

あじさい 151号

長崎市育成会オンライン元年！

コロナ禍にあって、接触や密を避けるためにオンラインが重宝されていますが、育成会も例外ではありません。昨年初めは「コロナのため中止」となる会議や研修会が多かったものの、徐々にオンラインでの会議や研修の案内が届くようになり、当会としても環境を整え昨年度は職員研修会や定例会にオンラインを取り入れて実施しました。



9月の定例会の様子

定例会でも事前に申し込んでおいたオンライン研修会をみなさんで視聴する機会を3回設けました。普段は出向いてまでは聞かない話も、気軽に聞けるとあって好評でした（2,3ページに関連記事あり）

メール登録されている方にはオンライン研修のご案内を差し上げていますので、ご自宅でも視聴できますよ。



令和2年度職員研修会の様子



タイムケア事業が終了



育成会のタイムケア事業が今年度をもって終了しました。
（7ページに関連記事あり）

もくじ

- オンライン研修会ってどんな感じ？
- コロナ禍でのGH支援とは
- 育成会ing
- きらり 卒業＆受賞おめでとう
- さようならタイムケア
- お知らせ

オンライン研修ってどんな感じ？

昨年春からのコロナ禍において、今まで当たり前に行われていた定例会や研修会が軒並み開催できなくなり、「この先の定例会や研修会のあり方はどうあるべきか？」を考える必要が出てきました。参加者の皆さんが一堂に会し、話し合うようなおしゃべり会形式は感染予防の観点から実施は難しいと考え、長崎市育成会でもコロナ禍の昨今脚光を浴びるオンラインセミナーを定例会で受講してみました。ここ数回の定例会でのオンライン研修会のようなすをお知らせいたします。

オンライン研修会第1弾 「医療とお金」

第1回目のオンラインセミナーは知的・発達障害がある人の医療とお金について、全国手をつなぐ育成会連合会常務理事兼事務局長の又村あおいさんが講師となりわかりやすく講演されました。前半は「医療」について、特に今一番気がかりな新型コロナウイルスに知的障害のある人が感染した場合、あるいは感染疑義者となった場合のリスクについてや、ぜんち共済で過去保険料を支払った実績を基に障害のある人がかかりやすい病気のことなども説明されました。後半は地域生活に必要な「お金」について就労形態、福祉サービスの利用、障害基礎年金受給の有無で変わる経済状態をわかりやすく試算表化され解説されました。表にされることで収支のバランスが一目瞭然でわかりやすく、参加者の皆さんも興味深く聞かれていました。最後には全国で視聴されている方から質問も受け付けられ、一問一答形式で丁寧にかつ的確に答えられていました。

オンライン研修会第2弾 「心と身体の上手な距離の取り方」

2回目のオンライン研修会は「コロナのなか、対人支援が必要な人への『こころ』と『体』の距離の上手なとり方」というテーマで、テレビ等でも活躍されている明星大学准教授で公認心理師の藤井靖さんに専門家の立場から、家族や周囲との精神的な距離の取り方、言葉のかけ方など心に負担をかけない対処法をお話いただきました。

淡々と日常を過ごしていても誰もが小なり大なり感染のリスクや終わりの見えない不安からくるストレスを感じていると思います。お話の中で具体的なストレス対処法として紹介されたのが、コーピングリストです。コーピングリストとはリラックスする方法をリストアップしたもので、その方法をたくさん持っているほどいいそうです。参加者の皆さんには時間の都合で10個だけ列挙していただきました。読書、音楽鑑賞、SNS投稿、食べ歩きなど好きなこと、したいことを挙げるだけで皆さん笑顔になり、楽しそうな表情で和やかな雰囲気になりました。また、リラクゼーションの技法として、10秒呼吸法、漸近的筋弛緩法など具体的なストレス対処法や自分の心を追い込まない方法など多くの発見がありました。最後は「心のエネルギーを補充するには安心

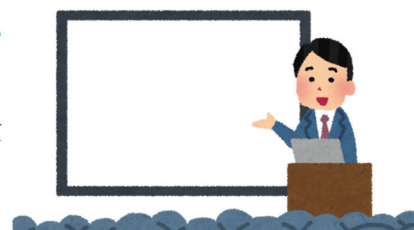


感、楽しい体験、認められる体験が大切です。」とお話を締めくくられました。

コロナ流行後、私たちの生活は以前とは一変しました。いつ終わるともわからないコロナ禍でも心のエネルギーを補充して、元気に乗り越えていきたいという気持ちが湧く研修会でした。

オンライン研修会第3弾 「成年後見制度」

障害のあるなしに関わらず、判断能力の低下に伴い必要性が高まる成年後見制度。成人した知的障害のある人も親や兄弟姉妹など金銭管理や身上保護をしてくれる人が高齢や病気事故などで判断能力が低下した場合、成年後見制度の利用が必要になってきます。今回の定例会は岡山県社会福祉協議会主催の成年後見制度オンラインセミナーを参加者の皆さんと視聴しました。今まで何度となく研修会などで勉強してきた”成年後見制度”ですが、制度的なことを漠然と理解していても、利用する立場になってないので遠い存在に感じてしまいます。今回の研修会は、実際運用に取り組まれている社会福祉協議会の方や民生委員、金融機関、行政の方のお話を中心だったので具体的なお話を聞くことが出来、イメージしやすい研修会でした。ただ残念ながら知的障害のある人に特化した内容ではなく高齢者中心のお話が多かったため、多少物足りなさを感じた方もいらっしゃったようでした。しかし障害のある子を持つ自分自身も高齢者となるため、「わがこと」でもある話なので、身につまされた。」と感想を持たれた方もいらっしゃいました。いずれにせよ、登壇された方々が繰り返し提言されてしたことは福祉、金融、行政等の各機関の垣根を越えた連携の重要性でした。



オンライン研修『成年後見制度』参加者の感想

- オンラインセミナーを視聴して、成年後見には、いろんな方、機関が関わっていること、とっても参考になりました。ただ、理解は、本当に難しいなと感じました。定例会でもいろいろ話を聞けたらいいと思います。
- オンラインセミナーは初めての経験でしたが自分の親のことを思い参加しました。知りたいこととそうでもないことがあり、そうすると全部観るのは大変かなと思いました。終了後にみなさんとおしゃべりして分からない点を質問したかったです。機会があればまた参加したいです。
- 実際成年後見制度につなごうとされている民生委員さんがご本人の拒否に遭い苦慮されているお話など実例の紹介もあり、現場で向き合っている人のご苦労が分かる内容でした。

コロナ禍で今まで行われた大人数か一堂に会する大会や講演会が開催できにくい昨今ですが、リモート研修会という形態になり今まで参加できにくかった都市圏開催の研修会を受けることが可能になりました。自宅に居ながらにして視聴できるということで、参加しやすくなった一方で、パソコンやスマートフォンをお持ちでない方や持っていてオンライン研修への申し込み方や視聴の仕方が分からないという方にとっては、参加へのハードルは高くなります。現在、メール登録されている会員さんへはオンライン研修のご案内を送らせていただいておりますが、やり方が分からないから育成会でやってそれを見せてほしいというお声もよく聞きます。今後も会員の皆様が興味を持たれそうな内容の研修を定例会でご案内できればと思います。皆さんもご興味があれば是非ご参加されませんか！

コロナ禍でのグループホーム支援とは…

新型コロナウイルスの感染が確認されてから一年以上が経過しました。現在長崎では落ち着きを取り戻していますが、県内で緊急事態宣言が発令された頃は、感染の恐怖に怯え、より我慢を強いられる生活が続きました。各育成会事業所でも感染予防に努め、施設内の消毒や換気の徹底、作業や昼食などの活動時の三密回避、健康観察などそれぞれの事業所でできる感染対策を講じながら事業を続けてきました。では生活の場であるグループホームでの支援はどのように行われているのでしょうか？1月後半のある日、グループホーム十人町の支援を体験してきました。



この日は午前9時から午後4時まで、グループホームでの食事の提供、生活支援、健康観察等を行いました。市内でコロナ感染が報じられた当初から感染予防に努めて支援を続けられていましたが、入居者の周辺に濃厚接触者（PCR検査は陰性）がおられると分かり、さらに徹底した感染予防を講じたうえで生活支援をされていました。様々な事業所の利用者が暮らすグループホームでは、万が一感染者が出れば他事業所への拡散も危惧されます。いかに接触を避けて生活してもらうかが重要になるのです。入居者のみなさんには基本各自の部屋で過ごしてもらい、食事は各お部屋に配食、トイレなどに部屋から出て来られたら動線を消毒、共有スペースは常時窓を開けたまま、時間を決めての検温も徹底されていました。利用者の皆さんはジグソーパズルをしたり、音楽を聴いたり、楽器を弾いたりしながら各お部屋で思い思いに過ごされていました。また支援者も世話人さん、アシスタントさんなど様々な方が出入りされますが、感染リスク軽減のため特定の世話人がホームに泊まり込んで、陰性の結果が出るまで支援を続けられました。『グループホームでの生活を支援する』ことは利用者の方の命を守るという大変責任が重い業務だと思いますが、世話人さんは日々神経をとがらせながらもきめ細やかに支援されていると実感しました。



念のため防護服を着用して支援を行いました。

職員研修会が開催されました

2月11日（木）に第18回育成会職員研修会が開催されました。毎年職員の支援力向上を目的に開催されている職員研修会ですが、今年はコロナ禍ということもあり、6か所に分かれてのリモート開催となりました。時間は半日に短縮され、例年行われている各事業所の研究発表も今年は全事業所紙面での発表となりました。メインは育成会と現在顧問契約をしている真耀法律事務所の山本弁護士をお招きし、「ハラスメント」について具体的な例を挙げながら分かりやすくお話しいただきました。

また3月20日（土）には育成会の1年未満の職員を対象に新任職員研修会が県立体育館研修室にて行われました。密にならないよう間隔をあけ、約40名の各事業所の新任職員（パートさん含む）が、育成会の沿革や職員の行動規範、ビジネスマナーなどについて学びました。最後には各事業所の管理者から一人ひとりに宛てた手紙が渡され、管理者の熱い期待に職員としてこれからの決意を新たにされたようでした。

<育成会 ING>

タイムケア事業が終了しました

長崎市手をつなぐ育成会では平成17年より、障害のある小学生から高校生までを対象とした長崎市日中一時支援事業タイムケア事業を開始し、「体験」「仲間作り」「余暇の充実」を柱に様々な活動を実施してきました。しかしながら、放課後等デイサービスなど障害福祉サービスの充実に加えてコロナ禍での活動休止や利用を控える方もおられ、近年では利用者の減少に歯止めがかからない状況が続いていました。そこで、次年度もこのような状況で事業を継続することは難しいと判断し、今年度を持ってタイムケア事業を終了することにしました。

タイムケア事業は専用の建物も送迎もなく、その分公共交通機関を利用し、いろいろな場所への外出やスポーツ、制作、調理など幅広い体験の場を提供してきました。公共の場でのルールやマナーの習得にも一役買えたこともあったと思います。また、多くのスタッフにとっても障がいのある子どもたちと活動することは、障がいへの理解を深めるいい機会となったと思います。学齢期のお子さん向けの事業は一旦なくなってしまいましたが、育成会としてできることを今後も探っていきたいと思います。

本人活動が変わります！

これまで長崎市手をつなぐ育成会では、本人向け余暇活動として本人生活講座（フラワーアレンジメントと書道）、おたのしみ倶楽部、夢くらぶの活動を実施してきました。それぞれの活動は始まった年も内容もそれぞれ違いますが、どの活動も障害のある人たちの余暇の充実を目的に行われてきたことに変わりはありません。しかし結果として現在では1日に複数の本人活動が行われる日もあり、活動の内容によっては参加者数に偏りも生じています。そこで次年度はもっと多くの人に参加していただくことと本人活動のスリム化を目的に見直しを行いました。令和3年度からは『スマイルくらぶ』という名称でこれまでのような楽しい活動を提供していきたいと思います。大まかな内容は以下の通りです。

『スマイルくらぶ』の内容

- ① 『スマイルくらぶ』はこれまでの夢くらぶをベースに、5時間の余暇活動を土曜（第2、第4）、日曜、祝日に行う。
- ② フラワーアレンジメント教室（第2、4土曜）と書道教室（第4土曜）は5時間のスマイルくらぶに組み込み、5時間の活動の中で午前フラワーアレンジメント教室、午後は書道というように参加する。ただしこれまで通り、フラワー、書道のみの参加は可能。
- ③ 法人営業日の日にはスマイルくらぶの活動は行わないが、フラワーアレンジメントと書道に関してはこれまで通り単独で実施する。
- ④ おたのしみ倶楽部は2時間のスマイルくらぶとして、毎月第3日曜日にこれまで通り行う。
- ⑤ 実費の部分はこれまで通りだが、参加費については見直しを行う。
- ⑥ 2か月分の予定を広報紙で知らせる。（今号のお知らせに4、5月分が載っています）



卒業&受賞おめでとう！

今回のきらりは今春高等部を卒業し社会にはばたく一瀬拓人さんとコンテストで入賞を果たした藤本紗弥さんにスポットを当てご紹介します。

一瀬拓人さん、卒業おめでとう！



今春、鶴南特別支援学校を卒業された一瀬拓人さんは、卒業後育成会の事業所『夢工房みどり』に通所されています。社会人として新しいステージに足を踏み出した一瀬さんのご家族から届いたメッセージをご紹介します。



ぼくはぼく。自分のペースでいきます！

3月4日、自閉症の長男は、鶴南特別支援学校時津分校の4回生として、12年の就学生生活を終えました。高等部では、継続就労支援B型事業所への通所を目標に、机上での軽作業、リサイクル、多肉植物の葉押しなどの実習に挑みましたが、情緒のコントロールが難しい時期があり、生産活動だけでなく、乗馬、トレーニング、プール活動を体験できる生活介護事業所に変更しました。卒業式の翌週から、抵抗なく、通所が始まりました。長男は、心根を言葉で表現することはできませんが、「お仕事するとおやつが食べられる」と、食べることが大好きな長男の意欲になるよう願っています。これまでもこれからも、たくさんの方々のご支援に感謝いたします。

藤本紗弥さん、受賞おめでとう！



昨年開催された「第35回障害者による書道・写真全国コンテスト」で育成会書道教室に参加している藤本紗弥さんが3度目の金賞を受賞されました。紗弥さんからの喜びのメッセージをご紹介します。

中学生の頃から育成会の本人活動「書道」に参加させて頂いています。学生の頃は夏休みの宿題や文字の練習のために始めましたが、学校を卒業したら文字を書く事が少なくなったので、文字を忘れないように練習しています。毎回、テーマの文字を探して書いたり、自分の好きな文字を探して書く事が好きです。私はその時期の季語(俳句)を選んで書く事が楽しみです。

今回、受賞した「寿」は姉が結婚することになったので、ご祝儀袋に自分で書いて見たくて練習しました。姉の結婚と私の受賞、ダブルで嬉しいことあってみんな喜んでくれました。私もとても嬉しいです。

これからは楷書体や草書体にもチャレンジしてみたいです。



さようなら タイムケア

育成会 ing でも報告した通り、タイムケア事業が11年の歴史に幕を下ろしました。障害のある小学生から高校生までを対象にした長崎市の日中一時支援事業タイムケア型であるこの事業は“チャレンジクラブフレンズ”の名称で平成17年の夏休みからスタートしました。この事業の前身となったのは平成13年の夏休みから育成会が独自に学齢期の子どもたちを対象に行っていた“サマーフレンドクラス”です。当時、会員のお母さんたちが大学生のボランティアを集め、長い夏休み親子でずっと過ごすだけでなく「数日だけでも本人たちに楽しい活動を、そしてほんの少し母親にもお休みを」という目的で始められました。多くの方が参加し、これをきっかけに会員になる人も多くいらっしゃいました。平成16年に実施した“こども夢くらぶ”は助成金を得てさらにパワーアップした



水源地での水遊び

活動を行い年間のべ560名ほどが参加しました。このような実績が認められ、長崎市が日中一時支援事業を始めるにあたり育成会に白羽の矢が立ち“チャレンジクラブフレンズ”が生まれました。当時は複数の母親たちが活動の企画から様々な手配、そして当日のスタッフまでこなすというマンパワーでの運営でした。まもなく大学生（兄弟姉妹も含む）や一般の方など親以外のスタッフが加わると、さらに活動は活性化していきました。建物が無いタイムケアでは、公共交通機関を利用して、公共施設、観光地への外出や映画やカラオケ、イベントへの参加など、たくさんの体験をしてもらうことを大事にして



帆船まつり

きました。時にはトラブルになることもありましたが、その都度スタッフも勉強させてもらい、この活動で私たちも成長させてもらいました。また障害について馴染みのなかった親以外のスタッフにとっては障害や障害のある人について知るいい機会になったに違いありません。

タイムケアご利用のお母さまの感想

コロナが落ち着いたらまた、と思っていただけに、この3月でタイムケアが終了と聞きとても残念です。娘は小学一年生から、10年お世話になりました。スタッフの方々はもちろん、学生さんとの会話も楽しみで、毎回参加を楽しみにしていました。普段はついつい車の移動ばかりになり、なかなかバスや電車に乗る機会がなかったのですが、タイムケアで公共交通機関やお金を使い方も学ぶことができました。長崎県内や佐賀等色々な所に連れて行っていただき、こんな所も行けるんだと家族で行ってみた場所もあります。また、タイムケアにお世話になっている間、上の兄や姉たちに時間を注ぐことができたことも有り難かったです。親子共々タイムケアのスタッフの皆様に育てていただきました。本当にありがとうございました。

11年の間タイムケアをご利用いただいたみなさん、ご協力いただいたスタッフのみなさんに心より感謝申し上げます。

おしらせ

書道

日時: 第4土曜日 時間: 午後1時～
場所: ハートセンター社会適応訓練室
会費: 1回 500円

社会福祉法人

長崎市手をつなぐ育成会 広報部

長崎市大橋町 19-19

文教カテリーナ1F

Tel: 095-845-5677

E-mail: tewotunagu@hi.enjoy.ne.jp

フラワーアレンジメント

日時: 第2・第4土曜日 午前10:30～
場所: 2月はハートセンター5F 社会適応訓練室
会費: 1回1300円



4月の定例会

日時: 4月14日(水) 10時～12時 育成会生活支援センター会議室(大橋町)

「知的障害のある人の家族のための成年後見セミナー」

3月の「成年後見制度セミナー」の視聴に続き、今回は知的障害に特化したお話を視聴します。

※ お申し込み、お問い合わせはタイムケア事務局までTEL 845-5677

4, 5月の本人活動「スマイルくらぶ」の予定

4/4(日)「制作&ゲーム」

9:30～14:30, 参加費+実費

4/10(土)「フラワーアレンジメント&レクレー

ション」9:30～14:30, 参加費+実費

4/11(日)「あんかけ焼きそば作り」

9:30～14:30, 参加費+実費

4/18(日)「浦上川散策」(※旧おたのしみ倶楽部)

13:00～15:00, 参加費+実費

4/24(土)「フラワーアレンジメント&書道」

9:30～14:30, 参加費+実費

4/25(日)「バスハイク野岳」

9:30～14:30, 参加費+実費

4/29(木)「エアロビクス」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/2(日)「ミートソーススパゲティ作り」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/4(火)「風船バレー」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/9(日)「母の日スレゼント作り&ゲーム」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/16(日)「ゲーム」(※旧おたのしみ倶楽部)

13:00～15:00, 参加費+実費

5/22(土)「フラワーアレンジメント&書道」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/23(日)「バスハイク県民の森」

9:30～14:30, 参加費+実費

5/30(日)「お好み焼き作り」

9:30～14:30, 参加費+実費

各活動には定員があります。受付できないこともありますので予めご了承ください。