

# われもこう

第 115号

2021年3月29日発行

高槻ライフケア協会

題字 中村 俊彦 さん

## 自分らしく生きられるために～自立をめざした子育てのあゆみ～



自閉症の人のバリアフリーを考える親の会 はぐくみ 堤 実穂

我が家には自閉症スペクトラム(以下:自閉症)の息子(25才)と娘(23才)がいます。

自閉症という障がいは、現在では20～40人に1人はいると言われており、生まれつき脳の働きが違うことから、対人関係やコミュニケーションの困難さ、興味や関心の偏り、感覚の過敏さ鈍感さなどの特徴があるとされており、決して親の育て方や本人の努力不足、性格上の問題ではありません。

知的障害を併せ持つ方からIQの高い方までと幅広く、症状もそれぞれであり、明確な区切りがなく連続している(スペクトラム)という考えで自閉症スペクトラムと呼ばれています。

我が子2人とも子どもの頃に診断を受けて、療育手帳の区分も同じですが、知的に遅れのあるマイペースな息子と、知的には軽度で周りを気にする娘とは、発達のタイプも、学習スタイルや進路も全く違っていたので、それぞれの子に合った支援を親の目で見分けるのは大変でした。

子どもの障がいがわかった頃に、街中で年離れた親御さんが知的に遅れのある中年の息子さんに寄り添う姿を見かけて、障がいの子を持つ親は自分が年老いてまで我が子の手を引いて歩かなければならないのか…親が亡くなった後、残された子どもはどうなるのか?と、子どもの将来に不安を覚えて、我が子には出来るだけ力をつけて社会の中で生きていけるようにしてやりたいと、将来に向けての自立を目指すようになりました。

小学校の頃になると、学級活動の中でしんどい思いをする我が子の姿にどう支援していいのかわからず、学校との関係もギクシャクしていく中で、自閉症の特性や適切な支援を学びたいという気持ちが芽生え、同じ想いを抱いたお母さん方と立ち上げたのが親の会「はぐくみ」でした。

親が自閉症を学び理解することによって子どもの想いに寄り添える存在となれるよう、障がいのある子ども達を『守る』だけではなく、適切な



支援によって社会の中で生きていける自立の力を『育てる』(はぐくむ)そんな願いを込めた「はぐくみ」です。

自立をめざして…まず取り組んだことは、一人で出来る力をつける事でした。

自閉症の人は言葉での指示がわかりにくく、目で見える支援がわかりやすので絵や文字でやり方を示した手順書を見ながら身辺自立を自分で出来るようになり、「あれして！これして！」と声を掛けなくてもスケジュールを使う事で見通しをもって自分で行動できるようにしていました。

掃除や洗濯など家事の手伝いを1回50円でバイトとして取り組んで、貯めたお金で好きなものを買、「ありがとう」と誉めてもらえるのが嬉しくて意欲的にやってくれました。

知的に遅れのある息子には、自分の思ったことを伝える意思表示や、自分がどうしたいか自己選択ができるように、生活の中で達成感や自信がもてる経験を積めるように取り組みました。

娘には、人と違う事を気にして出来ない事への劣等感や友達づきあいの戸惑いなどでプライドが傷つかないように心のケアや、音への感覚過敏もあったので環境への配慮などストレスに対する支援も必要でした。反抗期や障がいの告知など大変な思春期もあり、息子よりも娘の方が心に負担が掛かる分、支援には気を遣い難しかったですね。

成人になった現在は、息子は老人ホームの清掃で支援をいただきながら福祉就労で働い

ています。支援学校の高等部時代に行かせてもらった老人ホームの実習で、お年寄りから「ありがとう」と言ってもらったのが嬉しくて、将来、老人ホームで働きたいと思ったようです。自立訓練・就労移行支援を経て、夢を実現しました。就職後も就労定着支援の福祉サービスを利用して支援を受けられるので安定して働いています。

娘も、兄の経験に影響を受けて「私もありがとうと言ってもらえる仕事に就きたい」と介護福祉士の資格を取り、老人ホームで働いております。

成人で療育手帳も非該当となり、長年苦しんだ感覚過敏も就職してからは症状もなくなり、安定して働いている事で気持ちも落ち着いているのだと思います。

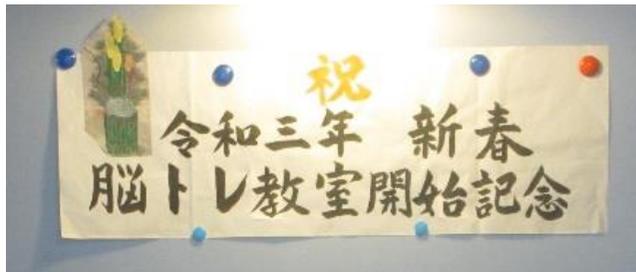
幼い頃から社会人になることを意識しながら、年齢に応じて今、何を身につけるべきか…ずっと自立を目指して子育てをしてきたので、子どもの中にも自然に大人になったら働くという意識や憧れを持ちながら成長してきたように思います。

自分が支援を受けてきた立場だからこそ、自分も誰かの役に立てる仕事に就きたいと、働く目標にして就職できたのだと思います。

これから先においても、障がいがあっても自分らしく生きてこそその人生だと願うので、笑顔で安定した生活を送れるように、親が元気なうちに親亡き後の環境をサポートしながら、親元を離れた後も困ることがないように支援のある生活スタイルを整えてやるのが今後の親の課題だと思っています。



## 地域交流センターあすなろ 新春第1弾「脳トレ教室」 1月6日



「地域交流センターあすなろ」の新春初めのプログラムは、「脳トレ教室」でした。三密防止・消毒・パーティションの活用等々で皆様久しぶりの再会でした。ご利用者の M 様は、今日のために「お手製の垂れ幕」を作って来ていただきました。

先生の「強制的に(笑)」との依頼を受けて、あすなろスタッフは「マンドリンとギター演奏」で新春の幕開けのお手伝いをさせていただきました。



「声の出し方忘れそうでした…」

「この間どう過ごしましたか？」をテーマに交流しました。お一人暮らしの方が「一人でいて声の出し方を忘れそうだったので、一人カラオケをしました。」とのお話に、コミュニケーションの大切さを痛感しました。今年も「人と人のつながりを大切に」を目標にしていきます。



新春の記念写真



## 小規模多機能型居宅介護 あすなろ



昨年のクリスマス会は密を避けるため、3日間に分けて開催しました。スタッフの出し物はプロ並みのマンドリン&ギター演奏。素敵な音色にうっとり…。思わず眠気が襲う利用者もいらっしやいました。そしてピアノ演奏でのイントロクイズ、ハンドベル演奏。イントロクイズでは歌大好きOさんがダントツの1位でした。

クリスマスケーキは利用者お一人おひとりに作って頂きました。「私チョコ味にするわ!」「果物は別のお皿にのせよかな。」と皆さん生クリームを上手にデコレーション! 和気あい

あいとケーキ作りを楽しまれていました。皆で作ったケーキはまた格別!「美味しいな〜。」とあっという間にペロリと完食でした。

そして皆さんお待ちかね。お腹の大きな太っちょサンタの登場にフロアは大盛り上がり! 皆さんプレゼントを貰いとても喜ばれていました。とっても可愛らしい太っちょサンタをご覧になりたい方は、是非あすなろのホームページまで。

利用者さんの笑顔が弾けるとっても素敵な音楽溢れるクリスマス会になりました。



# 事業所 だより

### 訪問介護

#### 「訪問介護のお仕事」

訪問介護とは信頼があるからこそ成り立つ仕事だと思えます。仕事をするにあたって“信頼する”“信頼される”ことは絶対に必要です。事実、僕が今までしてきた仕事は一对多数でしたが、人とのコミュニケーションが少ない仕事で、お互いの顔も名前も知らない、顔は知っていても業務上必要な事しか話さないような仕事ばかりでした。ですが、この訪問介護の仕事は、利用者さんと一対一で接するうえに、一回あたりの接する時間が長く、

更に利用者さんの家に入る事が基本になります。見ず知らずの人間を家に入れるというのは勇気のいる事だと思えます。利用者さんはいろいろな事を話して下さい、自ずとプライベートに触れる仕事です。だからこそ、自分を信頼して下さい利用者さんの所で仕事させていただける事を誇りに思えます。これからも精進し、更に信頼される介護従業者になりたいです。

(N)





## くらし創造の家 朋(とも) 生活介護



12月24日にショッピングモール八尾にて、ストリートピアニストハラミちゃんのピアノ演奏によるクリスマス リモートライブが開催され、生活介護もリモートで参加しました。アニメ「忍たま乱太郎」の曲「勇気 100%」をみんなで歌ったり、楽器を鳴らしたりしました。

12月5日(土)にスマホで動画撮影、利用者さんもサンタの帽子をかぶり、Kさんは着ぐるみを快く着てニコニコと参加しました。この曲が大好きなNさんはスタッフに抱っこされ大喜び、頭でリズムをとるYさん、ハ

ンドベルを一生懸命鳴らしてくれるHさんやSさん、表情豊かに楽しんでくれるKさんやMさん、眠そうなNさん、利用者さんもスタッフもリモートコンサートを楽しみました。後日、リモートコンサートの様子をDVDで見ましたが、どこに映っているのかさっぱりわからず、後ろの小さな画面で少し映っているのを教えてもらい、やっとわかったほどでした。「勇気 100%」を12月からの朝の会の歌にしており、皆さんすっかり覚えて、楽器もリズムに合わせ鳴らしています。



## くらし創造の家 朋(とも) 小規模多機能型居宅介護

今年は2月2日が節分の日。朝から「皆さん今日は何の日ですか。」と質問すると「節分！」と大きな声の返事がありました。食べることが大好きなYさん、「年の数だけ豆は食べられへんわ。」みんなで「それは食べ過ぎやわ。」「そう？」と大笑い。「ん十個は確かに食べ過ぎやな。」と…。元気な皆さんには、落花生を升に詰める作業をお願いし、鬼がくるまでにと一生懸命でした。とっっても器用なYさんは、綺麗に落花生の皮をむいて食べようとしていました。「鬼を退治してから皆で食べましょう。」と言うと「そう？」と食べるのは我慢していました。そうこうしている間に鬼が登場！

180cm近くある大きな鬼に、ベッドで眠っていたNさんは肩を叩かれ、目覚めると目の前に鬼がいたのでビックリ！目を見開いて何がなんだか分からない様子です。「Nさん節分やから鬼がきたよ。」という「あー、びっくりしたわ。」「来年は目覚めてから鬼を呼ぶようにしますね。」と言うと「そうしてね。心臓止まっちゃうわ。」と笑顔でした。「鬼は外」「福は内」と皆さんで豆を投げたので鬼退治は成功！Mさんは「うまく投げられへんかった。鬼ちょっとこわかった。」来年は鬼をやっつけられるように豆を投げる練習をしましょうね。





研修実施報告

## 人権について考える～後見人の立場から～

2月15日 講師／NPO 法人権利擁護たかつき 増田和宏氏



今年度の人権研修は、知的障がい者を中心とした事例から、人権について考える内容でした。入所している知的障がい者の生活費が紛失する、援助者の「障害者やねんからそれでいいやん。」という言葉、朝は忙しいからと業務効率優先で夜中に着替えさせられている高齢女性など、後見人として関わる現場で

実際に起きた多くの事例がありました。なぜそのようなことが起こるのか、援助者としてどのような倫理観を持つのか、障がいの理解はできているのか、自分の弱点はどこかなど、自己を振り返るよい機会となりました。講師の増田氏から「支援や対応で悩みが多いのは、本人のことを中心に考え、本人に寄り添った支援だからこそ。たくさん悩む、その悩んでいるプロセスが大事です。」という励ましのメッセージをいただきました。ありがとうございました。



## 2020年度 介護職員初任者研修

2020年10月17日(土)～2021年3月6日(土)

介護職員初任者研修は2020年10月17日土曜日に開講しました。受講生は6名と少数でしたが、全員休むことなく週1回半年間通学し、3月6日に修了しました。

コロナ禍での開催で、感染防止対策として、検温、手洗い、消毒、換気、加湿を行いながらの実施でした。温まった研修室は、休憩時には窓を開け換気を行うので、アツという間に室温は下がります。「う～寒っ。」と言いながらも「換気は大事。」と皆で言いながら冬が過ぎました。修了評価試験の結果は、全員が高得点でした。閉講式では、「ヘルパーとして働こうと思っています。初



めは理想ばかり掲げていましたが、技術が伴わなければいけないとわかりました。これからは技術的なことに精進します。受講生は幅広い年齢で楽しかったです。」「デイサービスで勤務していますが、この研修を受講して知識が増え、利用者に対してお声かけの仕方がわかってきました。学んだことが実感できました。」という受講生の感想でした。ご活躍を期待しています。

## サービス提供実績報告 (2020年12月～2021年2月)

### ◇社会福祉法人

#### 《訪問介護》

利用件数	3,321 件
利用時間	2364.10 時間
生活援助	929.28 時間
身体介護	1434.82 時間

#### 《介護予防訪問介護》

利用件数	642 件
利用時間	562.48 時間

#### 《ケアワーカー派遣サービス》

利用件数	254 件
利用時間	238.50 時間
家事援助	209.50 時間
身辺ケア	27.00 時間
社会的援助	2.00 時間

#### 《障害福祉・居宅介護》

利用件数	2,961 件
利用時間	2885.10 時間
家事援助	1317.35 時間
身体介護	1394.25 時間
通院介助	173.50 時間

#### 《重度訪問介護》

利用件数	318 件
利用時間	834.00 時間

#### 《同行援護》

利用件数	389 件
利用時間	1047.75 時間

#### 《移動支援》

利用件数	507 件
利用時間	958.00 時間

### ◇特定非営利活動法人

#### 《福祉移送サービス》

利用件数	27 件
利用時間	910 分
利用距離	369 k m



## 利用者さんに聞きました！おせち料理人気ランキング

「おせち料理の中で何が一番好きですか？」

小規模多機能型居宅介護あすなろ  
1位 煮しめ 2位 黒豆 3位 数の子

くらし創造の家 朋(とも)生活介護  
1位 海老 2位 黒豆 3位 数の子

くらし創造の家 朋(とも) 小規模多機能型居宅介護  
1位 数の子 2位 黒豆 3位 海老

よく似た結果になりました



## ♣️ おいしいもの揃いです！ぜひご注文下さい！



♣️ 荳わかめ佃煮  
130g 300円



♣️ たこ飯の素  
2合用 450円



♣️ 塩わかめ  
130g 300円

### ♣️ リンゴ(サンふじ)

長野県岩下りんご園直送

5kg 3L 4,800円(送料込み)

5kg 徳用サイズ 4,000円(送料込み)



♣️ コーヒー(豆、挽)  
500g 860円

## ♥️ ご協力に感謝します (敬称略・順不同) 2020年12月16日～2021年3月15日

### <社会福祉法人>

□ 寄附金 累計 1,670,000円

小谷啓二、高橋郁子、小林、河村正人、仁田治雄、増森啓子、中村浩也、前田昌子、土井トミ子、宗像千恵子、村上利男。

□ 寄贈 安部勢津子、佐々木順子。

### <NPO法人>

□ 後援会費 累計 188,000円 山内真希、宮森公隆、岩田由美子。

□ 寄附金 累計 34,440円



## ✍️ 編集後記

新型コロナ感染が広がる中、介護職として自分が感染源にならないようにと気を張った毎日を過ごしています。そんな中、早咲きの桜を見かけるとほっこりした気持ちになりました。しかし、まだみんなでゆっくり花見を楽し

むことには不安があります。今、ワクチン接種が始まりようやく明るい希望が見えてきました。収束に向かえばいいですね。そしてその先に何の心配もなく心から桜をめぐる日が来ますように…。(T)

社会福祉法人高槻ライフケア協会

〒569-0806 高槻市明田町 5-7

TEL(072)683-4945

http://tlca.info/

特定非営利活動法人高槻ライフケア協会

〒569-0802 高槻市北園町 4-19

TEL(072)682-4119