

# 町田通勤寮だより

NO 87 2021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

「津久井やまゆり園」事件から五年が経過しました。新園舎が完成し、希望する利用者の帰園が始まるという報道がなされました。事件の第一報から受けた衝撃と、明らかに becoming 加害者側の主張に心がすくむ日々でしたが、障害者福祉に携わる者としてだけでなく人として生きていく中で見失ってはいけない「当たり前」のこの重さを今も感じています。しかし、「当たり前」とは何でしょうか。「一人一人違っていい」という言葉もあります。「当たり前」とは「大半の人が是認できること」だと考えていますが、それを是認できない人を排除することに正当性はありません。ましてや、「生命」を否定することは許されません。日々の業務の中で伝えていくことの大切さを感じています。

この一年「新型コロナ」の話題ばかりでしたので、少し別の話題も、と考えていますがなかなか思い浮かびません。それだけ「新型コロナ」が日

常生活に入り込んでいくという事でしょうか。家庭内感染防止のための『コロナ別居』という言葉もメディアでは言われています。人と人の繋がりを遮断する「新型コロナ」の怖さを伝えるメディアもあります。直接「対面」でのコミュニケーションが全てではありませんが、「対面」していることで伝わる『雰囲気』というものも、相手を理解するうえで重要な要素である気がします。これは支援の現場でもいえることだと思えます。相手の息遣いや醸し出す雰囲気を感じることで、関係性は大きく変わります。画面の中だけでは伝わらないものもあります。

「緊急事態宣言」の四回目の発令に伴い、利用者の皆さんにお願いする「行動制限」も以前の状態に戻さざるを得なく、窮屈な生活を余儀なくされストレスを訴える利用者さんも出てきています。可能な範囲での対応は検討していますが、全ての要求を満たすことはできないので、対応に苦慮しているところです。

私事ですが、休日の外出は食料品の買い物程度だけという日々が続いています。お盆の帰省は今年も断念しました。ワクチン接種が進めば、本当に「日常」が戻ってくるのでしょうか。皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

## 保健講座

主任支援員 武智 里峰

6月13日(日)、遠藤調理副主任(栄養士) 主体での『保健講座(食品衛生)』を開催しました。この講座では、今後グループホームや単身生活に移行された時に役立つことができるように…という目的で、毎年同じ内容ではありますが実施しています。

内容は…

- 1 あなたの飲み物は大丈夫ですか？主にペットボトルの扱いについて
- 2 食品ラベルの味方
- 3 消費期限と賞味期限の見方・違い

この3つの項目で行われました。

普段食事の場面でしか接する事ができない、遠藤栄養調理副主任(栄養士) 直々からの話しでもあり、どの項目も重みのある、貴重なお話しでした。

今までペットボトルの使用方法が間違っていた…、知らなかったあ…、勘違いだったあ…等々、『気づき』や『発見』のできた貴重な時間でもありました。驚いた事は、その講座の終了と同時に、なぜか、放置してあるペットボトルを片付け始めた利用者が多数いた事でした。職員は何も指示や支援せず、自ら積極的に動く事が出来たのにはかなり驚きました。

ここ最近の利用者さんでは、食物アレルギーをお持ちの方が年々増加傾向にあります。食物アレルギー以外にも、アレルギー性鼻炎など、アレルギーを持たない方が少ないかもしれません。また、何らかの発端で、アレルギーを発症してしまう事もあると聞いたことがあります。アレルギーは完全に完治する物ではありません(完治する事もある)が、普段の食生活で守る事ができるのであれば、正しく理解した上で、私達の体に取り入りたいと、職員として新たに気付くことができた講座でもありました。

## 就労講座

支援員 小林 美樹

6月19日就労講座を開催いたしました。対象の方達は今年3月以降入寮された8名です。

最初に①なぜ働くの？②仕事は楽しい？③休みの日はどう過ごしている？④今のあなたの大事なものは？⑤あなたにとつての幸せは？⑥将来の夢、6項目のアンケート記入してもらいました。回答は個人差が有りましたが①に関して「税金を払うため」「他人の信頼を挙げて繋げていく」等記入された利用者さんもいて驚きました。④と⑤は多くの方がゲームと記入されていました。講座の中で強調して伝えた事は①働き続ける事が大切そのためには規則正しい生活を送る事②働き続けるためには無理をしない事③大変だなあと思ったら一人で抱え込まず誰かに相談する事④今の楽しみ・幸せのために働き続ける事、4点を繰り返しました。作成した資料を基にして約1時間の説明でしたが、全員が真剣に受講されていました。

社会人としてスタートしたばかりの皆さんです。就労に関して、これから様々な事が起きるでしょう。そんな時にこの講座を思い出してもらい乗り越えていってくれたら嬉しいです。そして自分らしく幸せな人生を送って欲しいと願っています。

## 地域生活講座（GH見学）

副主任支援員 川瀬 朝日

7月3日に地域生活講座を行いました。これは、毎年開催している講座で、利用者さんに通勤寮を出た後の地域生活をイメージしてもらおうために、グループホームについての講義を受けてもらい、法人内のグループホーム見学を行うものです。主に、通勤寮1年目の方を対象としての講座になります。当日は、地域生活援助センターの上妻主任と入江副主任を講師に迎えて、そもそもグループホームってどういうところか？ という、基本的な内容で進めさせてもらいました。見学では法人内のグループホーム（こだま寮↓3DKタイプ、すばる寮↓2DKタイプ）を見学しました。実際にグループホームに入居されている方に許可を頂き、お部屋を見せてもらいました。みなさん真剣に話を聞いており、ある利用者さんからは「どちらにしようかなあ…」と今の段階でもう入る事を想定しているような声も聞かれました。（残念ながら現状で法人内成瀬地区のグループホームは空室はない状況となります…）今年の参加者の方は、ほとんどの方が将来的にグループホームを希望されているようなので、将来を考えるいい機会になったのではないかと考えています。

## スマホ講座

支援員 佐々木 宏典

7月4日に今年入寮された方を対象にスマホ講座を行いました。内容は主にSNSの利用にあたって、こういったことに注意して利用する必要があるのかを説明しました。利用者の方に身近に感じてもらえるよう、通勤寮付近の写真を使って何でもよいような写真でも今までの投稿内容次第で居場所を知られてしまう事。コロナ禍で実際にあったフェイクニュース

を題材に何処に気をつけなければならないのか。LINEのスタンプやメッセージのやり取りを題材に、相手がどうとらえるのかを考えていくことの大切さを話しました。皆さん真剣に内容を聞いてもらい、特に最後のLINEにおける内容については、それぞれの考え方を発表してもらったので、自分が思っている事とは違う価値観で相手が受け取る事があるという事を知ってもらい良いきっかけになったと思います。これ以外にも知っておいて欲しいことはたくさんあるので、また別の機会にスマホの扱いについてお話をしていきます。

## 調理実習

調理員 高橋典子

6月6日に今年度最初の調理実習を行いました。

「初めての調理 基本から学ぶ簡単料理」と題して、タコライス・ブロッコリーとコーンのミルクスープ・かぼちゃサラダの3品を作りました。

今回は、初心者5名の参加でした。事前に調理に関して、どのくらい興味（経験）があるか調査をして、それぞれの分担を決め調理にかかりました。調理員も2名で対応しました。

今年度初めてなので、身の回りの準備（手洗い・服装）から学びました。

2人の人が、包丁に対して苦手意識があり1人の方に、レタスを手でちぎり、炒め物や盛り付けをしてもらいました。もう1人の方には、冷凍かぼちゃを電子レンジにかけてフォークでつぶしマヨネーズ等で和え、サラダを作ってもらいました。他の方は、通勤寮に入る前に朝食を作られたり、学校の調理実習で包丁が使われた経験があり、ブロッコリーの株の切り方や玉葱のみじん切り等のお手本を見ていただき一緒に野菜を切りました。タコライスは、盛り付ける具材が多く、かなりのボリュームになりました。コロナ禍で1テーブルに1人ずつで距離を置いて座っていただきました。離れていても皆さん楽しそうに食事をされていました。





洗い物の片付けが終わった後、自分から率先して下にこぼれた物をほうきで綺麗にはいて下さいました。お疲れ様でした。  
今回の調理実習は、8月に「暑さに勝つ スタミナ料理」と題して行う予定です。皆様のご参加お待ちしております。



完成!! タコライス・ミルクスープ・かぼちゃサラダ



七夕メニュー



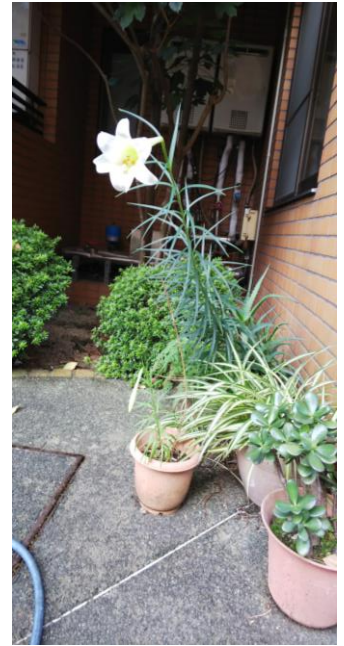
トルコライス



誕生日ケーキ



お誕生日  
リクエストメ  
ニュー



## 今後の主な予定

9月12日(日) 精神科検診

9月12日(日) 保護者会(状況により変更することがあります)

◆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。

今年もけなげに咲きました！毎年のささやかな楽しみです