



Webラジオ『こんな"いき方"あったんだ!』

杉並区では、若者に障害福祉の仕事を目撃してもらうため、魅力ややりがいを分かりやすく伝えるPR事業を実施しています。音声番組「こんな“いき方”あったんだ!」では、

障害のある方や区の職員、現場で働く方などとの対話を通じて、

多様な生き方や仕事の魅力を紹介。毎月第4金曜日に配信しています。

現場のリアルな声や関連イベント情報もお届けしますので、ぜひお聴きください。

今後、この番組は **毎月第4金曜日** に配信します。

番組の中では、障害のある人もない人も一緒に楽しめる企画や、障害福祉の仕事を知るセミナー・見学会などの情報も、紹介していきますので、今後も聞いてくださると嬉しいです。どうぞよろしくお願い致します。



杉並区役所
障害者施設支援課 事業者支援係

村上 喬之

杉並地域活動団体フラット 代表

木津 石生

2012年、杉並区に入庁。これまで都市整備部、危機管理室、保健所での勤務を経験し、現在の障害者施設支援課は4部署目。障害部門への異動は初めて。また、障害がある方と接した経験がほとんどないというゼロからのスタート。職場の同僚や上司、民間施設の方々に助けられながら学ぶなかで、「知っているかどうかで関わり方は変わる」と実感。障害福祉の仕事のやりがいや実際に現場で働いている人の声を少しでもリスナーに届けたいと、番組パーソナリティを務める。

先天性骨形成不全症の当事者。車椅子ユーザーとして生活しながら、障害の有無に関わらず「一緒に考えられる場づくり」をテーマに、団体「フラット」を運営している。杉並区障害者施策課の事業に参加し、当事者としての視点を活かしながら、地域や現場に関わる活動を行っている。また、約2年間で延べ400人ほどを対象に、福祉教育や企業向けの障害者研修を実施。支援・配慮・制度といった言葉の裏側で、現場に生まれる戸惑いや判断の難しさを、当事者の立場から整理している。

略歴

- 2013年 NPO法人みんなのダンスフィールド 役員
～身体表現を通じてインクルーシブな環境づくりを地域・教育現場で推進。
- 2017年 工学院大学情報学部情報学科 卒業
- 2017年 株式会社ミライロ 入社
～バリアフリーや多様性社会の推進事業に従事。
- 2018年 国立研究開発法人産業技術総合研究所
人間拡張研究センター運動機能拡張研究チーム 所属
- 2023年 フリーランスとして独立。講師・コンサルティング業務を開始。

企画・制作：
ネイバースグッド株式会社

お問い合わせ先：
杉並区保健福祉部障害者施設支援課事業者支援係
〒166-8570 東京都杉並区阿佐谷南1丁目15番1号
電話番号：03-5307-0377



杉並区

「ふつう」
って、なん
だろうね

同情はいら
ない。
ふつうに話
したい。

この道に
進んで、
自分では
変わる？

助けようとして、
逆に失礼だったら
どうしよう

遠慮しないで、
聞いていいよ

自分の居場所、
ここかも
自分の強み
わからん問題

「介助」と
「支援」って
何が違うの？



福祉の仕事って、
つらいだけ？
朝の身支度、
健常者より
早く終わるかも

知らない世界、耳を澄ませてみない？

聞かないことの方が、もったいない

Vol.1

あなたの普通が、 ちよつとだけ 揺らぐ30分。

毎月
第4金曜日
配信



試聴はこちらから!

Play
Now!!
(アプリ不要)



村上喬之さん

Webラジオ「こんな"いき方"」

同じ街に暮らしていても、見えている景色は人によって全く違うかもしれません。この番組は、障害当事者や障害者に関わる仕事をしている人をパーソナリティに迎え、リスナーから届く素朴な疑問にフラットに答えていく音声番組です。自分とは違う毎日を生きてきた人の話を聞くうちに、知らなかった世界や、自分自身の生き方のヒントが見えてくるかもしれません。今回は、記念すべき第1回の放送内容をダイジェストでお届けします!

福祉の仕事に関わるようになったきっかけ

村上 私は最初は都市整備部というところで、コミュニティバス「すぎ丸」の運行管理などの仕事に関わっていました。その後は危機管理対策課、保健所での勤務を経て、現在の障害者施設支援課に異動になりました。ここでの勤務は3年目になります。

木津 様々な部署を渡り歩いてこられたんですね。今の部署に来られたときはどうでしたか?

村上 最初は「就労継続支援B型」とか「生活介護」といった障害福祉の用語が全く分からず、周囲の言葉が何を指しているのか理解できない状態からのスタートだったんです。

それでも、周りの職員や民間施設の皆さんに本当に温かく助けられながら、少しずつ知識を深めていくことができました。今では、自分の関わった仕事が直接目に見える形になることに、大きな面白さとやりがいを実感しています。

木津 そうなんですね。私の方は、「骨形成不全症」という障害を持って

生まれ、これからの人生で色々な人と関わっていくためにという親の方針もあって、車椅子だけど地域の一般的な学校へ通いました。周りのみんなが椅子に座っている中、自分だけが車椅子に座っているという環境でした。その後、色々和紆余曲折があったのですが、闘病期間を経て「子供たちへの福祉教育をやりたい」という想いを持つようになり、区役所に飛び込んだのが、現在の活動の原点になります。現在は地域団体「フラット」を立ち上げ、障害当事者と地域の人々を繋ぐための活動を精力的に続けています。

村上 そんな活動をされている中で、この番組でぜひ伝えたいことはありますか?

木津 今は多様性がすごく尊重される時代で、それ自体は素晴らしいことなのですが、選択肢が多すぎて逆に何をやらいいか迷う人も多いと思うんです。そんな方に、普段接する機会のない人、例えば私たちのような障害当事者の視点を聞いてもらって、少しでもそれが生き方のヒントにしてもらえたらいいと思います。

あったんだ!」Vol.1ダイジェスト

人混み嫌いの二人と、車椅子マラソンの思い出

村上 今回の収録はちょうど連休明けのタイミングですが、木津さんはゴールデンウィークをどのように過ごされていましたか?

木津 私はとにかく人混みが苦手で、お店の行列にも並びたくないタイプなんです(笑)。

村上 実は私も、まったく同じです(笑)!

木津 そうなんですね! そんなインドア派の私が、今回の連休中に唯一出かけたのが、練馬区の光が丘公園でした。ここは子供の頃、母親に連れられて車椅子マラソンの練習に何度も通った場所なんです。

村上 車椅子マラソンですか! 相当手が疲れそうですね。

木津 実は手だけで車輪を回すわけではなく、頭をガッと下げて上半身の体重を移動させながら、全身の力を使って車輪を押し出すんです。当時は大会への出場を想定して、1周約2キロの過酷なジョギングコースを2周走る練習を重ねていました。息が切れる

ほど大変な練習でしたが、そのあとに売店で買ってもらった、焼き立てのメロンパンや冷たいアイスクリームの味は、今でも忘れられない最高のご褒美として心に残っています。

新社会人、そして一步を踏み出す人へのメッセージ

木津 今の時期、新しい環境が始まって心が少ししんどくなっていたり、五月病のような状態になったりしている新社会人や若い方も多いと思います。私の20代前半を振り返ると、本当に就職活動で苦労しました。自己分析がとにかく苦手で、就職先で自分がどう活躍できるのか、なかなかイメージしにくかったです。8時間働くこと自体が体力的にもきつく、お祈りメールを受け取ることが多かったです。そんな経験があるからこそ伝えたいのは、最初の就職で完璧な選択をしようと、焦って「1発決め」を狙わなくてもいいということです。まずは気負わずに色々な世界へと飛び込んで挑戦してみて、実際に動くなかで、自分の本当の向き不向きややりたいことを見つけていけばいい

のではないのでしょうか。

村上 本当にその通りですね、私も深く共感します。私が就職活動をしていた平成24年頃は、東日本大震災の翌年で大変な状況でした。私自身も最初から公務員を強く意識していたわけではなく、漠然と「社会貢献ができる仕事がしたい」という軸で探中で、たまたま最初に採用ホームページで目にしたのが杉並区だったという、偶然の縁からスタートしています。

ですから、まずは試しにやってみる、あるいは色々な人の話を聞いてみる、何が何より大切だと感じます。何歳になっても「これがやってみたい」と思う新鮮な気持ちを原動力に、まずは恐れずに一步を踏み出してほしいなと思います。



木津石生さん

全編はWebラジオにて!

この番組は全12回を予定しています。「若い人たちにも障害福祉の仕事の魅力を知ってもらい、もっと身近に感じてほしい」という、パーソナリティの共通の思いからこのプロジェクトはスタートしました。最初は手探りの会話から始まった二人ですが、回を重ねるごとに仲が深まっていく様子や、今後登場する予定のゲストとのトークも、ぜひ楽しみに聴いてみてください。



試聴はこちらから!



皆様からのお便り(ご質問)を募集中!

