

こだま通信

76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

・・・社会資源としての障がい者サービス事業所・・・

毎年この時期になると、こだま塾を開いている。こだま塾は、これまでのこだまの考え方や障がい者サービスについて学ぶ機会だ。昨年は新しい事業所を作っていくために事業所作りを中心とした内容だったが、今年は、事業所の運営や障がい者サービスを展開していくことはどうということか、といった内容について3回にわたって学んでいくことにしている。

社会資源をつくる

NPOこだまが活動を開始した2003年の支援費制度によって障害者施策は大きく変わりました。それまでの行政による措置制度から、事業者と利用者が対等な立場で契約し、利用できるようになりました。それまで選ぶことができなかったサービスが、事業所を選ぶことができるようになったのです。とはいえ制度が始まったばかりの時期は、選ぶといっても事業所が沢山あるわけではありませんでした。

そんな状況の中で、「選ばれる事業所をつくらう」と準備したのがこだまの始まりです。こだまも事業開始時には問い合わせは数件、夏頃になってようやく5～6人の利用者が集まって来るような状態でした。しかし、この年から障がい者のホームヘルプ事業が制度化されて休日などの余暇を対象にした移動支援が始まり、その利用の仕方などを説明しながら、お母さんたちの事情交換網にも助けられ、だんだんと利用者が多くなって来るようになりました。

社会資源の役割

それまで休日は家族と過ごしていたのが、ヘルパーと一緒にバスや電車に乗って買い物や食事に行けるようになったのです。まさに新しい社会資源が生まれました。移動支援だけではなく、自宅での入浴などのお手伝いもできるようになりました。主に家族の介護にまかせられていた身体的なケアもヘルパーができるようになりました。体が大きくなった

成人の介護をされていた家族の方にとっては随分と助かる制度だったことでしょう。NPOこだまでも、日中活動と並行してホームヘルプの事業も指定を受けていましたので、入浴介助や部屋の掃除買い物の同行などを行なってきました。

事業の継続を

その地域のニーズに合わせて、新しい事業を作っていくことは、比較的簡単にできますが、一度作った事業を安定的に継続していくことが一番大切です。せっかく制度利用に慣れて、自分の思い描く地域生活ができると楽しみにしていたのに、事業者の都合でサービスの継続ができなくなる事態が起きれば大変なことです。事業をはじめからには、しっかりと計画を持って、利用者の方に安心してサービスを提供し続けるようにしていくことが大切です。

選ばれる社会資源となるために

地域の中に事業者が一つだけ、という状況は好ましくありません。複数の事業者が競い合っているサービスを提供していくことこそ、サービスの内容が洗練されていきます。その中で、事業者は利用者の方に選ばれるようになるための努力が必要です。事業所の理念やサービスの内容はもちろん、職員の資質も問われます。常に謙虚に研鑽を積むことが求められます。

【山田 久】

特集 新型コロナ自粛中のこだまの活動

～生活介護～

こんにちは！暑い夏？秋？がまだまだ続きますがいかがお過ごしでしょうか？今年のはじめごろから世間を騒がせている新型コロナウイルス。皆さんの感染対策の結果なのか少しずつ事態が落ち着きつつあるように思います。しかしまだまだ油断は禁物です。引き続きしっかりと手洗い、各部消毒など続けていかなければなりません。

生活介護の日中活動も大きな影響を受けました。皆さんに季節の変化を感じていただく四季折々の活動も例年通りにはいきません。特に調理活動や公共施設へのお出かけは積極的に行うことができませんでした。

そんな時に一工夫するのがこだま生活介護の職員です。衛生管理の観点から「流しそうめんが難しい、となれば竹の器や箸を作ってそうめんを食べよう。」「密室にするわけにはいかないのでお化け屋敷はできないなあ、」「せっかく作った衣装だから夏のお化けファッションショーをやろう。」「いつでも前向きに物事を考えれば楽しいアイデアはいくらでも湧いてきます。こんな時だからこそコロナに負けないように日々を楽しくしていく工夫は大切です。

自粛期間中に皆さんで取り組んだ夏のアート作品も天神町のいっぷく亭に少しずつですが飾っています。バス停の前ということもあり皆さんの目にとまりやすく時どき「素敵ですね」と感想をいただくこともあります。みなさんもぜひ足を運んでみてください。 【永井 智】

～ホームヘルプ～

今年は新型コロナウイルスの猛威が広がり、4月の緊急事態宣言が全国に発令されてからは通常通りの移動支援サービスの提供ができない状況でした。こだまの移動支援などを利用している方にとっては、これまで出来ていたことが出来ない、なぜ出来なくなるのか、なかなか理解するには時間がかかります。そんな中で細心の注意を払いながら、ウォーキングなどを中心に移動支援を続けてきました。ヘルパー同士で毎日のように、状況を確認し感染防止対策について話し合ってきました。

5月25日に緊急事態宣言が解除されてからは、3密を避けることを心がけ、人の多くなるような場所には行かない、混んでるバスや電車には乗らないなどを全員で確認して、常に携帯用の消毒液を持って、自宅に伺った時や、乗り物に乗った後など手指消毒をするよう心がけました。

松江市内で感染が確認されたあとは、

- ①マスクの着用とアルコールスプレーの携行
- ②大型ショッピングセンターや観光施設等の利用自粛
- ③電車やバスの乗車時には、混んでいない時間帯に利用する。降車時に手指消毒をする。
- ④利用時間の短縮 などの具体的な項目を整理してヘルパーさん達に伝えて、なるべく利用者の方の希望に添えるように行ってきました。



【渡部 健史】

～就労Bクッキー工房～

新年度が始まってすぐの「緊急事態宣言」、クッキー工房では、事業所を訪問しての対面販売を取りやめることにしました。クッキー作りの仕事もこれまで以上に衛生面に気をつけながらおこなうようにし、休憩中もマスクを着用するようにしました。

販売を自粛したことにより、クッキー作りの作業量が減ってしまいました。そこで考案したのが「ペーパーバッグ」作りでした。これまでのナイロン袋が7月から有料化になるということで、ちょうど良い機会でした。材料は英字新聞、一つのバッグを完成させるのに作業工程も多く、得意な部分を活かして流れ作業で仕上げていきます。もちろんこの作業中も全員マスクを着用し、換気をしながら行いました。

これまで経験したことがない「緊急事態宣言」、不安やくらい気分になりがちです。そこでこだまより「コロナに負けるな」のキャッチコピーでクッキーとプリンセットを皆さんにお届けすることになりました。クッキー工房の出番です。クッキー作り、プリンづくり、セットを入れる袋作りと、クッキー工房全員が力を合わせて200セットを仕上げました。

6月になり、少しずつクッキー作りの作業量も増やせるようになりました。6月22日には乃木駅前のビルの一階に新しいお店「KUKO」もオープンしました。コロナ禍で計画していた時期より少し遅いオープンとなり、イトインコーナーの自粛、お客様用アルコール消毒の設置など、KUKOでも感染対策を行いました。7月からは、事業所などを訪問しながらの対面販売も再開しました。これまで参加していた半分の人で訪問し、マスク着用はもちろんのこと、手指の消毒液も持参し感染予防しながら販売をおこなうようにしました。久しぶりの訪問でしたが、どの事業所も方も快く迎えてくださり、新しく販売したプリンも好評で、すぐに完売します。

売り上げも少しずつ回復してきています。食品を扱う作業ですし、店舗の営業もしています。これまで行ってきた感染対策を続け、皆さんが安心できる活動を続けていきたいと思っています。【池田 里美】

～就労Bカフェこだま～

カフェこだまでは、全国的に緊急事態宣言が発令された翌日から、臨時休業の措置をとりました。臨時休業をしている間はこれまでできなかった掃除やメニュー表の書き換えなどの作業をすることになり、役割分担を決めて環境整備に努めました。

5月になってからは、1日15食の日替わり弁当作りをはじめ、こだまの利用者の方や職員の皆さんに利用していただきました。この弁当作りはスタッフはじめ利用者の方にもとても新鮮な仕事になったようで、またやりたいとの希望が出るほどでした。また利用してくださった方からも弁当がなくなることを惜しんでくださる声もあり、本格的に弁当作りを始めることになりました。6月からは、入口にアルコールを置き来店のお客様にも手指消毒をしていただいたり、ソーシャルディスタンスが保てるように席を少なくし、カウンターには仕切りを置くなどの対策を取りながら、ランチを再開することになりました。再開した直後はそれほど多くの来店はなかったですが、1週間ほど経つと以前のように予約の電話もかかってくるようになり、皆さんが再開を心待ちにしてくださったことがわかりました。スタッフも利用者の方も、こうしたお客様の気持ちをしっかり受け止め、本当にくつろげて美味しいランチや飲み物がいただけるカフェにしていきたいと思っています。



事業継続計画のとりくみ

「事業継続計画」(BCP)と聞くとなんだか、製造業の工場での取組みかなと思われるかもしれませんが。近年の大震災や大雨などのような大規模災害などが発生した場合、通常通りに業務を実施することが困難になります。そうした場合でも業務を継続するため、障がい者サービスの現場でも「業務継続計画」(BCP)をあらかじめ作成しておくことが求められるようになってきています。これまでの火災や災害などが発生した時などの、避難対策などとは違ってきます。大規模地震などが発生すると、職員や施設設備が通常時のようには利用できなくなります。限られた資源の中で、いかに事業を継続していくか、緊急事態の中でも業務を続けられる計画を作っておくことが求められています。今回の新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、業務継続計画策定の通知がありました。

計画の策定 10年ほど前に新型インフルエンザが流行った時にも通知があって作成していましたが、今回新たに見直しを行い、様式に従って策定をしていきました。各ステージごとに必要な体制や感染予防対応などが示されていることや、業務継続対応の検討や見直しをする項目があったり、緊急時には本当に役立つ情報や、職員一人ひとりの動きも明確になって、慌てることなく冷静な対応ができる様式になっています。

NPOこだまは日中活動を中心にした通所の小さな事業所ですが、災害はいつ発生するかわかりません。通所した後の活動中に起こるかもしれません。そうした場合に、組織としてどう対応していくか、連絡体制をどう作っておくかなど、必要な事項はたくさんあります。その一つ一つをきちんと作成して職員たちに周知しておくことで、最低限のサービスを継続していく体制が整うことがわかります。

新型コロナへの対応 新型コロナの感染が広がり、外出自粛や緊急事態宣言なども発令され、事業所でも感染防止の対応が求められるようになりました。NPOこだまでも2月20日から、10回にわたって、感染防止のお願いやNPOこだまの対応について、利用者の方や家族の方をお願いをしております。また、3月に千葉県障がい者施設で集団感染が発生した直後には、職員に対して「職場でできる対策」「自宅や地域でできる対策」を盛り込んだ注意文を配布し、職員の新型コロナに対する啓発にも取り組んできました。



緊急事態宣言の中で 緊急事態宣言が全国に拡大された時には、利用者のみなさんには日中活動の利用自粛をお願いしました。それぞれの家庭で事情も異なりますので、一律にお休みにするのではなく、密な状況を作らない、部屋の換気を定期的に行う、手指消毒を徹底するなどの感染対策を講じながら事業は継続する方向で対応してきました。マスクや手袋、消毒液などが手に入らないなども伝えられましたが、さいわい冬の間に準備していたマスクや手袋があり対応できました。ただ、マスクについては職員には手作りマスクの着用をお願いしました。松江市や出雲市、雲南市で感染が確認された時も「市中での感染拡大のおそれはない」と判断し、事業所は開所することにしました。一つの机に車座に座らないように、少し小さめの机を4台補充したり、利用者の方の食事時間と職員の食事時間は別の時間帯にするなど、考えられる細心の注意を払いながらの事業継続でした。

【山田 久】

生活介護こだま

今年の夏は例年とは違い積極的に外出することが難しい夏になりました。生活3では、庭にビニールプールを出して水遊びをしました。大きなビニールプールを2つ用意してなるべく密にならないように工夫しました。

最初は少し緊張して身体が硬かった利用者さんも徐々に慣れてきて水の中でリラックスして過ごすことが出来ました。プールの中で膝立ちになって水面をバシャバシャと打ち付けたり、ホースから出る水を頭の上から勢いよく掛けたり、水を飲んだり外部のプールとはまた違って各々好きなように入ることが出来て、良い表情をたくさん見ることが出来ました。またプールが大好きな利用者の方は、プールバッグを見るといつもより早く朝の支度ができたそうです。

その日も朝からプールバッグを持って嬉しそうに送迎の車に乗り込まれました。こだまに着いてプールの準備がしてあるのを見ると、笑顔にな



り活動が始まるのを楽しみに待っておられます。プールに入ると水面の反射や水の感触を楽しまれています。しばらくして満足するとご自分から立って出ていけます。好きな時間に上がれることも自前のプールの良さだなと感じました。

夕方暗くなるのが早くなったり、虫の音が聞こえてきたりと少しずつ秋に近づいているのを感じています。ですがまだまだ暑い日が続きます。これから暑い日にはプールを出して元気に活動をしていきたいと思っています。



【森山 祐子】

ほんそご

「今日も暑いから外に出るのは難しいですね...」

天気がいいのにそんな日が多かった今夏でした。ほんそごではそんな暑い時、造形活動に力を入れていました。

花火アートとして黒く染めた大きなシートに花火を描きました。トイレットペーパーの芯やスポンジを使ってペイント。また、灯籠作りとして風船に色付けした半紙を貼って行って世界に一つしかない灯籠を作ったり。たくさんの作品ができました。出来たものは天神のいづく亭に飾っていています。

何かを作るということは本当に楽しいことだと思います。ただ、利用者さんにどこの部分で、どのように、何を使って、どうやって関わってもらえるのか、考える援助者の力が必要です。関わる部分は利用者さんそれぞれです。灯籠作りで言えば、半紙に色付けする作業、色付けした半紙を適度な大きさに破く作業、それを風船に貼っていく作業など利用者さんそれぞれに出来ること、得意なことを見極めて活動に参加してもらっています。灯籠一つにもいろいろな工程があって複数の利用者さんの手がかかっていると思うと完成したのを見て嬉しくなります。

そのほかにもお化けの仮装をしてファッションショーをしました。今流行の鬼滅の刃、鬼太郎やアマビエなどなどとても楽しいファッションショーでした。また、花火の上映会もしました。今年はコロナの影響で花火大会がありませんでした。そこでプロジェクターで花火大会を上映して目と音で夏を感じてもらいました。

やっと涼しくなり、お出かけするのが楽しみな秋になりました。これからどんどん季節を感じるお出かけをしてきたいと思っています。



【奈良井 謙】

クッキー工房

「KUKO」の営業開始にともなって、以前のクッキー工房はプリン作り専用の工房になりました。以前はクッキー作りと併用でしたので月に何度か作れる「気まぐれプリン」でしたが、今年度になってからは定期的に作れるようになっていきます。

4月からクッキー工房に配属になったパートの方がお菓子作り大好きな方で、次々とアイデアをだして美味しいプリンが作れるようになりました。食べた方からも「美味しい」と好評をいただいています。なかでも卵白を使った白いプリンは、舌ざわりも滑らかで、リピーターの方ができるほどです。プリンの作業工程も、それぞれの利用者の方に合わせて細分化してできるようになりました。美味しいお菓子作りができる、という利用者の方の自信も生まれ、こだまクッキー工房の目玉商品になっていきそうです。

8月には、養護学校からの実習生も受け入れました。前回とは違う新しい場所での実習に戸惑われるかなと思っていましたが、次々と作業をこなしていける姿にみんなびっくりでした。作業場が広く明るくなって実習生の受け入れも出来やすくなりました。これからも街の中の交通の便利な場所にある強みを活かして、利用者の方の受け入れをしていきたいと思えます。

カフェこだま

エアコンの設定温度を一番低くしても、平家の店内は室温が下がらず、特にガス台に向かって調理をしているシェフの前の温度計は40℃越え！マスクを着用しているので体感温度はさらに高く感じます。

「キャー、水を飲みましょう」とみんなで何度も声をかけ合いました。

暑い夏が過ぎましたね。新型コロナの感染対策をしながら営業しているカフェこだまです。9月に入り、カフェの前の道路脇のコスモスが背を伸ばし、ピンク色の花が秋の気配を感じさせお客さんの目を楽しませてくれています。

6月からカフェの再開以降は毎日5食限定でお弁当作りを行ってきました。そんな中、カフェで働きたい、働く日数を増やしたい、という希望の声が上がったり、持てる力をさらに発揮できる働き方ができるのではないかと、本格的にお弁当部門を始めることになりました。7月中旬から外壁の工事、8月始めにはカフェとお弁当部門が繋がり、ピカピカの冷蔵庫や棚、エアコンが設置されました。いよいよ10月からお弁当作りが始まります。見た目も美しく、美味しく体に優しいカフェのお弁当、ご期待ください。

カフェでは休止していた作品展も再開しています。写真展、折り紙展、今後は利用者の方の書道の作品展も計画中です。ぜひご来店ください。

【箕田 麻起子】

ホームヘルプ

ヘルプの余村です。朝晩が涼しくなり、ようやく秋の訪れを感じるようになりました。

今年の夏は連日35℃を超え、本当に暑かったですね！加えてコロナ対策でマスクを着用することや、屋内での活動にも制限がかかり、暑さから逃げようのない中での移動支援でした。

『どこへ行っても暑いので、この暑い時期しかできないことをしよう。』

と考え、八雲にある日吉親水公園で川遊びをしに出掛けました。道中はあんなに暑かったのですが、川に足を浸けるとそれだけで、すごく冷たくて気持ち良かったです。利用者さんと水鉄砲を持ち、お互いの顔を狙って遊びました。水しぶきと利用者さんの笑顔は、とってもまぶしくキラキラしていました。途中で近所的小朋友さんが混ざり、私たちの倍以上くらいある大きさの水鉄砲で応戦してきました。地域の方との交流もできて、楽しい一日でした。

これからも夏の暑さや冬の寒さの厳しさ、そのどれも楽しむことができる移動支援の内容を考えていきたいと思います。

【余村麻由子】

「気温は下がったけれど」



夜はだいぶ涼しくなってきましたが、日中はまだ夏の名残を感じます。今年の夏は本当に暑かったですね。体調にお変わりはありませんでしょうか。

みなさんは「秋バテ」という言葉をご存知ですか？「秋バテ」になると、夏の疲れや、朝晩の気温差、冷房に慣れた体が気温の変化についていけず、「食欲がなく胃がもたれる」「体がだるい」「眠りが浅い」などの症状があらわれます。「夏バテ」は、みなさんよくご存知で「わたし夏バテかも？」などと自覚しやすいのですが、知

名度の低い「秋バテ」は、自覚されにくく放置してしまうことも多いのです。「夏バテ」と同様、「秋バテ」も自律神経の乱れが原因です。自律神経は、アクセル役の交感神経と、ブレーキ&リラックス役の副交感神経の2種類があり、意思とは関係なく24時間働いてくれています。「秋バテ」の状態だと、交感神経と副交感神経の切り替えがスムーズではなくなり、眠たくても眠れない...、食欲がでない...といった症状が出てくるのです。“わたし、本調子でないかも...”と自覚したら、温かいものを食べる、ゆっくりと湯船につかるなど、からだを暖めるとよいと思います。やはり、気持ちがホッとするとからだもリラックスできます。少し肌寒い夜、お鍋でもどうでしょう？心が解きほぐされていくのではないのでしょうか。

まだまだ残暑が続きます。みなさん、どうぞからだをご自愛くださいませ。心穏やかに金木犀の香る頃を迎えられますように...

【大西 知子】

コーヒ豆の焙煎機が入りました

昨年ガスオーブンの購入費用の補助をいただいたホシザキチャリティークラブ様より、今年度もコーヒー豆の焙煎機購入費用の補助を受けることができました。

早速、神奈川県藤沢にあるメーカーに発注させていただき、生活介護の利用者の方の作業活動に使うことにしました。

先週から試みていますが、焙煎するとなんとも言えないコーヒーの甘い香りが広がって、いい雰囲気を作ってくれます。全て自動になっているので、スイッチを押すだけで焙煎の最終段階までが出来上がる優れものの機械です。みんなで楽しくコーヒー焙煎の仕事をしていきたいと思ひます。

ホシザキチャリティークラブの皆様ありがとうございました。

