

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。職員も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。

「2016年やり残したこと」(丸山職員からのリレーテーマ)

私は現在ダイエットをしています。その理由は健康診断で毎回精密検査を受けてくださいと紙面で言われていたからです……。なので今年中に15キロ減量すると今年の9月に目標をたてました!!

食事制限をしてある程度減量できたら筋肉をつけるため憧れのジムへ通おうと思っていました。しかしなかなか減らないもんです。2ヶ月で6キロって……。私が取り組んだダイエットは炭水化物抜きダイエットでした。現在も続けていますが、朝と昼は普通に食べて夜は炭水化物を摂らないという方法です。最初はお腹が減って仕方ありませんでしたが、現在は慣れればそれほど苦ではありません。

しかし今年中に15キロ減量するのほぼ絶望的

です。無理に減量して体を壊すのは嫌なので、

これが私の2016年やり残したこと?

というより「2016年やり残しそうなこと」でした。



ぶあん支援員 山本翔平

「ずっと続けていること」(豊岡職員からのリレーテーマ)

寝るときに音楽を聴いています。おそらく中学生の頃からほとんど毎晩音楽を聴きながら寝ています。割と大音量で聴いているため、家族にたまに怒られますが、習慣となっているので音楽を聴きながらでないと落ち着きません。

以前はYouTubeで「睡眠用BGM」と検索してピアノ伴奏などのゆったりとした落ち着いた曲を主に聴いていたのですが、今ではアイドルの元気の出るような曲を主に聴いています。にぎやかで明るい音楽のほうが落ち着くのです。調べると明るくテンポの速い音楽は睡眠の妨げとなるらしいのですが私の場合は逆なので本当に不思議だなと思っています。これからは明るい曲だけでなく色々な音楽を聴きながらリラックスして眠りたいです。 ららん支援員 柳澤夏帆



次月は、はなれ所長金子、きら支援員岡本へとつなぎます。お楽しみに!!

感染症の集団感染防止に伴う対応について(お願い)

10月15日付の文書で感染症の集団感染防止に伴う対応について、周知させていただきましたが本格的な流行期に入ってまいりましたので、改めてお願いをさせていただきます。

1 感染症発生時のサービス利用について

- (1) ご利用者がインフルエンザや感染症胃腸炎などに感染した場合、事業所のご利用はできません。また、利用再開につきましては、医療機関が認めた「外出許可書(コピー可)」の提出をお願いします。
- (2) 学齢期のご利用者に在籍校にて学級閉鎖・学部閉鎖・学校閉鎖の対応が取られた場合、その学級・学部・学校に在籍する方は、感染の有無にかかわらず、サービスのご利用はできません。ただし、家族や保護者の状況により個別のサービスが必要な場合には、別途各サービスの管理者へご相談下さい。
- (3) 感染が拡大した場合につきましては、事業自粛(施設閉鎖)の可能性がございます。

2 濃厚接触者となった際のサービス利用について

- (1) 濃厚接触者と判明した際のサービス利用について
濃厚接触者と判明した際には、必ず利用事業所までお知らせ下さい。また、サービス利用に関しても感染の拡大防止のため、個別対応を取らせていただきますのでご利用サービス担当者へご相談下さい。
- (2) サービス利用中に濃厚接触者と判明した場合
当事業部サービス提供中に濃厚接触者と判明した際には、保護者の方へご連絡させていただきますので、お迎えをお願いします。尚、お迎えが困難な場合には、感染防止のため隔離させていただきますので、あらかじめご了承下さい。

3 感染拡大の防止に関するお願い

- (1) 感染症流行の時期に関わらず、手洗い・うがいの励行をお願いします。
- (2) ご利用者本人が感染症に感染した場合はもちろん、同じクラスの方や別の通所で同じ利用の方が感染した場合には、当事業部までご連絡ください。

お知らせ

以下の通り職員の人事異動がありましたのでお知らせ致します。

退職

11月30日付
松野 春菜

渡邊 秀樹
～お世話になりました～

発行：
(社福) みんなでいきる
障害福祉事業部とり
らいふ

通信に関するお問い合わせ：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
障害福祉事業部とりらいふ
発行日：2016年12月

街中やショッピングセンターはすっかりクリスマスやお正月ムード。

りとるらいふも玄関ポーチに雪囲いをしたり社用車をスタッドレスタイヤに履き替えたり、雪かき道具を倉庫から出したり・・・と冬の準備を終えました。さて、今年は大雪?小雪?2016年ラストとなります、12月号のりとるらいふ通信をお届けします\(^o^)/



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 Vol3

第3回目となりました、「みんなが楽しめる」お出かけスポット」第3弾です。事業所活動で行ったところ、幼い時から慣れ親しんでいるところ、選択ポイントもスタッフそれぞれの個性が出ますね(^o^)

冬を迎え、お出かけするのは少し先になるかもしれませんが、皆さんがお出かけするときにお役に立てれば嬉しいです。

おススメスポット① 青田川河川敷

短期入所担当の藤田です。私がおすすめするのは青田川河川敷です。青田川は、高田にあります。私は生まれも育ちも高田。小学校のすぐ隣にあって、青田川はとても身近なものでした。草花を摘んだり、絵を描いたり、ゴミ拾いをしたりと思い出のある川です。私が好きなのは大手町から南本町の方へと続く河川敷です。小さな川の両サイドには木々が生い茂っていて、住宅が並んでいます。沢山の緑と人間の生活感が入り混じった雰囲気、なんとも言えません。四季によって木々の色合いも変わります。休憩できるスペースもあるので、座りながら風景を楽しむことができます。高田の四季のうつろいを感じることでできる青田川は私の大好きなスポットです。

(推薦者：ぶあん 藤田千夏)



おススメスポット② ファームランド

かわいいヤギやヒツジたちと触れ合うことができる『ファームランド』上越市浦川原区にあり、りとるらいふからは車で50分程で到着します。(入園料無料) ららんの子どもたちの大人気スポットです!!広い園内を散歩したり、プランコで遊んだり、ヤギと触れ合ったり、楽しみ方はたくさんあります。ファームランドの動物たちは、私たちが遊びに行くと顔を出して近寄って来てくれます。とても人懐っこく、かわいいです。ちょっと疲れたら、展望テラスで休憩。眺めも良く、夏は涼しい風が吹いて気持ち良いです。ららんで行く際には、ちょっと距離があるので三和区スポーツセンターの屋外トイレに寄ってから行っています♪

(推薦者：ららん 矢澤優佳)



おススメスポット③ 春日山城跡ものがたり館

わたしが紹介するのは、「春日山城跡ものがたり館」です。この施設は、上杉謙信公や当時の春日山城の様子などを大型画面のビデオで紹介しているほか、川中島合戦図屏風などを展示しています。歴史好きの方にはもちろんオススメですし、加えて5月頃は周辺に植えられたカキツバタが見頃とのことです。そして何より私がおすすめしたい理由は、無料で入館し、ゆっくり館内で過ごすことができるからです。こんなことを言ったら係員さんに怒られますが、高校生時代、集まる場所もお金もなかったとき、部活仲間と一緒に邪魔させていたでいて、いろんなことを語り合った思い出があります。本来の目的とは違っていますが、そんな高校生にもやさしく接してくれた係員さんの笑顔とともに、とってもいい思い出となっています

(推薦者：きら 笹川義典)



若者(?)にとっては物足りない街かもしれませんが、四季がはっきりしており自然が豊かな上越市はまだまだ楽しめる場所があるそうですね。今年度の「みんなが楽しめる」お出かけスポット特集は一旦ここで修了です。皆さんのおススメスポットはどこですか?そこでどんな風に過ごされるのが好きですか?今度、ぜひりとるらいふスタッフに教えてください。



20歳の門出～きらの活動より～



11月26日(土)に3回目となる「きら成人式」を開催しました。場所は例年通りサンクス高田の1階ホールをお借りしました。今年度の成人対象者は1名のみの出席となりましたが、その分暖かみのあるこれまでで一番すばらしい式となりました。当日の朝は、「主役」である新成人の方はもちろんですが、共にお祝いをするきらの仲間たちも朝から、ヘアメイクやドレスアップで大忙し!!今年のヘアメイクは毎月きらに来ていただいている訪問理美容師さんにお願ひし、ご利用者様に好みをお聞きしてきら女性職員がマニキュアを塗らせていただきました(o)／ 今回の1番の目玉は初の試みとなる「鏡開き」です。成人の門出を職員全員でお祝いし、盛り上げたいという気持ちから実施することとなりました。



予行練習ができずぶっつけ本番のためどうなるか心配ではあったのですが、サンクス高田の山口施設長のかけ声とともに新成人が見事に割ってくださいました。割れた樽の中からはハート型の風船が現れ、ふわっと天へ向かって舞い上がっていききました。その後はサンクス高田のハンドベル部の皆さんから演奏のプレゼントをいただいたり、思い出VTRを見ながら豪華昼食を食べたり、参加人数が一番少なかったものの、皆でお祝いすることのできるとてもいい式となりました。新成人の皆さん、ご家族の皆様、改めまして大変おめでとうございます。新成人の皆さんはご家族をはじめとするこれまで支えてくださった皆さんに感謝し、成人としてのこれからの生活がより良きものとなりますよう、私たちも応援させていただきます。



ラーメン屋さん開店～ららの活動より～

12月の半ばになり寒さも厳しくなってきましたが、みなさん風邪など引いていないでしょうか?ららは毎日子どもたちの元気な明るい声が響いています♪ さて、ららでは去る11月27日(日)にラーメン祭りを開催しました!今回はお祭りということで、「しょうゆ」「みそ」「しお」の3種類の味をご用意。中でもおすすめは、ららスタッフ特製の「しおラーメン」!鶏ガラから出汁をとり、4時間以上しっかりと煮込んだ本格的なラーメンスープが最大の魅力です!また、今回のラーメン祭りは屋台をイメージ。それぞれが好きな味の屋台へラーメンを取りに行き、種類豊富なトッピングの中から自由に盛り付けていましたよ(〜)3種類の味を少しずつ楽しんだり、自分が好きな味をたくさん食べたり…と味の楽しみ方は様々でしたが、大満足の1日になりました♪



わたしたちのブーム～にこの活動より～

今回は部屋の中での過ごし方の紹介したいと思います。にこの室内活動の静かな(?)ブームが「ねんどあそび」です。100円ショップに売っている、カラフルな小麦粘土を使い、器用な手つきでかわいのお菓子や果物を作る子、全部の色を豪快に混ぜて大きなかたまりを作って好きな形にする子、お気に入りの色を一つ選んでこねたり伸ばして感触を楽しむ子、本当に様々な遊び方があり感心する毎日です。中には低学年の子が年上のお兄さんに粘土を渡して「一緒に遊ぼう」と誘う姿や、制作しているお友達のところへ覗きに行き興味深そうに作業を見ている姿等、ねんどを通じて新しい関わりができていくことも…。この「ねんどブーム」、いつまで続いてどこまで規模が広がるのか楽しみです。



「にいがたフォーラム12」を終えて～ささやかなバトンタッチ～

片桐公彦(社会福祉法人みんなできる 副理事長)

の方々に集まっていたいただいていたから、まあ、そんな大外しはしてなかったんじゃないかと自分を慰めたりもしています。自分がプログラムを手がけた妙高自然の家で行なった「にいがたフォーラム」の挨拶文を見つけました。ちょうど10年前です。31歳の時に書いた文章です。稚拙な文章でちょっと恥ずかしいですがご披露したいと思います。

小泉内閣が掲げる「三位一体改革」の暴風が直撃した形で施行された「障害者自立支援法」障害福祉サービスのユーザーある「障害当事者」にとっては、利用料の割合負担による利用抑制と、障害程度区分の認定による「介護量」の決定による自立の妨げといった議論は、記憶に新しいところです。一方、支え手としての「事業者」には、単価抑制、日割計算での減収という現実が突きつけられ、鋭い経営感覚が要求されるビジネスモデルとしての福祉サービス事業の方向感が示されました。しかしながら、そんな暴風の中でも、「どんな重い障害があっても人らしく暮らし続け、その人の思いに寄り添い、支持する」という支援者としての志を捨てるわけにはいきません。そもそも、障害による「生きてくさ」を抱え、困難を感じるの本人やその家族であり、社会とはその困難を引き受けるものです。その「社会」と「当事者」との接点に最も近い、障害者福祉の担い手である私たちは、目をそらさず、覚悟と誇りをもって、実践を積み重ねていくしかありません。このフォーラムでは、全国からトップランナーとして活躍する講師陣をお招きし、「合宿」ともいえる濃密なスケジュールのメニューを企画しました。障害者自立支援法の本格スタートから一ヶ月というこのタイミング。ともすれば、俯き、諦め、殺伐とした風景になりそうなこんな時期だからこそ、地域を超え、集い、共感し、日本のトップランナーである実践者たちの言葉と思いを胸に植えつけて欲しいという実行委員会の願いがあります。地域全体で障害のある方たちを支えようとするとき、その軸足は常に「本人主体」であるべきですが、その場の実践の繰り返しだけでは、閉塞感や息苦しさに押しつぶされ、大切なことを忘れてしまいがちです。そうならないためにも、自分の中の新しい窓を開き、様々な刺激によって「心のかさぶた」をひとつひとつ剥がしてゆく作業が必要です。そうした意味で、人と人との関わり合いにおいて仕事の喜びを見出す私たちは、ひとまず「元気」であるべき、というのがフォーラムの根底に流れる基本コンセプトです。

なんだか随分青臭い文章だなあと自分でも笑ってしまうのですが、でもこれまで「にいがたフォーラム」を続けてきた思いの根拠が詰まっている文章だなとも思います。私が「にいがたフォーラム」でやりたかったことは、その場の実践だけでは押しつぶされてしまいそうな毎日であっても、志を忘れないように自分の存在を確認したり、新しい窓を開いたり、様々な刺激によって一年間溜めた「心のかさぶた」をゆっくりと剥がせるような「場」を作りたかったんだと思います。今でも「にいがたフォーラム」という「場」は、そのためにあると思っただけに挑んできたし、きっと参加してくださる方々もそんなことを期待して毎年足を運んでくれているんじゃないかと思います。今年の「にいがたフォーラム」でも色々なドラマがありました。はじめて試みた同時開催企画「アール・ブリュット展in長岡」はわずか1日半の展示期間にも関わらず840名もの来場者数を記録しました。障害者自立支援法の誕生から10年経ち、我が国の障害者福祉は「障害」の枠を飛び越えた高齢者・子ども・生活困窮者も含めた総合的な支援へと変貌を遂げる時代に入るとする価値観の転換を迫られる場面にも立ち会いました。そして、今回は若者達の登壇をお願いしました。それはこれからの時代を担う若者達への、ささやかなバトンタッチの儀式でもありました。「ポスト地域福祉」「ポスト総合支援法」という場面に向き合う時(30代だった私が分からないなりオロオロしつつもその時代に向き合ったように)、彼らが次の時代の海を翔ける航海者となって欲しいと願うのです。

毎年開催している「にいがたフォーラム」が、今年もまた長岡市で開催されました。今回の会場は長岡市の「アオーレ長岡」での開催でした。市民の集いの場やコンベンションホール、市役所が一体となった隈研吾氏デザインの素敵な会場でした。今年は長岡市からの全面的な協力もあり、会場や広報などで大変にお世話になりました。また、実行委員会事務局は毎度の事ながら中越福祉会に担っていただき、大理事長、浦井常務理事をはじめ職員の方から本当に献身的なフォーラム運営をしていただきました。フォーラムでの職員の方々の動きや声がけ、おてもなしの姿勢を見ているとその法人のレベルが分かる、なんてことをよく聞きますが、中越福祉会のみなさんの動きや手際の良さはまさにハイレベルで、この法人がいかに地域に貢献している法人化が垣間見えた気がしました。心から感謝いたします。「にいがたフォーラム」は私が代表をしている「新潟県地域生活支援ネットワーク」が開催している障害福祉をはじめとする地域福祉のこと、まちづくりのことを考えたり勉強したりするフォーラムで、全国トップレベルの講師を毎年お招きして講演をしていただいたりシンポジウムをしたりしています。1回目は2004年に新潟市の「イタリア野」というホテルで開催されました。私はその時は一参加者でしたが、そこで見聞きする内容や溢れる情報量にとっても感動し、刺激をもらったことを覚えています。当時は支援費制度から新しい制度に移行するための「改革のグラウンドデザイン案」が示された時期でした。当時の障害福祉専門官だった大塚晃さん(現在は上智大学教授)の講演で、その内容を聞いた時に「これはとんでもないことが起きるぞ」と興奮したものでした。その時にフォーラム実行委員長をしていたのが当時、新潟市の「ワークセンター日和山」の施設長だった阿部真裕さんでした。その後、私は阿部さんにくっついてまわるようになり、随分と可愛がってもらいました。そんな流れの中で「もう一度、にいがたフォーラムやろう。しかも1泊2日とかの泊まりがけ」という話になり、現在の「お泊まり付き」のスタイルになりました。会場は阿部さんの「山奥でやってみよう。そうだなあ、キャンプ場とか」という意向で、妙高市の「国立妙高自然の家」になりました。「そんなところに人なんて集まるか」とかいろいろ言われたりもしましたが、2日で10,000円以上の参加費を取ったにも関わらず250名が集まりました。しかし「これでいけるぞ」と思った矢先に阿部さんが急逝してしまうという、一生忘れられない悲しい出来事がありました。私たちは悲しみの真っ只中でフォーラムを過ごしました。一方で集まった講師陣が織りなす言葉に感動し、明日からの元気や勇気ももらいました。交流会では大いに酒を飲み交わし、未来の障害福祉の姿を語り、喧嘩したり仲直りをしたりしながら関係を深めていきました。そうして語り合い、友人となった人々とは今でも交流があります。フォーラムにはお勉強だけじゃなくてこうした出会いや刺激があるという事を知りました。阿部さんを失った喪失感と熱狂と混沌と喧騒が交じり合う不思議なエネルギーを纏ったできごとでした。生前の阿部さんの意向もあり、私たちは2回目の「にいがたフォーラム」が終了した年の春に「新潟県地域生活支援ネットワーク」という緩やかだけど真面目に新潟県の地域福祉を考えたり、さらに突っ込んだ学びの場を作るためのネットワーク組織をつくりました。そんな風にして「にいがたフォーラム」はさらに10回の歳月を繰り返し、気がつけば12回目を数えるそれなりに歴史のあるフォーラムへと成長していきました。にいがたフォーラムは開催地をあれこれ変えながら、各地で真剣に向き合いたいテーマを設定していただき、それに向けて講師を選定し、意中の人を落とすという手法でこれまでやってきました。これまでできなかったのですが今までのフォーラムで、どんなプログラムをしてきたかを初めて読み返してみました。障害児支援のこと、相談支援のこと、住まいのことは勿論、触法障害者、障害者虐待防止、障害者差別解消、看取り、特養解体のことや震災、そしてアール・ブリュットのことなど幅広く取り上げてきたなあとしみじみ思いました。今読むと怖いもの知らずの表現や「ちょっとしくじっちゃったなあ」というヘンテコなプログラムまでありました。それでも毎年新潟県内外から200名以上