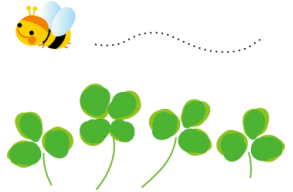


ながおかきょうししょう しゃそうだんいんつうしん 長岡京市障がい者相談員通信

この通信は、長岡京市障がい者相談員から、ちょっとした悩みを抱えておられる方々へお届けするものです。とくにお悩みのない方も読み物としてお楽しみください。

障がい者相談員ってどんな人？

国の制度に基づいて、市の相談員として活動しています。
市民からの障がいに関する相談に乗り、アドバイスをしたり
市役所や病院など必要な機関につなげたりしています。



身体障がい者相談員・・・視覚・聴覚・肢体のいずれかの身体障がいのある人
知的障がい者相談員・・・知的障がいのある人の家族

障がい者相談員に相談をしたいとき

* 心身障がい者相談日に参加する

- 事前予約は不要です。直接会場にお越しください。
- 無料です。
- 場所：分庁舎3（福祉事務所）1階会議室1
- 日時：毎月18日（土日祝日の場合は翌平日）午後1時～4時



* 相談員に直接連絡する

相談員の名前、連絡先一覧は、障がい福祉課の窓口で配布している障がい者福祉のしおりに記載しています。電話・ファクスなどで気軽にご連絡ください。

* 市役所障がい福祉課に連絡する

障がい福祉課から相談員におつなぎします。電話、ファクス、Eメールのいずれでも構いませんのでご連絡ください。

こんなときは障がい者相談員にご相談を！

知的障がいがある子どもの子育てで悩みや不安を聞いてほしいけど誰に相談すればいいだろう？

同じ障がいがある人と色々な話をしてみたいけど、どこに行けばいいんだろう？

特別支援学校って
どんなところ？

補聴器ってどこで
買って同じ？



ほか ぎょうせい そうだん たか かん ひと どうじしゃ わ なや くる
他にも、行政に相談するのはハードルが高いと感じておられる人、当事者にしか分からない悩みや苦
しみなどを抱えられている人のお力になれるかもしれません。
しょう しゃそうだんいん こじんじょうほう とりあつかい ほ ごおよ しゅひぎ む あんしん そうだん
障がい者相談員は個人情報 の取 扱 について保護及び守秘義務があります。安心してご相談ください。
しつもん いけんなど きがる れんらく
ご質問・ご意見等がありましたらお気軽にご連絡ください。

ながおかきょうししょう しゃそうだんいん こえ 長岡京市障がい者相談員の声①

しんたいしょう しゃそうだんいん 身体障がい者相談員

こうつうじ こ したいしょう ねんめ こんねんどはし そうだんいん わたし てき
交通事故で肢体障がいになって 9年目です。今年度初めて相談員になりました。私 なんか出来るの
かなととても不安でしたが、経験してみても初めて分かることがあるよと推薦していただいたので、引き
受けさせていただきました。相談日までに本を読んで基本的な心構えを少しですが勉強しました。
こんねんど えいきょう がつ はし そうだんび らいちょう かた
今年度はコロナウイルスの影響から8月に初めての相談日がありましたが、来 庁される方はありま
せんでした。緊張していたのでほっとした半面、少し残念な気持ちにもなりました。皆さんは外 出
時にマスクをして外出先で消毒、帰宅後は手洗い・うがいをして感染防止に気を付けられているにも
かかわらず、一向に収まらないどころか益々まんえんしてきています。これ以上いったい何をすればい
いのかわからないまま1年が過ぎてしまいます。特に障がい者、高齢者、基礎疾患のある方は注意が
ひつよう い わか ひと じゅうしょう じゅうぶんちゅうい ひつよう
必要と言われていますが、若い人も重症にならないわけではなく充分注意が必要なので、みんな
のこ おも けんこうだいいち せんてんてき びょうき とちゅうしっかん とうとうさまさま
乗り越えられればよいなと思っています。健康第一ですね。先天的な病気や途中疾患、ケガ等々様々
な理由で障がい者となったことで受ける差別や不便さを、完全に無くすことは難しいかも知れません。
じぶん きもち ひと はな すこ ところ かる し
でも自分の気持ちを人に話すことができれば、ほんの少しでも心が軽くなるかも知れません。そのお
てつた てき うれ おも しんらい そうだんいん
手伝いが出来れば嬉しいと思っています。そしていつか信頼される相談員になれるように、たくさん
かた はなし き ねが
方のお話を聞かせてください。よろしくお願ひします。

ながおかきょうししょう しゃそうだんいん こえ 長岡京市障がい者相談員の声②

ちてきしょう しゃそうだんいん 知的障がい者相談員

「寒くてなかなか布団から出れへんかったわ」上 着とカバンを抱えて2階から降りてきたダウン症 の次女
の最近の朝のお決まりの挨拶です。私が「寒いなあ。仕事ご苦労さん」と返すと、「私 5年目やで、みんな
待ってんねん」と言って朝食を摂りテレビ前へ。検温をして体温を「作業日誌」に記入するとじっとテレビの
画面の時刻表示に見入ります。「8時14分」が示されると「行ってくるわ」と言い残して自転車にまたがりさ
っそうと出勤 します。我が家でもくり返されている朝の風景 です。今の職場 は指定就労 継続 支援A型
事業所で職種 はクリーニングです。就職 して5年 あまり、娘 のことをよく理解 してくださっているス
タッフの皆さんの支援のもとで仲間たちとの交流 を楽しみながら働き続けてきました。娘 が働き始めて半年

たったころ、いつもより少し遅く帰宅するなり「もう仕事やめたい」と泣きながら訴えてきました。落ち着かせて何があったのか尋ねてみると、どうやら残業を求められたようでした。残業はほんの30分足らずのことだったようですが初めてのことで、なぜ定時に退勤できないのか理解できずに混乱したようでした。クリーニングを高齢者の福祉事業所からも受注していることを思い出した私が「残って仕事するのはいやなあ。けど配達が遅れるとおじいちゃんやおばあちゃんが着るものなくなって困るから頑張ってきたんやなあ」などと話して聞かせました。このことをスタッフに電話で伝えるとわかりやすく説明することを約束してくださいました。後日改めて「また残業あったらどうする？」と娘に尋ねると「困るけどする。もう泣かへん」という答えが返ってきました。翌年の年の瀬のことです。娘が「私行かないから」と職場で配られた忘年会の案内を差し出してきました。仕事中の私語をスタッフからしばしば注意されていることを聞いていたので「忘年会っておしゃべりしていいんやで。いっぱいおしゃべりしておいで」と両親そろって背中を押しました。迷いを振り切って忘年会デビューを果たし上機嫌で帰宅した娘は頬をピンクに染め少し大人びて見えました。仕事から帰ってくるとその日の仕事の内容や出来事を問わず語りに教えてくれます。話の中に登場する仲間の名前も忘年会以降増えました。娘が仕事を続けるうえで仲間との交流が大きな支えになっているのは間違いありません。職場には年齢のほかには障がいの程度の違いや障がい特性が異なる仲間がいます。仕事ができる仲間には憧れ、後から就職した後輩には、教えてあげなければと気持ちを引き締めていました。やさしく接してくれる仲間に好意を抱いてアタックして実らなかったことも。そして、ときには対人関係の難しさを仲間とのトラブルを通じて学んできました。

昨年の春頃のことです。帰りが遅く心配して表に出て待っていると、自転車を押して帰ってくる姿が見えました。涙を拭くようなしぐさをしたので駆け寄っていくと前後の車輪の空気が抜けていました。パンクを疑って空気を入れてみるとパンクはしていませんでした。バルブの虫ゴムを抜いて空気が抜かれたようでした。心当たりがありました。以前、一緒に帰ると娘が約束したのに守らず先に帰ってしまった、と怒りを募らせたAさんから職場でたびたびきつい言葉を掛けられていたのです。スタッフに連絡したところ、その日のうちに連絡をとって事実確認をしていただきました。Aさんは反省し、もうしないと約束したとのことでした。以降、二人だけで顔を合わせないように配慮をしていただいたようです。そんなある日、職場の外階段で二人が鉢合わせしてしまったときのことを娘が話してくれました。娘が「階段で会ってびっくりしたわ」というので、私が「どうなった？」と聞くと娘が「ご苦労様ですと言った」。「どっちが？」と尋ねると「アタシ」と言うので、「で、Aさんはなんて?」「笑って『ご苦労様です』って言ってくれた」。「それは良かったなあ」と返すと嬉しそうでした。働くなかで身につけ、反射的に口を衝いて出てきた「ご苦労様です」というねぎらいの言葉がふたりのあいだのこじれた関係をほぐしていくきっかけになったようです。

この2月に娘は31歳になりました。支援学校卒業後、就労移行支援事業所、一般就労、就労継続支援B型事業所を通じて経験を積み見聞を広げ、はたらきたいという意欲を枯らすことなく現在の職場に出会い定着することができました。そして同僚の皆さんと信頼を寄せるスタッフに支えられて、ときには仕事の

きび たいじんかんけい むずか たいけん げんき はたら つづ 厳しさや対人関係の難しさを体験しながらも元気いっぱい働き続けています。



あなたも「あいサポーター」になりませんか？

へいせい ねん がつ せこう だれ とも じぶん く ながおかきょうししやう しやきほんじやうれい しゅし 平成30年4月に施行した「誰もが共に自分らしく暮らす長岡京市障がい者基本条例」の趣旨を
ふ へいせい ねん がつ とっとりけん うんどうきやうてい ていけつ 踏まえ、平成30年5月に鳥取県と「あいサポート運動協定」を締結しました。

「あいサポート運動」とは、平成21年に鳥取県から始まった運動で、多様な障がい特性を学び、
しょう 障がいのある人が困っているときに“ちょっとした手助け”を実践するあいサポーターの養成を通じて、
だれ 困 く しやかい めざ と く 誰もが暮らしやすい社会を目指す取り組みです。

「あいサポーター」とは？

さまざま しょう とくせい しょう ひと こま しょう ひと ひつよう はいりよ 様々な障がいの特性、障がいのある人が困っていること、障がいのある人への必要な配慮など
りかい にちじやうせいかつ しょう ひと こま てだす を理解して、日常生活において障がいのある人が困っているときなどに、ちょっとした手助けをす
いよく かた る意欲がある方であれば、どなたでもなることができます。

「あいサポート運動」に関する研修を受けていただき、「あいサポート運動ハンドブック」と「あ
いサポートバッジ」をお渡しします。

あいサポーター研修内容

- あいサポート運動について
うんどう もくてき しゅし せつめい ぶん 運動の目的や趣旨を説明します（10分）
- DVD視聴
しちやう しょう りかい ぶん 障がいについて理解しましょう（45分）
- ミニ手話講座
かんたん しゅわ おほ ぶん 簡単な手話を覚えましょう（10分）

ながおかきょうし じゅごう かのう 長岡京市のホームページからウェブ受講が可能です。
みぎ 右のQRコードからもあいサポーター運動の情報を
かくにん かのう 確認することが可能です。



はっこう ながおかきょうしけんこうふくしじやう ぶんしか 発行：長岡京市健康福祉部 障がい福祉課

でんわ 電話：075-955-9549 ファクス：075-952-0001 Eメール：syougai-fukushi@city.nagaokakyo.lg.jp.