

ものがたり

# まみちちゃん物語

ならぎき

奈良崎

まゆみ

真弓

- 1 自己紹介  
じこしょうかい
- 2 自分の障がいのこと  
じぶん しょう
- 3 障がいのない人と一緒にやっている活動について  
しょう                      ひと      いっしょ                      かつどう
- 4 自分が障がい者でもハッピーになれたこと  
じぶん しょう      しゃ
- 5 まとめ
- 6 これからやってみたいこと

# 1 自己紹介

しょうわ ねん がつ にち う  
◎昭和53年2月13日に生まれました

いま さい  
◎今は44歳になります

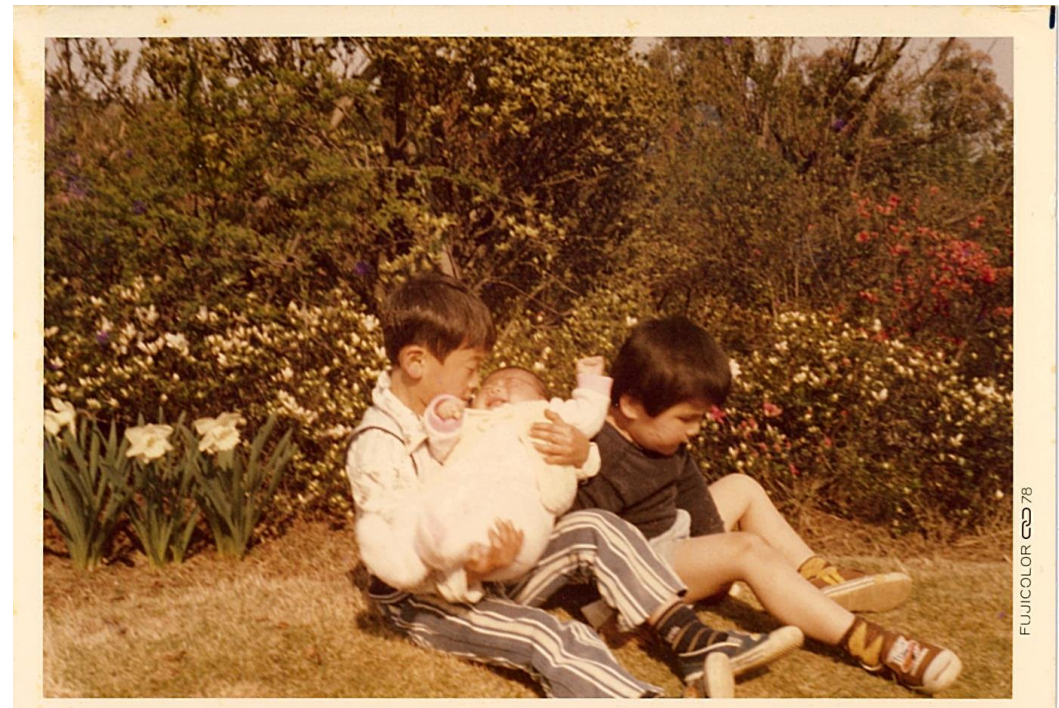
かぞく とう かあ ふたり にい  
◎家族はお父さんとお母さんと2人のお兄ちゃんといろんなペッ  
トたちと暮らしていました

※ペットとは・・・犬、鳥、ウサギなど

ねんまえ ばんめ にい ねんまえ だいす とう  
◎29年前に2番目のお兄ちゃんが4年前に大好きなお父さんが  
さいご か いぬ ねん な  
最後に飼っていた犬が15年ぐらいで亡くなりました

いま かあ ばんめ にい く わたし  
◎今はお母さんと1番目のお兄ちゃんと暮らしていてそれと私が  
だいす せいかつ  
大好きなくまのぬいぐるまたちと生活しています

いま しごと ことし がつ こうれいしゃ しごと しゅう かい はたら  
◎今の仕事は今年7月から高齢者の仕事を週に3回に働いてい  
ます



いがい ひ にち かい かあ かいご  
◎ それ以外の日には1日1回ぐらいにお母さんの介護をしています

かあ ね ねん  
◎ お母さんが寝たきりになって2年になりました

こうかん からだ ふ  
ポイント おむつ交換と身体を拭いています

ふだん かあ せ わ いえ かじ いっぱん ぜんぶ にい  
◎ 普段はお母さんのお世話と家の家事一般を全部をお兄ちゃんが  
やっています

## ◎ポイント

①お兄<sup>にい</sup>ちゃんは精神<sup>せいしん</sup>障<sup>しょう</sup>がい者<sup>しゃ</sup>になって10<sup>ねん</sup>年ぐらいになりました

②お兄<sup>にい</sup>ちゃんの障<sup>しょう</sup>がいの一番<sup>いちばん</sup>の理解<sup>りかい</sup>をできていないのが私<sup>わたし</sup>です

が時々<sup>ときどき</sup>ケンカもしますがなんとなく生活<sup>せいかつ</sup>をしています<sup>きょうつう</sup>が共通<sup>きょうつう</sup>に

す  
好きなことが2つあります

①音楽<sup>おんがく</sup>を聞<sup>き</sup>くこと

②昔<sup>むかし</sup>に見<sup>み</sup>ていたテレビマンガやドラマをY o u T u b eで良<sup>よ</sup>く見<sup>み</sup>ています

いえ どくじ  
◎家では独自のルールが2つあります

かぞく なに とき ことば わす  
①家族でも何かやってもらった時には「ありがとう」の言葉を忘  
れずに言う

わたし つく にい かね だ  
②私はレジメを作ってもらおうごとにお兄ちゃんにお金を出すこと

けいやく かぞく  
を契約することが家族が

うまくいきます



## 2 じぶん しょう 自分の障がいのこと

しょうがっこう ねんせい わたし しょう し  
◎ 小学校 5 年生まで私が障がいがあることを知りませんでした

とき とう かあ おな おも  
その時はショックしたのはお父さんとお母さんも同じ思いでし  
た

りゆう わたし ばんめ にい しょう わたし  
◎ 理由は私には 2 番目のお兄ちゃんも障がいがあるのでまた私  
しょう い  
にも障がいがあると言われました

わたし とう はな あ わたし しょう けんさ  
◎ 私はお父さんと話し合って私の障がいのことをいろんな検査  
しら  
をして調べてもらうことにしました



しょうがっこう ねんせい

じぶん

ちてきしょう

しゃ

◎ 小学校 6 年生になって自分が知的障がい者のことが分かりました

ころ わたし しょう

こ

いっしょ

がっこう

かよ

とも

◎ その頃の私は障がいのない子と一緒に学校に通った友だちにもいじめられたことや担任の先生にも冷たく扱いされました

たんにん

せんせい

つめ

あつか

きんじょ  
◎でも近所のおばあちゃんたちがいつも優しく時には助けてもら  
いました

わたし かみ け ぜんぶ め  
◎ストレスで私の髪の毛が全部が抜けてしまって6年生の時は初  
めとも  
せいかつ おく  
めて友だちがいない生活を送りました



ちゅうがっこういこう    じぶん    おな    しょう    なかま    ちゅうがっこう    ようごがっ  
◎ 中学生以降は自分と同じ障がいの仲間がいる中学校や養護学  
こう    せいかつ    おく  
校で生活を送ることにしました

ころ    わたし    ちゅうがっこう    ようごがっこう    おな    しょう    なかま  
◎ その頃の私は中学校から養護学校まで同じ障がいの仲間がい  
たの  
ることで楽しかったです

◎ <sup>とき</sup>時には<sup>じぶん</sup>自分が<sup>しょう</sup>障がいがあることで<sup>いや</sup>嫌なことがあります

<sup>りゆう</sup>理由として<sup>しょう</sup>障がいのある<sup>なかま</sup>仲間という<sup>とき</sup>時に<sup>でんしゃ</sup>電車や<sup>の</sup>バスに乗って

<sup>とき</sup>時に<sup>しょう</sup>障がいのない<sup>ひと</sup>人たちからバカにされたことがありました

◎ <sup>とき</sup>その時<sup>じぶん</sup>自分が<sup>しょう</sup>障がいのなかったらバカにされないと<sup>おも</sup>思いました

<sup>わたし</sup>でも私は<sup>いま</sup>今では<sup>じぶん</sup>自分が<sup>えら</sup>選んだ

<sup>みち</sup>道は<sup>よ</sup>良かったと<sup>おも</sup>思いました

しょう ひと いっしょ かつどう  
3 障がいのない人と一緒にやっている活動について

わたし しゃかいじん しょう ひと いっしょ しごと  
◎ 私が社会人になって障がいのない人たちと一緒に仕事をした

かつどう なか わたし りかい  
りボランティア活動している中で私たちのことを理解をしてい

かんが  
るのか考えてみます



ポイントが<sup>みつ</sup>3つあります

①相手と話し合<sup>あ</sup>ってお互<sup>たが</sup>いのことを認め合<sup>みとあ</sup>うことが大切<sup>たいせつ</sup>です

②自分の障<sup>とき</sup>がいのことよりも得意<sup>じぶん</sup>なことや苦手<sup>しょう</sup>なことを伝えるこ  
とが大切<sup>たいせつ</sup>です

③ケンカ<sup>なかよ</sup>しても仲良<sup>なかよ</sup>くできるようにすることが大切<sup>たいせつ</sup>です

## 4 自分が障がい者でもハッピーになれたこと

①障がいのない人と一緒に活動できる場所があることが大切です

ポイント 障がいがある人もない人も関係なく誰でもが主役です

②自分のことを好きになること

ポイント 他人よりもまずは自分の障がいのことを好きになる

③自分の親や兄弟姉妹のことも大切にする

ポイント 親や兄弟姉妹と障がいがある本人と話し合うこと

## 5 まとめ

わたし ほんにんかつどう かい ば かつどう  
◎ 私たちの本人活動の会でやっている「場」ではどんな活動をし  
ているかは自分たちに関わる制度などの学習会やレクやカラオ  
ケや食事会や他の本人活動の会との交流会をやっていきます

## ポイント

しょう ひと いっしょ  
障がいのない人と一緒に  
かつどう たいせつ  
活動することが大切です





わたし しょう しゃ おや な かい いくせい かい し とき しょう  
◎ 私は障がい者の親亡き会や育成会に知りましたがその時に障

おや であ なかよ  
がいがある親たちと出会ってすぐに仲良くなりました

しょう ほんにん しょう おや でん  
◎ 今では障がいがある本人たちよりも障がいがある親たちと電

わ そうだん なかよ  
話をしたりメールで相談をしたりされたりして仲良くさせても

らっています

しょう しゃ じしん じぶん しょう きら ひと  
ポイント 障がい者自身でも自分の障がいのことを嫌いな人も

わす わたし おな しょう  
いることを忘れずにそれでも私の同じような障がい

すこ す  
のことを少しでも好きになってほしいです

しょう おも かる しょう りゆう さべつ  
障がい<sup>しょう</sup>が重<sup>おも</sup>いと軽<sup>かる</sup>いで障がい<sup>しょう</sup>の理由<sup>りゆう</sup>で差別<sup>さべつ</sup>をしないで  
おな みまも  
同じ<sup>おな</sup>ように見守<sup>みまも</sup>ってほしいです



しょう しゃ とくべつ ひと  
◎ 障がい者だけ特別な人ではない

しょう だれ  
障がいは誰でもなることがあります

ポイント ① だれ ひとり なや  
誰でもつらいことがあるので1人で悩むことがあります

ません

じぶん なかま し  
② 自分と仲間がいることを知ってほしい

しょう かんけい いっしょ  
③ 障がいがあってもなくても関係なく一緒にやること

おな じかん つく たいせつ  
と同じ時間を作ることが大切です

## 6 これからやりたいこと

◎ 知的障がい者向けの自立支援センターを作りたい

◎ 障がいがない人もある人も関係なく一緒に集まってお酒を飲み

ながらいろんな情報交換や交流する「場」をやりたいです

◎ もっと世界の国に行って

友だちを作りたいです



# おまけ

しょう ひと ひと かんけい いっしょ  
◎ 障がいがある人もない人も関係なく一緒にシェアハウスをやりたい

しょう おな なかま しえん せわ ひと  
◎ 障がいがあっても同じ仲間を支援したいやお世話をしたい人もいる

おも ふくし しせつ つく  
と思うので福祉施設を作りたい

