

KAS

Cotton Up



こっとなあつぷ Vol.113



浦賀といえば、海！マリーナの中のレストランで忘年会。



目次

- ・「TDSN (Tanpopo Daily Support News) 36 ～初めての場所と初めての活動～
＜2～4ページ＞
- ・ものもらっくまるちらっく ＜4ページ＞
- ・「お～い！ごとくーん！」 ＜5ページ＞
- ・後援会のご案内・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

「TDSN (Tanpopo Daily Support News) 36 ～初めての場所と初めての活動～」



こっとなはうすでは7月から吉野拓巳さんが入居しました。入居準備から現在までの様子を今回ご報告いたします。

※こっとなはうすは定員利用者4名を職員3名で支えるグループホームです。利用者がそれぞれのライフスタイルにあった生活をしています。そのため、食事時間、入浴時間、休憩時間など活動時間帯が利用者それぞれの違う生活をしています。

①ご家族からお話を伺う

こっとなはうすに入居する前に吉野さんの自宅での活動スケジュールを知る事でこっとなはうすでの活動スケジュールの参考となります。そのため、ご家族に自宅での吉野さんの様子をお聞きしました。例えば起床時間や入浴時間など活動スケジュールや吉野さんの趣味や食べ物の好き嫌い等ご本人に関する事柄です。吉野さんの好きな事はテレビを観る事が好きな事、クレヨンで絵を描く事が好きな事がわかりました。休憩時間にはテレビを観たり、絵を描いたりする時間を取り入れようと思いました。

②スケジュールを組む

支援員や仲間がいるとはいえ、ご家族と離れ、新しい場所で生活する事は吉野さんにとって初めての経験です。不安もあると思います。新しく生活する場所とは言え、自宅で過ごす活動スケジュールに近いスケジュールが、生活しやすい環境と考え、スケジュールを組みました。そのため、ご家族からのお話がとても参考となりました。スケジュールには生活全般の活動の他、吉野さんが好きなテレビを観ながら休憩する事や、絵を描く時間を取り入れました。

③スケジュール伝達方法

いきなり話は脱線しますが…。私は旅館に宿泊する際、旅館到着後、食事時間や入浴時間をまず初めに確認します。食事時間の前に入浴しよう。早朝に入浴しよう等、計画を立てます。同じように、こっとなはうすで初めて生活する際、事前に食事時間や入浴時間等活動を知る事、生活のスケジュールの見通しを持つ事が大切です。吉野さんが見通しを持つ事ができるように、お伝えする方法として、スケジュールボードとスケジュールカードを使用しました。スケジュールボードに貼られたスケジュールカードを見る事で、いつお風呂に入るのかな、いつご飯を食べるのかな等、こっとなはうすに到着後から就寝まで、

起床から出発までの活動が分かります。ひと目見て理解できるように、スケジュールカードには活動内容を表す写真やイラストと活動場所の写真を貼付しました。



スケジュールカード

④部屋の配置

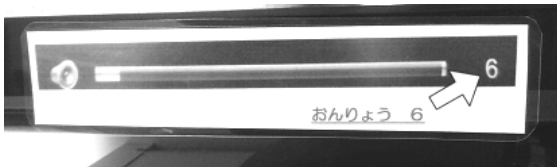
生活しやすくなるようにベッドや机、棚等家具を配置します。テレビを観るにはどこに置いたら一番見やすいのかな、ベッドに座って観るのかな、椅子に座って絵を描きながら観るのかな、箆笥から洋服の出し入れがしやすい配置はどこなのかな等、生活しやすい、居心地が良い場所になるよう、吉野さんになった気持ちで、また視線を吉野さんの高さに合わせてご家族に相談をしながら家具の配置を考えました。

⑤ご本人への入居の伝達

こっとなはうすでの準備が整った後、事前にこっとなはうすについてご説明しました。週間スケジュールとカレンダーを製作し、いつこっとなはうすに入居するのか、自宅に帰宅する日はいつなのかと日程をお伝えし、お風呂、洗面所、リビング等活動場所、テレビを観る、ご飯を食べる等活動内容をご本人に分かりやすいよう写真やイラストを入れた文章にてお伝えしました。ご本人にお伝えした後、ご本人は再度伝達した書類を見ていました。すんなりと説明が終わり、「吉野さんに伝わったかな」と私自身が心配になりました。

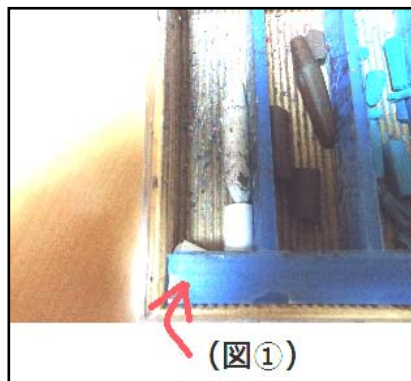
⑥入居後

入居当日、ご家族の送迎でこっとなはうすへ到着後、吉野さんはスムーズに玄関に入る事ができました。職員が吉野さんに説明した内容が伝わっていたと実感した瞬間であり、私はほっとしました。吉野さんにはまずリビングや浴室、洗面所など一緒に見て周り、スケジュールボードに貼られたスケジュールカードでお伝えし、活動場面では職員が付き添い指差しや声かけでお伝えしました。早足で移動し、緊張している様子でした。見通しを持つ事の他に活動場所や活動に伴う道具の使い方を覚える(慣れる)事が安心に繋がると思い、活動時に道具の使い方をお伝えする際には、職員の説明を聞いているご本人の様子を見ながら、シンプルに分かりやすく心がけながらお伝えしました。



音量の数値

自室でのテレビの音量について聴きやすく心地良い音量は人それぞれです。しかし共同生活のため音量の配慮も必要です。音量が大きい場合には「小さくしてください」という曖昧な伝達方法よりも、テレビに映る音量の数値をご本人にお伝えする方が分かりやすいと思ひ、音量の数値をテレビ付近に貼りお伝えしました。入居後大きな音量を出す場面がありましたが、数値をお伝えする事でご本人はスムーズに音量を下げる事ができています。



クレヨンで絵を描く活動については、クレヨン専用のケースを用意しました。クレヨンケースに仕切りがあり各色1本ずつ枠内に収めています。ご本人はクレヨンで絵を描いた後も各色揃えて仕切りの中にクレヨンを収める事ができました。また、枠内を1cm程の板で覆い(図①)、クレヨンが板で見えなくなったら補充する目安としました。ご本人から補充の確認があった時には職員とともに確認をしています。

⑦現在
 入浴、入浴後洗濯など数種類の活動が続けて行う場面でも自立して活動を行う事ができています。スケジュールカードの内容も理解している様子です。スケジュールにはない翌日の洋服の準備をする等、ご本人自身が過ごしやすいよう工夫している様子があります。

⑧入居の取り組みをして…
 吉野さんの入居準備を始めてから「ご本人は伝達した事を受け入れるのだろうか」と思う事から、「私が本人だったらどう思うか」「私が本人の立場だったら分かりやすいかな」と「本人になりきる」事を意識するようになり、意識する事で支援する際にあらゆる角度で考える、視野が広がるように感じました。
 吉野さん。ひとつずつ色んな「初めて」と一緒に挑戦していきましょう。これからもよろしく願い致します。

今氏 照樹



たんぼぼよこすか **ものどらつくまるちどらつく** No. 57

このコーナーでは、毎月「横須賀たんぼぼの郷」最新ニュースをトピックスでお伝えしていきます。

篁一誠先生 来所

10月16日（金）篁一誠先生（PDD サポートセンターグリーンフォレスト）に来所いただき、ケース会議を行い、支援についてのアドバイスをいただきました。今回はふぁずに足をお運びいただきました。前回との印象をお聞きすると、利用者の方々が、スケジュール等を頼りに、自己管理に近い状態で自立して活動し、周囲に影響を受けることも少なく自分の活動をこなしている様子を見て、一人ひとり成長しておられるなど感じたとお話ししていただきました。

職員からの質問に対し、利用者の加齢による体力低下、視力低下等、身体的変化にも配慮していく時期になっていると思うとお話がありました。当法人の利用者は、多くは30代、40代の方も増えてきました。利用者の行動に変化があった時、意欲の問題だけでなく、身体面についても理由として推測すること。今までと同じ水準にこだわるのではなく、現在の状態に合った活動・活動量を提供していくこと。個々の利用者がそれぞれの年齢に応じて、最大限の力を発揮しながら生き生きと生活していくことを、将来にわたり支える上で、こういった視点で丁寧に検討していくことが、支援者に求められていることを学びました。

『お〜い、ごと〜く〜ん！！』

最近の女子高生がよくSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）で使う若者言葉という記事が、インターネットに掲載されていた。最近テレビ番組でも同じような話題を扱っていたのをふっと見たときに、こんな人たちとコミュニケーションが取れるのだろうかと不安になると共に、独特の言葉がどうやって広まっていくのか興味深くもあったので、記事に目を止めたのである。「フロリダ」「かまちよ」とLINEやTwitterで送られてきて、意味が分かる方がどのくらいいるだろうか。「フロリダ」とは、“風呂に入るから一連のやり取りから離脱する”という意味で、「かまちよ」とは、“かまってちょうだい”という意味らしい。言葉は時代と共に徐々に変化していくものとはいえ、独特の進化だなあと思わざるを得ない。

ところで、この日本語の起源はいったいどこにあるのだろうか。これには諸説あってこれが正解というものはないというのが、現状らしい。世界の主要な言語の中で、唯一日本語は、起源が未だに定まらず激論が交わされている言語ということだ。諸説ある中の一つが、タミル語説である。インドやスリランカの一部で使われている言語で、紀元前3世紀の碑文が残されていたり、豊富な文学が生み出されている言語ということである。この言葉が中国大陸から朝鮮半島へ稲作の文化と共に入り込んだ。その朝鮮半島の言葉にタミル語が組み込まれ、半島から韓族（カラヅク）の一部が日本列島に渡り、弥生人となったことで、日本にもたらされた言葉が日本語の起源だろうというのがこの説である。縄文時代から弥生時代への移行は、朝鮮半島から渡ってきた韓族による稲作によって新しい文化がもたらされたことが大きく寄与している。当時は、現在のように国境によって言語が区切られていたのではなく、言葉は優れた文化の移転にともなって世界へ拡散していったようである。ここから現代に至るまで、様々な歴史を経て、現代の日本語に変化してきたのである。

では、私たちはどうなのだろうか、ふっと考える。当法人は、1996年11月に開所し本年11月で19年が経過した。開所当初から、「自閉症を伴う人たちが、その持てる力を十分に発揮し、自分らしく、安心して、豊かに暮らしていくことを支える」という方向性は何も変わっていない。利用者はといえば、開所当初から利用して頂いている方もいれば、所属年数は様々であるが、利用開始当初から考えると皆さん大きく成長しているなあと実感する。例えば、活動の中心として位置付けている作業でいえば、日々の作業に取り組む姿勢が年々自律して、集中できる時間も増え、作業量の大きな増加につながっていたり、いろんな種類の作業に取り組むことができるようになってきた。過去の半年や一年を振り返っただけではなかなか気づけないが、19年を振り返ってみると、個々の成長は目を見張るものがある。ひとは常に成長していくものだ利用者から教えられる毎日であったように思う。職員はといえば、その成長は、私も含めて心許ない限りであるが、「利用者個々には何でもできる力がある」と無条件に信じて、これまで通り、変えずに守っていく部分と、いろんな考え方を学び、吸収し、更に発展させていく柔軟性を持ち、少しずつ前に進んでいきたいと考えている。今年も残すところ2週間余り。この一年を省みて、新たな年を迎えたいと思う。

わたげ 施設長 後藤博行

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、地域の一員として自分らしく生活していくために、必要な支援に取り組んでいる【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：いもうじ)

E-mail: tanpoonosato-ch-rg250e@jcom.home.ne.jp



編集後記 ～編集部～

今年も、残りあとわずかとなりました。私は、この1年を振り返り、年明けのラジオ放送から聞こえてくる内容が、「今年の干支は未年です！ひつじの文字は未来の『未』です」という言葉に耳を傾け、心に明るい兆しが芽生えたスタートであったことを覚えています。あれから12ヶ月、満ちあふれた思いは、一体どこに？ああ、この1年間で、私は未来へと繋がるきっかけは作れたのか。探してみましたが、浮かんで来た事は、好きな時に好きな物を食べる！・・・何とも、食い意地が張る1年であったのだらうと思いました。いやいや、食い気だけでの1年だけでは終われないと、先日、秋の紅葉を見ながら足湯に入って来ました。足湯は数種類の足ツボ付きで、足湯毎の効果も違うらしく、1つ1つの効果を見ながら全種類の足ツボ足湯に入って来ました。中には、「思考の泉」という足湯の効果は、優しい気持ちを取り戻し、心を柔らげる効果あります。と、書いてありました。私は、人よりもその足湯に入り、足ツボを押して参りました。どの足湯よりも熱い湯の温度。浸かっている、ふくらはぎまでの足は真っ赤でした。人は効果があると思うと、赤い皮膚を見ても「おお、効果がある」と、変な効果を強調するのは私だけでしょうか。ああ、いいお湯に入り、心の充電もして、紅葉も見頃だった。やっぱり、ここまでくれば、食べ物でしょう。結局、「焼タラバ蟹」食べて来ました！！私は食欲に負け、進歩のない1年であります。でも、食い気も健康で立派なのではないか。はい！立派な言い訳ですね(笑)。今年も、こっとなあっぷをご愛読いただき、ありがとうございました。 高橋

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