

季刊 GPW 通信

第 33 号 2025 年 初春



野川の日の出

目次

ごあいさつ	P1
イベント報告	P2
ガイドさん いらっしゃい!	P3
アプリ紹介	P4
トピック	P5
お知らせ	P7
会員報告・寄付を募ります	P8

ごあいさつ

理事長 高橋和哉

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈りします。

平成 27 年 4 月に NPO 法人格を取得し、今年で 10 年目になります。

開始当初は事務所を借りる原資もなく小金井の自宅でスタートしました。翌年、杉並区で事業開始するため西荻窪に事業所を移し、その後は狭くなつては貝殻を替えるヤドカリのように、今では4つ目の事務所となっています。

開始当初は、お金がないこともさることながら、どこからも信用がありませんでした。また、同行援護事業が順調に伸びていたところで新型コロナの影響を受けて失速しました。このような状況でも発足当初から関わってくれた職員・ガイドヘルパーの頑張り、利用者の理解があつてからこそ、ピンチをチャンスに変えて今の状況があります。

自転車を漕ぎ続けている今は、利用者、そのご家族、職員、ガイドヘルパー、杉並区職員、法人を支え

て下さっている関係者の皆様がいる、私どもの事業は成り立っていることを実感しています。本当にありがとうございます。

利用者第一に活動する結果、雇用の確保ができ、杉並区の社会資源としての役割を果たせます。そして、雇用を増やすこと、社会資源として期待されることが利用者にとってプラスになります。このような好循環を絶やさないことが大事ですし、利用者第一の考えを持ち続けることで大概の難局は打開できると信じています。

令和 7 年度は1年間限定ですが歩行訓練事業を実施します。新たな場所に一人で行きたい、自分の歩行を見つめなおしたいとお考えの方は、是非ご利用ください。中村透が懇切丁寧に教えます。

歩行訓練事業以外は、取り立てて新しいことを始める予定はありません。既存の4事業(居宅・同行援護、相談支援事業、福祉有償運送事業、まちづくり事業)と管理部門の強化のため人・時間・お金を費やしたいと考えています。

法人として至らぬ点はまだあります。長い目で見ていただきたいと思う一方で、心を鬼にして提言をして頂ければありがたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。

イベント報告

1. 高齢視覚障害者のストレッチ教室

10月から、第 1、第 3 火曜日ともに、西荻地域区民センター(桃井 4 丁目 3 番 2 号) 第2レクリエーション室になりました。西荻地域区民センター利用には年齢制限はありません。またアクセスは、センター玄関前にバス停がありますので非常に便利です。お時間のある方はぜひ、一度お越しください。



ストレッチの様子

2. 楽しくいちからフランス語

毎月第 2 土曜日の 14 時から行っています。エルブの地域交流室と ZOOM のハイブリッドで開催しています。フランス語に興味のある方、フランス語を話せる方はどしどし参加してください。



ドレミファンの様子

～ドレミファン!～

10月30日雨のち晴れ。ドレミファンを開催しました。

フルートの福田さんとピアノの藤岡でフォーレのシチリアーノを演奏。福田さんの憧れの一曲だったシチリアーノ。練習に練習を重ねたふたり。精一杯の演奏に温かい拍手をくださるみなさま。優

しい空気に包まれともしあわせでした。ガイドさんにもチャレンジしていただく新コーナー「ガイドさんとあそぼ」では、歌で脳トレにみんなで挑戦。どんぐりころころを水戸黄門のメロディーで歌い、その逆もやる。おもしろいのでみなさんもやってみてくださいね。

次回のドレミファンは 1 月 29 日水曜日 午前 10 時～12 時。場所は、西荻地域区民センター地下二階の第二音楽室です。ご参加をお待ちしております。講師 藤岡葉子

～GPW 社交ダンスの会～

杉並区内の社交ダンスの会「ファミリー」の方々の支援を受けて、ダンスを楽しんでいます。

第2、第4月曜日と第3木曜日のいずれも 10 時から開催しています。場所はコミュニティふらっと本天沼(杉並区本天沼 2 丁目 12 番 10 号)になります。

興味のある方は連絡ください。ファミリーの会の方々が懇切丁寧に教えてくださいます。

悲しいお話ですが、社交ダンスをこよなく愛し、私たちに「ファミリー」を紹介して下さった大野千代子さんが11月6日にお亡くなりになりました。享年82歳でした。ご冥福をお祈りします。



左が大野さん 右が清水先生

日時・場所などの変更があった場合やコロナ感染予防のため、事前に連絡する場合があります。全て申し込み登録をお願いしています。興味がある方はお気軽にお問合せ・お申込みください。連絡先は 03-4285-9727 (GPW 事務所)です。お待ちしております。

ガイドさん、いらっしやい！

皆さん、はじめまして。

一昨年 7 月よりガイドヘルパーとして仕事をさせて頂いている畠山華子です。

私は、以前より社会で人のお役に立てることがしたいと考えていました。3 人の子育ても落ち着いてきたそんな折、末娘と受講したボランティア講習会でガイドヘルパーという仕事があることを知りました。この仕事をしてみたい！！と強く思ったのと同時に 25 年以上ぶりの社会復帰！更に 50 代！という自分の中でとてつもなく大きな不安が湧き出てきました。本当に私にできるのだろうか…。

新しい事にチャレンジする前、臆病になってしまう私にとって、アンサンブルへ向かう第一歩はとても勇気のいることでした。そこで温かく迎えて下さった、アンサンブルの皆さまには感謝でいっぱいです。本当に有難うございます。

いよいよガイドヘルパーとしての仕事が始まり、利用者様との出会いは、日々新しい発見と勉強になることばかりで

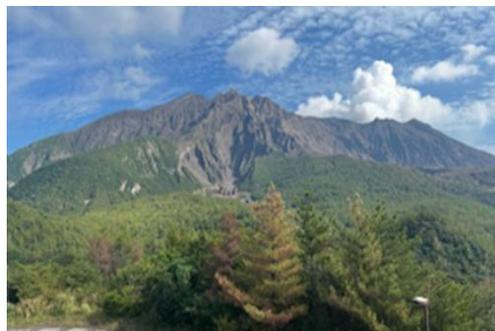


長崎の街並み

す。私は人と接したり会話したりすることが好きなので、一緒にお話ししながらの同行はとても楽しい時間です。利用者様のお話を聞くばかりではなく、時には私の悩みを相談させて貰ったり、アドバイスを頂いたりする事もあります。回数を重ねていくうちに、利用者様の人となりやバックボーンを深く知っていき、更に私なりに出来る事をしたいという気持ちになります。

これからも毎回の出会いを楽しみに、緊張感を忘れずガイドヘルパーの仕事の続けていきたいと思っています。「今回も有難う！」の言葉にいつも元気を頂いています。

最後に私の楽しみのひとつが旅行です。最近では、長崎と鹿児島島の桜島に行ってきました。綺麗な景色と雄大な自然に大変癒されました！お薦めなので是非皆さんも機会がある時に行ってみて下さい。次回は、四国をじっくり周りたいたいと思っています。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



鹿児島 桜島

アプリ紹介

新年あけましておめでとうございます。森 佑太です。

皆さんは Suica や PASMO、楽天エディーなどの「電子マネー」は利用していますか？

セブン銀行の ATM でインターフォンを操作して、音声案内を頼りに電子マネーにチャージができます。

セブン銀行の ATM は主にセブンイレブンの店内に設置されています。セブンイレブンの他にも、一部の地下鉄駅や病院の中にもあります。

今回はインターフォンのボタンを操作して音声案内を聞きながら電子マネーの Suica にチャージをしてみようと思います。

まず、ATM の前についたら、インターフォンの受話器を探します。受話器には「音量プラス、マイナス」など点字表記もあり単独でも操作しやすかったです。インターフォンの受話器をとると「チャージしたい電子マネー、Suica・PASMO・楽天エディーの中から一つお選びください」というような音声案内が流れます。今回は Suica にチャージをしたかったので、三つの電子マネーの中から Suica を選びます。するとインターフォンの受話器から「電子マネーをインターフォンの受話器の上にある読み取り部分に置いてください。」と具体的な位置の説明があります。Suica のカードを読み取り位置に置いて数秒立つと、「紙幣を入れてください」「紙幣を入れる場所はインターフォンの受話器正面の少し上の方です」と具体的な位置の説明があり、無事に 1000 円札を入れることができました。紙幣を入れてから数秒で「チャージが完了しました」という音声案内の後、チャージ後の残高も読み上げられます。無事チャージが完了したことが分かりやすいです。

このサービスは開始されたばかりで私も数回しか利用したことがないのですが、音声案内が分かりやすくスムーズにチャージすることができました。

ただ数回利用して感じたデメリットが一つ。片手に白杖、もう片方の手でインターフォンの受話器を耳に当てているので、音声案内を聞きながらインターフォンのボタン操作をするのが少し大変です。個人



セブン銀行 新型 ATM

的な対策として事前にチャージしたい紙幣を手元に準備して置くことと、ATM の前についてから杖をたたんで鞆にしまってから ATM の操作をしました。

IT 技術が進み視覚を補えるものが増えてきました。日々生活する中で「見えなくても工夫をすれば生きやすくなってきたな」と感じています。

今年もよろしくお願いいたします。

— トピック —

誰一人取り残さない視覚障害者の IT 講習会

宮城が報告いたします。

杉並区との共催で、9 月 9 日・10 日・13 日の 3 日間、誰一人取り残さない視覚障害者の IT 講習会を開催しました。受講していただいたのは、全盲の方 3 名、ロービジョンの方 4 名です。講師・スタッフは合わせて 11 名が参加しました。今回も受講生には一人ずつガイドヘルパーが付きました。



講習会の様子

初めに、iPhone の各部の名称と位置を確認し、iPhone を操作するのに最低限必要な

ジェスチャー（指で画面を操作する方法）を学びました。その後、Siri の機能を紹介し、1 日目の午後からはジェスチャーや Siri、音声入力を使って実際に電話でのやり取りをしたり、LINE でメッセージの送受信をするなどの体験を行いました。また、視覚障害者にとって便利なアプリの紹介や体験も行いました。

講習会期間中、皆さんに iPhone をお持ち帰り頂き、ご自宅でも復習ができるようにしました。ショートメールや LINE のメッセージが届いたり、操作方法について事務所にお問い合わせをいただいたりと、皆さん積極的に iPhone をご活用いただけたようです。

講習会終了直後に、1 名の方が iPhone を購入され、現在ご家族のサポートを得ながら iPhone ライフを過ごしていらっしゃるようです。

iPhone は、視覚障害者の生活を豊かにしてくれます。引き続き、一人でも多くの方にその素晴らしさを知って頂き、必要な方へ情報をお届けできたらと考えています。

千住介護福祉専門学校 授業報告

報告者は宮城です。

縁あって、昨年度から足立区にある千住介護福祉専門学校の介護福祉学科（2 年制）の視覚障害に関する科目の講師を務めています。

一年生には、「視覚障害の理解」を 2 コマ、二年生には、「視覚障害に応じた生活援助技術」を 4 コ

マ受け持ちました。

今回は 11 月後半の二年生の授業の報告をします。2 か月後の 1 月末に介護福祉士の国家試験を控えていることもあり、前半は視覚障害に関する試験問題に多い内容を中心に復習しました。後半では生徒に 2 人 1 組で、レゴブロックを使用してアイマスク体験とサポート役体験をしてもらいました。留学生も多い中、言葉での情報提供に四苦八苦していました。また、点字の基本を伝えた後に、自分の名刺を点字と挿し絵でデザインしてもらったり、宮城と 2 人で階段を含めた誘導の仕方の体験も行いました。皆さんが現場に入った際、視覚障害を持つ利用者への支援に、今回の授業が少しでもヒントになることを願っております。

杉並区協働提案事業の目的

これまでも報告をさせていただいている杉並区と当法人の協働提案事業（令和 6 年・7 年の 2 年間）について今回は目的を説明します。

事業の第一の目的は、公共施設の新設前（設計段階）、もしくは大改修前（こちらも改修設計段階）に設計者に対して、障害当事者が他の障害者のことも念頭に、適切な意見を述べることにあります。

第二の目的は、基礎自治体が、前述したような障害者の意見に耳を傾けることにあります。

5 年ほど前、ある公共施設の大改修がありました。その建物のお披露目の際に当時者団体からクレームを受け、慌てて改修の改修を行った過去があります。

私のような支援者の役割は、障害当事者に設計段階で建物の内部構造を正しく理解していただくことです。それと同時に、障害当事者も建物が建っていない状況で建物内の様子を理解する能力が問われます。

自治体は、クレームがあった時に、その人だけに起因するものか、それとも同じ属性の人に共通の問題であるのかを見極める必要があります。それこそ障害の理解が解決すると考えます。これらの課題を解決するために事業申請をしました。認めて下さった杉並区には感謝しています。

最後に好ましくない事例です。エレベーターのボタン位置の写真を掲載します。このボタンの両サイドにエレベーターがあります。

ボタンの位置には、警告ブロックが敷設されてエレベーターボタンがあることを視覚障害者に示しています。通常のボタンの下に、車いす利用者用のボタンがあります。その下に、なんと点字サインと活字サインがあります。このサインの位置は、床上約 40 cm です。

点字サインは指で読みますので、床上 40 cm の所に点字が



エレベーター お願いの点字位置

あっても誰も読めません。

公共施設だけでなく日本の全ての建物は、建築基準法に則って建てられます。建築基準法は、敷地・構造耐力・防火・避難・設備等の単体規定と接道・用途・形態の集団規定に分けられ、この規定を順守して設計されます。その後、建築確認・検査をします。だから、この建物も規定を順守して、建築確認・検査を受けて現存しています。

— お知らせ —

歩行訓練事業を行います

公益財団法人日本盲導犬協会が行う 2025 年度歩行訓練事業助成事業に採択されました。よって、令和 7 年 4 月から 1 年間ですが歩行訓練事業を行います。

皆さんにとって同行援護事業も必要な事業ですが、単独歩行をすること、単独歩行する範囲を広げることも非常に大切な事だと考えています。

これまで単独歩行をしたことがない方が、例えば「自宅から近所のコンビニまでは 1 人で行けるようにしよう！」とか、歩き慣れてる人が、例えば、「東京駅の中を詳しく頭に入れたいとか。」10 人いれば 10 通りの依頼があると思います。事業のスタートは 4 月ですが、いつでも申し込み・問い合わせは受け付けます。

歩行訓練の超ベテラン中村透が懇切丁寧にとことん教えます。皆様のご連絡をお待ちします。



緊急時に頼りになる中村透

九重雑賀・高野山ツアー 参加者募集！

令和 7 年 4 月 5 日（土）～6 日（日）、GPW 恒例のツアーを行います。

早朝に難波を出発して九重雑賀 (<https://kokonoesaika.co.jp/>) で酒蔵と酢蔵の見学をさせていただき、その後は、10 種以上のお酒・ノンアルコールを前に、酢を使った料理に舌鼓を打ちます。夕方に高野山に移動し、報恩院 (<https://www.hoon-in.com/>) に泊まります。このお寺では阿字観、朝のお勤めをし、朝夕には精進料理を頂きます。

翌日は、ツアーガイドと共に宗教都市高野町のひんやりとした空気を味わいましょう。幽玄な雰囲気な中に我が身を置いて、自分の人生を見つめなおすのもいいと思います。宿坊で皆さんといただく九重雑賀の日本酒は格別です。問い合わせは事務所まで。



奥の院

2024年度 正会員・賛助会員 募っています！

日頃より、GPW の活動にご理解とご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

2025 年になりますが、まだ 2024 年度の正会員・賛助会員を募っています。当法人に協力しよう、活動を助けようというお気持ちのある方は、どうぞよろしくお願ひします。既に会員になってくださった皆様、ありがとうございます。会員の方には、GPW 通信を年に 4 回(季刊)定期的に発行し、活動報告をさせていただきます。「正会員」と「賛助会員」の 2 種類があります。「正会員」は、法律上の社員となり、会の構成メンバーとして総会での議決権を持つ等、会の運営に参加していただく方々です。また、「賛助会員」は、会の目的に賛同し賛助していただく方々で、いわば、会の活動を側面から応援をしていただく方々です。

会員の区分により、年会費は次のとおりです。

◎ 正会員 5,000 円

◎ 賛助会員 1 口 3,000 円

振込先は、以下の 3 行ございます。

郵便振替 口座番号 00110-5-696178

口座名 (トクヒ)グローイングピープルズウィル

三菱UFJ銀行 荻窪支店 口座番号 0292377

口座名 トクティエイリカツドウハウジングローイングピープルズウィル

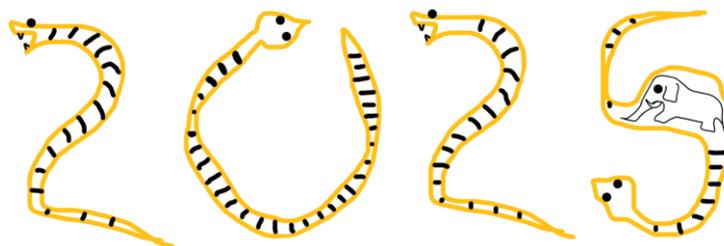
西武信用金庫 西荻窪支店 口座番号 1119017

口座名 (トクヒ)グローイングピープルズウィル

寄付を募っています

当法人では、高齢視覚障害者のためのストレッチ教室、音楽を媒体とした集いの場や視覚に障害があってもわかりやすいフランス語教室など様々なイベントを行っています。福祉制度にない活動が実は利用者にとって非常に大切です。このような活動を安定的に継続し更に充実したものにしていくため、皆様のご理解とお力添えを必要としています。振込先は、上記 3 行になります。

寄付をお考えの方のご連絡をお待ちします。



季刊 GPW 通信 第 33 号 (2025 年 初春号) 2025 年 1 月 1 日発行

発行者 特定非営利活動法人グローイングピープルズウィル 理事長 高橋和哉

〒167-0042 東京都杉並区西荻北 3-25-10 メゾン内田 103 号

URL: <http://gpw.sakura.ne.jp> Tel 03-4285-9727. Fax 03-4285-9727