

# こだま通信

63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

☎&amp;FAX 0852-28-8162

## ・・・障がい者サービス事業所の役割・・・

NPOこだまは相談支援の事業はしていないのだが「〇〇さんから紹介されてきました」と、直接保護者の方が相談に来られることがある。その都度、丁寧に話を聞き、今どうしてあげるのがいいのだろう・・・と考えながら、まずはゆっくりと体験されるところからでも・・・と話をさせていただく。障がい者サービス事業所の役割を考えてみた。

「こだまを利用したいです」と希望して来られる方もあれば、障がい者サービスの利用の仕方や、どこかよい事業所はないだろうか、といったように相談内容はいろいろだ。長い間この仕事に携わっているので、自分の知っている限りの情報を伝えるようにしている。

NPOこだまは街の中の民家を拠点に事業所を展開しているので、相談に来られるにも敷居の高さを感じないのかもしれない。それも事業所の大事な要素だと思っている。

なによりも事業所には、そこを利用する方々が安心して利用できる場所であることが望まれる。そして事業が安定的に継続されることだ。小さな事業所であっても、利用者には支持され高い利用率が維持できれば安定した継続可能な状況は続く。支持されるサービスは、利用者の方が満足するサービスであり笑顔で過ごせる場のはずだ。そのためには支援にあたる職員の倫理や行動規範などが、きちんと示され利用者の尊厳と自立を促すサービスがなされなければならない。障がい者サービスを利用する場合は、相談支援専門員の方の「サービス等利用計画」が必要になって、事業所でサービス全体を組み立てたり本人のニーズの聞き取りをしたりすることは無くなってきた。それでもこだまでは、制度の改正があるたびに保護者の方に情報の提供に努めている。これも事業所の大きな役割だと思っている。

事業所は働く職員にとっても、自分が働くこと

に対して働きがいを感じ、自信をもって働くことが大事だ。一人ひとりの職員がもつキャリアを十分に発揮し、利用者の支援に関われる環境を作ることも大切だ。人を相手にするサービスであるからこそ、職員が生き生きと働ける状況があれば、利用者支援にも好循環が生まれる。新しい支援技術や考え方を吸収する機会も大切にしていきたい。

そして「街の中でいきいきと」を目標として目標とかかかっているこだまにとって、地域の方々との繋がりはとても大切だ。今年春に千本ダムのほとりに開いたカフェに、ある日地域の方が来られて「店頭で野菜の販売をされませんか」との提案があった。具体的には、「以前は地域の野菜市まで自分たちで野菜を持って出ていたけど、高齢になって車の運転をしなくなり、家で作った野菜がそのままになっている。ぜひ各家を回って野菜の回収をして、店頭に並べて欲しい」というものだった。こだまにとっても利用者にとってもまたとないう話で、早速取り組むことにした。地域の方から声をかけてもらってお役に立てるのは、我々事業所としてはとてもありがたいことだ。提案された方は、これからの地域づくりの壮大な考えがあるようで、その計画の中にカフェも組み込まれている。地域の方に信頼され、地域づくりの一翼をになえるのは、事業所としてとてつもなく嬉しいことだ。

【山田 久】

# 3 事業所合同実践報告会

9月20日 19:00~21:00

昨年はNPOこだまの単独の実践報告会でしたが、今年は放課後等デイサービスピピ、ショップみけね ちゃんにも呼びかけ、3つの事業所での合同で行いました。当日は70名もの参加があり自分たちが取り組んでいる実践について、広くみなさんに伝えて行くことは大切なことだと改めて感じられるような報告会になりました。今回は、その中よりこだまの報告の部分を伝えていきます。

4月より施設長になり、まだ半年足らず……。いろいろな研修も受けさせていただいている最中です。去年の実践報告会では、こだまの各事業所の詳しい取組を報告されました。その第二弾、のようなことは、まだまだ私の口から伝えるには及びませんが、教員時代によく耳にしていた「困ったときのこだま頼み」という言葉。そう言われ続けてきたことの意味は分かってきつつあります。そんな半年足らずではありますが、今の私から見えたこと、感じられたことについて報告させていただきました。要旨は2点。「こだまの魅力（事業と活動から）について!」「安心して利用できるサービス事業所を地域の中にもっと広げていこう!」です。以下、それぞれについて、簡単に報告させていただきます。

## ☆こだまの事業の魅力について

### ①ノーマライゼーションの考え方がすでに基本にあること。

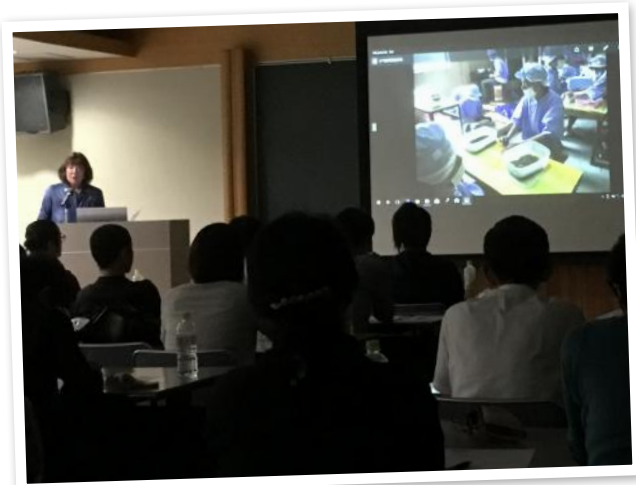
今受けている研修の中でもたびたび強調されていました。それだけまだそういう意識が浸透していないということでしょうか。こだまは、15年前からすでにその考えのもと、街の中の借家や貸事務所を拠点に事業を進めています。また公共交通機関の便利な場所も拠点の一つとして考えています。しかもでかでかと看板を掲げることなく、普通に街の中の住宅街に存在しています。当たり前、いきいきと、自分らしく生活できる社会に!そんな思いが、一部ではなく、職員一人ひとりに根づいていることがさらに魅力です。

### ②ワンストップサービスが可能であること。

ワンストップと聞いたとき、何のことだろうと思いました。聞けば、こだまが提供しているサービスは多岐にわたっています。生活介護、就労継続支援B型、移動支援、居宅介護（ホームヘルパー派遣）。さらに、看護師の資格を有する職員も充実しています。一人の利用者さんが、顔なじみの職員から必要なサービスをいろいろとつなぎ合わせて利用することができる。なるほどなぁと思いました。医療的ケアが必要な利用者さんも安心してサービスを受けることができます。

私は今まで、障がいがあるがゆえに社会が狭められるようなことはあってはいけない。それは環境的にも人的にもです。だから、なるべく多くの人と関わりあっていくことを優先して考えてきました。しかし、こだまの取組を見て、安心して暮らせる条件は、いろいろあっていい。それを利用者さんが選択できることが大事だと思うようになりました。だからこそ、地域の中で、ワンストップサービスが提供できる事業所であることは大きな魅力だと感じました。

あとは、泊を伴うサービス……。保護者さんから声があがっていることは承知しています。こだまとしても、そろそろ方向性を打ち出していけないといけないと考えています。大きな課題だと思っていることは報告会でも触れさせていただきました。



### ③フットワークが軽いこと。即応性があること。

相談支援事業を行っているわけではないのに、こだまを頼って、たくさんの相談者が来られます。そこでいつも返される言葉は、「何とかできるように一緒に考えていきましょう」です。「難しいです」「無理です」という返答は聞いたことがありません。そして、すぐに何とかできるように動かれます。相談者からして、こんなに心強いことはないでしょう。こだまで・・・ということにはならなくても、解決の糸口を一緒に考えていく。頼もしい限りです。私も現在、学校からの実習の窓口を請け負っています。どんどん来ていただいて、見学していただき、実習していただき、実際にこだまの良さを分かっていたいただいて、結果利用したいと思ってくださるのであれば、とてもありがたいことです。日頃からの顔つなぎを大切にしていきたいと思いますとお伝えしています。

### ④小さな単位での集団編成であること。

こだまは現在5つの活動の場があり、それぞれが5～10名ぐらいの集団です。

一人ひとりの顔が見える支援を大切にしているゆえんです。小集団だからこそ柔軟な活動も可能になります。個別活動も取り入れることができます。素敵な魅力です。

### ⑤成人期を迎えた方にとって「働くこと」を大切にしたい取組であること。

工賃というのは就労Bに対するものと思っていました。生活介護を利用しておられる方々には工賃はないと思っていました。しかし、こだまは成人期を迎えた誰にも「働く」ということを意識した取組がなされ、社会に貢献できる場が保障されています。そして、働いたことに対して、当たり前誰にも報酬（工賃）が支払われています。そんな当たり前のことにも気づかせてくれるのがこだまです。

### ⑥各事業所のスペースの狭さを利点に考えていること。

バス停が近かったり、駅が近かったりすることは活動に広がりをもてます。狭さを利点にとらえ、積極的に外へ出かけ、地域の資源や日帰り可能な場所を大いに活用させてもらっています。顔なじみになることで安心感が増し、より安心して暮らせる社会になっていく。相乗効果だと思いました。

### ⑦職員、看護師の柔軟な配置を行っていること。

それぞれのサービス事業が、あるいは活動場所が単独で運営しているのではなく、日々その日の職員の体制で柔軟に補い合う。手薄な状況を少しでもなくしていくためです。そのため、毎夕綿密なミーティングも行われています。

そのことは、結果職員の力量を求められることであり、こだまの利用者さん一人ひとりの自立支援に対応できるスキルを、皆が身につけておかなければいけません。職員間の話し合い、共通理解が必須です。これは、これからもずっと職員が心に留めておかなければならないことだということも課題として併せてあげさせていただきました。

### ☆こだまの活動の魅力について

活動については、①多彩な取組がなされていること。②個別に地域に出かけていくことの魅力。（・・・意外と集団活動より、地域の方から自然な声かけや配慮をいただくんです。私の実感です。）③一人ひとりに視点をあてた取組がなされていること。④4月にオープンしたカフェこだまが、様々な発信源になっていること。この4点について、4月からの写真を提示しながら報告させていただきました。活動については、こだまの保護者さんには、すでに便り等で周知されていることだと思しますので、詳しい報告内容は省略させていただきます。

### ☆こだまのような事業所をもっと地域に広げていこう！

この半年足らずで一番強く感じていることです。たくさんの声に応えていくためにも、「困ったときのこだま頼み」に変わる事業所が増えていけば、もっとたくさんの方たちが、地域の中であたりまえに、いきいきと、自分らしく生活し活動していけるのだと思いました。ぜひ実現していきましょう！！

【菅 道子】



毎年好評の

# こだま屋台村

9月24日



こだま屋台村といえば、職員にとっても、利用者の方にとっても、いわゆる学園祭のようなイベントではないでしょうか。

こだまの利用者の方やお世話になっている方々に喜んでもらえるものってなんだろう？でも、十分な準備ができないかもしれないし...というちょっと消極的な思いもあったなかで、あーでもない、こうでもないとみんなで考えたのが、せいかつ1のドライカレーとポテトサラダ&とろけるチーズを春巻きで巻いたメニューでした。もちろんどれもできたてを食べてもらいたい！春巻きだって揚げたてを！そんな思いが伝わったのか、今回の投票で見事優勝をいただきました。

そして、せいかつ1といえばクロモジ茶です。たくさん沸かして準備をしましたが、どんどんなくなり、これまたうれしいことでした。そんな中で当日の失敗も...。ご飯はカレーに合うように、ちょっと水を少なめに炊いたら、芯が残るくらいの硬さになってしまい、「ごめんなさ〜い」とあわてて炊き直したことも。今回はせいかつ1単独の会場だったので、ここまでお客さんが来てくれるのだろうか...と少し心配もしましたが、多くの方々に足を運んでいただき、またゆったりと過ごしてもらうことができました。カレーに合わせてインド風な曲が流れる中、楽しい会話も弾んでいたように思います。みなさんに「美味しかったですよ！」と喜んでいただけたことが何よりもうれしいことでした。【久保田 真紀】



9月24日、心配されていた天候にも恵まれ、無事に屋台村を開催することができました。初めて参加することになったこのイベントですが、本当に楽しみながら参加させていただきました。こんな表現が良いのか悪いのか分かりませんが、「仕事をしているって感じがしないなあ」と、それほど私自身が楽しんで関わらせていただきました。

生活3では120食分の塩豚サンドを用意しておりましたが途中で在庫がすべてなくなり、急遽追加で作ることになりました。他の部署も同じような様子だったようで無事に大盛況に終えることができました。

私にとって初めての屋台村は、あわただしく走り回っていましたが、思い出に残る素敵な1日となりました。これから年末に向けて、まだまだ楽しいイベントが目白押しです。皆様に楽しんでいただけるよう、私も精一杯楽しんで頑張ります。関係者の皆様、本当にありがとうございました。

【細川 裕幸】



我がほんそごはスタッフでの協議の結果「たません（目玉焼き、肉、天かす、青のり、ソース等を大きなえびせんでダイナミックにはさんだもの）」と「モヒート（マスカット、レモンを基本にミントも添えた爽やかなドリンク）」にメニューを決定。レシピを追求し？当日を迎えました。

2つのメニューの反響はと言うと...用意していた食材が全て無くなるほどの盛況ぶりです、予想以上の高評価！惜しくも優勝は逃しましたが、開票の時には、ほんそごへの投票にスタッフ皆が一喜一憂し、スタッフも楽しい1日を過ごさせていただきました。個人的には、懐かしい再会もあり心に残る屋台村となりました。

会場に足を運んでくださった皆様、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

次回の屋台村にもどうぞ期待！

【安部 裕紀大】

今年の屋台村には例年よりたくさんの方々にご参加いただき、過去最高の来場者数を記録しました。

忙しすぎてお客様の顔をみる余裕のない時間帯もありましたが、皆様そろって「美味しかったよ！」と声を掛けていただきました。屋台村を通して久しぶりに会う利用者さんやご家族とも近況報告ができ、私自身もとても楽しい時間を過ごすことができました。保護者のみなさんからは、「よくこんなにメニューをかんがえるね！毎年感心するは！」と口々にいっていただきました。今年はクッキー工房・カフェグループも出店してお店の数も増えました。

また来年も楽しい時間を過ごせるように、考えていきたいと思いますので楽しみにしててくださいね。

【森山 祐子】



## ホームヘルプサービス

ヘルプの職員は土日出勤するため、平日が交代で休みになります。朝は起床支援、昼は日中活動に、夜も入浴などの支援に入るため、ヘルプの職員がそろう事はありません。連絡することが多いヘルプ。そのため職員間の連携を大切にしています。報告、連絡、相談。月に一度は支援の確認など、集まり話をするようにしています。

移動支援では「見られている支援をしよう！」と、確認しています。土日はたくさんの事業所が移動支援に入っています。駅やバスなどで一緒になると、どうしても目がいきますし同じように見られています。一般の方からも見られています。居宅の支援では「自分なら」と自分に置き換えての対応を心がけています。ヘルパー同士、髭はもちろん、身なりや服装など、特に気にかけるようにしています。

自分が見れるうちは自宅だと家族の方は言われます。利用される方もそれを望んでおられます。その事に寄り添えるヘルパーでありたいと思っています。起床支援、トイレ介助、入浴など、一つひとつのサービスを大切に細やかに対応していこうと思います。

若いヘルパーが寿退職し、少し体制も変わりますが移動支援、居宅介護ともしっかり寄り添える支援ができるようにしていきます。 【井川 樹】

## カフェこだま

「カフェこだま」がいよいよ働く場としてにぎわってきました！エプロンを渡すと、ニコニコしながらキッチンに入るSさん(男性)。ご家庭で経験されているのか、野菜の皮むきも、米とぎも、包丁さばきもお手の物。きっと福田よりも上手(涙)

そして野菜市の袋にもイラストを描いてくださいます。Sさんのイラストはお客様にも大人気で「毎回捨てずにとってます～」と言ってくださる方もおられます！

始めて実習に来られたIさん(女性)。「緊張します～」と言いながらお盆を運ばれます。一つ一つが丁寧で、Iさんがお皿を置く時は“カチャン”という音がしません。とても心地の良い接客だと思えます。コーヒーをドリップ

するのもとても上手で、Iさんのコーヒーを飲めたお客様はきっと幸せな時間を過ごしておられることでしょう。みなさんの集中力はすごくて、あっという間に仕事が終わりと、すぐ次の仕事に！！

どんな方でも働きやすいような環境に、作業の流れがわかりやすいように、と毎日職員同士で話し合いながら工夫をしています。忙しい時に逆に助けてもらってばかりです。今後もカフェこだまが働く場として、みなさんの活躍の場になったらいいなと思います。

【福田 翔子】



## クッキー工房

クッキー工房では毎日たくさんの仕事があります。製造はもちろんですが、袋詰めをスムーズに行えるようにシリカゲルを袋へ入れる作業や、リボンを切る作業、買いもの、配達と様々です。午前と午後の作業の最後には調理器具を拭く作業を皆さんによくお願いをします。クッキー工房では水滴が残らないように2度拭きをします。

先日、いつものように食器拭きをお願いした時の事です。以前はそれぞれが別々に食器を拭き、2度拭きもそれぞれで行っていた利用者さん達でしたが、その日は1人の利用者さんが拭いた食器をとなりの利用者さんが2度拭きで仕上げをしておられました。誰が言ったわけでもないのに、いつの間にか2人で協力して取り組むようになっておられ、2人の流れるような作業姿に私たち職員は感動しました。

もう一つビックリしたことがあります。全く同じ形のタッパーの仕上げ拭きをされた利用者さんは、ただ重ねるのではなく、縦と横を交互に積み上げておられました。「私たちがすることをよく見ておられるね～」 「嬉しいですね」と利用者さんの成長に感激した瞬間でした。拭き終わるときちゃんと棚へしまうところまでしてくれるようにもなりました。まだまだ皆さんができる事はたくさんあります。これからのクッキー工房が楽しみです 【山岡 智加】

## ほんそご

残暑も和らぎ涼しく過ごしやすい秋を感じる気候となりました。ほんそごの一週間の予定を見た職員が一言「来週は月曜日が祝日で休みで、、、というか金曜日以外は食べてばかりじゃないですか!？」よく見るとお団子作りやジャム作りなど、金曜日以外は何か食べている活動でした。これはマズイ、、、ということで散策に変更! さあ、木の実を拾うぞ! ということで歩いていると、一台の車が近づいてきました。窓が開き、おじさんより声をかけられました。そして大きい美味しそうな梨を頂きました。「味は確かだから!」と、利用者さんに笑顔で渡していました。その出来事でもとても温かい気持ちになりました。“地域福祉”なんていう言葉があります。私たちの福祉=幸せはどこにあるのだろうか? 私たちの日々の幸せは海外でもなく、どこでもなく、住んでいる地域の人たちの繋がりの中で生まれるものなんだなあ、と感じました。梨は3時のお茶の時間に美味しく頂きました。そうです、金曜日以外は食べてしまいました(笑)

しかしほんそごは食べてばかりではありません! ボーリングしたり体育館でリレーしたりと、しっかり体を動かしスポーツの秋も堪能しています。硬筆アートでの出展も予定しています。どんな作品に仕上がるか楽しみにしていて下さい。 【余村 麻由子】

## せいかつ3

涼しい秋風に高く澄んだ空、大きく深呼吸をしたくなるような気持ちの良い季節になりました。生活3では梨狩りに行ったりアジ釣りに行ったりと、今の季節ならではの活動に取り組んでいます。アジ釣りでは初め「いいわ」と遠慮気味だった方も、釣竿を持って一匹釣りあげると、そのまま二匹、三匹とつりあげられ、釣った魚を針から外してバケツにポイッと投げ入れる姿はまさに漁師!

その日釣ったアジは持って帰って、自分で食べる分は自分で衣をつけ尻尾をもって油の中に投入! 熱い油の入った鍋にドキドキしながら慎重に入れる方、大胆にヒョイと投げ入れる方。それぞれのやり方で唐揚げにしていきました。衣はサクサク、中身はフワフワ、

骨まで美味しいアジの唐揚げができました。これからますます美味しいものが増える食欲の秋です。今しかできない季節の活動を大切にしていきます。

【梶野 智恵美】

## せいかつ1

生活介護よめしまではみなさんご存知のとおり、クロモジ茶の製造販売にとりくんでいます。今の時期は午前の作業時間はほとんどクロモジ茶の製造にあてています。

クロモジの作業にはたくさんの作業工程があります。利用者さんの得意なことや、この作業なら楽しくされるなど、利用者さんにあった作業に入れるようにしています。そして作業内容に見通しの持てる形で提供させていただいています。以前は見通しが持てずぶらぶらされる利用者の方もおられましたが、今では皆さん午前の時間はきちんと作業に集中されています。利用者さんがやるべきことがわかっていて自分の役割が理解できているとおもいます。

最近見学に来られた職員から、工場みたいだね、みんな静かに作業しているね! と嬉しい感想をいただきました。見通しが持てる作業だったり、しっかり取り組める作業量が確保できる作業によって、よめしまの生活介護は進化中です。 【橋下 紳也】

### 忠田シェフのお料理レシピ【車麩のフライ】

- ①車麩を水でもどす
- ②手で挟むようにして水分を絞り半分に切る
- ③醤油：出汁=1：1に5分位浸しておく
- ④また絞って、小麦粉→玉子液→パン粉の順に衣をつける
- ⑤180℃くらいの油できつね色に揚げる
- ⑥下味がしっかりしていれば、そのままでも美味しい。ソースをかけてもグー!



伊藤看護師の健康講座

## 変えられないのは、過去と他人! ?



毎日の生活は、人との関わりが必ずあります。人との関わり中でのいろいろな感情が芽生えます。人は、それをうまく処理する方法をだんだんと学んでいくのですが、そんなうまく処理できない時もあります。

自分の思うように相手が動いてくれないと、腹が立ったりします。でもよく考えてみれば、相手には相手の考えがあるので、自分が思うように相手が動いてくれるはずがありません。

相手に対して、『こんな風に動いてくれるはずだ』と期待しているので、それが違うと『なんで』と思い、イライラしたり腹がたったりするのです。相手を自分の思い通りに動かそうと思うことには、無理がありますね。

しかし、自分の思っているように動いてくれる人ばかりが周りにいれば、ストレスは少ないかもしれませんが、人としての進歩はありません。人と人との関わりに悩み、なんとかしようと考え、改善していこうと思うところに、人としての成長があります。

人との関わりに悩んでいるときには、周りが見えなくて『もう嫌だ』と思うかもしれません。だけど、それはあなたが相手のことを考えられる人だからです。それはあなたの良いところです。

自分の意見ばかりを主張する人もいれば、うまく自分の意見を主張できない人もいます。いろいろな人がいるから良いですね。

楽しんでいきましょう。

【伊藤 和枝】

## ケアくらぶ

11月25日 (日)

13:00~16:00

いきいきプラザ405研修室

(入場無料)



2ヶ月ほど前に山田さんから「読んでみて」と渡された一冊の本。“あおいけあ流 介護の本” あおいけあは高齢者の方々を対象とした施設ですが、こだまと良く似ていて驚きました。それは利用者さんも職員も、さらにはご近所さんや子供達も楽しそうに一緒にすごしているところです。管理するのではなく一緒に暮らすことや生活のお手伝いをしていきいきと過ごしてもらうこと、自分もそんなふうにご利用さんと接していきたいと思いました。本を読むうちにどんどん興味がわき、調べていると雲南であおいけあをモデルにした上映会をしているということですので足を運びました。映画を観て「あらためてこだまと似ていて街の中に溶け込んで生活をしているな。ご家族との信頼関係って大事なんだな。」と感じました。

ぜひみなさまにも観ていただきたいと思って今回「ケアニン」の上映会を企画しました。興味関心のある方はぜひご参加ください。 問い合わせは、NPO こだま永井まで。 ☎0852-28-8162 【永井 智】