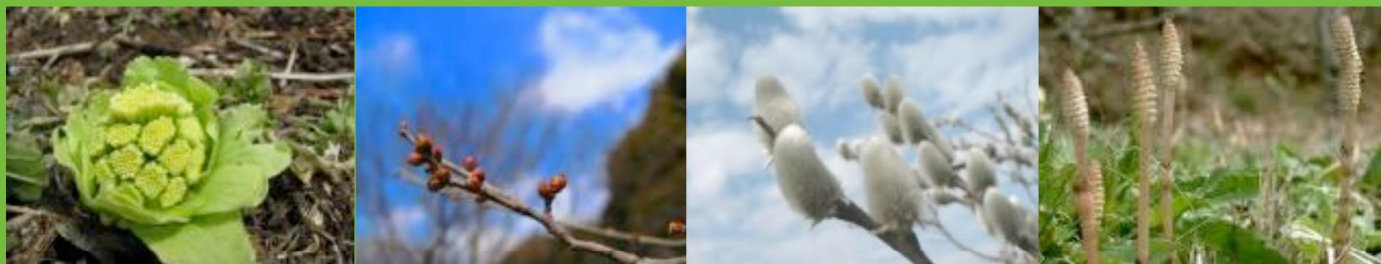


# こだま通信

44号



【編集】 特定非営利活動法人こだま

〒690-0048 松江市西塚島1-1-19

☎&amp;FAX 0852-28-8162

## 2014年度のNPOこだまの事業

来年度はいよいよ、グループホームを開設します。こだまの利用者の方が街の中で生き生きと暮らしていけるように、環境を整えていきたいと思っています。また、相談支援事業の指定を受け、利用者の方の意向に沿った計画づくりを進めていきます。

NPOこだまでは、毎年2月の職員会で来年度の職員配置や体制について、事務局から案を提示する慣例になっています。今年も2月の職員会で、今年度の事業の様子や来年度の利用者の状況を勘案しながら、4月からの職員配置について発表させていただきました。

いくつもの事業をしている訳ではないので、大幅な異動や配置換えはありませんが、毎年この時期になると少しだけ、職員の不安や期待の入り交じった様子が窺えます。開設から10年が経過し、中心となって進めていく職員も変わっていきます。来年度はより一層若い職員達で事業所運営をしてもらえるような体制を提案しています。そして新たに相談支援事業とグループホームの事業を始める計画を示しました。

### ○多機能型の生活介護と就労継続支援B型事業を単独の事業として運営します。

NPOこだまの事業所は、街の中の小さな事業所として活動をしていけるように、それぞれの事業の定員を10名ぐらいの単位で展開をしてきました。そのため、1つの事業では国の定める最低定員に達せず、2つの事業をあわせて多機能型事業所としてきました。しかし生活介護には、毎年利用希望があつて少しずつ定員を増やしてきました。来年度も新た

に2名の利用者を受け入れる事になり、それぞれの事業を単独の事業として運営する事にしました。これまで大事にして来た少人数での活動は、拠点を増やす事で対応していきます。(資格等の要件があり、秋頃より単独化する予定です。)

### ○相談支援事業所こだまを始めます。

本格的に始まった相談支援事業に対応するためNPOこだまでも、来年度は相談支援事業所の指定を受けます。当面は、現在こだまを利用している方を中心に、利用者の意向にそった利用計画が提案できるように進めていきたいと考えています。

### ○グループホームを開始します。

ここ近年、保護者の方からの声はきまって「こだまではグループホームはやらないのですか？」という言葉です。その度に、言葉を濁して来ていましたが、来年度は、夏頃を目指しグループホームの開設準備に取り組んでいきます。これから先、こだまの利用者の方達が安心して地域の中で過ごしていけるよう、支援内容や体制づくりを進めます。中心になって進める職員も決まり、きっと笑いの絶えない楽しいグループホームが出来るのではないかと期待しています。是非ご希望などお聞かせください。 【山田 久】



## 利用相談の中で・・・

1、2月と来春の生活介護の利用にむけて、「こだまを利用したいけど・・・」と相談を受けます。ご存知のとおり、障害者総合福祉法になり、こだまのような福祉サービス事業所を利用をするにあたっては、相談支援事業所の相談員を中心に『サービス等利用計画』をたてる必要があります。

サービス利用計画とは、かんたんに言えば、障がいを持つ方の希望する暮らしを実現するために、日常生活全体にわたる必要なサービスをまとめて、支援の方針をあらわすものです。その計画をもとにどのサービスをどれくらい使うかという「サービス支給量」が決まり、その後に事業所と契約を結び、実際のサービスの利用に至ります。すでにサービスを利用しているかたも、随時このサービス利用計画を作成することが必要になります。

松江市では、指定特定相談支援事業所が18カ所（3月現在）で相談支援専門員が30名前後いるのに対し、障害福祉サービスを受給している人が約2300人。計画の作成率は22.2%となっています（昨年12月のデータで古い数字ですのであしからず。県全体でいえば、30%くらいの進捗率だそうです。）単純計算でも1人の相談員が70人以上の利用者の計画をたてる必要があります。これを平成27年3月までに作らないといけないので相当大変な状況であることがわかります。

本人の意向をじゅうぶんに反映し、生活全体に目を配った計画をつくるわけですから、本人やご家族、そしてサービス事業所などに相談員は何度も足を運び、実態を知りながら必要なサービスを構築していく必要があります。相談員さんはただでさえとっても忙しい作成スケジュールの中で、利用者が納得できる計画を立てていくには、作成する相談員の力量がととも求められます。

市役所からは「受給者証の更新にあたり、サービス利用計画を作ってください。計画をつくることができるのは、ご覧の各事業所です。選んでください」としか案内がありません。ですが、作成にあたっては、実はもうひとつの方法があります。それがセルフプランでの作成方法です。相談支援事業所を選ばなくとも、自分（セルフ）で計画（プラン）をつくることのできるのです。

セルフプランの作成は、相談支援事業者以外の者とされているので、本人の了解のもと、家族や支援者が作成することも認められています。これを活用すれば、自分のことを自分で決め、必要なサービスを受けることができます。他県にあるいくつかの市役所のセルフプランの様式を調べてみました。中には記述しやすく、工夫が施されているものもありました。「サービス提供事業者に配慮してほしいこと」なんて項目もありました。ひょっとしたら「支援という名でこんなことはしないで」って言われたり、支援者の勝手な思いでひつつけたサービスなどはなくなるかもしれません。「預かってもらっているのだから文句が言えないわ」そんな気兼ねは必要ないことですし、もうそんな時代ではありません。自分でサービスを選択し、利用される方が堂々と自分たちがしてほしいことを言えるものが「セルフプラン」であり、サービス利用計画のもつ本来のあり方なのだと思います。そのためには、制度やサービス内容、利用できる事業所などの情報を知っておく事が大切です。こだまの職員に聞いてくだされば、必要な情報はお伝えできると思いますので声をかけて下さい。



だからこそ、選ばれた事業所は、利用者の希望や夢・目標に向かって真剣に支援をしていく必要があるのではないのでしょうか。いつも利用者視点に立ち、利用者に沿ったサービスに変えていくことがもとめられているのが、総合福祉法の目指すところなのだと思います。

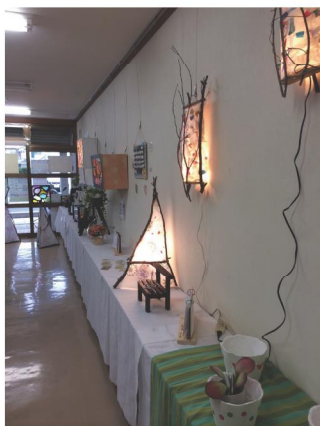
【川上太郎】



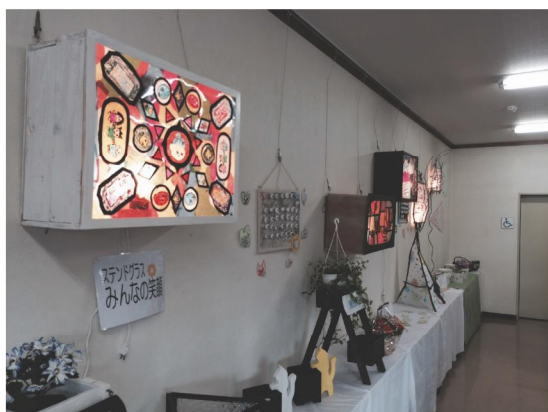
## 天神まめな館作品展示の様子

2月14日～2月28日

今年も天神まめな館を会場とした『NPOこだま作品展』を開催しました。今年のテーマは、『光』です。年末のキャンドルナイトで作ったステンドグラスが思いのほか好評でしたので、皆さんにも是非見ていただこうと作品づくりを進め、素敵な作品を並べることができました。



小枝や葛を使って壁掛け用の灯りもできました。和紙に色とりどりの色紙がちりばめられより一層あたたかさが際立ちました。

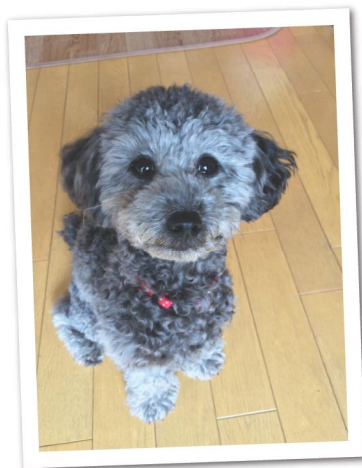


開催期間中、多数のお客さんが来場されました。反響は例年以上に大きく「この作品、販売してくれないかしら？」「素敵な作品ですね♡パンフレットをいただけませんか？」など、展示作品を譲ってほしいという来場者も中にはいたそうです。毎年のように多くの皆さんから激励や励ましをいただき、活動をしていく上での大きな自信になります。これからも多くの皆さんに、こだまの利用者の方が作った作品に触れる機会を作っていこうと思います。【渡部健史】

## 我が家のペット自慢 No.2

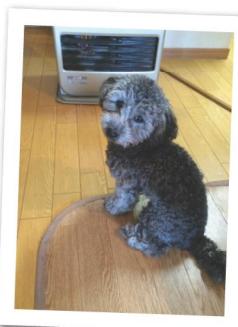
今回の我が家のペットは、米原さん家の『ルカちゃん』です。

エイトくんと遊んでいます

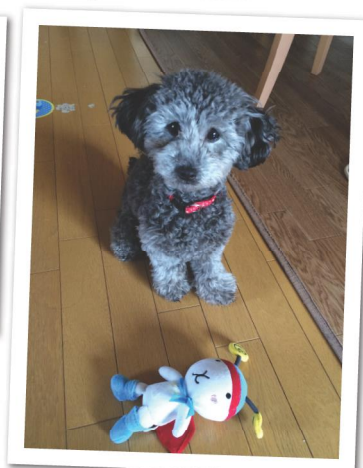


ルカちゃんは、トイプードルの1歳です。愛くるしい目で下から見上げられるとたまりませんね・・・。

部屋の中を走り回っている姿が想像できますね。きっと家族中のアイドルになっている事でしょうね。



寒がりですトープの前が大好きです



## コーチング報告

### こだま接遇マニュアル『おもてなし』を使ったコーチングを担当して

「接遇」という言葉は、「応接、接待、処遇」などから合成された言葉で、「仕事などの目的を持った人と人が接触し、お互いが気持ち良くスムーズに、その目的を果たすための心構えや方法」とされています。昨年こだまでも接遇マニュアル「おもてなし」が作られました。職員にはこだまの「おもてなし」が配布されていたので、今回はそれを使いおこないました。講義は全3回で1回目は「電話対応」について2回目は「あいさつ」について、3回目は「言葉遣い・服装」についておこないました。実際の場面を想定したロールプレイなども取り入れましたが、みなさん真剣で気付かされるのがたくさんありました。

人に何かを伝えるためには自分がしっかりと理解していないとできません。準備時にマニュアルを何度も読み直し、この部分をどのように伝えるかなどをすごく考えました。こだまで大切にしている事の1つが、利用者さんに一日楽しかったと笑顔で帰ってもらう、また明日も楽しみだと思ってもらうように接することです。そのために私たちが「あいさつ、笑顔、言葉遣い」などを意識して接するようになりたいと思います。しゃべり方、声のトーン、大きさなどによっても、相手への伝わり方が変わってくるので気をつけたいと思います。これまで他の職員の方に伝える立場での経験がなかったので、とても良い経験をさせてもらう事が出来ました。

人に伝えるためにはまずは自分が出来ていないといけません。その為に今回の講師に選ばれた様にも思います。この通信がみなさんのところに届く頃には、私は「ピチピチ」のズボンを履いているかもしれません。「いやいや」あまりハードルを上げると出来なくなるので「素敵だね」と言ってもらえるズボンにしたいと思います。講義を受け持ち一緒に考えたことで、こだまの職員としての意識が変わってきました。毎日何か1つ意識してもらうことでもっと変わっていくと思います。接遇にゴールはありません。

【井川 樹】

### 「大切にしたい利用者支援の視点」を使ったコーチングを担当して

「福祉職の役割」という分野を集中して担当しました。なぜこの分野を選んだかといいますと、もう一度初心に帰って福祉職とは？をみなさんに学んでいただこうと、選ばせていただきました。私たちの仕事は、人との関わりが強い仕事です。人が好きではないとできない仕事かもしれません。

まずは基本にかえり、理念、道徳、福祉の歴史を中心に進めさせていただきました。何回も繰り返し勉強していることですが、少し時間がたつと忘れがちにます。福祉の歴史を現代にいたるまで、みんなで読み合わせました。現在の障害者福祉がどのようにすすんできたのかを勉強していただきました。福祉の理念についてもしっかり勉強していただきました。福祉の理念は、個人的にとっても大切だと考えています。

「個人個人が人としての尊厳、主張をもち、社会の中で障害の有無や年齢、性別に関わらず、その人らしい生活をおくれるように支援する」この事をしっかり胸に抱き、利用者さんと携わっていきたくて胸に刻みました。

今回初めてコーチングをさせていただきました。司会や進行もなかなか難しく感じました。みなさんにどのように話したり、どんな資料があれば伝わりやすいのか、ものすごく考えさせられました。自分たちの支援の現場を、誰かにビデオ撮影などしてもらおうと、より具体的に、また客観的に自分の姿を見ることが出来ます。「ちょっと今のおかしいかな？」と思うところはすぐに修正することも出来ますね。

これからは、時間をみつけ、すこしでも復習などをする努力をしていかなければとおもいました。また、自分がコーチングをすることにより改めて自分自身にも勉強になり振り返ることが出来ました。一回のコーチングだけではなく、定期的にコーチングを行っていけば、職員の技量も上がっていくようにおもいます。常に利用者支援の視点を頭に入れ日々の支援に力を入れる職員でありたいと思います。

【橋本紳也】



## 『人権を守る支援とは』のコーチングを担当して

先日、相談支援の研修会で紹介してもらった冊子「人権を守る支援とは？」をもとに、所内で障害者虐待防止法について勉強会を行いました。今回は、障害者福祉施設従事者等による虐待に焦点をおき、自分たちの普段の利用者さんへの関わりについて考えてみることにしました。

第1回目は、冊子に取り上げられている、虐待の事例について、この事例の問題点は何か？また、考えられる(好ましい)対応はどんなものか？を各グループで考えていきました。

本人の買いたい飲み物が支援者によって強制的に決められてしまう心理的虐待の事例、男性職員が女性利用者の前でエッチな話をする性的虐待の事例、また、利用者同士が掴み合いになっているのに止めに入らない放任・放棄の事例について3つのグループがそれぞれ意見を交わした後、発表をしてもらいました。本人の意思が尊重されていない事や、虐待である前にデリカシーの問題である事、また、職員同士が誤った対応について日頃から疑問に感じ、お互いに注意し合える職場の雰囲気についてなど、様々な意見がありました。

第2回目では、支援者として持つべき視点について考えていきました。まず、虐待はどこでも起こるということを、移動支援中の事例をもとに話をさせていただきました。支援員はいつも施設内で行っている対応をただけでしたが、地域の人の中には対応や声掛けが乱暴に見えたというケースです。支援者は誰から見られても立場をわきまえ、ひとりひとりを尊重する支援をしていかなければなりません。次に、日常が風景となってしまうように、日々の利用者さんの様子や、職場内で虐待が起こっていないかということに敏感に察知する感性を磨くことについて学びました。例えば、職員が問題を一人で抱え込んでいないか、一人だけに負担がかかっているかなどに配慮ができたり、専門性や適切な援助技術を身につけるために、研修会に参加するなどです。「何事にも影響を受けるのは利用者である」と以前の上司から教わりました。職員が元気がなく落ち込んでいたり、職場内がピリピリしていたり。それはきっと必ず利用者さんにも伝わっています。だったら職員が元気で居れることや、想いを受け止め必要な支援をしてくれること、また、何だか静かで落ち着く場所だとか、賑やかで楽しい所だなど感じてもらえる雰囲気を作る事が大切だと思います。

今回のコーチングを担当させていただき、自分の苦手なことを発見出来たとともに、利用者と職員を大切に作る職場づくりをこだま全体で考えていくよい機会となりました。

【曳野碧里】

## 『意思決定支援・意思決定支援を促す支援とは』のコーチングを担当して

意思決定支援の流れはイギリスや北欧のピープルファースト運動を通じて巻き起こり、2006年の国連での「障害者権利条約」の大きな柱になった考え方です。人によって決められたことをするのではなく、「自分のことは、自分で決めていく」、自分で決定できるように支援して欲しいという主張です。

こだまでも利用者主体とか利用者の気持ちに寄り添った支援をしよう、と開設以来取り組んできていますが、支援の方法や考え方はもっともっと先に進んでいます。

そこで今回は、意思決定支援を紹介する論文やすでに先進的な事業所で行なわれている事例などのレポートをネットで探し出し、読んでもらうところから始めました。

全3回の予定で、1回目は知的障害者の意思決定支援の歴史的経緯や各国の動向、障害者総合福祉法に明文化された経緯などについてグループ討議をしてもらいました。さすがに意思決定という言葉には職員間でも感心が高く、白熱した話合が行なわれました。「本人がやりたくないと言っているようなのに、活動に参加しないといけないのか？」といった日頃疑問に感じている事などもとび出しました。

そうした疑問に答えようと2回・3回目は、北海道の事業所で取り組まれている「私たちが取り組んでいる意思決定支援」のレポートや、実際のサービス提供場面を中心にした意思決定支援の調査研究の資料を配布しましたが、日程の都合もあって話合は後日を予定しています。

【山田 久】

## 生活介護

## 夕方のミーティング

現在の生活介護は、「利用者支援の視点」や「意思決定支援」、「おもてなし（接遇マニュアル）」、「虐待防止マニュアル」などの所内研修の成果が出ているのか職員一人ひとりがそれぞれ意識を持ちながら活動や作業に取り組んでいます。

夕方のミーティングにおいても、今日の振り返りを話し合っているうちにいつの間にか利用者の作業の取り掛かりや生活の場面の話に変わります。すると、各々の職員が「自分はこういう支援をしています。」「自分は少し待ってみて本人の自発を待っていますよ。」などいろいろな意見が飛び交います。また、同じような場面でうまくいかなかった発言もあつたりします。そのことについてしばらく話をしていると今後このようにやってみようかと方向性が出てきます。すると次の日から、各々の職員が同じ方向性をもって違うアプローチが始まります。また、数日後にちょっとしたことから、その方向性について話し合いが始まります。そして修正してまた行われます。こうやって各職員が意識をもって統一した支援の方向性を探り実践しています。

特に最近では所内研修で学んだことがミーティングや普段の会話で飛び交っているように感じます。電話の応対や利用者さんに対する言葉かけなど、あわただしい生活の中でもほんわかとした優しい空気が時折流れます。そんな雰囲気の中にいる利用者さんの表情は、以前にまして笑顔にあふれているように感じます。

本当に、最近は支援が楽しいです。利用者さんが楽

しく日中を過ごし、送迎時に笑顔で帰っている姿を見てまた頑張れます。春のあたたかいぬくもりが差す今日この頃ですが、運動や作業と一緒に取り組んでいきたいと思ひます。

【田崎 優】



## ポレポレの

## 近況報告



3月に入りようやく春めいてきたと思いきや、急に冬に逆戻りといった日があつたりし、天候や気候が安定しない日が続いています。先月末には

ポレポレの利用者さんたちも体調を崩してお休みをされる方がおられました。3月に入り、みなさん元気に毎日通っています。先月に引き続き2月のお弁当製造数も平均65個を超える製造数となりました。例年に比べ、ずいぶんと多い製造数になっています。本当に毎日たくさんのお客様に注文をいただいて感謝しております。今月の始めには大きな特注弁当が2度ほどありました。その日の弁当製造数は100個を超える製造数でしたが、あつという間に盛り付けが完了し、驚きました。

1年前の今頃では考えられないくらい利用者の方々が力をつけられたこと、とても集中して盛り付け作業をされていること、手際よくホイルを並べることなど、あげだしたらきりがなくたくさんありました。本当に毎日の積み重ねで力がついていき、普段よりも多いお弁当数の盛り付けが当たり前のようにできているのだと思ひます。

野菜の売れ行きも相変わらず好調です。販売先では品数が足りず、お客様から予約をされるほどになってきました。最近、春キャベツ・ブロッコリーなどの春の野菜たちが並ぶようになってきました。先月の大雪により野菜の収穫が全国的に悪く、値段が高騰しているようですが、ポレポレでは地元産の安全な朝採れ野菜が並んでいますので、またのぞいてみて下さいね。

話は変わりますが先日“こだま清掃ボランティア”が結成され、第1回目の活動場所がポレポレでした。6人もの有志の方が半日かけてポレポレをきれいにしてくださいました。日頃行き届かないところを掃除をしていただきました。食品を扱う事業所として、隅々まできれいを持続させるよう今まで以上に気をつけていきたいと思ひます。

【森山宏之】



## ほんそご班の冬の作業

私たちほんそご班は毎年みそ作りを行っています。この時期になると朝から大豆を煮るいい香りがただよっています。やわらかくなるまでじっくり煮ていきます。

麴は出雲の老舗で買ってきた良質の物を使用します。午後になると、味噌職人と化した利用者さんが麴



をほぐす係り、ほぐした麴に塩を混ぜる係り、大豆をミンチにかける係りミンチした大豆を麴に混ぜる係り…と沢山の工程に分かれてみそ作

りが進んでいきます。回数を重ねる度に手つきも顔つきもみそ職人そのものになっていきます。みそ作りの仕上げはみそ団子を樽に投げ入れる作業です。

空気を抜くために思い切って投げ入れます。これがなかなか難しいのですが、「よいしょ」とかけ声とともに皆で盛り上がります。

みそ作りは人間の五感を刺激してくれます。麴の感



触に香…おそらく、多くの人はみそ作りを経験される機会がないと思います。私もこだまの仲間に入ってなかったら、一生経験することがなかったと思います。

こだまに入ったからこそ経験できていることがその他にも沢山あります。

これからも利用者さんにも今まで経験されたことの無いことをもっと沢山経験してもらいたい色々なことを感じていただきたいと思います。

【池添純子】

昔ながらのこういった作業は、季節を感じさせてくれます。活動を通じ季節を感じてもらう事を大切にしていきたいと思います。

## ヘルパー奮戦記

「いやぁ気持ちよかったです」入浴後のこの一言を聞くと、ホッとした気持ちになる。週に2～3回、自宅での入浴のヘルプに入らせていただいている。自宅へ訪問し利用者と、今日の日中活動でのお話、時事ネタや大好きな野球の話など様々な話題でお話をしながら入浴の準備へと入らせていただく。

車椅子から移乗して着替えて、いざお風呂場へ出発。浴室ではシャンプー・リンス・洗顔・手・体と利用者の方に洗う順番を聞きながら丁寧に流させていただく。ひととおり洗い終わると浴槽へ移乗となる。足元からゆっくりと入り、ヘルパーは支えながら入浴をしていただいていると、なんともリラックスした表情をされる。時には目を閉じたりあくびが出たり。そのたびに「リラックスしてもらえている」「気持ちいいんだな…」ということを感じさせてもらう。そろそろ上がりますと言われると、ヘルパーも足元にタオルをしいて上がる準備を整えていく。浴室でおおまかではあるけれど体を拭いて室内へと移動、「上がったよー」とお家の方に報告される利用者の方。お家の方との会話の中で「お風呂気持ちよかったですよー」というフレーズを聞くと、こちらが幸せな気持ちになる。体を拭いて洋服を着て、そこからは大好きなプロ野球中継の時間。（シーズンオフのため野球がないときもありますが・・・）記録を書いている際にご家族の方から「入浴が終わるとなんだかホッとする」「お風呂に入れてもらって助かる」「こだまさん来られるとなんかこっちも元気になるわ」というようなそんなありがたい言葉をいただくのだが、元気をもらっているのは私たちヘルパーのような気がする。日中の勤務が終わった後でも、利用者の方が待っている・・・と思うと、「よし！頑張ろう！」そんな気持ちにさせてもらえる。本当にありがたい。

ひとつひとつのことを丁寧にやるのはもちろんのこと、気持ちよくヘルプの入浴の時間を過ごしていただくため、より自分の力を磨いていきたいと思う。

【野津拓馬】

## 伊藤看護師の健康講座

## 優しいひと・・・



人はストレスを感じるとそれをどこかに発散させようとしてします。スポーツや信頼出来る人に話す事でスッキリする人もいますが、解消する事が出来ず周囲に向けた場合、そのストレスは敏感な人、つまり感じやすい人に集まっていきます。その人は反撃出来ないくらい弱い存在である場合が多く、やがて追いつめられて、心が苦しくなり心や身体、行為にあらわれるようになっていきます。

そのような人たちに特徴的なのは「自分がダメな人間だからそういうふうになってしまった」と思ってしまう傾向がみられますが、それは、その人がダメなのではなくて敏感すぎるだけなのです。例えば電車の中で、今までゆっくりと座っていた座席の前に、初老の老人が座りたような様子でたっていたとします。

それに気づいた人は少しずつ席を詰めてその初老の人に座ってもらおうとしますが、この事にまったく気づかない人がいると、気がついて座席を詰めた人ばかり窮屈な思いをしなければいけなくなります。

席を譲る事を求められたわけではありませんが、全員が気づいて同じように詰めれば大した苦痛ではないのに、気づいた人だけが辛い思いをする事になってしまいます。自分の気持を話す事が必要ですが、そうする事が出来ないから辛いのです。敏感すぎる人は良く気がつく優しい人と言えます。



【伊藤和枝】

## 僕の仕事・・・生活介護編

担当職員から一言

カードを使ったコミュニケーションのやり取りがすっかり定着して、安定した活動が出来るようになってきました。これからはよろしくね。

ぼくは、こだまの生活介護で活動や作業をしています。前は八雲のログハウスで職員さんとすごしていましたが6月頃より、みんなと一緒に活動できるようになりました。

みんなと一緒にご飯を食べたり、作業をするのはとても楽しいです。

作業は空き缶の、プルタブはずしや空き缶つぶしをしていましたが、木工の作業が忙しくなってからはバーナーで、板を組み合わせて作った植木鉢やミニベンチを焼く作業をするようになりました。

周りのみんなから、「上手だね～」と声をかけられると嬉しくなります。これからも、みんなと一緒に作業をがんばっていきます。

【戸井 寛志】

