



ひとのかかたいへん 人との関わりは大変だ

ちいろば会理事長 大澤 星一

最近^{さいきん}はぐっと^{きかい}機会は減りましたが、僕は手紙^{てがみ}を書くという行為^{こうゐ}がとても好きです。また手紙^{てがみ}を書くという作業^{さぎょう}は人^{ひと}との関係^{かんけい}を作る上で、とても良いことだと思っています。その所作^{しよさ}のひとつひとつに意味^{いみ}があるし、ひとつひとつに相手^{あいて}への思い^{おもひ}が込められています。便箋^{びんせん}と封筒^{ふうとう}を選ぶ、下書き^{げがき}をする、宛名^{あてな}を書く、切手^{きって}を選ぶ、ポストに投函^{とうかん}しに行く、などなど。今の時代^{いま}は携帯電話^{けいたいでんわ}がありますし、それを使って、すぐに電話^{でんわ}が出来ます。メールだ、LINEだ^と、とても相手^{あいて}とのやりとりが簡単^{かんたん}に出来るようになりました。でも誰か^{だれ}とやりとりをするということは、本当^{ほんとう}はそんなに簡単^{かんたん}なことではないはずなのです。そもそも誰か^{だれ}とコミュニケーション^{コミュニケーション}を取るという時は、話し^{はな}をするということが一番^{いちばん}の基本^{きほん}です。でもそこから、電話^{でんわ}にしたり、手紙^{てがみ}にしたり、メールにしたり、LINEで伝えたり。そうすること^{こと}でいろいろな考え方^{かんがひ}や頭^{かた}の使い方^{あたま}に違い^{ちがひ}がうまれて、そこでいろいろな行き違い^{いさかい}も起きますし、不愉快^{ふゆかい}なことも起きたりします。

いろいろな発明^{はつめい}がされるようになって、便利^{べんり}になったかのように思えますが、特にその便利^{べんり}さが、人^{ひと}と人^{ひと}との関わり^{かか}のところで現^{あらわ}れてきて、その結果^{けっか}、便利^{べんり}さと引き換えに、その関わり^{かか}の機会^{きかい}が奪^{うば}われたり、問題^{もんだい}が起きたりしているのではないかなとも思います。

今^{いま}、南西諸島^{なんせいしよとう}の宮古島^{みやこじま}や石垣島^{いしがきじま}では、中国^{ちゆうごく}が攻めてくるかもしれないという思い込み^{おもひこみ}で、軍事力^{ぐんじりよく}が強化^{きやうか}され、島^{しま}がどんどん基地化^{きちか}化されてしまっています。沖縄島^{おきなわじま}も海^{うみ}が埋め立てられて米軍基地^{べいぐんきち}が新しく作られようとしています。北朝鮮^{きたちょうせん}がミサイル^{ミサイル}を撃^うってくるかもしれないという思い込み^{おもひこみ}で、日本^{にほん}のあちこちに、それを打ち落とすミサイル^{ミサイル}が配備^{はいび}されています。

アメリカはイラク戦争^{せんそう}でも使^{つか}った劣化ウラン弾^{れつかにだん}をウクライナ^{ウクライナ}に提供^{ていきよう}すると決めたそうです。劣化ウラン弾^{れつかにだん}とは核兵器^{かくへいき}と同じように放射能^{ほうしやのう}をばら撒く弾^{たま}です。ますます世界^{せかい}はいろんな関係^{かんけい}がこじれて、争^{あらそ}いへ争^{あらそ}いへとなだれ込んでいってしまっているように思えます。

思い込み^{おもひこみ}や便利^{べんり}さなどに頼^{たよ}るのではなく、もちろん軍事力^{ぐんじりよく}でもなく、私^{わたし}たちにはいろんな言葉^{ことば}があります。それ^{それ}を用^{もち}いるのは、時^{とき}に大変^{たいへん}だったり、難^{むづか}しかったりしますが、何^{なん}とかその言葉^{ことば}を使^{つか}って誰か^{だれ}と良い関係^{かんけい}を作^{つく}ったり、その関係^{かんけい}を保^{たも}っていきたりできるのではないかなとも思います。平和^{へいわ}も。皆^{みな}で平和^{へいわ}を作^{つく}っていきましょう。

みんなが主役であるために

ちいろば園 主任 奥田陽子

恒例行事、ちいろば一泊旅行の季節になりました。今年は福井県を訪れます。「越前そば食べよう」、「朝風呂行きましょうね」と盛り上がったり、「恐竜こわい…」と言う K さんに、「K ちゃん、恐竜博物館のきょうりゅうは電池で動いてるだけやから、心配いらんで」とやさしく声をかける T さん。毎日旅行の話題がこちらこちらで飛び交っています。日常から離れた貴重な時間を利用者のみなさんに楽しんでもらいたいです。

しかし、知的障害をもつみなさんにとっての旅行は、普段とは違った空間、時間の流れで動くため、不安や緊張は当然高まります。一見楽しんでいるように見えても、言葉にはしなくとも、「こわいなあ…」。次は何が起こるの?」とドキドキの連続でしょう。そんなまるでお化け屋敷にいるかのような不安を、いかに安心できるものにへんかんに変換していけるか、支援者の私たちの腕で合理的配慮が試されます。

ピクトグラムや写真を用いた行程表を作成しているのもその一つです。いつ、どこへ行き、何をするのか、その次は何か。文字に頼らないで伝える工夫を凝らしています。

昨年度の旅行の頃、一昨年にお母さんを亡くされた S さんは、「旅行の荷物の準備はいつもお母さんがしてくれてたの。亡くなったからできないの…」と、誰がお母さんの代わりに準備をしてくれるのかと毎日心配そうに話していました。私たち支援者は「当事者主体の原則」と言いながらも、持ち物は親御さんが準備する前提でしかおたよりも配布してきませんでした。そのことを反省し、今年は「持ち物リスト」(表 1)を作成して利用者のみなさんに配布しました。

K さんのお母さんから、「週末、旅行の荷物を娘と一緒に準備しました。娘に○印をつけてもらいました。」とお聞きし、活用の仕方をととても嬉しく思いました。自分で必要な物を揃えていくことが難しいように見える K さんですが、お母さんがされたような支援を毎年繰り返すことで、K さんが自分で必要な物を出してくるなど少しずつ主体的な行動に結びつくのではないかと思います。なかには親御さんと暮らしておられても親御さんの加齢等の理由で力を借りられず、利用者さんが一人で準備してこられる方もいます。旅行当日になって着替えや下着が無かったこと、不要な物が多すぎて鞆が閉まらなかったこと等の困りごとは多々ありました。一人で準備している M さんは、「今年は、持ち物の表を見ながら自分でやってみようと思う。見ながらやったら、できそう!」と話しています。支援者としてご本人の置かれている状況をわかっていながら、必要な支援をしてこなかったことを申し訳なく思います。

自分が何をすべきなのか、どうすればよいのかがわからないなかでは当然主体的な行動はとれず、たとえ主体的に行動したとしても、しなくてもよい失敗経験になってしまいます。「わかる」ことによって行動に移すことができ、「わかる」からこそ参加でき、楽しめる。そういった視点を大切にしたいと思います。利用者の方のみなさんにとって楽しい旅行になりますように…。

「ちいろばりょう 持ち物のりすと」

おききか かなに、いれるもの

じゅんぴが できたら、しるを つけましよう ○ → ○

【にゆうよく、ひつようなもの】	
	
したぎ	ばじやま

【つぎのひ ひつようなもの】				
				
ずぼん	はんそでのふく	しゃつ	くつした	はんかち

【ほか】		
		
おききか(おききか)のふく	くすり(めい)	

		
おききか(おききか)のふく	せんめん(けい)のふく(いりもの)	おききか

ひょう 表 1 : 持ち物リスト

—ばくも わたしも みんなが主役—

- 質問① 名前と年齢は？
 質問② 今はだれとどこで暮らしていますか。
 質問③ 家族にまつわるエピソードは？
 質問④ 学校、就労時代のエピソードは？
 質問⑤ 最近気になっていること、興味があることは？

① 原 武史 52歳

② グループホーム日之出荘のみんな、2週に一度は家に帰りお兄さんとすごしています。

③ 30年前に大好きなお父さんが亡くなりました。

お母さんは過労で倒れ、ぼくが見つけてお向かいの人をお願いして救急車を呼んでもらいました。最近はずっと、病院で療養しています。

帰省した時には、お兄さんとお母さんの病院へ行きます。

④ 大阪市立高松小学校、大阪市立文の里中学校、大阪教育大学付属養護高等学校中学校の時から書道教室へ通っていました。十数年前までは教室に通い、展示会に作品を出してもらったことがありました。

奈良に引っ越してからは、森谷潤子さんと王寺から一緒に喜連瓜破の学校まで通いました。

⑤ 日之出荘では、カラオケで楽しんでいます。最近、機械の調子が悪くてカラオケが出来ていません。2週に一度自宅に帰った時にアニメや映画の動画配信を見るのが楽しみです。最近、帰省した時にお兄さんとマクドナルドへ行くのが楽しみです。お腹いっぱい食べたいけど・・・透析しているのでできません。



① 新谷貴雄 42歳です

② グループホームにぬふあ星のみんなと暮らしています

③ 2年前にお母さんが亡くなりました。とても寂しいです。

お父さんとは仲良しで、以前は週末はいつもお父さんと過ごしていました。

お母さんが元気なころは、家族旅行に行くのが楽しみでした。

④ 三郷小学校、三郷中学校、二階堂養護学校高等部に通っていました。

小学校の時は幼稚園からの友達もたくさんいて楽しかったです。

入学した当時は、職員室へ行って女の先生に甘えるのが得意でした。

夏休みはちいろば園に行って学校の宿題をしていました。

学校ではいじめの友達もいたけど、友達はたくさんいたので学校は好きでした。

勉強は苦手でした。

⑤ 戦争のニュースが気になります。以前、よく旅行に行った沖縄のことも、最近には行っていないので気になります。お母さんが亡くなって2年が経つのでいろいろな事を思い出します。

女性のヘルパーさんと王寺の西友でどら焼きやハンバーガーを買って食べたりしてみたいです。



4年ぶりのちいろばまつり

ちいろば園職 員 玉野康二郎



9月9日、4年ぶりにちいろばまつりを開催しました。今回は、絵の本あれこれ研究家の加藤啓子先生をお招きして、「絵の本ひろば」を開催しました。なんと300冊の本が部屋一面に。一見した瞬間にわくわくする空間を作って頂きました。1冊1冊の本の内容も大変興味深いものばかりでした。様々なタイプの絵本、食べ物の写真がふんだんに掲載された本、鮮明な動物の写真の本、手のひらに収まるぐらいの小さな本、指を入れる穴がある本、はたまた「イケメンの国～無駄にかっこいい男たち～」などなど。実に多種多様な本を展示して頂きました。加藤先生は開催にあたり何度も、ちいろば園に来て下さり、「絵の本ひろば」の楽しさを利用者さんと一緒に深めて頂きました。本当にありがとうございました。

今回は、参加した利用者さん全員、おまつりスタッフとして参加する時間を設けました。私の不申斐なさで、周知する時期が遅れたり、ゲームの準備が遅れたり、ご迷惑をかけてしまいましたが、当日、楽しそうに接客する利用者さんや、イキイキしたアナウンスで館内放送を行う利用者さん、笑顔で販売する利用者さんの姿を見て、ほっとしました。利用者さんに助けられました。ありがとうございます。

さかなつりゲームの準備を積極的に行って頂いたTさんは、まつり当日、自分で準備したゲームに沢山の客さんが楽しそうに参加しているのを見て、とても嬉しかったそうです。Tさん自身もさかなつりゲームを5回！したそうです。

フランクフルトを購入したMさんは、想像していた大きさよりも大きかったようで、笑顔で食べていました。

今回の、ちいろばまつりも沢山のボランティアの方々に手伝って頂き、感謝の気持ちしかありません。準備不足でご迷惑をおかけした点が多々あったと思いますが、ボランティアの皆様、お客さんに楽しんで欲しいという気持ちで参加して頂き、お客さんも自然と笑顔が溢れていたと思います。

ご来場頂いた皆様、ボランティアの皆様、「絵の本ひろば」の加藤先生、利用者さんの皆さんの協力のおかげで素晴らしい、ちいろばまつりが開催できました。重ね重ねになりますが、楽しい1日をありがとうございました。

「明るい暮らし」

グループホーム職員

小出亜希子

ちいろば会に入職して一年半が過ぎました。最初の頃は右も左もわからず仕事に慣れるまでは大変でした。初めのうちは利用者さんのニーズにうまく対応できなかったり、夜間の利用者さんの対応にあたふたしたり毎回、不安になりながら業務にあたっていました。今は、だんだんと利用者さんのことが分かってきてなんとかコミュニケーションが取れるようになってきました。

自立するために利用者さんができることはできるだけ本人にやってもらい、できないことを私たちがサポートするようにしています。利用者さんを見守り何かあれば迅速に対応するようにしています。

ちいろば園から帰宅したら個別支援計画通りにそれぞれできることをしてもらいます。きちんとできるように基本に沿って声掛けをします。

エンゼルハウスのみなさんは、土日にしっかり自分の部屋の掃除をします。

すみれ荘でも、土日利用が始まり、利用者さんのみなさんは自分の部屋の掃除をするようになりました。みなさんそれぞれできることをします。モップでほこりを取ったりワイパーで床を拭いたり掃除機をかけたり回数を重ねるごとにかたちになってきてます。一生懸命やっている姿がとても頼もしくみえます。

レクリエーション活動では、お誕生日会にみんなで一緒に飾り付けをしたり楽しそうにお祝いしている様子や、みんなで準備して食材を切ったり並べたり焼肉パーティーをしている様子など本当にいきいきされてます。見ているこちらまで嬉しくなります。

グループホームは自然体で安心できる場所であってほしいと

思うので、私たちも利用者さんのみなさんが明るく住みやすい

環境にしていく努力がつねに必要なだと思っています。

支援の仕方も利用者さんによって十人十色です。完璧な支援に

はまだまだ経験や勉強が足りませんが、私なりに少しでも

利用者さんに寄り添って最善の支援ができるように、また、

グループホームに入居してよかったなと思ってもらえるよう

に大変なこともたくさんありますが上司、先輩、同僚のアド

バイスなどをもらいながら自分のスキルをみがいて良い支援が

できるようにがんばりたいと思います。



「ちいろば会の行事への思い」

ちいろば園職員 新宮 由士

9月ちいろば会では、ちいろばまつり、ちいろば旅行と行事があります。皆さんが、このちいろばだよりを手にするときには、既にこれらの行事は終わっていますが、私たちは現在、準備に取り組んでいる最中です。各行事が無事開催され、何事もなく終わっていることを願っています。

私事ですが、気が付けばちいろば会の業務に携わり13年目になりました。1年目の時に、ちいろばまつりにお客さんとしてきてくれたこどもたちも、立派な成年になっているでしょう。

ちいろばまつりは、地域の方々にちいろば園を知ってもらい、障害をもつ人たちと関わり、交流を深める架け橋となっている行事です。そして、ちいろば旅行は、普段できない様々な経験をする、なによりも楽しむことを目的とした行事です。経験とは、その人の選択の幅を広げてくれます。経験したから選択できるのです。障害をもつ人の中には環境や社会の問題もあり様々な経験を得る機会が少なく、自分で何かを決めるにも選択肢がなく選択すること自体がむずかしいということがあるとあります。様々な経験から自分を知る、知ってもらえる機会にもなるとおもいます。

ただ、そんな旅行も、職員の不足やスキル不足などで行くことを断念する事業所もでてきているということを耳にします。働き手の都合で貴重な経験の場、みんなの楽しみが無くなっていくのは残念でなりません。ちいろば会の行事、一つひとつに思いがあり歴史があります。職員の中には暦年数も浅く、行事の経験が少ない人もいますが、みんなが同じ思いをもって歩んでいければとおもいます。

さて、冒頭に述べた通り、現在行事の準備の真っ最中です。ちいろば会では、利用者主体の事業所を実現するため、場所や、作業工程を表すツールとしてピクトグラムを主に用いています。障害をもつ人の中には文字を理解することが難しい人もいます。写真やイラストにしないのは、別の情報が入ってしまい、意図した見方ができない可能性があるからです。今回のちいろばまつりでも、このピクトグラムをあらゆる場面で使用しています。誰が見ても理解しやすい、ユニバーサルデザインを意識して作られています。また、利用者の皆さんも、ただ参加するだけでなくスタッフとして店番の役割があったり、自分たちの行事を主体的に参加できるようになっています。

ちいろば旅行では、今回から持ち物リストを用意しました。こちらにもピクトグラムを用い作られています。今まで旅行の荷物などは、ご家族に準備をお願いしていましたが、このシートを使って一緒に準備する人、自分で準備する人など話も聞いています。今まで同様に、次はどこへ行くのか、何をするのか予定が分かる行程表も準備しています。こちらにも誰が見てもわかりやすいように工夫されたものになっています。これら全ては利用者主体の考えから生まれたものだと思います。これからも、ちいろば会の行事、思いを守り業務に携わりたいと考えています。



「グループホームの職員しよくいんの役割やくわりについて」グループホーム職員しよくいん 忠澤 美緒ちゅうさわ みお

現在ちいろば会には三郷町さんこうちやうない内に5ヶ所のグループホームがあります。

私は主わたしにその中の「すみれ荘」と「エンゼルハウス」という二つのグループホームで生活支援員せいかつしえんいんとして働いています。

「すみれ荘」には6人の利用者さんが生活されていて、夕方になるとちいろば園での作業を終えて帰ってこられます。まずは手洗い、うがい、

検温、水分補給すいぶんほきゅうをしてから順番じゅんばんにお風呂と翌日の準備をします。

これらの一連の動作においても利用者さんによって支援は違ってきます。自分でパジャマやバスタオル、下着、翌日の洋服などをカゴに準備できる利用者さん*も*いれば、それが困難な利用者さんには支援者が選んだ衣類の中から決めてもらうようにしています。利用者さんがお気に入りの洋服を「明日どうしても着ていきたい！」と言われた時でも、季節や気温によっては変えてもらわなければいけない場合もあります。そんな時はきちんと理由を説明して別の洋服を着てもらようよう支援しています。もちろんいづつも納得してもらえるわけではありませんが、今回は前回とは違う伝え方や提案をしてみようなど日々考えています。

グループホームでの平日の夕食は食品製菓グループの利用者さんが作ってくれています。「エンゼルハウス」では、お箸の準備やご飯をよそう、食器洗いなど家事に参加できるように支援をしています。まだまだリスクはありますがコロナも落ち着いてきたので、ただ黙々と食べるだけではなく楽しく会話もできるようになってきました。食品製菓グループの利用者さんには「今日はこのメニューの中で何を作ったんですか？」など、日中の作業の様子も聞きながら楽しい食事の時間になるよう心掛けています。

グループホームは共同生活なので、もちろん守らなければいけないルールがあります。例えば入浴時間や就寝時間などです。決められた入浴時間を過ぎても出てこないなど様々なことが起こります。タイマーをセットしてもらい事前に声掛けをしていますが、最初は「早く出てください」など指示ばかりの支援でした。どこまで声掛けをしたらいいんだろうと悩んだ時期もありました。入職して丸二年がたった今は少しずつですが支援の「引き出し」も増えてきたと思います。

利用者さんの行動や不安な気持ちには必ず理由があると教わりました。どうしてなんだろう？とまずは利用者さんの気持ちに寄り添いながら、受け入れて良い距離感で支援していけたらと思っています。そして利用者さんにとってホッとできるような、笑顔で過ごせるような場所にしていきたいです。

☆^{ごうえんかいひ}後援会費・^{ねんかんこうどくりよう}ちいろばだより年間購読料 (2023年6月1日～2023年7月31日)

^{きょうりよく}ご協力ありがとうございました。

篠原範子、西村好夫、窪田義廣、兼平淑子、岡林千恵子、中島佳代子、大島秀夫、清水昭子、
牧村スマ子、大賀太、川端邦芳、藤田伸子、大江耕平、矢嶋篤子、井戸上聰、片山雄太、
松村國隆・明子、権利擁護支援センターななつぼし、村本建設株式会社、田中勲、梶原拓馬、
森川佳紀、村上智子、藤本千絵、辰巳普宣、西村周也、竹下由里子、窪美代子、加地まさ子、
大野美子、梅垣千代子、磯道香織、岩永大樹

^{いじょう}以上 ^{けいしょう}敬称は ^{りやく}略させていただきます

ークリスマスコンサートのお知らせー

^{れいねん}例年、^{がつだい}12月第2土曜に開催している「クリスマスコンサート」。^{ことし}今年は、^{つごう}都合により

^{がつ}**12月16日(土)**に^{へんこう}変更して^{かいさい}開催します。

^{かいさいばしょ}開催場所はちいろば園、^{えん}開演は ^{かいえん}15時頃を予定しています。

^{ないよう}内容は、チェンバロ、フルート、ヴィオラ・ダ・ガンバによる

^{さんじゅうそう}三重奏を予定しています。

^{まえう}前売り券の^{けん}販売はちいろば園で

^{おこな}行います。^{しょうさい}詳細は、^{じごう}次号のちいろば

だより、ホームページ等^{など}でお知らせ

します。

^{ほんかくてき}本格的な^{しつないがく}室内楽を^{たの}楽しめるこの

^{きかい}機会、^{ぜ ひ}是非、^{さんか}ご参加ください。



写真はイメージです。

KSKS ちいろばだより

編集人／ ちいろば会後援会

年 6 回 頒価 50 円

連絡先／ 奈良県生駒郡三郷町勢野北 5-6-14

TEL : 0745-72-1923 FAX : 0745-72-1924

発行人／ 関西障害者定期刊行物協会

大阪市天王寺区真田山町 2-2 東興ビル 4 F