

へばだば 26

編集・発行／自立生活センターPingあおもり 地域活動支援センタースタジオとまと 特定非営利活動法人ピアネット
038-0011 青森市篠田1-8-1 エムズコーポ101/tel. 017-761-2745/fax. 017-761-2746/e-mail, ping@ping-aomori.jp
http://www.ping-aomori.jp/ping_page/index.htm 発行責任者／佐藤 広則

「へばだば」＝アクセス調査隊、西谷隊長が事務所から帰る時に決まって言う津軽弁で、「じゃあね」というような意味。

ピアネット設立10周年記念福祉セミナーを終えて

(関連記事別刷)



蛇沼さん、司会お疲れ様でした。

平成10年秋頃から、当時施設で暮らしていた重度の障害がある人の自立を支援することを目的にピアネットの活動は始まりました。

あの頃は今のようヘルパー制度がなく、よくて一日4～5時間程度を数回に分けた断続的な派遣、しかもサービス内容に制限が多く、重度の障害者が一人で暮らすにはかなりの無理がありました。一番困ったのは、夜間人工呼吸器を使用する必要があったのですが、そのスイッチを押すことが医療行為だとしてヘルパー事業所に拒まれたことでした。

大学生を中心に30数名でボランティアグループをつくり、当事者自身が朝晩の当番を決めて、何とか乗り切りました。今は大抵のことは制度内でできるためボランティアの助けを日常生活に借りることはありません。当時を知る人の中にはあの頃をむしろ懐かしむ人



もいます。ただそういう生活は、ボランティアを集められる人にだけ許される特権であり、そうでない大多数の人にとっては、やはり今がいいのだと私は思っています。だから私たちは10年の時間を続けていくことができたのだと思います。

何気なしに始まった今回の企画でしたが、10月2日が近づき、懐かしい写真でパネルを作ったり、最初からの会報をすべて整理しながら忘れていたいろんな事を思い出しました。

そしてピアカウンセリング講演会。普段は忘れていた今の自分の立ち位置や当事者との距離感など、もう一度考えさせられた一日でした。

(事務局 佐藤)



参加者は35名でした。

26
号
も
く
じ

ピアネット設立10周年記念福祉セミナーを終えて	1	車いす釣りクラブ「大漁」	3
PSCAジャーナル 初の交流・遠征試合	2	新職員自己紹介	3
『電動車いすサッカー促進活動』事業の上半期報告	2	福祉の店 うららオープン	4
西滝3丁目通信		ご協力ありがとうございました!	4
釣りクラブの食べる係をやってます	3	編集後記	4



PSCAジャーナル



10月10日、PSCA初の遠征・初交流試合を盛岡で行いました。試合前日まで大型の台風の影響で、今回助成金で新しく購入した電動車いすサッカー専用の車いすの試し乗りをするために予定していた練習がキャンセルになり、当日も「行けなくなるのでは？」と思っていたらとても天候がよくなり絶好の遠征日和になりました。朝8時ごろに集合場所に集まり、選手、保護者・スタッフ総勢13名でレンタカーを借りて約4時間かけて盛岡へ行きました。

僕自身、学生時代は養護学校で過ごしていたので、その当時は「部活」というものがほとんどありませんでした。ですから、「部活の合宿ってこんな感じなのかな？」とか色々な新鮮味を感じながら道中を過ごしていました。1回の休憩を挟んで昼あたりに盛岡に到着しました。昼食後、盛岡の電動車いすサッカーチーム「PFC盛岡」さんが待つ会場へと移動し、いよいよ試合へ……。会場に入るとなんだか独特の雰囲気包まれていました。(あちらのチームが会場の準備などで忙しくされていたのもありますが)勝ち負けがあるスポーツなので、多少は互いに意識していたと思います。

軽いレセプションの後、試合が始まりました。僕は選手での遠征参加者が4名で、電動車いすサッカーは4人1チームでやるスポーツなので全員がフル出場を果たしました。

試合の内容はというと、初めての試合ということもあり、かなり浮足立っていました。さらに普段使い慣れていない車いすということもあり、全然攻撃の形も作れず、前半のうちの3-0と一方的に相手チームやられてしまいました。後半に入りこちらがゴールキーパーとプレーヤーのポジションを交換して反撃に出ましたが、1点が遠く、結局試合は3-0の完敗で、PSCAの初交流戦はほろ苦いデビューとなりました。

試合後、意見交換と交流の時間があり、練習方法や活動環境の事について意見を交換して交流試合は終了しました。その日の夕方、ホテルにチェックインした後、皆で夕食を食べました。実は、この日チームの選手の中に誕生日の人がいて、この夕食の場でプレゼントを渡すなどして和やかな雰囲気です。

ことができました。

2日目はホテルをチェックアウトした後、岩手県立博物館に立ち寄りしました。縄文土器から始まって動物の化石や戦国時代の甲冑の展示や岩手県周辺に生息している自然動物のはく製の展示などを鑑賞しました。最後はパーキングエリアで昼食をとり、あとは青森まで帰ってきました。

そして、遠征を終えてみての感想は、電動車いすサッカーを通して知り合えた仲間と遠征ができて楽しかったですが、交流試合の結果を考えると課題が多い気がしました。いろんな課題があると思うので、それを一つ一つ言葉にするのは難しいですが、盛岡のチームとPSCAの違いを例えるなら「部活のサッカー」と「体育の授業のサッカー」という感じでした。(ルールやある程度の戦術の狙いがチーム全体で、理解されているかどうかの違い)けれど、今回遠征に参加したメンバーは各々感じたものがあると思うので、それを次のステップへと生かすきっかけに今回の遠征がなかったのではないかと感じています。

今までは集まって練習するだけが、目的のようになっていましたが、やはり「相手」がいると思うと意識が変わってくると思うので、今回は選手4人での遠征でしたが、次回またこのような機会があればチームメンバー・スタッフ全員で参加できればいいなと思いました。(記・佐野元昭)



独立行政法人 福祉医療機構 (WAM) の助成金 (200万円) 交付による『電動車いすサッカー促進活動』事業の上半期報告

- 備品購入**
- ・サッカー用電動車いす (イマセン スポルト) × 2台
 - ・防具用ヘルメット × 15個
 - ・ビブス (10枚入り) × 3袋
 - ・大型スポーツバッグ × 1個

- 保険加入** 財団法人スポーツ安全協会 スポーツ安全保険加入 (14名)

- 遠征活動** 10月10日 (土)・11日 (日) 盛岡遠征
- ・交通費 (レンタカー代、高速料金、ガソリン代)
 - ・宿泊費 (ホテル代)

以上の内容で事業実施しています。来年3月までの下半期も電動車いすサッカー促進を目的とし活動して参りますのでよろしく願い致します。



ビブス



西滝3丁目通信

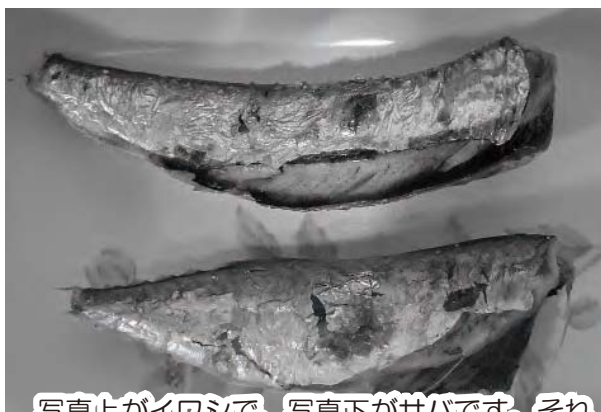
釣りクラブの食べる係をやってます

昨年からはまった釣りクラブ。毎回、サバやアジなど何かしら釣れるのですが、だれも魚を持って帰ろうとしません。いつも僕が全部いただいております。

持ち帰った魚はもちろん全て食べてます。圧力鍋で煮て骨ごと食べたり、唐揚げや塩焼きにしたり……。ちなみに今までで美味しかったベスト3は、

- 1位 シャコ（塩ゆで）
- 2位 メバル（煮魚）
- 3位 サヨリ（唐揚げ）

です。海釣りは食べられる魚が釣れるのがいいですね。



写真上がイワシで、写真下がサバです。それなりのサイズが釣れたので塩焼きにしてみました。味は普通でした。

新職員の自己紹介

みつや かな
三津谷 佳奈

年齢：29才

目標：安全運転！

趣味：DVD鑑賞、ショッピング、お菓子作り

大好きな時間：動物大好き♥
一緒にいると癒される。

◎コメントー入社して早3ヶ月。親切で多才な方々に囲まれて自分の中でいろいろな変化が生まれました。これからより刺激をもらいながら頑張っていきたいと思います。よろしくお願い致します。

仕事内容 スタジオとまと職員として、送迎、女性利用者の介助、作業の手伝い、など



車いす釣りクラブ

「大漁」



蛇沼勇樹

第5回釣りクラブを7月15日（木）に行いました。

今回は船の博物館裏をポイントとして予定していたのですが工事のため釣りできず。中央埠頭も向かい風のため誰一人釣り人はおらず。

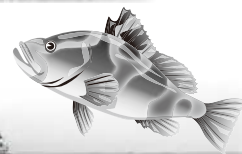
近いということで前回と同じ浜町埠頭で釣りをすることになりました。

今回は参加人数もいつもより多く魚も大漁でした。

釣果はというと……サバ6匹？、アジ2匹、ハゼ1匹、アイナメ1匹、シャコ4匹。

数こそ釣りクラブ第1回目に負けるもののサイズ、魚種ともにバリエーションがあって非常に楽しめました。

釣りクラブでは釣りをした回数が多い浜町埠頭ですが今回が一番釣れました。



ネットショップ

とまとストア

<http://www.tomato-store.com/>

お問い合わせ

メールアドレス master@tomao-store.com

TEL / FAX 017-761-2770

年賀状見本ができました——ご注文承ります。

福祉の店 うららオープン



場所：アウガ4階

営業時間：10時～18時

定休日：毎週水曜日 ※祭日の場合は営業しています。

＜店内紹介＞

現在、青森市内20ヶ所の障害者施設関係の商品を販売中。

手芸品、木工製品、軽印刷物、食品（お菓子関係）などなどでそれぞれの施設で障害当事者が作った製品を取り扱っています。（一つ一つ丁寧に製作されてますよ！）

マネージャー1名と障害当事者スタッフ6名（男性2名・女性4名）が勤務しており、障害区分としては、

身体障害者	3名
知的障害者	2名
精神障害者	1名



ミニぞうり

の6名で、午前・午後それぞれ3名ずつの交代制で行っています。

7月中旬よりオープンし約3ヶ月経ち、スタッフさんも接客やレジ打ちなどにも徐々に慣れ、これからの活躍にますます期待です！



スタジオとまとコーナー

ポストカードが人気です。

ペア弁当袋

「2009しんまちふれあい広場」に参加して ご協力ありがとうございました！

8月23日（日）11:00～15:00

晴天に恵まれて、たくさんの人出でにぎわいました。

スタジオとまとでは恒例のフリーマーケットでの参加で、19,000円の売り上げがありました。

スタジオとまとの作業用原材料購入などの活動資金として大切にに使わせていただきます。

物品をご寄附下さった方々、売上にご協力下さった方々、ありがとうございました。



毎年大人気のよさこい

編集後記

- 仕事上のいろんな事が重なって能力の限界を超えているので、整理する能力が今は欲しい。(M)
- ペンタブレットを使ってパソコンで絵を描いてみました。マウスよりはるかにいいです。
欲しいけど、いいのは値段が高い(2～3万円)なので当分我慢です。(西滝)
- 最近、めっきり寒くなってきて、普通にガンガンストーブ点けてるし、朝、ふとんからは出られなくなってるし……。寒いのはキライです。(S)
- ギターを始めて半年ほどになりますが……。ぶっち

やけ上達してるのかしてないのか分からない気がする～！。(J)

- タバコをやめて1年経ちます。ヘビーだったので自分が一番びっくり！よし、自分へのごほうびとしてケント1カートン！！(いや～ん)(N)

- 松島へ観光(生ガキ目当て)にいきたいな～と思いつながら、今年も忙しくて行けそうにない。

紅葉真っ盛りのこの頃、せめて県内の名所で美しい写真を撮りたいなあ。(A)



お-た

ピアネット設立10周年記念福祉セミナー ピアカウンセリング講演会報告

月 日 10月2日(金)
場 所 青森市民ホール 1階会議室
講 師 中尾悦子さん

13:30～15:10

講演

体験を2回

2人組で2分ずつと5分ずつ

15:30～17:00

一部を受けて4人組でディスカッション
質疑応答

まとめ

参加者35名の内訳

障害当事者とその他 約半々
ピアカウンセリング経験者 6人くらい
男女の割合 約半々
年齢は10歳代～70歳代まで
平均約35歳くらい

参加者からのアンケートの概要

- 話がわかりやすく楽しかった。
- 「話を聞くこと」「話すこと」、大変だった。(20歳代当事者)
- 聴くことの大事さ、難しさを知った。
- 簡単そうに思っていたが、大学の面接授業のように思った。
- 「自立」について新しい考え方を得ることができた。できないことはない、と生で感じた。(30歳代専門職)
- ピアカウンセリングを通じて視界が広がった。(40歳代家族)
- あるカテゴリーに当てはめでの援助を知らず知らずしていたと感じた。(30歳代専門職)
- 勉強してみたいと思って参加した。障害者同士で話し合うことがいいとは思えない。

青森
設立10周年記念
相談法の講演会
ピアネット
障害者の自立支援活動を行っている青森市の特定非営利活動法人(NPO法人)ピアネット(佐藤廣則理事長)の設立10周年を記念してこのほど、同市の青森市民ホールで「ピアカウンセリング講演会」が開かれた。障害者を持つ人や介護者など約30人が参加し、ピア

カウンセリングを体験した。
進行性脊髄(せきずい)性筋萎縮(いしゅく)症を患い、車いすで生活する神戸・自立

生活センター「リング」代表の中尾悦子さんが自身の体験を基に講演した。
中尾さんは「子ども

があっても、家に帰ったらお母さんが話を聞いてくれて、それだけですっきりした」という役目

ができたということだ」と、ピアカウンセリングの雰囲気の説明。①カウンセリングの内容は誰にも話さない②熱心に聞く③「でもね」などと言いつつ返さない④ポイントを解説した後に、参加者は隣の席同士で実際にピアカウンセリングを体験した。



自身の体験を交えながら
ピアカウンセリングについて講演する中尾さん