらず、実に底深く、一言や二言では言い表せない“生活”のあることを知ることになります。

今更ながらですが、私たちの仕事の根拠となつている法律は、短く縮めて言う「障害者総合支援法」です。

でも、これではよく分かりません。「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」が正式名称です。

名称の長い短い別として、「生活」の文字が二つ入っていることは、市民にとっては身近な存在になっていることと思えます。



改めて、花園かいわいの人々の様子を見ます。時々、ライフに行きます。人々の普段着の生活を感じます。何を買うかで迷っている顔、レジで厳しい表情の顔、マクドでにぎやかに食する若いお母さんと子ども、お年寄りどうしの歓談、実に様々です。買い物かご一杯に詰め込まれたのは今晩のおかずでしょうか。晩になれば、きつと楽しい夕食場面があるのだろうと想像するだけで何か幸せを感じます。

誰にとつても、毎日の生活が順調に運ぶことは最大の生きがいです。それに、笑い・喜び・あすへの希望が付け加われればもつと大きな生きがいと言えるでしょう。障害があろうがなからうが。

期せずして、利用者様と支援員・ヘルパーが、ともに笑いを交わし、喜びを分かち合う場面に出くわす報告に接すると、よかつたな、みんな一緒なんだなど勝手な解釈をしています。

明日がよい日でありますように。



ふらっぶ職員に聞きました！

【日頃から大切にしているポリシーはありますか？】

人それぞれ、これは大切に実践していこう！という想いは様々あるかと思いますが。大層なものではなくどんな些細なことでもそれは一つの「ポリシー」です。皆さんはどうでしょうか？

私のこだわりは、毎日果実を食べることです。

今の季節なら温州みかん、柿、りんご。もう少ししたら伊予柑やハウス栽培のいちごも出てきます。その季節に穫れる旬のものを食べるといいことは、身体にとっても心にとっても大切なことだと思っています。昔は温州みかんを一度に10個食べるようなこともありましたが、摂りすぎは毒だと悟り、今は適量にしています。風邪予防に果実は効果あり！と信じています。

橋元 朋子



私は、主に冬場に関してお茶を飲む際にちよつとしたこだわりがあります。

それは、食事の前に必ず沸騰させる！ということなんです。沸騰していたら当然食事中には飲めませんが、食べ終わる頃には程良く飲める温度になっています。最近では素敵なコースターやシリコン製のフタなどもたくさん売っているので、マグカップと合わせて買いたいなあと考えているところです。

長畑 有紀



私が大切にしていることは家族、特に子どもとの時間です。

ふらっぶでの勤務は日々変則的で朝が早い日もあれば、夜遅い日もある為、中々子どもと関わる時間が少ないです。

ですが、朝起きてから出勤までの時間、夜早く帰ることが出来た日は夜寝るまでの時間に遊んだり、本と一緒に読んだり、休みの日はなるべく一緒に過ごすようにと少しでも時間をとるようにしています。理由はとても簡単で一度他人扱ひされてしまった悲しい過去があったからなのですが、今は早く仕事に行けと急かされますが、これからも継続して頑張りたいと思います。

武野 靖之



ポリシーなんて大それたものはないかなと思ふ浮かばないのですが、最近人から言われたことを一つ。

私は物を食べるときに「いただきます」と「ごちそうさま」を必ず言います。それがお菓子であっても、少量であっても必ず。

今まであまり気にしたことなかったのですが、気がついた今では言わなければ、気がすみません(笑)

当たり前前の、小さなことかもしれないですが大切にしたいです。で継続していきたくていと密かに思っています。

柳原 明花



私は風邪を引きやすいので、冬場は風邪対策を大切にしています。帰宅後、手洗い(30秒以上)、うがい(イソジン使用)、携帯電話の除菌を日課にしています。喉の乾燥も良くないと聞いたので、加湿器をつけ、ハチミツ(殺菌作用があり、喉にも優しい)を摂取するようにしています。お風呂から上がる時は、膝から下に冷たい水をかけて、体温を逃がさない工夫をしています。健康番組を見るのも大好きです。

灌木 愛



私が大切にしていることとして笑顔を挙げたいと思います。笑顔というのは自分と他者がいて成り立つものですよね。社交辞令であるとか、愛想ということもあるかもしれませんが。しかしそういった邪推は一旦横に置いて、誰かの笑顔を見たら自分が笑顔になれるでしょうし、また自分の笑顔が誰かを笑顔を出来ると思えますのでこれからも笑顔を大切にしたいと思います。

松田 健次





私が大切にしていること
 日々過ごしている中で当たり前のよう
 していることや思っていたことが、違うこ
 とが稀にあります。そんな中で自分なりに
 考えることを大切に使っています。物事の表
 面上でなく中身の部分まで考えることが大
 事だと思えます。

人でもそれは当てはまるわけで、日々利
 用者さんと接している中でも同じです。同
 じ場所へ出かける場合でもその日の調子は
 どうなのか、何か他にしたいことなどは？
 これからも日々考えることができる支援者
 でありたいと思います。

渡邊 豊

私が大切にしている小さなポリシー
 は、家を出る際に「いってきます」
 を言うことです。

もちろん誰もいない時や、急いで
 いる時には言いそびれることもありま
 すが、できる限り家族に何かしら
 の合図をしてから家を出ます。

挨拶をしていくとその日一日気持
 ちよく過ごせることと、もし外出中
 に何かが起こり、家族と離ればなれ
 になったとしたら、「いってきます」
 を言わなかったことをきつと後悔す
 るという想いがあるからです。

毎日何気なく行っていることを大
 切にしていききたいと思っています。

元木 友里恵



つどえ！スポーツの輪！

皆さんご存じのように2020年に東京
 オリンピック・パラリンピックが開催され
 る予定です。それに伴い全国的に、スポー
 ツが行える場所を増やしていこう・新しい
 選手を育成していこう！という動きが広まっ
 ているようです。将来、京都にももっと多
 くのスポーツセンターができるかもしれな
 いと期待してしましますね！

ところで皆さん「全国障害者スポーツ大
 会」はご存じですか？この大会は、196
 5年から身体障がいのある人々を対象に行
 われてきた「全国身体障害者スポーツ大会」
 と、1992年から知的障害のある人々を
 対象に行われてきた「全国的障害者スポー
 ツ大会」を統合したものです。大会の目的
 は、パラリンピックなどの競技スポーツと
 は異なり、障害のある人々の社会参加の推
 進や障害に対する理解を広めるために行わ
 れています。毎年国体開催地で開催されて
 おり、来年は岩手県で行われる予定です！

国内でこれほど大きな大会が開かれてい
 るということ、この機会にもっと注目さ
 れることを願うばかりです。まずは足がか
 りに記事に載せてみました。

オリンピック・パラリンピック共々今後
 の動向から目が離せません！

NEW・OPEN! SPORTS・NEWS!



「京都鉄道博物館」

来春、梅小路公園内に蒸気機関車や
 新幹線など53両もの車両・圧巻の巨大
 ジオラマなど数々の展示物が揃った「京
 都鉄道博物館」が新しくオープンします。
 展示物だけではなく、運転シミュレータ
 で運転手気分を体験できたり、今では博
 物館でしか乗れないSLスチーム号に乗
 ることができます。どれも鉄道ファンに
 はたまりませんね！

さらにJR西日本と京都水族館、京都
 芸術大学が共同して行われるJR京都駅
 から梅小路公園までの市道、約1キロに
 ペンギンなど海の生き物と鉄道をモチー
 フとした15作品が飾られるそうです。
 お散歩がてら楽しむにはもってこいです
 ね！

オープンは、H28年4月29日の予
 定です！電車に興味がある方は是非訪れて
 みてはいかがでしょう？

～国内最大の漫画博物館！～

京都国際漫画ミュージアム

おすすめスポット

京都国際漫画ミュージアムは、元 龍池小学校の歴史ある校舎を使用した国内外の漫画に関する貴重な資料を収める日本最大級の漫画博物館です。

2006年に開館し、新たな京都の観光名所として全国から多くの人々が訪れています。数十万点もの漫画を所蔵しており、自分の読みたいものを自由に選び椅子やソファにゆったりと座って読むことができます。

その他にも親子向けの床に座れるコーナーや、屋外グラウンドの芝生の上でゴロゴロしながら読むなど、読み方も自由に選ぶことが可能です！

また漫画が読めるだけでなく、様々な常設展示物があり、中でも巨匠手塚治虫が生んだ火の鳥の巨大オブジェはまさに圧巻です！

さらにワークショップやセミナー、紙芝居などの参加型イベントや、特別展などの催し物も定期的に行われています。特別展には国内外から様々な展示物が漫画ミュージアムに集まります！

漫画の続きを読みたいけれどお腹が減ってきた・・・そんな時でも安心！漫画ミュージアムには、ミュージアムカフェ「えむえむ」があり、ハンバーグやパスタなど美味しいお食事を楽しめます！さらにカフェの壁には著名な漫画家達の直筆イラストがあり、食事を楽しみながら眺めるのにもってこいです！

漫画やアニメが好き！ゆっくり色々な作品に触れてみたい！また元龍池小学校の歴史ある建物内を見てみたい！など興味がおありの方は一度訪れてみてはいかがでしょうか？

[料金]

大人800円

※障害者手帳提示で本人と介助者1名に付き無料

[アクセス]

京都市営地下鉄「烏丸御池」より徒歩約5分

京都市バス 15、51、65系統 烏丸御池停留所下車すぐ



編集後記

空気ががらりとかわり一気に冬になりましたね。皆様どのようにお過ごしですか？編集担当はといえば、家にはいる際はこたつに寄生して過ごしております。暖かいこたつの中はなんとも言えない心地ですね(笑)

さて、今回のふらっぶ通信いかがでしたでしょうか？「ポリシー」とはまた難しいテーマを！と皆さん思われたかと思いますが、大層なものではなく日常的に何気なく行っている行動や、思っていることなどに必ずその人らしい一面が現れてくると私は思い、このテーマにしてみました。皆さんにとっても、普段深く考えないようなことを改めて見つめる機会になれば！と思っております。

寒い日が続きますが、体調にお気をつけてお過ごしください。

R

