



桜咲く四月、若葉薫る五月、春らしい季節の訪れとしても、今年の春は寒暖の差が著しく変化し、実感として雰囲気がそぐわれない変な春を不思議な思いで見つめていました。六月にもなれば梅雨の用意をしなければならぬ気候のはずが、この原稿を書いている五月も半ば過ぎ、私の住んでいる富士宮市から見える富士山にはたくさん雪が消えないのです。

桜咲く風景にある富士山の雪姿は美しい光景です。でも、汗ばむ中、花と新緑のコントラストは、さすが鮮やかな好季節です。

皆様、いつも学園のためお力添えいただいておりますこと、ここから感謝申し上げます。

二十年前、児童施設から成人施設へと転換を果たす整備事業をし、その時三億円の借金をしましたが、この負債も昨年の十二月を持ちまして全部返済が終わり、ここに、ご家族を主となりまして企画いたしました建設委員会の皆様には心からなる感謝の気持ちでい

社会福祉法人つるかわ学園  
つるかわ学園を支える会  
☎195-0051  
東京都町田市真光寺町  
186番地  
TEL (042)735-2220  
FAX (042)736-6374  
HP:tsurukawa-gakuen.com

つばいです。そして日々、支える会の皆様の絶大なご支援に頭を深く下げ「ありがとうございます」と御礼申し上げます。

しかし、すでに建設当初から予想しておりました通り、その二十年という年月は「経年劣化」というものも覚悟しておいて、いろいろな所が傷んできております。推測とか予測ではなく、建物を適性に維持し、快適な居住環境を持ち続けるため、長期修繕計画等、この建設を設計担当しました新環境設計に調査を依頼しました。

代表的急務として、学園本館の空調熱源機更新工事として、二千万円の工事仕様がでております。つまり冷暖房設備について早急に手当てしてしかるべき必要に迫られています。

こうした事を含めて考えますと、児童の時代を経て、成人施設への要望で完結したのではなく、それぞれが長生きする時代にいて、利用されている方々の高齢化に伴い、ただ設備機能のリフォームだけではなく、時代を背景にした考え方も視野に、形、姿も、新しく考えを向けなければならぬことになっていくのです。

私たちが長生きしていく世代にあって、障害のある方も、当然、長生きし、そして、その方たちの老齢を支える両親の課題がそれを要求していくものになっていくのです。

四十八歳で、つるかわ学園の施設長として就任し、平成八年からは理事長を兼務し、平成十九年に施設長を退任

しましたが、通算して三十一年の年月が経ちました。

御両親も、それぞれお年を召し高年齢になり、さうにわが子を思いやるには、パワーも衰えてきております。それを我が身と共に案ずる思いを寄せてひとしおです。

理事会に於いても、経年劣化の設備機能を含めた建物の維持管理も重要案件として、もうひとつの大きなテーマとして、「次世代を背負う人材の育成」について挙げられています。

「育成」の最終目的は後継者を作ることにあります。私が、ここを辞めるとき後を任せられる人材を何人育成したのかが、この法人としての事業の継続性と、大きな影響を与えるとしているのです。

私がここに強調する責任の果たす意味がそこにあります。

上に立つ者「やって見せる。言ってみる。聞かせる。させてみて、褒めてやる。これが人を動かすことに繋がるのです。話し合い、耳を傾けて聞く。承認して任せる。そこで、人は育つと思えます。やっている姿を見て、私は常々感謝の気持ちで寄せていきます。信頼して目を向ける。人はそこで育っていくのです。」

これは繰り返し私が言ってきた言葉ですが、いつの日か、どこかで読んだ人の言葉なのです。

仕事人が人を育てるのです。かつて、昔むかし、私は、ある母親から教えられた言葉があります。「私、そんな障害がある子、産みたくて産んだわけじゃないのですよ。」そして、わが子だって、「障害」というものを背負って人生を生きているなんて望んで産まれてきたはずはないのです。」そして「私は、そんな子を産んだと言わねえから離婚されました」

私は涙ぐみつつも加減に喋るお母さんに、返す言葉がなかったのです。

「お母さん、学校も施設も病院も断られたんだしたら、僕たちと一緒に施設を自分たちで作らしましょうよ。」上司に言われていた通りに二十三歳の若者がそ

う言ったのを今でも、恥ずかしい面持ちで覚えています。「だって、施設で働く人たちは嫌になればいつでも辞められるんですよ。私は、地の底を這いずり回っても宿命から遠ざかること出来ません。」そして「本気でですか」と問いかけてました。「はい」私は細かい返事しか出来ません。そうしたら「あんたってバカね」と言いながら、涙を流し笑いました。そして、私の五十年、福祉の道を歩き続ける人生が始まりました。

（本堂に俺はバカだよ）そんなことなんべんも思い挫折しそうにならなから、たくさんの失敗を繰り返しながらここまで来ました。最近、そのお母さんとお会いしました。老人ホームでひとり暮らしですが、お元気でした。少し、小さくなりましたが、お顔は面影が残っていて、私を見て、飛んできて、ハグして「あんたって本当にバカね」と言いながら、なんべんも「ありがとう」と言ってくれました。

これは、私の宝です。私の回りにいる若者は、どんな気持ちでこの仕事をしているのだろうか。私の期待と願うことは、ここにいる限り、この施設を利用して人のため尽くしてほしいと思うのです。私みたくに生涯そんなことにならなくてもいいのです。皆、ひたむきに、ただ、ひたすらに、この仕事を選んで良かったという心境で働いてほしいのです。そして、不服なことがあれば、ほんとうに皆で、どうしたらいいのかを考え合う皆であれば、きっと、そこで暮らす障害のある利用者は、ここで暮らして良かったと言ってくれるのでしょうか。「支える心、心の眼」星の王子様ではないが、優しく、逞しく、新しく、その人が後継者になるよう期待し願望します。





# 安全運転は平静さから...

つるかわ学園 安全衛生委員会 委員長 月岡 亮



労働安全衛生法に基づき、一定の基準（労働者五十名以上）に該当する事業所では、事業所の労働災害の防止と快適な職場環境の整備を図り、職員の安全と健康を確保することを目的として、産業医、衛生管理者を選任の上、安全衛生委員会を設置しなければなりません。当法人においても平成二十三年より安全衛生委員会を設置し活動を行っておりますが、その活動のひとつとして「安全運転講習会」を一月に実施しました。

当法人では十三台の公用車を所有し、日頃から通院・外出・旅行・職場訪問等、頻繁に利用しております。車輦での外出を好む利用者の方や施設利用者の高齢化に伴い、車輦での移動は欠かせず、今後も利用頻度が高くなる言えます。残念ながら、利用頻度が高くなればなるほど車輦に関する事故も増加する現状があり、当法人でもこれまでに数回の車輦事故があります。施設利用者や職員に直接的な被害がなかったことが幸いです。

今回の講習会では、東京日動火災保険株式会社の協力を得て、事前に三台の公用車に三週間程度ドライブレコーダー（ダッシュボードの上にカメラを固定し運転時における運転操作の詳細を把握）を設置し、その映像を参考に講習会を実施しました。

運転中の車にかかる加速度・速度・位置を分析し、「いつ」「どこで」「どのような」運転をしていたかが詳細に把握できるため、見慣れた風景でリアルな映像を見ながら振り返ることができました。これまでの車輦事故の傾向から追突事故や駐車場内事故が多く、つまり相手のいない事故、相手に過失のない事故であり、「油断」「省略」「軽視」が原因のひとつでもあり、運転者による意識次第で大幅に軽減できることを認識しました。また今回の三台の運転診断のうち二台が、「急ぎ・焦りの気持が強い」と診断され、停止操作を中心に行う操作が「急ぎや焦りの心理に陥ったり、疲れているときは、平静さが失われて的確な判断・操作ができなくなり事故を起こす危険性が高まります。そのため常に平静さを保ちハンドルを握ることが重要な要素であり、また交通ルールを守ることは当然ながらやさしさと思いやりの心を持った運転を心掛けることが重要であること」を改めて学びました。

最後に当法人の車輦に関する保険については法人契約（フリート契約）となっており、損害率の大小により保険料が変わります。事故による支払保険金額が大きいほど翌年の保険料に影響する仕組みとなっております。

つまり事故を起こすことにより得るものではなく、失うものが多くあり、身体的、精神的、経済的にも大きな打撃を受けます。今回の講習会で改めて、職員一人ひとりの運転に対する

## 職場のメンタルヘルス（精神保健）について



つるかわ学園 衛生管理者 小稗 文子



日本赤十字看護大学の武井先生の著書に「ひと相手の仕事はなぜ疲れるのかー感情労働の時代」があります。その中で、「ひと相手の仕事はなぜ疲れるのか」の問いに著者は、職場では個人の感情より、職業人としてあるべき感情が優先され、精神的な疲労が起ると述べています。さらに厚生労働省のまとめによると、仕事のストレスでうつ病などの精神疾患を発症し労災認定を受けた者は二〇一〇年では一一八一人と過去最多を更新したことが明らかになっています。これらのことから、職場でのメンタルヘルスの重要性を感じています。

一番大切なのは、早期に発見して対応していく事だと思えます。今年から職業性ストレス簡易調査（東京医科大学公衆衛生学作製）を希望者に実施しました。調査票は、仕事のストレス要因（仕事量、対人関係など）、ストレス反応（イライラ、疲労、身体愁訴など）、サポート状況（上司や同僚のサポートなど）の三つを

る意識の向上に繋がることを期待し、車輦事故ゼロを目指し、今後も定期的に講習会を開催していきたいと思えます。

柱とした五十七の質問で構成されています。回答は十分程度で終わる簡単な質問紙です。

実施した職員は十四名でした。多かれ、少なかれ ストレスを抱えている職員がほとんどでした。まずは労働者自身がストレスへの気づきのための材料にして頂きたいです。自分の傾向を知る事で、どの様にストレスをコントロールすれば良いのか考える事ができるのではないかと考えています。今回は調査人数が少なかったため、今後も調査を継続して職場のストレスを軽減できるような働き掛けができたかと考えています。

ストレスの原因の四割が人間関係と言われています。最後に円滑な人間関係を築くためのポイントについて記します。

- ① 思いやりを持つ。
- ② 相手をありのまま受け入れ、相手の立場に立つて考える。
- ③ 自分が固い表情をする相手も固い表情となってしまうため、日頃から楽しい事に意識を向ける。
- ④ 自分自身の感情にとらわれず



ぎない。⑤事実と感情を混同しない。これらの事が重要だそうです。文章で表現すると簡単であたりまえの様に聞こえます。実践するには冒頭で

述べた感情労働を伴うかもしれませんが、参考にして頂けたらと思います。



# 第二十五回(平成二十四年度) 福祉マラソン大会 心をつなげる 参加者の感想



東京都町田通勤寮 支援員 岩崎 龍  
地域生活援助センターフクシア 支援員 秋本久美子

・マラソンがんばりました。あるかないでがんばりました。らいねんもがんばります。

・今回は35分17秒でしたが、次回は33分以内を目指したいです。次回は体調を整えてから参加したいです。

・今年もたくさんの方々と参加出来て良かった。風が強くて走るのが大変だったけど、最後に最後まで走る事が出来たので良かった。友達が1位や2位をとれたので、うれしかった。大会が終わるころころさがふいてみんな目がいたかったりして大変だったよ。来年もまたたくさんの方々と参加できたらいいなあと思いました。今日は疲れしました。

・私は二週間前に東京マラソンに出場しました。今回は10kmのコースで結果は二位でした。完走した後にはホッとしました。来年も頑張ります。

・初めて福祉マラソン大会に参加してとてもよかった。らい年は10キロに出たいです。

・今年もたくさんの方々がいてとてもうれしかったです。風がすごかったけど最後まで走りまわりました。とてもつかれました。

・今回は5キロの部に参加しました。練習不足で途中は辛かったです。2位でゴール出来ました。来年は準備をしっかりして1位でフィニッシュできる様に頑張りたいです。久しぶりに走ったので最後は自分のペースで走れず飛ばしまくって後半はバテてしまったので次回は自分のペースでうまく走れるように頑張りたい！

・二回目のマラソン大会に行きました。ことしのタイムは37分でした。自分のペースで走りました。らいねんもマラソン大会がんばりたいです。今回は二回目の参加でした。久しぶりに走ったので去年と同じでおなかがいたくなりました。めっちゃきつかったですけど、がんばって走ったら、なんと1位になりました。とてもうれしかったです。タイムも27分台で自己ベストもこうしん出来て大まんぞくです。次もガツーンと気合を入れて、1位をとって26分台を出せるようにがんばりたいです。

・グループホームに入っているマラソン大会でした。去年練習をしましたが、36分23秒でした。自分のペースで走りました。来年も頑張ります。

・久々に走ったら案外疲れた。けしきがきれいだった。タイムがおもったよりのびなかった。

・今年は通勤寮からの参加者も多く、卒業生と和気藹々と過ごしていました。好タイムを記録する方も何名かおり、皆完走することができたのでとても有意義な大会だったと思います。保護者の方々も声援ありがとうございました。来年の大会も応援よろしくお願いします。

### ・伊藤朋子さん

私は今年でマラソンに出たのが2回目です。去年は2位だったので今年も絶対1位を取りたいなと思っていたら本当に1位になりました。うれしかったです。次はもちろん1位を取って26分台で完走したいです。

いす。

### ・太田亜耶さん

グループホームに入っている今年、初めての福祉マラソン大会に出ました。練習をして本番は自分のペースで頑張って走りました。途中で速く走ってしまったのでゆっくり走りました。来年は練習をして福祉マラソン大会に出たいと思います。

### ・山本聡子さん

昨年、一昨年と出場できず三年ぶりに出た大会。練習してなく正直不安でした。当日、前半にペースを上げてしまえば後半、辛かったです。でも桜田門が見えた時ラストスパートで走りきりました。目標タイムより速かったので良かったと思います。





# つるかわ学園

## 青空活動での取り組み

つるかわ学園 支援スタッフ 福島夏樹



最大二十八名の利用者が在籍する青空班ですが、名前の通り外での歩行や近隣のスーパーへ利用済みのペットボトルを運搬していく事を行っています。移り行く四季を感じながら利用者も歩行を楽しんでいます。今年度は新年度の四月を迎える前にも早くも桜が咲き、園庭の桜の下でお花見を兼ねてお茶を嗜みました。

今年は、室内での活動で少しでも運動を行えるようなプログラムを少しずつ始めています。



今は運動会で流れるような、テンポの良い曲を流し、両端で紐を持って利用者が紐をくぐる事や跨ぐ活動を行っています。紐の流れを見て、つまづかないよう自身の身体を意識的に動かす事が出来る事を狙いとして行っています。ただ歩行するだけではなく、意識的に紐にぶつからないように利用者も片足を大きく上げて跨いだり、顔に紐がかからないように歩きながらしやがんでいきます。始めたばかりの頃は覚束無かった方も、何回か行っ



る内に上手に紐をかわす事が出来るようになっていきました。リンボーダンスを真似てくぐる等、身体表現を楽しみながら活動に取り組んでいる人もいらっしゃいます。加齢や重度化する利用者が増加傾向にある中、体力や身体状況に応じて、楽しみながら運動できる活動の取り組みが今後求められます。一対一での付添いが必要な方が多い活動班ではありますが、活動をクリア出来た時や活動参加が困難な方が少しでも活動の輪の中に入る事が出来た時の喜びは、取り組んだ身としては大きな成果を感じる事が出来ます。

六月予定の『つるかわ学園 作品展』では、行ってきた活動の取り組みを動画にてお見せする予定です。青空班では創作活動の所属利用者もいらっしや、創作活動で行ってきた作品の出品も検討しています。

# 第四回

## つるかわ学園作品展の開催へ向けて

つるかわ学園 支援課長 芹澤政人

六月二十三日(日)、第四回つるかわ学園作品展の開催を予定しております。また、企画の段階ですが、昨年度の作品展において好評だった「利用者作品に囲まれての喫茶コーナー」や「パン作り体験」、「アクセサリー作り」などを継続した取り組みとして実施する予定です。その他演奏等のイベント、日中活動の各活動班の紹介や作品の展示等、これまでの総括を踏まえながら利用者、地域の皆様によつくり楽しんで頂けるような企画を実施していきたいと考えています。



社会資源としての施設の情報や機能を地域社会に積極的に提供ができるように、また地域交流を図れるような行事をつくっていききたいと思っています。

## つるかわ学園を支える会のご案内

「支える会」について  
国家的財政困難と世情不安定の中において、施設も苦しい状況に置かれています。私達は私達なりに苦しさの中にあっても福祉を支える者として努力を惜しまず頑張っています。今一歩の力の支えをこうして求めています。本当に心苦しいのですが、市民の皆様の小さな善意はやがて大きな力を生み出す事をお約束します。どうか「つるかわ学園」を支える会にご入会し力を添えてくださいようお願い申し上げます。

### 会費

「つるかわ学園を支える会」の会費は、一〇千円額三千円ですが、ひとりで何口か入っていたらくこと歓迎、お願しております。

### 入会方法

入会して下さる方は、振込用紙を学園にご請求下さい。

振替口座番号

〇〇一〇一七一一九四〇二九

加入者 社会福祉法人 つるかわ学園

会員の方々は、毎年三回発行するつるかわ学園の機関誌「つるかわ」をお送りし、学園の様子を続けてご報告するとともに、この人達の幸せを願う者同志としての親交を深めます。

### つるかわ学園ホームページ

日常のようす、行事のお知らせ等がご覧いただけます

アドレスはこちら!!  
HP: [tsurukawa-gakuen.com](http://tsurukawa-gakuen.com)

