



こんにちは！9月に入り、だんだん日も短くなり秋の気配を感じるようになってまいりましたね。皆様は夏休みやお盆休暇はどのように過ごされましたでしょうか。季節の変わり目ですので体調を崩されませんよう、ご自愛ください。

そして、9月14日をもちましてまちかど図書館ぼたんは1周年を迎えました。1周年を迎えられたのも、オーナー様、利用者様が温かく支えてくださったおかげです。今後とも、まちかど図書館ぼたんをどうぞよろしくお願いいたします！

今月のニュースレターでは、8月の座談会の様子を中心に、図書館の活動をお届けします！

Topic 01 第9回イベント、開催しました！

2025年8月30日(土)に、第9回目となるイベントを行いました。初めてオーナー以外の方に登壇していただき、オーナーの坂田さんのご紹介でフリースクール未来・松代校校長の島田稔さんで、「みえない障害かくれた障害」をテーマにお話をしてくださいました。今回は、本棚オーナーの坂田さん、樋口さん、山口さん、山下さん、熊井さんと、探求学習で「まちかど図書館ぼたん」を研究対象としている市立長野高校の青木さんが参加をしてくださりました。加えて、築山ゼミ生の徳竹、小山、神田、そして築山教授ほか計11名での開催となりました。



【島田さんのご経歴】

島田さんは、中央大学理工学部を卒業後、エンジニアとしてインドネシアに9年間駐在されました。2020年に慢性炎症性脱髄性多発根神経炎（CIDP）という難病を患いました。そこから、車椅子生活が始まりました。そこで、障がいのことや、子供のこと、勉強のことなどを考えた結果、自分の家でできるフリースクールを始められたといいます。その中で、心理学を学びたいと通信制の大学に通い始め、現在は公認心理師を目指して勉強されているそうです。今回の講演では、心理学をもとに、「みえない障害、隠れた障害」についてお話してくださいました。

【障がいの見え方】

まず、障がいはいくつかに分類できるといいます。

①見える障がい：車椅子などに乗っている、体幹、白杖を持っているなど

(人口のわずか2.3%：8,282人(長野市 R4))

②見えない障がい：聴覚障害、精神障害、気分障害、神経発達症など(人口の4.0%：14,774人)(長野市 R4)→見える障がいよりも多い 難病：186種類存在

③**隠れた障がい**：診断を受けていない、障害者手帳もない、それでも日常生活に困難を抱える人々

(例：うつ、貧困、トラウマ、虐待、ひとり親家庭、ハラスメント、引きこもり、いじめ、不登校、LGBTQ+、出所者、これらがある同居家族など)

→外から見えるものだけが障害ではない

【不登校と学校について】

先ほどの「かくれた障がい」の例として挙げた「不登校」についての問題点も島田さんはお話してくださりました。母親の「学校に行かせなければ」というまなざしが子どもを追い詰める場合もあるため、「べき・ねば思考」、「良い母親」などの固定観念を一つずつ手放す、引き算が重要であることを学びました。また、こころの問題や困難にあった時には、多くの窓口がある相談センターに連絡すること、資格のある専門家（精神科医・臨床心理士・公認心理師）に相談すること、信頼できる大人を見つけておくことなどが挙げられました。

【障がい者の社会における困難】

島田さんは、自身が障がい者となってから障がい者としてのいくつかの困難に直面しました。

①障がい者支援制度における手続きの大変さ

障がい者に関する行政手続きは、制度や窓口が多岐にわたり非常に複雑であり、身体的・精神的な負担が大きい

②「まなざしの地獄」

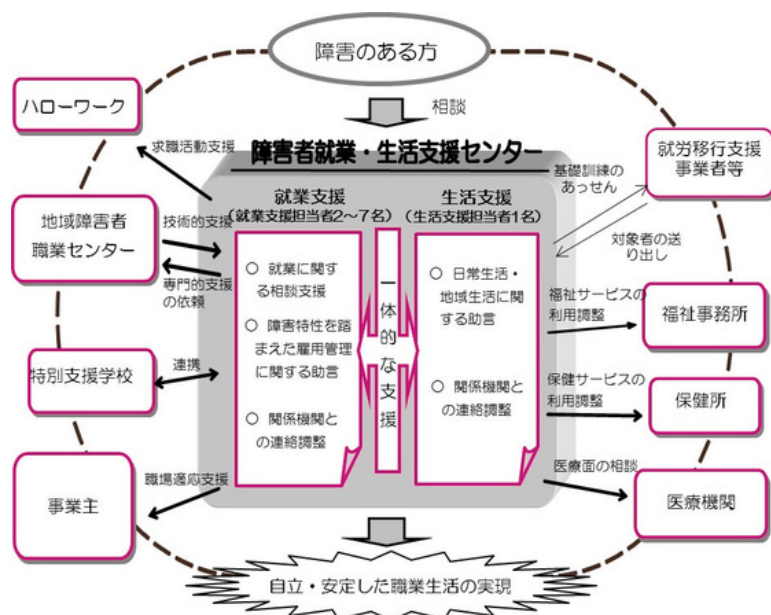
常に他人の視線を気にして生きづらさを感じる

③雇用の壁

・法定雇用率を満たさず、罰金を払ってでも雇わない企業がある

- ・作業所での時給が287円という現実
- ・箱作りなど単純作業が中心

→障害者就業・生活支援センター（なかぼつ）がある。障がい者の職業生活の自立を目的とした支援機関で、全国339箇所に設置されている。日本の最大手企業は株式会社LITALICOという企業。



出典：厚生労働省・神奈川県労働局https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-roudoukyoku/news_topics/topics/20170816.html



「合理的配慮」の重要性

障害者差別解消法(障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律)

- ・差別的取り扱いの禁止
- ・対話を通じた環境整備
- ・基本理念：Nothing about us, without us（「私たちのことを、私たち抜きで決めないで」）

【私たちが自分のためにできることは？】

困難に直面したら一人で考え込むのではなく身近な家族や友人など信頼できる人に相談することが大切です。

また、「もし〇〇になったら」と事前に考えておいたりすることが大切なことだと島田さんは仰っています。→島田さんの例：脳と眼球が動けば、パソコンで研究ができる。
また、障害について知っておくことが不安を少しでも軽減させる策になります。

【私たちが他人にできるちょっとしたこととは？】

私たちが他の人のためにできることの例として、1つ目に障がい者の方に出会ったら「お手伝いできることはありますか？」と声をかけてみることです。障がい者の方は声をかけられることに慣れているため遠慮せずに声をかけても構わないそうです。困っている方がいたら、積極的に声をかけましょう。2つ目は、誰かの話を聞いてあげることです。障がい者の方々や高齢者・子ども・地域の人々などたくさんの人に会って話を聞くことや、信頼できる人を2人以上見つけ、信頼されるような関係を築くことなどが挙げられました。

【おすすめの本・映画など】

島田さんから、おすすめの図書や映画をご紹介いただいたので、抜粋ですが、ここでシェアさせていただきます！気になった方はぜひ読んでみてください！

【本】

- ①松崎朝樹「精神診療プラチナマニュアル 第3版」2024年3月28日発行 メディカル・サイエンス・インターナショナル（精神病に関して）
- ②本田秀夫「10代からのメンタルケア『みんなと違う』自分を大切にする方法」2023年2月20日 KADOKAWA（発達障害に関して）
- ③宮淑子「ひきこもり500人のドアを開けた！」2014年5月27日 KADOKAWA（ひきこもりに関して）
- ④宮台真治「制服少女たちの選択 完全版 After 30 Years」2025年5月30日 KKベストセラーズ（性愛に関して）



【映画】

- ⑤藤野知明監督「どうすればよかったか？」2024年（統合失調症の姉をもつ監督のドキュメンタリー）
- ⑥北宗羽介監督「ノルマル17歳～私たちはADHD～」2023年（ADHDがある女子高校生）
- ⑦松原文枝監督「黒川の女たち」2025年（戦時中の女性の性被害）



【お話を聞いた参加者からのコメント】

教育現場の課題の観点からは前提として小中学校などの教育現場におけるスクールカウンセラーは常に学校に居るのではなく、数か月に一回などの頻度で学校に赴いている状況でありそのことによる配置不足や不登校支援の支援の難しさが指摘されました。また、当事者理解の観点で障害の当事者の気持ちに気づきにくいこと、学びと支援の観点から本や心理学の学習、アート体験などを通じた支援や自己理解の重要性などが語られました。さらに個人の経験としてうつ病や家族の障害を経験された方の話など身近な問題が参加者の方から共有される場面がありました。そしてこれからのこととして高度成長期の過程や社会の在り方を振り返り、今後の在り方を考えるきっかけとなったなどの参加者からのコメントが挙げられました。

また、島田さんは障害を患ったことで障害年金の取得などに多くの時間を費やし、縦割り行政に悩まされたというお話をされていました。グローバルマネジメント学部にも所属している私たち、そして公共経営コースを選択しているゼミ生にとって、学ぶべき事が多かったです。今後の学びに繋げていこうと思います。

Topic 02 スロープとシートを設置しました！

今回、スピーカーの島田さんは車椅子で来られました。そのため、事前に段差を解消するスロープを設置したり、シートを引いて対応いたしました。まちかど図書館ぼたんは、多くの方々に訪れてもらいたいという思いがあります。そのため、今回島田さんにスピーカーとしてお話ししていただき非常に光栄でした。しかしながら、お手洗いを使用していただくにあたり、段差があるため、車椅子では移動が難しいという反省点が出てきました。そういった点を今後改善し、まちかど図書館ぼたんを安心できる、快適な空間にしていきます。

Topic 03 10月のイベントについて

次回イベントは以下の日程で開催いたします！

日時： 10月11日（土）13：00～15：00

場所：まちかど図書館ぼたん

10月のイベントは、築山ゼミ生がスピーカーとしてお話しします。皆様のご参加をお待ちしております！

Topic 04 開館時間について

ホームページ



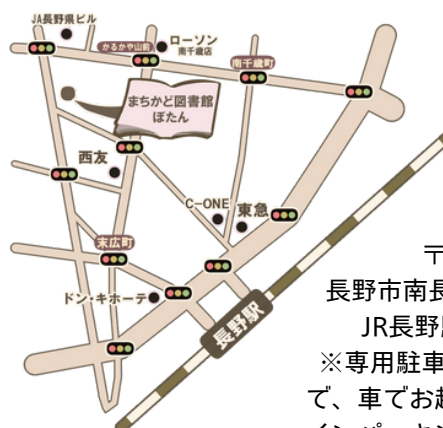
Instagram



開館時間は10時から18時までですが、ゼミ生と教員が店番をしている関係で、その時間内で、可能な時間に開館しております。詳細はホームページまたはInstagramで確認をお願いいたします。

URL:<https://machinakabotan.com/www.machinakabotan.com/>

Topic 05 アクセス



〒380-0826

長野市南長野北石堂町1185-6

JR長野駅から徒歩7分、

※専用駐車場はございませんので、車でお越しの際はお近くのコインパーキングへのご駐車をお願いいたします。



2025年9月30日発行

編集：長野県立大学 グローバルマネジメント学部 築山ゼミナール

住所：〒380-8525 長野市三輪8-49-7 B309研究室

Tel：026-217-2241（代表） fax：026-235-0026

E-mail：tsukiyama.hideo@u-nagano.ac.jp

主催：中心市街地活性化協議会