



NPO 法人

ひょうたん島

つうしん



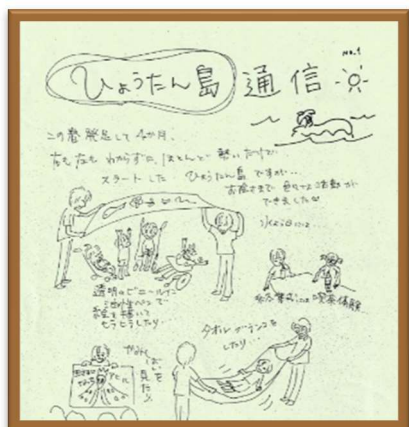
法人設立 10 年、ひょうたん島とともに 20 年

理事 樋代 景子(前代表理事)

「先のことを考えたら任意団体のままよりも法人にした方がよいよ、必要ならみんなに話しに行っておけよ」と、李国本修慈さん(有限会社 しえあーど・NPO 法人 地域生活をかんがえよーかい 代表)に言っただき、奮起して NPO 法人ひょうたん島を設立して 10 年。「子どもたちの放課後活動、余暇、将来のことを考え、何か始めないと……」と半ば見切り発車で漂流を始めたひょうたん島でしたが、「ひょうたん島があって、助かっています」と言っただけの言葉に力をもらいながら、そして、漂流しているひょうたん島で楽しく活動しながら過ごしている子どもたちを見ながら……、ひょっこりひょうたん島の歌(だけど僕らはくじけない……進め～!)の様に頑張っ、よ～く考えると 20 年。な～々と長い時間がたったのかびっくりです。当時小学校低学年だった娘も今年 28 歳。一緒に活動している仲間のお子さんたちも 20～30 代。若いから夢中で走ってこれたけれど私も年を取るわけで、目はかすむし、からだはあちこちに痛みが出るし、もうよれよれです(笑)。

2004 年任意団体発足当時、そして 2014 年 NPO 法人立ち上げ時に、あれこれ考えていたことは思うようには進みませんでした。目標の一つだったグループホーム、あちこち見学に行き見せてもらって話を聞いて、理想のグループホームは頭の中にできているのに……。子どもたちの状況や保護者一人一人の思いも少しずつ違うこともあり、現実はなかなかまとまりませんでした。しかしここに来てグループホーム建設に少し光が見えてきました。「時期は逃したくない」「でもこのまま進むだろうか」「どのようにするのが良いだろうか」……いろいろな不安や言葉が出る中でも、今は少しずつグループホーム(寄港地)におくて動いていけそうな感じです。

20 年目のひょうたん島、いま決断の時です! 「生まれ育った地域で自分らしく生きたい」の大きな目標に向け、地域に根付けるひょうたん島として、みんなが楽しめる漂流をこれからも一生懸命続けていきたいです。20 年前の活動開始当初から支えてくださっている先生方、ヘルパーさん方、本当にありがとうございます。でもまだまだ力を貸してください。応援団で支えてくださっている皆さま、本当に助けられています、ありがとうございます。もう少し(じゃないかもしれませんが)まだまだ支えてください。これからもひょうたん島を末永く、どうぞよろしくお願い申し上げます。



20 年前、初めて出した
ひょうたん島通信

8 年前の成人式!
今はもっと大人のレディよ!





ひょうたん島とわたし ～利用者編～

たくましく、楽しく！

利用者保護者 駒井 夏美

娘が特別支援学校に入学し、一学期を終えました。

「不慣れな場所と人で、一学期中はご飯も食べず泣いてばかりだろう」と親ばかり不安に感じた4月。5月を過ぎた頃には「ニコニコで授業を受けて、給食も完食」という先生からの報告。心配を他所に、学校生活を大いに楽しんでいる様子。これまで新しい環境には泣き叫び、体調を崩す…をワンセットにしてきたので、この環境の変化は天変地異ほどの衝撃なのでは？と

思っていました。想像以上にたくましく成長している娘に、嬉しさと同時に頼もしさすら感じています。

この地域には前向きで心強い支援者がたくさんいて、皆さんに可愛がってもらいながら育ってきたからこそその成長で、その答え合わせを見たかのように。大変有難い思いでいっぱいです。

秋から副籍交流を開始し、地域の子供たちとの関わりをつくる予定。それが娘や子供たちにとって、自分と違う他者を知り・認める機会になることで、未来の地域がより豊かになる一歩になったらいいなと思っています。

意気込みつつ初めての事に緊張を隠せない母ですが、大抵のことはやってみたら何とかかなる！ 私にそんな胆力を育ててくれた娘に感謝しつつ、これからの出会いに期待しながら地域で子育てを楽しもうと思います。



ひょうたん島インタビュー 第2弾



利用者 細谷勝大さん

(インタビュアー：ヘルパー 今澤&堀口)

Q 「好きなことはなんですか？」

勝大(以下、勝) 「UNO と TV やビデオを観ること。スポーツ番組が好き。『明石家さんまのご長寿クイズ』が今も好き。」

➡➡➡ つづく ➡➡➡

Q 「ひょうたん島はどうですか？」

勝 「面白い！ ヘルパーさんたちが好き。お母さんがいっぱいいる！」

Q 「楽器上手ですよ。」

勝 「シンバル叩くのが好き。」

Q 「細谷さんに入るヘルパーの複雑なシフトを全部

覚えてますよね！ どうやって覚えているんですか？」

勝 「ヘルパーさんの組み合わせで覚えている。

ヘルパーさんにシフトクイズを出すのが楽しい！」



Q 「気をつけていることはありますか？」

勝 「ヘルパーさんが仕事を覚えてくれているか、気をつけている。」

Q 「今 1 番したいことはなんですか？」

勝 「UNO!!」

Q 「いつも楽しく過ごせてますか？」

勝 「はい!」



グループホーム設立準備委員会より

プールのある生活介護見学記

熊谷は、相談支援の
仕事と並行して、重度の
障がいのある方、重心・医療的
ケアの方も地域で生き生きと
暮らせることを目指す活動を、
定期的にひょうたん島さんと
情報交換しながら
行っています！

ラミュール相談支援事業所長 熊谷 陽

先日、小平市に本拠がある「社会福祉法人六三四」さんが、新たに東大和市にオープンした生活介護事業所「生活リハビリセンター碧」に見学に行ってきました。緑の多い環境の中広い敷地に、スペースもゆったりとした建物の中、なんとここにはプールがあります。

暑い日に見学させてもらったのですが、利用者さんがゆったり楽しそうに活動していました。一人の利用者さんに看護師さんも含め 3 人スタッフがついて、サチュレーション等を測りながら万全の体制で活動していました。また、連携する「One step 訪問看護リハビリステーション東村山」からスタッフを派遣してもらっているとのこと。ちなみに小平の「六三四」さんは同じ敷地に診療所もあります。

プールで体が冷えた後すぐ入浴できるように、隣接して浴室も整備されていました。また、プールがあると非常用生活用水の備蓄にもなり、今後東大和市の災害支援拠点になって行く予定とのことでした。

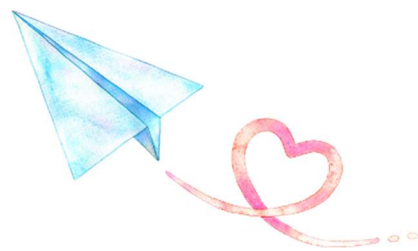
見学後に、「六三四」事務局長兼施設長の山口さんにお話を伺いました。東大和では梅干しを作っていたり、小平のグループホームでは敷地に水車があったり、生き物を沢山飼っていたり、またお話の中に将来牧場をやりたいなど「遊び心」のある大変楽しいお話でした。

一方では支援は厳しくきっちり行っている所も見せていただき、こういう所にはスタッフも集まってくるのだろうと感じ、重心・医療的ケアの方々の日常の支援やグループホーム作りについて大変楽しく勉強になる一日でした。

2024 年 8 月 21 日

令和 7 年度国分寺市予算への要望書

以下を、8 月 13 日、国分寺市長へ提出いたしました。



1. 重症心身障害者や医療的ケアの必要な重度障害者も住み慣れた国分寺で暮らせるように、グループホームの整備を進めてください。

障害のある方が利用できるグループホームは年々増えていますが、市内に重症心身障害者や医療的ケアの必要な重度の障害者が利用できるグループホームはほとんどありません。親の高齢化や家庭環境の変化などから在宅生活が難しくなった場合も、住み慣れた地域で安心して暮らせるようにしてください。

車いす利用者のグループホームの建設には、ある程度の広さが必要ですが、年々、土地の価格や建設費用が高騰していますので、一法人が建設することも厳しくなっています。市有地の提供や遊休地の活用など、市として可能な補助をお願いします。重度化や高齢化に伴い、グループホーム入居者でも、必要に応じて、看護師を配置したり、重度訪問介護や行動援護などを組み合わせて、安心して暮らせるようにしてください。

2. 様々なサービスを活用して、その人が希望する暮らしを続けることができるようにしてください。

毎日の通所が困難となった場合も住み続けられるように、看護師を配置したり、グループホーム利用者が、平日や休日も個々の体調や希望に応じて、地域で様々な活動に参加したり、いろいろな経験ができる機会を増やして豊かな生活が送れるよう、通所だけでなく重度訪問介護や行動援護・移動支援などのサービスを組み合わせて、生き活きと暮らせるようにしてください。

3. 医療的ケアの必要な方が利用できる短期入所を市内に増やしてください。

医療的ケアの必要な障害児者が短期入所を希望する場合、ほとんどの方が病院を利用しているのが現状ですが、学校や通所施設の利用はできないため、その間は日常生活の継続が難しくなっています。近年、医療的ケアのできる介護職が増えつつありますので、国分寺市障害者センター以外にも、市内で医療的ケアの必要な方が利用できる短期入所を増やすよう、人材の育成や施設の整備をしてください。

また、重症心身障害者や重度障害者の短期入所は、国分寺市障害者センターで利用可能ですが、ほとんどの場合、1泊のみの利用となり入浴はできていません。重症心身障害者や重度障害者にとって入浴は重要で、清潔の保持だけでなく、心身の緊張を緩和したり、血行をよくし身体機能の働きを高めます。神経系統の働きを高め、食欲の増進、安眠、排泄の促進などにも効果があり、関節の痛みを和らげリハビリ効果もあります。床ずれ（褥瘡）の予防・治癒の効果もあります。1泊の利用でも入浴ができるように、入浴時間のみ支援者を増やすなどの追加補助をしていただき、ぜひ入浴できるようにしてください。

4. 紙おむつの支給方法について、家計の負担が軽減されるよう再考をお願いします。

国分寺市では、支給業者が決まっており、月に12,000円の限度額で支給してもらえるものがおむつ（テープ止め、パンツ型）とパッドのみとなっています。支給していただきありがたいですが、支給だけでは足りないため買い足しているのが現状です。近隣市（日野市/立川市/調布市/武蔵野市/小平市）では、ドラッグストアとも契約しており、1枚の単価（1袋の単価）が安く抑えられ、さらにセールやポイントの活用も可能です。また、使い捨ての防水シーツや防水シート、おしりふき、消臭剤など等、排泄に関係するものであれば支給してもらえるそうです。

国分寺市でもぜひ市内にあるドラッグストアと契約していただくとともに、支給してもらえる商品の拡大をお願いします。

5. 重症心身障害者や重度障害者・車いす利用者の余暇活動の機会を増やしてください。

国分寺市では、市内公民館3館（本多・恋ヶ窪・並木）で「くぬぎ教室」を開催しており、知的障害のある方・精神障害の方が、地域の方々や会員同士の交流を図ったり、イベントや外出に参加しています。しかし、車いす利用者や全介助の障害者は利用できない現状があります。

NPO法人ひょうたん島や重心の会では、長年、重症心身障害者の親が中心となって、各自の負担で、放課後や週末の余暇活動・イベントなどを開催してきました。今後も様々な機会は設ける予定ですが、市が主催する公共施設での定期的活動もぜひ設けていただきたくお願いいたします。

6. 移動支援を使いやすくしてください。

車椅子利用者や重度の障害者にとって移動支援は不可欠ですが、学校や事業所からショートステイへの送迎や連泊中の外出には利用できません。ぜひ利用できるようにしてください。

また、重症心身障害者にとって移動支援時には身体介護が必要ですが、派遣できるヘルパーが不足しています。ヘルパーを確保しやすくなるように、現在の単価に「身体介護あり」の単価を設けてください。プールの中での利用についても、事業所やヘルパーの状況・利用者の状態に応じて判断することとして、利用要件の「できないこと」からは除外してください。尚、5 週ある月もありますので、希望する方には上限を 25 時間から 30 時間に変更してください。



ひょうたん島とわたし 〜スタッフ編〜

新米ガイドヘルパーの軌跡

濱田 麻矢

ガイドヘルパーになり 1 年半が過ぎました。初めは戸惑う事も多くありました。でも、今は個性的で魅力的な方々に出会えて、私の世界が広がったと感じています。

私が最初に担当させていただいた利用者さんが「おんぷのまほう」という音楽療法の時間に寝てしまわれた時、どうにか起きて参加していただこうとしました。その時間は音楽をやる時間だからやっていただけないのは、自分の力不足、技術が足りないからだと落ち込み戸惑いました。

しかし、ある時気づきました。今起きてやってもらう、帰る時間だから起きていただく、それは我々の都合であって、本人はやりたくない!眠い!なんだ。すると、自然と「有難う」って言葉が出ました。

そもそも、利用者さんに楽しんでいただく事が大切ではないだろうか。だとしたら、無理やり起こされたら



Illustration by M.Hamada

楽しい時間ではなく、やらされてる時間になり苦痛を生むのでは? 自分がその様に受け取るようになってから、寝ていらしても、「疲れているんだな」「楽しそうなお顔で寝ているな」と考えるようになりました。何が出来たかという成果に囚われるよりも、その方の幸福に目を向けるようになったら、私自身もスツと楽になりました。私の声かけの言葉も変わりました。以前は「寝ないでね。」などとプレッシャーをかける言葉を口にしてしまっていたのですが、今は、「寝ちゃったら私が代わりに歌っておくね」「楽しそうに夢の中で参加しますね」などとポジティブに捉えるようになりました。すると、利用者さんから

も「寝てごめんね」なんて言っていただき「大丈夫だよ。疲れてたのに有難う」と心からの声かけが出来るようになりました。

こうした利用者さんとの関わりが、多くの学びと気づきをもたらしてくれました。彼らを私が暖かく見守る事が出来るようになった時、自分自身に対しても寛容になれました。

『貴方が幸せで在る事が幸せだ』いつも、私自身が自分の成果や正しさを強要していた事に気がつかされました。私が幸せで在る事以上に大切なことがあるだろうか。それを脅かしてまでしなければならない事があるだろうか…。

ここでの関わりが私の救済に繋がります。私自身が救われているのです。ガイドヘルパーは私の人生を幸福に導いてくれます。感謝。

 濱田さんはヨガインストラクターもされています！

詳しくはこちら ➡ <http://asaya-yogastudio.com/> ➡ <http://ameblo.jp/mayaryn/>

逆に、力を得る



留学生ボランティア こう せつりょう 孔 雪亮

ボランティアを始めて数ヶ月になりました。ボランティアとして手伝うつもりで来たのですが、逆にそこから力をもらいました。水曜日の音楽療法に初めて参加したときの気持ちは、今でもはっきり覚えています。そのような活動に参加したことがなかったので、本当にびっくりしたし、生きていることを感じてほっとしました。

ここで一番うれしかったのは、みんなの笑顔を見たときで、この喜びを味わっているんだと思うと幸せな気持ちになったし、あの笑顔はずっと忘れないと思います。また、ひょうたん島にいる時間で、どんな困難に直面しても果敢に前進する強さも身につきました。

ありがとうございます！

♡寄付金(五十音順)

(株)創カンパニー 佐々木 世津子様
久保 優子様、中通 健一様
沼舘 協子様、藤田 一雄様
匿名 3名様

♡賛助会費(五十音順)

小寺 敦子様、高田 利美様
藤村 幸恵様、前田 典人様
匿名 1名様

♡助成金(ワンコイン講座活動費)

ボランティアセンター ここねっと 様



活動報告

2024年5月18日

@国分寺けやき
スポーツセンター



シャボン玉
おじさんの
宝箱



はるばる関西方面から“シャボン玉おじさん”が
来てくれました。地域の方など、子どもから大人
までたくさんの方が集まり、ひょうたん島の仲間
も、はじめましてのみなさんも自然とまぎって楽し
く過ごせました。とっても大きなシャボン玉にはみ
んなびっくり！音楽に合わせてきらきら光るシャ
ボン玉、とってもきれいでしたね！！

助成金協力
赤い羽根共同募金会様

ひょうたん島Instagramから
もっとたくさんの写真をご覧
いただけます！

今後の予定は
ひょうたん島ホームページ
からチェック★

ご協力お願いします！

*賛助会員(1口2000円)

*ご寄付(いくらでも)

↓振込先↓

多摩信用金庫 国分寺支店
普通 3046264



発行 2024.10.17

特定非営利活動法人ひょうたん島

代表理事 宮鍋 陽子

〒185-0011 東京都国分寺市本多 4-15-8

TEL・FAX 042-359-4640

<http://www.hyoutanjima-kokubunji.org>

*重心とは:重症心身障害

重度の身体障害と知的障害が重複している状態