

## 放課後等デイサービス 生活介護事業

## ふれあい広場・支えあいの会 通信

特定非営利活動法人

元克福祉就労支援ボランティア

220-0073横浜市西区岡野2-3-30 TEL:045-320-0732

Email: hureaihiroba0901@gmail.com

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。皆さまにとりまして今年一年が実りの豊かなものになりますように心よりお祈りしています。

再掲

「私の妹」

横須賀市立馬堀中学校三年 市原愛佳

私の妹は、私が四歳の時に生まれました。順調に育っているように見えたが、一歳になっても二歳になっても言葉が話さず、コミュニケーションをとるのも難しい状態でした。二歳になった時、両親が保健師さんに相談し、医療センターを紹介され、そこで医者さんに重度の発達障害があると診断されました。その日は丁度父の誕生日で、しばらく言葉が出ず、私に見つからないように振舞いながら涙を流していた父の姿を今でも忘れません。私は小さかったため、それがどのような病気なのか、これからどうなるのかをまだ完全には理解することができませんでした。

私が妹を徐々に理解していく事ができるようになってきたのは、妹が障害児の通園施設に通うようになってからです。妹は通園施設を卒業後、普通級の学校へは行かず、特別支援学校へ入学しました。その時は、小学四年生でした。その年のある日、私は両親に連れられて、妹の授業参観に行きました。私が特別支援学校に行くのは、それが初めてでした。特別支援学校では、一クラス約十人の生徒を三人の先生が担当しており、私はその対応に驚かされました。発達障害や知的障害には、障害が重い人から軽い人、言葉が出ない人や文字が読めない人など様々な障害の程度がありますが、先生方はそれぞれの子供たちの発達に合わせた関わり方、教え方をしていました。私はその対応を見て、一人ひとりに合ったかかわり方をすることで、子ども達一人ひとりを理解し、能力を最大限に引き出すことができるのだということが分かり、すごいと思いました。自分もそれをきっかりに妹に対する考え方が変わり、両親がしていた妹の世話や手伝いをすることが増えました。妹は急に怒ったり走ってどこかに行ってしまうので、初めは気持ちを理解するのがとても大変で、きつく言い過ぎて泣かしてしまったりすることもありましたが、きっと私には分からない何かが妹の心の中にはあるのだと思うようにするなど、必死に理解するように努力しました。また、自分の気持ちを分かってもらえるようにいろいろな考えたりもしました。それから私は、きつい言葉を使うのはやめ、そして何でも全てやってあげるのではなく、食べやすいように細かく切ったり、手にスプーンを持たせて食べ方を教えて自分で食べてもらったりと、自分でできることを増やしてあげられるようにしました。色々と考え、妹とがんばりましたが、慣れるまではかなりの時間がかかりました。でもこのように、妹が一生懸命がんばっている姿を見て、私自身も自分の勉強や生活をがんばるぞ、という気力がわいてきました。

妹は、体を動かすことが大好きです。妹が小学校一年生の時、両親と一緒に妹の学校の運動会に行きました。運動会が始まり、プログラムは準備体操、ダンスと進んでいきます。驚くことに妹は、ほとんど間違えることなく体操とダンスをやり遂げました。次はリレーです。妹は選手に選ばれ、見事に一位でした。私はとても嬉しくなり、家に帰ってから沢山妹を褒めてあげました。妹はとても嬉しそうでした。このようにして、私は徐々に妹のことを受け入れ、両親とともに妹のきずなを深めていったのです。

## 駅トイレ調査隊

1月10日(金)は駅のトイレ調査の日です。話し合って東急目黒線の目黒駅のトイレの調査をすることにしました。平沼橋駅のエレベーターが見えると五木田さんは小走りになられます。上手にエレベーターのボタンを押してください。平沼橋から西谷まで乗ります。西谷から高島平行きに乗り換えます。東急目黒駅に着くと山手線、南北線ホームがあります。もう何がなんだから分りません。迷い子にならないようにひたすらトイレに向かいます。目黒駅には赤ちゃんのおむつ交換台がありませんでした。名カマランの稲垣さんにカメラのシャッターボタンを押していただきました。



目黒の由来です。「め」というのは駿馬の【め】すなわち馬の意味だそうです。「くろ」は睦すなわち「道」だそうです。馬と道をいみする【めぐろ】という音から生まれという説です。近くに駒場、駒沢、上馬と馬に纏わる地名があります。たくさんの馬が飼われていた地域なのでしょうね。帰りは日吉終点各停乗りました。今日の五木田さんは落ちいていっしやい。座らないで色々見ていっしやいました。



## ◎プラネタリウム観賞

2024年12月7日に川崎市多摩区柊形の生田緑地内にある「宙と緑の科学館」のプラネタリウムを皆さんで見にいきました。開園13時30分の30分前に到着しましたら「200席満席です」といわれました。そこで奥にある岡本太郎美術館のほうまで足をはこびました、メタセコイアの巨木の間を歩いていきました。一部に紅葉の名残をとどめていました。

14日(土)はフードパントリーがあるので行けません。21日(土)に再挑戦をしました。売り切れでは悲しいので入場券を販売開始時間9時30分に一名の職員が愛の手帳、身体障害者を持参して入場券を購入に行きました。今度は安心して見学をしていただきました。



## ◎2025年1月の社会体験学習

新横浜の【イケア】にしました。13年前、ふれあい広場の開所に必要な家具類を買いに行きました。その時は各コーナーに小さいフードコートらしきものもありました。この度は二階にフードコートがまとまっていた。ドックや軽食がたくさん並べてありました。二階の大きな大きなワンフロアに色々な家具や生活小物が並べてあります。それを→にしたがってゆっくり散策しました。とても優雅な散策になりました。



◎室内での歩行訓練



◎岡野公園での歩行訓練



◎私は入力のプロです。



◎1月5日玄関前でのこども食堂お弁当配布風景



◎1月11日(土)生活創造空間西5階でのフードパントリーと子供食堂



げんき 1階 (重症心身障がい児部) 5名

皆様、新年明けまして、おめでとうございます。今年も、ふれあい広場、「げんき」を宜しくお願い致します。年末は、皆様いかがお過ごしでしたでしょうか。良かった人、悪かった人、様々、いらっしゃいますかね。何れにしろ新年ですので、良い年にしたいものです。

さて、先月号で、ご紹介しました、吉村秀雄マッサージ師との会話の中で、ハムストリングスの話を有りました事を覚えていますでしょうか、ハムストリングスとは何でしょうか、以前に記載していますので、省略させていただきますが、先日、お話を伺う機会が御座いましたので、聞いて見ました所、吉村先生は、独自のマッサージ論として、ハムストリングスの可動域である、股関節と膝関節の可動域を広げる目的、つまりRange of motion: ROM、関節可動域訓練を視野に入れたマッサージを施術しているとの事でした。私は、以前に述べましたように歩行を視野に入れたマッサージであると考察していましたが、その様な意味では無く、関節可動域を考慮していたのです、また、私の知識から、補足説明をさせていただきますと、学校の保持が長い時間余儀なくされる場合、ハムストリングスの緊張状態が持続し、硬くなるため、マッサージや、運動による動作が有効で有る事が、言えます。つまり、うっ血等の血液循環マッサージによるマッサージも有効ですが、筋肉自体の伸縮性の機能低下を考慮した上でのマッサージが有効性を示す事が、示唆されました。以上が会話内容と私の総論でした。

さて、生田緑地へのお出掛けや、お散歩では、歩行練習等を含んだ形でスタッフが行っている場合があります。その他にも、外出先での食事等もありました。一方の室内では、イベントや、アイスの棒を使った工作や、マグネットを作ったり、学習しながら楽しみました。その他、無論、マッサージ、看護、指導、機能訓練等を可能な限り行いまして、今年を締めくくりました。

機能訓練担当 機能訓練士 吉村



さわやか 2階 (肢体不自由・視覚障がい児部) 10名



サンタ姿で「いらっやいませ！」



自分で出来るよ！



足浴でぼかぼか



プレゼント、ゲットしたよ！



温かい日差し公園で



お掃除ありがとう！



アンパンマンを描いてるよ



クッキーの型抜き



棒棒でコロコロ



ババ抜きで大盛り上がり



今日はランチビュッフェ



すべり台、楽しい！

あけましておめでとうございます。

今年も健康、安全に気を配りながら、ご利用者様一人一人の笑顔とご成長を見守り、支援したいと思ひます。どうぞよろしくお願い致します。

今月の支援からピックアップしました

○冬のお楽しみ会

冬休みの初日に「お楽しみ会」を開催しました。ビュッフェ形式の昼食、ゲーム、デコレーションケーキ作りなどを楽しみました。特に、プレゼントがかった「黒ひげ危機一髪」ゲームは大盛り上がり、剣を刺すごとに歓声が上がりました。

○おやつ作り

半日授業の日のおやつに、パンケーキやクッキーなどを作りました。材料の買い出し、計量、型抜きなどを体験しました。食用色素で変わった色のパンケーキを焼いて楽しめる方もいらっしゃいました。

○大掃除

年内最後の日に、大掃除をしました。壁についた汚れをごしごしとすり落とし、げた箱を雑巾できれいに拭いてくださり、大変助かりました。きれいになった壁面に飾りつけをして、すっきり気持ちよく新年を迎えることができました。

すこやか 5階 (知的・発達障がい児部) 10名

明けましておめでとうございます。さて、皆様、年末年始はどのように過ごされましたでしょうか。風邪などひかず、穏やかに楽しまれたことを望みます。

5階ですが、年末はクリスマス会などの催しで盛り上がりました。ささやかではありますが、みんなでクリスマスケーキを作って食べたり、くじ引きでお菓子を選んだり子供たちも楽しく過ごされていたのが印象的です。親御さまにとってもお正月はのんびりと、と思っていたらあつという間だったりしますね。年明けの子どもたちも元気にふれあいに戻ってきてくれて、お正月のエピソードなどを連絡帳に添えて頂いたものを見て様々に楽しまれていたように感じました。

また、年末年始を迎え、インフルエンザもやはり始めているようですので、今年も気を引き締めて子供の体調や気持ちの変化などに気を配りながら支援に携わりたいと思っております。年明けから子供たちは元気そのもので、紅白のことやそれぞれユニークな視点でお正月を過ごされたのが、伝わってきてこちらもホッとしております。

新年ということで、気持ちを新たに、やるぞ！と意気込んだり、今年も無事で過ごせるように望まれたり、それぞれの新年の抱負を持たれた方もいると思います。みな、それぞれでいいと思います。5階すこやかとしては、子供たちが安心して成長していただくことを基本において、そこから、様々な状況に応じて適宜対応できるように、軸はしっかりと持ちつつ、おれない範囲で柔軟に支援していくつもりですので、今年も宜しくお願いいたします。

