

# 季刊 GPW 通信

第 34 号 2025 年 春



ムジナ坂から望む富士山

## 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

皆様の支えと職員・ガイドヘルパーの頑張りで令和 6 年度も無事、NPO 法人として活動を継続できました。ありがとうございます。道半ばですが、前年度から実施している法人体力強化が実り、経営的には良い結果になりました。経営的に良くても人材不足から倒産・廃業する話をよく耳にします。当法人もそうならないよう、マンパワーの充実とIT活用を更に進め、経営・運営の両面において余裕ある活動ができることを目指します。それが持続性に繋がりますし、緊急時に力を発揮します。

事務機能強化は、人・お金を投入すること、すなわち自助努力が直接反映されるものです。この 2, 3 年で同行援護・移動支援事業だけでなく、重度障害者等就労支援特別事業や訪問型代筆・代読事業など、視覚障害者支援事業の幅が大きく広がりました。新たな事業が増えることは、杉並区が視覚障害者支援の重要性を認識していると言え感謝しています。私たちは、利用者に対してだけでなく、杉並区の期

待にも応える責務もあります。よって、今年度も引き続き、同行援護事務機能強化を図ります。

一方、ガイドヘルパー(同行援護従業者)充足は、法人の本気度だけでは解決しません。そもそも福祉業界は、経済状況に大きく左右される非常に不安定な業界です。今後も丁寧な求人活動を継続します。

まず、ガイドヘルパーの認知を一般社会に高める必要があります。次に、当法人の存在を知っていたき信用を得る必要があります。日々、真摯に活動していますので、ここまではできていると考えます。次に、求められることは、具体的な求人活動です。杉並区の協力を得たり、ハローワークに求人を出したり、民間の無料求人サイトに掲載したりとそれなりに求人活動を行っていますが、事業開始以来、ガイドヘルパーが十分になったことは一瞬たりともありません。よって、これまで同様の求人活動を継続してもガイドヘルパー不足の現状は変わりません。この状況を打破するには、失敗を恐れず、新しいことをすることしかありません。

そこで、今年度は、4 月から 6 月の 3 か月間ですが、杉並広報に広告を出すことにしました。広報は、月に 2 回発行ですので合計 6 回になります。

時間に余裕ができ、漠然と社会に貢献したいと考えている杉並区民に、私たちの活動の重要性が伝われば、ガイドヘルパー不足は緩和できると考えています。皆様も当法人の広告が目に残ったら、スマホで覗いてみてください。

個人的な話をすると、数年前から杉並区の様々な分野の委員を命じられて会に参加しています。初めの 1, 2 年は出席するだけでした。ここ最近では、意見を求められることが多くなりました。意見を求められることはありがたいことですが、自分の意見が通ることは、恐ろしいことでもあります。ましてやそれが年配者に対する忖度からくるものであれば、よろしくありません。立場をわきまえ、研鑽を重ね、視覚障害者だけでなく全ての区民が杉並区に住んで良かったと実感できるように頑張ろうと考えています。

## イベント報告

### 1. 高齢視覚障害者のストレッチ教室

令和 7 年 3 月をもって終了しました。

このストレッチ教室は、平成 28 年に始めました。当時は、私たちの周りに高齢視覚障害者に対応できる施設が少なかったことから、少し背伸びをしても集える場を提供しようと開始しました。ゆうゆう今川館に登録することで場所を確保し、人的支援は万が一のこともあるので看護師資格を持つ森さんに関わっていただきました。

毎回、多くの視覚障害者が参加してくださり、定期的な開催になりました。個人的には、立派な社会資源であると自負しています。

このストレッチ教室を終了すると貴重な社会資源が無くなってしまいますので、形を変えて継続することを考えています。出来るだけ早い時期に再開できればいいと考えています。皆様のご意見をお聞かせください。よろしくお願いいたします。



ゴムを使ってストレッチ

## 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!～

1 月 29 日、ドレミファン冬の会を開催しました。

妖艶な旋律が印象的なユーミンの「春よ、来い」やミュージカルナンバー「オズの魔法使い」と永遠の名曲が出そろったのど自慢でした。「ガイドさんとあそぼ!」では歌しりとりで盛り上がりました。前のひとが「雪やこんこ、あられやこんこ」と歌ったら次のひとは「こ」から始まる歌を一節歌うというルール。そこで「ら」が当たったガイドさん、一瞬悩んだ末に大黒摩季さんの「ららら」を一節、すると次のガイドさんも「ら」さてどうすると思いきや、サザンの勝手にシンドバットの「ららら」で拍手喝采となりました。楽しい時間は瞬く間に過ぎてゆき…次回は 4 月 30 日ドレミファン春の会へと続きます。

時間は、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



ドレミファンの様子

### ～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。

日時・場所などの変更があった場合や感染予防のため、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、いらっしゃい!

みなさま、こんにちは。昨年 2 月からガイドヘルパーを始めた高山朱里(たかやまじゅり)と申します。着物の着付け師をしながら、ガイドとの Wワークをしています。着付けは一般の方が対象ではなく、雑誌やドラマの撮影で着付けをする仕事なので、簡単にご紹介します。

### ●着付け師について

・きっかけ 私は北海道出身で札幌の着物店で働いていました。結婚を機に退職し広島県に住んでいるとき、ドラマのロケがあり、たまたま頼まれて盆踊りのシーンで着付けを手伝いました。そのとき初めてドラマのスタイリストという仕事を見て「やってみたい!」と感じ、東京に引っ越した後、映画・ドラマのスタイリスト事務所に所属、撮影の世界に飛び込みました。

・大変なこと 着物を含む衣装は、多くの場合、他のスタイリストが用意しますが、まれに着物の手配を任されることがあります。様々な着物ブランドに電話しお借りするのですが、予算の都合もありリリースは無料が理想です。その代わりに、ご本人の SNS に、着用した写真をブランド名と共に載せる、という条件でお借ります。着用するのが著名な方であれば、宣伝効果が大きなので借りるのも楽ですが、マイナーな方の場合、インスタグラムのフォロワー数が少ないため、なかなか着物ブランドから OK がもらえず大変です。それでも、女性アイドルなどの着物姿を見たファンの方からの反響コメントを見ると、苦勞が報われたと感じます。

#### ●ガイドヘルパーについて

・きっかけ ガイドヘルパーについては全く知らなかったのですが、2 年前に渋谷駅で白杖の方が戸惑っているのを見て、お声がけしました。数週間後の公演鑑賞にガイドの依頼が必要か、1 人で下見に来た、という方をホールまでご案内し、そこで初めてガイドヘルパーの存在を知りました。ガイドを始めて、失敗を重ね落ち込みながらも、経験を積んでいる段階です。

・やりがい 先日は、旅行に来た 20 代の方を羽田空港へ出迎え、横浜中華街を観光し、グルメも楽しみました。他にも、防災講演会や美術館のガイドなど、自分も好きなジャンルのガイドに入れたり、利用者さんのおかげで、楽しい経験をさせていただいて、やりがいを感じます。

浴衣シーズンの夏と振袖シーズンの冬は繁忙期で、ガイドに入れませんが、利用者さんに「着物の仕事をしている高山」と言うと覚えてもらいやすいので、これからも楽しんで両立していきたいと思えます。ご一緒する機会がありましたら、みなさまどうぞよろしくお願いいたします！



成人式を迎える姫の着付け中



三姉妹の姫の前撮りをスタイリング

## アプリ紹介

皆さんこんにちは。森 佑太です。

今回は視覚障がい者向け歩行支援デバイス「あしらせ」を紹介します。「あしらせ」は両足の靴にデバイスを装着し、iPhone と接続して利用します。両足の靴に装着したデバイスが曲がり角や方角を振動で教えてくれます。

「あしらせ」が手元に届いたら、まず「あしらせ」本体を靴に装着します。装着する手順が少々複雑で苦勞しました次に iPhone と接続するためアプリをダウンロードします。iPhone と接続し、初期設定が完了すると「あしらせ」が利用できるようになります。

「あしらせ」は左に曲がる時は左足の甲が振動して、右に曲がる時は右足、方角が少しずれたらかかと側、正しい方向に進んでいると両足の甲が振動する。というように、いくつか決まりごとがあります。振動パターンに慣れるまで、何度か練習が必要です。

iPhone の「あしらせ」のアプリ側でナビを設定して、数百メートル離れたコンビニに向かいました。ナビの音声案内と足の振動でルート案内があります。最初は足の振動のルールが分からず「あまり使えないかな」と思ったのですが、数日練習していると徐々にコツが分かってきました。少しずつ歩く距離を伸ばし、善福寺公園を散策しました。靴の振動のパターンを覚えると、iPhone の map のナビの音声案内だけで歩いている時と比べて、曲がり角の位置が正確に分かって歩きやすくなりました。

ある時は三鷹市にある「国際基督教大学」に出かけてみました。構内に入ると、敷地が広く迷路のような道が続いています。この日はネットの食べログを見て気になった、構内の学食で昼食をとろうと出かけました。

正門から学食のある建物の入り口まで、ナビの音声と振動で案内があり、一人でスムーズに学食の入り口までたどり着いて中に入ることができました。

「あしらせ」を装着して歩いていると、道で出会い声をかけてくださる方と会話をした時に「上手に歩いていらっしゃいますが、何を目印にして歩いていらっしゃるのですか？」と聞かれたことがあります。その時に「実は靴にこんな万歩計のような機械をつけているのですが、iPhone とつながっていて、振動で曲がり角が分かるんです」と簡単に説明をしました。すると相手の方が「なるほど、どのようにされているのかな？と気になって話しかけてみたけど、便利なものがいろいろ出ているのですね。」という感じで、その後も会話が弾みました。

「あしらせ」を装着していたことで会話のキャッチボールが自然にできて、心温まる時間を過ごすこともできました。

「あしらせ」は魅力のある商品なのですが、本体価格が 50,000 円です。購入後使い続けるためにはアプリの利用料金が毎月 550 円かかります。本体の 50,000 円は、「日常生活用具」で支給してもらえる自治体もちらほら出ているようです。

「あしらせ」はホームページや YouTube もあります。YouTube をチャンネル登録しているので、これからも情報をチェックしていきたいと思います。



あしらせを装着した靴

## — トピック —

### 小針さんが戻って来ました。

皆さま、こんにちは。小針丈幸（こばりたけゆき）と申します。

私は 2021 年からアンサンブルでガイドヘルパーとして活動を始め、2022 年には GPW の職員として 1 年間働かせていただきました。2023 年からはガイドヘルパーを続けながら、GPW の理事として関わらせていただいております。

より現場で視覚障害に関わる仕事がしたいという想いがあり、この 4 月から再び職員として働かせていただくことになりました。今後は、事務補助やイベント企画、組織力強化などを担当する予定です。

特にイベントについては、利用者の方々やガイドヘルパーの皆さんが中心となって進めるもの

を、毎月開催していければと考えております。皆さんと一緒に、楽しく充実したイベントを作り上げていきたいです。準備や運営にあたってご相談させていただくこともあるかと思いますが、その際はどうぞよろしくお願いいたします。

また、私も「視覚障害のある方もない方も一緒に楽しめる SDGs ボードゲーム」の体験会を実施しており、こちらも GPW のイベントで開催予定です。ゲームを通じて新しい気づきや交流が生まれる場になればと思いますので、興味があればぜひご参加ください。

これからも、皆さんと一緒に楽しく活動していければと思っています。どうぞよろしくお願いいたします！



カードゲーム開発中の小針さん

## 日本盲人福祉委員会から助成金を頂きました

毎年、日本盲人福祉委員会から助成金を頂いています。令和 6 年度は、高齢視覚障害者のストレッチ教室の会場費として 5 万円頂きました。令和 7 年度は、「一般市民に視覚障害者のスマホ利用を理解していただくための動画作成」活動のために 6 万円の助成金を頂きました。

現代は情報化社会です。スマホを利用することで多くの情報を能動的に瞬時に得ることができます。晴眼者と比較にならないほど視覚障害者にとってスマホの登場は画期的でもあります。

私たちは、一人でも多くの視覚障害者スマホ利用者を増やす努力をしていますが、一方で、もう一つ大事なことを忘れてはいけません。それは一般社会における視覚障害者スマホ利用の理解です。

一般社会の多くの方々は、視覚障害者がスマホを活用しているとは思っていません。それもそうです。ツルツルの画面を視覚障害者が操作できるとは思えませんから。しかし、現状は、視覚障害者もスマホを利用しています。一般社会と認識がずれると軋轢が生じます。その軋轢を生まないように、一般社会に対して視覚障害者のスマホ利用の方法や現状を動画でお伝えしています。今年度も日本盲人福祉委員会からの助成金を活用して、5~6 本の動画を作成しようと考えています。これまで当法人で作成した「スマホでブラインド Life」の QR コードをここに貼り付けます。スマホでご覧ください。



スマホでブラインド Life

## 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）について更に紹介をさせていただきます。

協働提案事業の正式なタイトルは、「住民（移動制約者）参加によるユニバーサルデザイン（以下、UD）のまちづくり ~実りある対話を行う~」というものです。キーワードは、住民（移動制約者）参加、対話が挙げられます。

住民参加はよくある話ですが、移動制約者が置いてきぼりにされている、もしくは一般住民とは違

う場で参加をすることが多いと思います。UDがテーマとなる話し合いの場合、移動制約者がその話し合いの場にはないとしたらナンセンスです。また、そこに参加しない移動制約者が忖度されても良いか結果になりません。

よって、この活動の目的の一つは、移動制約者と自治体関係者との話し合いを一般区民にも伝える、関心を持っていただくことでもあります。

次に対話の説明に移ります。読んで字のごとく、対話と会話は違います。単なる時候の挨拶なども会話と言えますし、会話には明確な目的やゴールがありません。一方で、対話とはお互いの立場や意見の違いを理解し、そのずれをすりあわせることを目的とします。もう一つの目的は、ある共通のテーマに基づいて意見を述べ合うことです。それが対話です。

よって今回のようなUDを発展させることをゴールとしている場合は、視覚障害者であろうと晴眼者であろうとお互いの立場や意見の違いを理解する人、すなわち自分が何者であるかを明確に相手に伝えることが出来なければならないですし、テーマについてご自身の考えを持つ必要があります。

この2年間で、参加委員の方々が自治体職員、設計者と対話ができる土台作りを目指しています。一方で、自治体に対しては、始めから当事者の声を取り入れて設計を進めることが、結果的に良い効果が生まれることをわかっていただきたいと考えています。

2年目の活動に向けて、秋山哲男教授（中央大学研究開発機構）をお招きして、一般公開の講演会を開催します。ユニバーサルデザインに関心のある方は、お申し込みの上、お越してください。

日時：4月19日（土）10時から12時まで

場所：高円寺地域区民センター 第1・2集会室 高井戸東3-7-5

申し込み：当法人に連絡ください。

## — 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のでこの4月から1年間、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、歩き慣れた人が、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通りの希望があると思います。

また、歩行訓練だけでなく、視力が落ちたことでの困りごとの解決も行います。相談支援事業所ういと歩行訓練の超ベテラン中村透が懇切丁寧に対応します。1年間で解決しないことは、利用できる施設やサービスにつなげることを考えています。皆様のご連絡をお待ちします。



歩行訓練士 中村透さん

## 2025 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した。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いております。「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 トクティヒ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、視覚障害者のため様々な活動を行っています。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 34 号 (2025 年 春号) 2025 年 4 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