

町田通勤寮だより

NO 100
2024年5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 月岡 亮

2007年1月からスタートした『通勤寮だより』が100号を迎えました。

1995年の町田通勤寮開設当時、通勤寮の動きは保護者会を通して経過報告のレジュメや口頭での報告、説明だったため、その場だけのものになりがちでした。また、保護者会に欠席された方には内容を十分にお伝え出来ないこともあり、そこで『おたより』のようなものを作り、出席できなかった方にも少しでも具体的にお伝えできればと始まったのが『通勤寮だより』になります。現在では、保護者の皆様だけではなく、関係機関にも発信して通勤寮の様子をお伝えしております。あまり型にはめず、読みやすく様々な情報を発信していきたいと思えます。

令和5年度、日本や世界の出来事として、安定していた岸田内閣の支持率が下落に転じ、年末には権勢を振るってきた自民党の政治資金問題、イスラム組織ハマスとイスラエルとの衝突、生成AIの急速な普及、旧ジャニーズ事務所性の加害問題の露呈、米大リーグでは、日本人選手初となる本塁打王を獲得した大谷翔平選手等々……。新型コロナウイルスも落ち着き話題は様々、転換を印象づける年でした。

さて、町田通勤寮では、事業計画に基づいた事業運営、感染症に配慮しながらも日常生活を送ることができ、皆さまのおかげで無事に令和5年度を終えられたことに感謝申し上げます。

令和6年度、職員の異動等の変更もなくスムーズに新しい年度を迎えました。新しく5名の利用者を迎え、最長2年間、次なるステップに向けての始まりです。

『地域自立』は、『就労』と『生活』の両方にわたる自立が必要です。そして、就労と生活の両方で自立できるようにするのは、一人ひとりが自立できる力をつけることです。人の成長を考えれば当然ですが、人が『自立』していく力をつけていくためには『訓練』という要素だけではなく、訓練も包摂した『育成する』育つ、はぐくむ(育む)という営みを含み、それは重要な視点ですが、より大切な視点は『育つ、はぐくむ』という視点だと私たちは考えます。

育つ、はぐくむためにはそのための『うつつわ』が必要です。そして、このようなくつつわの役割を果たすものの一つが『通勤寮』だと考えます。『支援計画を3か月毎に見直し、限られた期間で自立させていく』ということとは簡単ではありませんが、一人ひとり将来の礎になるよう、それぞれに応じた目標や課題に取り組みながら次への生活の場に向け、サポートしていきます。

福祉マラソン

支援員 河口憲明

2月18日(日)『第36回心をつなげる福祉マラソン大会』が開催されました。会場の大島小松川公園に300名近いランナーが集結しました。通勤から利用者1名が参加しました。当日朝は、生憎の空模様でマラソンに影響しないか心配でしたが、9時頃には晴天に変わり、気温が18℃近くに上昇しました。参加ランナーは、5kmマイペース、ハイペースの各部、10kmの部門に分かれて臨みました。無理せず、ゆっくりマイペースで！を合言葉に号砲とともにランナーは一斉に走り出しました。ゴールを目指し、施設での活動や自主トレーニングに励んできた成果を発揮すべく、ひたむきに走る姿に沿道の区民の皆様から温かい声援が送られていました。通勤から参加の利用者は、5kmマイペースの部にエントリーし、この日の為にコンディショニングを整えてきました。その結果、15位で無事完走しました。日々の努力は裏切らないことを自身の走力で示す結果となりました。

どんなに苦しくても最後まで諦めずに一つの目標に向かって走り続けるランナーの姿に胸打たれるものがありました。私自身、気付けば、ナイスランとランナーへ声かけし、応援していました。

参加したランナーはもちろん、関係者、保護者、区民の皆様と心がつながったマラソン大会になったのではないかと感じました。



オリエンテーション①

支援員 河口憲明

今春、5名の方が新規入寮されました。新規入寮者を対象に3月30日(土)、31日(日)の2日にわたり、オリエンテーションを開催しました。町田通勤寮は、地域で自立した社会生活を送るために必要なことを学び、自分の力にしていく施設です。必要なことは、就労定着、金銭管理、社会人としての身だしなみ、安定した生活リズムの構築など多岐にわたります。1日目は、主に通勤寮での生活の流れ、生活のきまり、食生活の重要性を中心に説明しました。

ここで皆さんに質問です。なぜ、朝ごはんが大事なのか、分かる方はいらっしゃいますか？答え合わせは、次頁でお願いいたします。私自身、あまり深く考えずに美味しく朝ごはんを食べていました。生活のきまりは、社会に出た後も必要なルールになります。

2日目は、金銭管理、通勤寮卒業後の地域生活中心に説明しました。金銭管理では、将来自分でお金の管理ができるように、今からお給料の使い方を身につける必要性があります。地域生活では、通勤寮、グループホーム、一人暮らしでの様々な違い(例：通院同行の有無)を比較し、確認してもらいました。オリエンテーションの最後に災害時避難場所である南成瀬小学校まで歩き、避難のシミュレーションをしました。新規入寮者には、通勤寮生活のルールと将来の自立を創造する機会になったことと思います。



オリエンテーション②

支援員 河口 憲明

4月7日(日)、2年目入寮者を対象にオリエンテーションを開催しました。通勤寮の利用期間は、原則2年です。2年目の方は、今年度で地域移行を迎えます。このオリエンテーションでは、地域移行までの流れと必要なこと(自立までに必要なお金の管理)を説明し、情報共有しました。町田通勤寮には、平成7年の事業運営開始から積み重ねてきた様々な事例、データを蓄積しています。そのデータを活用し、2年目入寮者には、具体的に想像、判断してもらう格好の場になったと思います。職員にとっても入寮者に寄り添い、就労安定と地域で自立した社会生活を送ってもらうためにどのような支援が必要なのか再認識する場となりました。



職員紹介

通勤寮では、チーム一丸となって、利用者の支援を行っております。まず、今年度の職員を紹介します。

答え合わせ

◆脳が目覚め

脳が目覚めて、頭がはっきりして集中力が出る。

◆身体が目覚め

寝ている間に下がった体温を上げる。

◆一日が目覚め

身体にリズムを付け、胃や腸が刺激され、排便をうながす。



今年度は報酬改定の年であり、障害福祉サービス等報酬改定、介護報酬改定、診療報酬改定とトリプル改定の年度となります。

(診療報酬は、6月施行)

今回の障害福祉サービス等報酬改定の一つに、相談支援及び障害福祉サービスを提供する事業者は、意思決定支援の推進 ということで、個別支援計画作成の会議などに本人が参加することが原則となります。

町田通勤寮においても右記の改定を踏まえ、それぞれの方の意思や意向が反映される支援の提供と、自立訓練としての機能 については、その意思や意向を実現させるために、どのような課題があり、それをクリアするためにどう取り組んでいくか」と言う部分を調和させながら仕組みづくりや実際の支援を行っていきたいと考えております。

話は変わりますが、町田通勤寮の現在の利用状況で、男性利用者さんについては、まだ空きがあります。もし、興味がある、検討したいという方がいらっしゃいましたら、いつでもご連絡をお待ちしております。今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

主任 大熊 祐二

今年こそ、体重マイナス5キロ、一ヶ月30万歩を達成できるように精進します。最近、五十肩になったのかな?と思う症状がチラホラと・健康に一年間過ごしたいと思っております。

課長 川瀬 朝日

支援員 石田 順子

今年も慌ただしい4月が過ぎ、5月も中盤に差し掛かりました。法人内の別事業所から異動して何度目かの春を迎えましたが、何度過ごしてもこの時期は苦手です。2年間と短い期間での初めましてと卒業おめでとうを繰り返して、うれしく思うことは今度顔だね 飲みに行こうと言われた時です・・・(笑)

利用者の方が気持ちよく地域に出て生活出来るように支援していけたらと思っております。

支援員 浅田 恵理子

通勤寮へ異動し、気付けば12年目となりました。たまに卒業した利用者さんが顔を見せに来てくれるのですが、「通勤寮にいた頃は、素直になれなくて反発していたけど、今ならわかるよ！」と大人な発言を聞いた時は嬉しく思いました。

「自立訓練だから」「通勤寮にいる間しか学べないから」など利用者さんの為と思ったこちらの伝え方も「押しつけ」になっていないか、振り返りつつ伝えていければと思います。

今年度もどうぞよろしく願います。

支援員 佐々木 宏典

入職して4年が経ち、5年目に突入しました。新米とはさすがに言えず、かといってベテランと呼べるほどでもない、そこそこの職員です。利用者さんや関係機関の皆様との繋がりが自分の視野を広げ、同じ

仕事でも見えてくること・感じることをより深くしてくれています。これが「経験」というものなのでしょうね。6年後には10

年目の職員になりますが、その時はいよいよ経歴だけはベテランと呼ばれるものになるでしょう。名ばかりだけにならぬためにも、ここ2、3年が本当に大事な時期になると思います。

今年度の抱負は「社会福祉士合格」ですね。来年の2月に試験があります。1年後にも恐らくこうやって自己紹介記事を書くことになると思うので、ドヤ顔で記事を書けるよう勉強頑張ります。

支援員 河口 憲明

先日、スーパーで買い物中に、3月に卒業した利用者から、こんにちは。と声をかけられました。然程時間が経過していないのに、地域移行後の新しい生活を始めた卒業者の成長に目を細めてしまいました。常に自問自答しながら、利用者支援ができるよう、取り組みたいと思います。今年度もよろしく願います。

事務員 服部 千穂

事務員として入職し、この4月で丸6年となりました。福祉業界での仕事は初めてで、デスクワーク以外の仕事も思いの外あったため、勝手が違うことに戸惑い、悩みつつ不安を抱えながらの6年間でした。何とか今日まで続けることが出来たのは、寮長はじめ職員の方のおかげであり、感謝しかありません。

少しは慣れてきたかと思ったところで定年が近くなり、これからどのように事務員として通勤寮に貢献できるのか、最近では自問自答、自分なり

V 職員紹介

に種々試行錯誤の毎日です。利用者さんとかかわる機会はありません。種ではありますが、通勤の一員として必要とされる存在になれるよう、初診を忘れずに日々努力と思っています。

次に毎日、利用者さんに美味しい食事を調理、提供している調理員の紹介です。

主任 遠藤 小百合

調理を担当しています 遠藤です。

早いもので、6月になると町田通勤での生活が10年目に入ります。お仕事と同時に始めたテニスも10年目になるのですが、元来の運動音痴が災いしてか、一向に上達しません。それでも 続けることに意義がある、と自分に言い聞かせ、週に2回はラケットを持つように心がけています。

お仕事も趣味も続けていけば、いいことも悪いこともたくさん経験することが出来、それはすべて自分の糧になると信じています。

これからも町田通勤を通じて、さらなる経験を積み重ねられるよう努力できる人間でありたいと思います。よろしくお願いいたします。

調理員 富田 千亜希

利用者の皆様と食事を通じてのコミュニケーションは、とても楽しい時間。その時にいただく言葉は、 学び そして大きなやりがいとなっております。

私自身は好き嫌いがなく、よく食べ、よく寝て、ほどよく遊ぶ50代。よろしくお願いたします。

調理員の平井と申します。

調理員 平井 海輔

突然ですが、皆さま普段のお食事は、「食べたい」と「食べなきゃ」どちらが多いですか？私は「朝ごはんたべなきゃ」「お昼用意しなきゃ」「晩めし考えなきゃ」とつい追われ、更にはバランスを考えて野菜を

「食べなきゃ」などとまた「なきゃ」が出現してきます。結果、ただ食べるという行為だけになりがちです。せっかくの三度三度の食事は美味しく、好き嫌い無く楽しみたいものです。

さて、今年度も調理実習が始まります。調理実習に参加される方には、料理を身近に感じていただけるよう、できるだけ「なきゃ」の無い楽しい実習にしたいと考えています。

利用者の方々が、調理実習や普段の食事を通して、「食べたい」料理をたくさん増やしていけたらと思います。

今年度もよろしくお願いたします。

調理員 大橋 とも子

朝食を週2回担当し、3年目に入りました。朝3時半に起床しての出勤にも慣れてきました。

これからも利用者さんが、朝食をしっかりと摂って出勤する、良い生活習慣が身について卒業されていけることを願っております。



タイ料理



カオマンガイ
トムヤムクン風スープ
ヤムウンセン(春雨サラダ)
さつまいもプリン

次回の保護者会は、9月8日(日)を予定しております。

7月納涼会

6月8日(土) 保健講座

5月24日(金) 身だしなみ講座(2年目利用者対象)

5月17日(金) 身だしなみ講座(1年目利用者対象)

今後の主な予定

VI調理実習 今後の主な予定



調理実習

2月11日(日)に『まだまだ さむ〜いから土鍋でなべパ』と題して、調理実習を行いました。

参加利用者に鍋に入れたい具材を聞いて、豚肉、白菜、水菜、鶏団子、海老、油揚げ、しめじ、豆腐と具たくさん鍋が出来上がりました。味付けは市販の素を使用しました。

なべパで食卓を囲み、その美味しさに自然と笑みがこぼれる至福の一時を過ごしました。

通期寮では、もっと料理上手になりたい人、将来の一人暮らしのために料理を覚えたい人など、それぞれの目標に向かって、楽しく、調理技術も習得できます。

編集後記

通期寮だよりが創刊され、記念すべき100号を迎えました。これは、ひとえに町田通期寮にかかわってくださった、関係機関、利用者、そのご家族、地域の皆様のご支援の賜物と感謝申し上げます。私自身、この通期寮だよりに携わる機会をいただき、身に余る光栄だと感じております。利用者支援に従事してこられた歴代通期寮職員、つるかわ学園職員が繋いできたバトンを引き継ぎ、よりよい支援に繋げていくよう心が引き締まる思いです。創刊号を添付いたしました。当時の通期寮の息吹、歴史を感じていただけたら幸いです。通期寮だよりを通して、皆様へ町田通期寮の情報を発信し、情報共有できるよう、これからもことばを紡いでいきたいと思います。(河口)

お知らせ

町田通期寮では、見学のご案内をしております。

見学を通して、将来の入寮、その先にある地域自立をイメージしやすくなります。

施設設備などご関心がありましたら、ご遠慮なくお問い合わせいただければ幸いです。HPに利用者の一日の流れを掲載しております。

お問い合わせ先

TEL:042-739-0491

町田通期寮の施設、支援について動画を作成しました。つるかわ学園公式HP内、お知らせ『法人PR動画リニューアルのお知らせ』からご覧になれます。支援の一端がご理解いただける内容となっております。

HP:tsurukawa-gakuen.com