

# ほたる草

大阪市天王寺区東高津町12-10  
 大阪市ボランティア情報センター内  
 福祉と住環境を考える会「ふくてつく」  
 発行責任者 代表：杉浦史郎  
 TEL 06-6765-4041  
 高齢者や障害者の住環境改善を目指すボランティアグループです  
 ホームページ <http://www.osakacity-vnet.or.jp/link/hukuteku/>

## 住宅改造 事例報告

東成区 M邸 77歳 女性  
 NPOやわらぎ(訪問介護居宅介護支援)の山内さんからの依頼。「対象者の女性が神経質でうつつ気味なので初期診断担当者は女性にしてください。男性でもよいが、やさしい人をお願いします。」というのが山内さんの希望。ということで、非常に親切でやさしい清水会員に行ってもらいました。

対象者のMさんは、糖尿病・神経性そううつ病(清潔症)。住宅改修希望は階段の手すり・風呂場の手すり・風呂場の入口折れ戸の吊元変更。

清水会員、設計まで終わった段階で多忙によりメンバーチェンジを希望。階段の手すり取付けのための地下補強方法検討のため、製作部と現場調査。担当は後藤会員と畑の男二人。二人共やさしいがちょっと心配ということで大変親切でやさしい三浦副代表にも同行してもらいました。

「工事は多人数で短時間です。お願いします。」という



希望のため、これもまた業者依託工事となりました。最近、製作部の活躍の場がなくてすみません。

工事費は17万8千円。介護保険適用のため、自己負担は1万7800円。ご主人のお言葉「ずいぶん安くしてくれるんですね。」

今年3月に工事了。山内さんより「階段手すりが少し細いということでしたが、大変喜んでおられました。」とのこと。

その後「階段手すりについて反対側も取り付けてほしい」とのご希望があり、後藤会員に再度依頼しました。手すりの太さについてはMさんにいろいろなたさの棒を握ってもらって、約35mmに決定したのですが、実験の時と実際の使用では力の入れ方等でやはり違いが生じることを勉強しました。(参考)手を滑らせながら

## 4月懇談会の記録

◎NPO「ふくてつく」運営のための諸問題の確認  
 《場所》ATC 1TM棟 11階エージェンツ

《人員配置》  
 事務局局長 中北 清  
 事務局次長 磯田 吉郎  
 広報 和泉 秀子  
 企画 池端 一  
 義  
 会員親睦 野山 恭一  
 経理 和泉 秀子  
 庶務 清水・杉浦・山岡  
 受付 小西池 美佳  
 入会申し込み手続き・ホームページ 和泉 秀子  
 活動部会の再編成  
 《基本事業》A住環境整備  
 B設計連合クラブ  
 《発展事業》A木工部Ⅱ  
 ハビリ玩具の研究分野を創設する B研修部Ⅱ福祉住環境コーディネーター講座を発展させていく。大阪市内23区への出前講座で住宅

ふくちゃん 萩野光

「ふくちゃん」ハンディキャップはどくらが?」

## 定例会のお知らせ

6月  
 日時 6月1日(土) 午後1時 30分～5時  
 場所 大阪市社会福祉センター 305会議室  
 内容 学習会「震災から7年、神戸は今(仮題)」  
 講師 中溝 茂雄氏 神戸市鴨台中学校教諭

7月  
 日時 7月6日(土) 午後1時 30分～5時  
 場所 大阪市社会福祉センター内会議室(予定)

改造をアピールする。ハウスマンテナンス講座・若い女性のためのインテリア木工講座等。  
 イベントリーダー 池端一義 出版物リーダー 三浦久子  
 (記 三浦 久子)

## 施設見学会

国際障害者交流センター「ビッグアイ」  
 グループホーム部会が発足し、どういふ訳か「長」と呼ばれ、何回かの勉強会を重ねて半年が過ぎてしまいました。

具体的な案件もなく、検討会・勉強会では退屈だろうと、障害者・高齢者の諸施設の見学会を行っています。

コムニタスの家《身体障害者グループホーム》、大和川園《知的障害者所更生施設》に始まり、3月12日には堺市泉ヶ丘駅前に完成した国際障害者交流センター「ビッグアイ」を見学しました。

この施設は更生労働省が建設し、大阪府が管理しています。障害者のための研修・会議・その他様々なイベントが可能で施設で、障害者が安心して泊まることのできる宿泊施設を設け、まさにノーマライゼーションのモデル施設と言えるのではないのでしょうか。

日建設により設計された障害者、特に車イスでの利用者のための最新の設備、

## 「つるみの郷」

知的障害者の作業所職員として働いてちょうど1年が経ち、今月初めて他の施設の見学、ふくてつくの活動へ参加しました。

3月30日(土) 竣工と引渡しの間、この日しかないという唯一の日程です。

「つるみの郷」は会員の中北さんの事務所が設計監理した施設で、鶴見区にあります。

私が働く作業所は所施設ですので、入所施設の事は話で聞くだけでしたし、時代の流れから言って、「今から入所施設を建てるの?」と行く前はこんな気が



しかし、設計者がおっしゃる様に「障害者は十人十色」つまり、その人それぞれに状況が違い、マニュアルはあり得ないという事でしょうか。車イスで見学された吉本さんの使い方についての独り言はどんな参考書よりも貴重なものであり、課題でもあるように思っています。

近い将来みんなでツアーを組んでスウェーデンのグループホームを見学に行けたらと夢見ています。  
 (記 楠本 行彦)

中活動の場所が分けられているとのことでした。日中活動の棟にはデイサービスセンターや地域住民の交流スペース、勤労などが一緒にあり、障害者の日中活動を地域交流の中で行う事の大切さや、地域で生活する障害者を支援する事をよく考えられていると感じました。

ぱっと見ただけでは一棟の建物と変わりませんが、壁を舐めても体に害がないようにペイントしてあったり、クローゼットの扉はぶら下がっても折れないように頑丈に作ってあったりと、障害者が住み易い工夫がさりげなく取り入れられていることに感心しました。

障害者であっても地域で生活することが良いですが、入所希望のニーズもまたあるわけで、そのニーズに応えるためによりよい入所施設を作っておられるのだと思いました。建築のこととはよく分かりませんが、設計・建築に携わった人たちが目を輝かせながら説明する姿に、この施設の明るい雰囲気がよく現れていると思いました。

(レインボー職員 新子直子)

## 大工道具整理

木工部会より、3月10日(日)、木工教室の下準備ともいえる道具の点検に、新開さんのひまわり工房へ有馬さん・高木さん・池端さん・光川で出掛けました。

木工教室の原点は木片集めや道具の点検であり、道具も生きています。道具をきちんと整理、手入れすること

## お花見

3月24日(日)、桜の咲くのが待ちきれない、ふくてつくのお祭り好きメンバー。咲き始めの桜と、晴れた空、そして強風の中を奈良の馬見丘陵公園を目指して歩きました。ここは杉浦さんの地元で、お料理、飲み物等すべて杉浦さんが用意してくださいました。

桜を見るのもそこそこ、さあ宴会の始まりです。美味しい手作りのお料理をいただきながら外で飲むお酒は格です。肌寒かったため、この日は日本酒が人気。あつという間に一升瓶がカラになってしまいました。

お酒がなくては風に耐えられないとばかりに早々に公園から退散し、杉浦さんのお宅に避難、2次会となりました。

楽しかったですね!杉浦さん、いろいろとお世話になりました。ありがとうございます。  
 (記 和泉 秀子)

道具の持つてくる魂を作る。物ときの姿勢に移ってくるよ。うな気がします。  
 時間のある方は手伝いをお願いします。  
 (記 光川 隼子)





「や」の住まぐらぐら



3月定例学習会  
平成14年3月2日（土）  
OGAWA建築研究所  
所長 建築家  
小川 善博 氏

今日は、私がスウェーデンで学んで、日本で実践している住宅づくりの話をする。それは、太陽の恵みを活かして、徹底的にローコストを追求して暖かい家を創る事である。省エネ住宅こそ、福祉住宅と考えていい（スライドを使って話は進む）  
これは木造2階建て、1階には地域に開放する福祉スペースを持つ家である。床下に太陽エネルギーを蓄える仕掛けになっている。地盤の調査とそれに基づく地盤改良は、的確にかもリーズナブルなコスト

で実施される。地盤調査なら7、8万円、地盤改良なら5坪に対して20万円もあれば十分だ。骨組みの検査も厳重に行われる。設計者の意図を十分に現場に伝える事も必要だ。  
この事例では内断熱（断熱材はグラスウール3kg厚100mm材）を採用しているが、テレホンカード1枚もす隙間を作っていない。OMソーラーシステムを、採用しているが、期待りに空気が流れるかを実際に煙を使って実験して確かめている。こうして外気が3、4でも40℃の空気を得る事ができるのだ。  
この施主のご子息は3年来ひどいアトピーに悩んでいたが、築後3ヶ月で症状が消えた。とにかく寝ていて、いらいらする事が無いという。  
次は北海道の家。木造2階建て、地下1階。北海道では地下1m超の基礎でない、霜柱で家が浮き上がる危険があり、必然的に地下室が形成されるのである（恰好の溜まり場）。この

家では、外気温がマイナス4℃でも暖房なしでご覧のように半袖シャツで過ごす事ができる。  
ところで、家を創ると楽しい仕事を大工にばかりさせる手はない。「施主も施工に参加する家づくり」に取り組んでいる。板のはめ込みや塗装など、少し講習を受ければ十分に用する。これによって家への愛着が生まれ、また低価格化が実現できる。（坪50万円が目標）  
商工会議所に於いて、「NPO WAC+ひと・環境に優しい住まいづくり研究会」が主催する家づくりセミナーの様子。老人の疑似体験をしたり、これは眼科医の講義、間接照明は実は高齢者にとって苦痛だとか。次は、塗り壁の実習。素人でも塗れる壁で、珪藻土の倍の吸湿性があった、コストは半分というもの。  
次はソーラーシステムでもない、断熱材（ネオマフォーム）だけで快適な環境を実現する家を紹介しよう。土間スラブに温水をすチューブを布設している。これは温水暖房をしようというのではなく、コンクリートの乾燥を早めようとするものである。

外壁は、外気20mmを確保した上で、板に直接モルタルを塗る工法。下塗りの上にプラスチック系の網を貼って上塗りを施す（mあたり2800円）。  
内壁を貼るのは施主の仕事だ。断熱材は壁にネオマフォーム50mm、屋根は80mmを使っている。  
これで設備を含めて総コストは坪55万円。100年は持つ。なぜなら、結露しない、だから腐らないのだ。  
問題のホルムアルデヒドはというと、室温を20℃に保って2日間締め切った状況での測定でも、わずかに0.025（厚労省基準では0.08）であった。  
外気温が4℃の時に、暖房器具なしで床下も室内も小屋裏も等しく20℃、人がいる所は20℃を記録した。太陽は白いもので、冬でもエネルギーを与えてくれるのだ。  
私の家づくりでは、暖房用にはエアコンは要らない。設備機械は換気があればそれでいい。だから内地であれば暖房費は月1000円でよいのだ。  
とはいえ、そのような家を安価に造るのは大変だ。工事に係わる全員の気持ち1つにならないといけない

断熱は少しの隙間もあってはいけない。中途半端な断熱はかえって致命的な結露の原因となって、木材を腐らせる。断熱のない家はそれこそ土台のない家も同然だ。  
私が勧めるのは、外壁を完全に外断熱で被う事である。この時、土間スラブ下も外周から1mの範囲を断熱したい。基礎部分の外断熱に使用する断熱材はスタイク口では白蟻にやられてしまうので硝子繊維系を使うか、または内断熱とする。外周部から1mを超える部分の土間下は断熱しないで地熱の取り込みを図る考えもあるが、私はこれを無視して、完全に断熱材で被う事にしている。  
（基礎廻り用硝子繊維系断熱材「独製で「コリグラス」）  
外壁の外断熱のさらに外側には必ず気層を設けること。気層は北海道地区では20mm、内地でも最低20mm必要で、これ以下では空気が動かないのだ。外壁の気層を上昇した空気は屋根（屋根も2重構造）をして、頂部より排気される。  
北海道で行った外気利用暖房の例。断熱材は、壁150mm屋根300mmを使用している。外気（マイナ

ス20℃）を地中埋設管で地下室（基礎空間）に取り込み、排気と熱交換の上、温水コイルで昇温して室内に取り込む。空気は室内を循環して、屋根頂部の換気扇に吸引されて、ダクトを経て地下室に導かれ、ここで外気と熱交換された後、排気される、という仕掛けだ。これで暖房費は月5000円。  
以上のように、暖かい家を創る決めては断熱がきつちり施される事に尽きるのであるが、高断熱は高気密と一体でなければならぬ。不完全な断熱はない方が家にはよい。  
暖かく、どこへ行っても温度差がない、そして省エネルギー、そのような家こそ環境にもやさしく、また居住者の健康も維持できるから、真の意味で福祉住宅なのだ。  
（記 中北 清）



いつまでも笑顔でいるために



4月定例学習会  
平成 14 年 4 月 6 日  
(土)

歯科衛生士  
吉田 規美子 氏

私の考える福祉とは、押しつけがましくもないものでありたいということ。お年寄りにも、「ずるい」とか「かわいい」部分があつて、本当はできるのにしない方がいます。歯ブラシを持ってもらつて自分で歯を磨ける人もいて、最初から最後までやってあげるのにはよくありません。「必要なお手伝いします」という姿勢が大切です。口の動きを考えてみよ！まず、口の動きにはどんなものがありますか？会場から…（飲む・食べる・噛む・味わう・くわえ

る・呼吸・吸う）それから（話す・音を出す・吹く・キス）。  
口の動きを二つのグループに分けました。前者は命のために必要な動き、後者はコミュニケーションの働きです。つまり口は命のためだけになく、コミュニケーションを保つためにも必要で、口の機能が落ちると、人に気持ちを伝える事が難しくなります。  
ペンフィロドの図（大脳皮質の各部が司る体の動き）によると、左脳では、顔・唇・下あご・舌を支配して、発声・唾液分泌・舌・舌・嚥下等の口の動きに関わる部分が1/3を占めています。右脳では、上下の唇・歯・歯肉・下あご・舌・咽頭などを司る部分がやはり1/3を占めています。  
つまり、口の動きに関わる部分は脳の大部分を占めており、脳に障害が起きるとコミュニケーションをとるための口にも障害がおきやすいのです。脳血管障害などで左脳が傷つくと、右麻痺になり失語症が出る事が多くあります。『お茶』と解っているのにお茶と言えなくなり、それでも長年連れ添った奥さんには解ってしまい、お茶を持つ

て来られるのですが、これがコミュニケーションの不足につながります。そうすると、『それつ』が悪くなつていって、益々コミュニケーションを損なうという悪循環に陥るのです。  
百才の元芸者のおばあさんが亡くなりました。百才からリウマチになったのですが、しっかりとした賢い人で、つき合いの難しい人でした。  
ベッドから落ちて頸椎を痛め、寝たきりとなって入院されましたが、大きな病院では私たち歯科衛生士は、なかなか活躍できません。口の中が気持ち悪いと訴えられるので、病院の看護婦に事情を話すと、見る目が三角につり上がった「私どもの方でキチンとやっておりますから」とのこと。本人に言わせれば「そんな、食後うがいさせて水と器をもってくだけや」。そこで、カーテンを閉めてこっそりケアをしてきたわけです。  
最後は点滴で鎖骨の部分から栄養補給を受けて、やせていた人が不自然にむくんでいました。3ヶ月で転院、病院が遠くになった事もあって足が遠のき、そして暮れに亡くなったのでし

た。お疲れさま…。  
毎週1回、ある特養の入浴サービスでお年寄りの歯のケアをしています。ある百才のおばあちゃんに、いつもぼつちやりとした紳士のおじいちゃんが寄り添っていました。聞けば、85才の時に「おばあちゃん風呂敷包み1つで家を飛び出してやってきたそうです。百才も年下の男性に情熱を燃やす女性に、若さやステキを感じました。  
おじいちゃんは健脚で、よくおばあちゃんの車いすを押して、生野から鶴見まで散歩に出かけていました。そんなおばあちゃんが亡くなって、「元氣なうちに色々連れて行くことができてよかったですね」というと、「だから、つらい」との返事。確かに、どんなにしても後悔はついてきません。せめて、自分にできる事をできるだけやるようにしたいものです。  
生野に一〇三才の独居老人がいて、口内のケアに出かけました。喋ると、入れ歯がカタカタしていましたが、最近立派な所で新しい入れ歯を造ったのだと、大事そうに箱入りの入れ歯を持ってきました。けれども新しいのはダメで、合っていない舌ですが、正しい発音

をすることは舌を使わずにはできません。ペロを使わないと物は呑めないし、口を開けたままも難しい。  
唇にも役目があります。コップを唇に触れさせないでお茶を飲めますか？下唇でコップを支え、上唇で温度や確かめています。だから、食事のお手伝いをするときも、下唇にスプーンを当てて、上唇が取りにくいのを待たなければいけません。  
では、おかきを舌の奥の方に置いてみましよう。いったん舌で食べ物の方へ送って初めて噛むことができます。食事のお手伝いの時に、口の奥に食べ物置いてはいけないのです。  
次に、食べる時によく使う側の頬を引っ張りながら食べてみましよう。食べ物と頬の間に溜まってしまう食べ物が食べられません。頬は舌だけでなく、頬にも運ばれて歯の上に乗る事ができるのです。  
では、上を向いて呑み込んでください。首が後方に反っていると呑み込みが難しい。食事は前傾姿勢が基本なのです。  
（記 中北 満）