

立川新聞

発行元
立川市自立
支援協議会
地域移行
専門部会

「話だけでも聞いてみたい」

「相談してみたい」

「立川に行ってみたい」と思った方は、

施設のスタッフさんや病院のケースワーカーさん、

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。

↓相談窓口にご連絡いただいても、大丈夫です。

～相談窓口一覧～

総合相談窓口

立川市障害福祉課 TEL 042-523-2111 FAX 042-529-8676

立川市委託相談事業所

福祉ホットライン TEL 042-526-1418 FAX 042-521-3134
MAIL cilt@sh.rim.or.jp

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

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

地域相談支援事業所(地域移行・地域定着支援)

自立生活センター・立川 TEL 042-512-5956
一般社団法人介護グループふれあい TEL 042-595-6620
一般社団法人 イドコロ TEL 042-512-8159
株式会社 円グループ TEL 042-512-5868



立川を紹介します！

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。

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。

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」、「立川まんががばーく」には約4万冊の漫画があり、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

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、街の様子がわかりやすいですよ。Youtubeで検索してみるができます！

<https://www.youtube.com/watch?v=tAkRnvEQU4>

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」
【本編フル動画・日本語字幕あり】

立川の豆知識おすすめ！立川でいいところ！

(障害のある方からの声)

- ・夏祭り盛り上がるよ！
- ・昭和記念公園ではサブライズで花火も！
- ・中央線がらり旅もいね～。
- ・駅の南側にある根川線道は桜がきれいです。
- ・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??



特徴をヒントにして考えてみよう！

正解は下にあるよ！

- 特徴① 平成24年10月27日(土曜日)、秋の薬師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」
- 特徴② しつぽが市の花「ごぶし」
- 特徴③ ほっぺがうずまき
- 特徴④ 冬生まれのうさぎ
- 特徴⑤ なりそこねキャラは「ウドラ」



答え：「くるりん」

立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

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

○経過 住み込みで新聞配達をしていたが、脳出血となる
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
○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
○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。
○利用サービス
訪問看護 週1回/ 訪問リハビリ 週1回
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
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、病院や施設との違いは、時間、お金、食事が自由なところがいい。年に1度は地元八戸へ戻り、友達と会うのが楽しみ。



精神障害のあるBさん 地域移行後の生活について

○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
○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
○利用サービス
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)、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のよい食事でしたが、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。(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
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
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

知的障害のあるCさん 地域移行後の生活について

○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。
○障害状況 愛の手帳 3度
○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)、移動支援事業(ガイドヘルパー)
○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」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

僕の住んでいるグループホームは住宅街の中にあって、玄関を出ると子供たちが遊んでいたり、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も多くて、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。
僕の住んでいる地域は住民同士のつながりが強くて、夏祭りや行事なども多くて地域の人々との交流が盛んなので、僕たちも積極的に参加して地域交流を楽しんでいるよ。
地域の中でひとり暮らし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。