

町田通勤寮だより

NO 64

2017年 7月

社会福祉法人つるかわ学園 町田通勤寮

〒194-0045

東京都町田市南成瀬1-5-3

電話 042 (739) 0491

巻頭言

寮長 三階 広明

7月4日～5日にかけて開催された「全国的障害関係施設長等会議」(テーマは『新たな障がい施策への対応』)に参加いたしました。4日は全体会として、講演、行政説明、フォーラムディスカッションが行われ、5日は四つの分科会という構成で行われました。

講演は「真の共生社会とはく津久井やまゆり園事件を振り返る」と題して、ルーテル学院大学の西原名誉教授を講師にお迎えし、事件からほぼ1年が経った今、この事件が私達に問いかけているものを改めて考えることで、障がい者福祉にかかわっている私たちの責任についてのお話でした。

行政説明とフォーラムディスカッションは来年4月からの制度改正(総合支援法施行後3年後の見直し、報酬改定)に向けて求められる対応と、『地域共生社会』について話されました。

分科会は「意思決定支援と権利擁護」をテーマとする分科会に参加しました。近年、この『意思決定支援』ということが盛んに言われています。

先般、厚生労働省が「ガイドライン」を公表しました。これまでの障害者施策の変遷と今後の方向性について、お二人の講演とシンポジウムという形で進行しました。

実はすべての人が「環境(周囲にいる人を含む)から影響を受けて意思決定をしている。」という視点で考えた場合『支援付意思決定』という事ができる。『意思決定支援』という障害の重い方を想像しがちだが、これは障害の程度によって区別されるものではなく、「主体的意思決定の力」に応じた支援である。という発言は考えさせられるものがありました。

また、意思決定に関わる権利擁護という点では、現場では様々な状況から支援に対する「ジレンマ」があり、支援する側の都合のいい結論への誘導ということが指摘されました。これへの対応としていくつかの提案があり、日頃の通勤寮での支援を思い浮かべ考えさせられるものがありました。この研修で学んだことを職員と共有し、「支援力」を向上させていきたいと考えています。

話は変わりますが、先日「東京都議会議員選挙」があり、事前の予想を大きく超える結果となりました。東京の福祉がこれからどんな方向へ向かうのか、注視していきたいと思えます。

生活講座

支援員 浅田 恵理子

4月24日(月) 20:00より町田市環境資源部3R推進課推進係より2名を講師にお招きし、生活講座を実施しました。

予め、町田市外から越されてくる方、今までごみを自分で捨てたことがない方など、色々な方が4月には入寮されていることを講師の方へお話をさせて頂きました。

色々なサイズのゴミ袋や捨て方を分かりやすく記したポスターを掲示して頂き、「ゴミ袋は大きさによって値段は変わり、コンビニでもスーパーでも金額は同じであること」、「引越などゴミ袋に入りきらない物は粗大ごみとなり、リサイクルセンターにかけて予約を入れ、捨てるものや大きさを伝え、コンビニで買った粗大ごみ処理券に聞いた番号を書いて、ゴミに貼って決められた日に出しておく」などと具体例で説明を受けると「なるほど〜」「知らなかった」という声が上がリ、利用者さんは領きながら真剣に耳を傾けていました。

また、「何の物質で出来ているか分からない物の捨て方はどうしたら良いですか?」と積極的に質問をされている方も居て、「その時は、捨てるものが金属の部分がほとんど金属であれば燃えないゴミ。燃える部分が多ければ燃えるゴミと、どちらが多いかで決めます。」と教えて頂きました。

3R推進課の3Rとは①Reduce (リデュース)「ごみそのものを減らす、マイバックを利用する②Reuse (リユース)「長く使えるものを選ぶ、要らなくなったものはリサイクルショップやフリーマーケットを利用する③Recycle (リサイクル)「分別をして資源にする。」という意味です。

皆で3Rの言葉を何度か復唱し、ゴミの分別をするのももちろん大事ではあるけれど、資源には限りがあり、なるべくゴミとして燃やさずにリサイクルをする、レジ袋や不要な放送は断りゴミになるものを持ち帰らないことの大切さを学ぶことができました。

就労講座

支援員 入江 就仁

5月23日(火) 株式会社スタッフサービスビジネスサポート岸田好之様をお招きして、就労講座を行いました。新入寮生が仕事定着から1ヶ月余り経ち、業務内容・人間関係において、様々な悩みを抱える時期(一般的には五月病と呼ばれています)であります。多くの方がこの時期を境に「仕事に行きたくない」「休みたい」と考えてしまう傾向にあるため、就労意欲を高めることを目的とし開催しています。

今回の講義では主に「会社に求められる人材とは」「特例子会社で働くとは」をテーマに利用者さんに分かりやすく丁寧に説明していただきました。働く上では常に業務内容や人事異動、配置転換等、様々な変化があり、主にストレス要因が重なった時には注意する必要があること・ストレスを溜めこまないための方法論(ストレス反応に対する気づきを良くする、解消するための行動を起こす)・自分自身を知ること等、どの講義もすぐに実践できるようなお言葉を頂戴しました。

利用者さんも現在、就労に定着している中でストレスを溜めこんでいる方が多く、なかなか発散できていないという声も聞かれます。その上で今回の講義はとても分かりやすかったようで、一部の利用者さんが終了後、講師に質問や話しを聞いてもらおう等、好評でした。

今後も仕事をする上で様々な悩みやストレスを抱えることが多いと思いますが、講義を受けて自分で出来ることや対処できることを是非、実践していただきたいと感じます。

東京都障害者スポーツ大会

支援員 新井 政暁

五月二十七日(土)第十八回東京都障害者スポーツ大会が開催されました。快晴の空のもと、駒沢オリンピック公園・陸上競技場での陸上競技種目には、千五百メートル、百メートルに各一名ずつ、計二名の利用者さんが参加しました。天候に恵まれたこともあり、大きなスタンド席の半分が埋まるほどの観客が熱い声援を送る中、陸上競技は午前中から熱戦が繰り広げられておりました。

百メートル走に出場した利用者さんは好記録を出し、あと一步で全国大会というところまでいきました。また、千五百メートル走は当日のプログラムの中で最後の最後でしたが、出場した利用者さんは他の種目を熱心に眺めたり、ウォーミングアップで緑あふれる駒沢公園内をランニングするなど、有意義な時間を過ごしておりました。

二人とも、競技場で偶然、高校時代の恩師や後輩と出会え、成長した姿を見ていただけたりして、競技結果以上に貴重な経験が得られたように感じました。

十月には、愛媛で全国大会が行われます。前号で執筆してくれた通勤寮利用者、根津友和さんが正式にバスケットボールの東京都代表に選ばれました。のびのびと、彼らしさを思い切り発揮して、今後の競技人生の糧にしてほしいと感じております。

支援員 西岡 理智子

同日、東京ボートボウルでのボウリング競技には、男性2名女性1名の利用者さんが参加されました。3名とも1か月程前から町田のラウンドワンへ練習に行き、本番に向けて頑張っていました。

会場は多くの選手の方と応援の方で熱気に包まれ、競技が開始しました。それぞれの競技を互いに応援し合い、ストライクを出すと他選手や審判の方とハイタッチをして、皆さん楽しそうにされていました。練習とは場所や感触が違くと苦戦されている様子もありました。

最後には表彰式を行い、メダルをいただき順位に悔しがつたり、喜んだりしていました。皆さん来年も参加したい、順位を上げたいと意気込みを見せていました。



調理実習

栄養士・調理員 遠藤 小百合

6月18日(日)に調理実習を行いました。

今回は、梅雨の時期にピッタリな、さっぱりとしたお料理「鶏肉のソテーおろしポン酢がけ」「水ようかん」と、煮物を覚えたいというリクエストが利用者さんからありましたので、「根菜の煮物」を献立に入れて、実践しました。

煮物や味噌汁で基本の「だし汁」、昆布とかつお節からしっかりと取りました。煮え方が均一になるように、野菜を切る時に大きさをそろえたり、火の通りの遅い野菜を先に入れたり、調味料を入れる順番など、煮物のコツを学ぶ、よい機会になったと思います。

チキンソテーにかけた大根おろしには、疲れた胃の消化を助けたり、夏風邪予防になったりと、とても優れた効果があります。是非、この夏に活用してみてください。

粉寒天とあずき缶だけで作った水ようかんも、口当たりがよく とてもよい出来栄でした。粉寒天を入れた後に、しっかりと煮立たせることがポイントです。参加されたみなさん、お疲れさまでした。

夏場は食欲が落ちたり、冷たい食べ物ばかりになってしまったりと、食事がおろそかになりがちです。夏バテを起こさないためにも、バランスのよい食事を心がけ、生活リズムを崩さないようにお過ごしください。

次回の調理実習は 8月13日(日)の予定です。みなさまのご参加、お待ちしております。



今後の主な予定

7月15日(日) ボウリング大会・納涼会

7月26日(土) 保健講座

8月31日(木) 携帯スマホ安全教室

9月10日(日) 保護者会

◆町田通勤寮だよりのバックナンバーはつるかわ学園公式HPよりご覧になれます。

(<http://tsurugaku.sakura.ne.jp/wp01/jigyosho/tsukinryo/ryodayori/>)