

発行: 社会福祉法人かいゆう 国立市青柳 1-34-3 2042-595-8033 http://www.kaiyu.or.jp/

四ノ宮亜希さんの作品



合理的配慮って

改正旅館業法の施行を前に厚生労働省の検討会が、宿泊を拒否する理由にはならない(拒否してはいけない)例示を示した。「迷惑客」には当たらないことを明確にした具体例をあげた。車いす利用者がベッドに移動する際に介助を求める、精神しょうがいのある人が静かな環境の部屋を求める、フロントなどで筆談でのコミュニケーションを求める等は「迷惑客」ではない。それに応えることは合理的配慮の範囲である、とした。

これを聞くと、支援者である私たちは「何?それ!」と言いたくなるほど、そんなの当たり前でしょ、と言いたくなるが、世の中ではこんなこともいちいち厚生労働省が指針案を出さないと受け入れられないのが現実であるとしたら悲しいことだ。だがおそらく宿泊施設では人手不足の中、できるだけ手間暇かけずにたくさんのお客をこなしていくには「手のかかるお客」は眉をしかめるのかもしれない。そこは、お互いにできることできないことをちゃんと伝えあい、できる限りで求め応えるということでしかないだろう。そのくらいの思いやりや取り計らいは、求める側も応える側も配慮しあうことはできるのではないか。むしろそうしたコミュニケーションこそが大切ではないのか。そういうことを通じてお互いが理解しあうことに意味があるのではないか。

「迷惑客」の例示には不当な割引や過剰なサービスを 求める、とか土下座謝罪要求を繰り返すとか、長時間の不 当要求を繰り返すとかの例示がある。一見最もに見える が、もし合理的配慮を求めた際に不当に受け入れられな かったらそういう状況になってしまわないとはいえな い。脅すようなことは決して望ましい態度ではないが受 ける側があまりに合理的配慮に欠けたらそういう状況に ならないとはいえない気がする。何が不当で何が過剰か の基準は一律ではない。当事者一人ひとりによって必要 な支援は違う。そうした中で、簡単に決めつけるのではな く、お互いに話し合って双方が納得できる形で利用が実 現できることが大切なのではないか。

くじら雲がコンサートを始めたきっかけは、クラシックコンサートにはしょうがいしゃは入れないと言われたことから始まっている。突然大きい声を出したり、席を立ったりするからだという。それなら自分たちでプロの音楽家の演奏をきくコンサートをやってしまおうというのがきっかけだった。しょうがいしゃの社会参加がうたわれて久しい。しかし実際に社会参加したいときに社会の側の準備が遅れている。特別にしつらえられた場所での参加ではなく、いつでもどこにでもしょうがいしゃがいる地域社会が作れたら、きっとみんな楽しく安心できる地域になるに違いないのに。(理事長 遠藤良子)

# 生活介護事業所

el/Fax 042-843-3450

#### 楽しかった夏祭り



←たこ焼き作り





手作りお神輿

8 月からみんなで盆踊りの練習、飾り付けを用意して、くじら工房では9月に夏祭りを開催しました。

調理のスタッフさんたちが試行錯誤してくれたチョコバナナ、みんなで作ったたこ焼き、大作だった手作りお神輿、くじら工房で過ごすのは6年目になる私ですが、今回の夏祭りは本当に心に残る楽しい時間でした。

くじら工房で働いていて良かった、としみじみ思いました。そう思える私は本当に幸せ者です。今の社会の中で働きながらなかなか味わえないと思うんです、こうゆう気持ちって。

暑い日々が終わって、これからくじら工房ではBBQにハロウィン、クリスマスとイベント盛りだくさん…ここに通うメンバー以上に私がワクワク。また一緒に楽しませてもらいます。

そして、そろそろマライアキャリーも聴き始めようかと思います。(濱田)



#### 

クリスマス羊毛アート作り 日時:2023. 11.25(土)14 時~16 時 参加費:500 円 講師:望月妙子

申込締切 11/18 お申込み・質問等は宙へお電話または直接お尋ねください

# 相談支援エプシロン

Tel 042-505-7021 Fax 042-505-7669

# 困ったときには…

早いもので、国立に引っ越してきて 6 年目の秋を 迎えました。武蔵台学園高等部の息子と専門学校の娘 は、それぞれ来春の卒業を控え、学生生活最後の1年 を過ごしています。

そんな息子、今年の夏休み直前に 3 年ぶりのてんかん発作を起こし、救急搬送され入院になりました。幸い入院は一泊で済んだのですが、後で息子に確認したところ、発作から退院日の朝までの記憶が全くないようでした。今回の発作はダメージが大きかったようで、一人通学練習や留守番、飛行機や船での実家への帰省などに当分の間ドクターストップがかかってしまいました。

夜もここ 2 年程は息子 1 人で寝ていたのですが、 しばらくは私が隣で付き添うことに。それまで「1 人 でできるよ、やってみようか」と周りから言われて少 しずつ色々なチャレンジを重ねてきたのに、1 人で過 ごす時間が減り、予定していた夏休みの帰省が中止になり…息子は戸惑ったりがっかりしたり。

私はというと、いつ発作が起きるかとヒヤヒヤで息子が寝返りをうつたびに緊張し、寝言を言ったら飛び起きて顔を覗き込み、朝になると疲れが増していて胃も痛く、胃薬が手放せない生活でした。

息子の高校最後の夏休みは落ち着かない気持ちで 過ごしましたが、以前救急で運ばれた時に優しいこと ばを掛けてくださった近所の方、いつでも声かけて! と言ってくれるバス停のママ友や頼もしい同僚。大丈 夫ですよ、しっかり様子をみますよ!と言ってくださ った息子の放デイや短期入所のスタッフさんやヘル パーさん。「困った時は連絡しよう、相談しよう」と 思える存在のありがたさが身に沁みました。

今すぐ解決できることばかりではない我々の日常。どこに頼っていいかわからないとき、とりあえず話を聞いてほしいとき、解決の手立てが見つからないとき、疲れ果ててしまったとき。私もこの地域の中で、「困った時は連絡しよう」と誰かに思ってもらえるような存在でいたいと思った出来事でした。(吉埜)

誰もが集えるみんなの居場所(12:00~15:00 日祝休み) 日中一時支援事業(15:30~土日祝休み)

土曜は17:00まで

たまりば宙(そら) Tel/Fax 042-843-0443

#### 沈下橋が見たくて

高知県の四万十川に欄干のない鉄筋コンクリート製のシンプルな橋、台風などにより流木が激突したり、引っかかったりしないように荒ぶる自然と戦うのではなくやり過ごす、川と生きてきた人々の知恵と文化。増水すると流れに逆らわず沈んでしまう橋。人も自転車も車も通る橋 私は普通に歩いていても落ちそう(!)本流、支流合計 48 橋あるそうです。日本最後の清流、四万十川。

居宅介護等事業・訪問介護事業

短期入所

# くじらハウス おにぎり

Tel 042-505-7034 Fax 042-505-7035

#### ダイエットサポーター求む!!

こんにちは!くじらハウスの相馬です。すでにお話している方達はご存じかとは思いますが、わたくし万年ダイエット宣言をしていました。がうまく自分が満足のいく結果になっていません。。。

そのタイミングで今回のかいゆうだよりの原稿を書く ことになり、これはチャンスだと思い書かせてもらい ます(笑)

自分の性格上、興味のないことには本当に興味がなく、痩せたいんだけど何食べたらいいのか、どんな運動をしたらいいのかを突き詰めて調べて行動できなくて、、しかも今の時代情報社会なので調べたら情報がたくさんありすぎて何が良いのかわからず決めきれずで困っています。

なので、今回かいゆうだよりにサポーターを募っ

本流にダムがなく水質が保たれている。四万十川(しまんと)の語源はアイヌ語の「シ・マムタ」(はなはだ美しい)という意味からきているらしい。

山々を借景に、ゆったり、優雅に、穏やかで雄大な四万十川は圧巻です。鰻も鮎も泳いでいます。台風の時は暴れ川と言われているそうです。私は屋形船に乗り、沈下橋を下から見上げくぐり抜けました。四万十川の流れに見を任せてボーッとしている心地よさ。沈下橋を

満喫出来ました。(岡野)

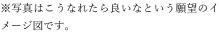


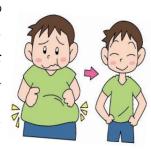


て固定の食事やトレーニングメニューなど決めてほ しいなと企んでおります。

具体的にはまず 1 日 3 食食べてた方がいいのか? メニューも正直、固定でこれを食べていれば最低限の 栄養素を摂取できなおかつ痩せられるメニューなど があればぜひ教えてほしいです!トレーニングメニ ューも毎日続けられて全身に効くようなメニューが あれば教えていただきたいです!

完全なる他力本願ですが皆様の サポートを心よりお待ちしている ので、ぜひこのたるみきった身体を 助けてください。宜しくお願い致し ます!!!! (相馬)





#### ~産業医の先生紹介~

このたび縁あって、かいゆうの嘱託産業医に就任しました。専門は社会医学の中の産業衛生学分野です。主な業務は、従業員の皆さんの健康管理と、施設の安全や環境に関するアドバイスです。一般健康診断等の結果をチェックし、必要な方に対して受診勧奨、健康管理上のアドバイス等を行います。

産業医からの面談指示には必ず対応して下さい。ストレスチェックについては、ご希望の方のみ面談します。健康に関する相談は、事務方を通じて予約して下さい。5月から奇数月に半日を目安に訪問しますが、必要に応じて臨時の訪問やウエブや電話による面談も実施します。よろしくお付き合い下さい。(かいゆう産業医大前和幸)

#### ★私のストレス解消法★

私のストレス解消法は、格闘技とサウナです。格闘技は一番下の男の子と立川のジムまで、週に2~3回。サウナは週に1回ぐらい、国立のハトの湯か、湯楽の里に行きます。

あとは、とにかく家族との時間を大事に すること。妻や子供と一緒に食事をして、 映画を見たりすること。

毎日、大切な人を忘れずに大切にする。 そうしていると、休日には迷うことなく、 思い切りリラックスできます!(酒井)

安全衛生委員会より

# 放課後等デイサービス **くじらっこ** Tel/Fax 042-505-4661

## うちのななちゃん

私は実家で犬を飼っています。犬種は黒のトイプードルで、今年の9月で16歳になりました。わんちゃんの16歳は人間で例えると80歳を過ぎており、もうおばあちゃんです。

先日ななちゃんを連れて家族で軽井沢に行ってきました。宿泊先は各部屋の前に小さなお庭がついているのが決め手で、お風呂以外どこでも一緒に行けます。 もちろん食事も一緒で、同じテーブルを囲み楽しい時間を過ごす事ができました。ななちゃんの嬉しそうな様子が見れ、私達も自然と笑顔に幸せな気持ちになりました。 16年という年月の中で一緒に旅行をしたのは今回が初めてでした。わんちゃんと一緒という事で、宿泊先はもちろん、観光する場所も、レストランも全て「一緒」に過ごせることが大前提。探す時には少しだけ苦労しましたが、一緒に過ごせることの楽しさや幸せは何事にも代えがたいものです。誰かの喜ぶ顔や幸せそうな様子を思い浮かべながら計画する事は、同時に自分も幸せになる事を実感しました。

あと何年一緒に過ごせるかな。時間は有限、いつの日か虹の橋を渡る時に幸せだったと思ってもらえるよう、そして送る私達も後悔がないよう、一緒に過ごせる時間を大切にしたいと思います。ななちゃん!いつも癒しをありがとう。長生きしてね。 (宮崎)



わんちゃんも一緒に 過ごせる美味しいお 蕎麦屋さん【川上庵】

## Group Home

# はじめの一歩ハウス

# イベント企画の醍醐味

イベントの企画って、とてもワクワクします。皆 さまもそうではございませんか?

一歩ハウスは今年の 11 月で 21 周年になりました。入居者さんやスタッフで話し合った結果、皆でカラオケに行くことになりました。

入居者さんにもお伝えしましたら、駐車場はどうするか。持ち込み OK?何食べたいかだね。でも飲み物はドリンクバーかな、などスタッフから提案しなくても案がどんどん出てきます。企画の段階からとても真剣です。当日歌う歌も練習されている様です。

そんな真剣な姿が、とても頼もしく素敵だなーと 感じてしまう岩谷です。(岩谷)

# ミラハウス



# 自然の秋

秋の季節は自然が美しい移ろいを見せる時期です。 ミラハウスでは、入居者の皆様が自然の変化に敏感に 反応し、それを通じて新しい発見と感動を得ていま す。 秋の空気の清々しさや木々の色彩の変化など、日 常の中にも季節の微妙な変化を感じることができま す。

この秋、スタッフ一同は入居者の皆様と共に、自然 とのつながりを深め、その中から生まれる新たな気 づきや喜びを共有しています。自然の美しさに触れ ることで、私たちの心も豊かに育まれていくことを 実感しています。(村井)

# すうぇる

#### 時間

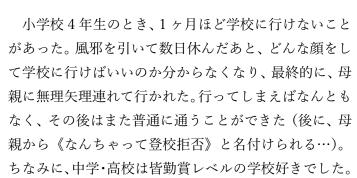


本を読んでいると、こんな数式が載っていました。 親の残された寿命×1 年に会う日数×1 日で一緒にいる時間=親と過ごせる時間 私の場合、両親と離れて暮らしているため、ざっくり計算しても自分が思った以上に過ごせる時間は短く驚きました。今まできちんと考えたことありませんでしたが、数字で見ると時間は限られていると痛感…。

この冬は久しぶりに会いに帰って一緒にお酒でも飲もうと思います。(大植)

#### 来歩ハウス

## 一歩踏み出す勇気



育休明けで職場復帰するにあたり、当時と似た感覚を 覚えた。目を離すと命を落としかねない小さい怪獣と 24 時間一緒に過ごし、家族以外の大人と話すのは支援 センターや予防接種の病院・たまーに会う友達くらいと いう生活を 1 年近く送っていたため、社会復帰へ一抹 の不安を抱えていました。





先日家族で行った山梨の フルーツ公園とぶどう狩り

しかし、いざ復帰してみると、「戻ってきてくれて嬉しい」と言ってもらえたり、久しぶりに利用者さんに名前を呼んでもらえたりと、不安はすぐに無くなりました。朝から晩までバタバタな毎日ですが、親子とも充実した日々を過ごせています。社会参加って大事だなとしみじみ感じます。

いつか、ある親御さんに言われた、「子ども産んでも 戻ってきてね。きっと違う視点をもって支援ができるか ら。」の意味を噛み締めながら、かいゆうの一員として また頑張っていきたいと思います!新たな視点を手に 入れて、パワーアップできるといいな一☆(斎藤)

## メゾン・ド・歩人

# 四季を感じて

私の趣味はソロキャンプをすることです。行けない時もありますが、月に1回~2回のペースで楽しんでいます。なるべく一人になれるような所を探し、四季折々の自然の移り変わりを目や肌で感じながら、ゆっくり好きな時間を過ごし癒されています。

ドリップして淹れたコーヒー、季節の果物や野菜、夜中に聞こえる鹿の声、焚火の温かさと火の揺らぎ、春は木々の芽吹きを感じ、冬は満点の星空、秋は紅葉、初夏は場所によっては蛍も見れたり。そして、何よりも自然の中で食べるご飯は何倍も美味しく感じます。前回のキャンプではメスティンに鮭とキノコを入れてご飯を炊き、炊きあがったご飯の上にイクラを乗せた、はらこ飯が絶品でした。

慣れてくると雨や、暑さ寒さも楽しめるようになって、山の中を散策すると、鹿の角が落ちていたり、二ホンカモシカやニホンザルと遭遇したり、ヤマカガシ、アオダイショウもいるし、

アカショウビンと言う綺麗な鳥の鳴き声で目覚めたこともありました。色んな体験をした後は、汚れや焚火のニオイ、汗を流しに温泉へ行ってさっぱりして帰るのがルーティンです。

これからも「来た時よりも美しく」を守りながら楽し みたいと思っています。(長田)



はらこ飯





# とれいる



# 秋の風景に

とれいるに入職し早1年と7ヶ月が立ちました。あっ と言う間でした。回りの方に支えて頂きなんとか、毎日 をこなして来て本当に感謝してます。

季節が変わり朝晩の寒暖差。毎朝の衣類の調整を行 い、入居者さんが作業所に元気に通えるようサポートし ながら日々支援出来ればと思っています。

一寸した風景の変わりにリフレッシュや美味しい物 を食べたりして、皆様も体調に気をつけて毎日過ごされ て下さい。(柴崎)

緑成会の隣に 小平養護学校がありました。

> ごあいさつの時 私は 首を 上げるくせがあった。





ゆき子ちゃんが 学校の様な 大きな ロース、ハムを 食べたい。

> 母が 今度 おしりに 風呂敷をしいて すべるよ。





水がこわくて ワーワー 泣いているのが 吾輩である。



お多肉さま日記番外編

今回のお多肉さま日記は番外編をお届け。 毎年開催される植物の祭典、「日比谷ガー デンニンショー2023」(日比谷公園)に 行ってきました。植物の祭典、当然の事な がらお多肉さまも参戦しております。

ガーデンニングショーだけあって、コンクールも行わ れており多肉植物を使った作品も展示され、こうなる ともうアートですね~いつも感動します。

キッチンカーも

沢山来てました ~ピザ窯搭載で 本格的!!

こちらはラジコンカーになっ ており実際に動きます!

アンティーク調の小物と多肉 ですがこのトルコブルーの色

この辺のアップ です。↓↓↓

> 天気にも恵まれ、寒 暖差が出てきました ので紅葉がぼちぼち 始まっています。 緑の多肉と紅葉が始 まった多肉のコント ラストがきれいです

を合わせるのは定番中の定番 調とお多肉のコントラストが



コンクール以外に販売もあり、お目あての多肉農 家さんの苗をゲット出来ました。多肉農家さんの 苗はなかなか手に入らないので嬉しいです。

小野肉 多呂子

#### ☆くじら工房よりお知らせ☆

【くにたちゆめファーム ハンドメイド部】さんの「2023 年展 示・販売 手作い市」にくじら工房も出品します! たくさん の手作り品がならぶ中、くじら工房からは刺繍の布巾など の商品を置かせていただきます。是非お越しください♪

日時:2023年11月25日(土) 13:00~15:00

場所: 国立市西 2-11-28

Jikka 一階フロア

# かいゆう全体研修報告



←皆でパイプをつないで、 ビー玉を運びます。相手チ ームも固唾を飲んで見守り ます。

前後の人とフォローし合っ て、ピー玉をつないでいき ます。 ゴールまでの道のりは 遠かった… →



全体研修の感想を参加者代表として書くことになりました。新人の八木です。研修自体は2回目で、前回はオンラインでの参加だったので、今回の研修はとても楽しみにしていました。

実際に、講義では「障害者福祉に求められていること」では世界各国の取り組みやそれに伴い日本はどう取り組んでいくべきかなどを学べ、「アンガーマネジメント」「自己覚知」では、自身のこと、怒りについてを知ることで、感情のコントロールについて学べました。参加したことで自分にとって確実にプラスになりましたし、今回学べたことは利用者の方への支援でも役にたつことだと思います。

今年は数年ぶりに完全対面での全体研修となりましたが、50 名を超えるスタッフが参加することができました。

コロナ禍を経て、スタッフが一同に介する機会はほとんど無くなったため、初めて顔を合わせるスタッフとの交流もできる、実りある研修となりました。 多くの方の協力があって、今回の研修が開催出来ましたことを、この場を借りてお礼申し上げます。 2023年10月22日(日)

@東京 YMCA 医療福祉専門学校 【午前】

- ・障害福祉の動向・社会情勢について
- ・意思決定支援・強度行動障害について【午後】
- ・レクリエーション(チームビルド)
- ・アンガーマネジメント
- ・自己認知、メタ認知について

講師:阿部美樹雄氏

(社会福祉法人みずき会 理事長)

その後のレクリエーションでは、パイプラインというゲームを2チームに分かれ行いましたが、相手チームへ拍手や声援などが自然と出ている光景にとても感動しました。正直、僕個人としては競う気満々で、黄色チームを敵対視していたのですが…笑あ、俺汚れてるんだなと思いながら相手チームの勇姿を見ていました。

改めて、今回の研修はとても良かったと思います。強いてマイナス点を挙げるならば、「グループワークを多めにしてほしい」ということでしょうか。 僕のグループにはせっかく、面識のない方が4人もいたので、テーマを元にもう少し意見を話したかったです。(八木)





真面目な講義ももちろん やっています!