

にいがた自立生活センター・まいらいふ

まいらいふ通信

創刊号

代表挨拶

にいがた自立生活センター・まいらいふ
代表 山内 俊博

皆さんはじめまして。にいがた自立生活センター・まいらいふの代表をしています山内と申します。「まいらいふ通信」創刊号に当たり、一言ご挨拶申し上げます。

私は今から20年前に交通事故で首の骨を折り、それ以来、首から下の機能が麻痺してしまい、日常生活全てにおいて介助が必要な体になってしまいました。

障がいを持った当初は、自分は障がい者なんだから、自分がどう生きたいかとかは関係なく、親が元気なうちは親元で、それができなくなったら施設で、そういう生活しかできない、それは当然なんだと思っていました。

しかし、自立生活センターの存在を知り、そこで、自分の障がいを受け入れ、様々なサービスを使いながら、地域の中でいきいきと生活している障がい者と出会う中で、「なぜ障がいがある」と、みんなと同じ生活ができないのか?、「なぜその生活を諦めなければならないのか?」、「自分だって地域で暮らしたい!!」と、強く思うようになっていき、その思いから2015年4月に団体を立ち上げました。

私たち、にいがた自立生活センター・まいらいふの団体名である“まいらいふ”とは自分の人生(My Life)という意味であり、「障がいの有無に関係なく、誰もが自分の人生の主人公であるように」との思いから、この名前はつけられました。

障がいを持って生きるのは大変なことです、施設や親元ではなく、保護や管理ではなく、「障がいがあっても、一人の人間として尊重される社会」、「地域の中で自分の人生を自分の意志で選んで生きていける社会」を目指し、この新潟の地で、活動していきたいと思ひます。

まだ小さい団体ですが、地道にコツコツ、楽しく活動していきたいと思ひますので、ご支援・ご協力よろしくお願いしします。

じりっせいかつ 自立生活センター（CIL）ってどんなところ？

自立生活センター（Center for Independent Living 略 CIL）とは、障がい当事者が中心になって運営し、障がい者が施設や親元ではなく、地域で自立した生活が送れるように、サービスを提供する団体です。

1972年にアメリカカリフォルニア州バークレーで誕生し、その後日本にも伝わり、現在日本全国で120ヶ所以上のセンターが活動しています。

じりっせいかつ 自立生活ってどんなこと？

そもそも自立ってなんだろう？

自分のことが何でも自分でできること？

働いて自分の生活費を稼ぐこと？

それじゃあ障がい者は一生自立は無理なの？

いいえ。私たちが考える自立とは、世間一般でいう「身辺自立」「経済的自立」を中心とした自立ではなく、どんなに重度の障がいがあっても、自分の人生において、自らの意思と責任において、あらゆる事柄を選択・決定し、自分の人生を自分なりに生きていくことです。

そもそもどんなに健康な人であっても、必ず自分以外のひととかかわりながら、必要なサービスを受けながら生きています。だから、自分でできなければ介助サービスをつかって生活すればいい、働けなかったら年金や手当で生活してもいい、そうやって必要なサービスを受給して地域で生活することは、ちゃんとした権利であり、決して主体性を損なうものでも、恥ずかしいことでもありません。

基本的には、施設や親の庇護の元での生活という不自由な形ではなく、ごく当たり前のことが当たり前にでき、その人が望む場所で、望むサービスを受け、普通の人生を暮らしていくことだと考えます。

どんなに重度な障がいがあっても、自分の人生を自分自身が主体となって生きていける、そんな自立生活を応援します！

こんな活動をしています

にいがた自立生活センター・まいらいふでは、障がい者が地域で自立した生活が送れるように、以下の4つの活動を中心に行っています。

自立生活プログラム(ILP)

自立生活プログラム(ILP)とは、自立生活をしていくための様々なノウハウや心構えを、自立生活をしている障がい者がリーダーとなって、一緒に学び、障がい者自身が力をつけていく場です。

プログラムの内容には、「介助者との関係について」、「制度・金銭管理について」、「調理実習」、「公共交通機関を使った外出」などがあります。

長期講座や個別講座を行っています。



ピア・カウンセリング

ピアとは「仲間」という意味で、同じ背景を持つ人同士が、対等な立場で話を聴き合うことです。「サポートすること、されることが対等である」という理念から、障がいを持つ人の自立のための相談に障がい者自身があたります。障がい者にとって、ピア・カウンセリングは精神面の重要なサポートで、自己信頼の回復と人間関係の再構築、社会の変革を目標として位置づけられています。



各種講演会や勉強会

障がいのある人もない人も、共に生きていける社会を目指し、講演会や勉強会を行っています。

権利擁護活動

地域の中で安心して暮らすために、障がい者の権利を守る活動を行います。



※その他、交流会等、楽しめるイベントも開催!

ピア・カウンセリング 集 中 講座を開催しました

10月14日～16日に、新潟市総合福祉会館で、にいがた自立生活センター・まいらいふでは初めての主催となるピア・カウンセリング 集 中 講座を、参加者6名（経験者4名、未経験者2名）で開催しました。

リーダーとしてお招きした、自立生活センター 日野の秋山さんと、ヒューマンケア協会の井上さんの暖かい人柄で、はじめは緊張していた参加者も、あっという間に昔から知っているかのような仲間になれ、とても暖かく、優しい雰囲気での講座になりました。

仲間同士、話を聴き合うことで、改めて自分の心と向き合うことができ、そして自分の持っている力を信じられるようになる。やっぱりピアカンっていいなって実感しました。

まいらいふでは今後もピアカン講座を開催したいと思いますので、今後もよろしくお願いします。



交流会♪



参加者全員で記念撮影

これまでの活動報告

2015年4月	にいがた自立生活センター準備会としてスタート
2015年5月～7月	自立生活プログラム長期講座開催
2015年10月	にいがた自立生活センター・まいらいふと改名 本格的に活動開始 ピア・カウンセリング公開講座開催
2016年4月	ピア・カウンセリング講演会開催
2016年5月～7月	自立生活プログラム長期講座開催
2016年7月	自立生活講演会「障害者差別解消法を学ぼう！」開催
2016年10月	ピア・カウンセリング 集 中 講座開催
ほか	個別の自立生活プログラム、ピア・カウンセリングを随時行う

活動メンバー募集中

にいがた自立生活センター・まいらいふでは、どんなに重度な障がいがあっても、地域の中で自分らしく生きていける社会を目指して活動しています。自立生活に興味のある障がい当事者、そんな障がい者と一緒に活動したいという健全者の方で興味のある方はぜひご連絡下さい。

お問い合わせ先

にいがた自立生活センター・まいらいふ

〒950-2001 新潟県新潟市西区浦山2-1-66-A511

TEL：025-378-3415 FAX：050-6865-6319

E-mail：niigatacil_mylife@yahoo.co.jp

Facebook：https://www.facebook.com/niigatacilmylife/