

知的障害者向け料理本

自立生活へ 説明分かりやすく

知的障害のある人が料理に挑戦できるよう工夫された「たのしい、わかりやすい料理の本」＝写真＝が出版された。発行したのは、知的障害者や家族らで作る全国組織「全国手をつなぐ育成会連合会」（事務局・滋賀県）。調理技術を身に付け、自立生活の実現につなげてほしいという思いが込められている。

知的障害者は大人になっても家族と同居したり施設で暮らしたりと、常に保護される環境にすることが多かった。しかし近年、生活

支援や差別解消、雇用促進などの法律が整備され、自立生活を選べる環境が整ってきた。

「自立生活には料理の知識が欠かせないが、調理経験がない人も少なくない」と同会会長の久保厚子さん。市販の料理本で学ぼうとしても、一定の知識があることを前提に書かれ、手順を示す写真が省略されているなど、理解が難しいことも多かったという。「自立を目指す20～30代が作りたくなる本を作ろう」と人気の料理研究家、



枝元なほみさんにレシピを依頼。炊き込みご飯やみそ汁、ハンバーグ、フレンチトーストなど約30のメニューを紹介した。全ての漢字にふりがなをつけ、野菜の

切り方は調理の途中でも確認しやすいよう、冒頭にまとめた。米の研ぎ方を細かな手順ごとに写真で示すなど、イラストと写真を多用して理解を促している。

A4判変型、48頁。税抜き1000円。申し込みは、894、ファクス兼用)。

くらし家庭

日本発達障害連盟（東京）

のウェブサイト（<http://www.jidd.jp/info02/ik-cookbook/>）からか、

ファクス（03・5814・0393）で。問い合わせは

同会（077・572・9

七人のかみさま

中島 里紗

車の中から外を見ると
丘の上に七本の木が見えた
わたしには木のかみさまが
七人いるようにかんじた
だから
丘にむかっておいのりを
してしまった

こどもの詩

（埼玉県川島町つばさ北小3年）

それは絶対に木の神様だったと思います。（平田俊子）