

こだま通信

43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

所内研修でコーチングに取り組んでいます。

3年前に、障害者福祉の歴史や、作業指導、文章の書き方などのコーチングをおこない、職員達のやる気を感じました。今年度は、研修に力を入れてきました。その中で、こだま接遇マニュアルや大切にしたい利用者支援の視点などの冊子づくりも進めました。これらの資料を使って、コーチングに取り組んでいます。

今回のコーチングは4つの内容を、若い職員に中心になって進めてもらっています。1つはこだま接遇マニュアルを使って自分たちの電話対応や利用者への接し方などをロールプレイを取り入れながらおこなっています。そして新しい支援の考え方の「意思決定支援」についても講座を作りました。ネットをフル活用して資料を集め、適切な支援方法について学びを進めています。

大切にしたい利用者支援の視点の講座では、重度障害の人の“働く”とは・・・とか先進的な施設の行動規範なども読み合わせもしています。そして昨年島根県の施設協会が作成した、虐待防止法の解説書を使い、実際の場面での虐待行為にあたる事例などを学んでいます。

コーチングが始まってから、夕方のミーティングでも早速、自分たちの姿勢について話が出て来ているようで頼もしく思っています。今回はその様子をブログより紹介します。

夕方のミーティングで作業展開について職員数名が議論をかわしていました。最近ではあらかじめ決められた作業をしてもらうのではなく、何種類か用意した中で選んでもらう形をとっています。でも、いつもおなじ人がおなじ作業になりやすかったり、その日の気分によって作業にむかない時がある。そんな時にどうしたらいいの？無理矢理してもらうためではなく、自分で決めて自分で作業することを

大事にしていたはずなのに。かならず時間いっぱい作業をすることが正しいのか、作業を休みたいといえたことが正しいのではないか、議論はつきません。でも、ある職員が言いました「利用者にあわせて考えてみる」いつでもこだまは、利用者視点でものごとをすすめていくことを大切にしています。だから、形態を考え直すことが私たちにできることなのではないかという結論になりました。もっとみんなが選びやすい方法を編み出すことが大切なのでは。たまにはみんな同じ作業をするような流れをつくる。時には、「この作業やってくれたら助かるなあ・・・」なんて作業の交渉をしてみて、利用者がどんな反応の示すか・・・なんてこともいいのかもしれない。作業をこなし、販売し、収益をあげ、給料をもらう。これらはとっても大事なことです。それだけでなく、「人間らしさ」みたいなものってどうやって育てていくのか？ある程度決められたパターンでこなしていくことも大切だけど、いろんなことをしてみて、いろんなことを感じているんな反応がでて、失敗して、成功して、嬉しくなって、悲しくなってくやしなかったり、つぎはがんばろうとおもったり。だからこそ人間じゃないのか。そんなその人の「らしさ」がでる活動をしていきたいねと話がおよびました。「目から鱗がおちました」とある職員は言いました。既存の形にとらわれすぎず、柔らかい、そしていつも新鮮な気持ちで、すてきな支援ができていくといいなあと思うのです。

利用者支援の視点や意思決定支援などコーチングでの学びが活かしている一文でした。

研修の成果



昼食時、PECSの研修を受けた職員の支援のやりかたをみさせてもらった。関わっている利用者は、言葉として意思を発することができないので、いつも指差して「したいこと」や「やりたいこと」を伝えてくれる。その利用者には、専用のコミュニケーションツールがあり、バインダーには、主に昼食時に過ごす際の必要な絵カードが12種類はられている。絵カードの下には「〇〇をください」とお願いをするためのとりはずし可能なボードがあり、前述した絵カードと組み合わせて使用する。たとえば、お昼のお弁当にとんかつなどあげものがあった場合は「ソース」のカードを自分でとり、「ソース」(を)「ください」とカードを並べて、ボードをわたしてもらい、受け取ると「はい、ソースですね」と確認し、ボードを受け取った職員がすぐにソースをもってきて渡す。

なんだかやっているうちにすぐにやりかたを覚えられた。その利用者が発することを正しく理解するための大切なコミュニケーションツールとなっており、今ではなくてはならないものになっている。これらが生活の場面でもっと広がっていくといいなと感じている。しかし、実際にみていると、なんだかわずらわしいなと感じることもある。たとえば「レンジ」と「ふりかけ」のカード。いつもはそれぞれひとつずつカードを作ってわたしてもらっているので、「レンジ」+「(して) ください」のカードをうけとり、ごはんを「あたため」てから、カードを「ふりかけ」+「(もってきて) ください」に貼り直し「ふりかけ」をかけることを伝えるのだ。

これらの行動は日頃からきちんとできており、1枚ずつカードを貼って意思表示はできている。毎日かわっていると、これらは一度にできるのではないか？そんなことを職員は思っていたらしい。だからこの日は2枚のカードを同時に貼って渡すことに挑戦していた。

普段から1枚ずつ貼る練習をしているので、2枚同時にならべて貼るということは、彼はまだ覚えていない。2枚貼ることを指差しや、実際にカードを貼付けるところを教えると、やはり2枚貼ることに少々混乱する様子うかがえた。カードの貼り方に間違いが起こったら、カードを戻してもらい、あらためて手本をみせる。見本をみせた直後、職員はすっとボードをすべて裏返し、リセット(やり直し)を意識させて、もう一度取り組むように伝えていた。すると、すぐに利用者さんは理解し、2枚のカードをはりつけた。できた瞬間「そうだね！できたね！」といった。2枚のカードを同時に貼り「レンジであたためて、ふりかけをもってくる」ができるようになった。職員は「0.5秒で褒めるんです！」と私に職員は言った。これらは、講習を受けた人しかわからないテクニックだ。

絵カード等を用いたコミュニケーションの技法を活用するには、実際のひとりひとりの生活場面を想定することがとても大切に感じる。この職員はきっと、受講中にこの利用者を想いながら聴いていたにちがいない・・・そう感じた。だからとても頼もしくも感じた。

また、専門的な知識・技術は職員で共有することがとても重要だと感じる。ひとりが知ってできるものではないし丁寧に扱えるようになるためには、意見を交わし実践をくり返す必要がある。コミュニケーションの手段として絵カードをつかい、一人ひとりに深みのある支援ができるようになっていくようつとめたい。



【川上太郎】



研 修 報 告

2月2日に岡山で行われた「精神医療問題勉強会」に行ってきました。13時から16時までの3時間という短い時間でしたが内容は濃く、看護師として大変刺激を受けました。「精神科医療の服薬による弊害、本当に薬は必要なのか」という内容です。

人と違った事があり日常生活が困難な事が生じると、病名がついて治療が開始になるのですが、その日常生活上の困難な事に対して本当に薬が必要かどうかということです。興奮すればそれを押さえる薬が処方されますが、その事で周りの人に迷惑がかかるという事は、周りの人が迷惑するのであって本人はどうなのか。興奮する原因を除去する事が出来、騒いでも良い場所だったら全く問題ではなく安定剤も必要ではないのではないかと。本人がそれを選択出来る自由を与えて欲しい。と元ユーザーの方は訴えられていました。

環境や社会的因子を改善するだけで解決する事があるとすれば、私たちはその事に対してどれだけの努力をしているのでしょうか。解決するために考えられるだけの十分な情報を、本人に与える事が出来ているのでしょうか。本人が自分の意志で選択出来る自由を支援して行く為に私たち支援者は、常に柔軟な考えを持ち、あらゆる視点で必要な情報を取り入れ、社会に向けて発信していく事が必要だと考えさせられました。

本人の立場に立って「本当にこれで良いのだろうか」と考える姿勢を、いつも忘れずにいたいと思います。

【伊藤和枝】



講師 中川聡氏 精神医療被害連絡会代表
NPO薬害研究センター研究員
米田耕氏 元精神医療ユーザー
精神保健福祉士

新コーナー

我が家のペット自慢 No.1

こだま通信読者の方より、我が家のペットの写真を載せて欲しいとの依頼がありました。そこで今回より、新コーナーとしてペット自慢コーナーを設けさせていただきました。



早く抱っこして

第1回目は山田さん家のひなちゃん登場！

家族の誰かの車が駐車場に止まると、玄関に駆け出し、しっぽを大きく振って待っていています。由美子先生が大好きで「早く抱っこして！」とカバンを降ろすまで、足にまとわりついて離れません。そんなひなちゃんは、我が家に来て5年になります。毎日朝早くからおてんばぶりを発揮しています。



キッチンこだまの活動報告



○キッチンこだまの活動は

ポレポレを利用する利用者さんの休日の余暇活動で、何か出来ないのかと昨年の10月から始まったキッチンこだまも第5回目を迎える事が出来ました。

第1回目はカレー作り、2回目はたこ焼き、3回目はクリスマス会、4回目は餅つきを行いました。最初は利用者さん2人と少し寂しく始まったのですが、会を重ねる度に段々と参加される利用者さんや手伝って頂く職員の方も増えてきました。

キッチンこだまは毎回利用者さんが主役になれるよう役割を決めて行っています。利用者さんがその日に作る物を職員と買い物へ行き選ぶ、そして自分で思う様に食材を切ったりされます。いつも作業している顔とは別人の様な笑顔が印象的です。普段はやる事のない司会に挑戦したりピアノ演奏をしたりもしました。



○1月は新春餅つき大会をしました

先日、1月25日に行った餅つきには沢山の方に来てもらう事が出来ました。餅米の蒸方などベテランの職員に聞きながら始まりました。餅米が蒸しあがると直ぐに臼に移します。最初は杵で潰し少し粒が無くなったらいよいよ利用者さんの出番となります。皆の掛け声に合わせてつきます。腕だけで力で打つのではなく腰にしっかり力を入れてと打つと良いと言われながら・・・。一時誰もが童心に戻った様に夢中になっていました。気付けば窓が熱気で曇るくらいまでに白熱していました。ポレポレの前を通る車の方もこちらを興味津々に見ておられました。中には初めて杵と臼を使って餅つきを体験された方もおられ、「よいしょ、よいしょ」とかけ声や「頑張れ」と声援を送る方もいました。

臼の中のお餅をひっくり返そうとするとあまりにも熱くて手をバタバタとさせて周りの雰囲気や和ませる姿も見て皆で楽しむ事が出来ました。つきたてを食べようとお皿を持ってスタンバイされる方もおられ笑いをさそわれて楽しい雰囲気になりました。お餅を丸める事にも挑戦しました。上手く丸める方もおられればペタンコにされる方もいて、それぞれの個性が出ていて良かったと思います。お餅も3種類の味を準備し、大根おろしの辛み餅・ぜんざい・きな粉と色んなお餅を味わう事が出来ました。私も初体験の餅つきでした。



○これからのキッチンこだまは・・・

当初は不安もありどんな企画をしたら良いのか先輩職員さんに相談にのってもらいながらでしたが、今では参加される方が増えてきて、今度はどんな企画が良いのだろうと考えていくのも楽しみのひとつとなりました。移動支援を使ってヘルパーと参加される方、ホームヘルプを利用されている方の参加もあり、休日の過ごし方のひとつにキッチンこだまを選んでもらいすごく嬉しく思います。キッチンこだまを色々な方との出会いや関りを持ち、楽しい時間を過ごしてもらおう場に、その季節ならではの行事を取り入れ、今後も盛り上げていきたいと思っています。一緒に楽しい時間を共有出来る様もっと盛り上げていき、また参加したいと思えるよう沢山の方が足を運んでもらえるような楽しい時間を演出していきたいと思っています。

【曳野美津代】

4月からの障害者サービスの変更点

障害者自立支援法は昨年4月に障害者総合福祉法になりました。それにあわせて、いくつかの変更点がありましたが、26年4月からいくつかの変更点がありますので、紹介します。

○障害程度区分が障害支援区分になります

これまで使われてきた障害程度区分が変わって、障害者等の障害の多様な特性その他心身の状態に応じて必要とされる標準的な支援の度合いを示す「障害支援区分」に改められることとなります。これまで、知的障害や精神障害者について、一次判定で低く判定される傾向があり、市町村審査会の二次判定で引き上げられる傾向が高いとの問題点が指摘されていました。そこで今回の改訂では、認定調査項目が二次判定の引き上げ要因を組み込んだものにされています。既に、昨年に全国107市町村でモデル的な判定もおこなわれています。26年度4月以降で申請のあった人から順次実施されます。

○重度訪問介護が知的障害の方も対象になります

これまで身体障害の方だけが対象だった重度訪問介護が、「知的障害又は精神障害により行動上著しい困難を有する障害者であって常時介護を要するもの」を新たに追加される事になりました。具体的には、障害支援区分4以上であって、行動関連項目等の合計点数が8点以上である者（行動援護対象者）とされています。行動援護事業者等が一定期間、問題行動のアセスメントや居宅内環境調整をおこないながら、支援方法が共有された段階で、利用できるようになります。

○グループホーム、ケアホームが一元化されます

障害者の高齢化・重度化に対応して、介護が必要になっても、本人の希望によりグループホームを利用し続けることができるよう、ケアホームとグループホームが一元化されることになりました。これまでとあまり変わりはないようですが、グループホームで提供する支援が「日常生活の援助等の基本サービス」と『利用者の個々のニーズに対応した介護サービス』に分けられます。介護サービスの提供については、①これまでのケアホームのように事業者自らが行なう介護サービス包括型と、②外部の居宅介護事業所に委託する外部サービス利用型を事業者が選択できます。また、利用者の中には共同同居よりも単身での生活を望む方のために、アパートなどを利用したサテライト型住居も認められる事になりました。

○サービス等利用計画の作成が必要です

平成27年3月末までに障害者サービスを受ける方は、サービス等利用計画の作成が必要となります。松江市でも昨年秋頃より本格的に動き出し、受給者証の更新にあわせて進められています。サービス等利用計画は、本人の解決すべき課題やその支援方針、利用するサービスなどが盛り込まれます。その計画を作成するのが、相談支援事業所の相談支援専門員です。現在、市内には15カ所の相談支援事業所があります。

計画作成にあたっては、本人はもちろん、現在利用している事業所にも聞き取りがあります。既にこだまの利用者の方の中にも、相談支援事業所でサービス等利用計画を作成していただいた方もあります。事業所の聞き取りにあたっては、現状はもちろん将来の自立に向けて必要なサービス等についても答えさせてもらっています。サービス等利用計画は、一定の期間定期的にモニタリングが実施される事になっており、サービスの実施状況や、達成状況など事業所間でも情報交換が出来るようになっていきます。 【山田 久】

生活介護

作品展にむけて・・・

生活介護では天神まめな館への作品販売にむけてみんなで一丸となって取り組んでいるところです。今回、力を注いでいる作品は「ステンドグラス」と「灯籠」です。昨年のクリスマス前にキャンドルナイトのときに作ったステンドグラスが思いのほか、好評でしたので作品展にも飾ろうという事になりました。どちらもみなさんの心をグッとつかんで放さない作品になりそうです。

作成にあたっては利用者一人一人にあった作業導線を考え、流れるような作業工程を考えていくつもりで、事前の準備にも力が入ります。今回は、生活介護、ほんそご、ポレポレと3つのグループが作品づくりに挑戦します。どのグループも特色を出して準備を進めています。そして利用者さんが充実し、達成感のある作業を提供できれば一緒に喜びやうれしさを共有できます。それこそがこの仕事の醍醐味だとおもいます。

作業が忙しくなると、どうしても運動不足になり体調を崩しかねません。しかもこの季節は雨や雪の多い時期です。「ぜんぜん運動できないなー」とネガティブになるのではなく、少しでも天候の良い日には運動公園へ出かけ身体をうごかしていこうと思っています。文武両道ではありませんが、バランスのとれた活動を提供し、利用者さんに万全の状態で作業に取り組んでいただきたいです。それではみんなでがんばるぞ！！エイエイオー！！



天神まめな館での作品展示が始まりました。2月28日までです。どうぞ足をお運びください。

【橋本 紳也】

ポレポレの

近況報告



1月は“いく”、2月は“にげる”と言われてますが、年が明けてから日にちがたつのが本当に早く感じます。

例年ですと1～

3月はお弁当の注文数が減る時期ですが、1日当たり平均70個ものお弁当を製造させていただきました。いつも注文していただいているお客様に本当に感謝しております。

利用者みなさんも毎朝、手際よく作業をされています。時には盛り付け台の上のにりきらないお弁当の個数のときもありましたが動じることなく、いつも通りに盛り付けをされ、ぴったり配達に間に合うように作業を終了される姿を見ながら職員は感心させられるばかりです。

大根・白菜・かぶといった冬野菜を中心に野菜市をにぎわしています。売り上げの方も販売先では相変わらずの売れ行きです。最近、寒くなったせいもあってかポレポレに直接買いに来られるお客さんが少し減ったような気がします。

12月から始めた焼き芋の販売の方も好調です。リピーターのお客さんがたくさんおられます。みなさん、本当に美味しいと言ってくださいます。さつま芋を仕入れるのが追い付かないくらいです。これから暖かくなり、いろいろな野菜が出品されると思いますので、張り切って販売していきたいと思います。



また最近ではノロウィルスなどの食中毒が世間をにぎわしています。ポレポレでも衛生面に十分に気をつけて弁当製造にかかわっています。

【森山宏之】

ほんそごの利用者さんと

彼女と出会ってもうすぐ一年になるうとしています。彼女との初対面は、満面の笑みで自己紹介をして私を迎えて下さり、得意なダンスを披露してくれました。私の名前もすぐに憶えてくれて、「どんな漢字ですか？」と気さくに話しかけてくれたことを覚えています。

彼女と出会ってから、私の知らないことを沢山教えてもらいました。たとえば、彼女が大好きなアニメの『ツバサクロニクル』や『マギ』。何度聞いてもなかなか覚えられませんが、登場するキャラクターの名前や物語。彼女の好きな世界が日々伝わってきます。また、一緒に運動公園に行った時には、運動することの気持ちよさを教えてもらいました。走る事が好きな彼女は、すっかり運動しなくなった私に運動の機会を与えてくれているように思います。私は走るのが苦手ですが、走っているときや、走り終えたあとは不思議とスッキリした気分になります。同じように活動してみると、やっぱり走ることは好きなんだとか、気持ちいいんだと感じ、本人の想いに気づいてあげられる気がします。しかしながら、急に走り出されることもあって、車の往来があるところでは特に、事故に繋がらないだろうかと内心ヒヤヒヤしながら彼女に付き添っています。

先日、寒さが本番に向かう中、1月とは思えない温かい日がありました。これはチャンス！と思い、出かけるのが好きな彼女を散歩に誘うことにしました。しかしながら、私の選んだ場所が悪く、走りたいという気持ちを叶えてあげることが出来ませんでした。彼女の行動を見た時すぐに、どこかのグラウンドへ行こう！とか、その場で変更して実行出来るのがこだまの支援の魅力はず。型にはまっていつもと同じ方法や手段で支援していたがために、行動を抑制することしかできなかったことを反省しています。

もっともっと、支援者としての力をつけなければ。彼女にとって、何が必要なんだろう。その都度、気づかされ、考えさせられています。

「曳野さん、何か欲しいものはありますか」とよく聞いてくれる彼女。もうすぐバレンタインデーだということもあり、最近では「どんなチョコレートがいいですか」と聞いてくれました。本当に、他人の事を

気にかける事が出来る優しい人だなあをつくづく思う。こんな気持ちをどうにか周りの人に受け入れられやすい形で支えてあげられないだろうか。まだ、はっきりとした答えはでていないけれど、彼女の良さをもっともっと周りの人にもわかってもらいたいなと思う。彼女の地域での生活が少しでもしやすくなるように、安心して過ごせる場所を提供し、安心した信頼関係を築いていきたい思います。

【曳野碧里】

ヘルパー奮戦記

ある利用者さんの移動支援に入った時の事です。自分の意志が伝わらない不安から自分自身を傷つけたり、大きな声のでる事がありました。どうしたらうまく誘導できるのか考えていると、先輩職員から「カードを使ってみたらどうですか？」とアドバイスをいただきました。私は、カードでの支援を試す前から「うまくいきますかね？」と弱気でしたが、先輩職員の「まずは、やってみないとわからないですよ！」の強い言葉に背中を押され、早速カード作ってみました。先輩職員の見よう見まねですがなんとか使えるカードが出来ました。

そして次の移動支援のときにカードを使っての支援に挑戦しました。バスに乗る、パンを食べる、お手洗いに行くなど、そのときどきの行動をカードを使って意味付けしてみました。すると、カードに書いてある事を理解したのか、その日は動きがスムーズでした。そんな様子を見てみると、とても嬉しかったです。もっともっと沢山のカードを作って、次の支援のときに使ってみたくなりました。言葉かけだけでなく、利用者の方によりわかる工夫をして行く事が大切なのだ学びました。「カードを使う事に少しずつ慣れて理解することもあるし、様子をみて諦めないことですよ。」と先輩職員からもアドバイスを受けました。

日頃からいろんな状況に対して寄り添う支援ができるように、これからも先輩からのアドバイスに耳を傾け、積極的に取り入れて頼りにしてもらえるヘルパーになっていきたいと思います。

【常峰純菜】

伊藤看護師の健康講座

幸福のレシピ

先日、「幸福学」という番組をみていました。とてもおもしろく興味深く見ました。

幸福になるという事はケーキを焼くようなものだと言うのです。味や種類は様々あって、人によって違って来るのですが、調理するのに欠かせない要素があります。

幸福のレシピに欠かせない要素とは、1つは人との交わり、社会との結びつきが強いこと、他者と良好な関係を築く事。2つは親切心、人を助ける事、感謝の気持を表す事、3つめはここにいる事、目の前の事に集中する事、何かをしながら他の事を考えない事。だそうです。



幸福感がアップする事は、自分の感情がコントロールでき、コミュニケーション力がアップすると言う事で、集団として成長し、結果企業の利益を生むというのです。印象的だったのは幸、不幸は永久ではなく、人は起きた事に慣れて行くという事でした。だからこそ3つの要素を大切にしないといけないのかも・・・簡単なようで難しい。もうちょっと、よく考えてみようと思いました。皆さんもぜひ考えてみてください。

【伊藤 和枝】



わたしの仕事・・・生活介護編

週に一度の通所日に、他のこだまの利用者さんと一緒に弁当を注文して下さるお客様のところへ『ポレポレ弁当』を届けるのが僕の仕事です。

「おはようございます」と大きな声で挨拶をして伺います。最初は体の堅さと気持ちの緊張で大きな声もなかなか出せず、苦戦していましたが、回数を重ねるごとに慣れてきて、今では代金や品物の受け渡しがスムーズにできるようになりました。

だんだんと顔を知っていただくようになると、少し会話ができる余裕も生まれ緊張もほぐれて無事配達が終わられるようになり、ホットしています。

これからもお客様に『笑顔で』おいしいお弁当を届けられるように頑張りたいと思います。

【黒田 祐樹】

松江養護学校
乃木校舎に配達に行きました。少し緊張するけど、明るい声で届けます。

