



KSK

リアルライフ News

vol. 31

KSK

1984年8月20日

第3種郵便物承認

毎月(5:10:15:20:25日)発行

ながちゃん^{じりつ しゅうねん}自立5周年
インタビュー!

ひろさん^{ひとりぐ}
一人暮らし(自立生活)への^{じりつせいかつ}
取り組みに向けて!

みらい
未来^を
みす
見据え、
じせだい
次世代^に
つなげる

ねんど
2025年度も

リアライズは突き進む!

^{みらい}「未来^{みす}を見据え、 ^{じせだい}次世代につなげる」

^{しんねんど}新年度^{あいさつ}のご挨拶

^{しんねんど}新年度あけましておめでとうございます！（笑）
^{りじょうけんじりつせいかつ}理事長兼自立生活センター^{だいひょう}代表^{みつ}の三井です。

「えっ、理事長？代表？」と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、2024年7月より理
^{じちょうけんだいひょう}事長兼代表^{さいにん}に再任することとなりました。

^{すこ}少し^ふ振り返りますと、リアライズは代替わりをスタートさせた矢先にコロナ禍に直面し、大変
^{じき}な時期^のを乗り越えてきました。その過程で、経営や人材の強化が急務だと感じる場面も多々あ
^りました。そこで「リアライズ強靱化計画」の一環として（と勝手に名付けていますが）、2024年
^{がつ}2月^{わたし}から私が期間限定で再登板し、7月^{きかんげんてい}から本格的に理事長職^{さいとうばん}を務めることとなった次第で
^すす。

もちろん、和泉市で進めてきた地域活動の構想や、泉州地域全体への働きかけ、さらには全
^{こくきぼ}国規模^{うんどう}の運動も引き続き全力で取り組んでいきます。具体的には、和泉市では「一般社団法人
^{いずみしょう}いずみ障がい福祉サービス事業所団体連合会」の理事として、地域政策の推進に関わり、全
^{こく}国では「NPO法人全国自立生活センター協議会」の理事としても活動を続けています。



ほうじん じりつせいかつ
NPO法人 自立生活センター・リアライズ

りじちょうけん だいひょう
理事長兼CIL代表

みつい たかお
三井 孝夫



ほか とく く も みな たす か ぜんりょく はし め
他のCILでの取り組みも盛りだくさんですので、皆さんの助けを借りながら全力で走り抜けて
いこうと思います！

さいきん ほうじん じせだい わだい あ おお
最近、どの法人でも「次世代」というキーワードが話題に上がることが多くなっています。リア
ライズも例外ではありません。次世代を担う人材をどう育て、つなぐか。そして、走る側の意識
かいかく う と がわ かくご いしき へんかく りょうほう いまもと つよ かん
改革と、受け取る側の覚悟と意識の変革。その両方が今求められていると強く感じます。

わたし しょうわせだい しょうがいしゃ けんり おびや つづ きび じだい い め
私たち昭和世代は、障害者の権利が脅かされ続けてきた厳しい時代を生き抜いてきました。
いっぽう じせだい ととの あたら じだい い ふた
一方で、次世代はサービスやバリアフリーが整いつつある新しい時代に生きています。この二
つの世代をどうつなげ、互いに理解し合える仕組みを作るか。それが今の私の役割なのではな
いかと思っています。

しこうさくご まいにち みらい みす じせだい もくひょう ぜんりょく
まだまだ試行錯誤の毎日ですが、「未来を見据え、次世代につなげる」ことを目標に全力で
がんば おも
頑張ります！

みな ちからぞ ねが
こんなリアライズですが、皆さんのお力添えをこれからもどうぞよろしくお願いいたします！

^{ねんど} **リアライズ2024年度** **イベントカレンダー**

4月

- ・リアライズ全体会 ^{ぜんたいかい} ^{かいさい} 開催
- ・JIL関西ブロックヤング委員会・
IL合宿 ^{かんさい} ^{いりんがい} ^{がっしゅく} ^{さんか} 参加
- ・韓国ハンパセンターとの交流会 ^{かんこく} ^{こうりゅうかい} ^{かいさい} 開催
- ・ファーストスタディ大阪泉大津校
コラボ交流会 ^{おおさかいずみおおつこう} ^{こうりゅうかい} ^{かいさい} 開催
- ・能登半島地震 救援募金 ^{のとはんとうじしん} ^{きゅうえんぼさん} ^{さんか} 参加

5月

- ・リアライズ重度訪問介護講座 ^{じゅうどほうもんかいごこうざ} ^{かいこう} 開催
- ・関西大学 ^{かんさいだいがく} ^{こうえん} 講演
- ・四天王寺大学 ^{してんのうじだいがく} ^{こうえん} 講演
- ・障害者芸術文化とインクルーシブ
社会を考えるつどい ^{しょうがいしゃげいじゅつぶんか} ^{しゃかい} ^{かんが} ^{さんか} 参加

6月

- ・誠風中学校 ^{せいふうちゅうがっこう} ^{さんか} サポチャレ 参加
- ・第1回現任研修「セクシャル
マイノリティについて」 ^{だい} ^{かいげんにんけんしゅう} ^{かいさい} 開催
- ・旭小学校 ^{あさひしょうがこう} ^{たいかい} ^{さんか} ボッチャ大会 参加
- ・FMいずみおおつ ^{しゅつえん} 出演
- ・交通サポートマネージャー研修 ^{こうつう} ^{けんしゅう} ^{こうえん} 講演
- ・パイオニア×ぐっすら交流会 ^{こうりゅうかい} ^{かいさい} 開催
- ・JIL全国セミナー&総会 ^{ぜんこく} ^{そうかい} ^{さんか} 参加

7月

- ・旭小学校 ^{あさひしょうがっこう} ^{こうえん} 講演
- ・誠風中学校 ^{せいふうちゅうがっこう} ^{さんか} サポチャレ 参加
- ・パイオニア ボッチャ大会 ^{たいかい} ^{かいさい} 開催
- ・精神障害学習会 ^{せいしんしょうがいがくしゅうかい} ^{かいさい} 開催
- ・障大連 ^{しょうだいれん} ^{そうけっさしゅうかい} ^{さんか} 総決起集会 参加

8月

- ・和歌山大学 ^{わかやまだいがく} ^{こうえん} 講演
- ・貝塚ユニバーサルビーチ
プロジェクト ^{かいづか} ^{かいさい} 開催
- ・対府オールラウンド交渉 ^{たいふ} ^{こうしょう} ^{さんか} 参加
- ・リアライズ夏祭り ^{なつまつ} ^{かいさい} 開催
- ・清里・研修合宿 ^{きよさと} ^{けんしゅうがっしゅく} ^{さんか} 参加
- ・第2回現任研修「虐待に繋がるもの
とは何か」 ^{だい} ^{かいげんにんけんしゅう} ^{ぎゃくたい} ^{つな} ^な ^{かいさい} 開催
- ・新人・中堅ミックス研修会 ^{しんじん} ^{ちゅうけん} ^{けんしゅうかい} ^{さんか} 参加
- ・ピアサポート研修 ^{けんしゅう} ^{こうえん} 講演

9月

- ・穴師小学校 ^{あなししょうがっこう} ^{こうえん} 講演
- ・新人研修 ^{しんじんけんしゅう} ^{かいさい} 開催
- ・バリアフリー演劇祭 ^{えんげきさい} ^{かいさい} 開催
- ・ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー
育成事業開講式 ^{たいへいようしょうがいしゃ} ^{いくせいじょうかいこうしき} ^{さんか} 参加
- ・国府小学校 ^{こくふしょうがっこう} ^{こうえん} 講演
- ・リアライズ合宿 ^{がっしゅく} ^{かいさい} 開催

10月

- ・なんばおにごっこ さんか 参加
- ・ピープルファースト大会 たいかい さんか 参加
- ・バリアフリー障害当事者リーダー養成研修 しょうがいとうじや さんか 参加
- ・忠岡小学校 ただおかしょうがっこう こうえん 講演
- ・浜小学校 はましょうがっこう こうえん 講演

11月

- ・AJUワインフェスタ さんか 参加
- ・いこらいず交流会 こうりゅうかい かいさい 開催
- ・山登り企画 やまのぼ さかく かいさい 開催
- ・楠小学校 くすのさしょうがっこう こうえん 講演
- ・商連わいわいフェスタ しょうれん しゅってん 出店
- ・童夢KANSAIフェスティバル どうむ しゅってん 出店
- ・戎小学校 えびすしょうがっこう こうえん 講演

12月

- ・第3回現任研修「人に対して興味を持つ大切さと質問力」 だい かいげんにんけんしゅう ひと きょうみ 開催
- ・JIL全国セミナー ぜんこく さんか 参加
- ・リアライズ冬祭り ふゆまつ かいさい 開催
- ・泉大津中央商店街雨でもマーケット いずみおおつちゅうおうしょうてんがいあめ しゅってん 出店
- ・パイオニア クリスマスパティー かいさい 開催

1月

- ・上條小学校 かみじょうしょうがっこう こうえん 講演
- ・関西医療大学 かんさいいりょうだいがく こうえん 講演
- ・条東小学校 じょうとうしょうがっこう こうえん 講演
- ・誠風中学校 せいふうちゅうがっこう こうえん 講演
- ・インクルーシブ教育セミナー きょういく さんか 参加

2月

- ・第4回現任研修「防災・BCP研修会」 だい かいげんにんけんしゅう ぼうさい けんしゅうかい 開催
- ・交通サポートマネージャー研修 こうつう けんしゅう こうえん 講演
- ・リアライズ新年会 しんねんかい かいさい 開催
- ・パイオニア もちフェス かいさい 開催
- ・おづぶらざフェスタ しゅってん 出店

3月

- ・新人研修 しんじんけんしゅう かいさい 開催
- ・JIL関西ブロック 関西IL合宿 かんさい がっしゅく さんか 参加
- ・鈴音が行く！！合理的配慮キャラバン すずね い ごうりてきはいりょ さんか 参加

しんねんど あいさつ スタッフより新年度ご挨拶

みつい たかお
三井 孝夫 (みっちー)

りじちよう だいひよう どうじしゃ
理事長/CIL代表/当事者スタッフ



ハイ！みっちーです！

いやあ、設立準備会の通信で初めてお目に
かかったのは29才の若モンでしたが、今や47
才一児のパパオジになりました✩

が！これからは単なるオジではなく、イケ
オジ&NICEパパとして認知していただけるよ
う頑張っていきまーす✩

つじた ななこ
辻田 奈々子 (ななちゃん)

じむきよくちよう どうじしゃ
事務局長/当事者スタッフ

2024年度は私にとって大きな変化があり、い
ろいろと成長させて頂いた一年でした！

2025年度は求められているものにきちんと応
えていけるよう、着実に歩んでいきたいと思い
ます。



よし
吉井 ひかり (ひいちゃん)

じむちよう
事務長

2025年、コーディネーター→事務長と役職が変わ
って1年が経ちました☆

慣れないことも必死で覚えるところから、少しず
つ落ち着いてできることも増えてきて、沢山の人の
支えてもらっているおかげだな～と感じておりま
す・×・

今年は、その感謝をもっと皆さんに返していける
ようにしたいと思います！



SURABAYA -
nalkan sama arek-arek Su
Wali Kota Surabaya Tri Rism
bakal calon wakil gubernu
Jatim Puti Guntur Soekarno di ca
(CFD) Taman Bungkul kemarin (2
Risma lalu mengajak Puti naik ke r
gung yang dipakai instruktur aer
Puti pun berkesempatan memperken
dirinya. "Mohon doa restunya. Saya
Gus Ipul bakal maju untuk meml

やまもと ひろし
山本 啓司 (ひろし)

せいかつかいごかんりしや
生活介護管理者

リアライズで活動を始めて17年…年齢も40になりました。昨年もリアライズの活動にいろいろと挑戦しました。人間的には落ち着いていきたくはありますが、ふとした出来事にいちいち動揺したり、慌ただしい精神模様と付き合っています。

40歳となった今、新たな人生の目標モデルを見つけて、邁進していく次第でございます。今年もよろしくお願いいたします。



intense c
it and his alth
s a biased and unjusti
ich hunt And the outcome
bstantial political implica
only in denying Mr Trump
ammunition for his cam
discredit Mr Mueller
re and during the trial, Mr
both sought to defend Mr

NE
ANALYS
engulfed his Wi
collapsed
Mr Trump has lone

ほしの たかひろ
星野 貴大 (ほっしゃん)

かいじよはけんかんりせきにんしや
介助派遣管理者



子どもの時は「1年長いなー」と感じていたのが、子どもができてから「1年ってあっという間」さらには、「もう夕方やん！」と心の中で無意識に呟っていることに最近気づいてしまいました。

1日1日大切に、その日のベストを尽くしていこうと思います。

reet, consequat mas
Cras blandit, e
metus quam sagitt
nisi augue eget
rpis, efficitur si

かわぐち かずひろ
川口 和洋 (はるお)

とうかつ
統括コーディネーター

実に17年間、リアライズとともに歩みを進めてきました。

思い返すと、本当にいろんな人たちの支えがあってここまで頑張ることが出来ました。この場をお借りして感謝申し上げます。ありがとうございました。





ふくい さえ
福井 彩英 (マミー)

コーディネーター



2024年はリアライズも新しい体制になる中で、さらに突りある活動に繋がっていくため、そして人を繋いでいくために走っていたような気がします。

ただ、思うように活動できない。自分の不甲斐なさに心が折れそうになることもありつつ、...でしたが、新しい一年がリアライズにとって、そこに関わる人にとって自分らしくいられる、そんなあたたかい場所になっていけたらいいなと思います。

がんばるぞー！えいえいおー！！



ふじもと だいち
藤本 大地 (てんちゃん)

コーディネーター

コーディネーターになって1年が過ぎましたが、刺激的であっという間の1年でした。

自分が日々成長させてもらっているのは、周りの方々のおかげなので感謝カンゲキ雨嵐です★

今年もどうぞよろしくお願いします！



literature, discovered the
source. Lorem Ipsum

sections 1.10.32 芦村 小夏 (こなっちゃん)

Finibus Bonorum コーディネーター

こんにちは、浪速イチかわいいカピバラ芦村
です。

コーディネーター2年目に入りますが、ド歯
出 (ハテ) な日々突き刺される毎日です。

カピバラだけに。

皆とたのしく活動する為に、今年も目いっぱい成長したいです



ANALYSIS
engulfed his White House
collapsed
Mr. Trump has long

What is!

Lorem Ipsum

the

I

にしとめ かずひろ
西留 一浩 (とめさん)

そうだしえんかんりしゃ そうだしえんいん
相談支援管理者/相談支援員

とうじしゃ
/当事者スタッフ



しょうがいしゃほんにん かぞく おも たいせつ とも かつ
障害者本人や家族の想いを大切にし、共に活
どう なかま そんなちやう けいけん え ちしき つぎ
動する仲間を尊重し、経験から得た知識を次の
せだい つた とも みらい き ひら
世代に伝えながら共に未来を切り拓いていき
たいと思います。

2025年もどうぞよろしくお願い致します!

ちんぜい ゆうた
鎮西 雄太 (ちんちゃん)

そうだしえんいん こうほう とうじしゃ
相談支援員/広報/当事者スタッフ

こんにちは! 去年1年間を振り返ると、ま
ます本格的に相談支援業務に携わるようになって
いろいろな気づきを感じた1年でした。

今年でなんと自分も10年目を迎えるという事
で、この1年間も多くの気づきがある年にしたい
なあと思います!



usi,
sto.
met
rus,
rna.
nam
stie.

きたむら みつる
北村 充 (むー)

こうほうじぎょうせきにんしゃ かいじょ
広報事業責任者/介助スタッフ



とし かさ ねん はや
歳を重ねるとともに1年が早くなっていき

ますね。

こんねんど こうほう つう みなさま
今年度も広報を通じて皆様にリアライズの
かつどう おも とど わたしじしん かいじょ げんぱ じっ
活動と想いを届け、私自身は介助の現場で実
せん めざ とも め
践しながらリアライズが目指すものを共に目
ざ あゆ おも
指して歩んでいきたいと思ひます。

ねんど ねが
2025年度もよろしくお願いいたします。

おかだ のりゆき
岡田 憲幸 (おかちゃん)

ひじょうきんとうじしゃ
非常勤当事者スタッフ/パイオニアメンバー

おうえん
応援ありがとうございます。

きよねん ま す ことし すこ
去年もあっという間に過ぎましたが、今年も少
しでも何かしらの実践をしていくことで、活動
な に じっせん かつどう
や地域を盛り上げていければと思ひます。

ことし たの
今年も楽しんでいきましょう！

ねん はつもうで ちゅうきち
(※2025年の初詣のおみくじは、中吉でし
た。)



かわはた のぶまさ
川端 延昌 (のぶりん)

かいじょ
介助スタッフ

ねんど じしん まわ へんか たいおう いちねん
2024年度は自身の周りの変化に対応する一年でし
た。あまり活動らしい活動はできずでした。

ねんど へんか おお とし へんか
2025年度も変化が多い年になりそうですが、変化
たの かつどう おも
を楽しみつつ活動もしていきたいと思ひています。

ほんねんど ねが
本年度もよろしくお願いします！



cue,
it, chich-
name it.
street food
o knows and
may not be as

you're walking down the sid
with dozens of food carts ar
hard to resist buying them e
you're surrounded with the
smell of these deep-fried
fact that you can just run u

みなみ さおり
南 早織 (さおりん)

かいじょ
介助スタッフ

いくきゅう はや ねん

育休から早1年がたちました！

かいめ いくきゅうあ な

3回目の育休明けということで慣れているだろー

おも

と思われがちですがそんなことはございません！

たいへん

それはそれは大変でした、、、。

まわ

ひとたち

ささ

ここまでやってこれたのも周りの人達に支えら
れたおかげです♪

こんねんど

ねが

今年度もよろしくお願いします。



にいざと しょうへい

新里 翔平 (しんぺー)

かいじょ

介助スタッフ



みな

皆さんこんにちはこんばんは！

ことし

けが

びょうき

いちねん

お

今年はまず怪我せず、病気せず、一年を終える

もくひょう

わら

ことが目標です！笑

まわ

しんしんと

おも

いちねん

あとは周りのこと、心身共に落ちついた一年

おも

になればと思っています！

ことし

いちねん

せいいつぱい

がんば

ねが

今年も一年精一杯頑張ります！よろしくお願いします。

いします。

svalova

Lze-li tce

jímž končí flaviovská dynastie, p
atrofií, mohlo by toto nervové onemocnění, třeba jen
míšní, alespoň částečně souviset s jeho podezřavostí
a krutostí. Tím spíše, že
zřejmě úměrně s tím, že
kračující omezená pohy
Suetonia hyzdilo jeho
kládal), ovlivnil
ho pých

まつもと

しょうま

松本 翔馬 (ししまる)

かいじょ

介助リーダー

さくねん たいちよう くす

昨年は体調を崩すことがひじょーに多かったの

こんねんど

たいちようかんり

はん

で、今年度はしっかり体調管理をおこない、ご飯

た

げんき

す

ねん

をもりもり食べて元気に過ごせる1年にしたいと

おも

思います！

ことし

ねが

今年もよろしくお願いいたします。





てらだ たつろう
寺田 竜郎 (てらっしー)

かいじょ
介助リーダー

ことし まわ へんか とし
今年はより周りの変化のある年にしたいです。

こうはい どうりよう の
もっと後輩や同僚と飲みニケーションをと
ったり、遊んだりする年にしたいです！

よてい あ むすか
みんなと予定を合わせるのが難しいですが
さそ はじ こうどう
誘わないと始まらないのでとりあえず行動し
てみます。

いえ き つ
じゃないとせっかく家にあるゲーム機や釣
り道具が無駄になりますから😁



おおもり ともや
大森 智也 (ほとちゃん)

かいじょ
介助リーダー

しゃしん らん
もう写真はご覧になられたでしょうか!?つ
いに付け爪に初挑戦……なんて事では勿論な
く思いっきり指を挟みまして、新しい爪に生
え替わる途中の様子です👉

みな せつぶん よ
皆さんがこの拙文を読まれているであろう4
月には完全に生え変わっていると思いますの
で、爪と共に2025年度も心機一転で頑張りた
い所存です。



やまぐち はるき
山口 遥希 (はるく)

かいじょ
介助リーダー

しんねん こ
新年あけましておめでとうございます。今
としへびとし としおとこ
年は巳年、年男です。

ふしめ とし でき かぎ
節目の年なので、出来る限りいろんなこと
ちょうせん しや ひろ も ひと つな たい
に挑戦し視野を広く持って人との繋がりをも大
せつ なにごと どりよく ぜんしん おも
切に、何事にも努力し前進したいと思いま
す！

ことし ねが
今年もよろしくお願いします。



あない はるな
穴井 晴菜 (なっつー)

かいじょ
介助リーダー

どうも～「なっつー」です。

じょうきん ねんめ こんかい げんにんけん
常勤になって2年目でしたが、今回は現任研
しゅう たんとう いろ けいけん
修の担当をやらせてもらったり、色んな経験が
できた年でした。

らいねんど いま じぶん せいちょう
来年度は今の自分よりもっと成長してパワー
アップしていきたいと思います！

いじょう
以上なっつー。でした！



みなみ かずよし
南 和良 (かずよしくん)

かいじょ
介助リーダー

ねんた はや おだ す
1年経つのは早いですねー。穏やかに過
ごすなんて夢のまた夢でした。

からだ ひびおとろ こ
おっさんの体は日々衰え、子どもたち
はどんどんパワフルに、負けないように
ことし からだ きた つづ ねんれい
今年も体はそれなりに鍛え続けて年齢に
あらが
抗っていきます！

"HENDERSON" New Hand
Mower
is the most effective and easiest run-
ning Mower ever made. If necessary,
any machine can be returned. Prices:
14-inch, \$8.00 each; 14-inch,
18-inch, \$12.50 each; 18-inch, \$15.00 each.



たなか ひろゆき
田中 洋行 (たなびー)

かいじょ
介助リーダー



さくねんど みなさま たいへん せわ
昨年度も皆様には大変お世話になり、の
びのびと過ごすさせてもらい、感謝の年にな
りました😊

あたら ころろ など じぶん
そのおかげもあって新しい試み等が自分
なりに沢山出来たり、仕事や私生活共にと
ても充実した日々を過ごせました！今年も
がんば 頑張るぞー！！



はまの ゆうし
濱野 勇志 (スミス)

かいじょ
介助リーダー

あ ごき
明けましておめでとう御座います。
さくねん さまざま けいけん いっしゅん
昨年は様々な経験をさせていただき、一瞬で
ねん とつにゅう
2025年に突入しました。
ことし せいちょう つづ ざうしゅう
今年も成長を続け、吸収していきたいで
す。
ことし ねが
今年もよろしくお願いします🙏

Zebut Hujan P



ing issue
in the younger
ays one of
ools in p
ge Jewish p
r II collaborate
learn about the hist
vs.
ns that the partici
et in the sumrek mem
ected Jewish
ric violence
tory.



しん しょうかい あいさつ

新スタッフのご紹介とご挨拶



つもり ゆうすけ
津守 雄佑 (すけさん)

かいじょ
介助リーダー

ねん がつ にち じょうきん さいよう
2024年4月1日 常勤として採用になりました。

いぜん とうろく かいじょ かか とき おほ
以前は登録スタッフとして介助に関わっており、その時も覚え
ることなどたくさんありましたが、今年度は更に知識をつけ、経
験を積んでステップアップしていきたいと思いますので、宜しく
お願いします。

Na patnáct let Domitianovy vlády ovšem ani zdaleka plně nevysvětluje tuto římských dějin. Na patnáct let Domitianovy vlády ovšem ani zdaleka plně nevysvětluje tuto římských dějin. Na patnáct let Domitianovy vlády ovšem ani zdaleka plně nevysvětluje tuto římských dějin.

パイオニアメンバーより しんねんど あいさつ 新年度ご挨拶

ふじばやし ゆきお
藤林 行夫 (ばやしさん)

パイオニアメンバー



さくねんど こうはん かんせん たいちよう
昨年度は後半にコロナに感染したり、体調
めん たいりよくめん さいあく とし かつどう
面も体力面も最悪の年になってしまい活動も
ひか え いちねん おも
控えざるを得なかった一年だったように思い
ます。

こんねんど と かけ いっぽう
今年度はそれを取り返すべく、一方ではよ
たいちようめん き つ かつどう ちから い
り体調面に気を付けながら、活動にも力を入
れていければと思っています。

もり ひろえ
森 寛絵 (ひろえちゃん)

パイオニアメンバー

ことし わたし もくひよう たいちよう き
今年の私の目標は体調に気をつけながらマイペ
さも かつどう じゅうじつ
スを保ちつつ、プライベートも活動も充実させてい
きたいです。

やの りか
矢野 理佳 (りかちゃん)

パイオニアメンバー

しんねんあ
新年明けましておめでとうございます。

さくねんど かいじょしゃ かんけいせい つく かつ
昨年度は、介助者との関係性の作り方がわからなくなった
じき もど
時期もあったけれど、戻りつつあります！

こんねんど かつどう おも
今年度も、パイオニアの活動をしていきたいと思います♪

しん でき
新メンバーとのコミュニケーションをたくさん出来るように
い おも
なれたら良いなって思います😊

じぶん かつどう たの おも
自分のペースで活動を楽しんでやっていきたいと思っています。

こんねんど ねが
今年度もよろしくお願いします。

"All the News
that's Fit to Print"



ながた ゆうじ
永田 勇次 (ながちゃん)

パイオニアメンバー

ことし ねが
今年もよろしくお願いします。

さくねんどうよう すこ かつやく
昨年同様リアライズで少しでも活躍できる
ように頑張りたいと思っています。

おもしろ ぜん
さらにリアライズを面白くできるように全
力を尽くします。

も あ おも
リアライズを盛り上げていければと思っています。



ANALYSIS
engulfed his White House
Mr. Trump has long

erat et tortor mattis tempor non id nulla. Sed ac tellus sem.
natis odio ac dolor molestie, lincidunt dictum lorem volutpat
consequere orci vitae volutpat tristique. Duis hendrerit lorem ne.

やすだ かおる
安田 馨 (るんるん)

パイオニアメンバー



やすだ かおる
こんにちは、安田 馨です。

ねん くわ ま
2024年からパイオニアに加わり、あっという間の
1年でした。活動の幅がとんでもなく広がって、
いろいろな人にも出会い (会った人多すぎて覚え
きれないw) 充実した1年でもありました。

からだ おり はんい こんねんど かつどう
体に無理がない範囲で今年度もたくさん活動で
きたらと思います。



たかぎ ももか
高垣 百々香 (ももやん)

パイオニアメンバー

ことし あ い
今年はいろんなともだちに会いに行きたいです。

こう の
パイオニアでは、リアライズ号に乗って、いろん
な場所に出かけたいです

どうぶつえん い
動物園にも行きたいです！

の かい
飲み会もしたいー



gung yang dipakai instruktur aerobik.
Putri pun berkesempatan memperkenalkan
dirinya. "Mohon doa restunya. Saya dan
Gus Ipul bakal maju untuk memi

SPECIAL INTERVIEW

ながちゃん自立5周年!



2025年に自立生活6年目に突入した永田勇次さん。

自立した直後から世間はコロナ禍となり、思い描いていたような生活が出来ず
様々な苦勞もされてきたようです。

今回は、自立当初から関わってきた鎮西・星野がお話を伺いました!



パイオニア当事者
ながた ゆうじ
永田 勇次



相談員
ちんせい ゆうた
鎮西 雄太



介助派遣管理者
ほしの たかひろ
星野 貴大

ちんせい
鎮西

永ちゃん自立5周年おめでとう。読者のためにも今の生活状況を教えてください。

ながた
永田:

日中は生活介護に通っていて、朝と夜（泊まりを除く）に重訪を使って生活している。日・月曜日は生活介護がお休みの日、助が入ってくれているので、出かけたり家でゆっくりしたり。

ちんせい
鎮西:

自立して5年が経ちましたが、自立当初と比べ日々の生活は変わりましたか？

ながた
永田:

自立するまでは自分の生活が出来るなんて思っていなくて、障害者は他人に合わせて生活するのが当たり前やと思ってた。自立することを目標にしすぎて何も考えていなかった（笑）でも生活の事は体験宿泊などでイメージしていたので、自立した当初も意外と大丈夫だったけど、介助者を使って生活していくということが今よりも大変だった。どうやって介助者に伝えよう、どうすれば伝わるかみたいな。今の課題でもあるんやけど（笑）

ちんせい
鎮西:

自立生活をしたらやりたかったことは達成できましたか？それはどんなことですか？

ながた
永田：

僕はだんじり祭りが好きで、だんじりに参加することが目標やった。曳き出しが朝早くからあって夜も遅くまでだんじりが動いてるんやけども、自立する前は全部に参加出来なかった。



ほしの
星野：

永ちゃんだんじりめっちゃ好きやけど、もう一つ大事な目標があったよね？

ながた
永田：

彼女が欲しかった(笑) 気になってた人がいて、その人にまた会いたかった。

うんげい
鎮西：

聞けて良かった(笑) 別に恥ずかしい事じゃないし、そういうのってすごくエネルギーになるからぜひ隠さないで(笑) 次の質問ですが、自立生活を始めた頃から継続してやることなどはありますか？

ながた
永田：

自立生活を始めた後から服装には気を付けるようになったかな。

むかし

昔はどうでもよかったけど、今はリアライズの看板を背負っているというか一員として恥ずかしくないようにしたいなって。あとモテたい(笑)

ほしの

星野：

昔に比べると全然オシャレになったよね。昔は服に名前書かないといけなかったみたいやし。あれはきつかったやろなあとと思う。

ちんせい

鎮西：

ここからの5年間でやってみたいこと・目標などはありますか？

ながた

永田：

僕のような自立を目指す人がいるなら全力でサポートしたい。中には施設や病院がいいって人もいるかもしれないが、僕自身が自立生活を始めてからすごくいいなって感じた。

(周りの都合で)時間が決まっていて、あれこれ決まっている生活は自分の人生を生きていないと思う。そういう人の人生を自分の人生に変える。そんなお手伝いをしていけたらなあというのがリアライズでの目標。

プライベートでの目標は別にあって、、、こう見えても子どもが好きなんです。だから彼女を作って、結婚して、子どもが欲しいというか自分の家族を作りたい。周りからは無理だという声もあるけど、健常者ではごく当たり前のことを自分もあきらめたくない。



ちんぜい
鎮西：

今後、自立を目指す当事者や興味のある人にコメントをお願いします。

ながた
永田：

自立生活って大変なことはやっぱり大変。だけど、「自立したい、出たい」というその想いは諦めずに持っていてほしい。そんな人に出会えたら僕は全力でサポートしたいと思う。人生は自分のものやから自分の好きなように生きて欲しいなと思います。

ちんぜい はしの
鎮西・星野：

ありがとうございました。



「自立したい、出たい」

っていうその想いは

諦めずに持っていてほしい。

～インタビューを終えて～

ちんぜい
鎮西：

今回、自立5周年の節目ということで改めて話を聞きましたが、自立前の永ちゃんと比べるとまるで別人かと思うくらい、頼れる存在になったなあと感じました。きっとこの5年間で、インタビューには収まりきらない程たくさんの楽しいこと嬉しいこと、また同じくらいの大変なこと辛いことも経験してきたことだろうと思います。永ちゃんも言っていたように“自分の人生を自分の好きなように生きる”そんな当たり前のことが障害のあるなしに関わらず、“自然”にそこにある環境を作っていけるよう活動が続けていきたいなと思いました。

はしの
星野：

5周年を迎え、ここ最近、ながちゃんが話をする場に立ち会う機会が多かったので、自分自身も振り返っていたのですが、施設から出た瞬間に言った一言と表情が思い浮かびました。その時の場面は5年経っても忘れないなと思ったのと、5年前に未経験の中でひとり暮らしをスタートし、紆余曲折ありながらもひとり暮らしを続けられていることはすごいことだと思いました。またインタビューでもながちゃんが言っていた「ひとり暮らしをしたい、悩んでいる人のサポートをしたい」という想いを聞いて、凄く誇らしい気持ちとともに頼りになるなと思いました。

いけもと ひろやす
池本博保さん

じりつせいかつ と く
自立生活への取り組みについて

そうだんいん かいじょしゃ してん はなし
～相談員・介助者それぞれの視点からのお話～

いけもとひろやす
■池本博保さんについて

いけもとひろやす ねんう
池本博保さんは、1980年生まれの
いずみおおつしみる のうげんせいどうしょうがい のうせい
泉大津市民で、脳原性移動障害（脳性
しんそうきのうしょうがい じゅう
まひ）および心臓機能障害があり、重
ど しんたい ちてきしょうがい じゅうしょうしんしんしょう
度の身体・知的障害をもつ重症心身障
がいしゃ まつり だいす
害者です。だんじり祭りが大好きで、
とくべつしえんがっこうそつぎょうこ げんざい いずみおお
特別支援学校卒業後から現在まで泉大
つしない じたく く
津市内の自宅で暮らしてきました。

せつりつとうしょ かか
リアライズとは設立当初から関わり
かいじょ りょう かぞく せい
があり、介助を利用しながら家族と生
かつ つつ いけもと
活を続けてきました。池本さんは24
じかん かいじょ ひつよう ことば
時間の介助を必要としており、言葉で
いしてんたつ むずか ひょうじょう てあし
の意思伝達が難しいため、表情や手足
うご はっせい つう いし つた
の動き、発声などを通じて意思を伝え
ています。



そうだんいん
相談員

にしとめ かずひろ
西留 一浩



かいじょ
介助スタッフ

かわはた のぶまさ
川端 延昌

＜＜相談員の立場から＞＞

■はじめに

自立生活センター・リアライズでは、池本博保さんの地域での一人暮らしに向けて、長年に渡り準備を進めてきました。施設ではなく、住み慣れた地域で、地域の人々と関わりながら暮らしていく——。

その取り組みの軌跡を紹介します。

■自立生活を目指すきっかけ

池本さんの家族も、最初から「自立生活」を強く意識していたわけではありません。かつてショートステイを利用した際に体調を崩してしまった経験から、「施設ではなく、地域の中で暮らす方が本人にとって良いのではないか」という思いが強くなりました。しかし、実際にどのようにそれを実現できるのか、不安も多くありました。そこで、リアライズとともに「本人にとってどのような暮らしがよいのか」を模索しながら、一歩ずつ進めていくことになりました。



■自立生活への道のり

・2008年～ 自立生活への第一歩

池本さんが自立生活センター・リアライズのサービスを利用開始。最初は余暇活動や入浴など、レスパイトケア目的の介助派

遣が中心でした。しかし、長年介護を続けてきたお母さんの体力が限界に近づき、現在の生活を維持することが難しくなってきました。そのため、住み慣れた地域で支援を受けながら暮らすための準備が進められました。

・2010年～ ケアホームの体験

家族の介護負担が増えたことを受け、近隣のケアホームの体験利用を開始。しかし、環境の変化によるストレスが大きく、体調不良などの問題が発生。最終的に利用を中止し、新たな支援体制を本人・家族・支援者として検討しました。



・2012年～ 自立体験宿泊の開始

その後、重度知的障害者（重症心身障害者）の自立支援を長年行っている兵庫県西宮市の青葉園・清水氏にアドバイスを仰ぎ、知的障害者に対する介助派遣体制の仕組みを導入しました。さらに、毎月、池本さんとお母さん、支援者が参加するケア会議を開催し、支援の在り方について検討を重ねていきました。同年11月、泉大津市内の賃貸マンションの一室を確保し、自立体験室として一人暮らしを体験できる環境を

どとの 整えました。この取り組みはリアライズにとっても初めての試みであり、池本さんにとっても、自宅とは異なる環境に戸惑うことがありました。最初の頃は、就寝時に落ち着かず、夜間に介助者を起こしてしまうこともありましたが、回数を重ねるうちに睡眠リズムが安定していきました。当時、私がリアライズに入職したばかりの頃、池本さんのことをもっと知ろうと思い、朝の散歩に何度か一緒しました。散歩の途中、地域の方々が池本さんに声をかける場面が何度かあり、そのたびに彼が嬉しそうにしているのが印象的でした。その様子を見て、この地域の一員として、池本さんは確かに人とつながりながら暮らしているのだと感じました。しかし同時に、これまでお母さんを中心に介助を受けて生活してきた池本さんが、もしお母さんの介助を受けられなくなったらどうなるのかと考えました。もし支援体制が整わなければ、この地域での暮らしを続けることができず、施設での生活を余儀なくされるかもしれない——その現実を想像したとき、それだけは絶対に避けなければならないと強く思いました。住み慣れた泉大津で、これからも暮らし続けられるように支援の仕組みを作ることが、私たちリアライズの使命だと思いました。

・2016年～2019年 自立体験宿泊の中止

2016年以降、大病を患い、長期間の入院生活を余儀なくされました。入院中は深夜帯の見守りが必要となり、介助者だけでなく、リアライズのスタッフたちも男女間

わらず交代で見守りにあたりました。もちろん、私自身も深夜帯の見守りを行いました。大袈裟かもしれませんが、池本さんが眠っている間、「必ず生きて泉大津に戻ろうな」と何度も語りかけたことを覚えています。退院後も、以前のような体力を取り戻すには時間がかかり、自立体験宿泊は一時中止となりました。しかし、その間もケア会議を通じて、池本さんの体調や生活について話し合いを継続。時々自宅を訪問すると、ベッドに横たわる池本さんの傍に介助者が付き添い、静かに見守る様子がありました。そこには、言葉を交わさずとも互いに通じ合う関係があり、その姿から介助者と池本さんの間に確かな信頼が育まれていくことを感じました。こうした日々の積み重ねの中で、結果としてチーム全体で支える体制がより強固なものとなりました。



・2020年～2023年 生活スタイルの確立

長期間の療養を経て池本さんの体調が安定してきたことから、自立体験宿泊を再開しました。最初は1泊2日から始め、徐々に宿泊期間を延ばしながら、一人暮らしに必要な支援の確認を行いました。しかし、この頃は新型コロナウイルスの影響で生活にさまざまな制約があり、外出や活動の機

かい かき なか にちじょう いし
会が限られる中で、どのように日常を維持
していかかが課題となっていました。

かんせんかくたい えいきょう たいけんしゅくはく えんき
感染拡大の影響で体験宿泊を延期せざる
え じき ふかくじつ しょうきょう なか
を得ない時期もあり、不確実な状況の中で
しんちょう はんだん もと ひび つつ
慎重な判断を求められる日々が続きまし

た。池本さんにとっても、このような状況
おお いけもと しょうきょう
は大きなストレスだったと思います。しか
おも
し、その中でも生活介護の通所は継続で
なか せいがつかいこ つうしょ けいそく
き、外出の機会が限られる中で、通所する
がいしゅつ かいこ なが つうしょ
ことが気分転換になったのではないでしょ

うか。2022年には、自立体験室宿泊中の
ねん じりつたいけんしゅくはくはくちゅう
食事の準備やスケジュール管理、必要な物
しょくじ しゅんぴ かんり ひつよう もの
の搬入・搬出などの役割を各チームで分
はんにゅう はんしゅつ やくわり かく ぶん
担。実際の生活を想定した長期間の宿泊体
たん じっさい せいかつ そうてい ちようきかん しゅくはくたい

験を実施し、緊急時の対応や医療的体制の
けん じっし きんきゅうじ たいおう いりょうてきたいせい
再確認を行いました。その結果、日常生活
さいかくにん おこな けっか にちじょうせいかつ
の細かな場面でのようにサポートできる
こま ほめん

かが明確になり、介助体制の強化に繋が
めいかく かいじょたいせい きょうか つな
りました。また、池本さん自身も体験宿泊を
いけもと じしん たいけんしゅくはく

はじめた頃と比べて介助者との関係が良好に
はじ ころ くら かいじょしゃ かんけい りょうこう
なり、自宅にいたときと同じようにリラッ
じたく おな
クスして過ごせるようになりました。



・2024年～3週間の体験宿泊

ねん しょうかん たいけんしゅくはく
2024年には、より実際の生活に近い長
ねん じっさい せいかつ ちが ちよう
期的な宿泊体験を実施するため、3週間の
きてき しゅくはくたいけん じっし しょうかん
体験宿泊を行いました。重度訪問介護の支
たいけんしゅくはく おこな じゅうどほうもんかいこ し
給時間を最大限活用し、日常生活のほとん
きゅうじかん さいたいげんかつよう にちじょうせいかつ
どをチーム体制で支援できるよう、整備し

ていきました。支援者間で今後の取り組み
しえんしゃかん こんご と く
の方向性について話し合う中で、現在、池
ほうこうせい はな なか げんさい いけ
本さんの体調が安定していること、日常生
もと たいちよう あんてい にちじょうせい
活の支援体制が整っていること、お母さん
かつ しえんたいせい ととの かあ
の体力にも余裕があることなど、必要な条
たいりょく よゆう ひつよう しょう
件が整いつつあることが確認されました。

また、生前に池本さんのお父さんが「ヒロ
せいぜん いけもと どう
のこを任せた！」と託した言葉は、支援
まか たく ことば しえん
者の心に深く刻まれており、この思いを受
しゃ ころ ふか きざ おも
け継ぎながら支援を進めていくことの重要
つ しえん すず じゅうよう
性も再認識されました。こうした状況を踏
せい さいにんしき しょうきょう ふ
まえ、「今こそが自立生活を始める最適な
いま じりつせいかつ はじ さいてき

タイミングではないか」と考え、2024年5
かんか ねん
月にリアライズからお母さんへ提案を行
がつ かあ ていあん おこな
いました。その結果、2025年6月頃に自立生
けっか ねん かつころ じりつせい
活を始めることを目指して進めていくこと
かつ はじ めざ すず
になりました。

・2025年～ 自立生活に向けて

ながねん じゅんぴ へ いけもと いすみおおつし
長年の準備を経て、池本さんの泉大津市
ひとりと ため じゅうど
での一人暮らしをスタートする為に、重度
ほうもんかいこ ひてけいしんせい てつづ
訪問介護の非定型申請の手続きをしていま
べいこう ぶっげんさが はじ
す。並行して物件探しも始めました。

■さいごに

おおさかし ちゅうしん ひろ じりつせいかつうん
大阪市を中心に広がっている自立生活運
どう せんしゅうちいき じゅうふん しんどう
動ですが、泉州地域ではまだ十分に浸透し
おお しょうがいしゃ しせつにゅうしょ よ
ていません。多くの障害者が施設入所を余
き げんしょう か
儀なくされている現状を変えするためにも、
わたし いけもと じりつせいかつしづげん つう
私たちは池本さんの自立生活実現を通じ
ちいき いしき か かんが
て、地域の意識を変えていきたいと考えて
じりつせいかつ たん いえ て く
います。自立生活は、単に「家を出て暮ら
しふん い
すこと」ではなく、「自分らしく生きるこ
と」です。

それを支えるのは、本人だけではなく、家族、支援者、そして地域社会との繋がりが重要です。私たちは、障害者が地域の一員として当たり前に暮らせる社会を目指し、今後も取り組みを続けていきます。

じりつせいかつ
自立生活センター・リアライズ
そうだんいん にしとめ かずひろ
相談員 西留 一浩



<< 介助者の立場から >>
僕がヒロくんの介助に入り始めて早15年が経ちました。ヒロくんは重症心身障害者で言葉やジェスチャーでのコミュニケーションが難しく、声のトーンや表情を見ながらどう思っているか察していく必要があります。

介助に入りたての頃、余暇の介助でコンサートやイベントに行ったりして「ガハハ」「フフッ」と笑うヒロくんをみて「よく笑う人やなあ。楽しめてるんやな」と単純に思っていました。

次第に生活の介助に入ることになり、通院や遅めの帰宅等ちょっとしんどいことにも「ガハハ」と笑っていることに気付きました。大きい笑い方をする時は実は疲れてきてるんじゃないか？と考えるようになりました。声をかけるとこちらを向いて微笑

む姿、トントンと足とフットレストで音を鳴らす仕草、机を手で押し出す様子等を見て「この仕草をする時はどう思ってるんやろ？」とそれぞれの場面での本人の気持ちを知りたくなりました。

それからケア会議等で介助者それぞれがどう感じているかを話し合ったり、家族の方から「博保史」を聞く会を開かせてもらったりして、よりヒロくんを知る機会を得られました。それらを踏まえて今日も「どう感じてるかな？」を考えながら介助を続けています。

現在ヒロくんは一人暮らしを始めようとしています。ヒロくんがヒロくんとして一人暮らしを続けていくために、支援者一人ひとりが「今ヒロくんはどう感じてるかな？」と考えながら、一緒に生活を作っていけたらと思っています。

じりつせいかつ
自立生活センター・リアライズ
かいじょ かわはた のぶまさ
介助スタッフ 川端 延昌



編 集 後 記

しんねんど むか みな ねんど あいさつ もう あ
新年度を迎え、皆さまに2025年度のご挨拶を申し上げます。
じりつせいかつ かつどう ささ
いつも自立生活センター・リアライズの活動を支援して
いただき、ありがとうございます。

こんかい れいねん すう すく
さて、今回のリアルライフニュースは例年よりページ数が少
なくなってしまいました。その理由として、現在、私たちは新
りゆう げんざい わたし あら
たにWebページの作成に取り組んでおり、情報発信の幅を広げる
さくせい と く じょうほうはっしん はば ひろ
準備を進めているためです。皆さまが楽しみにしてくださって
じゅんび すす みな たの
いるのに申し訳ありません。Webページ完成後は、より多くの情
もう わけ かんせいご おお じょう
報をリアルタイムでお届けしますので、ぜひご期待ください！
ほう とど きたい

ねんど こうほうし しん さまざま ばいたい
2025年度は、広報誌・SNS・新Webページなど様々な媒体
かつよう じゅうじつ じょうほうはっしん めざ かんが
を活用し、より充実した情報発信を目指していきたいと考えて
おります。

ほんねんど ねが
本年度もどうぞよろしくお願いいたします。

はんしゅうたんとう きたむら
編集担当：北村

!!のどから手が出るほど

介助者が欲しい!!

障害があっても当たり前前の生活がしたい!

そのために介助者が必要なんです!

✓ 時給1,265円~1,581円

✓ 週1勤務~OK!

✓ 社保・厚生年金あり

✓ 正社員登用あり

✓ 交通費支給

✓ 学生OK!

✓ 資格取得支援制度あり

✓ 髪型・髪色・服装自由

✓ 未経験者大歓迎

✓ WワークOK!

求人情報は
Webサイトから!



リアライズLINE
公式アカウント



特定非営利活動法人

自立生活センター・リアライズ

Nonprofit Organization Cil Realize

〒595-0071

大阪府泉大津市助松町1-3-33-104

TEL:0725-22-7716

Web: <http://www.cil-realize.com>



ねんど 2025年度も ねが リアライズをよろしくお願いします!

へんしゅうにん
編集人

とくていひえりかつどうほうじん
特定非営利活動法人

じりつせいかつ
自立生活センター・リアライズ

〒595-0071

おおさかふいずみおおつしすけまつちょう

大阪府泉大津市助松町1-3-33-104

TEL:0725-22-7716

FAX:0725-22-7746

はっこうにん
発行人

かんさいしょうがいしゃていきかんこうぶつきょうかい
関西障害者定期刊行物協会

〒543-0015

おおさかしてんのうじくさなだやまちょう

大阪市天王寺区真田山町2-2

とうこう かい
東興ビル4階

ていか えん
定価:100円

