

つばさ静岡

主に望みをおく人は新たな力を得、驚のように翼を張ってのぼる。
(イザヤ書40:31)
神は羽をもってあなたを覆い、翼の下にかばってくださる。
(詩篇91:4)



号外 2019年9月13日

自分を変えたい、自分の殻を破りたいと思うことは誰しも一度くらいはあるでしょう。私の友人が、ある時自分を変えようと思い立ち、熊野古道を1週間かけて走破したそうです。並々ならぬ苦労の末、一皮むけ、ひとつ次元の高くなつた自分を思い描いての行動だったようですが、結果は何一つ変わることはないなかつたそうです。ご自身で考察されて言うことには、「自分で何かをしよう」と思い立つた時点で、その行動は自分の想定内、つまり自分のできること・したいことの範疇の中にしかなく、だからそういう自分の思いついた行動に因つてでは自分を変えることなんかはできないのだ。」と。自分の殻を破るには、そうせざるを得ない状況に追い込まれるとか、他人から無理やり誘われるとか、何か自



挑戦というと

山倉慎一

今回のテーマは「挑戦」です。挑戦というと、何か野望に満ちた壮大な計画のように感じるかもしれません。しかし私たちの日々の生活の中にも小さな挑戦はたくさんあります。新しく習いごとをする、普段通らない道を歩く、初めての料理を作つてみる、髪型を変える、昨日テレビで見たダイエット方法を試してみる、見知らぬラーメン屋さんに入つてみるなど、日常は小さな挑戦にあふれています。

分の想定範囲にない出来事に遭遇する必要があるということのようです。職員が考え出す活動計画には、ときには突拍子もない企画が上がることがあります。もちろん、無謀な挑戦は行うべきではありませんし、自閉的な傾向のある方にとっては挑戦なんて迷惑極まりないことなのかもしれません。しかし、その挑戦の中には、利用者さんの新たな発見、見たこともない笑顔、思いがけない側面が見えてくる可能性があります。挑戦したからといって必ずしもうまくいくとは限りませんが、だからといって手をこまねいてばかりでは、せっかくのピッグチャンスを逃してしまいかもしれないでしょう。私たちの暮らしを顧みると、日々の生活というものはほぼ同じことの繰り

返しでマンネリ化してしまいがちです。暮らしどうものはそんなものなのかもしれません。ただそんな毎日の中に、テレビ番組や映画や本や音楽や食事など、次々と新しいものを生み出してくる人たちがいるからこそ、私たちいろんな経験を楽しむことができるのではないかでしょうか。世の中を変えていくのも、そういう斬新な発想をもち、実行力のある人たちなのだと思います。現状に安穏としているだけでは世の中は変わつていかないのです。

職員にとって、挑戦は不安感とともにわくわくした期待感が高まる出来事です。2面からは、それぞれのゾーンの職員がどういう気持ちでどんな挑戦に取り組んでいるのかが赤裸々に、臨場感豊かに綴られています。職員ひとりひとりの一生懸命な様子が伝わってきます。毎日決まりきった仕事だけをするのではなくて、ここに重症児者支援のおもしろさがあります。ちょうどしたこどもがまいません。人生がより豊かなものになることを目指して、小さな挑戦を重ねていくほししいと思います。

ファミリーサポート支援者の健康維持への始まりはあるお母さんの「ストレッチ教えて」という言葉がきっかけでした。詳しく話を伺つてみると、「子供だけならまだしも、車椅子とか呼吸器とか載せ降ろしが大変で」「筋トレやストレッチって1人じゃ続かないよね」などと、身体的な困難さと精神的な窮屈さが見受けられました。実際に、慢性感腰痛や頸椎症を発症し、悩まれているご家族の話を聞くこともあります。それに費やす時間や余裕をもつことは難しいのが現実だと思います。支援者の身体・精神面のケアは、当事者支援と同じく大切であると理解しながらも、さらに大切であると考え、2017年6月より取り組み始めました。

毎月第一金曜日、13時～15時、2階地域交流室にて行っています。内容は、ストレッチ・筋トレ・リンパマッサージ・ヨガ・腰痛予防体操などの運動プログラムを40分程度。職員お薦めの介助用品等の紹介を20分程度。お茶や珈琲とお菓子の提供を20分程度。その後は会場開放時間を設けて、ご家族同士の交流の時間としています。

今月で2年(24回目)を迎える毎回10名前後の方に参加して頂いています。運動は、難易度別のプログラムを設けて、参加者を選ばないように注意しています。「なかなか外部には行けないので、お母さんのための体操教室があるので、以前から思っています」とい



た、「汗をじんわりとかくことがで
て、疲れた身体もスーっとして軽くな
りました」などの意見が聞かれます。
商品紹介は、資料の配布やその場で実
際に使用するなどして、「今日から使え
る物・考え方」を意識して提供してい
ます。「新しい情報やいろいろな見方
を知ることができるのでありがたく思
います」「お誕生日プレゼントにしたい
です」などの意見が聞かれます。会自
体については、「月1回の集まりが楽し
みでリフレッシュになります」「情報交
換の場にもなっています」「大勢で行う
ことで、自分一人じゃない、楽しく前
向きに生活したい」と思えます」など
の感想が聞かれます。

家族に寄り添う支援

高僧傳

小さな挑戦

三
卷



出来的した素材をそこで終わりにせずに、それを使って（折り染め、絵の具遊び、紙ちぎり、紙すき、粘土等）一緒に何かの形にすることでそこに新たな楽しみや喜びが生まれます。そして、利用者さんの手で生み出した素材が作品になることで利用者さん本人や家族の楽しみや喜びになるだけでなく、施設外の人達にも利用者さん達の素晴らしい力を伝えられると感じています。

この、「何かの形」にする為に、街角や他事業所、本、インターネットからくさんのヒントを得ての様々な形に挑戦してもらいます。これも小さな挑戦です。これからも、利用者さんからの表出や発信をヒントに、どうしたらより楽しめるか力を引き出せるか満足感や、充実感、達成感を得てもらえるか、一人一人が尊重されより幸せに暮らせるように私の小さな挑戦は続きます。

私は入社2年目はいたしません。初めてのケース担当のNさんは昨年と今年で3回、外出企画で出かけました。私にとつて初めての外出企画は他施設との交流を目的としたものでした。長時間車椅子に乗ることが苦手なNさんでしたが、当日は終始穏やかで笑顔も多く、長く車椅子に乗ついても落ち着いている等、普段つばさで見ていただけでは知ることのできないNさんを見ることができました。2回目は先輩に手助けをしてもらい、他の利用者さんとも一緒にケーキバイキングに行く企画を立てました。Nさんは食べるところが好きなので喜んでもらえるのではと期待していましたが、落ち着かないことが続いてしまい、何回か店の外に出て車椅子から降りて落ち着いてもらいました。そのため私が想定していたようには楽しんでもらうことなどが得意ではないとも聞きました。今までの様子から、自然を感じる所なら新られません。先輩職員からは新しい場所が得意ではないとも聞きました。今までの行き先はまかいの牧場にしました。また年1回行われるドッグセラピーも受け入れが良いことから、3回目まかいの牧場は坂道や凹凸のある道



外出企画 ケースのNさんとの 岩井一

岩井
萌

が多く、車椅子のNさんにとっても移動時に普段とは異なる感覚で臨むこととなりましたが、Nさんのお父様が一緒に過ごされていたこともあってか、笑顔を見せてくれることが多かったです。Nさんには日常生活では触れる機会のない動物にたくさん触れてみてもらいたかったので、馬などに触れることを楽しんでくれてとても嬉しかったです。

私自身静岡県出身ではなく、まだ行つたことのない場所も多いため、外出企画は私にとっても慣れない場所へ行く利用者さんにとっても挑戦になると思います。これからもケース担当だけでなく、利用者さん皆に楽しんでもらえるような企画に挑戦していきたいと思います。

フエスターの3か月前から何度も書道の練習を行った。腕の可動域に制限のある利用者さんは持ちやすい形状の筆を用意し筆先に工夫を加えていく中で、その方に合った道具はどちらかどのような所を補助すると本人の力で行えるのかを職員全員で考えていった。フェスタ当日を迎えるには多くの地域の方が訪れていた。いなほのテレビ発表の時間になり、独特の緊張感の中ついにステージにあがつた。慣れない環境の中、利用者さんだけではなく職員の表情からも期待や緊張感が伝わった。司会の合図で利用者さんに筆を持つてもらうと練習の時と同様、本番でも紙に文字や模様を書くことができた。



挑
戰

土橋 孝倫

昨年度私は「フェスタつばさ」の実行委員になり、この年は私の所属しているいなほがステージ発表をすることが決まっていた。いなほのステージ発表は「書道アート」に決まるも当初様々な不安を抱えていた。いなほには腕や手の可動域に制限があり、筆を持つことが難しかったり、賑やかな場所が苦手であつたり、書道の認識が難しかったりする方がいる。いなほの10名全員がステージ発表に参加し、尚且つ楽しめるということは簡単な事ではないと感じていた。

境が得意ではないが、筆を見てもらうと手を出し笑顔が見られ、最後まで立ち着いて参加する事ができた。全員が書き終え、みんなで書いた「笑福」という2つの文字が完成しステージ発表は終わった。

ステージ発表を行うことで利用者さんに負担を与えててしまうということは一番の心配であったが、利用者さんの書道に向き合う姿や、活動中の笑顔が見られたことで、リスクがある中でも挑戦することの大切さを感じた。今回のステージ発表をいなほの利用者さんがどのように感じたかということは私たち職員の推測でしか考えることはできないが、書道を行うことの楽しみや、登場でみんなに見てもらえたことの自信や達成感等を少しでも感じてもらえる

私の担当するKさんは人工呼吸器を装着しています。移動手段は車椅子です。しかし、着換えや排泄等身の回りのことが一人でき、鼻口の吸引まで自分でこなせます。言葉でのコミュニケーションも可能です。

園内では普段、書道やゲーム等をして過ごしています。理解力があり手先が器用なKさんですので、もっと活動の幅を広げることはできないかと考えています。園内できる活動は限られていますので、外部に出て地域の方と関わりながら様々な経験ができる場所はないかと情報収集を行いました。その結果、6月に「静岡科学館るくる」さんが協力下さりKさんのためだけに特別講座を開いてくれる事になりました。人見知りがあり、最初は顔を隠したり帰りたいと言い取り組むことができませんでしたが、時間が経つにつれ科学館の方と会話もできるようになっていました。園内の活動だけではできない体験をさせて頂き、また普段とは違う表情のKさんを見る事ができ、貴重な時間となりました。

その他にも普段園内で何かできる事はないかと考えました。幸いKさんは短時間であれば人工呼吸器を装着せず過ごす事ができます。以前より台車に横になって乗り、足で蹴って進む運動を

つばさ静岡では現在3名のこどもたちが訪問教育を受けています。図工や散歩などグループ単位で行う活動はあります、つばさ学級全員で出かけるということは今までありませんでした。3年前私が訪問教育を担当していた時、安全に外出できるための職員の配置が難しかった時期がありました。そんな時周囲の職員から「学生だけでもどこかに行けたらいいね」という意見がありました。1日なら何とかなるかもしれません。



桃
我

三浦
由樹

ないと思ひたが遠足の始まりでした。当時つばさ学級の生徒は人工呼吸器の方が5名、気管切開で人工鼻を使用している方が1名でした。そのうち5名が酸素を使用しており、この子たち全員が一緒に行けるのかと、正直実現するまでは不安の方が大きかったのです。が、企画を練つてくうちにそれはだんだんと楽しみに変わつていきました。なぜならば全員で出掛けることが冒険であり大きなチャレンジとなるからです。生徒それぞれに個性があり感じ方や表現の仕方が違います。同じ目標に向かっていくことが互いに良い刺激となります。普段とは違う環境で過ごすとまず目に映る景色が変わります。風の匂いを感じ、聞こえてくる音も様々です。皆がどのように感じるかなと、期待が膨らみました。

見せてくださいました。少し休み猛獣館から見学を始めました。皆表情良く動物たちを見ていました。トラや水浴び中のゾウさんと写真を撮りました。交代でゾウさんと写真を撮っていると、なんどこちらに向かつて水をかけてくるではありませんか！突然のハプニングでその場が驚きと笑いに包まれました。そこでは飼育員さんとのふれあいもあり、良い思い出になりました。そのあと私たち一行を出迎えてくれたのはしきくまのロッキーでした。プールで泳いでおり、顔を何度も何度も出してくれました。最後にベンギンの餌やり体験をしました。初めて触る魚に表情がときどきしているように見えました。こうして楽しい1日が過ぎ、たくさん思い出を胸にござに帰園したのです。