

真和館だより 第10号

風の彩り

海外研修(デンマーク、イタリア)に参加して



副施設長 藤本基子

ソウェルクラブ(社会福祉に従事する職員のための福利厚生センター)主催の海外研修(障害福祉コース)に真和館から費用の一部を負担していただき参加させて頂きました。

デンマークのコペンハーゲンで2施設とイタリアのミラノで2施設、視察させていただきました。とりわけ、コペンハーゲンの視覚障害者のための施設は、私にとってとても印象的でした。

2012年9月3日(月)Institute for Blind and partially Sightedを訪問。この施設は視覚障害者のための施設で、国と市の支援を受け、リハビリ等訓練を行っています。元々は王立盲人施設として始まり、約160年の歴史があります。利用手続きは、まず市に相談し医師の診断に基づき施設へ問い合わせがあり利用へと繋がる。費用は国が1/3、市が2/3、利用者は無料。各利用者のトレーニング時間や費用は、市の予算で決まるという事でした。一見、日本の措置のようでもあります。ただ、そうであるなら、日本と比較し、措置権者と利用者の力関係が、長い歴史の中で構築され、より成熟して、お互い自立度が高いのかもしれないと感じた次第です。

ところで、デンマークでは、昨年度の視覚障害者の出生者はゼロで、その理由は掻爬によるものだそうです。

午後、Lion Kollegietを視察。この施設は後天性脳損傷者のための施設で、障害者用住宅とリハビリセンターから構成されていました。

利用者は、現在18歳から45歳の方が在籍されており、年間10~20人の出入りがあり、近年は交通事故による脳損傷を受けられた男性の方の利用が多いようでした。状態により、Fase I・II・III・IVと区別されており、この施設ではFase IIIとIVを受け入れておられ、状態の一番悪い人や、将来性がある若い人を早く自立に向かうよう優先して利用いただいているとのことでした。

デンマークは、自転車社会であり、自転車道は完備されているものの、あちこちで歩行者との接触の危険性を感じました。また、トイレ事情が悪く、これまた、障害者の方がどうされているのか心配な状況でした。私どもが食事をした2階のレストランには、エレベーターは無く、その店のトイレは、更に階段を上り3階にありました。車椅子の人や高齢者等、どうしておられるのでしょうか？人手で抱え上げるという説明はありましたが。

～施設見学～「新生園」「泉の園」

平成24年6月18日と19日に島根県にある救護施設「新生園」と「泉の園」に施設長・副施設長・支援班長・介護班長の4名で視察研修に行きました。

最初の訪問施設「新生園」は、島根県断酒会が母体となって設立された施設であり、入所者の約9割がアルコール依存症というアルコールの専門施設です。私ども真和館も、入所者の約半数はアルコール依存症の方であります。アルコール依存症の方も専門施設に入所されれば、断酒は出来ます。しかし、自立の支援はなかなか難しいというのが現実であります。

新生園では自立に向け様々な取り組みをされておられ、その中で、特に、アルコール依存症者(当事者)の職員による支援が長い間続けられているということに注目させられました。

真和館でもアルコール依存症者に対するピアカウンセリングの必要性を感じ始めていたところでありましたので、とても参考になりました。

次に訪問した施設「泉の園」は、作業訓練や機能訓練に力を入れておられ活気ある施設でした。作業訓練は畑作やハウス、漬物などの加工品、お茶箱やTパック詰め等、作業の種類も多く、その方の能力に応じたものが選べるようになっていました。

収穫した野菜や観葉植物、花は外販や小学校や公民館などの地域へ提供されており、加工品の漬物は、進物時期には完売してしまう程の大人気商品とのことで、皆さんのやりがいにつながっているというお話を頂きました。

最後に、施設の直ぐ近くの家を借り、居室訓練事業がされている現場を見学させて

<相談支援研修>

真和館は新しい施設であり、介護の形や制度は整っても、本当に魂が入った良い介護や支援ができているか、立ち止まって考えねばならないことが、しばしば発生していました。

そこで、魂を入れるために良い先生はおられないかと気にかけていたところ、私どもの職員が実地研修をさせていただいている、国立病院機構南九州病院において、長年難病(ALSなど)支援の実践を重ねてこられた、久保裕男先生を講師にお招きし、先生が実際に支援なさった事例を中心に、相談支援研修を平成23年度から始めることになりました。

平成24年度は、これまでに4回の研修を行っており、年度内に計6回の開催を予定しています。9月の研修では、高額医療費制度や介護保険、障害者手帳などによる障害者福祉制度、障害者年金制度などを具体的に学びました。これらの制度は、退所支援などの場合に、その方の生活の幅を広げ、選択肢を増やすという意味で、各制度をきちんと知っておく必要性などを感じ取ることができました。

また、12月の研修では、「支援者を支援する」というテーマで、地域のケアマネジャーへの支援を通して、ALSの当事者・家族を間接的に援助した事例を紹介いただきました。進行する本人の病状と、本人・家族の思いの中で葛藤するケアマネジャーに対し、定期的な関わりを通して支援をすることで、本人・家族の安心感や充実感を引き出すという間接的支援のあり方を学びました。今後、地域へ退所していく方の支援において、このような支援手法は、大いに役立つと感じます。

真和館職員であり、関わる人(家族・

真和館職員の

<第3回 こころの病気(精神障害)に関する研修会>

第3回目となる熊救協と九救協の合同研修会が、平成24年10月3日くまもと県民交流館パレアで開催されました。

最初の「統合失調症について」のお話は、大阪在住で当事者である森実恵様に、ご自身の体験をもとに、統合失調症がもたらす症状を分かりやすくお話を頂きました。特に幻聴に支配された時の恐怖がどれほどのものかということについては、これまで聞いたことのない説明であり、とても興味深いものでした。心の病も少しづつ社会の中で受け入れられつつありますが、精神障害者に対するケアはまだまだ不十分であることを痛感致しました。精神障害を持っておられる方を、まずは、私たちが理解を示し、彼らの生活しやすい環境を作って行かなければいけないと改めて感じました。

次に、弓削病院の境先生による精神障害全般に関するお話を聞かせていただき、救護施設の職員として、精神障害についての知識をもっと身につけて専門性を高めなければいけないと感じました。

「アディクション(依存)について」は、桜が丘病院の赤木先生によるお話でした。依存症は自分の意志だけで回復することは難しく、自分を取り巻く環境や家族や仲間のサポートがなければ回復の道はありません。依存症になったことで、当事者は積み重ねてきた様々なものを失い、苦しまれたと思います。私たち支援者は、回復を信じて、当事

<若葉マークQCセミナー>

平成24年10月30日～31日の2日間、QCサークル九州支部中部九州地区主催の2012年度若葉マークQCセミナーに参加させていただきました。

そこでは、QCサークルの概念、QC7つ道具の選択方法から作成のポイント、班別QCサークル活動演習を学ばせていただきました。

QC手法は、問題解決の活動において、事実の把握、判断、具体的行動に繋げるために活用しやすい手法です。真和館でのQC活動でも活用してきた7つ道具ですが、今回のセミナーを受けたことで、目的や活用方法の理解をさらに深めることができました。QC手法を勉強し活用することで、自らのスキルアップはもちろん、入所者の方へのサービス向上へ繋げることができると感じました。

また、研修の中で、人は宝＝人材、人は能力を発揮してこそ財産であるという言葉がありました。真和館に必要とされる人材になれるように今後も努めていきたいと思えます。そして、今回の研修で学んできた技法、一連のQC活動の流れを、現在行っているQC活動に繋げていき

(記:



第26回心みがきの講演会

演題 『酒に振り回された人生』

講師 杉浦勝栄様(全日本断酒連盟理事、島根県断酒新生会理事長)

10月に行われた心みがきの講演会では、当事者(アルコール依存症)であると同時に、島根県にある救護施設「新生園」において支援者として勤務されている、杉浦勝栄様をお招きし、講演を行っていただきました。

杉浦様は講演で『高校卒業後に旧国鉄に就職し、元々自分は酒に強いという思いもあり、かなりの量のお酒を飲んでいました。そんな中、国鉄の民営化の際にあるきっかけがあって飲酒量がさらに増え、ある日、ボールペンを持つ手が小刻みに震えているのに気付きました。宴会の時に、盃を持つ手が震えている人が大勢いまして、「あいつはアル中」と陰口を言っていました。なので「ひょっとして自分はアル中なんじゃないか」「いや自分に限って・・・」と思いました。事務屋にとって手が震える事は致命的でした。そうして、2日ばかりどうしようかと思っていましたけど、ワンカップを飲むと手の震えが止まりました。「これは良い!」と思って、それから毎朝ワンカップを1本飲んで仕事に行くようにしました。けれども、アルコール依存症は否認の病というように、その時は「俺に限ってアル中なわけがない」という思いは消えませんでした。しかし、家族は見逃しませんでした。黙って見ておらず「なんねあんだ。仕事に行くんでしょ。飲酒運転やないね。みんなに迷惑かけるんよ!」と毎朝言われていました。

しかし私の身体はアルコール依存症になってしまっていて、酒を飲んでやっと普通の状態になっていました。それから間もなく入院したのですが、アルコール依存症の否認はとれません。薬も手術もできないアルコール依存症では、酒をやめるか飲むかは自分で決めるしかありません。主治医より、今は病院に入院していて、「飲むのを止める」か「飲み続ける」かしかない。「節度のある飲酒」なんていうものはない。どっちへ行くかは自分で決めると言われました。でも、もし飲むなら死ぬとも言われました。そして、「もし、飲むのを止めるなら、断酒会に行け」と言われました。その時私は、「酒なんかで死ぬのかい」と思っていて、今度退院して良い酒を飲んでやると思っていました。退院の時に、先生が「今日は出雲大社で断酒会があるから、行かんね。私も必ず行くから。」と言われまして、腹が立ちました。おせっかいな先生やなあと思ひまして。けど、行かんと思ひ申し訳ないないよう感じもありまして、結局女房と一緒に出雲大社の断酒会に行きました。断酒会の会場に行ったら、みんなが「杉浦さん、よう来たなあ!」と包み込むように迎えてくれました。今でも思い出しますが、そのときは感動しました。声の掛けようや、接し方というのが、物凄く嬉しかったのを覚えています。「ひょっとしたらこいつらと一緒に酒が

ピアカウンセリングに向けて

第27回心みがきの講演会

演題 『ピアサポートって楽しい』

講師 森 実恵様(統合失調症当事者、作家、ピアサポーター)

第27回の心みがきの講演会では、統合失調症の当事者で、作家やピアサポーターとして活躍されている森実恵様をお招きし、「ピアサポートって楽しい!」というテーマでご講演をいただきました。(講演の内容は以下の通り)

『プロの支援者(職員)は川岸にいて、溺れる人を助けようとする。この方法は安全であるが、距離が遠すぎて、手が届かない場合がある。ピアサポーターは、自分が川の中に入っていく、溺れかかっている人を助けようとする。そこが、職員による支援とピアサポートによる支援の違いである。また、このやり方は成功する場合もあるが、しがみつかれて自分も溺れてしまったり、川の流が速すぎると一緒に流されてしまう危険もある。ピアサポートでは、相手との距離の置き方が一番難しい。親しくなりすぎて、プライベートでのつきあいがふえたり、時間に関係なく、電話がかかってきたりするため、ピアサポーター自身がつぶれてしまう恐れがある。そのため、ピアサポートを始めるにあたって、バウンダリー(自分と他人との境界線)を明確にしておく必要があり、たとえば夜10時以降の電話に出ない、連絡は急ぎのものでない場合はメールにしよう、などの決まりをつくる。また、ピアサポートは当事者同士であるからこそ、心底、苦楽を共にし、アイコンタクトや笑顔だけで通じ合える関係になれる、ピアサポーターのストレングス(強み)は経験知(暗黙知ともいう、経験によって得られた知識)であり、さらに、話を聞き、共感し、受容する。そして、自分も語り、共感され、受容される。このプロセスがあることによって、自分の内側から回復する力・エンパワーメントが強化される。当事者の持つ悩みというのは心の中にある石ころのようなものではなく、心全体にじんだインクのようにあり、それを取り除くには新しい水をいれ(・・・人の話を聞くことや読書)、悩みの水を薄める、また汚れた水を排出する(・・・語ることや泣いたり、笑ったりすること、日記や詩を書く)ことが必要である。精神障害者の悩みを解決するには、その両方を同時に行う必要があり、ピアサポーターは傾聴もするし、語ることも両方するので、一番バランスが良い。ピアサポートはあなた自身の回復する力を内側から高め、また、人の役に立つという社会的承認が得られるすばらしい仕事である。"Helping you helps me."という言葉で説明ができる。』

ふれあい交流会

8月19日(日)13:00から、西原村保育園児及び地域の皆様にご参加いただき「第6回ふれあい交流会」を開催しました。今回は115名と多くの方々にご参加いただきました。

身体障害者茶道クラブ「もえぎ」様のお点前をはじめとして、お菓子のつかみ取り、ウォークラリー、タコ・タイゲーム、バナナの叩き売り、輪投げ、合唱クラブ等様々なゲームを用意して皆様との交流を図りました。

メインゲストには、今年も「寿咲亜似」さんをお招きして“根子岳の猫やしき”“阿蘇のためき退治”“とんでったバナナ”のお話やパネルシアターや入



身体障害者茶道クラブ もえぎ

12月3日(月)、外部から画家の星野富弘さんを囲む会の皆様をお招きして、「身体障害者茶道クラブ もえぎさん」によるお点前を披露していただきました。

ゆったりと流れる時間の中に身を置き、季節の花や景色を眺めながら美味しいお抹茶をいただきました。

もえぎさんには、第1、3月曜日にお茶会を開催していただいております。入所者の皆さんはとも楽しみにされています。

抹茶碗をじっくりと眺める方、お抹茶の立て方を習われる方、もえぎさんとの会話を楽しまれる方、皆の楽しみ方です。



交流会

カラオケ

なかチャン&フラダンス

7月22日西原村のカラオケ店から、今回はフラダンスチームと一緒に、なかチャンスタジオがやってきました。

発表者を含め、入所者の方の参加者は44名と大勢の方に参加して頂きました。皆さん当日はもちろん、何日も前から楽しみにしておられ、練習に力が入っていました。

当日は緊張のため、うまく行った人、うまく行かなかった人様々ですけど、皆さん一生懸命でした。発表が終わり、いよいよなかチャン登場!!なかチャンの色っぽい女装(?)と素晴らしい歌声に、最高に盛り上がりました。

最後は、フラダンスチームを中心に入所者や職員飛び入りの方も交え、みんなでフラダンスを踊り、楽しいひと時を過ごしました。



西原村老人健康づくり推進 スポーツ大会

今回で3回目の参加となりました。毎回参加の度に地域の方や社協の方たちから、暖かく迎えていただいております。

今年は、参加者が6名と例年より少なかったのですが、参加者の方達全員地域の方々の中に交じり、グラウンドゴルフ・魚釣り・玉入れなどに出場しながら、時間の過ぎるのも忘れるくらい一生懸命競技に集中されていました。午前中だけの参加でしたが、地域の方たちと楽しい時間を共有できました。また、参加者全員の方達から笑顔がこぼれていました。ありがとうございました。来年はもっと、たくさん参加させていただきま



グラウンドゴルフ交流会

平成24年10月11日に八代郡にある救護施設千草寮と、熊本市城南町天然温泉旅館でグラウンドゴルフの交流会をしました。当日は天気も良く絶好のグラウンドゴルフ日和となりました。

初めはお互いに知らない人同士の為に緊張される方もいましたが、プレイを重ねるうちに打ち解け合い、良い所にボールが行くと歓声が起こり、逸れた時には「ああ、惜しい」とお互いに声援を送られていました。皆さんが楽しみにされていただけあって、元気よくプレイされている姿が印象的でした。

プレイ後にはみんなで一緒に食卓を囲み、両施設の入所者・職員と入れ混ざった和気あいあいの昼食会となりました。次は卓球バレーでの交流会を行いましょうとの話も出て、とても良い交流会になりました。



卓球バレー大会

平成24年11月18日(日)に、熊本県障害福祉センターにて火の国杯争奪卓球バレー大会が行われました。

真和館からは風チーム(男性)とそよ風チーム(女性)の2チームが参加しました。今回で2回目の参加ということで皆さん緊張しながらも、日頃の練習の成果を発揮しながら試合を楽しまれました。

両チームともかなり健闘しましたが、トーナメント戦では残念な結果となってしまい、決勝リーグには上がりませんでした。

しかし、交流戦では風チームが接戦の末に1勝を挙げ、敢闘賞をいただくことができました。両チームとも昨年よりも確実に上達してきており、次の試合では、白星結果が出るようにもっと練習に励みたいという声も聞かれました。



レクリエーション

みかん狩り

入所者の方からの希望で、今回初めて熊本市植木町にある観光農園「吉次園」様のみかん狩りに行きました。

参加人数は、入所者5名と小人数でしたが、当日は晴天に恵まれ、行きの中も気持ち良く、小旅行気分でお出しました。みかん狩りは、施設としても初めての試みで、引率職員も初めてでしたので、どうなる事かと思いましたが、観光農園の方に親切に、また、丁寧に指導いただきました。それでも始めはみかんの選別の仕方、ハサミの入れ方が分からず迷っておりましたが、次第に要領が分かり、カゴの中のみかんが溜まるようになりました。天気にも恵まれ、屋外でのお弁当も「うまか!」という声も聞かれ、帰りには自分でおぎなえたみかんを大事そうに食べていました。

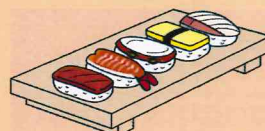


食事会(回転寿司)

入所者の方から以前より希望がありました、回転寿司屋での食事会を行いました。

当初の予定より参加希望が多く、2回に分けての実施となりました。2回とも大変好評で、流れて来たお寿司を見るなりパツと取り食べてしまう方、20皿をあっという間に平らげてしまう方もいました。寿司以外にサイドメニューやデザートも充実しており、女性の方はデザートを何個も食べておられる方もいました。

入所者のみなさんに感想を聞くと、「美味しかった。」「また、行こごた。」などの声が多数聞かれました。初の試みでしたが、回転寿司はみなさんにとって満足のいく食事会となったようです。今後も入所者のみなさんの期待に応えられる様にしていきたいと思っております。



厳しい寒さの中、皆さまいかがお過ごしでしょうか？冬は、インフルエンザをはじめ、ウイルスや細菌による感染性胃腸炎などの感染症が流行するシーズンです。自分自身でできる予防の第一ポイントは「手洗い」と「うがい」です。ウイルスや細菌は、多くの場合ウイルスなどに触れた手を介して感染が拡大します。こまめに「手洗い」と「うがい」を行いましょ。そして、栄養と休養を十分に摂り、感染症予防に努めましょ。



医務室便り

みなさん、こんにちは！
今回は、給食室での現在の新メニューへの取り組みについて紹介したいと思います。
新メニューを作る際、嗜好調査アンケートで入所者一人ひとりの嗜好を把握し、参考にすることでおいしく食べて頂ける新メニューを考案しています。
入所者みなさんの意見から生まれた新メニューとして、モダン焼き、饅頭、ピーナッツ豆腐などを提供し、喜んでいただきました。また、毎年地域の方のご好意で、たくさんの食材を頂きます。その食材の味を生かした新メニューへも取り組んでいます。
食材の味を生かしたメニューとして、さつま芋コロッケ、いちごミルクゼリーなどを給食で提供し、食材の味、風味があつて食べやすいとのお声をいただきました。
調理室では、試作を繰り返し、意見を出し合うことで、おいしく提供します。



かるかん饅頭



お好み焼き



手作りケーキ

調理室便り

新任職員紹介



外村優樹

今年の7月から介護職員としてお世話になっています外村優樹と申します。入所者の皆様に信頼して頂ける職員を目指して頑張りたいと思っています。



渡辺政士

調理室で皆さんの食事作りを担当している渡辺政士です。おいしい食事を作り、皆さんのお役に立てるように頑張りたいと思います。今後ともよろしくお願ひします。



高尾純子

入所者の皆様、職員の皆様と一緒に成長していけるように心掛け、自分は何ができるかを常に考えて行きたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひします。

お誕生者の案内

1月	6日 小石川さん	3月	5日 澤田さん	
	10日 山浦さん		8日 山下さん	
	11日 富田さん		20日 園田(慶)さん	
	2月	12日 石坂(正)さん	4月	3日 坂崎さん
		14日 佐藤(ふ)さん		3日 泉さん
		16日 緒方(ム)さん		5日 川口(義)さん
		25日 小田昇さん		17日 岩永さん
31日 大森さん		24日 池田さん		
2月	31日 杉本さん	5月	11日 奥苑さん	
	2日 緒方(マ)さん	6月	1日 松村さん	
	4日 和泉さん		6日 石田さん	
	4日 柳田さん		8日 永野さん	
	16日 西川さん		26日 桑崎さん	
	25日 藤川さん		30日 高原さん	
	25日 園田(征)さん			

編集後記

あけましておめでとうございます。

今回は、3名の新任職員を紹介させていただきました。高尾さんは、昨年の10月からピアカウンセラーとして新たに真和館の仲間として来ていただいております。真和館でもピアカウンセリングを展開して、酒害で苦しんでおられる入所者の方が地域で自立生活を実現できるよう手助けをしていきたいと思ひます。

また、「風の彩り」も早いもので、今回で10回目の発行を迎えることができました。これからも、「風の彩り」を通して真和館の活動を少しでも皆さんにお伝えできればと思ひます。今後ともどうぞよろしくお願ひします。

<編集責任・広報委員>

田上・松本

発行：社会福祉法人 致知会

救護施設 真和館

〒861-2401 熊本県阿蘇郡西原村鳥子3072番地

TEL:(096)279-1121 FAX:(096)279-1122

E-mail:shinwakan@utopia.ocn.ne.jp

※「風の彩り」に掲載されている写真等は、ご本人の了解を得ております。