

じりつせいかつせみなー
自立生活セミナー

にじしょうがいわーくしょっぷほうこく
二次障害ワークショップ報告

なぐもきみえ
南雲若江

さる 3月28日に自立生活セミナーとして二次障害ワークショップ~からだの声を聞きながら
を行いました。

3月11日の東日本大震災後だったので、外部からの参加者は少なめでしたが、こちんまりとみ
んなで対話をするような感じで行いました。

今回も自然堂治療室の津田真人さんへ講師
をお願いし、脳性マヒなどの二次障害について話し
て頂きました。



午前中は講義に集中

午前中の講義で二次障害とはもともとある障害
に、その人が置かれている生活環境や労働、加齢
によってまた新たな障害が現れてくるとい話と特
に男性に見られる更年期障害の症状と対策につ
いて話しました。

午後は、会場に参加人数分の布団を敷き、参加者と介助者がペアになり、日頃の生活の中
で実践できるマッサージを受け、気持ちよさを感じました。

短い時間でしたが、参加者全員が自らのからだ、向き合えた時間になりました。
ワークショップの中で津田さんがおっしゃられていた、からだのことは自分がいちばんよわかつ
てるから、もっと自分の感覚を信じてほしい」というメッセージが印象的でした。



あま気持ちがよく眠ってしまおう



普段使わない筋肉を動かしたので
痛いのか気持ちがいいのか?