

2020 第**48**号

【ひろがれ、かさなれ、むさしののわ】



●たて糸よこ糸

武蔵野中央会青年部

特集

グループホームで自立した地域生活

ステーションミュージアム吉祥寺と

つむぐと展

活かした自立支援

西川 洋子

関わりから得られたこと

石川 耕平

つながる力

現在25歳から8歳までの方たち43

グループホームってどんなところ?

ことを目的とした居住支援事業が始 現する場を作り、 が暮らし方を決め、 らす家族の高齢化や市内に住む障害 まりました。 や学習会などを通して、 センターびーとが主催する地域活動 いタイミングでした。 こと、そして住居を所有するオーナ 者の自立生活を実現しようという機 らスタートしました。当時、共に暮 さんからの働きかけが重なったよ その必要性が高まっていった それを支えていく 各々の生活を実 地域生活支援 入居者自身

● 生活のタイムテーブル

5:30 起床

5:50 朝食

9:30 出社

15:00 退勤

17:00 帰宅

17:30 入浴

18:00 夕食

19:00 余暇・おやつタイム

22:00 就寝



絵を描くことが好きです

P.8-A







2002年。

やはたハウスの運営か

を

始

め

たの

は

今

から 18

法人がグル

プホ

ムの運営 年 前

そんな皆さんに向けて、

実際に生活している方の声も含めてお届けします。

グループホームがどのような役割を持

所なのかよくわからない……という方は多いのではないで

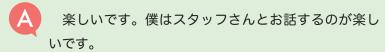
という言葉は聞いたことがあるければ

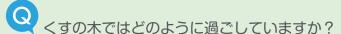
グループホーム」

ホ

ムで自立

地





靴下やバスタオルをたたんだり、ハンカチやランニ ングシャツをたたんだり、洗濯物を片づけています。 僕は、抹茶コーヒーを飲みます。

休日はどのように過ごしていますか?

僕は日曜日にお母さんと一緒にお父さんのお墓参り に行きました。それから、僕はピアノの先生の家に行 ってピアノを弾きました。そして、納豆のお好み焼き を作りました。



部屋着でリラックス

家族の声 (お母様)

くすの木で暮らすようになって、洗濯や食事の用意に対して以前よりも積極的にやる ようになりました。

入居する時は、グループホームに入れる基準、例えば自分のことをどの程度できれば グループホームでの生活に困らないのか、ということがわかりませんでした。特に入

居前は、身の回りのことを自分でできると思っていなかったので、不安が大きかったです。入居して からも、不安は依然としてありますが、本人が楽しんで生活できているので安心しています。



③人権を守り ②生きがいを持って地域生活を送り、 地域の中に存在しています。 ように、常に私たちは支援していま ①一人ひとりの暮らしを尊重し. という独自事業を根拠としています。 障害者グループホーム事業実施要綱. という枠組みと、 ビス」のひとつである「共同生活援助. 総合支援法が定める「障害福祉サー せ、入居者一人ひとりの「家」として 地域社会とのつながりが持てる 制度の違いはありますが、 グループホームの運営は、 プホームも共通して、 「武蔵野市重度身体 どのグ 障害者

草野 泰治)(居住支援ユニットリエゾン常に私たちは支援していま

Q RENGAに入居した理由は?

A お母さんの体調が悪い時期があり、その時に家族に頼らずに生活できるようになりたいと思ったからです。

Q RENGAに入居して変わったことは?

A 入居前は自分の着る服もお母さんに決めてもらっていたのを自分で決めるようになるなど、自分のことを自分で決めることができるようになりました。また、このごろはパソコンが使えるようになったので、ボランティアセンターの方とメールでやり取りし、ボランティアさんと一緒に買い物に行く日の調整をお願いしています。

Q RENGAで楽しいことは?

録画したドラマをゆっくり見たり、他の利用者や職員と他愛もないおしゃべりをするのが楽しいです。

● 生活のタイムテーブル

6:30 起床

7:30 朝食・身支度

9:30 通所先へ

16:20 帰宅

16:45 入浴

18:30 夕食

20:00 余暇 (メール作成・テレビの録画視聴・お小遣い帳作成)

22:00 就寝



います。

主に知的障害者の方たちが

ループホームで暮らしていらっしゃ

武蔵野市内にある5か所のグ

はたハウス、せきまえハウス、きた

暮らすグループホームが4か所

障害者の方たちが暮らすグループホまちハウス、くすの木)、重度身体

を 1 か所 (RENGA)、

それ

ぞれのグループホームに特色を持た

ボランティアさんと一緒に 買い物へ





家にいた時は親がやったり判断していたことが、グループホームに入って一つひとつ自分で経験したことによってずいぶん成長しました。

1番大きな変化は、使う言葉が以前より増えて、自分の思っていることを人に伝えようとするようになったことです。グループホームでは直接本人に希望を聞いて対応してくれるので、自分の意思や考えが育ち、表現できるようになりました。今は自分のペースで生活を楽しみ、人との交流を楽しんでいるように見えます。グループホームで改めて成長させてもらったと感謝しています。







事 ● 夕食がおいしかったです。仲間が作っているごは んだから嬉しかったです。

余暇時間 -緒にトランプやUNOをして遊んで楽しかったで (職員、他のご利用者も)

解を深めること。

意欲の向上と理

自分で持って行ったDVDを観て過ごしました。







②目的



- 職員さんがみんな優しかったです。
- (通所先が終わってから寄り道をしたいので) 帰る時間を職員と決めて守りました。



Bさん (20代 男性)

チャレンジ体験の流れ

生活

スタ・

振り返り 面談

します

庭での様子の変化などを確認 体験中の様子や、 体験後の家

事業を支えていきたいと思います。

(きたまちハウス

大澤

昌之)

事前面談

普段の生活の様子や生活スタ 要望などを確認します

探しながら生活を送ります 何ができるか、課題は何かを

①内容

活に対する意識、 常生活上の支援等を行い、 したいという希望がある方に、

将来的に地域での自立生活を目指 境で、 家庭から離れ普段とは違う生活環 ムでの暮らしを体験する。 ある一定期間グループホー 自立生 \Box

第1歩を踏み出します。

ご家族も心配する中、

自立生活への

ています。

う環境で生活を送っていただきます。

初

ルを持ちながら、一定の期間、

普段と違

きました。通所施設を利用されている方

就労されている方など様々な生活スタイ

めて自宅を離れる時は、ご本人だけでな

しました。今年で7年目を迎えようとし からチャレンジ自立生活事業がスタート ハウスが開設され、 2013 年グループホームきたまち 翌年の 2014年

今までも、

多くの方に体験していただ

機会を提供できるよう、 ることに気づかされます。今後も少しで 族の強い思いと覚悟がそこには必要であ 想や思いを聞くことがあります。 リズムが崩れなかった方と、いろいろな も多くの自立生活に向けたチャレンジの た自立生活を目指すために、本人とご家 家族の方も多くいらっしゃいます。チャ ってみたら大丈夫なんだ」と、感じたご てみるまでは心配でいたけれど、いざや 様子が伺えます。その中で、 きな変化はなくいつもの生活に戻っても ンジ体験事業を通して、将来を見据え 体験後に自発的な行動が増えた方、 法人全体でこの ご家族の感 「やっ 大

と目的で行っています。 チャレンジ自立体験事業は上記の内容

吉祥寺駅へ 見学に

ステーションミュージアム吉祥寺とつむぐと展

→地図 P.8-DE

むぐと」。12月にはJR東日本株式会 体となって運営するようになった「つ が経ちました。生活介護5事業所が一 みち)の吹き抜け部分と柱10本をア に参加させて頂きました。この企画は、 社と株式会社ヘラルボニーが開催した むぐと」にリニューアルし、約8か月 吉祥寺駅構内の南北自由通路(はなこ 「ステーションミュージアム吉祥寺. ート作品でラッピングしようというも 「ものつくり工房 hicobae」から「つ JR東日本スタートアップ株式



です。「つむぐと」は、武蔵野アール 連動型・社会貢献型実証実験の第一弾 て、この企画にお誘い頂きました。 ブリュット参加メンバーの代表とし 会社が、各地で展開している地域福祉

う活動を楽しまれていました。 がった大きなロール紙に、それぞれの くりのワークショップを実施しまし たり、ラッピングの素材となる作品づ 表現で自由に絵を描き、いつもとは違 ゴ氏ディレクションのもと、2回にわ イラストレーターである小池アミイ ご利用者の皆さんは、床一面に広

> 間、皆さんの作品は華やかに吉祥寺の を頂きました。 駅構内を彩り、地域の方からもご好評 2019年12月2日から約2カ月

の壁面に大きく飾られた原画はモノク 原画展を開催しました。「つむぐと」 たり、店名やロゴを考えたりという、 う雰囲気を感じて頂けたようでした。 口で迫力があり、吉祥寺駅とはまた違 とステーションミュージアム吉祥寺の プン企画のひとつとして、つむぐと展 そして、お店のコンセプトを見直し 1月の中旬には、リニューアルオー

> と」のことを知って頂く機会を作りま した。 ジナルのオブジェを作るワークショッ て変形させ、そこに色水を入れてオリ 者の皆さんに、あらためて「つむぐ 映像にまとめて流し、ご家族やご利用 リニューアルオープンまでの道のりを に「つむぐと」店内を装飾して頂きま した。また、ペットボトルに熱を加え ブを同時開催し、ご来場くださった方

たいと思います。 切にしながら、地域交流の場やご利用 で少しずつつむいできたつながりを大 者の皆さんが輝ける場をつくっていき 「つむぐと」はこれからも、 地域の中

(デイセンター山びこ 佐藤 直子)



来訪された松下市長との1枚



つむぐとでの クショップ





めざして活動している よりよい地域づくりを 青年部

団体等を紹介します。

連絡先

東京都武蔵野市吉祥寺北町

FAX 0422-52-0854

用者が協同で何かをするのは、

難しい面や課題もま

いさせていただけることになりました。

「障害の理解には個人差があるため、青年部とご利

だまだあります」こう前置きしてから、大島さんは

次のように話しました。

「健常者も障害のある方も、地域のお祭りに参加し

年部ともつながりができ、大島さんにも同様の相談 になりました。さらに、地域のイベントを通して青 り、清掃活動をしたり、積極的に地域に関わるよう

をしたところ、青年部主催の盆踊りの一部をお手伝

がら、 の下の力持ちとして精力的に活動しています。 店を出したり、消防団員も兼任したりと、地域の縁 いました。中央会青年部は個人の店を切り盛りしな ベント「納涼盆踊り大会」は、40年の歴史があります。 会の若手が昭和30年に設立。青年部主催のメインイ 武蔵野福祉作業所(以下、作業所)も中央会に所 現在青年部部長を務める大島正靖さんにお話を伺 武蔵野中央会(以下、中央会)の青年部は、 地域の中学校や高齢者施設などのお祭りに露 中央

共に出店しています。昨年、作業所の 属しており、「あったかまつり」では

青年部部長の大島正靖さん

地域でのお祭りの ひとつ「むチュー わくわくフェスタ」 での販売風景

中央会のことでお手伝いできることはありません お役に立てるようなものにしたいと考えています。 新しい活動のことで中央会会長さんに相談をしま 「活動はとても限られた時間ですが、 武蔵野中央会青年部 (有限会社丸八製麺所) T 180-0001 4-13-1 TEL 0422-52-0808

か? この相談がきっかけとなり"ワーキンググループ

地域の

ね て

会のチラシを配った 業所のご利用者は中央 つながる〟と称した活動が昨年度からスタート。作

す。

とも関わりを持つ中で少しずつ模索していきたいで です。その上で、今後どんな交流ができるか作業所 んが、まずはお互いを知ることがすべてのスタート

障害への理解がすぐに深まるわけではありませ 同じ地域の住人として接点を持ってほしいです

最後に大島さんは、こう締めくくりました。 青年部を通した地域活動は始まったばかりです。

じですが、高齢化で地域を支える人が年々減ってい 気軽に参加してみて下さい」。 ます。少しでも興味が湧いたら、 「青年部のメンバーは現在22名。どこの地域も同 盆踊りや青年部に

を持てるように私たちも貢献したいと思います。 にも、住民一人ひとりが、地元のことにもっと関心 さんの人の力で実現しています。 地域の人々が集える行事は、 目には見えないたく 地域活性化のため

(聞き手 武蔵野福祉作業所 柴田 美季)

しえすぶれつそ

ちょっとひといき♪ 心がほっと温まるスタッフの日常をお届け♪

活かした自立支援

西川 洋子

→地図 P.8-F

立支援が介護の基本です。終末期を支える特養ホームでも、自いことが増えてきます。

助をしても、『立つ』ということが伝いたりでの立ち上がりが難しく、介助に対しても体が強張ってしまう方がいた事やふるさと秋田の話などをして笑な事やふるさと秋田の話などをして笑な事やふるさと秋田の話などをして笑が、いざ立つとなると緊張してしまいかが、いざ立つとなると緊張してしまいかが、いざ立つとなると緊張してしまいかが、いざ立つとなると緊張しても、介助をしても、『立つ』ということが伝



今年 105 歳を迎えた方と 夕日を眺めて

られました。をされる」と怖がっているように感じわっておらず、「良く分からないこと

この方は、長年バスの運転手をされていて、ハンドルを握ることを大切にされてきたからか、手すりなどをしっかり握るのが得意な方です。もし、立かり握るのが得意な方です。もし、立ちやすい状況で手すりを持ったら、自ちではないかと考えました。何度かお部ではないかと考えました。何度かお部をすると、すっと立ち上がることができました。

大野が必要なことも、できることや 解が得られやすくなると実感しました。 解が得られやすくなると実感しました。 終末期に行う自立支援とは、できる ことを維持するのが目的ではなく、そ の人らしさの維持に努めることだと思 います。好きなこと・生活スタイル・人 生観などを尊重したうえで、その人ら しい能力を活かして介助をすることが、 自立支援に繋がり、その人らしく最期 まで暮らして頂けるのだと思います。

に感じ関わりから得られたこと

ほど会うご利用者の支援が中心になり

→地図 P.8-G

てからは毎日ではなく、月に1~2回ます。以前働いていた武蔵野福祉作業ます。以前働いていた武蔵野福祉作業がでは、目の前のご利用者との関わりがは、目の前のご利用者との関わりがは、目の前のご利用者との関わりがは、日の前ので利用者との関わりがは、日の前のでは、日の前のでは、日に1~2回



ご利用者のご自宅や通所先へ送迎します

ました。今までと同じように関わりを 積み重ねて関係を作ろうにも、会う機 会が少ない中での関係づくりは難し こともありました。しかし、ご利用者 こともありました。しかし、ご利用者 で知ることの大切さを思い返し、シン で加にご利用者の普段の様子や今まで のなごみでの過ごし方を知ることから 始めようと思い立ちました。

事前にわかる情報を確認し、関わったことのあるわくらすの同僚から直接 たことのあるわくらすの同僚から直接 もらうよう努めました。そして、自分 が関わった時の様子を振り返ることも が関わった時の様子を振り返ることも た切にしました。このような積み重ね によって、なごみのご利用者のことが よりわかるようになっています。ご利 用者との関係づくりは、これからも続 きます。一つひとつの接点を大切にし、 きますのなぎ合わせて、短期ならでは の関係を作れるように取り組んでいき たいと考えています。



2020 第48号

広報紙ぷれっそ第48号

[発行日]

令和2年5月1日

安藤真洋

000

武蔵野市吉祥寺北町4-11-

16

TEL

0422

5 4

666

FAX 0422-54-7599

まで

年武蔵野市では総合防災訓練が行わ

れ

その

つながる力 *

刻な被害が各地にもたらされまし 模の気候変動の故でしょうか、 も災害は起きうると誰もが思ったはずです 方のことを思うと胸が痛みます。 年は大きな災害に見舞われた年でした。 自然の猛威の前 た。 いつでもどこにで 被害を受けた 地球規

不調の 最大の 給車 を何とかしのいだということでした。 惑が続くという厳しい状況に。 エアコン・ 電後は施設の非常用発電設備を使うものの、 福 など4団体共催、 シンポジウムがありました 台風15号(2019 !止するなど長期にわたる供給には限界があっ 過 \dot{O} 日 嬉泉交流センタ 中で、 問題は送電線が倒れて電力を失ったこと。 派遣があり、 「大災害に備えて~体験から学ぶ~」 冷蔵庫などが使えず、 いつ電気が復旧するの 2 0 2 0 年9月9日)の直撃を受けた(社 それで9月20 ·袖 ケ 年2月11日)。 浦 (東京生活サポー の報告がありました。 北陸電力から電 ご利用者の 日 0) かが分からず 電 力復旧まで その という それが 不安や -協会 停 困

> 30日。 した。 から、 によって今日があると感謝をこめての報告もありま が初めての経験という中で多くの方々とのつなが 年3月11日) 合センターでは避難所開設訓練を行いました また大野田防災の会の取り組みとつなげて障害者総 環で桜堤ケアハウスが活用されました 「つながる力」 シンポジウムでは東日本大震災 で大きな被害を受けた仙台つど で何とか乗り切れた。 (10 月 27 日 2 0 す い $\widehat{11}$ ベ 0) 1 7

す。 す。 事業は市内各地で展開されています。 1頼りになる、 つながる力」 それがいかに大事か、 は日 そういう存在をめざしたいと思 頃の関係性 私も同感です。 から生まれるも 何かあ 私ども 5 0)

(理事長 安藤 洋

お詫びと訂正

47号の以下の頁に誤りがありました。

• 8p 「寄付者芳名」

誤 赤松 末子 様 (正) 赤池 末子 様

赤池 末子様、関係各位にご迷惑をおかけしましたことを深く お詫び申し上げますとともに、ここに訂正させていただきます

武蔵野市障害者福祉センター

ほくと (ゆいっと)

Aくすの木

すばる

武蔵野市児童発達支援センタ

・ハビット

みどりのこども館

BRENGA

あいる

せきまえハウス

蔵境通り

武蔵境駅

ŋ.

・おもちゃのぐるりん

・ウィズ

武蔵野市役所 武蔵野障害者総合センター さくらごはん -クセンターけやき ⊕わくらす武蔵野なごみの家 カフェ・ル・ブレ ワークセンター大地 母デイセンター山びこ デイセンターふれあい 地域生活支援センターびー パールブーケ 北町ほっと館 ゆとりえ やはたハウス きたまちハウス ●特別養護老人ホーム りぶる 中央図書館 デイサービスセンタ 市民文化会館 在宅介護・地域包括 武蔵野福祉作業所 支援センタ-やさい食堂七福 ゆとりえキッチン 吉祥寺駅 鷹駅 -クセンターけやき (西久保オフィス)

社会福祉法人武蔵野 案内図

各施設は、 児童サービス、 障害者サービス、 高齢者サービスに 色分けしています。 また、**△~ ○**は

本誌に記事を掲載

している施設です。 武蔵野市桜堤ケアハウス 軽費老人ホーム

在宅介護・地域包括 支援センタ-

障害を持った方の生活の場はグループホーム以外にも色々ありますが、選択肢の1つに入れてもらえたら嬉しいです。(ま)