



愛光NEWS

2025年2月

2025（令和7）年3月31日発行

（編集）愛光本部

（TEL）043-484-6391

（HP）<https://www.rc-aikoh.or.jp/>

【まめまきあそび】

2月は、節分に立春、バレンタインデーなど、多くのイベントがあります。

児童センターでも、節分のイベントとして、豆まきが行われました。イベントは大いに盛り上がり、多くの大人の想いがたくさん集まった伝統行事の楽しさが伝えられました。

□事業経過など（2025.2.1～）

3	月	研修委員会/本部スタッフ会議
4	火	業務執行会議/防災委員会
5	水	地域食堂委員会
6	木	内部登用試験/メンター委員会
10	月	テクニカルスキル研修
11	火	メンティー交流会
13	木	広報委員会
17	月	佐倉圏域事業部実績会議
18	火	人事ワーキング会議/BCP 研修/感染症対策・衛生委員会
19	水	地域食堂ともいき/栄養改善委員会/褥瘡ケア研修
20	木	経営戦略会議
21	金	後援会運営委員会/ボランティア委員会
25	火	コンプライアンス委員会/本部実績会議
26	水	障害者支援事業部実績会議/地域福祉事業部実績会議/財務 PT/メンタルヘルス研修
27	木	臨時業務執行会議/高齢者福祉事業部実績会議/はちす苑経営改善 PT
28	金	臨時業務執行会議

■月報から

□担当者会議 （ルミエール）

14日から個別支援計画作成担当者会議が始まった。担当職員が利用者の1年間の生活、今年度の個別支援計画のモニタリング、来年度の計画案を説明する。毎回専門職の看護師と栄養士も参加してくださるご家族・後見人も真剣に話を聞いてご意見を出してもらっている。昨年度から必ず伺うこととして、地域移行の意思確認、延命について、成年後見人について、同性介護について、以上のことをあげている。

延命については今聞くことではないかもしれないが、ご家族に真剣に説明をすると落ち着いて考えを話してくださる人が多かった。毎年参加してくださるご家族・後見人に感謝し、今後も継続していきたい。

（ルミエール課長 原 宏之）

□福祉施設でNASA研修？ （めいわ）

「あなたは宇宙飛行士です。」2月の職員会議で行った研修はこの言葉で始まった。これは、コンプライアンス委員により企画された権利擁護 虐待防止研修である。元々は委員が県知的協会の権利擁護研修で学んだもので、その内容を早速施設内研修に取り入れてくれた。月に着陸するところで乗っていた小型船が母船から200キロ離れた場所に不時着し、船内には10個のものがある。あなたが生きるために必要だと思うものから順番に順位をつけるというものだ。これを5人程のグループで決めていく。ルールは1つ。“多数決で決めない”こと。

ここで学ぶことは、合意形成の重要性和困難さを体感することである。船内には水、宇宙食、月面用星座図、無線機といかにも必要そうなものから、マッチ、ピストルなど用途に？がつくものまで揃っている。言うまでもなく、職員の考え方、価値観は様々である。限られた情報の中で話し合いを進めるためには、全体の状況の解釈（現状の確認）、生きるための具体的な目標を共有しないと初めから意見はかみ合わない。そこから一つ一つアイテムの用途を話し合っ確認し、意見を合わせて優先順位を決めていく。なるほど、施設の現場において、チームで同じ目標に向かって統一した支援を行うことと重なるものがある。専門家から合意形成の講義を受けるのもよいが、違った角度から学んでいくのも面白い。

（めいわ課長 中田 憲一郎）

□佐倉市公園緑地課との協議を開始 （根郷通所センター）

現在、木工班の商品の材料は「佐倉市農政課が管轄している市民の森」と「伐採業者（北総フォレスト）」の協力を得て、無償で頂いているところであるが、市民の森が4月から指定管理者に移行するとの情報を受け、従来行われていた木の無償提供がなくなる可能性があることが出てきた。

これを期に「公園緑地課との間に新たなパイプ」を構築する案が浮上し、協議を進めていくこととなった。現在、伐採した木の処分費用は市が負担しており、市としてもできる限り廃材を提供したいとの意向もあるとのことで前向きに協議が進むことを期待している。

また、“公園緑地課は市内全域の伐採を管理”しており、その範囲内で伐採された新たな種類の材木も手に入る可能性があるとのこと。さらに、公園緑地課との連携を進めることにより、新たな作業種目の獲得にも繋がるチャンスも見据えたいと考えている。

以前、他施設の作業リーダーより、公園の管理を利用者で行いたいとの提案があったこともあり、多方面に利益をもたらすことのできる協議にしていきたいと考えている。

（根郷通所センター所長 菊池 暁生）

□仕事を進める上では、完了主義がおすすめ （リホープ）

●完了主義

- ① 60 点でも OK ② 評価は加点方式
- ③ 時間制限する 目標時間を設定 ④ まわりを頼る
- ⑤ まあ、いつか 何とかなるよ ⑥ 失敗は成功の元
- ⑦ 自分を褒める

●完璧主義

- ① 100 点でなければいけない ② 評価は減点方式
- ③ 時間制限しない 目標時間は未定 ④ 抱え込む 頼らない
- ⑤ しなきゃ しないといけない ⑥ 失敗は不幸の元
- ⑦ 自分を責める

完璧主義は、完璧を求めるがあまり、物事の進み具合が遅くなってしまう、仕事を一人で抱え込んでしまう。仕事に「けり」をつけられず、仕事が終わらず、その結果として達成感や評価につながらず、最終的に頑張っているにも関わらず、モチベーションを下げたしまい、負のスパイラルへ陥るかもしれない。

完了主義は「まずは完成させる、いったんは完了させる」、そのことに重きを置いて、物事を進めていくというもの。一本の軸や方向性は定めておいて、そこに至るための道筋や過程というものには、ゆとりや可能性を残しておいて、その都度柔軟に対応していく。そのほうが、実は、より良い成果を得ることができるのではないかな。

福祉職の人は、真面目で優しく、利用者のために一生懸命になるので、完璧主義の③④⑤⑦は、ついやってしまう人は多いのではないかな。でも、人はそんなに強くないし、常にいつまでも 100% で向き合えるわけではないので、疲れて失速（バーンアウト）してしまう。だから、普段は 60～70% で仕事をして、ゆとりを作っておく。いざという時に 100%（状況によっては 120%）で対応できるようにしておけばいい。

（リホープ副施設長 麻生 知明）

□突然の入院、今後の生活について （山王の家）

利用者の方が体調を崩した。定期通院している病院から紹介状をもらい、聖隷佐倉市民病院を受診。結果、即日入院し治療することとなった。ご本人には持病があり、服薬をしっかりと行う事、暴飲暴食してはいけない事、適度な運動をする事など、いくつか気をつける必要があったが、ご自身で守ることは難しかった。保佐人さんや相談員、職員からも何度となく助言はしたが、病気の管理の重要性をしっかりと理解できず、実感が伴わず行動に移すことができなかった。

ご自身の自己決定をどこまで尊重しながら支援すべきか、悩みではあった。現在も入院加療中ではあるが、治療経過次第ではこの先の対応、退院後の生活の場所等、大きな変化も考えられる。どちらかといえば楽天的な方であるが、どう受け止め、考えていけるか。慎重に向き合っていきたい。

（山王の家管理者 岡本 綾子）

□電車に乗れない、車に乗れない （ワークショップかぶらぎ）

ワークショップかぶらぎにやってくる方の中には、常に一定数「病気になってから電車に乗れなくなってしまった。」「バスやタクシーに乗れない。人の運転する車も短い時間しか乗ってられない。」という状態の方がいる。人が自分のことをどう目で見られるか気になる、密閉空間になる不安、急に体調不良になったら他の人に迷惑をかける、など要因は様々だが“誰かと一緒だったら大丈夫かもしれない”と話す方が多いように思う。

曝露反応妨害療法といえば恰好が良すぎるが、経験上“不安感”が主な要因であれば、実際に「スタッフと一緒に乗る」、「乗車中の不安軽減策を作る」を行い、振り返りを重ねることで乗れるようになる場合が多い。

現在 2 名の利用者がスタッフ支援を受けつつ電車、自動車に乗れるよう取り組んでいる。

（ワークショップかぶらぎ主任 宮部 和樹）

□世話人の取り組み （ジョーの家）

定期的な世話人会議、研修等において、入居者の障害特性への理解も深めている。今回の会議で一人の利用者の方とのコミュニケーション方法が話題に上がった。その方は、人見知りな性格もあり、食後すぐに居室に戻ってしまう。興味のあることについてはよくお話をされ、居室では比較的会話がしやすい面がある。今回、関わりを増やすために、体重測定をきっかけに世話人とのコミュニケーションを図る機会にならないかと取り組み始めた。まだ世話人が入室することや単発の会話のみの状況である。ご自身は、世話人が居室を訪れることを嫌がっておらず、焦らずに関係性を深めるきっかけとしてほしいと思っている。

（ジョーの家 高橋 健）

□いままで助かりました （よもぎの園）

取引業者の1社が今月末で廃業することになった。よもぎの園を佐倉市が運営している時代から付き合いがあり、関わってきた利用者も多かった。仕事内容としてはCD、DVDのタイトル面を印刷する原版の清掃作業であり、利用者、職員はその仕事のことを『枠作業』と呼んでいた。

音楽を聴くツールはレコードから始まり、カセット、CDと移ってきたが、現在ではダウンロードが主体となっており、CD販売は減少の一途をたどっている。この流れは抗えるものでもなく、年々請け負っていた作業量も減少していた。いつかはなくなってしまうと先方も笑って話していたが、現実となってしまった。取引最終日には担当の方から「いままで作業をしてもらい助かりました」とありがたい言葉もいただいた。時代は移りゆきながら、また新しいニーズも生まれてくるのだろうと感じている。

（佐倉市よもぎの園主任 近藤 真一）

□住み慣れた自宅で暮らしたい （かけはし）

2 月は独居の方の緊急入院ケースが続いた。いずれのケースも身寄りの方が少なく、緊急時対応を実施してくれる方が不在の状況であった。救急車対応等も相談員が対応することとなり、受け入れ先を探すのに時間がかかり、病院が決まって入院手続きを終えた時には日付が変わっていたケースもあった。独居での生活継続は難しいのではないかと、という関係者の声もあり、施設入所やグループホーム入居の話も出たが、ご本人の意向は「住み慣れた自宅で暮らしたい」であった。各々無事に退院され、サービス利用を増やしながら在宅生活を継続されている。

今後も関係者の情報共有や意思統一をしっかりと図り、意思決定支援を行っていきたい。

（かけはし所長 戸室 輝大）

□地域連携推進会議 （アシスト）

佐倉市障害者総合支援協議会の生活支援部会には、作業部会としてグループホーム等事業所連絡会がある。開始当初は市内にグループホームが少なく、親亡き後の地域生活を支える資源をどう増やすかという課題から始まった。あっという間に民間企業が多くグループホームを設置するようになり、現在では空きが出るほど資源は増えた。

一方で、支援の質、閉鎖的な空間という課題が見えるようになった。厚生労働省「令和 5 年度障害者虐待対応状況調査」では、障害者虐待が認められた事業所種別で第 1 位：共同生活援助（グループホーム）28.3%、第 2 位：障害者支援施設 20.4%であることがわかっている。グループホームは定員数が少なく、従業者数も少ないため、どこのグループホームでも生活支援員ないしは世話人が 1 名で業務にあたっているのを見る。互いに支援について学び合う環境が確保されにくい状況だ。地域連携推進会議は、外部の目を入れ、虐待防止を目的にしていることが想像される。

1 月の連絡会では、地域連携推進会議をテーマとし、意見交換を行った。参加された事業所は、少なくとも次年度から義務化になる地域連携推進会議を実施する意向があり、どのように実施すれば良いのか情報を得たいという意向を感じられた。

障害者の地域生活を支える大事な資源となるべきグループホームが、良い方向に行くことを期待し、相談支援専門員として参加を求められた際には、利用者の代弁者となれるよう準備をしていきたい。

（佐倉圏域事業部長 近藤 美貴）

□節分の行事 （はちす苑）

今年は 2 月 2 日が暦のうえで節分行事であったが、全体の行事としては 2 月 3 日に行った。デイサービスでは赤鬼、青鬼に扮装したスタッフがとてもかわいらしい。

この日が来る前に家で巻きずしを出して自主練習を必ず行う。酢飯を広げるときは手前に土手の高さを作り、巻き上げる具材を一気に包み込む。巻くこと数回行くと感覚をつかめてくる。

はちす苑で巻くときは薄焼き卵で太巻き寿司を作る。今年は力を入れずに優しく巻き、口の中でほどけるような食べやすさを目指して巻いた。

優しく巻くことはできるが、包丁でカットしたときに崩れやすいため慎重に行う。卵焼きの太巻きはかんぴょうと、椎茸の煮つけと、ほうれん草、カニカマを真ん中に置いてきれいに仕上がった。利用者の方も昔、家族のためにかんぴょうなどの煮つけから下ごしらえをして太巻きを作ったのではないかと思われる。

利用者の『おいしかったよ。』の言葉に励まされ、来年も太巻きを作る決心を固めた。

（はちす苑 管理栄養士 江口 貴子）

□としとらん塾 （南部地域包括支援センター）

5日（水）、12日（水）の2回コースで、佐倉市としとらん塾を開催した。今回は「ノルディックウォーク～楽しく正しく姿勢づくり～」をテーマに、全国ノルディックウォーク連盟の大谷妙子氏に講師を依頼した。昨年と同じ内容で依頼し好評だったため、今年度も申し込みを開始するとすぐに定員いっぱいになるほどの人気だった。

2回とも20名の参加があった。中には、日頃からノルディックウォークのポールを持って歩いている方もいれば、初めてポールを持つ方もいて様々でしたが、皆で楽しくウォーキングすることができ、笑いが絶えない講座となった。

（南部地域包括支援センター管理者 森 由美子）

□定期利用団体懇談会 （南部地域福祉センター）

2月22日（土）当センターを定期的に利用されている団体の懇談会が開かれた。

当日は、約40団体の中から23団体の代表者が参加され、それぞれの一年間の活動の様子と現状の課題などが報告された。主に同好会から出された共通の意見として、メンバーの高齢化が進み、新しいメンバーもなかなか加わらないまま活動をしており、将来的に団体継続に不安があることが挙げられていた。

各代表の報告後、法人の第三者委員葛西氏が総評を話された。

「多くの団体が有意義な活動をされているようなので、他の団体を体験できるような、他団体間交流をしてみてはどうか」

「各団体が防災意識を持ち、活動中に突然の災害が発生した時の備えをしておいてほしい」

「地域福祉センターは、多くの利用が無料であること、そして、お祭りや書初めの展覧会などの催しもあり、とても価値ある場所だと思います」

（南部地域福祉センター 青山 秀人）

□節分「まめまきあそび」 （佐倉市南部児童センター）

今年もクリスマスに続き、当センター自慢のイベントとして、全身タイツ姿の赤鬼が登場！「ワァッ！！」という声とともに、会場は大いに盛り上がった。子どもたちには「みんなの心の中にいる鬼はなあに？」という問いかけから始まり、豆まきを通して「泣き虫鬼」や「イヤイヤ鬼」を退散。そして、最後にひょっこり現れたのは、なんと優しい鬼！？子どもたちはその鬼と一緒に、楽しい？ひとときを過ごした。毎年、驚いて怖がる子どもたちと、大笑いするママたちの光景が繰り広げられる。しかし、今年は鬼に興味津々な2歳の子が満面の笑みで鬼に近づくという、これまでにない場面が見られた。鬼と子どもの不思議で微笑ましい光景に、会場はさらに和やかな雰囲気にも包まれた。「鬼は外、福は内」―昔から語り継がれている季節の行事。この大切な伝統を、若い世代へとつないでいきたいものだ

（南部児童センターインストラクター 吉田 知加子）

□イベント様々 （学童保育所）

節分にちなんで豆入れ箱づくり（1月末）、豆移しゲーム、鬼倒しゲームを1週間設定し、最高タイム、最高得点者を競った。どちらのゲームも多くの児童が挑戦し、また同じ児童が何度も挑戦する姿が見られ、楽しめたものと思う。中でも高学年の児童が豆移しゲームに主体的に挑戦してくれた姿は大変嬉しいものとなった。

バレンタインにかけ「伝えたい思いはありますか？」というイベントを実施。ハート型の紙に思いを書いて、相手に渡すもの。好きなあの子へ、父へ、母へ、幼い弟妹へ、学童の仲間へ、職員へ……。いつもはやんちゃな彼も、この時ばかりは何と書こうか、どう渡そうかもじもじ。思いがあふれる子は何枚もメッセージを綴った。

ボランティアで来てくれた大道芸の大学生二名は、児童に大好評であった。子どもたちから「毎日来てほしい！」との声が多く聞かれた。今後も長い付き合いをしていきたい。

（学童保育所主任 齋藤 理江）