

こだま通信

61号



【編集】 特定非営利活動法人こだま

〒690-0048 松江市西嫁島1-1-19

☎&FAX 0852-28-8162

・・・意思決定支援についてかんがえる・・・

最近本屋にあまり行かなくなっていたのですが、この春に若い職員を何人か採用したこともあり、参考になる実践を書いた本があればと覗いたときのこと。ふと目に止まったのが「相談支援の実践力」副題に・・・これからの障害者福祉を担うあなたに・・・という本だった。書いているのは、北信越で教員、施設職員を経て相談支援員として活躍されていた福岡寿さんだった。

もう10年以上も前に一度福岡さんの話を聞く機会があって、とても面白い話ぶりで、自分の住んでいる地域で新しい考えのもと、利用者の方に接しているな～、と感心したことがあった。その後「施設と地域の間で考えた」という本を出されて、楽しく面白く興味深く読んだことがあった。

今回の本は、相談支援の業務を通して、利用者の思いを大切にされた福岡さんの思いや気づきを書いたものだった。その中で、意思決定支援について書いてある箇所に出会ったので紹介してみたい。

こだまでも、これからの障がい者サービスの中で重要になってくるのが、「意思決定支援」であるという認識で、5年前に勉強会をしたことがある。自分で選んで決めていくことや、何をしたいか、どんな生活がしたいかそれぞれに見本を示しながら決めていけるといいな、などという話をしたように思っている。

今回の本の中で福岡さんは、意思決定支援のプロセスは「光」を捕まえる作業と似ていると書いている。本人の日常の心身の状況や、本人に日頃から関わっている身近な人が、様々な情報を集めながら、本当は本人もわからないかもしれない、本当に「し

たいこと、心の動くこと」を見つけていく、いわば「生き方探し」の旅をする営みで、繰り返し繰り返し「どう？どう？」と確認しながら光のさす方向へ向かって進む作業だという。

そしてその手がかりは、ノーマラゼーションの理念の中にあるとっている。「自分自身がそのような状況に置かれたとき、どう感じ、何をしたいか、それを真剣に考えることでしょう。そうすれば答えは自ら導き出せるはずです。」バンクミケルセンの言葉だ。たとえわずかでも本人の中に「アッ」と感じることでできる間を大切にすること。「アッ」というのは何かに気づいた、何かの情報を捉えたサインであり、次々と「アッ」を体験することで、本人は人生の選択の基準のスケールを変えていくのだという。

そのためには、小さい頃から「AにするBにする」という二者択一の経験の積み重ねが大切だと言っている。そして支援者のスタンスは、「支援者が先走ってあなたの選択を奪うようなことはしません。だからと言って、勝手にしなさいと放りっぱなしはもちろんしません。ただあなたの判断基準のスケールが少しずつ豊かになっていくような手がかりを考えていますよ」と言う。とても素敵な考え方だ。利用者の方が自分で判断できるように、いろいろな経験ができるように、その手がかりを見つけていくのが支援者の仕事なのである。

どうだろう、そのためには支援者が、自分自身の経験や体験や知見が広がっていかなければ、良い情報を提供することはできないということだろう。

【山田 久】

2017年度 事業・決算報告

2017年度の、NPOこだまの事業は生活介護、就労B型の事業ともに安定した運営と活動ができました。

生活介護では、昨年から利用が始まった方も毎日通所できるようになり、平均の利用率は20名の定員を超える状況でした。作業も新たに「黒文字茶」と「乾燥野菜」作りに取り組んで来ました。作業の流れもでき、いよいよ今年度から本格的に製造販売が始まります。

就労Bの事業も、昨年に続き販売額が1000万円を超える状況でした。安定した弁当販売に加えおにぎり販売、クッキー販売も順調に推移しています。そんな状況の中で、就労Bのポレポレは新年度より、新しい法人に移行しての活動になります。ますます発展くれることを願っています。

居宅介護の事業では、夕方の入浴サービスに加えて通院介護の利用者が増えました。

運営の方では、2017年度は職員の処遇改善費の改定がありました。改定幅の大きかった居宅介護や生活介護事業を行なっているこだまは、全体的に増収となりました。おかげで定期の給与改定もおこなっていましたが、年度末にも処遇改善手当として支給させていただきました。

活動の面では、昨年に続いて松江レディースマラソンに参加しました。沿道の声援にこたえ自己ベスト更新者ばかり。早春の松江城周辺を走るレディースマラソンは、今後毎年参加する行事になりそうです。ほんそごグループでは、湖北農園での野菜の栽培や市内の花屋さんからの土入れの下請け作業に追われました。そんな中でも、実習生さんを受け入れたり新たな医療的ケアの必要な方への対応など、こだまの生活介護の頼れる存在になっています。生活3グループでは昨年からはまった、こだまカフェを毎月開き養護学校の先生方や関係者の方に来ていただきました。また、ラスクづくりが軌道に乗りみんなの作業として定着しました。2月にはボーナス支給があり、みんなで境港にカニを買いに行き家族へプレゼントする、という企画もできました。今後もこだまを利用する人たちが、障がいの程度を問わず働くことを生活の中心に据えた取り組みを常に考えていきたいと思っています。

【決算報告】

2017年度・事業収支報告

(単位：千円)

収入の部		支出の部	
生活介護事業	86,898	人件費	131,888
就労B事業	22,734	作業製造原価	11,417
お弁当事業	10,410	管理費	16,636
居宅介護事業	48,373	合計	159,941
その他	2,580	正味財増減	11,053
合計	170,995	法人税	2,572
		正味財産増	8,481

生活介護は毎日100%を超える利用率になり、全体の収入に占める割合は50%を超える状況でした。就労Bは全体の13%。居宅介護は28%という割合になっています。

支出では、職員給与が全体の83%を占めています。光熱水費や燃料費などの管理費は10%となっています。より良いサービスを提供していくためには、職員の皆さんが働きやすい環境の整備が必要だと思っています。

利用者の方も、職員も生き生きと働き、地域の皆さんが安心していただけるような事業展開をしたいと思っています。どうぞ今後ともご支援よろしく申し上げます。

2017年度・貸借対照表

資産の部		負債の部	
流動資産	50,927	流動負債	10,302
固定資産	11,664	固定負債	0
合計	62,592	合計	10,302
		純資産合計	52,298

2018年度・NPOこだま事業計画

◎2018年度は、居宅介護事業と日中活動の場として生活介護（20名）と多機能型（生活介護10名就労B 10名）の2つの事業所を運営します。生活介護は2つの事業所を合わせて30名の方が利用できるようになりました。就労Bの事業ではクッキー工房と新たにカフェの運営をしていきます。

◎生活介護こだまでは・・・

生活介護こだまでは、利用者の方一人ひとりの状況の違いに対応して、個別の対応を大切にしていきます。作業活動や造形など一人ひとりの課題にそった対応や、補助具作りなどを積極的に行なっていきます。働いた工賃を持ってランチに行ったり、買い物をしたり、働くことの喜びを感じてもらえる活動を展開していきます。

また季節に応じた行事を取り入れ、季節の移り変わりや自然の変化を感じる体験を多く取り入れます。

◎多機能型事業所では・・・

就労Bのクッキー工房では、最近クッキーの注文が多くなってきています。そこで今年度はオーブンを新調します。また注文に対応できるように体制を作っていきたいと思えます。これまで休憩室として使っていた場所で、「となりのお店」を始めます。作業製品のクッキーや骨董品など幅広い品物が並びます。また千本ダムの畔りで「カフェこだま」の事業を行います。4月17日に開店して以来多くの方に来店していただいています。5月8日からはランチも始まりました。カフェで働きたいという利用希望者もあり、いよいよ本格的に営業していきます。小さい赤ちゃんからご近所のおじいちゃんおばあちゃんまで、みんなが安心して利用できる場所にしていきたいと思えます。

多機能型の生活介護では、昨年からはじめた薬草茶作りを進めます。また、季節に応じた乾燥野菜や乾燥果物を作っていきます。働く喜びをより感じてもらおうと、今年度は工賃アップ作戦にも取り組みます。どんな秘策があるかお楽しみに・・・。

◎居宅介護事業はヘルパー確保に努めます・・・

今年度に入ってからヘルパー利用の沢山の問い合わせをいただいています、なかなか要望に答えることができないのが実情です。

4月に新たに職員採用しましたが、その中から現在3名の職員がヘルパーの資格取得に向けた研修に参加しています。9月よりヘルパーデビューしますのでご期待ください。

◎これからのこだまの事業について検討を始めます・・・

4月にお弁当屋のポレポレが新法人を作って独立しました。若い職員たちがもっと積極的にこれからの事業展開について参加してほしいと思えます。そこで今年度は、事務的な業務についても少しずつ引き継ぎを行なっていきます。

また、こだまを利用している利用者みなさんや家族の皆さんとの懇談会をひらき、これからのこだまの事業について要望を聞かせてもらう機会を作りたいと思っています。

障がい者サービスも新しい考えや形態がどんどん現れています。社会の変化をいち早く捉え、時代に沿ったサービス展開ができるように検討していきたいと思えます。





Cafeこだま

みなさん、こんにちは！カフェこだまです！

5月8日からランチ(日替わり定食)が始まり、とっても好評で、毎日20食がほぼ完売。

ありがたい限りです(*▽)

県外から移住してこれ、大東在住の“料理人忠田さん”の腕が素晴らしく、

「安いのに美味しい&ヘルシー」と噂になっています！



松江清心養護学校から実習生の「だいすけ君」も来てくれました！とっても笑顔が素敵なだいすけ君。カフェの紙袋にスタンプを押してもらったり、お客様にお買い上げいただいたクッキーなどを袋に入れ、笑顔で渡してくれたり・・・。
カフェの可能性をさらに広げてくれました！

こだまの利用者さんにも、ご来店いただいています。天気の良い日には、デッキでお食事をしていただいたり、ゆったりと楽しく「おかわり」もしてもらって、笑顔をたくさん見る事ができてとても嬉しいです！
これからも、「誰でも気軽に寄れるカフェ」になるよういろいろ工夫していけたらと思っています。

7月7日 (日)
10:30~13:00



「七夕 星いっぱい祭」

カフェこだまで初のイベントです！！
みんなで七夕を満喫しましょう(*▽)
お待ちしております☆



キッズコーナー、人気です！

カフェこだまには座敷のコーナーがあります。その一角にキッズコーナーを用意しました。ままごとセットや絵本が並んでいます。そして、ふる〜いダンスの中には、木のおもちゃが入っています。動く車や、動物の積み木があつてさっそく大人気コーナーになっています。

地域の方の利用も増えています！

地域のスポーツクラブの皆さんが、試合の前の食事に来てくださいました。「これで優勝できるぞ！」と気合も入り、会場に向かわれました。小さいお子さん連れのお客様にもゆっくり過ごしていただけています。
こだまの皆さんと地域の方が交流できる場になっていけたらいいなと思っています。



【福田翔子】

にぎやかに

5月6日（日）

こいのぼりカフェを開きました

去年初開催で大好評でした、こいのぼりカフェ。連休前になると何人かのご家族さんから今年もされませんかと聞かれました。もちろん開催します。今年はゴールデンウィークの最終日の5月6日に事務所とほんそごにて行いました。去年よりもこいのぼりの数も増えてにぎやかになりました。心配された天気もさすが皆さんが楽しみにされているこだまのイベントだけになんとかもってくれました。私が小さかった時には男の子がいる家ではこいのぼりや、のぼりなどが風にふかれて泳いでいたのを思い出します。この日は風が弱く優雅に泳いでとはいきませんでしたが楽しんで見てもらえました。カフェのメニューや職員のクラフト市、体験コーナーなども好評でした。久しぶりに会ってゆっくり話ができましたとか、あまり会う機会が少ない職員の方と話ができてよかったと言われた方も多くおられました。私自身楽しく参加させてもらえ、こういった話を聞くとよりうれしく感じます。これからもこういった場所や機会を多く作っていけたらと思います。



【井川樹】

ほんそごは、湖北農園で玉ねぎの収穫をしました

昨年の9月には玉ねぎを植えました。まずは伸びきっている雑草の草取りから開始です。残暑厳しい中でしたが利用者さんと土の感触に触れながら草むしり。その草を捨て場に何往復もして運ばれる利用者さん。ダンゴムシが出てきてウオーとビックリする職員（笑）。草むしりが終わると次にクワを持って土を耕します。「ヨイショ！ヨイショ」と言いながらニコニコ笑顔で耕す利用者さん。クワを持つのはヤダーと拒否される方、様々ですが利用者さんと一緒に自然に触れられるのは最高に楽しい時間です。次に土を中央に盛りビニールをかけていきました。それは雑草が生えるのを防ぐために行う作業だということです。その上から10cm間隔に溝を掘ると苗植えの準備は完了。皆さん溝にめがけて苗を植えていきました。溝の中にいい感じに苗を植えると土をかけて戻します。

「大きくなあれ」と魔法の言葉と一緒に水をたっぷりかける時の利用者さんは満面の笑みでした。玉ねぎの苗植えは無事に完了...帰りかけると、いつも気さくに声をかけて下さる農園の管理人さんがビニールが飛ばないようにするストッパーを貸して下さりやり方まで親切に教えて下さいました。時々農園へ出かけては水をやり、4月になるとどれくらい成長しているか観察に出かけ、少しずつ大きくなっている玉ねぎを見ては「大きくなってね～」と声をかけて帰ります。

5月後半、葉も大きく伸び小さかった球も大きくなってきたので、いよいよ玉ねぎの収穫の日を迎えました。様々な大きさでしたがかわいい玉ねぎがたくさん収穫でき、早速収穫した玉ねぎでかき揚げ、豚汁を作って昼食時にいただきました。みんなで愛情をこめて作った玉ねぎは最高に美味しくお替わりをされる利用者さんは何人もおられ、玉ねぎ作りは大成功でした。次はさつまいもを植える予定です。ん～楽しみです。

【新見和美】



生活介護よめしま

この4月から作業場も心機一転模様替えをして、清潔で作業しやすくなりました。まだまだ改善箇所はありますが、作業内容も見直し、今まで出来ていた事をさらに見直して作業に取り組んでもらっています。ある方の事ですが、以前は葉っぱとりを職員と行っていましたが、なかなか手が出ませんでした。その方にシーラーの作業をしてもらおうと、とてもいい表情で楽しそうに手を伸ばされました。利用者の得意とする事を見つけて伸ばしていきながら作業ができればと思います。

そして、クロモジ茶は先日より、ティーバッグ6個300円の販売も始めております！お手頃価格で購入しやすく、ちょっとした手土産に最適ではないでしょうか。

また、乾物ではスープセットなどお手軽に使える物も販売予定です。お楽しみにしてくださいね。【日野純子】



時計を一人一人作りました。まずは、木を磨くところから始め、ニス塗り、装飾、針付けと次々と作業が進んでいきました。

造形活動で心掛ける事は、利用者の皆さんにどのように工程に関わっていただくか、どのように個性を出していくかという事です。

綺麗に上手な作品ではなくても、利用者の皆さんそれぞれの個性、特徴、関りの多さが出ている作品はとても素敵です。「オリジナリティー」 そのような造形の作品、活動を今後も目指していききたいと思います。

保護者の皆様、今年の母の日はいかがでしたでしょうか？ほんそごメンバーのギフトにより、きっと爽やかな風が吹いた1日になった事と思います。

「次は何を作ろう？何をしよう？」
利用者の皆さんと一緒に今後も色々な体験していききたいと思います。

じめじめした梅雨を乗り越えると、もうすぐ夏ですね！夏の活動もご期待ください！

【安部裕紀大】

ほんそごの様子

新年度より2ヶ月が過ぎようとしています。梅雨を前にすっかり初夏の陽気となりました。

そんな中、ほんそごでは5月も様々な活動に取り組みました！バーベキュー（天候には恵まれませんでした）、男性チームVS女性チームのたこ焼き大会、みんなで土をこねてからの田植え、城床山公園のそりすべり、バスに乗ってのお出掛け... まだまだたくさんありますが、5月13日の母の日がありました。それに合わせ、ほんそごではそれぞれに母の日ギフトを作りました。

新しく入った職員のアイデアを採用し、置き



せいかつ3の様子

5月21日からこだまの職員として”生活3”で活動させていただくことになりました、細川と申します。これまでは介護と全く無縁の業界で仕事をしていました。初めての介護という業界で右も左も分からない中ですが、先輩職員の皆さんや利用者さんに教わりながら日々頑張っております。

活動を始めてからまだ2週間しか経っていませんが、毎日新鮮で貴重な体験をさせていただいています。今日は、忌部へ笹の葉取りに出かけました。私が小学生の時、地元の七夕まつりの準備で行った以来のささ取りでした。このように日々外へと出かけ、自然と触れ合うことができることに、とても喜びを感じています。

話は変わりますが、私の趣味は楽器の演奏で、中学生のころからギターを弾いています。休日には音楽仲間と演奏活動などを行っています。すでに何度か利用者の皆さんの前でも演奏をさせていただきました。音楽に触れて喜んでいらっしゃる皆さんの顔を見るのは、私にとって大きな喜びです。これからも時々皆様の前で演奏させていただくことがあると思いますので、喜んでいただけるよう頑張ってお演奏させていただきます。

【細川裕幸】

クッキー工房

クッキー工房の仲間はお話が大好きです。みんなが職員に自分の事や家での事、気になっている事などを話してくれます。最近では猫の名前についてみんなで話しながら製造に取り組んだりしました。そんな楽しく作業している工房ですが、クッキーを焼き始めると「お願いしま〜す」「は〜い」と職員間でやり取りが始まります。手が離せる職員がオーブンの中のクッキーの入れ替えをしたりする時の何気ない会話です。職員間でしっかりと意思疎通が取れていて安心します。そして最近では利用者さんも午後からの作業が始まる時に「よろしくお祈いします」と言って作業室に入ってこられるようになりました。作業が終わった後も「お疲れ様でした」と笑顔で作業を終えられます。数年前にクッキー作りをしていた時にはなかった会話が、今のクッキー工房では笑顔と一緒にあふれています。自分の気持ちをうまく伝えるという事は、まだまだ難しいですが、それでも少しずつ「今日は休

憩する」と伝えてくれる方もおられます。忙しいクッキー作業ですが、無理をせず楽しくみんなでクッキーを作っていけるように日々、仲間の声に耳を傾け、もっともっと会話が広がっていけばいいなと思っています。

【山岡智加】

ホームヘルプ

ホームヘルプの担当になって、もう5年が経ちました。ヘルパーとしては移動支援に出ることが多いのですが、利用者の方はこだまの日中サービスを利用して、顔なじみの方もいればそうでない方もいます。

利用者の方の中には、予定の急な変更やこれから先のことがわからないと不安になってしまう方があります。町の中に出ると、何が起るかわからないので常に緊張です。

そんな中で、今年は他のヘルパーさんに同行してもらう機会に恵まれ、自分の支援について点検してもらっています。利用者の方はいろいろなタイプの方がおられます。支援の方法もうまくいったからといって、その方法ばかりでは通用しなくなります。その日のその人の様子や状態によって支援の内容も変えないといけない時があります。そんな時は悩みいっぱいになり空回りすることも・・・。

でもそんなときこそ、利用者の方に向き合い、いろいろなことに気づけるようになってきました。先輩ヘルパーさんからもいろいろ学んでいます。利用者の方のこんなこともあるんだという発見や成長した姿に気づけたときは、とても嬉しいです。今の仕事になって、やりがいを感じ本当に仕事が楽しいと思うようになりました。



【常峰純菜】

伊藤看護師の健康講

セライセライ



「こんなことが起きてしまって人生はもうおしまいだ
 そう思うことがあるかもしれません。

本を読むとこう書いてあります。

壁は乗り越えることに意味があるのではなくて、壁があることに意味が
 あり、壁に挑戦していることに意味がある。

今の人生は、次の人生の下地となる。日々を大切に生きよう、そうすれ
 ばそれは次の人生に反映される。人生に無駄なことは一つもない。だけど、そんな風には思えない
 時もあります。

そんな時は無理して元気にならなくても、時期を待つのも一つの方法です。人生は変化してい
 きます。今がずっとは続きません。良い協力者が現れたり、起きたことそのものが幸せなことに転じ
 たりします。読んだ本はそういう経験をした人が書いているのですから、人は後になってそう思
 うのです。今が辛くても大丈夫。「あの時は、もうダメだ。と思ったけど、こんな幸せがやってきた」
 と必ず思えます。あまり頑張らずにいきましょう。じゅうぶん頑張ってきたし、辛い思いもたくさ
 んしたのであります。

【伊藤和枝】

お知らせ

七夕 星いっぱいまつり開催します

4月にオープンしたこだまカフェを会場に
 「七夕 星いっぱい祭り」を開催します。
 当日は、流しそうめんや職員手作りの
 クラフト市も開きます。
 ご家族連れでお出かけ下さい。

7月7日
 (日曜日)
 0:30~15:00

短冊に願いを書こう！
 この日の短冊に願いを
 かけば叶うこと請け合
 いです。

かき氷作りもあるよ！
 レトロな手まわしかき氷
 機を使って、挑戦しよう



会 場 松江市東忌部町96-5 カフェ こだま

(千本つつじヶ丘バス停前)