

立川新聞

発行元
立川市自立
支援協議会
相談支援
専門部会



たちかわ かい
立川を紹介します！

えき くるま
駅にはエレベーターもあるし、モノレールもバスも車いすで
乗ることができますよ。そして、いたるところに車いす利用者
が使うことのできるトイレもあって、おでかけも楽しくできま
す。

はな しょうわき ねんこうえん しょうがいしゃてちよう
みどりとお花がいっぱいの「昭和記念公園」は障害者手帳があれば、
本人と付添い1名は無料で入園でき、のんびりお散歩を楽しめます。

ほか ちやう ちひ へくおう かん かも
その他、おしゃれスポット「グリーンスプリングス」、お買い物はお店
がいっぱいの「ららぽーと立川立飛」、北欧スウェーデンからきた家具
屋さん「IKEA」、「立川まんがぱーく」には約4万冊の漫画があり、
こみんか まんが たの
古民家のようなスペースで漫画を楽しめます！



動画で紹介

しょうがい ひと ひと たちかわ めざ
障害のある人もない人も暮らしやすい立川を目指して、
「バリアフルライフ」という動画(ショートムービー)を
作りました。立川で撮影したので、街の様子がわかりま
すよ。 Youtube で検索してみることができます！

<https://www.youtube.com/watch?v=tlAkRnvEQU4>

たちかわしょうがい
立川市動画チャンネル

たんべんえいが
短編映画「バリアフルライフ」

ほんべん どうが にほんごじまく
【本編フル動画・日本語字幕あり】

たちかわ まめちしき たちかわ
立川の豆知識おすすめ！立川でいいところ！

しょうがい かた こえ
(障害のある方からの声)

- なつまつ も あ
・夏祭りが盛り上がるよ！
- しょうわき ねんこうえん はなび
・昭和記念公園ではサプライズで花火も！
- ちゅうおうせん たび
・中央線ぶらり旅もいいね～。
- えき みなみがわ ね かわりよくどう さくら
・駅の南側にある根川緑道は桜がきれいです。
- こうえん かく めいしよ さつえい
・オニ公園も隠れ名所！ドラマの撮影もよくされます。



ワタシハ
ダレデショウ??

とくちよう
特徴をヒントにして考えてみよう！

せいかい した
正解は下にあるよ♪

とくちよう
特徴①

へいせい ねん がつ にち どうようび あき せういち
平成24年10月27日(土曜日)、秋の楽市
2012 において投票の結果が発表され、
最優秀作品(立川市長賞)として「選ばれ
た「立川市公式キャラクター」

とくちよう
特徴②

しっぽが市の花「こぶし」

とくちよう
特徴③

ほっぺがうずまき

とくちよう
特徴④

ふゆ う
冬生まれのうさぎ

とくちよう
特徴⑤

なりそこねキャラは「ウドラ」



こたへ : 「くるりん」

立ち川で暮らしている障害のある人をご紹介します。
身体障害・知的障害・精神障害と障害はさまざまです。
みんな、それぞれ、自分にあった生活をつくっています。

Aさんの一日

8:30起床
コーヒーのんだりして、ゆっくり過ごす
12:30近くのスーパーに昼ご飯や夕食を買いに行く
14:00昼食服薬
★訪問看護、訪問リハビリ、ヘルパーが曜日替わりで来てくれる
テレビを見たりして余暇
夕方入浴
19:00夕食
テレビを見たりして余暇
23:00就寝横になり携帯で youtube

かた ま ひ こうじのうきのう ちいきいこうご せいかつ
片麻痺、高次脳機能のあるAさん 地域移行後の生活について

けい か す こ しんぞんはいたつ のうしゅつけつ
○経過 住み込みで新聞配達をしていたが、脳出血となる

きんきゅうにゅういん びょういん ろうじんほけんしせつやじしこうじのうきのうくねれんしせつ たちかわ たんしんせいかつ
緊急入院→リハビリ病院→老人保健施設→高次脳機能訓練施設→立川にて単身生活

しょうがいじょうきょう しんたいしょうがいしやてちょう きゅう みぎはんしん ま ひ こうじのうきのうしょうがい
○障害状況 身体障害者手帳1級 右半身麻痺、高次脳機能障害

じゅうかんきょう ほ そうつく みんかんちんたい す かん いてんどうくるま しやう
○住環境・補装具など 民間賃貸アパートに住む。簡易電動車いすを使用。

りやう
○利用サービス

ほうもんかんこ しゅうかい ほうもん しゅうかい
訪問看護 週1回/ 訪問リハビリ 週1回

しゅうかい じかん きんせんかんりしえん しゅうかい
ヘルパーさん 週2回 1時間ずつ /金銭管理支援 週1回

OAさんのコメント

たくはいべんとうきょうしや けんか にっちゅうかつどう や
宅配弁当業者と喧嘩したり、日中活動を辞めたりしたけど、

びょういん しせつ じかん かね しよくじ じゅう
病院や施設との違いは、時間、お金、食事が自由なところが

ねん ど じもとはちのへ もど ともだち あ たの
いい。年に1度は地元八戸へ戻り、友達と会うのが楽しみ。



せいしんしょうがい ちいきいこうご せいかつ
精神障害のあるBさん 地域移行後の生活について

けい か わか こう しごと たぼう いぞんしょう どうごうしっちょうしょう はっしょう せいかつ はたん ちゆきにゅういん すうねんまえ たちかわ ひとりく
○経過 若い頃に仕事が多忙でアルコール依存症と統合失調症を発症し、生活が破綻。長期入院となる。数年前から立川で一人暮らしをはじめる

しょうがいじょうきょう せいしんしょうがいしやほけんふくしてちょう しゆどく
○障害状況 精神障害者保健福祉手帳は取得していないが、3級程度

りやう
○利用サービス

しゅうろうけいぞくしえん がた さぎょうじょ じりつせいかつえんじょ ちいきいこうご せいかつ ようす み そうだん の
就労継続支援B型（作業所）と自立生活援助（地域移行後の生活の様子を見てくれたり、相談に乗ってくれるサービス）、

ちいきふくしけんりようごじぎょう かね かんり てつだ
地域福祉権利擁護事業（お金の管理を手伝ってくれる。）

OBさんのコメント

また地域で生活ができるようになってとても嬉しく思います。作業所では一緒に働く仲間もできてやりがいがあります。生活での不安な

ぶぶん さえんしや そうだん いえ ちか あんしん しっぱいだん びょういん こう えいよう
部分は支援者さんにいつでも相談ができて、家の近くにクリニックもあるので安心です。失敗談としては、病院にいた頃は栄養バランス

よ しよくじ ひとりく す か し た たいじゅう ちか ふ
の良い食事でしたが、一人暮らしをしてからは好きなお菓子をたくさん食べるようになって体重が10kg近く増えました。

さいきん けんこう き つ ちいき せいかつ つづ ひ びきらく す
（最近は健康のために気を付けています。）地域での生活が続けていけるように、これからも日々気楽に過ごせていけるといいな。

Bさんの一日

7:00起床朝食、テレビを観ながらパンを食べる

9:00朝礼後、作業スタート

せいそう はこ お やさい かわ どうとう
清掃、箱やチラシ折り、野菜の皮むき等々

12:00昼食、作業所で頼める安くておいしい弁当を食べる

15:00作業終了 帰り道でスーパーに寄って、食材や日用品を

かう
買う

16:30支援者が家を訪問、最近あったお話を

18:00夕食

19:00入浴、テレビを観たりして余暇を過ごす

22:00就寝

ちてきしょうがい ちいきいこうご せいかつ
知的障害のあるCさん 地域移行後の生活について

けい か こうこう そつぎょう しょうがいしやにゅうしよしせつ く ねん
○経過 高校を卒業してからずっと障害者入所施設で暮らしていた。4年ほど前から立川市内にあるグループホームで生活を始めた。

しょうがいじょうきょう あい てちょう ど
○障害状況 愛の手帳 3度

りやう
○利用サービス

グループホーム、生活介護(月～金) いろいろな活動をしているよ、

いどうしえんじぎょう
移動支援事業(ガイドヘルパー)

きゅうじつ す かた
○休日の過ごし方

グループホームの仲間と一緒に買い物に行ったり、移動支援を使って床屋さんや

か もの どうぶつえん よこはま い ちてきしょうがい ひと こうりゅう ば せいしゆんがっきゅう
買い物、動物園や横浜にも行くよ。知的障害のある人の交流の場「青春学級

さんか せいしゆんがっきゅう えんげき れんしゅう りやうり おんがくかつどう
」にも参加。「青春学級」では、演劇の練習や料理、音楽活動のほかにイベント

はっぴょうかい りょこう い
での発表会や旅行に行くこともあるよ。

Cさんの一日(月～金)

6:00起床

7:00朝食

8:30生活介護事業所へ

16:00グループホームへ帰宅
衣類の片付け、居室の掃除
入浴、テレビ

18:00夕食 ティータイム テレビ

21:00就寝



OCさんのコメント

ぼく す じゅうだくがい なか げんかん で こども
僕の住んでいるグループホームは住宅街の中であって、玄関出ると子供

あそ じ ちが い はいひんかいしゅう いっしょ きんじょ ひと かお
たちが遊んでいたりと、自治会の廃品回収で一緒になった近所の人と顔を合

わせること多くて、挨拶もしているよ。あと、近くのコンビニやスーパー

に買い物に行ったりもするんだ。

ぼく す ちいき じゅうみんどうし つよ なつまつ ぎょうじ
僕の住んでいる地域は住民同士のつながりが強くて、夏祭りや行事とか

もお ちいき ひとひと こうりゅう さか ぼく せっきよくてき
も多くて地域の人々との交流が盛んなので、僕たちも積極的に

さんか ちいきこうりゅう たの ちいき なか むすか
参加して地域交流を楽しんでいるよ。

なかま きょうりよく あ せいかつ しょうがいしや
地域の途中でひとりで暮らしていくのは難しいけど、グループホーム

の仲間と協力して生活したり、障害者のためのサービスを利用

したり、地域の人達に助けられながら、自立した生活を送っているよ。

はなし き
「話だけでも聞いてみたい」

そうだん
「相談してみたい」

たちかわ い おも かた
「立川に行ってみたい」と思った方は、

しせつ びょういん
施設のスタッフさんや病院のケースワーカーさん、

ほうもん き しょうがいふくしか そうだん
訪問に来てくれた障害福祉課ケースワーカーさんにご相談ください。

そうだんまどぐち れんらく だいじょうぶ
↓相談窓口にご連絡いただいても、大丈夫です。

そうだんまどぐちいちらん
～相談窓口一覧～

そうごうそうだんまどぐち
総合相談窓口

たちかわししょうがいふくしか
立川市障害福祉課

TEL 042-523-2111

FAX 042-529-8676

たちかわしいたくそうだんじぎょうしょ
立川市委託相談事業所

ふくし
福祉ホットライン

TEL 042-526-1418

FAX 042-521-3134

MAIL cilt@sh.rim.or.jp

ちいきかつどうしえん
地域活動支援センター 連

TEL 042-548-0160

FAX 042-548-6552

MAIL chikatsu-ren@zaitakuen.oe.jp

ちいきかつどうしえん
地域活動支援センター たあふく

TEL 042-503-9109

FAX 042-548-1724

MAIL chikatu@tachikawa-shakyo.jp

ちいきそうだんしえんじぎょうしょ ちいきいこう ちいきでいちやくしえん
地域相談支援事業所(地域移行・地域定着支援)

じりつせいかつせんたー たちかわ
自立生活センター・立川 TEL 042-512-5956

いっほんしゃだんほうじんかいご
一般社団法人介護グループふれあい TEL 042-595-6620

いっほんしゃだんほうじん
一般社団法人 イドコロ TEL 042-512-8159

かぶしがいいしゃ
株式会社 円グループ TEL 042-512-5868

たちかわりょうごえん
立川療護園 はごろもの音 TEL 042-512-7401

「立川新聞」は自立支援協議会地域移行部会が作成し、内容について相談支援専門部会で更新作成しています。