



研修生報告書

第20期

ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業

期間 2018年9月～2019年6月

The 20th Duskin Leadership Training Program
in Japan 2018~2019

TRAINEE REPORT

ダスキン・アジア太平洋 障害者リーダー育成事業とは

国連・アジア太平洋経済社会委員会が決議した「アジア太平洋障害者の十年」の中間点にあたる1999年、財団ではその要請に応じて、アジア・太平洋地域の障がいのある若者を日本に招へいし、約10ヵ月間、日本の障がい者福祉や日本の文化を学んでいただき、帰国後は母国の障がい者リーダーとして活躍していただく人と人材育成事業を開始しました。

2018年までに、28の国や地域から137名の研修生がこのプログラムで研修し、母国で障がい者リーダーとして活躍しています。

この冊子は第20期生の研修報告書をまとめさせていただいたものです。日本語・日本手話研修に始まり、各人の研修目的に合った機関や団体での充実した個別研修、そして一生の思い出となるボランティア家庭でのお正月ホームステイやスキー研修と、5名の研修生が、何を学び、何を感じたかが綴られています。ぜひご一読ください。

研修を担当された公益財団法人日本障害者リハビリテーション協会、お世話になった機関や団体の皆様、愛の輪会員の皆様のお力添えに改めて感謝申し上げますとともに、今後もダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業に格別のご理解とお力添えを賜りますよう心からお願い申し上げます。

CONTENTS

- 2 ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業とは
- 2 ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業実行委員会 委員
- 2 全体研修日程
- 3 スニタ・タパ
- 7 ハラシニ・サウバーギャ・ユキ・ガマティゲ
- 11 ヨンテン・ジャムソン
- 15 ミヨー・ミン・タツ
- 20 ソ・ナン

ダスキン・アジア太平洋障害者リーダー育成事業 実行委員会 委員(敬称略・順不同)

寺島 彰	(公財)日本障害者リハビリテーション協会 参与
山口 和彦	NPO法人 居宅移動支援事務所 TOMO 事務局長
河村 宏	NPO法人 支援技術開発機構 副理事長
嶋本 恭規	(一財)全日本ろうあ連盟 理事
野村 美佐子	(公財)日本障害者リハビリテーション協会 参与
村瀬 道雄	(社福)光友会
廉田 俊二	NPO法人 メインストリーム協会 理事長
川口 聖	国立民族学博物館 外来研究員

(任期:2019年4月1日~2021年3月31日)

全体研修日程

2018年	
9月23日(日)~24日(月)	来日
9月25日(火)	開講式
9月26日(水)~10月3日(水)	オリエンテーション
9月26日(水)~12月7日(金)	日本語研修
10月7日(日)	名古屋シティハンディマラソン(肢体・視覚研修生のみ)
10月19日(金)	実行委員会
11月23日(金)~25日(日)	全国ろうあ青年研究討論会(ろう研修生のみ)
12月4日(火)	日本語/手話成果発表会
12月10日(月)~27日(木)	集団研修開始
12月28日(金)~1月4日(金)	ホームステイ
2019年	
1月7日(月)~5月10日(金)	個別研修開始
1月25日(金)~28日(月)	スキー研修
6月1日(土)	成果発表会
6月14日(金)	修了式
6月15日(土)	帰国

Sunita Thapa スニタ タパ

人生の ターニングポイント。

ネパール(シャンジャー)出身 26歳
聴覚:ろう

研修目標

- ① 若いうちをエンパワメントする方法
- ② ろう者の就労
- ③ 高齢ろう者のサポート
- ④ コンピューターの基礎的な技術の習得
- ⑤ 地方におけるろう協会の運営方法

ダスキン研修に申し込んだ理由

私は以下のことを学びたくて、この研修に応募しました。

- ・地方におけるろう協会の運営方法
- ・若手ろう者のリーダー育成方法
- ・ろう者と聴者の差別の解消

日本では多くのことを学びました。ダスキン第20期生として選ばれたことは、私の人生のターニングポイントになりました。

日本で驚いたこと

温泉に入るときに裸にならねばならないことには、本当に驚きました。ネパールでは、お風呂に入るときは、布を一枚羽織らなければなりません。それに、たくさんの人と一緒にいることはありません。知らない人たちと裸でお風呂に入ると聞いたとき、自分には絶対無理だと思いましたが、今ではすっかり慣れてしまいました。

兵庫県聴覚障害者協会研修した際、障がいのある人の強制不妊手術に関する裁判を傍聴しました。原告は高齢のろうのご夫婦で、子供を産むことを許されず、強制的に不妊手術をされたということです。裁判で、そのいきさつを聞き、悲しくなりました。私も同じろう者ですから、ご夫婦の気持ちがよく分かりました。このことは悲しい驚きとして心に残りました。

グループ研修

介助研修は、3回シリーズで行われ、5人の研修生の障がいについて学びました。そこで、車いすを使っている人や視覚障がい者がどんな生活をしているのか、どんな困難があるのか、どんなサポート方法があるのかを知ることができました。ネパールにいるときは、ろう者として付き合いませんでしたが、日本で様々な障がいをもつ4人に会ったことで、多くの気づきを得られました。ドリームマップは、将来の夢を「見える化」するワークでした。ダスキンの研修は、座学だけではなく、こういった参加者が主体的に参加するワークショップも



含まれます。自分の3年後、5年後の夢を描くことで、日本で何を学ぶかを明確にしたり、帰国後に踏み出す最初の一步を考えたりすることができました。とても楽しい研修でした。

個別研修

1. 日本ASL協会

日本ASL協会では2週間のプレゼンテーション研修を受けました。ネパールでも人前で話す機会はありませんでしたが、人前でどう話せばいいのかわからずに話をしていました。今回、プレゼンテーション技法をしっかり学べたことはよかったです。なぜなら、私は帰国後、多くの人たちに日本での学びを共有しなければならぬからです。プレゼンテーションを成功させるには、講演時間を守ること、事前準備をしっかりすること、そして、何度も練習をすることが重要だとわかりました。

2. 兵庫県聴覚障害者協会

兵庫県には約1ヵ月間滞在し、様々な研修をしました。特に印象に残ったのは2つの研修先です。1つはたつこの工房です。その福祉施設では、定年退職したろう者あるいはろう重複の方が軽作業をして、工賃をもらっていました。私も一緒に作業させてもらいましたが、たつこの工房は、ろう者の仲間が集まる場所として、仕事の場所として機能しており、とても素晴らしいと思いました。2つ目は、淡路ふくろうの郷です。高齢ろう者の施設である、淡路ふくろうの郷では3日間研修をしました。私も高齢ろう者のサポートをさせてもらいました。ネパールにも、高齢ろう者はたくさんいますが、未就学で手話ができません。自分の考えや思いを伝える術がないのです。しかし、淡路ふくろうの郷と同じような施設がネパールにあれば、高齢ろう者の心の声を拾い、幸せに暮らせるようにできるのではないかと思います。

3. 全国ろうあ青年研究討論会

秋田で行われた大会にユキさんと一緒に参加しました。日本全国からろう青年

が集まって、様々なトピックで討議を行いました。分科会もあり、それぞれの話し合いの結果を発表する機会もありました。ろう青年の活動のすばらしさを体感することができました。

日本で発見した素晴らしいこと

私はミョーミンさんと一緒に出掛けることが多かったのですが、駅の改札が車いす用に広くなっていることに気づきました。また、駅には点字ブロックも敷設されています。ネパールは交通バリアフリーが整っていないので、障がいのある人は外出ができません。日本では、駅のスタッフも手伝ってくれるし、どこにでも出かけることができます。ネパールでも、交通バリアフリーが進んでほしいと思いました。そのためには、ろう者だけではなく、他の障がい者団体と協力して、政府と交渉する必要があります。また、福祉制度が整っているため、高齢ろう者が安心して暮らせることも素晴ら



しいと思いました。兵庫県での研修中に、高齢のろう夫婦のお宅に伺いましたが、その生活は穏やかで楽しそうでした。ネパールも高齢者が安心して暮らせる社会にしたいです。



ネパールに帰ったらやりたいこと

まず、日本で学んだことを情報共有します。私はシャンジャーという場所で生まれました。シャンジャーにあるろう協会をもっと強固で、大きな団体にしていきます。次に、ろう青年部・女性部を作って活動したいです。特に、ネパールでは女性の社会進出が遅れていて、家に閉じこもっている女性が多いです。力を発揮できずにいるろう女性たちに声をかけ、女性部を立ち上げたいです。3番目に、ネパールにはダスキンの卒業生がたくさんいるので、彼らと一緒に活動したいです。例えば、18期生のケサブさんです。彼とは日本に来る前に少し話をする機会があり、ネパールをよい社会にするために頑張ろうと話しています。ダスキンの卒業生と繋がりながら、ネパールで活動していきたいです。最後に、高齢ろう者の施設を作りたいです。これは、私が一番成し遂げたい目標です。未就学であるため、手話で話すこともできず、日々やることもなく過ごしている高齢ろう者がネパールにはたく

さんいます。彼らの居場所となる施設をぜひ作りたいです。これらの夢の実現のために、私は最善を尽くします。

謝辞

本研修プログラムは私にとって真のターニングポイントとなりました。このような素晴らしい機会を与えてくださったことについて、ダスキン愛の輪基金および日本障害者リハビリテーション協会の皆さまに感謝の言葉を捧げたいと思います。また、ダスキンファミリーの皆さま、そして日本の皆さま、このように長期にわたり成功を収めてきた研修

プログラムを用意してくださり、本当にありがとうございます。また、私のことを親切にサポートし助けてくださった日本の友人の皆さん、団体の皆さんにも感謝したいと思います。時間の過ぎるのはあっという間でした。10ヵ月は瞬間に過ぎてしまいました。この間学んだ一番大切なことは、私たちはみな同じ人間で温かいハートを持っている、ということでした。誰であっても、国がどこであっても、障がいがあるけれども、肌の色や自分のジェンダー・アイデンティティが何であっても、私たちはベストを尽くす…なぜなら、私たちはダスキンファミリーだからです。

Individual Training Schedule 個別研修日程・研修場所

2019年2月～2019年5月	
2月18日(月)、19日(火)	全日本ろうあ連盟
2月21日(木)～3月12日(火)	日本ASL協会
3月18日(月)～4月19日(金)	兵庫県聴覚障害者協会
4月25日(木)	川崎市立聾学校
4月26日(金)	明晴学園
5月8日(水)	筑波技術大学

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

「ホップ・ステップ・ジャンプ！」がぴったりのスニタさん

初めて会ったのは、私の職場のクリスマスパーティで、彼女とユキさん(スリランカ)をゲストとして呼び出した時です。準備をしている私たちに「何でも言ってください。お手伝いします!」。スニタさん、よく動くなー、というのが第一印象でした。物おじせず、だれとでも仲良くなり、そして気配りもできる優しさがあります。一方、物をぼいっと投げるような粗忽さもあってそのギャップがおかしかったです。当協会では、プレゼンテーションの研修を行いました。情報収集、構成、時間配分など学びます。ろう者特有のやり方があること、対象、時間配分などによって構成を変えていくことなど、文字化、視覚化、実体験を繰り返していくことで明確になったと思います。研修を重ねていくうちにスニタさ

さんが、目を輝かせながら研修に取り組む様子は指導する私にとっても励みになりました。帰国前の修了式の発表では、落ち着いた話ぶりもさることながら、「間」の取り方がよく、プレゼン力が上達していると感じました。各地で研修を重ね、更に多くを吸収されてきたのですね。地元のシャンジャー郡ろう協会からネパールろう協会、WFDアジア青年キャンプ、そして日本での研修と、活躍の舞台をどんどん広げてきたスニタさん。帰国後は、視点の違う活動ができていくのでしょうか。これからもお元気で頑張ってくださいね!

NPO法人 日本ASL協会
事務局長 高草 久美子

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

スニタさん、研修の修了おめでとうございます。

かがやきでは映像編集や字幕制作を勉強しましたね。字幕は自分が普段使っている言語でアップすれば、あとは動画を見る人が言語を翻訳して見ることができます。字幕付きの動画で自分たちの活動を紹介すれば、たくさんの方に見てもらうことができますし、活動を応援して下さる方も増えてくると思います。ぜひ活用してください。

また、成果発表会では、スニタさんは「淡路ふくろうの郷」のようなろうの高齢者が安心して生活できる施設を作りたいとおっしゃっていましたね。

かがやき夢工場にもたくさんの方のろうの高齢者がいますが、皆さんおっしゃることは「手話で気軽にコミュニケーションが出来るのが嬉しい。」ということです。

やはり、ろう者にとって仲間たちと手話でコミュニケーションができることはとても大切なのだらうと思います。ネパールでろうの高齢者が安心して生活できる施設が出来ることを期待しています。

本当に10ヶ月間の研修お疲れさまでした。身体に気をつけて、ネパールのろう者の福祉のために頑張ってください。かがやき夢工場のメンバーさんも応援しています。ありがとうございました。

かがやき パソコンスクール
理事 野中 秀一

Harashini Sowbhagya
Yuki Gamaethige

ハラシニ サウバーギヤ ユキ ガマティゲ

スリランカのろう教育をよくするために



スリランカ(コロンボ)出身 30歳
聴覚:難聴

研修希望内容

- ① 手話や書記言語、口話の指導方法
- ② ろう児にとって分かりやすい授業の組み立て方
- ③ ろう者や手話を社会に認知してもらうための活動
- ④ コンピューター技術の習得(PPTを中心に)



自己紹介

私は千葉県船橋市で生まれ、4歳まで日本で育ちました。生まれつき耳が聞こえなかったので、筑波大学付属聴覚特別支援学校の乳幼児クラスに母と一緒に通っていました。私はスリランカでろう学校の英語教師をしています。今回、ろう学校での口話教育や手話教育、ろう教育に関する新しい考え方を学びたくて、来日しました。

日本語と手話の勉強

9月に来日して、まずは日本語と日本手話の勉強をしました。最後のクラスで行われた日本語のテストでは、文法は78

点、漢字は100点を取りました。一生懸命勉強した甲斐がありました。新しい言語を勉強するのはとても楽しかったです。語学研修期間中に、秋田で行われた全国ろうあ青年研究討論会に参加しました。学びの多い3日間でしたが、中でもデフリンピックのことは全く知らなかったのが、情報が得られてよかったです。夜の交流会に参加し、様々な人とコミュニケーションを取ることで、日本語、日本手話も上達しました。このような異文化交流は楽しかったです。

ホームステイ

年末年始に愛知県と三重県でホームステイをしました。ホストファミリーとは手話でコミュニケーションが取れたので、退屈を感じることは全くありませんでした。愛知県では、抹茶を点てたり、たこ焼きを作ったりしました。どちらも初めての経験でしたが、丁寧に手順を教えてもらいました。抹茶もたこ焼きも「おいしい」と言ってもらえてうれしかったです。私はカニが好物なのですが、三重県はカニが有名なところですよ。ちょうど、「カ



二祭り」が開かれていたので、様々な種類のカニをたくさん食べました。ホストファミリーの皆さんは、とても親切で、日本の文化、生活様式を教えてくださいました。自然の風景が好きな私のために、きれいな場所に連れて行ってくれたりもしました。

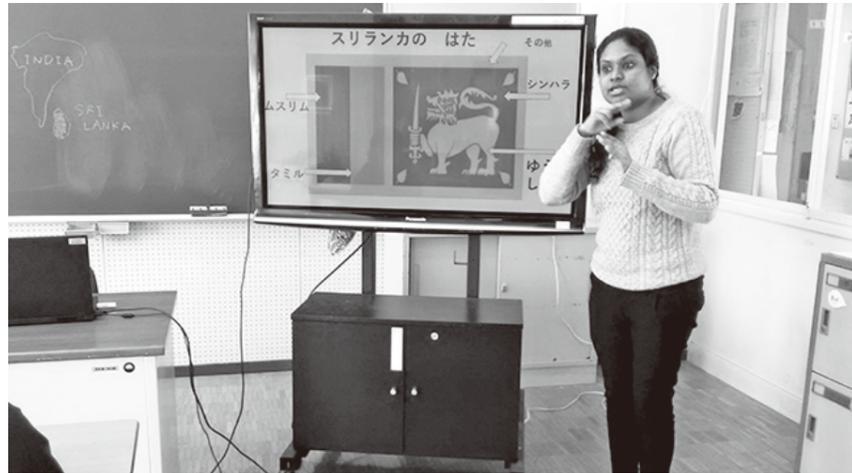
個別研修

1. ろう学校

日本で様々なろう学校を見学しました。見学時に、教室の机といすの脚にテニスボールを取り付けてあることに気づきました。これは、机やいすを動かしたときに発生する摩擦音を軽減する効果があります。私の学校にも、補聴器や人工内耳を装着している生徒がいて、「机といすの音がうるさくて頭が痛くなる」と言われたことがあります。私はその音が聞こえないので、子供たちの訴えが理解できなかったのですが、テニスボールがあれば摩擦音を防げることがわかりました。帰国後、私の学校でもぜひ取り入れたいです。

2. ろう児とコミュニケーション

大阪聴力障害者協会の研修期間中、2日間「こめっこ」で学ぶことができました。こめっこでは、0歳児から手話でコミュニケーションを取るという活動をしていました。そこで、気付いたことは、ろう児だけでなく、その家族も手話を覚



えることが大切ということです。スリランカにはこのような活動がなく、ろう児とその親がコミュニケーションを取れずにいます。東京にある「あ〜とん塾」には、0〜12歳の子どもが通い、手話でコミュニケーションを取っていました。午前中は、乳幼児が親と一緒にあ〜とん塾にやってきます。そこでは、絵本の読み聞かせを手話で行っていました。スリランカではまだ取り入れられてない手法なので、私も絵本の読み聞かせに挑戦しました。午後は、放課後等デイサービス事業が行われていて、学校帰りの小学生がやってきます。私は日本語が苦手なので、英語や算数の宿題を手伝ったり、スリランカの遊びを教えたりしました。子どもたちとたくさん触れ合うことができた、あ

〜とん塾での2週間はとても楽しかったです。最後の日には、あ〜とん塾のスタッフと子供たちが寄せ書きをプレゼントしてくれました。あまりにもうれしくて、涙ぐんでしまいました。

うれしかったこと

今回来日したことで、私は思いがけない再会を果たしました。私が日本に住んでいた時、母に手を引かれて乳幼児クラスに通う様子を見かけていたという男性です。彼は当時高校生でした。私は幼かったので彼のことを全く覚えていませんでしたが、とてもうれしく思いました。

それから、日本で本物のチューリップを見ることができました。私はチューリップが大好きですが、スリランカにはないのでテレビでしか見たことがありませんでした。立川でたくさんのチューリップを見たときは感動しました。

日本での学び

日本で様々なことを学び、以下のことがわかりました。

- ・ろう教育には、色々な指導方法がある（ろう児に合った方法で指導することが大切）
- ・0歳から手話でコミュニケーションを取ることが大切
- ・ろう児の家族も手話を覚えることが大切
- ・手話による絵本のよみかかせは教育効果が高い



帰国後の活動

・ろう教育のさらなる支援

ろう学校に復職し、日本で学んだことを活かして、ろう教育の質を向上させたいです。

・大学院への進学

スリランカではろう者は勉強しても無駄だと考えられています。ろう者も学ぶことを証明したいです。

・コロomboのろうコミュニティの支援

日本のろう者は自立した生活を送っていますが、スリランカでは違います。その

状況を変えるために活動したいです。また、高齢ろう者の支援も行いたいです。

・障がい種別を越えた協働

この研修のおかげで、ろう者以外の障がいのある人たちについても学ぶことができました。スリランカでも日本と同様に障がい種別を越えて障がい者が一緒に活動ができたらと思います。

謝辞

病気になったときに親身になって面倒を見てくださった那須さん、本当にありがとうございました。そして同期研修生

であったスニタさん、ヨンテンさん、ミョーミンさん、ナンさん、ありがとうございました。東京で滞在していた間にお世話になった戸山サンライズの清掃担当の皆さん、ありがとうございました。そして、先生方、個別研修やグループ研修で出会った皆さん、ホストファミリーの皆さん、ダスキン愛の輪基金、日本障害者リハビリテーション協会の皆さん、そして日本滞在中に出会った皆さんに心より感謝申し上げます。

Individual Training Schedule 個別研修日程・研修場所

2019年1月~2019年4月	
1月15日(火)、2月14日(木)	日本ASL協会
2月18日(月) 19日(火)	全日本ろうあ連盟
2月20日(水)、4月25日(木)	川崎市立聾学校
2月25日(月)~3月8日(金)、 4月29日(月)、30日(火)、5月6日(月)	あ〜とん塾
3月11日(月)~3月22日(金)	大阪聴力障害者協会
3月27日(水)~4月5日(金)	埼玉県聴覚障害者協会
4月24日(水)、5月7日(火)~10日(金)	筑波技術大学
4月26日(金)	明晴学園



最後に..

大事なことを一つ、最後になりましたが、私はダスキンの研修には3回応募したことがありました。そして今回幸運に

もスリランカから選ばれたのです。このような理由から、ダスキンのリーダーシップ研修の素晴らしい思い出を、私の好きな言葉で締めくらせていただき

たいと思います。「挑戦を続けなさい。いつか飛び立つ日が来ます。」

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

教師、ろう運動どちらも頑張っ！

初めてユキさんに会った時に日本手話ができ、日本語の理解ができる優秀な人という印象を受けました。初日は協会事務所や障害者交流センターの案内をしたあと、実務をお願いしましたが、楽しそうに仕事を進めていました。当協会の代表理事である小出の職場でもある坂戸市役所では、ろう者が4人勤務する職場を見学することができ、自国との格差を感じたようです。大宮ろう学校では児童は春休み中で不在でしたが、ろう者の教員との情報交換はできました。ユキさんも英語の教師であることから共通の話が出来たようでした。スリランカではろう者の教師はユキさんだけで、埼玉のろう学校には

15人の教師がいることがうらやましかったようです。研修最終日に送別会を開いたところ、代表理事を含む15人の理事が参加し交流ができました。その席上、ユキさんが自己紹介用として作ってきたパワーポイントの資料は、スリランカの紹介、学校での子どもの笑顔などが記録された写真や映像が映し出されて、とても感動する内容でした。最後に、記念品を贈呈し、たいへん喜んでいただきました。帰国後にはろう教師としての一層の成長と、併せてろう運動にも頑張っ！してほしいと思います。

一般社団法人 埼玉県聴覚障害者協会
事務局長 大内 伸一

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

ユキさん、日本での経験と学びを活かして！

異国の地、言語に戸惑うことなく初日から堂々とスリランカのろう者としてロールモデルを見せてくれました。あ〜とん塾に通うろう児たちとのやりとりでは、ユキさんの持つ社交性を存分に生かして関わってくれ、初対面であるにも関わらず親密にやりとりしていたのは見ていて安心でした。

印象的だったのはスリランカの文化を誇りに思い、それを日本人に知ってほしい！という強い気持ち。スリランカ独自の屋外遊び、小学部にも分かりやすいプレゼンには子どもたちも大喜び。スライドにはスリランカの文化、食べ物、宗教、歴史的な戦争の話など難しいテーマもありましたが子どもたちは関

心をもって真剣に聞いていたのが印象的でした。研修最終日には涙を流す子どもたちもいるほど短期間で関係性を作っていたのには我々も驚かされました。ろう者、特にろう児の手話コミュニティは日本にのみならず世界に共通するマイノリティ課題です。あ〜とん塾はその課題解決に向けて開設した経緯があります。

そのあ〜とん塾で得た学びと経験を是非スリランカに持ち帰って、次なる目標「あ〜とん塾スリランカ支部」の土台を作っ！してほしいと願っています。

あ〜とん塾 施設長 柳 匡裕
あ〜とん塾 一同



目標を達成するためにあきらめません。

ブータン(ティンプー)出身 26歳
視覚:弱視(進行性)

研修目標

- ① 障がい者の就労機会の創出
- ② 視覚障がい者団体の設立方法やその活動内容
- ③ 選挙におけるアクセシビリティ
- ④ 障がい者が楽しめるスポーツやゲーム
- ⑤ 点字印刷の方法
- ⑥ DAISY及びパソコン技術(ウェブサイト作成など)の習得
- ⑦ 自立生活スキル
- ⑧ アクセシビリティ

A. 日本語と日本語手話

私は日本に来るまで、まったく日本語が分かりませんでした。しかし2018年9月から12月まで、日本語の挨拶や簡単な会話の勉強に集中しました。先生方の教え方がとても素晴らしいことに驚嘆しました。また、私たち研修生の日本語を上達させようと、研修の主催母体より週ごとに日本語でレポートを書くようにとの宿題が与えられました。このおかげで、今では日本語の読み書きに加え、簡単な、かつ基礎的な日本語なら話せるようになりました。

B. 個別研修

個別研修は研修の主催母体が私の個人的な興味分野に合わせて組んでくださる特別のプログラムです。日本中のさまざまな団体で実践的な研修を受け、日本の障がい者の人たちの置かれている現実、そしてそうした障がい者の人たち向けのサービスについて理解することができました。4カ月の個別研修プログラム期間中は、公的な機関、リハビリテーション・センター、特別支援学校、図書館、障害学生支援センター、国の、あるいは各地の団体、

それにNGOやNPOなど日本各地の組織を訪ねました。最初は日本語での意思疎通が難しく、知識の吸収も難しくてかなり苦戦しましたが、徐々に自分自身も大きく前に進むことができるようになってきました。障がい者の人たちについて多くを学ぶことができた場所は数多くありましたが、ここにいくつか紹介します。

1. 視覚障がい者向けサービス：日本ライトハウスにおける点字本製作など

日本ライトハウスでは、日本の福祉政策およびその実施状況について学び、経験しました。日本ライトハウスでの研修には、障がい者運動、ボランティア活動、障がい者の就労支援、またリクエーション支援サービスなどもありました。研修中はリハビリテーション・センターや学生支援センター、盲導犬センター、また大阪の点字本製作センターや点字図書館を訪問しました。また、こうした課題に取り組む専門家にお目にかかるチャンスもあり、皆さんと、非常に建設的で実りあるディスカッションをするこ





とができました。さらに、いくつか大学も訪問し、社会福祉システムや日本の法律、また障がい者に関する法律についても学びました。こうした経験により、各県でどのように福祉政策が実施・推進されているか学ぶことができました。日本には47の都道府県があり、おのおのが自らそれぞれの県のやり方で社会福祉政策を進めています。

2. 日本点字図書館

日本点字図書館 (Japan Braille Library、以降「JBL」とします) は視覚障がい者ないしは機能障がいにより印刷物を一般の人と同じように読めない人向けの、日本最大の図書館です。点字本やオーディオブックなどの本の貸し出しなど、いろいろなサービスを行っています。JBLがどう設立されるに至ったのか、障がいのある人向けにJBLが提供しているサービスはどのようなものがあるか、などのほか、日本の政策や国際的な協働の取り組みなど、いろいろなことを学びました。

3. 支援技術開発機構ATDOでのDAISY研修

DAISYは、印刷物を読むのが難しい人のためのシステムです。ブータンで国立の盲学校に通っていた学生当時は、点字本は非常に少なく、オーディオブックに至ってはまったく無かったので、誰でも使える本を作ることが私の夢となりました。ご縁あって支援技術開発機構(ATDO)ではDAISYブックの製作の方

法を学ぶチャンスに恵まれました。その後、日本ライトハウスおよび日本点字図書館では、多くのボランティアの人たちが本をDAISYブックに変換している作業を目にすることができました。DAISYブックの製作を始めることを夢見ながら、新しく身につけたDAISYのスキルを将来ブータンで活かそうと思っています。

4. 障がい者授産所ウイズにおける障がい者の就労

ウイズは普通の開かれた労働市場では身体や知的やその他の障がいのために仕事を見つけるのが難しい人に就労機



会を提供している団体です。ウイズの目的は、一緒に働き、一緒に挑戦することです。また、ウイズの基本理念は、「障がいを持つ人とともに」です。ウイズでは、障がい者の仕事についてのほか、白杖の作り方や使い方、さまざまな白杖の種類などについて学びました。

5. 「ゆに」におけるオリエンテーションと歩行トレーニング

「ゆに」では、障がい者サービス、および介助者研修について学びました。また、重度の障がいのある人をどうサポートするかの方法のほか、学習障がいのある人のキャプション・サービス、視覚障がい者むけのオリエンテーションや歩行訓練についても学びました。

さまざまな団体での個別研修から私が学んだ大切なコンセプトは、障がいのある人に力をつけること、そうすることで、障がいのある人たちが自らの人生で決断を下し選択できるようにしていくこと、でした。この学びにより、私ももっと頑張る働き、自立生活についてより深く学び、自立生活を体験したいと思うようになりました。



将来の目標は新しい組織を設立すること

研修中の意見交換やさまざまな経験のおかげで私のコミュニケーションのスキル、そしてリーダーシップのスキルは改善しました。また、日本の障がいに関する課題や障がい者に対するサービスについての理解が格段に深まりました。こうした学びが、「地元コミュニティで新しい組織を設立し、活動を展開し、日本と同じようなサービスを提供する」という私のミッションそしてゴールを実現する土台になるだろうと考えています。

団体名称: ブータン視覚障害者協会 (Blind Association of Bhutan: BAB)

ミッション: 視覚障がい者に社会参画の機会とチャンスを提供し、支援する。

目的:

- ・視覚障がい者の権利に関する一般社会の意識改善
- ・オリエンテーションと歩行訓練
- ・基礎的な点字スキル
- ・アクセシブルな本(点字本、DAISY、布絵本など)の提供
- ・スポーツ(パラリンピックゲームなど)

ブータンには40ものNGOがありますが、障がい者を対象にしたものは3つだけです。したがって障がい者へのサービスは非常に限られており、今のところ視覚障がい者の団体もありません。このような状況であるため、私は目の見えない人のために新しく団体を設

立し、日本で学んだり体験したりしたことを活かしたいと考えています。また、ブータンで目の見えない人たちが直面している困難について理解はしていますが、新しい団体設立は大変難しいこと



Individual Training Schedule
個別研修日程・研修場所

2019年1月~2019年5月	
1月22日(火)、23日(水)、5月7日(火)~10日(金)	アットーズ
2月12日(火)~2月18日(月)	DPI日本会議
2月19日(火)~3月1日(金)	支援技術開発機構(ATDO)
3月5日(火)~9日(土)、16日(土)、19日(火)~23日(土)	日本ライトハウス
3月2日(土)~3月4日(月)、3月11日(月)~15日(金)、3月24日(日)~29日(金)	ゆに
4月2日(火)~4月26日(金)	日本点字図書館
5月10日(金)	アジアの障害者活動を支援する会

になるだろうと思います。しかし上に挙げた目標を達成するため、公的な助成金や支援にも頼りたいと考えています。目標を達成するまで頑張る活動し、あきらめない所存です。

楽しかったこと

勉強や学びのほかに、日本では楽しい時間もたくさんありました。ホームステイに、スキー研修、水泳、観光などです。こうしたプログラムにより日本の文化や生活について知ることもできましたし、新しい体験をすることで自分自身の能力やスキルもアップしました。こうした知識はすべてブータン社会に利するものになると考えています。

最後になりましたが、ダスキン愛の輪基金、日本障害者リハビリテーション協会、研修先の各団体の皆さん、私のホストファミリー、戸山サンライズ、そして10ヵ月の間お世話になった皆さん

べてに、無事にリーダーシップ研修を終えることができたこと、多くの愛と温情をもって接して下さったことについて感謝の辞を述べたいと思います。本当にありがとうございました。

プータンにいる方、ないしは訪問したいと考えている方がいらっしゃいましたら、大歓迎です。感謝の気持ちとして皆さんをお迎えしたいと思います。

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

協力し合っていくことを楽しみにしています。

「どんなことでも私には役に立つ」と、視覚障害以外の障害のある人の支援も含めて、常に熱心に学ぶ姿が印象的だったヨntenさん。プータンで視覚障害者団体を設立するという目標を見据えて、帰国後も協力し合える仲間とたくさんつながりをつくらうと、多くの視覚障害当事者と会って話をする機会を持ちました。お得意の「点字は6点、私はヨnten」の自己紹介で、どんな人とも一気に打ち解けていたヨntenさん。障害者に関する情報交換だけでなく、プータンの文化や生活について皆に熱心に語る姿は、まさ

に親善大使そのものでした。福井のプータンミュージアムを訪問した際には、誰も触れずに眠っていたプータンの楽器を一人でメンテナンスして素晴らしい音色を響かせるなど、「ミュージシャン」としての顔も見せてくれました。常に周囲の人々への気配りを忘れず、皆が好感を持って接することのできるヨntenさんは、これからのプータンの視覚障害者のリーダーとなるにふさわしい青年です。そんなヨntenさんと、今後も互いに協力し合って活動していくことを楽しみにしています。

NPO法人 ゆに事務局
障害学生アドバイザー 安田 真之

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

プータンの視覚障害者を“世界一”幸せにするために

「点字は6点ですが、私の名前は4点(ヨnten)です」と、洒落で自己紹介したヨntenさんに倣い、ホームステイと研修中に印象に残った彼の長所を4点挙げると。

- ①篤い信仰心=お寺の拝観に行く時は、必ずプータンの男性の正装であるゴーという着物を着て、「オム・マニ・ペメ・フム…」というチベット仏教の経文を唱えていました。
- ②年長者の敬愛=三重県のホームステイ先でのおばあさんとの出会いを喜び、実の祖母のように慕っていました。
- ③豊かな友愛=母国の視覚障害の友人や仲間をいつも心に掛けていました。
- ④高邁な大志=自分の成功のためよりも、母国の視覚障

害者の地位向上を目的として、研修に真剣に取り組んでいました。いずれも、私たち日本人が失いかけている大切な「心」であり、見習いたいと思います。

初めて会った時、「プータンは世界一幸せな国だそうですね」と聞くと、「そう言われますが、障がい者は日本の方がずっと幸せだと思います」と答えたヨntenさん。帰国後は障害者団体に働きながら、視覚障害者として初めて大学で学び、将来はプータンにはまだない視覚障害者団体と点字図書館を作りたいとのこと。ぜひプータンの視覚障害者が“世界一”幸せになる日を目指して、頑張ってください。

社会福祉法人 日本ライトハウス情報文化センター
館長 竹下 亘



ミャンマーに帰ってから障がい者の意識向上に取り組めます。

ミャンマー(ヤンゴン)出身 19歳
肢体:先天性奇形<手動車いす使用>

研修希望内容

- ① 障がい者の権利擁護と啓発活動
- ② 障がい者スポーツ(特にバスケットボール)
- ③ 自立生活
- ④ 公共交通機関のバリアフリー
- ⑤ 車いすの修理

私が日本のダスキンリーダーシップ研修に応募した理由

私はミョー・ミン・タツといいます。ヤンゴンから来ました。ミャンマーからダスキンの研修に参加した研修生は、私を入れて全部で6人です。現在、こうした元研修生3人が、ミャンマー自立生活イニシアチブという障がい者団体を立ち上げて活動しています。政府と協力して障がい者のための法

律や政策立案に関わり、障がい者に関連するさまざまな活動を展開して、一般の障がい者に対する理解や意識を高める運動を続け、先駆的な役割を果たしています。彼らのこうした活動や活動の成果を目にしたことで、私もこの研修プログラムに応募したい気持ちになりました。ダスキン愛の輪基金のおかげで、ありがたくも第20期研修生の一人として選ばれることになりました。

日本語研修

日本での最初の3ヵ月は、日本語の勉強をしました。先生は全員日本人で、教室で話しているのは日本語のみということになっていたため、私たちも日本語を使わざるを得ませんでした。日本に来る前にすでに3ヵ月日本語を予習していたので、ひらがなやカタカナは難しくありませんでしたが、漢字には手こずりました。しかし先生方の教え方が素晴らしかったので、教えられていることがよくわかり、滞りなく学ぶことができました。先生方は非常に忍耐強く教えてくださり、また全力で励ましサポートしてくださいました。勉強を頑張ろうという気になり、日本語の読み書きや会話が上達するまで頑張りました。

ホームステイ

ホームステイ研修では8日間、愛媛県新居浜の小野正師さんのお宅でお世話になりました。日本のご家庭にお邪魔したのは初めてのことでした。まるで私が実の息子であるかのように接して下さる日本のご家庭に迎えていただい



たのは非常に幸運でした。私は外国にいてもかかわらず、そして自分の家族や友人からは何千キロも離れた地にもかかわらず、すぐ自分の家にいるかのようにつらい気持ちにさせてくださいました。小野さんのお宅はかわいい子どもを入れて7人のご家族でした。朝から晩までおしゃべりしたり、大変おいしい日本食を食べたりして楽しく過ごしました。私が知るべきことについていろいろ説明してくださいました。質問にも辛抱強く答えてくださいました。また、日本の文化・生活についていろいろ新しいことがわかるようにと、私にとっておもしろいのではないかとと思われることもいろいろ教えてくださいました。今では誰かが愛媛のことを話すのを聞くと、あの時の美しい、素晴らしい思い出が瞬時に蘇ります。

スキー研修

1月下旬、私たち研修生5人は3日間のスキー研修のため新潟県、越後湯沢に行きました。私にとっては生涯初めてのスキーです。雪は見たことがありません

でした。研修前は、障がいのある人間がどうやってスキーができるのだろうか、ましてや足も動かせない人もいるのに絶対無理だろう、と思っていました。しかし研修を受けて、非常に障がい重い場合でも、機会が与えられてちゃんとしたサポートがあれば、障がいのない人と同じように何でもできるのだということが分かりました。スキーは生涯でも忘れられない思い出、そして幸せな思い出の一つになりました。

個別研修

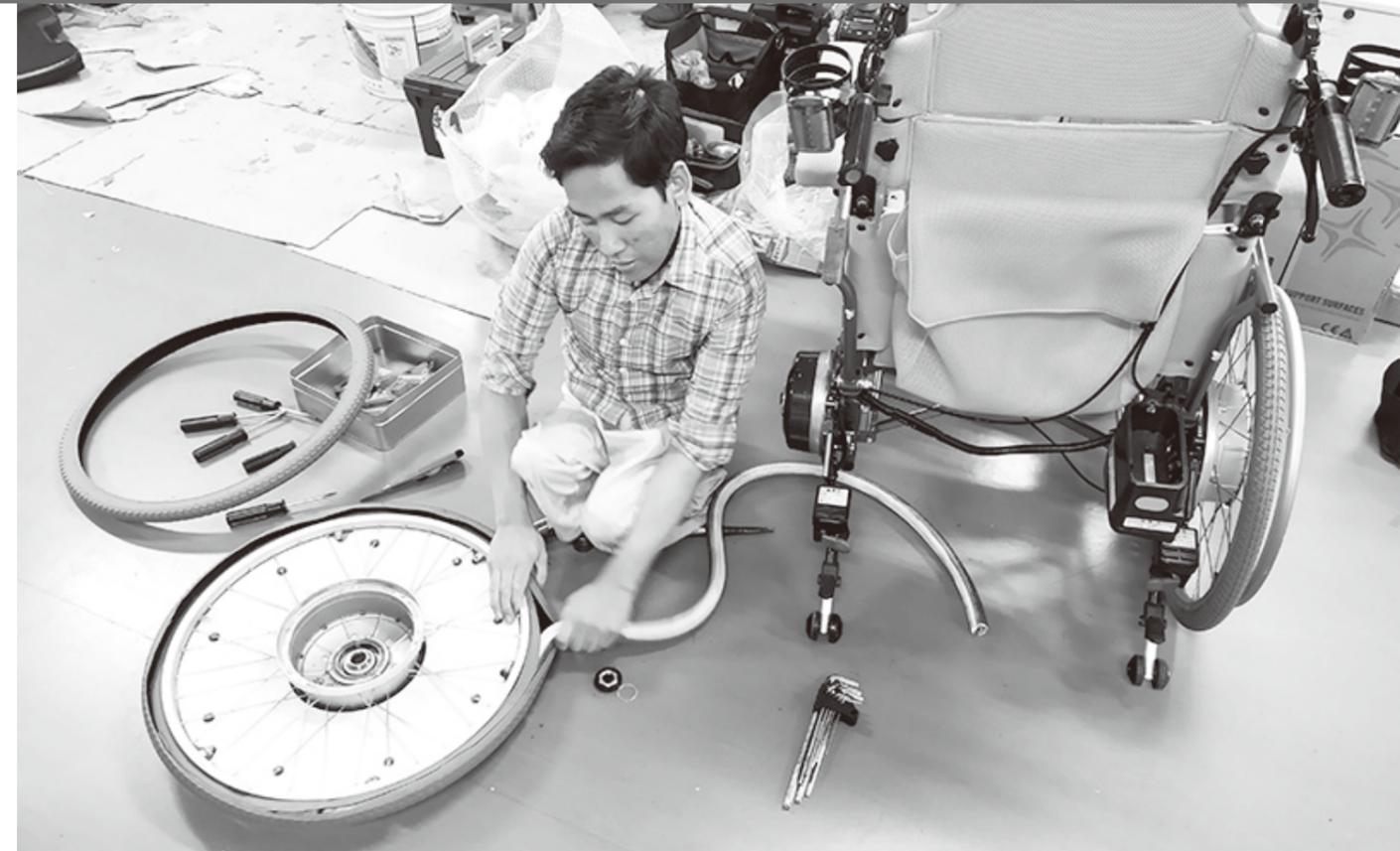
ホームステイのあとは個別研修でした。個別研修は、ダスキン研修の中でも一番大事なプログラムです。

1. CILだんない

個別研修で最初に訪れたのは滋賀県長浜市にあるCILだんないです。日本に来る前は、重い障がいがある人が自分でいろいろ決めたり、自立生活を送ったりするのは無理だと思っていましたが、CILだんないに来てそうした考えが間違っていたことを知りました。CILだんないのメンバーは皆さん障がい者でし



た。しかし、介助者のサポートを得て自立生活をしていました。うち何人かのお宅にお邪魔して、障がいがあるのか、そしてどのように自立生活ができるのかを見せていただきました。自分自身も、初めてCILだんないで自立生活体験をしました。障がいのあるだんないの皆さんとは、日本やミャンマーの障がい者の話、自分自身の体験などを語り合いました。こうしたお話から、皆さんの生活やいろいろ抱えている課題などについて理解を深めることができました。



2. さいとう工房

現在、ミャンマーの車いす利用者数は増え続けています。しかし、車いすのメンテナンスや修理をしてくれる工房はありません。このため、いったん車いすが壊れてしまったら、直すのは至難の業です。このため私は車いすのメンテナンスや修理について学びたいと思いました。(経営者の)斎藤さんは、車いすのこと以外にも、福祉を必要としている人たちの日本の福祉政策についても教えてくださいました。

3. AJU自立の家

AJU自立の家では自立生活についてさらに学び、また、支援要請のためにどのように社会や地元政府と交渉したり協働して物事を進めたりするのかについて学びました。AJUにお世話になっていた間、山田さんとお食事する機会に恵まれましたが、山田さんはこれまでのご自分の歩みについて話してください、大変感動しました。また自分自身にとっても、これから将来の夢に向かって頑張るのに必要な自信とエネルギーをいただいた体験でした。わだちコン

ピューターハウスおよび小牧ワイナリーでは、障がいのある人の就労について学びました。研修の間もっとも印象に残ったのは、他の障がいのある人たちとともに、バリアフリーの障がい者活動に参加したことでした。

4. メインストリーム協会

メインストリーム協会では大変フレンドリーなスタッフやメンバーの皆さんと一緒に過ごし、なんととっても色濃く楽しい日々を過ごしました。とても短い間になってくださった廉田さんと平田さんからとても多くのことを学びました。廉田さんとメインストリームのメンバーの皆さんが当初どのようにメインストリーム協会を設立したかわかるようになりました。廉田さんはメインストリームの創立には大変苦勞なされた模様でしたが、アクセシブルな環境を作るという廉田さんの業績は偉大です。メインストリームで学んだのは、障がいがあっても人生を楽しむことでした。メインストリームでの研修で私のものの見方や考

え方は一転し、非常にプラス思考になりました。メインストリームではどなたも明確な目標をもっていました。そして、仕事を楽しみ、それぞれ課せられた責任を果たしていました。非常に障がい重くても、仕事を頑張り、生活を楽しんでいました。メインストリームでの経験では忘れがたい瞬間が数多くあり、私自身も自信を養うきっかけともなりました。

5. 自立生活センタームーブメント

個別研修の最後の行先は自立生活センタームーブメントでした。ここでは人生初めて、アパートに住むという経験、そして一人で暮らし、自分で何でもやらなければならない生活を体験しました。ムーブメントでは、障がい者に対する差別について、また差別をどう克服するか、そして障がい者が地域で暮らしていくうえのサポート方法について学びました。

ムーブメントのスタッフの皆さんはみな若く、おもしろい人たちでした。互いの人生や問題、将来について語り合いました。友人となったスタッフの皆さんとは、あちこち行ってみたいもしまし





た。とくに思い出深いのは、公園に行って満開の桜を見たことです。桜の下で日本のお花見をし、お昼を食べました。人生最高の思い出です。また、「バリアフリー2019」展にも参加しました。この展示会ではいろいろなことを学んだほか、インフラがバリアフリーであることの意義についても学びました。

日本のバリアフリー環境

日本のバリアフリー環境には心底驚かされました。日本ではビルのほとんど、交通のほとんど、そして製品でさえ、障がい者にとってアクセシブル、かつバリアフリーです。日本の障がい者の生活は非常に便利です。日本は今ユニバーサルデザインをすべての建築物や商品に採り入れようとしています。日本では障がい者運動によってバリアフリー環境を作るための努力が何十年も前に始まりました。今も運動は継続しており日に日に拡大しています。ミャンマーでは幾多というバリアがあり、しかも自分の家の戸口からすでにバリアが始まります。身体障がいのある人は思うように外出するなど考えることすらなくな

きな目標として、政府各省庁と交渉し、物理的なインフラ、教育、すべての人にアクセシブルな道路などを作り、どんな障がいにとってもアクセシブルな環境づくりに取り組みたいと思います。このプロジェクトの一環として、障がい者のためのスマホ用バリアフリーアプリを作り、障がい者バリアフリーの場所を見つけたり、必要な情報を手に入れられたりできるようにしたいと思います。また障がい者のためのカウンセリングセンターを設立し、自立生活についてのアドバイスやガイダンスができるようにしたいと思います。また、インクルーシブ教育、障がい者の就労や福祉システムなどにも取り組みたいと考えています。さまざまなタイプの障がい者とともに障がい者運動にも参加し、社会の障がい者に対する意識向上に取り組みたいと思います。

感謝の言葉

ダスキン愛の輪基金、日本障害者リハビリテーション協会、戸山サンライズの皆さん、日本語クラスの先生方、水泳やスキーの先生方、ホームステイのホストファミリーのご家族、そしてさまざまな研修先で私を温かく迎えてくださった皆様、ボランティアの皆さん、そして私の滞在を楽しく意義あるものにしてくださった日本の友人の皆さんに、心からの御礼を申し上げます。第20期研修生はみな家族のようにな

Individual Training Schedule 個別研修日程・研修場所

2019年1月～2019年5月	
1月8日(火)～1月18日(金)	CILだんない
2月12日(火)～2月18日(金)	DPI日本会議
2月20日(水)～3月1日(金)	さいとう工房
3月4日(月)～3月19日(火)	AJU自立の家
3月29日(金)～4月19日(金)	ムーブメント
3月20日(水)～3月28日(木)	メインストリーム協会
5月7日(火)、9日(木)	難民を助ける会
5月10日(金)	アジアの障害者活動を支援する会

りました。一緒に暮らし共に時間を過ごしたことは本当に素晴らしい体験でした。ここで別れ、それぞれの国に帰るのは寂しいことですが、私は一緒に過ごした思い出をいつまでも大切に、いつまでも心からの感謝の気持ちを忘れないことでしよう。



研修生へのメッセージ

癒しと活気を与えてくれたミョーさん。必ず大物になると思います。

新年早々のとても寒い時期の体験でした。雪はほとんど降らなかったですが、2週間を通して寒い日が続きましたが、ミョーさんは毎日明るく元気な顔を私たちに見せてくれました。また、とても意欲的で、何事にも積極的に取り組んでくれました。

プログラムとしては、入所施設や特別支援学校への見学、電動車椅子サッカーやボッチャなど障害者スポーツの体験、地域の高校生や若手障害当事者との交流など、忙しい日々が続きました。どの時間もとても真剣な目つきで、質問も時間の制限がいつぱいになるまで途絶えることがありませんでした。この姿を見て、「将来、この人は必ず大物に

なるな!」と思いました。

一方で、時々見せるチャーミングな笑顔は、私たちに癒やしと活気を与えてくれました。1日を通して実施したプログラムが終わって、みんながとても疲れたときも、手料理を振る舞い、みんなを元気にしてくれました。

「ミョーさんは将来、ミャンマーの有名人になるに違いない。」だんないメンバーは、そう確信しています。いつの日か、テレビで「ミョーさんやっ!」と誇らしく叫ぶことを楽しみに、だんないも頑張っていきたいです。

またどこかで会いましょう!

NPO法人 CILだんない一同

研修生へのメッセージ

色々な人と交流し、ミャンマーで頑張ってください。

1日目に私がミョーミンを迎えに行き初めて話した時、日本語が上手くてびっくりしました。その後、ムーブメントの事務所でムーブメントのメンバーの自己紹介をしました。そしてお昼ごはんになった時にミョーミン自身に食べたいものを決めてもらい、みんなでキューズモールのフードコートで食べながら、日本のバスのバリアフリーの話やミョーミンの国のミャンマーのお祭りの話をしました。そして、夜にムーブメントの事務所でミョーミンの歓迎会でお好み焼きを皆で作って食べました。そして、ムーブメントの宿泊体験室まで一緒に行きました。

ダスキン報告会の発表で最初にミョーミンは自分の国のミャンマーの人口や文化の紹介をしていました。次に色々なセンターに行き、そこで研修の内容を報告していました。ミョーミンはムーブメントについて若い人が多くて賑やかなセンターだと紹介していました。そこから交流会で色々な人と話をしていました。

これからムーブメントで学んだ障がい者の法律や日本のバリアフリー、障がい者同士の繋がりを活かしてミャンマーで楽しく明るい自立生活センターを立ち上げてください。

NPO法人 自立生活センター・ムーブメント
井上 龍之介

共生社会 実現のために！！



台湾(新北市)出身 26歳
 肢体:脳性まひ<電動スクーター使用>

研修目標

- ① 職業リハビリテーション
- ② 発達障がい者に関する活動
- ③ 日本の障がい者の権利擁護
- ④ 障がい当事者団体におけるリーダーの役割
- ⑤ カウンセリング・障がい分野に関する学問
- ⑥ 障がい者のエンパワメント



自己紹介と来日の目的

私は台湾出身の蘇楠(ソ・ナン)と申します。平成3年に台北市で生まれました。生まれつきの脳性麻痺があるので、外出時には常に車いすを利用しています。来日前、私は障がい学生支援コーディネーターとして新北市・明志科技大学の学生カウンセリングセンターに勤めていました。仕事以外では、社団法人台湾障害者権益促進会という障がい当事者団体で活動しています。

台湾は多様性のある高度産業社会ですが、障がい福祉は発展途上にあり、まだ多くの課題が残っております。台湾における障がい福祉の改善を目指し、私は日本の障がい者福祉の現状を学ぶために来日しました。それ以外にも、日本語や日本人のマナーを学ぶこと、日本の障がい者・障がい者団体と交流すること、そして日本での生活・文化体験も研修の目的でした。

研修の活動

平成30年10月から令和元年5月まで、私は研修で日本各地の障がい者施設・団体を巡り、様々な活動を体験できました。詳細は以下の通りです。

日本語研修

台湾で現地在住の日本人とランゲージエクスチェンジ(お互いの母国語を教え合うこと)をしていたので、私は来日時既に日常の意思疎通には困らない程度の日本語を身につけていました。そのため、平成30年10月から12月まで、私は1対1プライベートレッスンやOJT(現任研修)で日本語研修を受けました。プライベートレッスンでは、私はビジネス会話、文章読解、ロールプレイ、口頭発表等の授業を受けました。それ以外の時間に私はリハ協でOJTを受け、他の研修生の日本語研修の様子取材してブログ記事としてまとめたり、JDFパラレルレポート特別委員会の準備作業をお手伝いしたりして、リハ協の業務補佐を通じて日本語やビジネスマナーを磨いてきました。



名古屋シティハンディマラソン

平成30年10月に私は名古屋のAJU自立の家に伺い、「完全参加と平等」をテーマにして障がいの有無に関わらず誰でも参加できる「ハンディマラソン」に参加させて頂きました。ハンディマラソンは私にとってスポーツ大会の初挑戦であり、共生社会に向けた活動の取り組みを学ぶ機会でもありました。

ホームステイ

平成30年12月末に私はホームステイで京都の大藪家を訪れました。家族の皆様と一緒に餅つきしたり、京都の金閣寺や奈良の東大寺などの観光名所を巡ったりして、楽しく年末年始を過ごして日本文化を体験することができました。

自立生活センターほにゃら

平成31年1月に私は茨城県にある自立生活センター「ほにゃら」と「いろは」で1ヵ月弱の個別研修を受けて初めて「自立生活」という新しい価値観と出会いました。私はバリアフリー設備付きの自立生活体験室で一人暮らしして、実際に重度身体障がい者のお宅を訪問したり、障がい当事者や介助者と共に障がい者の住める部屋を探したり、バリアフリーチェックしたり、DET(障害平等研修)で「障がい」と「誰でも住みやすい街」のあり方を考えたりして、重い障がいを持っていても普通に地域で暮らして自立できるということを実際に自分の目で確かめました。

スキー研修

平成31年1月末に私は新潟の「障がい者スキースクール・ネージュ」でスキー研修を受けました。身体障がいのある私は最初、スキーはさすがに無理かなと思いましたが、ネージュから研修生全員それぞれの障がいに合わせた配慮をしていただき、「バイスキー」の形でスキーを体験することができ、「アダプティブスポーツ等合理的配慮があれば、障がいを抱えてもできないわけではない」ということが身に染みて分かるようになりました。

DPI日本会議

平成31年2月に私は東京のDPI日本会議で1週間の個別研修を受けて日本の障がい当事者による相談支援と権利擁護活動を学びました。DPIの「権利擁護センター」と「女性ネットワーク」の取り組みを勉強しながら私は障がい当事者

の自分史をお聞きして、実例を通じて日本におけるバリアフリーと障がい者権利の現状や課題を学ぶことができました。

ヒューマンケア協会

平成31年2月から3月まで、私は東京にある自立生活センター「ヒューマンケア協会」、「CIL日野」と「全国自立生活センター協議会」で1ヵ月の個別研修を受けて障がい者の自立生活をさらに学びました。昔の私は社会の固定概念にとらわれ、「自立生活」とは誰にも頼らずに生きることと思込んでいました。しかし、ヒューマンケア協会で日本の障がい者自立生活運動の先駆者である中西さんと他の先輩方にお話を拝聴し、実際に各障がい者団体と共に行政交渉を見学して、私の考え方も変わっていききました。障がい者にとっての自立生活は「自己選択」(自分の生活は自分で選ぶ)、「自己決定」(自分の生活は自分で決める)、「自己責任」(自分がした選択と決定は、自分が責任を取る)というのを学んで、従来の思い込みが覆りました。障がい者の自立生活を支える介助制度とピアサポート(ピアによる相談支援)を学びながら、私はILP(自立生活プログラム)で介助サービスを使って料理づくりやホームパーティに挑戦してみたり、ピアカウンセリングを勉強して実際にグループを率いてみたりして、障がい者同士がどのように支え合うのかを実践を通して学ぶことができました。





メインストリーム協会

平成31年3月から4月まで、私は兵庫の自立生活センター「メインストリーム協会」、大阪の「自立生活夢宙センター」と「CILぱあとなっ」を巡り、1カ月の個別研修で障がい者の自立生活を実体験を通して学びました。関西のセンターでは、他の研修先に比べて仲間同士と触れ合う機会が段違いに増えて、一緒に遊びに出かけたり、料理を作ったり、家に泊まったり、夜更かししてお酒を飲みながら本音を語り合ったりして、障がいのある仲間同士と色鮮やかな思い出を作りました。みんなと共に過ごした平凡にして非凡なる日常で、私は障がい者の自立生活の楽しさと尊さを実感し、自立生活センターの運営と当事者にとっての居場所づくりを学んできました。

研修の所感

私は研修中に日本における障がい者福祉の現状と障がい者の生活の実態を自分の目で確かめることができました。日本ではたとえ重度障がい者でも、自立生活制度や様々な合理的配慮により普通に地域で一人暮らしをして、健常者より多彩な生活を送ることができます。そ

して日本の障がい者は一方的に他人に助けられるばかりでなく、当事者スタッフとして自立生活センターで様々な支援活動を行い、他人を助けたり社会に貢献したりする存在であります。障がい者は、実は想像以上に可能性を秘めているということに、非常に感銘を受けました。

帰国後の抱負

日本で学ばせていただいたことを糧に、私は帰国後、自国の障がい者福祉を向上させるために、「どんな障がいや生きづらさを抱えていても、普通に地域で尊厳ある生活を過ごせる共生社会を実現する」という夢を目指します。この夢に

向かって、私は帰国後、まず日本で学んだことを現地社会に発信します。そして、当事者団体での活動を続けて、障がいのある仲間一人ひとりに寄り添って支援します。現地のCILと連携・協働して共に運動し、当事者ネットワークを広げて一緒に運動する若手を増やすことも目指します。最後に、また大学の障がい学生支援室に就職し、障がい学生の自立に向けた支援を現場でも始めたいと思います。

私ひとりで見える夢はただの夢ですが、障がい者同士と社会の人々を巻き込んで

Individual Training Schedule 個別研修日程・研修場所

2019年1月～2019年4月	
1月7日(月)～1月23日(水)	つくば自立センター ほにやら
2月12日(火)～2月18日(月)	DPI日本会議
2月20日(水)	さいとう工房
2月21日(木)	日本学生支援機構
2月25日(月)～3月18日(月)	ヒューマンケア協会
3月26日(火)	京都大学学生総合支援センター 障害学生支援ルーム
3月20日(水)～4月30日(火)	メインストリーム協会

みんなと一緒に見る夢は、きっと現実になると信じております。
ダスキン愛の輪基金の皆様、日本障害者リハビリテーション協会の皆様、そして各研修先の方々に大変お世話になり、誠にありがとうございました。心より御礼申し上げます。



研修生へのメッセージ

Message to Trainee

ご活躍を期待しています。また会いましょう。

ナンさんお元気ですか？ナンさんが原稿を寄せてくれた「ヒューマンニュース」は、いま内山が編集をちゅちゅくと進めているところです。ナンさんの日本語が何時もながら美しいねと、みんな感心しきりです。ニュースを発行するのが楽しみです。

ナンさんの研修中の日記を改めて読みました。どの研修場面でも、あなたはとてもまじめで、前向きでしたね。粘り強いあなたに、私たちが全力で情報提供しました。「ホームパーティーをやって」、「ピアカンのリーダーをやって」、そん

な課題提供に対して、あなたは必ず答えを見せてくれて、そこから自分への新たな課題を見出していました。まだまだ隠れた力を伸ばせることでしょう。あなたが目指すことを実現するために、あなたが望めば、きっと仲間も力を貸してくれます。臆せずチャレンジしてください。

ナンさんに取って自立生活はどんなものなのか…？経験からの学びは続いていくことでしょう。悩む姿も笑顔も、総てが力強い自立生活のロールモデルです。ご活躍を期待しています。また会いましょう。

ヒューマンケア協会一同

研修生へのメッセージ

Message to Trainee

20期生のソ・ナンさん名付けてナンちゃん、長い研修お疲れ様でした。

ナンちゃんが初めて来たときは超真面目な感じで、「楽しさ・面白さ」を一番に考えるメインストリーム協会に馴染むかどうか心配でした。でも、研修やホームステイを通して、自立生活の楽しさや自立生活運動の歴史などを知り、いつの間にか事務所の雰囲気慣れていましたね。そして、疑問に思ったことはすぐに誰かに質問し、遊びで行きたい所や気になることがあればすぐにスマホで調べるなど、常に探求心と向上心があるナンちゃんでした。自立生活運動の学びについても研修だけでは飽き足らず、

夜中に若手障害者スタッフたちと「日本の自立生活運動の歴史」についてのDVDを観て、青い芝の会の運動などを勉強しました。また、メインストリーム協会から東京に戻る時も、メンバーと観光などをもっと楽しみたいと滞在を延長して、皆で京都、姫路や淡路島に遊びに行きました。このように勉強にも遊びにも探求心・向上心があるナンちゃんなので、自立生活運動だけではなく台湾の社会のために日本で学んだことを糧にして活躍してくれることを期待しています。また台湾にも皆で遊びに行きますね！

NPO法人 メインストリーム協会一同



公益財団法人 ダスキン愛の輪基金

〒564-0063 大阪府吹田市江坂町3-26-13
TEL:06-6821-5270 FAX:06-6821-5271

<http://www.ainowa.jp/>