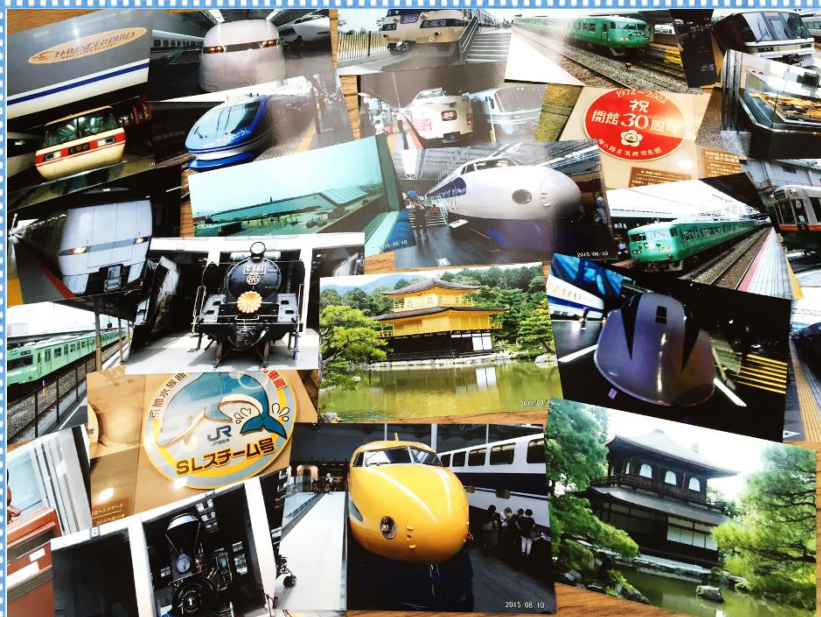


# ぱるつうしん

発行元: 社福)藤沢育成会 サービスセンターぱる  
〒251-0013 神奈川県藤沢市小塚592  
電話: 0466-28-0909 FAX: 0466-28-0959  
法人ホームページ: <http://www.f-ikusei.or.jp>

平成27年10月号



ありがとうございます♪



利用者様からパズルをいただきました。



利用者様からアンパンマンおもちゃとビデオをいただきました。



登録ヘルパーさんからたくさんの絵本をいただきました。

たくさんのグッズをいただきました。本当にありがとうございます。  
子ども支援部署、ヘルパー部署で大切に使用させていただきます。



グループホームの利用者さんが、京都・大阪へ一人旅に行きました。2泊3日の旅行の中で撮ったたくさんの写真です。

黄金に輝く金閣寺、色とりどりの電車。1人旅ならではの“自分の時間”を満喫した旅。詳細はP.4をご覧ください♪

## も く じ

P2.3 特集

「ぱるを支える地域のチカラ」

P4 グループホーム部署

P5 ヘルパー部署

P6 子ども支援部署

P7 もっとみみより情報/研修報告

P8 所長がシャベッター

## T・O・P・I・X

P7 もっとみみより情報

ぱる職員が、様々な情報を発信します。

ぜひ、休日のお出かけや、新たな興味・趣味の発見等にお役立て下さい！

特集

# ぱるを支える地域のチカラ

藤沢市内にある地域資源を紹介します♪

藤沢市では、高齢者・子ども・障がい者・生活困窮者等も含め、すべての市民の目線に立ち、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを送ることができる様に、色々な課題への検討を行っています。

市民生活をより豊かにするためには、行政だけでなく地域(市民・事業所・民間企業等)のチカラ、つながりが必要です。藤沢市はそのつながりを重視した支え合い体制＝「地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。

ぱるも地域のチカラの一つ。そこで、今回は、ぱるにも関わりのある、地域のチカラ(活動団体、事業所)を紹介します。

## クッキングクラブあくあ

「クッキングクラブあくあ」は、年に2回、善行公民館を借り、入所施設やグループホームを利用されている知的障がいのある方などを対象に行なうアウトホームな雰囲気での料理クラブです。今回は、どんな活動を行っているのか、代表の島田さんにお話を伺いました。



「クッキングクラブあくあ」は、

2004年4年、当時の藤沢育成会入所施設のスタッフ3人が、「入所されている利用者の土日の余暇活動として、簡単にできる料理クラブができたらいいな」という想いで設立しました。

うどんやカレー、ハンバーグ、しらす寿司、コロッケ、さくら餅など様々なメニューを参加された方と一緒に作っています。

料理の講師1名とボランティアが5〜6名、障がいのある方が8〜10名程参加して、活動しています。

クッキングクラブあくあを設立したメンバーも結婚、出産等を経験しながら、なんと今年で11年目の活動となります。



今では、メンバーのお子さんも一緒に参加し、障がいのある方と一緒に料理や洗い物など、協力して楽しんでいきます。



料理教室の一場面☆子ども達も参加しています。



今年の6月にはエビフライを作りました♪

「クッキングクラブあくあ」は、包丁もあるし、火や油も使います。怖がる方もいれば慣れていく方もいます。できることをできるように、チャレンジと一緒にやってみるよ。ボランティアは雰囲気作りも大切に、お手伝いをしていきます。

料理が苦手でも、あくあに来て、みんなと笑って、美味しく食べて楽しく過ごしてもらえる場所であれたらいいなと思っています。誰が来てもふんわり美味しく、そんなクラブを作っています。」



センター入り口の様子。地域の最新情報が張り出されています！必見です。



藤沢市村岡いきいきサポートセンター（村岡地域包括支援センター）

ぱるから徒歩1分の小塚バス停前にある「村岡いきいきサポートセンター」を紹介します。

ここでは、住み慣れた地域でその人らしい生活を続けていける様に、ケアマネージャー・社会福祉士・保健師などが中心となり、主に高齢者の方の支援を行っています。

藤沢市には、各地区ごとに14か所のいきいきサポートセンターが設置されています。

どんなお仕事をしているの？

① 介護予防

いつまでも健康でいられるように、健康に関する講習会や講座の案内をしています。

② 総合相談

地域の相談窓口として、健康・福祉・介護・医療・生活など、あらゆる相談を受けています。必要なサービスや制度の情報をお伝えします。

③ 権利擁護

成年後見制度の利用についての支援や、虐待の防止・被害者

被害の防止のために、市や他機関と連携して取り組んでいます。

④ 包括的・継続的支援

行政・民生委員・ケアマネージャー・地域の様々な機関と連携し、高齢者が暮らしやすい地域づくりに取り組んでいます。

村岡いきいきサポートセンター基本情報

電話：0466-24-4100 FAX：0466-24-4172

住所：藤沢市村岡東1-1-1

開所：月曜日～金曜日 8:30～17:00

担当地区：柄沢、渡内、弥勒寺、村岡東、宮前、小塚、高谷、大鋸、川名、藤が岡の各一部 ※担当地区以外の方も、どなたでもお気軽にご相談下さい！



相談スペース



所在地：藤沢市藤沢1049 TEL:0466-28-4649

藤沢市の地域の居場所づくり「地域の縁側」事業

2015年4月から、藤沢市で「地域の縁側」事業がスタートしました。

「地域の縁側」とは、住民同士のつながりや絆を大切にしながら人の和を広げ、お互いの暮らしを協力して支え合う仕組みです。年齢を問わずどなたでも利用できます。

7月1日から新たに7団体、10月1日から新たに4団体が「地域の縁側」を開設し、実施団体が市内で14団体になります。



今回はその中の一つ、2014年10月に市のモデル事業としてオープンした「ヨロシク」まるだいを紹介します。

この中には食堂があります。おむすび・汁物セット(副菜三品付)が300円、コーヒーが100円で販売されています。お茶は無料で持ち込みも可能です。

営業時間は月曜日～金曜日の10時～16時です。土曜日は食堂はお休みですが、麻雀デイで12時～16時まで開いています。

その他にもオープンスペースがあり、日替わり・月替わりで、様々な活動が行われています。ミニデイやセミナーも定期的に行われおり、毎回好評を得ていることです。

お気軽にお立ち寄り下さい。



# 〇グループホーム部署〇

今号は、夏休みを利用して強行で強硬に京都を旅した(略して京行旅行)利用者さんの特集です。

## ☆Aさん☆

自分でできることはいろいろあるけど、あと一步の勇気が必要な36才、男性。GH居住歴9年目。平日は7時に出勤、17時に帰ホーム。市内にある工場の食堂で就労。仕事柄、食器洗いやガス台掃除はお手のもの。趣味は、サッカー観戦・鉄道写真。1人暮らしが将来の目標。

## ☆Aさんが書いた旅日記を紹介します。

### 1日目

期待と不安の中出発。熱海から211系！また乗れる！と思ったのもわずか。静岡長すぎ！次は、特別快速！やっぱ早いな。

名古屋に到着。早速グループホームに電話するとすごい歓声。すごい事してないのに(笑)

いよいよ憧れていたリニア鉄道館へ。リニアモーターカーにみえるユニークな建物だ。中ではすぐリニアがお出迎え。テンションMAX。「鉄モードに(笑)しっかり撮れました(笑)そして帰宅。じゃなくて「京都に！？」名古屋から大垣へ。

ここで初のミス。1本前に乗れず、20分待つ。まあ、旅ならでは。本屋で時間を潰す。「山科の次は京都に停まります」のアナウンスに「次、京都だ！」。グループホームを出てから約12時間。ついに……とうとう……本当に……京都にきた！「コーディネーターとグループホームに電話。世話人さんがビックリしてる。

しかし問題が……宿がない。京都駅前のマンガ喫茶で一夜を明かす。1日目無事終了。



時刻表とカメラは必須です！



電車の写真がくさん！



Aさんの旅日記

### 2日目

本当に京都来ちゃった(笑)とにかく暑い。なんと36度！いよいよ観光。

しかし……人……日本人も外国人も……人が多過ぎる！金閣寺を目指す。バスがめっちゃ混みで地獄だ。金閣寺は、すっごくきれいだ。「たかみな」の方がもつときれいだけ(笑)次は、金だから……銀でしょ(笑)

その前に梅小路蒸気機関車館へ。目玉は本物のSLに乗れる事。思わず乗ってしまう(笑)石炭のおいと汽笛が心地良い。客車は木製でレトロ感もGOOD！その後、銀閣寺へ。参道が少しきつい。入園料500円、金閣寺よりも高い！まあ思い出だから割り切る。銀箔が貼ってあつてすごくキラキラ！と思ったら、ただの民家じゃん。全然銀じゃない(笑)

宿を探すと、大阪に空室が。直ぐに問い合わせる。なんと取れちゃった！かなり高級なホテルだ。すぐに大阪へ。ついに大阪まで来た。2日目も無事終了。

## ☆個別支援計画

「ひとりのできる事を増やす。USJや名古屋に行きたい」

## ☆支援内容

「お金が足りるか心配なので、計画を立てる手伝いを行います」



立案時の面談で、大阪や名古屋に行きたい、USJや電車の写真を撮りたい思いがあること、学生の頃写真を撮りに行ったことがあり、行き方はわかっているが、お金が足りるのか、一人で行けるのか心配であること、一緒に計画を立ててほしいことを聴き取りました。

職員は、不安な思いや自信がない思いでいることと、ご本人なら実現できるであろうことを共有していたので、不安を取り去る言葉をかけ、勇気づけを日々行ってきました。切符購入を躊躇する、当日も不安な言葉を口にするなどの状況はありましたが、最終的には勇気を持って旅行に向けての一步を踏み出すことができ、無事帰ホームできたことで、自信になりました。

## 最終日

快適なベッドで起床。「JR大阪駅」の文字に改めてビックリ。本当に大阪来ちゃったんだー！東京じゃ絶対に乗れない103系、201系にテンションMAX。

行きは乗り換えに失敗したが、帰りは順調。豊橋まで戻って来た。調べるとホームに着くのがおそろしい時間に。熱海までこたま607号に乗る。新幹線はやっぱ早い(笑)熱海から再び東海道線へ。やっと東日本エリアだと、小田原で急にほっとする。無事到着。2泊3日の京行旅行は無事終了！

## ☆新スタッフ紹介☆



村中 礁(むらなか しょう)

4月から勤務することになりました村中です。100kg切りました。もっと痩せたいです。

森 利彦 (もり としひこ)

8月から働くことになりました森と申します。

現在は大学4年生ですが、早くぱるの一員になれるよう頑張ります。



三宅 啓史 (みやけ ひろし)

5月より入職しました三宅です。これまでは小田原の特別養護老人ホームで介護の仕事をしていました。

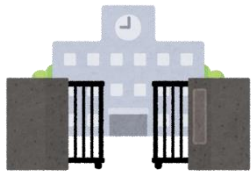
先輩職員に教わりながら、少しでも利用者さんの役に立てよう頑張っています。

趣味は海外ドラマ・映画を観ることなので共通の趣味の方がいると嬉しいです。

どうぞ宜しくお願いします。







# 子ども支援部署



こんにちは、子ども支援部署の大久保です。

今号では、プリズムの月曜クラスで20分程度行なっているコミュニケーションのプログラムについて紹介したいと思います。

「自己紹介」てどの位の時間が必要でしょうか？

名前と所属だけなら数秒、好きな物について話すなら数十秒とその場の様子を見ながら考えて時間を決めますよね。1人が自己紹介で10分以上話し続けるようなことは稀かと思います。

もしもそれを知らず、自分のことを伝えようと沢山話した結果“話が長くて、一方的に話続ける人”とみられるのは残念に思います。

でも、そういった方でも「30秒で発表してね」等ルールを事前に伝えると、ルールによって自己紹介ができることが多くあります。

コミュニケーションの中で暗黙の了解というものは多くあり、その部分を練習することが重要になります。

そのため、以前紹介(ぱる通信48号)した火曜コミュニケーションクラスの相談活動、ゲームを参考にして、月曜クラスの数名で“設定された発表”ゲーム”を通じてコミュニケーションのプログラムをしています。

## コミュニケーションのプログラム 『テーマトーク』について



例えば“テーマトーク”という活動では「好きな遊び」「好きな音楽」等々「好きな〇〇」について発表を行なう活動を数回連続して設定しています。

「どこでやるんですか？」等質問することを目標に挙げて行なう回や、「1分程度で発表してみましょ」と長さを目標にする回、お友達が発表している時にお友達を見ることを目標とする回等、目的に合わせてテーマを変更して行ないます。

そのような活動を続ける中で、普段の会話で質問する場面が増え、相手に分かりやすく伝えようと努力する様子がみられ、最近ではお友達同士での会話が弾むことが増えてきました。

今後もどのようにしたらコミュニケーションが取りやすくなるのか、「暗黙の了解」を目で見分ける形で提示して、上手くできた経験を積み重ねていきます。

## ★ヘルパー部署★

## 「興才発掘プロジェクト ROCKET」

東京大学で昨年度より、興味深いプロジェクトが開始されました。ある分野に関して突出した才能のある子供達を集め、将来日本をリードしイノベーションをもたらす人材を育成するといったプロジェクトです。

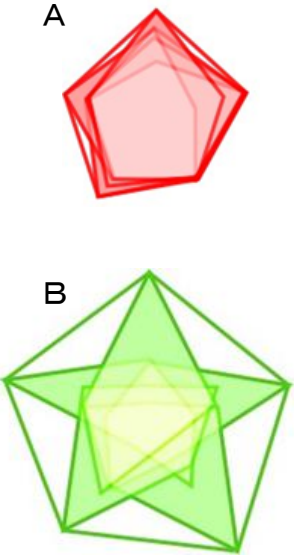
プロジェクトへの参加条件は、次の3つです。

- ・年齢：小学3年生～中学3年生
- ・自分の興味への探究心がある子ども
- ・不登校傾向など学習機会が十分に保障されていない子ども

実は、この条件に当てはまるお子さんの中には、発達障害をお持ちの方が多くいます。

その障害のために学校に馴染めず、不登校になる例も多く耳にします。現在の画一的な教育システムの中で、彼らは非常に苦しい思いをしているのではないのでしょうか？

分かり易く図にすると、左のようになります。



Aの図形は、苦手なことを減らして平均的な能力を持った5人を集めたイメージ。

Bの図形は、苦手なことはあるが、得意なことを伸ばした人を5人集めた時のイメージ。

このプロジェクトは、Aのオールマイティーな子を育成するのではなく、Bの突出した部分を伸ばして行く取り組みになります。もっと簡単に言うてしまうと、このプロジェクトで、エンジンや

インシュタインを育てるという取り組みです。

日本財団の全面バックアップの元、学習機会を失っている子どもたちへの継続的な学習機会の保障、突き抜けた子どもたちの凸の部分のばす教育の提供、ユニークな子どもたちを潰さない教育の実現、異才と呼ばれる人が生まれ、活躍しやすい社会の実現を目的に行なわれます。

## 知的障害者ガイドヘルパー養成講座

9月10日～24日にわたって、27年度第一回知的

障害者ガイドヘルパー養成研修が実施されました。

今回は、12名が受講され、ガイドヘルパーの制度や役割、支援方法等について学んで頂きました。

カリキュラムの中に含まれていた実際のサービスにおける実習では、利用者さんにもご協力いただきました。ありがとうございました。研修終了後、修了生に、ぱるのヘルパーへ登録して頂きました。

発達障害のある方は、これまで周囲の理解を得るのも大変な状況でした。しかし今後大災害環境汚染、原発問題等、我々が危機に直面した時、そんな彼らのアイデアが救ってくれる事になるかもしれません。

また、ロボットの分野や芸術の分野でも、世界をリードして「天才」と呼ばれる方が、続々と出て来るかもしれません。

何か、想像しただけでもワクワクちやいますね。まだまだ始まったばかりのプロジェクトですが、興味深く見守っていききたいと思います。(松本)

年2回の開講ではありますが、サービスの充実、ニーズの充足に向けて、今後も講座を行っていききたいと思います。



※第二回知的障害者ガイドヘルパー養成研修の受講生も募集しております。詳しくは、ぱるにお問い合わせください！(10月31日迄です)



# みみより情報

BY スタッフ

職員投稿「お出かけ3情報」が合体しました。今まで以上に様々な役立つ情報を皆さんにお届けします。今回は事務、石塚職員からの情報です。

## ミュージック・オブ・マインド (藤沢大庭52511)

8月に藤沢市大庭にオープンしたお店を紹介します。元々は、羽鳥にあった事業所なのですが、移転と同時に、新規にお店を構えました。

障害福祉サービス事業所「ミュージック・オブ・マインド」さんは、「知的障害者の方が働く、音楽・おいしい料理・ファンシー雑貨があふれるコミュニティサロン」ということで、9月22日〜27日までオープンセレモニーとしてライブなどが行われ、私も26日の土曜日にお店に伺いお食事をいただきました。

店内は、白を基調とした清潔感溢れるお店で絵画や可愛い小さい小物も飾っており、販売品のCDや雑貨も陳列されていました。

ランチは日替わりのセットメニューで、飲み物、サラダ、利用者の方が手作りの生麺のきのこパスタ(クリームソース)、こちらも手作りのピクルスとクッキー。とても美味しくいただきました。



住宅街なので、この日も数名の方が楽しそうにお食事をされていました。きつと、「この町の「コミュニティサロン」になっていくと実感したお店です。

皆さんも、美味しいお食事とステキな空間を是非楽しんでみてはいかがでしょうか。

## 「聴き書き」

〜その人の「生き様」を聴いて書く〜

「聴き書き」。聞いたことがありますか？  
—その人の生きてきたこととなりき、聴いたことは、そのままを書き写して記録にのこすこと—

福祉、特に高齢者介護の事業所では、高齢者の方にお話を伺って、生きてきた歴史、背景、いきざまなどを傾聴して、その方を理解することに役立っているということです。

利用者と職員という関係から、話す側、聴く側という関係を作る中で信頼関係も生まれてくる。

無口だったり、認知症の症状が進んでしまった利用者でも、昔のその土地柄やどんな仕事をしていたのか、ご家族とどのように過ごしていたかなど、楽しかった思い出や辛かった経験などを聞くことによってその人への理解を深めることができる。



また、聴いたことを文字に残していくときも、その人の話した言葉どおりに文字にすることでその人らしさも伝わってくる。それを職員だけではなく、ご家族に読んでもらうことによって、その家族の知らなかった歴史や思い出にも触れることができ、家族と利用者のきずなを深めることもあるようです。

インターネットで「聴き書き」と検索すると、「聴き書き」の方法やいろんな団体が行っている活動報告や勉強会などの案内が載っておりますので、興味がある方は是非「聴き書き」の世界をのぞいてみてください。

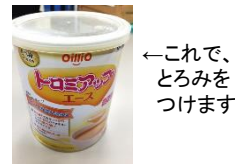
## ☆スタッフ&ヘルパー研修報告☆

9月30日の研修は、約50名が参加し「介護技術」をテーマに行いました。

前半では、事業所別にまとめられた育成会利用者における高齢化の現状を学びました。全事業所の中で、ぱるのグループホームの高齢化が顕著に表れていました。

利用者の高齢化に伴い、支援の内容も変化していきます。特に食事面での嚥下機能の低下による誤嚥性肺炎は大きな問題です。

後半では、その「嚥下」に焦点を当てて、トロミ食の作成、試食を体験しました。



参加した方からは、様々な意見が出ました。

- ・食べ物の味が変わってしまう。まずい。
- ・人に食べさせられる不快感が予想以上だった。
- ・とろみの付け方に、工夫・配慮が必要。
- ・おいしく食べてもらうための工夫が大事。
- ・とろみがつくと飲むことに抵抗感が出た。
- ・味が濃い物の方が、美味しく食べられるかも。
- ・高齢化に伴い、課題は増えていきます。

その方に合った支援を続けていける様、この研修だけで終わらず、考える機会を作りたいと感じました。(研修担当：坂本)



所長がシヤベツター



「保健指導でメタボに立ち向かう」



「保健指導のお知らせっていうのが来てるんですけど、小林さん、受けますか?」

事務員のSさんがちよつと遠慮がちに聞いてきた。

毎年、健康保健協会の定期健康診断を受けている。

その結果をもとに、生活習慣病の恐れがある人に対して、専門の保健師さんが職場まで来て個別に保健指導をしてくれるという制度がある。そのお誘いなのであった。

要は国のメタボ対策事業が回り回って、わが身にも

舞い降りてきたということなのだが、「保健指導、受けますか」というSさんのお尋ねに一瞬たじろいだ。

「はい、受けます」と答えれば、「自分はずまり、そのメタボリック症候群(予備軍)なのであります。」と告白するに等しい。事実、そうなのだから認めればいい

のだが、自分に都合の悪い真実に目を背けたくなるのが、人の情というものだ。Sさんが遠慮勝ちに聞いて

きたのも、そのあたりの機微を察してのことだったようだ。仕方ない。ここらが年貢の納め時だ。「はい

受けます。お願いします」とSさんに手続きをお願いしたのだった。

その後Sさんは、真実に目を向けようとする私の姿



勢を応援するかのようにな(と勝手に思い込んだのだが)親切に保健指導の日程を調整してくれ、いよいよ10月1日9時30分、担当の保健師さんがやってきたのだ。た。

保健師さんはとてもソフトで親切で、親身にわが身の健康を心配してくれている感じがした。こういう方のアドバイスには、素直に従おう。何でも言うことを聞こう。こうして、期間6か月の「個別保健指導計画」を立ててもらった。この計画に従って、メタボ対策を実践し、途中で郵送や電話で進捗状況をチェックしてもらい、6か月後に成果を検証する、という仕組みである。今や、保健指導の世界もわが福祉と同様に「個別支援」の方式を取っているのである。メタボというわが身のマイナスの真実に立ち向かったおかげで、個別支援計画を受ける立場を味わうことになった。支援計画を立てるとするのは、その中身は当然重要なのだが、支援者の接し方がとても重要な要素になる、ということを我が担当の保健師さんから学ぶことが出来た。

《サービスセンターぱる》

〒251-0013 TEL:0466-28-0909  
藤沢市小塚592 FAX:0466-28-0959

【バスをご利用の場合】

<行きかた1>  
藤沢駅北口より11番乗り場『大船駅行き』または『四季の杜行き』  
『小塚』停留所から徒歩2分になります。



<行きかた2>  
藤沢駅南口小田急百貨店前8番乗り場『渡内中央行き』もしくは『湘南鎌倉総合病院行き』(教養センター行きは×)に乗り、『村岡東1丁目』停留所から徒歩3分になります。

【徒歩で来所される場合】  
藤沢駅北口より徒歩18分

