目が見えない・見えにくい人びとと共に

**音友通信**

７月号　第７号　2024（令和6）年７月１５日発行

発行　特定非営利活動法人 **音友**

〒553-0006　大阪市福島区吉野2丁目15－1

電話番号　０６－６６９０－８７２２

FAX番号　０６－６６９０－８７２３

携帯番号　 ０８０－３８５６－３０５８

メール　　 [gh@onyu.jp](mailto:gh@onyu.jp)

ホームページ　リニューアル中

表紙の写真　　歌えば、こころが躍る

猛暑をよそに、涼しいカラオケボックスで、楽しく一緒に歌う「音友カラオケ同好会」の皆さん。

目次

音友からのお知らせ / ONYUカレンダー 　 　　２

スキルアップ　大切なのは気持ちの持ち方 / イベント案内　　　３

こんにちは　松本　ちず子 (利用者) / 編集後記 　 4

**音友からのお知らせ**

**プライバシーを大切に**

　利用者の行き先をGH仲間に語ったり、GHのことや事業所のスタッフのことを利用者とささやきあったり、ついやってしまいそうなのは、お互いさま。でも、人のプライバシーを大切にするのは、支援技術の基本中の基本です。こころしましょう。

　　　　　エスカレータ事故が続いています

エスカレータの死亡事故が続いています。マフラーや裾がひらひらする上着とか、長い髪の毛の方は、注意が必要です。報道によると、事故の原因は、乗り方に問題があるのが６０％だとか。手すりを持たないケースもあるようです。

危険を感じたら、エスカレータ出入口の緊急停止ボタンを押して停止することを躊躇しないことです。

　　　　　マスク

　原則、音友ではマスク着用です。しかし、猛暑のなか、あるいは人がまばらな所では、臨機応変に対応し、健康管理に留意してください。

　　　　　梅雨です！

　食あたりなどに十分注意をしましょう。

　梅雨なのに、熱中症が怖いです。ご高齢の方は、特に気をつけましょう。

**苦情の連絡先**

　GH、利用者の皆さん、苦情は下記にご連絡ください。

　川越利信（０９０-７１０３-９５８９）

または、事業所にメールや郵便等でご連絡ください。

オンユーカレンダー

7月15日（月・祝）13時30分～15時30分

　　三者研修会「支援技術の基本３」

会場　福島区民センター　304号室

８月12日（月・祝）12時30分～14時30分

　　三者研修会「演習　カラオケ支援」

会場　ビックエコー野田阪神駅前店

９月23日（月・祝）13時30分～15時30分

　　三者研修会―テーマ　演習、車椅子・手押し車

会場　福島区民センター　304号室

**スキルアップ**

大切なのは、気もち持ち方

支援技術に、特段の崇高な技術があるわけではありません。ガイドさんが、何でもできるわけでもありません。ガイドの皆さんは時々テキストを読み返し、目の代わりを務めことです。ガイドもスタッフも、利用者も、三者で組んでいることを意識してコミュニケーションを大切にすることがとても大事だと思います。

　お互いに人間ですから、意見の行き違いや、気分を害することも理不尽に感じることもある筈です。そんな時、どうしますか。蹴飛ばしますか。

　支援技術で最も難しいのは、自分を客観的に見ること、自分の感情を調整して、コミュニケーションすることだろうと思われます。常に状況や自分の行動を俯瞰する訓練が普段から求められているのでしょう。平たく言えば、気持ち持ち方です。気もち次第で、三者による同行援護サービスは、きっと楽しいチームプレーになること間違いありません。

**イベント**

**カラオケ同好会**

出席される方は、準備の都合がありますのでお知らせください。なお、参加できるのは、音友所属の利用者とGH、それにスタッフです。

主催　　音友

日時　　７月15日（月・祝）１５時４５時～19時

場所　　ビックエコー野田阪神駅前店

人数　　１２人（６組）

参加費　ひとり2千円　但し、付き添いは無料

　　　　飲み物、食事代は無料

連絡　　０６－６６９０－８７２２（音友）　担当：石本

居スポセン夏祭り、模擬店へどうぞ

　長居障がい者スポーツセンターで毎年行われる「夏祭り、盆踊り大会」に、模擬店「スーパーボールすくい」が出店されます。中学生以下のお子様は、１回、無料です。

主催　大視協

日時　８月３日(土)　１7時から２０時(ボールが無くなり次第、閉店)

会場　長居障がい者スポーツセンター 駐車場

料金　ポイ1本30円

諸事情により予定変更も。お出かけの際、ご確認を。

問合わせ　大視協事務局　電話 06-6765-5600

**全国青年研修大会、大阪で開催**

第70回 全国視覚障害青年研修大会が大阪市内で、この9月１５日、16日、日視連と大視協の主催で大阪コロナホテルにおいて開催されます。

　大会の様子は、ユーチューブ(YouTube)でライブ配信されます。どなたでも視聴できますので、配信を希望される方は、大視協事務局までご連絡ください。後日、閲覧用URLを送信いたします。大視協の電話 06-6765-5600

**ヨガ**

椅子に座ったり立ったり、無理のない様々なポーズや呼吸法、笑いもあり、硬くなった体と心を癒します。初めての方も大歓迎です。

日時　９月２日(月)　 10時10分から11時30分　受付9時30分

会場　長居障がい者スポーツセンター　第1・2会議室

講師　チャレンジド・ヨガ関西

定員　５０名（先着順）

参加費　無料

申し込み　大視協電話 06-6765-5600

**こんにちは**

松本　ちず子　利用者

　　　　　　　　　　　　（聞き手・文責　川越利信）

　歌姫。誰もが認める、松本ちず子さんの代名詞。

「ボイストレーニングは？」

「やっていないんです。好きで歌ってるだけです」。

　好きだけで、あらゆる大会をそうなめしてプロ並みに歌える人も珍しい。何でも歌える。曲の幅も一層広くなった。

歌うことで、ＪＢＳや多くの人と出会い、多くの仲間を得ました。いろんなお誘いを付き合いきれないほどです。歌に関して、松本さんは楽しそうに語る。

　同行援護について、松本さんはこう語る。同行援護サービスは、買い物や最近に始めたゴルフの練習などに当てている。ガイドさんとは、相性だ。相性が合う人とは、1日が楽しい。トイレの時、真ん前で待つ人、外で待つ人、よく気付く人、そうでない人、様々だ。相性が合わない人の場合は、自分を変えるしかない。変えて、少しでも自分を理解してもらい、楽しい１日を過ごしたい。

利用者は、自分の家庭や生活をガイドさんにさらけ出す。全部を見せて、安心安全の外出目的を果たす。ガイドさんを信用しなければならない。自**分**をさらけ出すことに失明当初、４０代のころ、抵抗があった。ひとりでは行く所にも行けなくなり、助けてもらわないといけない状態となり**、**自分を変えていった。この頃はフィーリングの合うガイドさんと出会い、楽しい日々です。

ガイドさんは、音友さんを含めてみんなよくしてくださいます。１日の終わりには、いつもガイドさんに改めて感謝しています。

最後に「音友では、一つ難儀しています。紙の管理（実績記録票）が苦手なんです」。さりげなく検討課題を提示するしっかりぶりも。

写真は、2017年カラオケ大会、「JBS音で触れ合う」で、前年のチャンピオンで特別ゲスト出演し、森山直太朗の「さくら」を熱唱する松本さん。髪には白い百合を差し、腕はピンク、全体は白いロングドレスを見に纏い、正にプロ並みの晴れやかな姿。

編集後記

　エレベーター事故が多いのに、不安を覚えます。今までにも増して注意しましょう。◆利用者はガイドさんを信頼して、家庭も生活もさらけ出す、との松本さんの言葉は、重い。スタッフもガイドも、心に留めるべき利用者の気もちです。（川越）