

季刊わたぼうし

NO. 80
'09冬春

シリーズ
本田 雄志さんと語る II

宮田 比呂雪



日本地図

なんと小さな

天気図に



今回の目次

※シリーズ・本田雄志さんと語る II	2
出席者	
・ 本田 雄志 (ほんだ たけし) 氏	
・ 西村 正悦 (にしむら まさよし) 氏	
・ 川崎 節子 (かわさき せつこ) 氏	
・ 嶋田 三穂 (しまだ みほ) 氏	
※対談・支援センターと地域住民	6
出席者	
・ 石田 操 (いしだ みさお) 氏	
・ 越田 美喜子 (こしだ みきこ) 氏	
※みんなの広場	
・ 「脳性麻痺二次障害」の手術から1年半	平井 誠一 10
・ 読者企画・食べ物談話	
ヒトは雑食性で何でも食べられる (1)	秋本 信子 12
・ 板倉美紀さんの講演を聴いて	匿名 13
※マイ・ブックスルーム	
・ 障害関係図書の専門書店『スペース96』	14

この機関紙は障がいのある人、ない人が自由に考えを出し合い、主義・主張を越えて、お互いを理解し合う中から共に生きる豊かな社会を作っていくことを目的として発行しています。

シリーズ 本田 雄志さんと語る II

～郵便屋さんで障がい者福祉の世界へ～

【目 的】

全く福祉の世界に関係のなかった人が、郵便局を定年まで2年あまり残して退職し、精神障がい者の世界へ飛び込んだ男性の人生を紹介する。

【経 緯】

本田さんと出会ったのは、2年前から月に一度、地域活動支援センター「ワークショップ野の花」の利用者・職員の方々が「青山彩光苑」へ出前喫茶に来られたことがきっかけです。その後、本田さんを紹介され交流が始まりました。

2006年10月から七尾駅前第二地区市街地再開発ビル「ミナ・クル」のバリアフリー体験に参加させていただき、七尾市長との懇談会など、いろいろと交流させていただきました。

先日、ある食事会で本田さんの歩んで来られた話を聞かせていただき、皆さんに紹介したいと思いこの企画をしました。

【語る内容】

- ・何が郵便局を退職して障がい者福祉の世界へ飛び込むきっかけになったのか？
- ・精神障がいの方々と出会って苦労すること、楽しかったこと。
- ・障がい者自立支援法になってから、利用者の方々の負担は多くなったと思いますが、生活にどのような影響がありますか？

【日 時】 2008年5月17日(土)11時～

【場 所】 「食事処・麺の華」
(七尾市生駒町)

【出席者】

- ★特定非営利活動法人「野の花」理事長
NPO法人野の花
地域活動支援センター「ゆうの丘」施設長
本田 雄志氏 (ほんだ たけし)
- ★「青山彩光苑」職員
西村 正悦氏 (にしむら まさよし)
- ★「青山彩光苑福祉ホームセレーナ青山」在住
川崎 節子氏 (かわさき せつこ)
- ★「HSK季刊わたぼうし」読者
嶋田 三穂氏 (しまだ みほ)
- ★「HSK季刊わたぼうし」編集委員
桶屋 善一 (おけや ぜんいち)

【企画・主催】

「HSK季刊わたぼうし」編集委員会



本田雄志氏と語るⅡ ～郵便屋さんが障がい者福祉の世界へ～



桶屋・西村氏・川崎氏・本田氏

前号からの続き↓

西村：「野の花」の運営費について教えていただけませんか？

本田：これもまたマイナス450万から出発しました。地域活動センターはⅠからⅢ型まであるのですが、Ⅰ型は1,200万、私たちはⅡ型で900万でした(金額は2007年度)。知的障がい者通所施設「にこにこ」は750万。二つ合わせて1,650万。ところが合併してⅠ型になったので1,200万しかもらえなかった。

二つ合わせて1,650万ということを想定して合併の話を進めてきましたが、市の財政の問題で1,200万しかないと言われました。

「それならば七尾市でやって下さい。私たちが手伝いをするから。あなたたちが本当はやるべきことだから。福祉は市の仕事ですよ。あなたたちは何を勘違いしているのですか？ 私たちは民間で、私たちのような小規模で家族が立ち上げた、本当にささやかなお金でスタートして、財政基盤の弱い立場のところが行っているのに、あんたらもっと値を上げて財政と折衝してくれ」と福祉課に言いました。「それがあなたたちの仕事でないの？」と。

西村：「さいこうえんの障害者生活支援センター」も運営費は年間で最低Ⅰ千万以上かかりますね。

本田：そうですね。

西村：行政は「赤字で大変だろうけど運営して欲しい」と言います。県の方に問い合わせても現時点では同じです。

本田：障がい者自立支援法ができあがる前に、グランドデザインの話が出たときに砂防会館へ私一人で行って来ました。そのときに初めて団体行動を起こそうということで、各種障がい者団体が集まって来ていました。

その後に、日比谷公会堂の野外音楽堂の中、厚生労働省の前でね。私は厚生労働省の前でプラカードを持って一緒に行進に行って来ました。それから車いすの方と日比谷公会堂から東京駅まで一緒に歩いて来ました。

やはり、郵便局に勤めていたらこんなことはできないし、郵便局をやめてフリーになったのでどれだけでも自分の思ったことができる。

西村：今の予算で「ゆうの丘」を運営できると思いますか？

本田：できないと思います。

西村：今の予算だったらどれだけやりくりしても、むずかしい。これは本当に真剣に考えないといけないですね。

嶋田：だから、人件費なんかすごい押さえられるのですね。

本田：人件費は「ゆうの丘」の職員は12万円でした。一番ひどい仕事をしている人が、一番給料が安いのです。

桶屋：おかしいね。

嶋田：おかしいね。結局人件費を削らないと、削るところがない。

本田：精神障がいの方がもし入院した場合、国保の持ち出しが40万になります。

嶋田：そうですね。在宅でね。

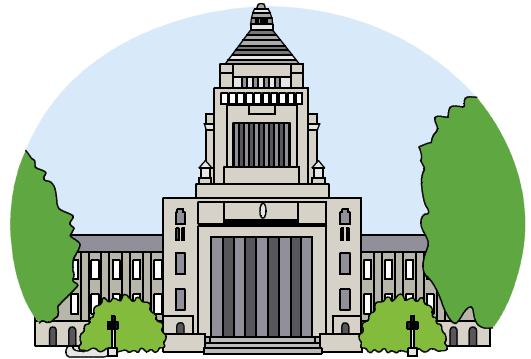
本田：在宅で利用者を病気で入院させないために、通所施設を利用して、社会参加・一般就労に向けて進める訓練が必要なら、交通費の中島から七尾までの8,000円を負担せよ。8,000円を出すか、医療費40万円を出すかを財政と折衝して下さい、とデータを提出してお願いしました。

西村：今年一年は資金難ですね。本当に頑張っていたきたい。

嶋田：福祉のことって、結構制度的に難しいので、当事者がいろいろやってみようという気があっても、わからない面があるからだと思います。大きな施設とか思いのある人たちがいれば、行政に対して要求していけば変わっていく可能性はあるけれど、それまで結構みんなが言いたがらない。

「予算、最初にある」と言うけれど、予算通りみんなが生活ができる？そんな問題ではない。だから社会福祉協議会なんかは本当は隙間産業で、ニーズがいっぱいあるわけです。見る人が見たらニーズになるわけで、予算で

見たらこんなものを見ない方が良いという話になるわけです。だから、行政は分かっているも見ない。



西村：どちらにしても障がい者自立支援法の見直しを前倒して現状の障がい者自立支援法で、利用者の人たちがどれだけ具体的な負担がかかっているかということ、国の方とか、そういう審査会の方々がやることだと思います。

本田：あのね。厚生労働省も正論を吐く人は委員から外れています。

嶋田：ああ、そうなんや。

本田：当事者は入れないようにしています。

そして、やっぱり障がい者の団体でも身体障がいは強いですよ。名古屋のA J U（名古屋市にある障がい者支援施設）は利用料を払っていないで裁判をやっています。利用者が裁判を起こしているのです。

西村：ワザとね。

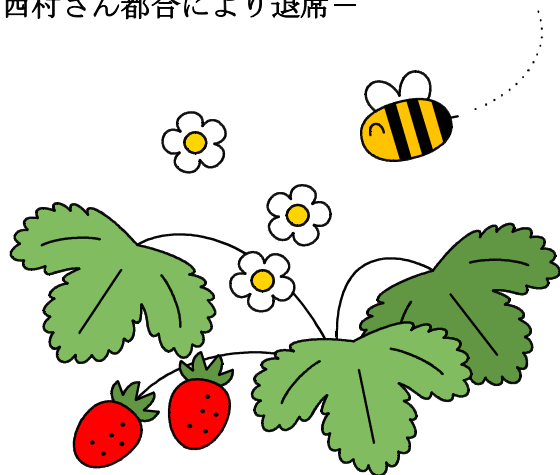
本田：利用料を払っていない。「払ってくれ」と施設側は言うけれど、施設側も払わないのは当然だと思っているから。

嶋田：身体障がいの方は自分で言えるけれど、知的の人とかは自分で言えない。

桶屋：A J Uはすごいね。

本田：あそこはすごいね。

—西村さん都合により退席—



川崎：以前、昨年でしたか、知的障がいの子供を駐車場の上から落とした事件がありました。それで裁判になっているのですが、入退院はお父さんも通院をしながら診ていたのですが、お父さんも高齢化して本人はお父さんの言うことなら聞くのですが、他の人の言うことは聞かないということがあるでしょう。

そしたらそこに入れてもどうしても一人部屋になってしまって孤立になる。そうするとますます悪化するので、難しいということです。

本田：私も本当に思うけれど、精神障がいの人と話す時、一対一でこちら側が心を開くことをしないと相手も正面に向かって話してくれません。

私は町会長をしています。実は私が町会長をやるきっかけになったのは、郵便局に勤めている時から「町会長をやってくれ」と言われていて、「やるつもり」でいたのですが、

「野の花」に勤めて2年間はしなかったのです。

先日、金沢に私らの一緒の仲間というか、精神障がいのボランティアをやっている方がおいでで「本田さん、一緒に来てよ。」と言われて金沢へ行きました。

グループホーム開設の説明会に行った時、某クリニックの先生でアルコール中毒の良い精神科の先生ですが、その先生の説明会、講演を聴いて町会長、関係者が集まって説明会を行いました。次の日からすぐ反対運動が始まりました。

それでこれはだめだと思いました。一日も早く町会長をして、自分がリーダーになればと思い町会長になりました。

嶋田：トップが変わったらガラッと変わりますよね。

桶屋：羽咋がそうなの？

嶋田：以前の社協ではなく、大行政になってしまっ。行政らしい社協になってしまいました。半官半民の民はどこへ行ってしまったのか？

本田：私も2ヶ月に一度ずつ町会長を集めて話し合いをするのですが、民生委員といったら「高齢者・一人暮らし」というイメージがあるけれど、本来は社会的弱者の立場になって支援していくことが、民生委員の仕事だと言った民生委員もいます。

私の同級生の二人に民生委員になってもらいました。これから高齢者ばかりという考え方ではなく、障がい者の立場にもなって欲しい。

次号へ続く↑

対談：支援センターと地域住民 七尾市住民：石田 操さん

【目 的】

「さいこうえんの障害者生活支援センター」において地域の方から仕事をいただいて、利用者の作業訓練を行っていると聞きました。

このお話を聞き、地域の方が障がい者を理解していただき、福祉施設にどういう思いで仕事を下さっているのかを伺って、「HSK 季刊わたぼうし」に紹介させていただく目的で企画させていただきました。

【日 時】2008年6月15日(日)午後2時～

【場 所】さいこうえんの障害者生活支援センター
以下「支援センター」と表記。(JR七尾駅前)

【語る内容】

- ・支援センターをどうして知りましたか？
- ・なぜ、支援センターに下請けに出そうと思いましたか？
- ・どんな製品を扱っておられますか？
- ・これまで障がい者の方とのお付き合いはおありでしょうか？
- ・この仕事の経験は何年になりますか？
- ・実際に支援センターに下請けを出してみようでしたか？

【出席者】

★石田 操(いしだ みさお)氏

(支援センターに仕事を提供していただいている方)

★越田 美喜子(こしだ みきこ)氏

(支援センター職員)

★桶屋 善一(おけや ぜんいち)

「HSK季刊わたぼうし」編集委員

【企画・主催】「HSK季刊わたぼうし」編集委員会



対談の開始↓

越田：お住まいはどこでしょうか？

石田：七尾市南藤橋町です。

越田：支援センターのご近所ですね。歩いてどのぐらいですか？

石田：歩いて5分ぐらい。

越田：縫製の仕事は昔からやっていたのですか？

石田：昔、していました。主人は勤めていましたが、私は若いときから洋裁をしていたので、家で内職をしながら子供を育てていました。主人の会社が閉鎖になってそれから自分たちで縫製の工場を始めたのです。

ところが、中国で生産するようになってからは値段が半分ぐらいになり、私どもではどうしても立ち行きが行かなくなったので、工場を閉鎖したのです。三年ほど経ちました。古いミシンがもったいないので、5～6台家に持って来て内職を始めました。

越田：支援センターはどうやって知りましたか？

石田：宗教関係の先生が「あなた、地域のボランティアはないでしょうか？」と言われたのです。地域のボランティアといっても、婦人会もはや年齢的にもすんでしまって、老人

会に入っている、年金をもらっての生活ですし、とあれこれ思っていたら、駅前に支援センターがあることを思い出したのです。支援センターに電話をしたら「何でも良いから仕事をください」と言われたのです。

越田：そのときは宮田施設長がお電話を受けたと思いますが……。パトリアに行くときに支援センターの看板をご覧になっていたのですか？

石田：看板は見ていましたよ。見ていたけれど、工場から来るハーネスとかを請け負っていると思っていました。私の仕事をどうかと思って聞いてみたら「お願いします」と言われたのです。

越田：この看板を出しておいて良かったです。仕事をいただくことができ本当にありがたいです。今日の午前中も、石田さん自ら台車を押して材料を持って来ていただきました。



石田：そうそう。体も健康なので、支援センターも近いし、最初は車で材料を持って来ていたのですが「運動のために歩きましょう」と思ってセンターに出す仕事は私が台車に乗せて持って来ることにしています。次男はこんな安いものをあげて喜ばれているのか、どんなんや？と心配しています。

越田：利用者の方々もあちらこちらから、バ

スや電車を使ってここへ来て下さっています。せつかく来てくださっているのに仕事がなかったら、時間を持て余して困ります。でも、こうやってご縁があって仕事をいただけて、本当に皆さんが感謝しています。

石田：内職をしかかっから、親戚のおばちゃんを頼んで巾着のヒモ通しをしてもらっていますが、たくさんの数を納めるためには、私も縫うだけじゃなくて、仕上げの手仕事しないと間に合わないのです。支援センターでヒモ通しや糸切りをしてくれる人が人数的にもいらっしゃるというのでお願いしようと思いました。

越田：ありがとうございます。



石田：こちらでお聞きしたら、神野先生が青山彩光苑の理事長と知りました。私の孫はネフローゼという病気になりましたが、長男も小学校4年生の時にネフローゼになりました。七尾市内の病院へ行きましたが、もう死ぬか生きるかというときに、私はこの子を死なせたら大変、死なせてなるものかと思い、神野病院の院長先生に相談に行きました。

そしたら「すぐに連れて来なさい」と言われ、車で病院の玄関に駆けつけましたら、院長先生とお医者さんが出迎えて待っていて下さいました。体に腹水が洗面器に一杯ありました。本当に助けていただきました。支援セ

ンターは神野先生が理事長だと聞いたので、そのご恩返しだと思っています。こうして考えると不思議なご縁だと思っています。

越田：そういう、いろんなつながりを知ることによっても、ここにお仕事を出そうということになったのですね。

2番目の質問ですが、どんな製品を扱っておられるのでしょうか？

石田：子供用リュックサックが中心で、他にお弁当袋とか巾着とかあります。

越田：主に布製品の縫製ですね。

石田：そうです。私が信仰している宗教のパンフレットに出ていたのですが、東南アジアの学校も行けない子供に私たちが扱っているこの袋(巾着)に本を詰めて配っているのです。この団体が巾着を無償で贈っているのです。そしたら、私も何か不思議、不思議。

東南アジアの子供がそれをいただいて、喜んでいる姿をビデオで見ました。「私があの袋を縫っているのだ」と思ってうれしくなりました。

越田：私もその話を聞いたらなんか、うれしくなりますね。「支援センターで利用者さんがヒモを通した巾着が東南アジアまで行ってしまうのか」と。アジアにそれを待っている子供たちがいるのだと思ったら、うれしいですね。明日、利用者の皆さんにも報告しましょう。びっくりしますよ。

石田：本もやっぱり、日本の国からボランティアで集まるのでしょうか。

越田：巾着にそういう使い道があるのですね。

石田：それを見たら、私がコツコツしていることが、本当に世界に広がっていくのかなと思って。そういうことも、私は不思議で。みんな生かされているのだと思って。



巾着の作業している利用者さん

越田：3番目の質問ですが、これまで障がい者の方とのお付き合いはありでしょうか？

石田：内孫が高2で聴覚障がい者です。石川県立ろう学校に在学しています。

病気で薬を飲んでいるので、背丈が伸びない小さい子でしたが、先日一人で電車に乗って私の所に来ました。小さいときから可愛がっていたので「おばあちゃんの所へ行きたい。」と言って七尾まで来るのです。

越田：そうでしたか。支援センターは障がい者の方々が通って来る作業所ですが、ここにお仕事を出すに当たって、何か心配はなかったですか？

石田：軽作業ができるかしら、ということだけで、何の不安もなかったです。みんなここに来ると明るいニコニコしていらっしゃる。健常者は不足の山を言っているけれど、障がいを持っている方は明るいなあーと思ってここへ来るたび思っています。

越田：そう言われたらそうかも知れないです。

石田：本当にそうです。

越田：みんな、ここに来てできることを一生懸命がんばって、本当に不足とか何もおっしゃらないで、一日有意義に過ごして帰られているから。

石田：こちらからまた社会に復帰される方もいらっしゃるのですか？

越田：そうですね。お仕事を目指して就職活動をされている方も、実際おいでます。

石田：そうですか。

越田：ここでいろんな技術、石田さんの縫製もそうですし、ハーネスもあります。どういう仕事が自分にとって合うのか、いろんなことを経験しながら、次の就職活動に結びつけるということもありますので。

石田：何か、お花も習っているとか。小さい作り物をしておられるとか、すごいですね。

越田：そうですね。フラワーアレンジメントは月一回あります。お花の先生が来られて、希望されている方はここで生け花を習うことができます。

石田：そうなの。良いことですね。

越田：ここに来ることで、生活の活動範囲が広がっていろんな経験ができています。

石田：七尾市とも結びついているのでしょうか。

越田：そうですね。福祉ということもあるので。

この施設長はそれこそ七尾市からもいろんな依頼を受けることが多いので、とても忙しいです。ここは作業する場所でもあるのですが、地域に住んでいる障がいを持っている方の相談を受け付ける場所でもあるのです。例えば、今、病院に入院している方で、家へ帰って家族と一緒に生活したいけれど、片麻痺なので生活に不安があるし、どうしたら良いかとか？いろんな相談がどんどんここに舞い込んでくるので、それこそ福祉と連携しては、施設長が飛んで廻っているのです。ここは障がいを持っている方が出向いて作業されるだけでなく、(来られている方の相談も、もちろん)ここまで来られない方についても、こちらから相談に伺わせてもらったりしているのです。

石田：ここ(看板)を見ると、なんか結婚の相談とかもね。

越田：結婚の相談は……なかなか来そうで、来ませんけれど。(笑)

石田：そうですか。

越田：でも、旅行でしたら、障がい者手帳を持っていることでいろいろな乗り物の割引があったり、温泉宿が少し割引になったりとか、そういう制度もあります。利用者の皆さんにも紹介して活用されています。

石田：行事もあるのですね。

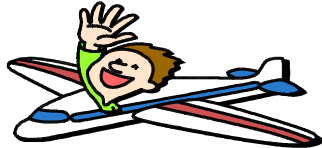
越田：行事もあります。今年は11月に東京ディズニーランドへ2泊3日をかけて利用者の

皆さんと行ってくる予定です。

石田：あ、すごいね。楽しいね。

越田：そういうことも、なかなか一人だったら東京まで行かれないと思うのですけど。ここでツアーを組んで思い切って行って来ます。

石田：そう。



越田：みんな団結して「行ってこんか」ということで、そういう企画の支援もここでしているのです。やっぱり、皆さん仕事されていたら、何か目的を持ったり、楽しみを持ったりがないと。

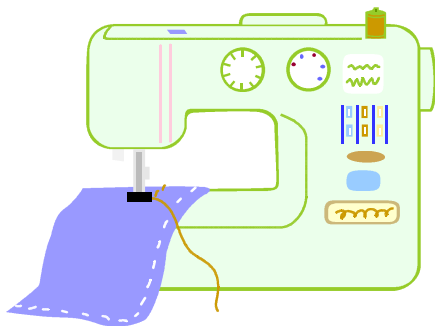
石田：楽しみがないとね。

越田：皆さん旅行に向けて目標を持って、日々作業を頑張っていますよ。

4番目の質問ですが、この関係のお仕事の経験は何年になりますか？

石田：20年になります。

越田：20年間ずうっとミシンを？



石田：そうそう。20年どころか、縫製をしてから20年ですが、その前は子供を育てなら内職ですよ。既製品がない時代に会社へ勤めながら夜学で洋裁学校を出て、そして地域の人

の服を全部縫って内職して。19歳の時から洋裁一途やね。

越田：何十年されても、やっぱり好きなのですね。

石田：そうね。いやでないかね。当時は和服もありました。和服も会社が済んで習いに行っていました。会社は和倉でしたから車でね。七尾で習ってまた帰る。

越田：洋裁も和裁も夜学で。学校がここにあったのですか？七尾の町の中に？

石田：七尾の町の中に、何軒もありました。昔は和服の時代だから。

最近「ふくさ」を150枚縫いましたが、一日でやってしまいました。これからは巾着だけでなく、和服とか何でもやってみようかと思っているのですが。

越田：そうですか。和裁も洋裁もされているから。何でも持って来いという感じですね。

石田：ええ。本職でできるのですが、こういう年になったら外へは出られない。勤めは年齢的に無理だから。

越田：でも、家にそういう仕事をもらって、縫う仕事ができるのですから。キャリアばっかりですから終身雇用ですね。

石田：終身現役だと思ってやっています。

越田：5番目の質問ですが、実際に支援センターに下請けを出してみてもうでしたか？

石田：私は縫ったり、アイロンは得意だけれど、1,000枚とか来るので支援センターの方々のお手伝いをさせていただいて助かっています。

越田：支援センターでは、石田さんが縫われた巾着の糸切りやヒモ通し、表に返してたたむ作業をさせていただいていますが、私たちの仕事の仕上がりはどうですか？

石田：それは何も問題はないです。

越田：良かったです。

石田：出荷前に製品を(職員に)検査をしてもらって本当にありがたいと思っています。

越田：ええ、石田さんの所に納める前に、職員で全部チェックしています。利用者さんも一生懸命頑張っておられるのですが、万が一絞って巾着にならなかつたらこれまた大問題なので、全部絞って巾着になるのかを確認してお返ししています。

石田：私は最初の頃はチェックをしていましたが、今では持って来られたのをすぐ出すようになりました。ありがとうございます。ヒモを縛る仕事も簡単そうで、わけにいかないでしょう？

越田：思いの外玉結びが大変です。結んで長さが違ってきたりとか。確かに一筋縄ではないなと思いました。でも皆さん一つ一つ長さを確認しながら頑張っています。

6番目の質問です。お付き合いを通して、障がい者の方に対する思いに何か変わったことがありますか？

石田：健常者は文句ばかり言っている。センター利用者はいつもニコニコして作業されている。反省させられることがあります。

みんなが明るく仕事をしていることをどこへ行っても吹聴しています。

越田：ありがとうございます。私たちも石田さんのような地域の方に出入りしていただいて、利用者さんにとっても本当に良かったと思います。

石田：道に出会っても利用者さんが私にあいさつされますよ。ユニーや駅前の交差点で出会っても男の方でも「こんにちは」と。

越田：そうですか。

桶屋：これが地域ですね。

越田：本当ですね。支援センターだけでなく、一歩外へ出たときにもお付き合いがあるということは良いことですよね。それは地域ならではの。利用者さんにしても交流場面が増えて、地域に出ても声を掛け合える仲になって、一石二鳥、三鳥ですね。

石田：私自身が私の息子と神野先生とのつながり、そして支援センターとの出会い、つながりが不思議だと思っています。こうしてみるとみんな社会のお世話になって生きていると思います。

桶屋：これで対談を終わります。石田さん、越田さん、ご協力いただきありがとうございました。お二人のご活躍をお祈りします。

対談の終了↑

みんなの広場

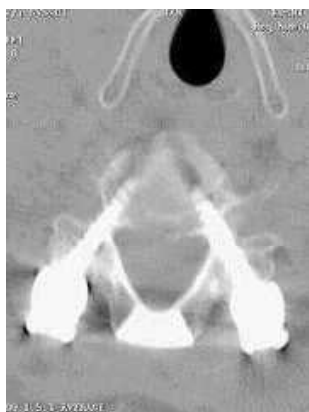
「脳性麻痺二次障害」の手術から1年半

平井 誠一

12月に入ってから「脳性麻痺二次障害」で手術を受けた金沢市にある金大病院に定期受診に行きました。担当医からは、手術の経過は良好で、頸椎に入れたボルトのズレも破損もないと言われました。

また、人工骨と骨盤からとって頸椎に入れたものがきちっと癒着していて良い感じになっていると言われました。

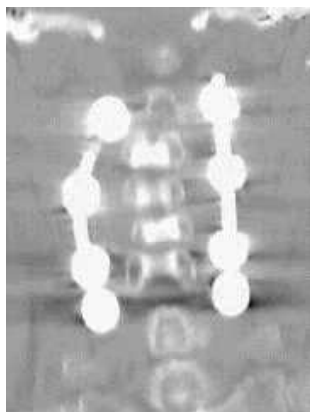
以下は、C T画像です。



前の黒いところは、食道です。頸椎を切り開いて人工骨（真ん中下の白いところ）を入れ、両側に白いネジが2本頸椎に入れてあります。真ん中の逆三角形になっているところは頸椎の中で、神経が通っているところです。

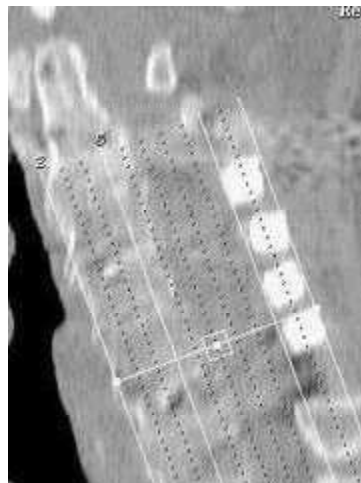
私は、この頸椎の神経が通っている部分が狭くなっていたので広げました。

このC Tは、頸椎2・4・6・7番目にボルトが入っているところ。（白い丸いのはボルト）ボルトとボルトの間の縦の白い部分はチ



タン合金で頸椎と頸椎の間を一定間隔で保つために入れられているものだと思います。

また、両側のボルトの間にある画像の真ん中の白い四角いものは人工骨です。



これは、横から見たC Tです。右側は首の後ろで、白い四角いものは人工骨（訂正／ボルトではありません）です。真ん中の縦の空間は神経の通っている部分

です。2番から7番までの頸椎の空間が広がっていることがわかります。



これは手術前のMR Iです。右側が首の後ろ。真ん中に縦に走っているものが頸椎での神経です。黒く見えるのは神経が痛んでいるところだそうです。狭くなっているところは、

頸椎が変形して神経が圧迫されているところ

です。いろいろな手術の仕方があるようですが、今担当医からは頸椎の1番と2番のズレに気をつけるようにと言われています。全体としては良くなっていますが、神経的なことがあるのでどれだけ回復するのかわかりませんが、また報告をしていきたいと思います。

（「自立生活支援センター富山」ブログ「リーぶる・ライフ」より）

＝ 読者企画・食べ物談話 ＝

ヒトは雑食性で何でも食べられる (1)

管理栄養士・秋本 信子

ヒトは、「何を食べても生きていけるが、あらゆるものを食べないと生きていけない」動物なのですよ。それって不思議だと思ったことはないですか？

何故そういう身体なのかといえば、ヒトは体内で合成できる栄養素が限られているからなのです。ヒト以外で雑食性の動物はゴキブリ君とネズミさんですが、かれらは栄養のバランスなんて、訳のわからないことはいいません。そこにあるものなら何でも食べてしまいます。調理も必要としないし、食べ物が極端に少なくなっても、また片寄った食べ物でも問題としません。犬たちや猫たちも、自らの体内でビタミンCを合成できるので、果物なんて本来必要ないのです。

ヒトも誕生直後から離乳期までは、母乳ないしミルクだけの単食性ですよ。その後は文化によって離乳の時期も方法も異なるけれど、雑食性動物として育てられるのです！

覚えていますか？あなたもそうやって育てられたことを。今、ヒトとして、調理されて出された食べ物は何でも食べられるようになったのは、なんでも食べるように育てられたからです。

幼児までに舌になじんだ味は、生涯を通してそのヒトの味覚を形成するとされており、食べ物に好き嫌いがあるならば、幼児までになんでも好き嫌いなく食べる体験が少なかったか、食べてみたことがないからだといえるでしょう。もっとも、私の孫をみていても、4歳の兄の方は食が細く、食べてみたことがないものは嫌がって食わず嫌いをするのに、

まだ1歳と4ヵ月の弟の方はネギでもなんでも好き嫌いなく食べてしまいます。兄の方はその頃からイヤだと感じたら口からベーと出していましたから、食わず嫌いの子どもを何でも好き嫌いなく食べる子に育てるということは、親の根気がためられているのかもしれないね。



板倉美紀さんの講演を聴いて

匿名

昨年12月6日(土) 青山彩光苑において競歩の板倉美紀さんを招いて講演会が行われました。

彼女はバルセロナオリンピックに出場された年の12月、交通事故に遭い、生死さまよう体験をされました。しかし、意識が回復してから故斉藤コーチが「やあ、板倉君、元気そうじゃ。それなら次のオリンピックは大丈夫」という言葉によって、集中治療室でトレーニングを始め、リハビリ、手術を繰り返して、社会復帰をされました。

この講演を聞いて「人の言葉」は大きなけがも回復させる力を持っているということを知られました。言葉は人を傷つけることもあります、生きる力も与えてくれることを改めて知られました。

板倉さんは現在、金沢の大学で講師として働いておられます。今後も勇気を与えてくれる活躍をされることをお祈りします。

マイ・ブックスルーム

障がい関係図書の専門書店『スペース96』

<https://www.space96.Com>

いつもこのコーナーで福祉関係の本を紹介していますが、なかなか皆様のご期待に添えなくて困っておりました。

そんなおりにメールマガジンのホームページ「まぐまぐ」で障がい関係図書の専門ホームページ「スペース96」と出会うことができましたので、紹介します。

このサイトで取り扱われているのは、高次脳機能障がい・ソーシャルスキル・障がい者自立支援法・特別支援教育・障がい者施設・制度・障がい学・就労、職業などの障がい者関係図書、DVD等が扱われています。

メールマガジンのサイト「まぐまぐ」でメールアドレスを登録しておく、毎日最新の発行情報が送られてきますし、ネットで本やDVDを買うこともできます。



年間協力会員募集中

この機関紙は障がいのある人、ない人がそれぞれの考えを出し合う中から、互いに理解を深め、共に生きる豊かな社会づくりを目的として、有志により発行しています。

つきましては、主旨に賛同して協力会員になっていただく方々を募集しています。

この会費で、在宅障がい者や福祉関係機関等に送付していますので、機関紙一部の料金ではなく、年間協力会費として扱っています。

年間協力会費：2,000円

会費振込先：郵便振替口座

振込先名義：わたぼうし連絡会

00750-6-9791

編集後記

一月下旬に七尾で大雪が降り交通機関は大混乱しました。車で数分が2、3時間もかかった方も多いと思います。

一方、世界大不況による大手電気、自動車会社の派遣社員の解雇、ホームレスの増加の報道。豊かな日本にうそのようなことが現実になっています。このことが今後、福祉にも影響を及ぼしてきているのではないのでしょうか。厳しい福祉の時代ですが、お互いに頑張りましょう。(Z.O)



川柳裏表紙

天気図に なんと小さな 日本地図

新聞やテレビで毎日報道される気象情報。高気圧や低気圧、前線などの動きによって空模様が変わります。夏の高気圧や冬の寒気団、又梅雨前線や台風の進路予想などの天気図に見る日本列島は、なんと小さなことか。人間は天気などの予想ができるが、大自然に逆らうことはできない。高気圧だったら「晴れ」低気圧ならば「雨」と自然は広範囲で動いている。

・暖房の温度を嘲笑う寒気団 という私の作った一句もある。(比)

編集及び連絡先

「HSK 季刊わたぼうし」ホームページ

<http://jiritsusien.com/>

メール：zen@san9.net

定価二〇〇円