

みどり



友愛みどり園
ケアホームもやい
移動支援事業所「ふくろう」
相談支援事業所 つむぎ
あごら ビータス
きざし

2023.5.10 vol.76

〒276-0040 八千代市緑が丘5-20-2
TEL 047-458-7477 FAX 047-459-9541
https://yokuyu.or.jp
E-mail: midorien@ca.wakwak.com

Contents

きざし	1 P
相談支援事業所「つむぎ」	2 P
アーティスト紹介	2 P
特集「魅了された人たち」	3 P

よくゆうぶちねっと	4 P
製品紹介	4 P
最近気になるお野菜レシピ	4 P

きざし

「運動ごっこ」

「きざし」では【大人としてはたらく意味を知り、その喜びを感じることが出来るように】【はたらく事を通じ、伝える・見通す・思いやる等「ちから」を養つ】といった事を方針に各種活動を行っています。そのメインは「畑」「織物」の2つになりますが、しっかりとはたらく為にはまずは身体が資本ということで、月・水の午前中のスケジュールとして「運動」を組み込んでいます。今回はこの「運動」についてお話ししたいと思います。運動の時間は4-10月にはウォーキング、11-3月はランニングをメインとし、その日の天候・場所に合わせたものになっています。担当職員によっても内容が変わりますが、連休明けは比較的負荷の少ない運動、午後の活動が屋内活動の時は負荷が少し強めな内容とバリエーション豊かです。

そんな「運動」の時間での出来事を2例紹介していきます。

Aさんは1人でいることが好きなので「きざしメンバー」と揃っての活動は苦手なようです。

しかし、みんなのことは大好きなので、みんなが困っている時には助けてくれたり、リーダー役を引き受けてくれたりもするのです。

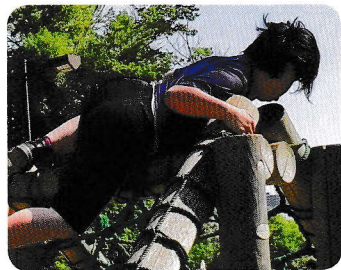
そんなAさんですから「運動」の時間もみんなの様子を少し離れたところから見ていることが多いです。ある日リレーをしようとしてチーム分けをしていると人数が足りません。「Aさんが入ってくればリレー出来るのだけれど……」と声をかけると最初は嫌がっていましたが、みんなの困っている様子を見て入ってくれました。Aさんのチームは見事勝利してAさんも少し嬉しそうでした。今ではチームのリーダーとして走順を考えてくれるようになりました。

Bさんは「きざし」のムードメーカーです。いつも大きな笑い声で「きざし」を明るくしてくれています。

そしてBさんもまた「きざしメンバー」が大好きです。

ある日アスレチックに出掛けたら、Bさんには難しい遊具がありました。みんなはドンドンと乗り越え先にいきますが、Bさんは足元が不安定なこの遊具が怖いので、後ろから降りてしまいたい気分です。

しかし、何とかみんなに追いつこうと必死に頑張って遊具を乗り越えたのです。Bさんはみんなに追いつけた事とやり遂げた満足感でとっても良い表情でした。2人は全くと言っていいほどタイプは違いますが、「きざしメンバー」を大好きなところは一緒です。「運動」という身体がメインとなる活動ではありますが、「運動」という活動の中で仲間を強く意識出来るようになり、より良い「はたらく」に繋がっていくのだと思います。これからも「運動」を通してみんなの成長を見守りたいと思います。



相談支援事業所
つむぎ

2012年9月に事業を開始した相談支援事業所つむぎは、今年度で11年が経過しました。事業開始当初から関わらせてもらっている方は、その分だけご本人もご家族も年齢を重ねており、最近では将来への不安を抱えている方が多くなってきました。なかでも、親亡き後のご本人の生活や財産管理等をどうしたらいいのかという不安が強くなってきているように感じます。

友愛みどり園ではだいたい前になります。支援をつなぐ情報伝達シート」というものを作成し、配布しました。これは「本人に関する情報(手帳、福祉サービス利用状況、通院先、年金、保険など)を18ページにわたって記入するものですが、記入することが多いため、実際に記入し、保管している方は少ないかもしれません。

「支援をつなぐ情報伝達シート」をお持ちでない方には、一般社団法人日本相続財センターグループが出版している「親心の記録」をご紹介します。(親心の記録はホームページよりダウンロードが可能で、冊子はつむぎにもありますので、必要な方は欲しいとお伝え下さい。)この親心の記録も22ページあり、記入する箇所が多くあります。考えたくはありません

が、急に……ということもあり得ますので、はじめから順番に記入するというよりは、大事な所から記入していくことをお勧めします。日中活動先に通われている方や相談支援を利用していらっしゃる方は、本人の情報はある程度知っていますが、銀行口座や保険、ご本人に入院や治療が必要になった時などは把握できていませんので、そのあたりの記入から始めてみてはいかがでしょうか？

また、本人に関するもの(手帳、保険証、お薬手帳、通帳、保険証書、印鑑、ご本人について記入したもの等)を1カ所にまとめ、信頼できる方に『ここにすべてまとめてあるよ』と託しておくこと、残された兄弟姉妹は安心されると思いますが、実際に、急なご両親の体調不良や逝去に伴い、兄弟姉妹が全く分からない状況から何とかしなければならぬということがありました。関係事業所や相談支援が協力することで何とか切り抜けられました。

不安は大きかったのではないかなと思います。そのような状況になる前に、できる準備をしておくことと安心です。兄弟姉妹がいない方や兄弟姉妹に託せないという方もいると思いますが、そのような方こそ、相談支援事業所に相談してみてください。一緒に将来のことを考え、不安を少しでも取り除けるようにしていきたいと思えます。

(大)

アーティスト紹介

2021年度から『得意なところに目を向け伸ばす』取り組みの一つとして、芸術創造活動を行ってきました。利用者の得意なこと、好きなことを仕事に繋げることはできないかという思いで生産活動プログラムに導入してから2年が経ちます。最初の頃は職員も手探り状態で様々な画材を用意し利用者を選んでもらったり、どの画材が合っているか皆さんの描き方の特徴や、傾向、癖等を知ることからスタートでした。その中で最も大切にしてきたことは、利用者本人の気持ちです。芸術活動は、創作意欲が湧かないと素敵な作品に結び付きませんので、芸術活動に参加したくなる環境整備と意思決定を大切にしてきました。参加される利用者は、日頃から取り組んでいる生産活動と兼務になりますので、毎回どちらの活動に参加するか確認しています。利用者の気持ちや幅を広げる(豊かにする)と共に、周りの(側の)人たちの心を動かす(感動させる)作品と一緒に生み出していけたらという



思いで活動しています。

取り組みとしては、仲間や職員達の反応や生の声を聞く機会として廊下や食堂を使って園内でも絵の展示会を開いてきました。サイン会等を通して仲間との触れ合いの時間をもつことで、初めて絵を評価される経験をし、周囲の反応から嬉しい表情も見ることができた。その影響は、参加意欲や展示会準備等にも現れ積極的に参加してくれています。そして外部で開かれた『とって



おきの作品展』で高松クリストファさんの描いた絵が市長賞を受賞することができ、その経験は、確実に手応えや自信に繋がったように感じます。表彰式の際、「絵を描くことは好きですか?」と尋ねられ、「好き!!」と自信たっぷりに答えた高松さん。好きが自信に繋がった瞬間でした。

賞状を読み上げてもらっている間や、描いた絵の前で館長さん達とピシッとした服装で記念撮影をしている際の高松さんは、誇らし気な表情でとてもかっこよかったです。今後の芸術創造の活動に期待して下さい!!

(金)

特集 「魅了された人たち」



今回の特集記事も「魅了された人たち」をテーマに、当法人及び利用者に関心され、貢献して頂いている人を紹介します。今回は、当法人の職員の中でも、これまで福祉以外の仕事をしてきた3名のグループホーム（以下GH）職員へのインタビューをまとめました。



曾我 孝志 さん

（経歴：以前は会社員。企画・販売・営業などを経験。）



安原乃利子 さん

（経歴：事務の仕事をしていました。）



松本 順一 さん

（経歴：航空機に載せる器材の管理を行っていました。）

● 入職理由

曾我さん：この仕事は、昔の職場の知人の紹介で知りました。人の役に立つ仕事をしてみたいと考えていたところだったので、いい機会だと思いました。また、身近に障害を持つ子がいて、障害者の生活について知りたいと思いました。

安原さん：GHの仕事は、近所の方に紹介して頂きました。「誰かの役に立つことがしたい。」と考えていたので、すぐにやることにしました。

松本さん：この仕事は、ホームページを見て知りました。初日の見学で利用者のTさんが挨拶してくれ、2回目の見学の際に「また来ましたよ。」という、飛び跳ね喜んでくれたのを見て、何となく「できる」と思いました。

● 仕事の感想（大変だったこと・嬉しかったこと、仕事を続けられる理由等）

曾我さん：利用者とのコミュニケーションがなかなか取れず、大変に思うこともありましたが、一緒に働く仲間が励ましてくれたお陰で、前向きに続けることができました。

また、少しずつ利用者とのコミュニケーションが取れるようになってきて、利用者が楽しそうにしている姿を見ることが、自分の喜びと感じられるようになってきました。

利用者が自分のことを頼りにしてくれているので、今も続けていられるのだと思います。

安原さん：利用者が何を望んでいるのか分からず苦勞しましたが、今は利用者の様子から、考えていることなどが少しずつ分かるようになってきました。利用者が喜んでくれる姿を見ると嬉しく思います。

ゆっくり時間をかけて利用者一人ひとりと関係を築くことができたから、こうして利用者との生活を楽しくしているのだと思います。利用者のことが分かってくると、離れられなくなってきます！

松本さん：障害特性や発達については全く知らず、一からの勉強となったことは大変でした。ただ、ご家族から「ありがとう」とおっしゃって頂けること、入職時から暖かい目で見守って頂いていることは嬉しく思います。

数年前に母が亡くなった際、少々落ち込んでいたのですが、何かを感じてくれたのか、皆さんが手をつないでくれたりと声なき声で励ましてくれました。その時の恩を返したいとの思いが仕事を続けられる理由になっています。

● 仕事を続けてきて……（考え方の変化、これからの目標等）

曾我さん：はじめは不安でしたが、今では利用者のことを家族のように思っている自分がいます。自分のことよりも利用者のことを考えられるようになってきたから、今も仕事を続けられているのだと思います。

「自分も利用者も、昨日より今日が良くなるように！」と、日々工夫しながら利用者に関わっていきたくです。

安原さん：はじめは知らないことだらけで、不安がたくさんありました。しかし、いざやってみると、利用者や職員との新たな出会いの中で、視野が広がったように思います。みんなと関わる中で、人と人とのつながりの大切さを改めて気付かされたように思います。

健康に、少しでも長く世間人の仕事を続けられるようにすることが今の目標です。

松本さん：利益や費用、効率の追求から一転、幸せや楽しさの追求に変わりました。また、自分の中の「〇〇しなくてはならない」を捨て、「まあいいか」と思えるようになったことは、自分の考えの大きな変化です。

具体的な目標が見つければ資格を取得したいですが、今は富士山に登ってみたいです！

● 福祉の仕事を目指す方へ

曾我さん：はじめは、たくさん悩むと思います。それでも少しずつ利用者仲間と関係が築けてくると嬉しく思えることも増えてきます。

安原さん：とにかく関わってみること！はじめは分からないことばかりかもしれないけど、やってみる中に思いがけない発見があります。

松本さん：もっと面白いことを考えよう！と言われる職場はなかなか無いと思います。利用者さんと一緒に楽しいことをたくさん探しましょう。

今回のインタビューから、利用者との関わりがもたらす魅力を感じることができました。ただ、その魅力を感じるには時間が掛かることもインタビューから読み取ることができます。利用者も職員も心に余裕をもって過ごすことができるように、日々工夫していければと思います。

☎

今回で特集「魅了された人たち」はおしまいです。福祉の現場を知らなかった人たちが、利用者さんと接するうちに「魅了」されていく気持ちを聞き、とても嬉しくなりました。「共生」という考えを広げていけるよう、今後も「みどり」で発信していけたらと思います。次回の特集もお楽しみに！

☎

ヘルプマーク

東京都が作成し全国に普及し始めている「ヘルプマーク」というものがあります。

ヘルプマークとは、「外見からはわからない援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう作成されたマーク」です。

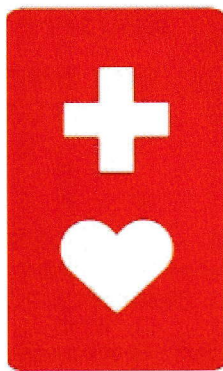
しかし、「利用時の周囲の反応が気になる」、「逆にトラブルに巻き込まれそう」、「認知不足により役に立たないと思うから」という理由などでヘルプマークをつけること自体に消極的な人もいます。

そんな中、いわば「逆ヘルプマーク」というものが作られていますのでご紹介したいと思います。

無償ダウンロードや配布がされている「ハートマークプロジェクト」考案の大きなハートマークを人が支えるデザインのマークです。助けを求める側も助けを出す側もとても勇気がいる事です。助けを必要としている人が、街中で「手伝ってください」と声をかけやすくなりたいという思いと、助けたい人があと一歩を踏み出すための後押しになればと

いう願いから作られました。他にも小学生が考案した、東京都の赤色のヘルプマークに対し、デザインはそのままでも緑色に変えた、シンプルで分かりやすい「逆ヘルプマーク」もニュースなどで取り上げられています。

本来であればマークがなくても自然とサポートし合える社会が理想です。そんな社会への第一歩となり、助けを必要としている人と助けたい人の懸け橋になってくれるといいですね。



▲ヘルプマーク



製品紹介

友愛みどり園食品班 Y.M.I.O. での。食品班では毎年、地元の物を使って製品を作る「地産地消」をコンセプトに活動し、無添加のジャム販売を中心に活動しています。そして利用者も地域の農家などに一緒に買い物へ行き、挨拶をするといった地域との繋がりを大切にしながら活動に励んでいます。

昨年新たな仕入れ先を探す中で八千代市島田台にある「さっちゃん」のいちご園」と出会いました。このいちご園の方々と関係を築いていくと、私たちの製品に興味を示してくださいました。このいちご園では、いちごの販売やいちご狩りを行っています。ジャムの販売はしておらず、ぜひ販売させて欲しいとの意見をいただきました。その背景にはいちご園の食品ロスを減らしたいという思いと無添加ジャムの製品を出したいという思いがあったそうです。このことを踏まえ、食品班と協力して製品を作ることができれば、お互いが望んでいる形で販売を行うことができます。食品班としても、地域の方々と密に繋がりを持つことができ、法人としても大切にしている地域貢献の機

会にもなります。実際にいちご園と協力しながら、製品を作り販売していくことで、利用者の手応えや達成感も大きくなりました。完成したジャムを届けに行くと、いちご園の方々に「ありがとう」と言われる機会、お客様から「おいしいジャムだね」などと言われる機会があることで、利用者の皆さんは、達成感に満ちた表情を見せてくれます。このことが利用者の活動意欲にも繋がります。以前よりも熱心に生産活動に取り組み姿、販売を楽しみにする姿など、利用者の様子にも変化が見られました。

結果的に地域の農家へ貢献できる機会や私たちの製品を知ってもらえる機会が増え、互いに手を取り合いながら良い関係性で生産活動をしていくことができるようになりました。

今後も八千代市の果実などを使って美味しいジャムを利用者と作り地域と共に盛り上げていきたいと思えます。



★パート6 最近気になる お野菜レシピ 菜の花



《菜の花のアクアパッツァ》4人分

- 材料
- 菜の花 1束
 - 白身魚 4切
 - あさり 1パック
 - ざく切りトマト 1
 - 塩コショウ 少々
 - ☆オリーブオイル 大1
 - すりおろしにんにく 1片
 - 水 100CC
 - 白ワイン 大2



作り方

1. 魚に塩を振り5分置き、キッチンペーパーで水気を拭く
2. オイルで両面を焼く（皮目から）
3. ☆とトマト・あさりを加え、蓋をして5分蒸し焼き
4. あさが開いたら塩コショウで味の調整
5. 菜の花を乗せてしんなりしたら出来上がり