

# あじさい 166号

## もくじ

- 定例会発  
8月・9月の定例会より
- よかよか隊の暑い夏！
- 運動会報告
- 研修会・大会案内
- お知らせ

## 4年ぶりに育成会運動会が開催されました



第45回長崎市手をつなぐ育成会運動会が4年ぶりに開催されました。5類に下がったもののまだ感染が心配される中、密になる時間帯を最大限減らすことを目標に実施されました。

(P4関連記事)



選手宣誓は夢工房みどりの森田英樹さんが務められました。



密にならないよう応援席もフロアとスタンドに分かれて座りました。事業所の仲間が競技に参加すると熱い声援を送られていました。

「玉入れ」と「となりにハイ」の勝敗から優勝は紅組となり、代表の永山幸世さん(ワークあじさい)がトロフィーを受け取りました。





# 定例会発

## 親なきあとの健康支援

育成会では毎月会員定例会を開催しています。様々なテーマのもと、わいわいと意見交換をしています。参加者もその時のテーマによって入れ替わりはありますが、来られたみなさんは和気あいあいとおしゃべりを楽しんで帰られます。

8月の定例会は「親なきあとを見据えた障害者の健康支援」と題して長崎市手をつなぐ育成会で職員研修の一環として取り入れているeラーニングの動画を2本視聴しました。国立のぞみの園研究員の方と「親なきあと相談室」を主宰され、知的障害のある双子のお子さんのお父さんの対談で、「親目線で感じる障がいのあるお子さんの健康面の不安」と「親なきあとの健康維持のために必要な支援とは？」というタイトルの動画を観ました。

将来グループホームや入所施設を利用するようになった場合、今まで親がしていたような健康管理を支援者に望むことはできるのか？逆に業務の効率化のため本人ができる事まで支援しすぎてしまい自立の妨げにつながる「やりすぎてしまう介助」になる懸念はないか？など親の立場と支援者側からのお話で大変興味深い内容でした。「重度の知的障害のある人は体の不調を訴えることが難しいことが支援する人も分かりやすいが、言葉を話すことが出来る軽度の人言葉のみをうのみにして重症になってしまう場合がある」というお話に言葉だけのコミュニケーションに頼ってしまうことへの危うさを感じました。また健康を守るためにと意思決定支援をないがしろにしていないか？という問いに、ドキッとさせられました。親としてまずは体のため、健康のためという理由で本人に説明することなく服薬や治療に臨んでなかったか、また歯磨きの仕上げ磨きの際は虫歯になっては治療が大変と必要以上に子ども扱った対応を取ってないかなど色々考えさせられました。詳しい説明をしても分からないからしない、健康に関しての理解が出来ないから親(支援者)側が対処してあげなければならない、となりがちですが出来るだけ経験値を増やし、選択肢を増やす支援を行い本人が本人らしく生きる支援が必要というお話に親も支援者もこういった共通の認識を持つことが大事だと思いました。



以前から定例会で「親心の記録」を記入してきましたが、自分が介助できなくなる日のためにこのような支援ノート、サポートブックは健康管理の面からみても重要だと改めて感じました。障害のあるわが子のターミナルケアについても本人と話し合える場合は話し合い、話し合いが無理な場合は親の思いだけでも記入しておくことが大事だと思いました。私の場合子どもの年齢がまだ若く、あまり早急に成人病の危機に直面してはありませんが、日々の積み重ねが先々の本人の健康につながっていくことも考えながら、でも日々の生活の楽しみを奪うことなくいいバランスで暮らしていけたらと感じた定例会となりました。(文責 上田小夜香)

## わが子の障害特性にどう向き合う？

定例会の中では障害のあるお子さんのことなどもよく話題になります。そのときにお子さんの行動で困っているというお話をされる方も多く、そのせいで叱ることが多くなってしまったり、自分自身がイライラしてストレスをためてしまうというお話もありました。そこで9月の定例会のテーマは『わが子の障害特性にどう向き合う?』というテーマで話し合うことにしました。いろんな特性がありましたが、その中の一部の意見をご紹介します。

小さい頃から独り言が多く、ドクターからは『自分の世界なので介入しないように』と言われ、見守ってきたが、成長とともに声は大きくなり人目も気になった。『小さい声がかっこいいよ』と、ボリュームを下げるような声かけをして対応している。自分の手に向かって『〇〇するんだよ、分かった?』など分身のように話しかけ、そうすることで本人なりに気持ちの整理をつけているのだろうと理解している

家族が開けっ放しにしている戸は閉めてくれて、助かるのだが、本人のこうあるべきというルールに従わないといけなため、わざと開けたままにしているところも閉めないと気がすまない。公共の場所でもそうなので、とても困ってしまう。しつけもできない親だと思われそうで、人前では特に強く注意してしまう。

小さい頃から身なりを整えることをほめていたが、今では服装への強いこだわりになっている。何度も着替えるので、衣類の傷みも早く、しかもこだわりのメーカーのものしか受け入れない。年齢が上がるほどこだわりを消すのは難しい。

幼いときは多動がひどく、ペアレントトレーニングで褒めるように言われても褒めるところを見つけられなかった。服薬を始めてからずいぶん穏やかになったが、過敏が出てきたり笑顔が減った気もする。衣替えも抵抗があり、夏に半ズボン履かせるのに苦労していたが、ある時7月から半ズボンと期間を決めてみたら受け入れてくれた。苦手だった予定変更も「しょうがない」と妥協できるようになってきている。

落ち着きがなく、買い物に連れて行っても両手をつかんでいないといけな状態なので、どこにでも連れて行ってあげられないため、週末はおばあちゃんちへ行くというのが定番になってしまった。たまに違うところに行こうとすると車から降りなかつたりして受け入れない。おばあちゃんちへ行かない日を敢えて作ってこのルーティンを崩したほうがいいのか…と最近では考えている。

成長とともに消える行動もあれば、根強く残る行動もあるようです。この日は参加者のお父様が緊急搬送の場合の情報提供書の紹介をしてくださりました。搬送時に急に患者の病歴や服用薬、蘇生処置の意思表示など聞かれても慌ててしまっ



対応できない気がしますが、予め情報提供書に記入して準備しておけば安心ですね。「これは役に立ちそう！」とみなさん興味を持たれたようでした。定例会は初めての方も大歓迎です。ぜひ一度参加してみてください。



# よかよか隊の暑い夏



コロナが5類になり、知的障害・発達障害の理解啓発活動をしている「長崎よかよか隊」への派遣依頼も少しずついただくようになりました。今年の夏は少林寺拳法の団体や教育研究所からの特別支援教育研修会、島原市社会福祉協議会の子どもボランティア教室、人権擁護委員会研修会、深堀小学校1～2年生の授業参観、つくもの里職員研修会、長崎県手をつなぐ育成会の研修会（平戸・松浦や五島）に呼んでいただき、よかよか隊にとっても暑い夏となりました。



よかよか隊の疑似体験をされたことがある深堀小学校の先生にお声掛けいただき、小学1,2年生の授業参観と保護者会に呼んでいただきました。

元気いっぱい小学生に圧倒されましたが、「イヤなことを言うと自分に返ってくる」と1年生とは思えない意見にビックリ！保護者懇談会では、1,2年生の保護者のみなさんが熱心に耳を傾けてくれました。

島原市社協主催の「子どもボランティア教室」では、小学生と高校生を対象に疑似体験をしてもらいました。恥ずかしがるお子さんもいましたが、しっかり意見を述べる頼もしいお子さんもいました。障害のある人たちへの理解を深めてもらえたらいいなと思いました。



人の役に立つことを目的として活動している少林寺拳法の団体からは、障害のある人たちを正しく知ることで社会に貢献する人材を育成するための研修会に出動依頼をいただきました。

## キャラバン隊研修会開催

他県の活動を知り、課題の解決に向けて全国手をつなぐ育成会連合会が毎年開催している「キャラバン隊研修会」に今年もオンラインで参加しました。

「長崎よかよか隊」ではメンバーを募集しています。疑似体験を通して障害や障害のある人の生きづらさを知ってもらう活動です。一緒にやってみませんか？





# 4年ぶりに運動会を開催！！

9月9日（土）、コロナ禍で3年間中止となっていた育成会運動会が4年ぶりに長崎市民会館3階体育室にて開催されました。5類に下がったとはいえ、なにもかも元通りというわけにはいかず、今年は密になる時間を少しでも減らすため、来賓なし、保護者の競技なし、事前の招集なしとし、午前中のみ4競技に絞って行いました。しかしながら4年間のブランクもあり、また運動会は初めてという職員もおり、以前の運動会を思い出すというよりコロナ時代に合った運動会を新たに作るというイメージで準備が行われました。当日は選手、職員、家族、ボランティア計300名が集まりました。



プログラム1番『徒競走』: 運動会と言えば徒競走！みなさんゴールを目指してまっしぐら！



プログラム2番『運命ゲーム』: 箱から少し出てる紐を引っ張って繋いでいきます。ひいた紐は長いか短いか、運命やいかに？



プログラム3番『玉入れ』: 紅白に分かれた得点競技。2回戦の合計で勝敗を競い、白組が優勝しました。



プログラム4番『となりにハイ』: みんなで協力してボールを手渡していきます。最後は大接戦の末、一瞬早く理事長に渡した紅組の勝利！

「半日でよかった」「物足りなかった」といような意見がありましたが、4年ぶりの歓声が体育館に響き渡り、楽しい1日となりました。来年はご家族も一緒に楽しめる運動会が実施できるといいですね！



# 研修会・大会のお知らせ



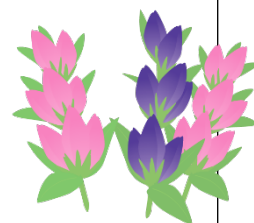
全国手をつなぐ育成会連合会や長崎県手をつなぐ育成会から研修会や大会、相談会などの案内をいただいております。学びの秋となるように、興味のあるものに足を運んでみられませんか？

## ながさき育成会フォーラム

日時：令和5年10月21日（土）13:00～16:30  
 場所：長崎県歯科医師会館5階講堂  
 参加費：1000円

### 研修内容

- テーマⅠ 講演『あなたのそばに手をつなぐ育成会～楽しいところにしか人は集まらない～』  
 講師：全国手をつなぐ育成会連合会副会長 小島幸子氏
- テーマⅡ 意見交換会（グループ討議）『どうする？育成会』
- ① 講師の話の感想
  - ② どうして若い人が入ってくれないのだろう？
  - ③ 育成会の活性化のために明日からできることは何だろう？



長崎県育成会主催の研修会です。講師の小島幸子氏は栃木県手をつなぐ育成会会長、栃木県心身障害児者親の会連合会会長、全国手をつなぐ育成会連合会副会長・関東甲信越ブロック長を兼任され、ご自身の子育ての経験を元に強度行動障害や育成会活動などのお話をユーモアたっぷりに語られる、人気の講師です。是非この機会にお話を聞いてみられませんか？

申し込みは育成会啓発事業部（Tel 095-845-5677）、締め切りは10月13日（金）です。

## 第8回全国手をつなぐ育成会連合会全国大会愛媛大会・すまいる大会

コロナ禍でなかなかできなかった集合型の全国大会です。「いきいきと 笑顔でくらす 伊豫の国から」を大会テーマに愛媛県で開催されます。本人向けの分科会や観光コースも準備されています。親子でご参加してみられませんか？

日時：令和6年1月27日、28日（土、日）

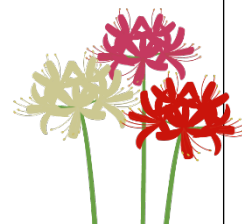
場所：愛媛県民文化会館（すまいる大会第3分科会のみ愛媛県身体障がい者福祉センター体育館）

### 育成会大会1日目

- ・第1分科会 幼少期・学童期・青年期 育ちと日々の暮らし・兄弟姉妹への関わり  
『ひとりひとりの個性（好き）を伸ばし、無理なく楽しく暮らす』
- ・第2分科会 壮年期・高齢期 壮年期・高齢期の暮らし どんな準備がいるの？  
『楽しい人生は夕暮れから始まる』
- ・第3分科会 障がい者理解・啓発と防災 地域とともに暮らす  
『まさかの時も支え合えるつながりを求める』

### 2日目

全体会 記念講演『夢のある人生』 講師：秋川雅史氏（テノール歌手）





## すまいる大会 1日目

- ・第1分科会 ぶっちゃけトーク『おやなきあと』・第2分科会 ぶっちゃけトーク『せいかつ』
- ・第3分科会 エンジョイスports『ボッチャ・フライングディスク』
- ・思い出観光 『総合科学博物館・砥部焼コース』・『タオル美術館・しまなみ海道コース』

## 2日目 フリートーク

参加費や旅費についてはまだ案内が届いておらず未定です。

## 無料法律相談会

障害のある人たちが日常生活で起きるトラブル、人権・権利侵害などを専門家に相談し解決することで障害のある人たちが地域で安心して暮らしていけるようにする障害者110番事業「無料法律相談会」が長崎県手をつなぐ育成会の主催で開催されます。

日時：令和5年12月14日（木） 13：00～18：00

場所：出島メッセ長崎 ※申し込みは11月までに県育成会095-846-8730へ

13:00 保険の話	13:50 講話「障害者差別・虐待などの悩み相談について（後見含む）」
15:00 質疑応答	15:40 個別相談

## 長崎いのちの電話開局 29 周年記念公開講演会

社会福祉法人長崎いのちの電話主催の講演会です。聴講料は無料、WEB聴講も可能です。

日時：令和5年11月5日（日） 13：00～16：00

場所：長崎市チトセピアホール ※申し込みを希望される方は育成会啓発事業部までお尋ねください。

第1部 基調講演：『子育てで一番大切なこと～こころの健康を支える～』

講師：杉山登志郎氏（福井大学子どもこころの発達研究センター客員教授）

第2部 鼎談：杉山登志郎氏、今村明（長崎大学病院）、柿田多佳子（長崎純心大学）

## 交流&amp;実践セミナー【はじめの一歩】

作家やその作品をどうやって発信していけばいいか、それぞれの「はじめの一歩」を応援する長崎県、障害者芸術文化活動支援センター主催の福祉事業所職員、本人、家族を対象としたセミナーです。

日時：令和5年11月21日（火）、12月18日（月）、令和6年2月6日（火）

13：00～17：00（※3回とも参加できる方） 申し込み締め切りは11/1（水）

場所：長崎県美術館 ※申し込みを希望される方は当会啓発事業部にお問い合わせください

## ながさき障害者フェス

行政・企業・学校・支援機関等が連携し長崎県で働く障害者や企業を応援する機会として開催されます。

日時：令和5年10月25日（水） 10：00～16：30

場所：長崎県庁1F エントランス・大会議室C ※参加費は全て無料

企業説明ブース、お仕事体験ブース（就労業務の体験）、雇用相談ブース、マッサージブース（盲学校専攻科生徒によるあんま体験）、物販ブースなどもあり、支援者向け事例紹介や障害者座談会もあります。

# おしらせ

## フラワーアレンジメント・書道

フラワーは第2、第4土曜日の10:30、書道は第4土曜日の13:00から実施中です！  
フラワーは1回1400円、書道は1回500円です。



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

## 10月の定例会

日時：10月24日（火）10:00～12:00

生活支援センター会議室（大橋） 内容未定

定例会へのお申し込み、お問い合わせは啓発事務局 TEL845-5677 まで

## 10, 11月の本人活動「スマイルくらぶ」の予定

- 10/1(日)「稲佐山」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 10/8(日)「栗ご飯&豚汁」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 10/14(土)「フラワー&ゲーム」  
9:30～14:30,参加費 600円+実費  
※フラワーのみ 10:30～11:30,参加費 400円+実費
- 10/15(日)「風船バレー」  
13:00～15:00,参加費 300円
- 10/22(日)「山茶花高原①」  
9:30～15:30,参加費 600円+実費
- 10/28(土)「フラワーアレンジメントのみ」
- 11/3(金・祝)「お好み焼き作り」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 11/5(日)「障害者スポーツを楽しもう」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 11/11(土)「浦上川周辺散策&ハートセンターカラオケ」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 11/12(日)バスハイクのため活動なし
- 11/19(日)「ハートセンター文化祭鑑賞」  
13:00～15:00,参加費 300円
- 11/23(木)「カレーうどん作り」  
9:30～14:30,参加費 500円+実費
- 11/25(土)「フラワー&書道」  
9:30～14:30,参加費ひとり 800円+実費  
※フラワーのみ 10:30～11:30,参加費 400円+実費  
※書道のみ 13:00～14:00,参加費 500円
- 11/25(日)「山茶花高原②」  
9:30～15:30,参加費 600円+実費

★各活動には定員があります。お申し込み、お問い合わせは啓発事務局まで

☎ 095-845-5677

メール登録いただければ定期的にご案内をお送りします。お申し込みや確認も便利です。

timecare@nagasaki-shi-ikuseikai.jp

