

町田通勤寮だより

NO 67

2018年 1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

本年もよろしくお願ひします。

今年もこの言葉を交わす時期になりました。

昨年は、今年4月からの制度「見直し」、「報酬単価の改訂」を控えて、私に参加した研修会や会議ではいつもこの話題が中心でした。直接、利用者さんの生活に関わる部分もあり、注視していたところでした。

障害者分野では特に「地域移行」という事が強調され、通勤寮を利用して、いるような「比較的軽度」の障害を持つている方の「生活の場の確保と支援」という点での論議が少ないように思われます。

さて、通勤寮としては、3月に支援学校高等部を卒業する方の受け入れ準備が始まる時期です。あわせて、今年度最後の体験利用の受入時期でもあります。早い方は6月の職場実習と合わせて体験をし、10月に再度の体験を経て、入寮を待っている方もいらつしやいます。今年度は近年になく女性の希望者が多く、女性については、今後、待機状態になることが予想されています。

入寮する方がいるという事は、卒業して「地域生活」を始める方の支援も大詰めになってくるという事になります。3月に入寮するという事は3月が2年間の利用期間が満了する卒業の時期となるからです。

これまでに何度かお話しさせていただきましたが、最近の利用者さんは「一人暮らし」志向が強く、支援を嫌がる傾向があります。引続き、利用者さん一人一人に対応した適切な支援をしていきたいと考えています。

スピーチフォーラム in 東京

【一】

支援員 入江 就仁

平成29年11月11日・12日にスピーチフォーラム東京大会が開催されました。今回の大会では「自立のために何をすべきか、仲間の輪を広げるため！」を大会テーマに抱え、参加者が主体となり、自分の思いや考えを主張し、他者との共通点を共有すること、それを通して仲間の輪を広げ、今後の生活に活かしていくことを目的に分科会も行われました。

私は今回、運営側として三階寮長の下で指揮を取らせていただき、多くの経験をさせていただきました。まず、利用者・職員含めて240名近くの参加者がいらつしやいましたが、利用者・職員関係なく分科会での議論を深めていたこと。変な話ですが、このような堅い形式での場というものは萎縮しやすい傾向にあり、なかなか発言・提言ができないことが多いものです。しかしながら、今回のこの大会ではどの分科会でも利用者の方が積極的に発言し、他者の意見を取り入れてこういう考え方もあると理解を深める方が多かったのが印象的で、こういったシンプルな受入は我々も支援を行う上で重要な観点であると改めて感じました。

もう一つは一体感です。我々はあくまで運営側として参加者のサポート役に回ることで主役は利用者方です。当然、私も参加者がより議論しやすい環

境を設定し、懇親会では参加できなかった喜びを感じていただけよう工夫を凝らすことに徹底しておりましたが、想定していた以上に利用者方が他法人の垣根を超えて、話し合い、共に喜び、分かち合う、そんな光景を見ることができ、嬉しく思います。

来年は群馬での開催となり、東京とはまた違った形で運営がなされることと思いますが、この機会は利用者方・職員にとっても大きな経験となり、成長に繋がることと感じます。

参加された利用者方へはこの経験を大切に、これからの生活に活かしていただけると幸いです。

【II】

支援員 西岡 理智子

スピーチフォーラムへ初めて参加させていただきました。また三階寮長、入江支援員の下、運営から関わらせていただきました。東京都内の他通勤寮の利用者の方、職員の方と当日までの準備を進める中で、学ばせて頂くことが多く、貴重な経験となりました。

当日は約240名の方が参加者され、それぞれの通勤寮で雰囲気の違いが感じられました。分科会は、仕事・人間関係・趣味・自立の4つのテーマに分かれ行いました。町田通勤寮は「自立」分科会の運営を担当し、町田通勤寮利用者の吉田翼さん、津田珠美さん、GHフクシア利用者の山本聡子さんが発表者となって事前から準備をされていました。どの方も自分一人で発表原稿を作成され、しっかりと文章と当日の発表に驚かされました。

当日は分科会でのグループワーク、懇親会で他通勤寮の利用者の方とお話し交流させていただきました。町田通勤寮からは希望者の方のみの参加でしたが、都内の他通勤寮では全員で参加し、懇親会でのカラオケ大会も全員で合唱されているところがありました。カラオケ大会はとても盛り上がり、会場が一体感に包まれ、とても楽しい時間となりました。

関東の通勤寮の利用者が集まるという特別な機会は、利用者の方々だけでなく、職員にとっても多くのことを感じさせられ、成長させられるものだと思います。

【III】

支援員 浅田 恵理子

東京開催のスピーチフォーラムの引率をさせて頂きました。引率と言う立場での参加となりましたが、GHの利用者さん3名、通勤寮の利用者さん6名と一緒にスーツ着用で通勤寮を出発し、電車での移動となりました。まずは会場のある日本橋で下車し、皆の希望でファミリールストランを探すことになりましたが、都会すぎてなかなか見つけられず、3名の利用者さんのスマホのマップに誘導され、無事到着して昼食を摂ることが出来ました。

皆さん考える事は同じのようで、ファミリールストランで他の通勤寮の方々も昼食を摂られていて、顔見知りの方同士で挨拶を交わし、久々の再会を懐かしむ姿も見られました。

会場に着いてからは一気に緊張感に包まれ、それぞれの分科会の会場へ移動。一生懸命話を聞いてメモを取る姿や、発表者に質問をする姿など、積極的な様子を見ることが出来、とても嬉しく思いました。全ての分科会を見ることは出来ず、あとから「緊張をしたけれど発表して良かった」「思うように発表できた」と報告があり、発表するまでの過程も含め、利用者さんも職員もとても貴重な経験となったと感じております。

分科会のあとは懇親会のために場所を移動し、大きな会場で美味しい食事とビンゴゲーム、名刺交換、カラオケを存分に楽しみ和やかに終了しました。

福祉マラソン

支援員 新井 政暁

昨年11月19日に「心をつなげる福祉マラソン大会」が開催され、フクシアから3名、通勤寮からは1名の利用者さんが参加されました。会場は大島小松川公園及び荒川河川敷コース。雨は降っておりませんが河川敷と言うこともあって風が強く、体感温度がかなり低い状況の中でのスタートとなりました。

そのような悪条件の中でも、参加者全員が無事完走することができました。今回は皆さん、目標タイムや順位は特に設定せず、「楽しくマイペースで最後まで走りきることを目標にしておられました。そのような意味では、走り終わった後、3名共に笑顔で戻って来られたので、目標が達成できたのではないかと感じております。

マラソンを含め、長距離走は傍から見ていると苦しいだけのようにも見えるかもしれませんが、ただ、実際に走っていると、日常の様々なことから解放される瞬間を味わうことができるように思います。それは好成績を目指すにしても、今回のように楽しく走ることを目標にするにしても、同じであると思います。今回完走した3名の利用者さんの笑顔は、おそらくその瞬間を味わえた結果の笑顔だったのでないかと感じました。参加した皆さん、おつかれさまでした。



忘年会

支援員 堀内 美樹

12月16日に恒例の忘年会を行いました。

場所は昨年と同じ東林バーベキューです。当日仕事の方も居ましたが18時30分、出発の迎いのバスには参加者全員揃いました。

お店に到着し、席割りを発表後、最初は飲み物だけを各自取りに行きました。フライングして先にお肉を持って来てしまう男性利用者さんもいました。全員の飲み物が揃ったところで自治会長の乾杯、そしていよいよ焼き肉開始です。メニューも豊富で、お肉の種類もたくさんありました。皆好きな物を好きなだけ持って来て焼きながら食べました。体験入寮の方も2名いて、緊張している彼らに声掛けしたり、お肉を焼いてあげたりするなど、先輩として立派な姿も見られました。最後はスイーツもお腹いっぱいいただき、自治会長の挨拶でお開きとなりました。帰りのバスの中もお喋りしながらアツという間に寮に着き、楽しい忘年会は終了しました。

調理実習

栄養士・調理員 遠藤 小百合

12月10日(日)に調理実習を行いました。

風邪に負けない身体をつくるために、栄養をたっぷり蓄えた冬野菜を使った献立：豆乳グラタン・コンソメスープ・発酵なしで焼けるピザに挑みました。自炊をする時の事を考え手軽に作れるように、身近にある材料で簡単に出来るものばかりになっています。グラタンのソースは、カップスープの素で。豆乳で溶かすことで栄養価も増します。また野菜は下ゆですること、オーブンで焼く時間を短縮出来ます。具たくさんスープにするとそれだけでも野菜をたっぷり取ることが出来ます。ピザは生地を混ぜ合わせたら、直接



フライパンに伸ばして焼きます。焼いた生地は冷凍保存も出来て便利です。スープとピザはコンロで、電子レンジでカスタードクリームとりんごジャムを、トースターでグラタン：と調理機器を使い分けることで、短い時間で効率よく調理を進められます。

参加したお二人が協力して、うまく分担して 3品を1時間くらいで作り終えました。シーザーサラダをのせたサラダピザと、生地にココアを混ぜカスタードクリームとりんごジャムをのせたデザートピザは 見た目にも鮮やかで、食卓を華やかに彩っていました。

グラタンのソースも濃厚な仕上がりになり、冬野菜をおいしく味わえました。次回の調理実習は2月11日(日)を予定しています。今年度 最後の調理実習になりますので、みなさまお誘い合わせのうえ 是非ご参加ください。

研修報告 『災害対策』 ～ 東京都及び市区町

村の防災対策の現状と施設として備えておくべ

き事を考える

主任支援員 武智 里峰

11月に那須のホテルエピナールにて、防災対策についての研修があり参加させて頂きました。

前半は全体会が行われ、以下のような話を伺った。

一、災害に強い福祉を考える…

まずは予防対策↓避難誘導↓避難所支援↓生活支援↓復興支援、つまり初動期から復興までを、常に先を見て考えて置く事、備えあれば…ではないが、これが一番の強みとなる。各施設でBCPマニュアルをきちんと作成していき、全員が把握し、災害にあつてしまった時でも、直ぐに活用できるよう準備が大事という事。

二、東京における災害要配慮者支援の特徴は？

要配慮者、支援を必要とされる方で、特に名前だけの登録の方が災害支援に結び付かない場合もある。要は、重度障がい者の方は福祉関係（施設や作業所）に配属していることから、優先的に支援されるが、軽度の方（一般就労している方や単身生活を送られている方等）は、一般避難所にいることになつてしまい、ご本人にとって必要な支援が受けることができない状態になつてしまう事が懸念されている。

後半は、グループワークを行い、各施設から備蓄や職員の動きについて情報交換を行なった。

①災害時は携帯等使用できないので、トランシーバーを備えている。

②東北地方の施設では、季節によるガソリンや軽油（暖房）を備えてい

る。

③テントを備えている。

④予備のバッテリーを備えている。

⑤新宿の施設は、防災関係の物品を保管する場所がない。

等々、居住地域によつて、備える物、備えなくてはならない物が異なるが、最低3日間の食糧やトイレは備蓄されているとの事であった。また、職員のメンタルケアとして、災害時の勤務表を作成し、休憩をとることも重要であるという話もあった。

日頃からの訓練や備蓄、BCPマニュアルの確認を、職員全員がきちんと把握し、災害に対する意識付けを利用者と共に徹底することが重要であると感じた。

今後の主な予定

2月24日（土）防災講座（立川防災館）

3月11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かわ学園公式HPよりご覧になれます。

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