

KAS

Cotton^{こっとな} Up^{あっぷ}

Vol. 105



2013☆忘年会
今年も一年間、お疲れさまでした！



目 次

- ・「W・D・S・N 28 (Watage Daily Support News)」
～支援から学ぶ～ 《2～5 ページ》
- ・ものもらっくまるちとらっく 《5 ページ》
- ・ボランティアさん☆大募集中！！ 《6 ページ》
- ・編集後記 (編集部) 《6 ページ》

発行人 神奈川県自閉症児・者親の会連合会
代表者 内田照雄 〒243-0035 厚木市愛甲 2 - 11 - 6 - 109
(毎月1回15日発行) 購読料1部 15円

「 **W・D・S・N 28(Watage Daily Support News)** ～ 支援から学ぶ ～ 」

2013年もまもなく終わろうとしています。今年も、ふあず、わたげ、こっとなはうすのみなさんが様々なチャレンジをし、職員は、楽しさや生活しやすさ、新たな可能性の発見を実感していただけるように支援をしてきました。その中のおひとりの、2つの取り組みの様子、そこから職員が学んだことを、みなさんにご紹介させていただきます。

〈 窓拭きをしてみよう 〉

現在、ふあずとケアホームを利用し、週末は自宅で過ごす生活をされている飯嶋さん。ケアホームでは洗濯や、自室の掃除機掛けに取り組んでいたり、自宅では家族全員の洗濯を自分の役割として担い、買い物では重たい荷物をすすんで運んだり、様々なことをされています。3つの生活の場を持っている飯嶋さんにとって、身近な窓をきれいに保つ技術を獲得することは、さらに気持ち良い生活に繋がると考え、取り組むことを提案してみました。

基本的に新しもの好きの飯嶋さん。普段から、職員が「一緒にやりましょう」「手伝ってください」と声を掛けるとすぐに興味を示し近づいてきてくれます。その内容が一目で分かる時はにこにこやってくれます。一方で、まったく未知のものだと思つと「やだ」と離れて行ってしまいます。『窓拭き』は、言葉からの想像が付くものだったようで、「窓拭きを一緒にしましょう」という言葉で受け入れてくださいました。今回窓拭きに取り組むのは、ふあずの顔！表玄関ドアの窓です。にこにこ玄関前に移動し、雑巾を受け取り、横一線シュツと拭いて、「はい、やった」と職員に雑巾を差し出し終わりにする気配。雑巾の扱い方なども見たかった為、職員がここをお願いしますと、四隅や次の窓を指差すと、徐々に眉間にしわが…。初回は30秒ほどで活動を終えました。

ひとりで行う窓拭きの様子を見せていただいた上で、どの部分に支援が必要なのか確かめるという意図で、手がかり等ない状態で行ってもらいました。しかし、どこまでやったら終わるか、ということは、お伝えする必要のある最低限のことだったと気づき反省しました。この初回の様子から、窓全体に水スプレーを吹き、その水滴を拭き取る方法が、本人にとって分かりやすいと判断しました。

2回目は、職員が水スプレーを窓全体に吹き付け、水滴を全部拭いてくださいと伝えました。まずは目線の位置から始め、水滴を頼りに雑巾を左右上下に動かし、背伸びしたり膝を曲げたりしながら四隅まで拭くことが出来ました。ただ一点、下から30cm程度の部分には拭き残しが見られました。しかし初回の、横一線拭いて終わりに比べ、視線を動かし、手を動かしている様子から自らすすんで行っている印象を受けました。

水滴を頼りに拭くことについて手ごたえがありましたので、次は、自分で水スプレーを吹くことに取り組みました。窓の前でスプレーボトルを渡すと、目線の位置に10回ほど、ほぼ同じ位置に繰り返し吹き付けました。また、職員が指差した先に吹くことはできました。

そこで、窓の裏側に、カラーシールをまんべんなく貼ったシートを取り付け、表側からカラーシールめがけて水スプレーを吹くことを伝えてみました。カラーシールは直径1cmのもの。1回目から、12個中10個を吹くことが出来ました。残り2個は、窓の反射で見えにくく仕方ない部分でした。シートの背面に白い紙を貼り、反射しにくいよう道具の工夫をしたところ、12個すべてに吹くことができるようになりました。

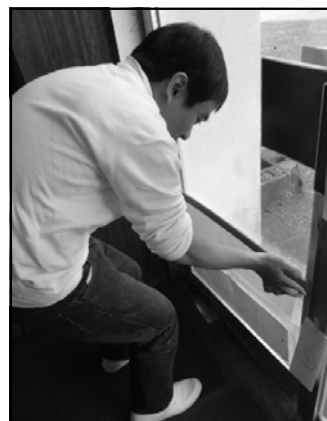


ここまでで、窓にまんべんなく水スプレーを吹き付け、水滴を頼りに窓全体を拭く(下部30cmの拭き残しの課題は残っていましたが)ことが出来るようになっていました。いよいよ最後の段階です。カラーシールを貼ってあるシートを、自分で着脱することです。

シートは、45リットルのポリ袋の中に白い紙を入れたもの。その上部にめくり式カレンダーの芯のような板を取り付け、板の両端に2ヶ所、2cm幅マジックテープを貼ったものを用意しました。さらに、この機会を利用し窓全体を5分割し、拭き残しの多い下部30cmを、独立した1枠にしました。

右下の写真を見ると分かりますが、大きな枠3つと、小さな枠2つに分し、大きさの異なる2種類のシートを使用します。現在は、大小の枠を別時間帯に行っています。それぞれの枠の端に、①から⑤までの貼り紙をし職員から、①②③をお願いします、④⑤をお願いしますとその都度伝えます。初め

は、①を拭き終えた時に、次はですね等職員が声を掛けました。2回目には「②」と次の枠を確認したり、シートの着脱すすんで行うようになってきました。さらに下部の部分④⑤を別枠にすることで、拭きしがなくなりました。それまでは、膝を軽く上げて拭いていましたが、下部を独立した1枠することで、自然にしゃがんで行うように、しゃがむことで下部の隅々に視線が行やすくなったようでした。



裏からシートを貼り…



↑ カラーシール

表はこうなります

残った最後の課題は、2種類の大きさの異なるシートを区別し、①からまでを、一連の流れで行うことです。玄関の窓がきれいだと、とても良い気分で1日を過ごすことができます。飯嶋さん、これからもよろしくお願いします！！

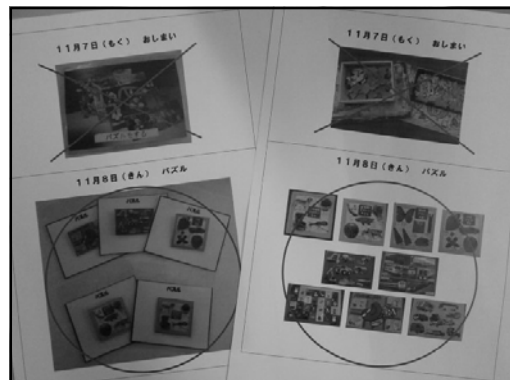


〈 いろいろなパズルを楽しもう 〉

さて、飯嶋さんの窓拭きの取り組みについてお話してきましたが、飯嶋さんはふあずでは作業を心に活動し、その合間に、音楽を聴いたり、パズルをしたり、リラックスして過ごす時間を持っています。パズルは、数種類のパズルが置いてある共有の棚から、1回1枚を行っています。ところが、毎日毎回同じ柄のパズルを選んでいるため、ピースとその位置がすっかり頭に入っている様子。見た目はラダムにピースを手にとっているのですが、ほぼ端から順に並べているのです。慣れ親しんだことをやる安心感でリラックスするのも良いと思いますが、選ぶ楽しさ、ピースがうまくはまらず悩んだり試したり、少しイライラしたり、その後にはまった時の手ごたえ等も、飯嶋さんにとって心地よい刺激となって、作業の合間の気分転換になるだろうと考えました。

まずは、職員が選んだ新しいパズルを差し出し薦めてみました。「いらない」と一言、いつものパズルを手に取りました。そこで、翌日から新しいパズルをすることを予告し、納得して新しいパズルを受け入れられるよう支援を検討し、以下の流れでパズルの入れ替えを行うことにしました。

- ①古いパズル活動が残り1回という時に、写真と○×、日付けを活用した資料(右写真)で伝える。
- ②古いパズルをやり終えたら、古いパズルと、古いパズルカードを、職員が用意したゴミ袋に入れる。
- ③普段とは異なり、翌日のスケジュールを帰宅前に用意。新しいパズルカードがスケジュールに入っていることを確認して帰宅する。



入れ替えを行う前日に、資料を見せて伝えたところ、今すぐ捨てると受け取られたようで、躊躇しながらも、残り1回行う予定のパズルを職員の方に差し出してきました。職員は、手を差し出して受け取ろうとしました。実はずっと同じパズルで飽きていて新しいものに変えることを強く望んでいたのではないかと職員は思ったのです。しかし職員がパズルに触れる瞬間、「やだ」と言いパズルを引っ込めました。そこで、スケジュールの、古いパズルを行うカードの次に、「パズルすてる」と書いたカードを入れてみせると、「はい」とはっきりした声で答え、パズルを棚に戻しました。

いよいよ残り1回の古いパズルを開始。いつもの通り順調に端から並べています。その間に職員は、2メートルほど離れた机にゴミ袋を用意しておきました。パズルを終えて席を立ち、ゴミ袋に気付き、職員の方を見ながらゆっくりと古いパズルを入れていきます。職員が、そうですねと声を掛けると、パズルを入れたゴミ袋を職員に差し出し、職員は受け取りました。山場を落ち着いて乗り越えひと安心。と思ったのですが、その後、職員への視線が多く、ちょっとそわそわしているような感じ。予定では、もう一回作業をして帰りの仕度を始めたところで、翌日のスケジュールを用意する予定でしたが、何か具体的な安心感が欲しいのかなと思い、翌日1回目に行う予定のパズルを、今回新たに設けた本人用のパズル棚に置きました。明日やりましょう、と声を掛けると、「やる」と言い、普段通りの様子で次の活動に入っていく、帰宅前には翌日のスケジュールをひと通り見て帰宅しました。



その翌日。普段は、一仕事してから休憩活動を行なっていますが、早めに1度、新しいパズルをやり、今までと変わらないんだという安心を感じて欲しいと思い、通所し、お茶、パズル、作業という流れでスケジュールを提供しました。新しいパズル、いざ開始。古いパズルでは本気を出すとすぐに終わってしまう為か、椅子にゆったり座って時間を過ごすことも多くありましたが、この日は前のめりで、約15分、最後まで台紙から視線を外すことなく集中した様子で行いました。

その後も、1回ずつ異なるパズルを集中して行い、現在では、2つのパズルから1つ選ぶこともしています。日により異なるパズルを選ぶことから、その時にやりたいものを自分で選んでいるのだと思います。

〈支援から学ぶ〉

2つの取り組みを通して、いくつかの支援のやり直しをしながら、飯嶋さんの理解や納得を深めていった様子をご紹介させていただきました。もちろん、人によっては、1度失敗したりつまづくと、もうやりたくないと思ってしまう方もおられると思います。また、慣れない初めての場所で初めての経験を

する時は、この人の出来るだろうことにまで配慮し過ぎかなと思うくらい、丁寧な配慮が必要だと思います。

今回は、飯嶋さんの胸を借りて良い勉強をさせていただきました。支援のポイントと考えると、専門知識が必要で難しそうと思うかもしれませんが、例えばパズルの件であれば、自分の宝物を手放さなければならなくなった時、どういう事前の心づもりが必要で、周囲に求める気遣いはどのようなものか、自分がして欲しいと思う支援をすると考えたと、とてもシンプルです。

また、支援者側は、さまざまな取り組みをする機会を提供しています。利用者さんの側から、こうなりたい、これをしてほしいとはっきり言うてくれることは多くありません。結果、家族や職員が話し合い、本人の希望を想像しながら行うことが多くなります。もちろん、これが出来るようになったら、この人の生活が豊かになるだろうと一生懸命考えてのことですが、それが押し付けにならないよう、利用者さんの納得を感じながら、納得していただけるよう働きかけを続けながら、今後もさまざまな取り組みを、本人や家族と協力しながらやっていきたいと思っています。

庄司恵美子

たんぽぽ・ヨコスカ ものどらっくまるちどらっく No.54

このコーナーでは毎月「横須賀たんぽぽの郷」最新ニュースをトピックスでお伝えして行きます。

篁一誠先生 ケース会議について

10月18日（金）篁先生（PDDサポートセンターグリーンフォレスト）が来所されました。日中のふあずの様子を見ていただいた後、ケース会議にて、職員からの支援に関する様々な質問に対しアドバイスを頂きました。

その中で、何かストレスを感じた時、物を破ることで気持ちを落ち着かせている様子のある方の行動に対し、どのような支援をすれば良いかという質問がありました。先生は、気持ちを落ち着かせるための行動、安定する儀式は、人生の中でたくさんあった方が良い。しかし日本の障害者はそのような自由が与えられないことがあると思う。気持ちを落ち着ける行動はみんなが持っている。人に迷惑をかけるとか危険がある行動でない限り、受け入れてあげても良いのではないかと。ある方に、気持ちを落ち着かせているものがない時はどうする？と聞いてみたことがある。その方は一生懸命考え、自分で別の行動を考え出した。私たちが提供することはきっかけにしか過ぎない。その人自身が納得し満足しなければ代わりにならない。私たちができることは、考えたものを提供してみて、だめならまた別の方法を提案するということだと思ってお話されました。行動をやめてもらう方法を考えるのではなく、その人にとってその行動の持つ意味を考え、それに寄り添いながら時間をかけて支えていくことが大切だと感じました。

広瀬宏之先生 ケース会議について

11月29日（金）広瀬先生（横須賀市療育相談センター所長）が来所され、ケース会議を行いました。職員からの主に医療に関する質問に対し、考えるポイントや様々な角度からのお答えを頂きました。

両親の老いや死別について、いつか訪れるそのことに対し準備しておけることはあるのだろうか、例えば、様々な行事を家族みんなで過ごすことを毎年恒例としている方に、一緒に過ごさない年もあるんですよ、あっても良いんですよということを、両親が健在のうちに経験してもらっておいた方が良いのだろうかという職員からの質問に対し、私個人の考えですがと前置きされ、お答えを頂きました。職員の言うように、そのような経験をして慣れておくという考えもあると思う。しかし私は、両親がいるうちは、たくさん甘えたり、クリスマスなどの行事を行なって良いと思う。別れを経験した時、一時は大きく動揺することもあるかもしれないが、一緒に過ごした楽しさや良い思い出が、それからの人生の支えになるのではないかと。そして、動揺を支えるのが私たちの役目なのではないかとお考えを話してくださり、難しい問題について考えを深める機会を頂きました。

たんぽぽの郷後援会のご案内

たんぽぽの郷後援会は、横須賀・三浦地区に在住の「自閉症」という障害を伴った人たちが、ともに生きる仲間として、地域で生活していくために必要な援助に取り組んでいる【社会福祉法人横須賀たんぽぽの郷】の活動を支援する事を目的に組織されました。

▼ 年会費	個人会員 1口	3,000円
	団体会員 1口	10,000円

たんぽぽの郷後援会にご理解、ご協力くださる方は、下記の郵便為替口座をご利用ください。

郵便為替口座番号 00240-9-17474
郵便為替口座加入者名 たんぽぽの郷後援会



ボランティアさん 募集中

わたげ・ふぁず・こっとなはうすで
自閉症を伴う方々と一緒に何か活動してみませんか？
作業の検品、余暇活動の支援、清掃等
お手伝いをしていただけの方がいましたら、ご連絡ください！！

〈連絡先〉

わたげ 電話:046-844-0038 (担当:かいえだ)
E-mail: aaq40690@hkg.odn.ne.jp
ふぁず 電話:046-888-3961 (担当:しょうじ)
E-mail: adz13970@ams.odn.ne.jp
こっとなはうす 電話:046-852-8355 (担当:すずい)
E-mail: tanpoponosato-ch-rg250e@jcom.home.ne.jp



編集後記～編集部～

～最近のニュースから～

「和食」が世界無形文化遺産に登録決定！日本の食文化が、世代を越えて受け継がれ、地域の結びつきを強めていると認められたそうです。ニュースでは、和食にとってかせない「出汁」について、取り上げられていました。世界各国の料理でも、ブイヨンなどの調味料はありますが、意外にバターやオリーブ油などの油分に頼って調味している料理が多く、「だしの風味」は和食が持つ最大の強みとのことでした。それを聞いて想いだしたこと。以前、海外旅行をした際、現地の料理も楽しみましたが、帰りの飛行機では、醤油や出汁が恋しくてたまりませんでした。空港を出て、まず向かった先は、もちろん和食店。うどんの汁の香りを嗅いだだけで、幸せな気分になり「やっぱり私は日本人なんだ」（誰が見たって日本顔…）と感じたのでした。

いよいよ年末。日本人とか言いつつも、クリスマスだ～！と、世界の文化も取り入れて、ちゃっかり色々楽しみ、食べちゃおうとしている私でした。みなさんにとって、来年も良い年となりますように。マドカ

編集 社会福祉法人 横須賀たんぽぽの郷 〒239-0824 横須賀市西浦賀3-13-21
TEL:046-844-0038 / FAX: 046-844-0036 E-mail: aaq40690@hkg.odn.ne.jp