

**mote 商品のご紹介**

11日のふくしのひろばでは、たくさんのお客様にお越しいただき、誠にありがとうございました!! mote 商品へのアドバイスや、「トートバック使っているよ!」などのお話も聞くことができ、とても嬉しく思います!

さて今月は文房具グッズのクリップ入れをご紹介致します。蓋の内側にはちいさな磁石がついており、蓋を開ければ磁石にくっ付いたクリ

ップがすぐ出てくるという優れモノです!! ピンの周りにはさをりの布がモザイク調に貼ってあります♪



皆様のデスクにひとつ、いかがでしょうか?

**「りとる感謝祭 2016」のおしらせ♪**

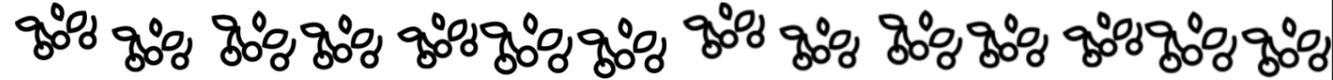
日頃からお世話になっている皆様への感謝をこめて10月

9日(日)に「りとる感謝祭」を開催します!!

皆様に楽しんでいただけるよう、ステージゲスト、食品

物販、プログラム等ただ今、実行委員で企画検討中です!!

詳細につきましては、追ってお伝え致します。お楽しみに!!



**リレーエッセイ**

テーマを投げる職員もテーマを受け取る職員も誰から何のテーマが来るのか編集委員からのオーダーがあって初めて知る本コーナー。職員が知らないあの職員の内側をのぞけると、ひそかな人気です。

**「最近買ったもの」**(藤田職員からのリレーテーマ)

最近、携帯用の入浴グッズを買いました。20代の中ごろ、当時の職場の出張先でこたまお酒を飲んだあと、ビジネスホテルの大浴場でひどい湯あたりを起こして、先輩たちに大迷惑をかけたトラウマも薄れてきて、今ではお風呂が大好きです。

最近では毎週のように行っていた時期もあったため、より快適な入浴を行うべく、シャンプーやらタオルやらがセットになったあの一式を購入することにしました。大きいお風呂は、もうとっても気持ちいいです。硫黄の匂いのキツイ温泉も大好きです。みんなが当たり前のように裸で過ごす、あの不思議な空間も、妙な背徳感があってドキドキします。

疲れたなと思ったら、お風呂に行きましょう。でも疲れてなかったってお風呂に行きたいです。

とりあえず広いお風呂で大の字になれば、それですべてがうまくいくような、そんな気がしてしまうのです。

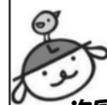
きら主任生活支援員 笹川義智

**「母の手料理」**(山岸職員からのリレーテーマ)

「母の手料理」このタイトルをみて、私をよく知っている人は苦笑をしていると思う。なぜかという私の母は基本的に料理が苦手であり、もっぱらご飯は祖母が作っているからだ。祖母のご飯は美味しい。得意料理は和食で、カレーの煮つけは私の好物である。一方、母の料理のセンスは皆無と言ってもよく、ただの卵焼きが普通に作れない。

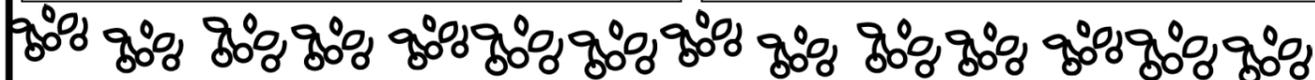
そんな母でも「伝説」と呼ばれる手料理がある。数年に一度作られるか否かという程の稀有なお菓子、アップルパイである。真剣にりんごを選び、料理本と鍋を交互に見ながら一日がかりで作るアップルパイは本当に美味しい。毎年作ってほしいとお願ひするのだが、母曰く「アップルパイのプレミアム感を損なわせたくない」とのこと、完全に母のやる気次第である。

かれこれ10年は見ていないゆえに「伝説」となったアップルパイ。今年はお目見えするだろうか。



きら生活支援員 松野春菜

今回のテーマは笹川職員から「私の武勇伝」、松野職員より「休日すること」です。次号もお楽しみに!!



発行者：社会福祉法人みんなでいきる 障害福祉事業部りとるらいふ  
通信に関するお問い合わせ先：事業部代表 TEL025-542-0170 (担当：金子)

**りとるらいふ 通信**

(社福) みんなでいきる  
障害福祉事業部りとるらいふ  
発行日：2016年6月

日中は暑いのに朝晩は肌寒い天候で体調を崩しやすい時季ですが、皆様はいかがでしょう? 来る暑い夏に負けないよう、りとる職員もしっかり体調を整えていきたいと思ひます。それでは6月の通信をお届けします★



りとるスタッフ  
おススメ!!

**「みんなが楽しめる」お出かけスポット♪**

りとるらいふは、事業所活動等で上越市内、近郊に外出する機会がたくさんあります。そこで今回は初企画として「みんなが楽しめる」おススメスポットを紹介したいと思います! 初回の今回は、「りとるらいふ歴」の長い3名の職員からこれまでの経験を基に「ここはおススメ!」という場所を紹介してもらいました。「バリアフリーで良い場所は?」「気持ちよく散歩してリフレッシュできる所はないかなあ?」「普段の活動でどんな所に行っているんだろう?」などなど皆さんのお出かけ情報の一つになれば嬉しいです。

**おススメスポット①  
フェリー乗り場展望室**

夏はプールや海はお決まりですが、海つながりて穴場をご紹介します。

展望室は私が個人的にも好きな場所でもあります。運がいいと、2015年に就航した『あかね』も間近で見ることが出来ます。

フェリー乗り場の建物に向かって左手にエレベーターがあります。展望室は5階にありますので、階段よりエレベーターをおすすめします。5階展望室には双眼鏡があります、普段遠くで見えない景色も楽しめると思ひます。天気が良いと佐渡もハッキリ見えます。

夏は、海に沈んでいくキレイな夕日を眺められるのも、この季節の楽しみかな...と思ひます。皆様はいかがでしょう?

(推薦者：ふあん 松田清司)



**おススメスポット②:  
長峰池**

今回おすすめスポットとして紹介する場所は、ららんの外出でもお馴染みになっている『長峰池』です!! 長峰池は吉川区の米山カントリークラブの近くにあります。

何がオススメかということ、駐車場付近の畑の一面になんと「ダチョウ」がいるんです!! その他にもトイシがあり、池の周りも歩道が整備されていて散歩にも最適です。何故この場所を知ったかというと、りとるらいふに入りたての時に...長くなりそうなのでやめておきます(笑)機会があったら是非行って見てください。

嗜まれても保証は出来ませんので、くれぐれもダチョウには近づきすぎないようにお願いします☆

(推薦者：ららん 笹川隼也)



**おススメスポット③  
大出口キャンプ場**

私の生まれ育った町、柿崎にあるキャンプ場です。

ここは「大出口泉水」という湧水が出ており「平成の名水百選」にも選ばれています。水はとても冷たく、子どもの頃、ここでジュースやスイカを冷やして食べました。キャンプ場は公園としても整備されており、散歩もできますし、夏になるとヒマワリも咲きます。キャンプ場は尾上岳中腹にあるため、頸城平野から日本海まで見ることができ、景色もきれい。

尾上岳にはパラグライダーのフライトエリアもあり、タイミングが合えば実際に飛んでいるところも見られるかもしれません。

(推薦者：にこ 渡辺 功)



楽しみ方は人それぞれ。上越市は広いので「掘り出しもの」ならぬ「掘り出しスポット」がありそうですね。行かれた方はぜひご感想を聞かせてください。第2弾をお楽しみに!!



### Let's DANCE!!～きらの活動より～



今回は「ダンス」についてご紹介させていただきます！きらでは毎週2回、S.O.P（ストリートダンススクール）の講師の先生をお呼びしてダンスを習っています。

場所はカルチャーセンター、教育プラザの体育館、きら新棟の部屋を繋げたワンフロアで踊っています♪

それでは早速、ダンスで踊っている曲をいくつかご紹介いたします！

- ・SHINee 「321」・ナオトインティライミ 「おまかせピーターパン」・三代目 J Soul Brothers from EXILE TRIBE 「R.Y.U.S.E.I.」・SMAP 「JOY!!」「前に！」・コトリ with ステッチバード（妖怪ウォッチ）「ようかい体操第一」「宇宙ダンス！」他にもきゅーぽみゅぽみゅやアンパンマン、ピタゴラスイッチのリミックス…などなど。

聴きなれた曲は自然と身体がリズムをとりますね♪ぜひご自宅でも踊ってみてください♪

### 成長の春～にこの活動より～

新年度スタートから約2カ月が過ぎ、今年度から利用の新メンバーも慣れてきた頃です。天気の良い日が多いこの時季、仲よし同士で散歩に出かけたり買い物に行ったりと楽しんでいます。

お子様達を見ていると、遊びや活動を通していつの間にか仲良くなっていたり、好きな話題で盛り上がったりしています。その姿に改めて子どもの持つ見えない力を感じます。ひとと関わることで、わずらわしいことも沢山あるし時には上手くいかないことも。

でもその中で相手を知り、自分を確立していくことで楽しさを共有して深い関わりが生まれる。

そんな成長を感じられる春になりました。

暑い暑い夏は目前です。

今年もいっぱい遊んでいっぱい学べる夏にしていきたいと思えます。



### H&Hコンサート！！～ららの活動より～

今回は、らら大盛況

イベント『H&H』コンサートの様子をご紹介します。

『H&H』とは…『ヒゲアン ドハゲ』と読みます。ヒゲさんとハゲさんの2人組



バンドです。スペシャルゲストの方々にも来て頂き、みんなが知っている名曲から合唱曲まで、生演奏・生歌のコンサートをしてくれます！定番曲は、学校でも馴染みの『明日は晴れる』です。「さあ！みんな、一緒に歌おう」と声がかかると、子どもたちも立ち上がり、歌ったり♪踊ったり♪この一体感が大好きです。

最近ではららスタッフが歌の飛び入り参加をさせていただくこともあります！スタッフの歌が聴けるといっても『H&H』コンサートの楽しみの1つかもしれませんね☆

### りとるの新しいなかまたち～新入職員ご紹介③～

はじめまして。小林泉と申します。

5月16日からきらの職員となりました。先日新潟市から上越市にやって来たばかりでまだ慣れないことばかりですが、ここでのたくさんの新しい出会いを嬉しく思っています。

よろしくお願ひします。



### LRS活動報告～「ふくしのひろば」より～

「ふくしのひろば」にお越しいただいたみなさん、LITTLE RAVE SOUR のステージはいかがでしたでしょうか？昨年のりとる感謝祭をきっかけに結成したバンドですが、やってみたら自分たちが一番楽しくって、いろんなところ

からちょこちょこ出番をいただいています。普段お会いする姿とはちょっと違った一面？

よりです♡今後も楽しく活動を

を続けていきます。応援よろしくお願ひします★ PDよしだ



### 災害時における被災者への対応について…

社会福祉法人みんなできの 副理事長 片桐公彦

4月16日21時26分。その日、私は出張中のホテルの下にある居酒屋にいました。数人の人々と一緒に楽しくその時は盛り上がっていました。スマートフォンでの速報ニュースを見ていた誰かが言いました。「熊本で震度7だった…」

私はすぐに九州地方にいる友人や知り合いに電話をかけました。災害発生直後は電話が極めてつながりにくくなります。それを自分はよく知っているつもりでしたが、それでもその地震の規模を考えると尋常ではない事態になっていることは容易に想像できました。それを思うと、繋がらないと分かっている電話もかけずにいられませんでした。幸い、数名の友人たちとはすぐに連絡が取れ、とりあえずはホッとしました。ですが、直感的に震度7の地震ということは避難生活が長引き、自宅に長期間戻れない人たちが大勢出る。在宅の障害のある方や、障害者支援施設で暮らす人たちにとってもかなりきつい生活がこれから待ち受けているだろうということに気持ちが向きました。

私が副代表をしている「NPO 法人全国地域生活支援ネットワーク」は地域福祉を推進する全国の仲間が集まって制度改正の提案をしたり、研修やフォーラム、研究事業などを行う全国組織です。この組織の理事メンバーには実は九州地区の方々が多く、彼らを中心にすぐに熊本地区に支援に入りました。私は距離的な問題や自分の仕事の調整がつかないこともあって、今回に関しては現地に赴くことはできませんでした。ただ、東日本大震災の際には一ヶ月ほど石巻市の福祉事業所の支援に入った経験がありましたので、スタッフのコーディネーションや受け入れの書面の書式の提供、義援金集めなどの後方支援に徹していました。

東日本大震災の時のご存知の通り、地震以上に津波の被害が甚大でした。死者・行方不明者ともに大きな規模となったのはそのためです。熊本の震災では東日本大震災ほどの死者・行方不明者の被害はでなかったものの、福祉施設の被害は非常に大きなものとなりました。仲間からの情報を集約すると、明らかに東日本よりも建物に与えたダメージは大きく、建物の損傷は同じ震度7でも比べものにならないほどであったと聞きました。東日本では地震そのもので損壊した事例は比較的少なく、甚大な建物被害の多くは津波の影響を受けていました。このあたりが東日本大震災との大きな違いであったようです。

日本は多くの震災に見舞われている中で、その対応については経験則を重ねてバージョンアップしています。自衛隊の対応は益々迅速になり、情報不足に陥る避難所にはかなり早い段階でWi-Fi が整備されるようになりました。自然災害と共に日々暮らしていると言っても過言でもない私たちはここ20年ほどでテクノロジーの進歩もあり、災害時における様々な対応や被災者支援、復興には驚くべき進化をしました。その上で、何度繰り返しても同じようなことも起きていました。私自身、いくつかの災害で現地での支援をさせていただいた立場で、今回の熊本地震について思うことを書いてみたいと思います。

まず、要援護者名簿についてです。私は講演でも話していますが、災害時における要援護者名簿の存在を私はあまり信用していません。大きな災害になればなるほど、自治体の職員や町内会の人間も被災者となり、名簿を使うことが難しくなるからです。資料を大事に保管していても地震があれば書類はバラバラになります。パソコンに保存しておいても電源が入らないので見ることができません。こういう事例をいくつも聞いています。これを解消するにはデータをクラウド化してサーバー管理をするしか方法がありません。災害時に備えたデータの管理については、紙やハードコンピューターでは限界があります。徹底したクラウド化がポイントのように思います。

またもう一つ気になったのは、支援を申し出てもその支援を受け取るエネルギーが被災側になくという状況についてどう考えるか？についてです。これも災害時には大きなポイントになります。

災害時は建物の倒壊や破損、人的な被害、住まいの確保、食事面の保証や栄養補給、情報提供、今後の生活の見通しをつける作業などなど、膨大な量の「復興事項」が存在します。これらを一いつひとつクリアしていく必要があるのですが、それぞれの復興パーツにはそれぞれの専門性のある組織や人が入り込みます。それぞれの支援はどれも重要なのですが、その支援を受け取る窓口は災害時には非常に限定され、たいてい受け取る窓口の担当者に一気に膨大な負荷がかかります。要するに支援の申し出が多すぎて処理しきれなくなるのです。これが災害時には必ず発生します。福祉事業は生活そのものを丸ごと引き受けているものですから、処理難易度は格段に上がります。生活丸ごと、でいえば障害も高齢も入所施設においては特に難しくなります。東日本大震災で宮城県石巻市で私が直面した場面がまさにそれでした。

このような場合にどうするか？について私なりに考えていることがあります。それは「災害時より前に近隣都道府県などにネットワークを構築しておく」ことだと考えています。災害が起きてからどうの、ではなく普段から外に出て、いろんな人たちと出会う仲間を作り、顔がしっかり見えてなんでも言い合える「事業所内の仲間」だけでなく「業界内外の仲間」の関係を強く作っておくことだと思っています。中越地震、中越沖地震、東日本大震災、そして今回の熊本地震でも「ネットワーク力」が強いところに然るべき支援がスムーズに届いているように思いました。支援を受け取る側も、何が必要で、何が優先順位が高く、何をされると負担なのかをきちんと申し出ることが出来ます。これは初めて顔を合わせた者同士だとなかなか切り出せないものですが以前からの関係性の中でいえば、こうした問題も多少クリアになります。

更に災害時において最も前提条件として抜けているのが、当たり前ですが「被災地区全体の住民が被災者になる」ということです。大きな災害が来れば、障害者も高齢者も行政職員も政治家も会社員も消防士も医師も看護師も福祉ケアワーカーも相談員も子供も保育士も、みんな「被災者」になるのです。どこか一定のクラス（集合体）だけ「被災しない」ということはありません。みんな平等に被災します。障害者が被災すれば、そこに従事する福祉施設の職員も被災するのです。障害者「だけ」が被災するわけではないのです。この大前提を踏まえて支援に入らないと、現場は大混乱に陥ります。被災地においては地域全体が「パワーレス（Powerless）」の状態です。これからの見通しがなく、混乱の最中に「何が必要か？」「そんな支援が必要なのか？」という問いかけにも的確に回答できない状態にもなります。判断力も著しく低下します。「支援を受け取る」という行為にはそれなりのパワーが必要なのです。

今回、九州で活動する全国地域生活支援ネットワークの仲間たちは大変な努力を注いで、熊本への支援を続けています。ネットワークを軸にした息の長い活動を続けようとしています。これまでの経験に基づいた、知恵と温かみに溢れた素晴らしい支援実践を繰り返しています。こうした活動が、災害時の対応として標準化されて広がってくれば、と遠い新潟の地から想っています。