

季刊 GPW 通信

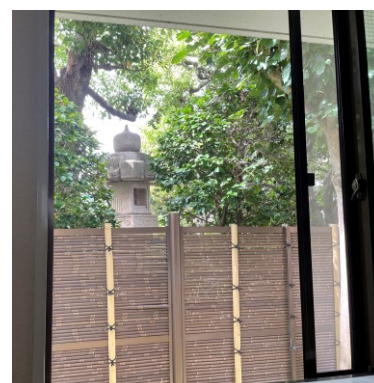
第 20 号 2021 年 秋



事務所前の風景 大きなケヤキが街を見下ろしています。

目 次

ごあいさつ	P1
イベント報告	P2
お知らせ	P3
自慢のガイドヘルパー紹介	...	P4
トピック	P5
アプリ紹介	P6
会員募集・寄付を募ります	...	P7
最後に	P8



事務所の窓からは灯籠が見えます

ごあいさつ

理事長 高橋和哉

東京 2020 オリンピック・パラリンピックが終了しました。しかし、新型コロナウイルスは依然、猛威をふるっています。もう一息頑張りましょう。

新しい事務所に引っ越して 3 か月経過しました。周辺は、豆腐屋、クリーニング屋、散髪屋、銭湯など



すっぽんを追い回す亀

昭和の懐かしい風景が広がっています。大きなケヤキもあります。ケヤキに向かって北に進むと坂を下って善福寺川が流れています。この善福寺川は三面コンクリート張り(これは土木工事の昭和版です)で味気のない川なのですが、このコンクリートがバリアとなって人が川に立ち入ることができません。そのお陰で善福寺川には様々な動物が人を恐れずにのびのびと生活をしています。すっぽんものんびりと甲羅干しをしています。

私の自宅近くを流れる野川は自然そのもので、日中は子供たちが

川遊びしているため、カメ、エビ、小魚、ザリガニは身をひそめながら生活をしています。小動物にとっては、味気ない善福寺川の方が安全かもしれません。

イベント報告

1. 高齢視覚障害者のストレッチ教室

令和 3 年 4 月から新型コロナ感染予防対策を施して開催を継続していました。7 月は 2 回とも、北隣の畑で夏野菜を収穫していた石田さんからお裾分けを頂きました。冬野菜も楽しみです。

コロナ感染第 5 波と猛暑により、8 月 17 日はお休みしましたが、9 月から再開しました。第 3 火曜日の 10 時～11 時 45 分、ゆうゆう今川館で開催しています。



夏野菜のおすそ分け（一人分）

2. 楽しくいちからフランス語

毎月第 2 土曜日の 14 時～17 時まで行っています。緊急事態宣言中も事務所と ZOOM のハイブリッドで開催しています。8 名程度の参加者、ナントからシヨントール、フランス語先生役の島本禎子さん、祖徠千代子さんたちの力を借りて、楽しくフランス語を勉強しています。

フランス語に興味のある方、フランス語を話せる方はどしどし参加してください。

3. ドレミファン！（Do.Re.Mi.Fun!）

7 月 29 日（木）10 時から 11 時 30 分まで ゆうゆう今川館で開催しました。5 名の方が、藤岡さんのピアノ伴奏で歌を歌い、「好きな音」をお題にして話をし、ラジオ体操で締めました。

ドレミファン！をきっかけに、音楽好きの方に集っていただける場所ができました。今後、音楽関連のイベントの企画を広げていくことも考えています。まずは、12 月 21 日（火）午前中 ゆうゆう今川館ホールでイベントを企画中です。ご興味のある方は法人までお問い合わせください。藤岡さんのドレミファン！も定期開催する予定です。引き続きよろしくお願ひします。

4. 社交ダンス

杉並区内の社交ダンスの会「ファミリー」の方々の支援を受けて、6 月 24 日から再開しましたが、8 月に入って再度、休止しています。

隔週木曜日の 10 時から 12 時まで 本天沼区民集会所で行っています。参加費は 400 円～500 円/回です。



社交ダンス 風景

コロナ感染予防のため、全てのイベント参加される方に下記のことをお願いいたします。

1. 当日、入室の際、体温チェックにご協力ください。
2. 室内では、マスク着用での参加をお願いいたします。

換気、社会的距離に配慮いたしますのでご協力をお願いいたします。

日時・場所などの変更があった場合ご連絡いたしますので、全て申し込み登録をお願いしています。興味がある方はお気軽にお問合せ・お申込みください。

連絡先は 03-4285-9727 (GPW 事務所) です。お待ちしております。

お知らせ

利用者向けデジタル活用支援推進事業を開催します



デジタル
活用支援

日本のデジタル化の遅れは以前から指摘されてきました。その遅れはコロナによって白日の下にさらされました。皆さんも記憶に新しいと思いますが、4億円の開発費を投じた接触アプリ「ココア」の不具合、特別定額給付金支給における大混乱、事業化給付金のチェック機能の甘さから不正受給を誘発したりと惨憺たるものでした。ワクチン接種においてもデジタル化の遅れによる問題が散見しています。デジタル化は、日本が国際社会で生き抜くために必要ですが、地域社会にとってもこれを進めないと立ち行かなくなります。ほぼすべての国民がデジタル化の恩恵を受ける状況を作り出さないと国のデジタル化のメリットはありません。

そこで、総務省がデジタルデバインド（情報技術を利用できる層とできない層との間で生じる格差のこと）を解消するため令和2年度から高齢者に対してスマホの利用促進事業を開始しました。令和3年度も事業を拡大し進めています。そこで当法人も応募して、この事業を受託することに決定しました。ほとんどの事業者が高齢者を対象とする中、当法人は、視覚障害者を対象としたスマホ講習会を開くことになりました。

令和4年から10年間の杉並区の基本構想（杉並区の全ての施策の最上位に位置するもの）には、「誰一人取り残さない、という視点に立ち、デジタル技術の恩恵を受けることができない状況にある方たちへのきめ細やかな配慮と対応が必要です。」という文言も入るようなので、この事業は杉並区から後援を受けています。

今回は、1回のみで開催です。しかも参加者は5名と非常に小規模な講習会ですので、参加できる方は限られますが、今回の講習会を成功させて、今後数年かけて杉並区在住の希望する視覚障害者の方に対応していこうと考えています。

令和3年度 だれ一人取り残さない視覚障害者のスマホ講習会 3回シリーズ

場所：高井戸地域区民センター

日時：1回目：令和3年11月23日（火） 10時～15時

2回目：令和3年11月24日（水） 10時～15時

3回目：令和3年11月30日（火） 9時30分～15時30分

対象：杉並区在住の視覚障害者 3回とも参加できる方。

参加費：無料

後援：杉並区

申し込み 高橋 080-3699-5333

自慢のガイドヘルパー紹介

今回は、令和2年9月から活躍してくださっているガイドヘルパー福谷香子さんです。

皆さま、こんにちは。いつも楽しくガイドさせて頂いています。

私は子供の頃から好奇心旺盛で、楽しいイベントや、カフェやパンのお店を探しています。関西育ちなので、土曜のお昼のテレビと言えば、なんとな～く吉本新喜劇を見ていて、ラジオでは、 α (アルファ)ステーションや 802(ハチマルニ)と言う FM を聴いて育ちました。なので、楽しい雰囲気が好きなのかもしれません。

東京には 11 年前に主人の転勤で来ました。東京に来て 1 年後に東日本大震災が発生し、その後は不安な日々でした。被災した方々のことを思うと辛い気持ちでいっぱいでしたが、ボランティアに行くお金も時間もなく、もやもやしていました。そんな中で何か始めてみたいと思っていて、ふと目にした広報誌に、手話講習会の講習生募集を見つけ、何か変わるかもしれないと思い、やってみることにしました。障害者のことを深く知るきっかけになり、困っていることや、抱えてる問題が初めてわかり、このようなことを知ることは重要だと実感しました。ゆくゆくは盲ろう者さんとコミュニケーションがとれる『触手話』や海外の障害者と関われる『国際手話』にも挑戦していき GPW でも、いつの日かお役に立てたらいいな～と思っています。



朗読劇の練習風景 左端が福谷さん

私の趣味は朗読です。きっかけは4年前に放送された『この声を君に』と言うドラマです。キャストは竹野内豊さん、麻生久美子さん、大原櫻子さん、杉本哲太さん等で、朗読教室が舞台で、そこに通う悩みを抱えた人たちが朗読と出会って自分の人生を変えていくという内容で、朗読もストーリーも素敵ではまりました。勇気をもらえて楽しい内容なのでおすすめです。朗読が好きなので、図書館でやっている視覚障害者のための対面朗読も始めました。図書館内にある小さな朗読室で書籍を読むのですが、毎回利用者さんを部屋まで連れてきてくださる方がいて、その時に少しお話ししているうちに、この方がガイドヘルパーだと知り、私も視覚障害者に同行して、お役に立てたらと思い GPW に応募しガイドヘルパーになることができました。いざガイドに入ると利用者さんから学ぶことが多いです。お話が上手な方、色々な知識をお持ちの方、目からウロコな情報を得られる時もあります。それに記憶力が凄いです！もちろん道順もそうなんですが、スケジュールなんかも、ちょっとメモしとこうというのは難しいですよ…そこで私もこれからは、「記憶する」ことも大切にしていきたいなと思っていました。とは言っても年々、記憶力が乏しくなっています。できるだけ耳で聞くだけでなく、心で聴いて、心に書き留めてみようと思っています。

GPW では様々なイベントもあります。私は以前の経験のおかげで、社交ダンス(大学の時に憧れの京都大学で社交ダンスを競技にした競技ダンス部に入部)とゴルフのガイドに携わることができ、とても楽しくガイドして



競技ダンス 手前に福谷さん

います。皆さんが楽しむことを一番に考えながら、皆さんの眼になろうと改めて思いました。コロナ禍で私達の行動範囲が限られてきていますが、細心の注意を払って、楽しいことを探していきたいですね。皆さま健やかにお願いします。

最後に、私の好きな言葉をお贈りします。

「大切なものは、目に見えない。心で見なければよく見えないってこと。大切なことは目に見えないんだよ」『星の王子さま』より☆彡

— トピック —

毎月、第 2 土曜日に開いている「楽しくいちからフランス語教室」は、島本禎子さん、また島本さんが関わっている法人のお陰で始めることがき、現在も継続しています。

皆様にも島本さんと精神障害者を支援している法人のことを知っていただきたいと思い、島本さんにご自身のこと、法人のことを書いていただくようお願いをしました。

みなさま、こんにちわ！

「楽しくいちからフランス語」で一緒にさせていただいているみなさまには Bonjour ！

初めてお目にかかる GPW のみなさま、関係者の方々には「初めまして！」のご挨拶をさせていただきます。

私は現在、杉並区荻窪を中心に事業を展開する福祉会にて、この十数年、理事長役を引き受けてスタッフ一同と汗を流している島本禎子と申します。

「あおば福祉会」は、精神疾患や精神障害を持つ人々が病を抱えつつ住み慣れた地域で自分らしく少しでも笑顔で暮らしていけることを願いながら、日中の活動と生活の場において応援を続ける事業所です。来年で設立 40 周年を迎え、杉並の精神分野では一番古い支援活動団体といえるのかもしれない。

若い頃、福祉に何らご縁なかった私が、今何故福祉会なのか？それには娘の存在が大きく影響しています。父親の仕事の都合上、海外で成長した娘は、小学校高学年になって初めて日本の学校に通い出しました。不器用がゆえに全てに馴染めぬ状態で、数年後、高校生時代に登校不可能に陥ったのです。我が家のそれまでの生き方、価値観を大転換させざるを得ない時になりました。精神の病に偏見があり、正しい知識のなかった私たち家族。娘には非常に辛く悲しい思いを、また成長過程の大事な時期を無駄に過ごさせてしまいました。

数年後に、当時の保健婦さんの紹介で杉並家族会に入会出来たことは幸いでした。日進月歩の精神医療のこと、社会資源や制度の学習も進みましたし、周りの人々の支援にも感謝せずにいられません。しかしやはり日本で精神障害を持って生きることの厳しさは本人には勿論、家族にも言い尽くせぬものがあります。語りきれないたくさんのエピソードや反省、色んなことに対する思いが噴き出てきますが、「過去は変えられない！」これは確かです。

未来に向けてこの状況を少しでも変えていかなくては！という切実な思いと、娘が「病院の先生より作業所の職員さんたちの方が私と一緒にいて私のことをよく理解してくれている」とつぶやいた言葉が、つまり、私を“福祉”の世界に向かわせた原点になったと考えています。

そのあおば福祉会の新たな事業として一般地域の方々にも障害のある人々との接触機会を広

げ、地域に理解と和やかな空気の生まれることを願って開設したのが「交流室エルブ」です。

「フランス気分でティータイム」はエルブの開設当初からプログラムに登場し、すでに 8 年目になりました。そこに参加して下さった高橋和哉さんが、その後 GPW の視覚障害利用者の方たちを核として「楽しくいちからフランス語」を開かれるようになりました。

フランス語の会話や言葉の特徴、異国の文化をみんなで楽しみながら地域の輪が広がっていくことを願っていることは勿論です。加えて、とかく調和ばかりを優先して自分の気持ちを濁しがちの日本において、色々な人がいることを認め合えるためにも自分の思うことを臆せずきちんと声にして互いの交流を楽しめる感覚もみんなで深めていけたら・・・と。

これは精神の病を持つ娘のような人たちにも大切なスキルですが、昔フランスで感じた現地の友人たちの、のびのびとコミュニケーションしている様子と彼らの生き方へのあこがれから発生している私の望みでもあるかもしれません。

人生には色々な山や谷があります。これからますます複雑でかつ油断をすると互いの交流が減じてくるような社会で、障害のあるなしに関わらず、どこかに線を引くことなく、お互いがすべてつながっている感覚で、やはり私たちは素朴に地道に意見を自由に交換できる姿を大事に保ちたい、と願うのです。そうした意味からも GPW のみなさまとは今後も色々な点でつながり、生活しやすい地域社会の充実へ向けて共に歩めることをよろしくお願い申し上げます。

連絡先: あおば福祉会 03-3392-7946 受付:平日 9:30~17:30

URL: <https://aoba-welfare.com/>



2020 年新春 あおば福祉会はフランス政府派遣の精神科医師団 10 名の訪問を受けました。

正面に島本さん

アプリ紹介

皆様こんにちは 森 佑太です。

今回は、タクシー配車アプリ「GO タクシー」を紹介します。

アプリは無料で入手できます。複数のタクシー配車アプリを試しましたが、その中で「GO タクシー」は、登録しているタクシー会社が多く、待ち時間も少ないアプリ

です。雨の日など、タクシーが捕まりにくい状況でも、数分で乗車できることが多く、支払い方法も、クレジットカード、現金、福祉タクシー券など用途に応じて選べます。乗車場所の設定も、住所や建物名、



GO アプリ

駅名などを検索して指定できます。また、アプリの中で領収書を確認できます。

以前「GO タクシー」を利用した際、車内に障害者手帳を落としたことがありました。タクシーを降りて数時間後に手帳がないことに気づき、最後に手帳を出したのがタクシーの中であることを思い出し、アプリの乗車履歴を確認しました。すると、タクシー会社の電話番号、車のナンバーの記載がありました。急いでタクシー会社に電話で領収書の情報を伝えると、利用履歴が残っていたようで一安心。タクシー会社からすぐにドライバーに連絡していただき、手帳は車内にあることがわかりました。親切なドライバーで、わざわざ自宅まで手帳を届けてくださり助かりました。

「GO タクシー」は、ボイスオーバーに完全に対応しているわけではないので、操作している途中で iPhone が固まってしまう戸惑うこともあります。

そんな時は、ボイスオーバーのオンオフを試したり、アプリを再起動することで、再びボイスオーバーで操作できるようになります。皆様も、一度使用されてみてはいかがでしょうか？

新年度 2021年度 正会員・賛助会員を募っています！

日頃より、GPW の活動にご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

皆様、よろしければ 2021 年度賛助会員になって当法人の活動を助けてください。よろしく願います。ご不明な点があれば遠慮なくお尋ねください。

賛助会員 59 名 1 団体 正会員 16 名（令和 3 年 9 月現在）

当法人は障害者も高齢者も住み慣れた地域で豊かな生活を送るための支援を行っています。一人でも多くの方々が支援に参加して下さることを願っています。

会員の方には、GPW 通信を年に 4 回(季刊)定期的に発行し、活動報告をさせていただいております。「正会員」と「賛助会員」の 2 種類があります。「正会員」は、法律上の社員となり、会の構成メンバーとして総会での議決権を持つ等、会の運営に参加していただく方々です。また、「賛助会員」は、会の目的に賛同し賛助していただく方々で、いわば、会の活動を側面から応援をしていただく方々です。会員の区分により、年会費は次のとおりです。

◎ 正会員 5,000 円

◎ 賛助会員 1 口 3,000 円

郵便振替 口座番号 00110-5-696178

口座名 NPO グローイングピープルズウィル

寄付を募っています。

今年度はすでに、山本典子様、東恵子様、浦山万有美様、高橋実様、寺島薫様、市川保様、酒井久江様、堀長生様、江畠弘明様、田村英治様、窪田和泉様、竹村郁様、本間昭雄様、本間律子様、匿名の皆さまから寄付を頂きました。ご支援をありがとうございました。

当法人では、高齢視覚障害者のためのストレッチ教室、音楽を媒体とした集いの場や視覚に障害があってもわかりやすいフランス語教室、料理教室などのイベントを行っています。福祉制度にない活動が実は利用者にとって非常に大切です。このような活動を安定的に継続し更に充実したものにしていくた

め、皆様のご理解とお力添えを必要としています。寄付をお考えの方のご連絡をお待ちします。

最後に タンデム自転車体験記

橋本です。今年の夏も暑かったですね～。

9 月に入っていきなり涼しくなったので、早速タンデム自転車の体験希望が入りましたよ。

体験したのは、見えていた時に車やバイクの運転がお好きだった桑久保さん。ガイドヘルパーさんと
の買い物前に、成田西の杉並児童交通公園に向かいました。今回のパイロットは前回の GPW 通信で紹介した自転車競技をしていた横倉さんです。児童交通公園の自転車道から接続している善福寺川緑地
サイクリング道で、休みながら約 40 分、タンデム走行を体験した桑久保さんの感想はこんな感じでした。

走行中:「歩くよりも速いスピードは、15 年ぶりぐらいで、気持ちいい～。」

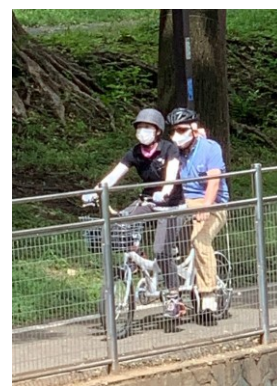
「富良野で走りたいな～！」

走行後:「パイロットを信頼して、リラックスして乗ると、メチャクチャ気持ち
良く風を感じることができるよー。」

「意外に、楽に軽くペダルを踏めるね～。」

「タンデム自転車いいなあ。桑久保号、買いたいなあ～。」

皆さんも、風を感じたくなったら、ガイドヘルパーの依頼とともに、タンデム
自転車の体験希望日時を橋本まで連絡してくださいね。パイロットさえ手配で
できれば成立です。



善福寺川緑地にて

この通信は、音声版も発行しています。音声版を希望する方は、当法人までご連絡をお願いします。
音声版には、この通信の他に「福祉有償運送アンサンプルのお知らせ」も収録しています。

墨字版は、通信とチラシ2点「GPW パンフレット(三つ折り)」と「福祉有償運送アンサンプルのお知らせ」を同封しています。



こちらを睨みつけるやくざな猫

季刊 GPW 通信 第 20 号 (2021 年 秋号) 2021 年 10 月 1 日発行

発行者 特定非営利活動法人グローイングピープルズウィル 理事長 高橋和哉

〒167-0042 東京都杉並区西荻北 3-25-10 メゾン内田 103 号

URL: <http://gpw.sakura.ne.jp> Tel 03-4285-9727. Fax 03-4285-9727