

ふれんど

2021
第52号

【ひろがれ、かसानれ、むさしののわ】



特集

それぞれの暮らし方を
尊重し、形にするってこと

●トピックス

コロナ禍での家族との繋がり

●たて糸よこ糸

松葉茶屋

●えすぶれつそ

1通の手紙から始まった
ご家族を繋ぐ新たな支援

長嶺茜

変化と成長の大切さ

植戸綺香

●福々刻々

多様で連続しているよるんじゅんじゅん



特集 それぞれの暮らし方を尊重し、 形にすること

*2019年度のデータ(武蔵野市ホームページより)

武蔵野市内には19のグループホーム(知的障害16、精神障害2、身体障害1*)があります。市外のグループホームを利用している方もあわせると183名の方がグループホームで生活しています。また、2018年に開設した障害者支援施設には36名の方が入所しています。必要な支援を受けながら一人暮らしをしている障害者の方も多く、様々な暮らし方があり、そこにはお一人お一人の暮らしのあり様があるのです。今回の特集は、ご利用者の声をご紹介します。地域の中でのそれぞれの暮らし方を考えてみたいと思います。



グループホーム在住の方



Aさん
(30代・女性)

一人暮らしをしてみたかっただけですが、寂しさもあったので、最近他法人のグループホームに入居しました。同じホーム内に苦手な人もいるので大変に思うこともありますが、仲の良い入居者と休みの日に出かけたりすることが楽しいです。毎週末に帰宅しているわけではなく、帰りたいときに帰っています。来月は帰ろうと思っています。



Bさん
(30代・男性)

就労支援事業所で働きながら、グループホームで暮らしています。同じホーム内に大声を出したりする人がいて、それが困っています。

日ごろは自分の部屋でテレビを観たり、ゲームをしたり、おやつを食べたりする時間が楽しいです。今後はお料理をしたり、コーヒーを自分で淹れることにもチャレンジしたいと思っています。

障害者支援部門の事業目標の一つに、「誰もが地域で豊かな生活を主体的に営むことができること」があります。これを地域自立生活と称しています。障害のある方たちの自立した生活の可能性を追求し、それを具体化するのを居住支援事業が担っています。法人は地域自立生活の拠点となるグループホームの開設に、この10年間は重点をおいてきました。それぞれのグループホームに特色が生まれ、ご利用者一人ひとりの「家」として、地域の中に存在しています。ご利用者の皆さんの生活スタイルも確立され、安定した暮らしが営まれています。

しかし、時間の経過と共に入居されている方々の高齢化と障害の重度

化は避けては通れない支援の大きな課題となっています。これらに対応するべく、他業種や他職種との連携の拡大、複数のユニット編成の再構成(機能強化)、さらなる厚みのある支援の構築を果たしていきたいと思っています。一方で新たなニーズへの対応(開設したグループホームかしの木、新規入居者募集)とあわせて潜在的ニーズを掘り起こしていくこと(自立生活体験事業)も進めています。居住支援事業は、開設当時から武蔵野市障害者福祉計画にも記されている「住み慣れた地域での生活を継続するための基盤整備」を進めていくことを念頭におき、実践を通して具体化してきました。約2年前に

「障害者地域生活支援ステーションわ

くらす武蔵野」の開設もあり、ひと通りの地域生活支援体制が整ったといえます。今後果たしていくことは、暮らしへの支援をより安定させ、持続性のある経営に力を注ぐこと、変化する福祉制度や社会状況、価値観に即応しながらニーズに添えていくことです。過去にこだわらない新たな発想と実践が求められていると考えています。

(居住支援ユニット) リエゾン

施設長 草野 泰治

社会福祉法人武蔵野 暮らしの場の紹介



法人では、障害のある方の暮らしの場を市内に設置しており、ご利用者一人ひとりの望む生活を支えています。2020～2021年にかけて、グループホームの新設と再編を行いました。本特集では、改めて障害のある方の暮らしの場をご紹介します。

● グループホーム ●

せきまえハウス



→地図
P.8-A

☆2010年4月開設 ☆定員6名

自分でできることは自分で、難しいことを手伝ってもらいながら生活しています。大きな一軒家を改修し、アットホームな雰囲気です。

きたまちハウス



→地図
P.8-B

☆2013年12月開設 ☆定員14名 ☆体験枠1名

知的に障害のある方が中心で、日常生活の様々な場面で必要な支援を受けながら生活しています。広いリビングにゆったりとした1人掛けソファがいくつかあり、くつろげます。



くすの木



→地図
P.8-C

☆2015年3月開設 ☆定員13名

自立されている方が中心で、一般就労している方も生活しています。敷地内に桜の木があり、春にはお花見ができる部屋があります。



かしの木



→地図
P.8-D

☆2021年3月開設 ☆定員19名 ☆体験枠1名

身体に障害のある方や知的に障害のある軽度から重度の方まで生活しています。多人数が暮らしていますが、お一人おひとりの生活スタイルを大切にしています。

● 障害者支援施設 ●

わくらす武蔵野



→地図
P.8-E



短期入所・なごみの家（タイムステイ）、日中活動としての生活介護事業など、様々な機能や役割を一体的に運営しています。オリーブの木がシンボルであるわくらす武蔵野では、「オリーブホール」という活動スペースが設けられています。

☆2019年3月開設 ☆定員38名 ☆体験枠2名

余暇活動のお菓子作りやお出かけが楽しく好きです。作ったお菓子をみんなで一緒に食べるのも楽しかったです。

1人で静かにしていたときに周りがガヤガヤしているときは少し困ってしまいますが、楽しい活動があるので、またやりたいと思います。お菓子作りのような楽しい活動が増えるといいな、と思います。



Eさん
(40代・女性)

わくらす武蔵野在住の方



Dさん
(女性)

ここは新しいお部屋なのが嬉しいです。困っていることはとくにありません。私はダンスが好きなので、今後はダンスができたらいいなと思っています。



Cさん
(女性)

お風呂が気持ちよくて大好きです。ここでの生活に困っていることはとくにありません。料理が好きなので、今後はスープを作りたいと思っています。

車好きなKさんの居室をご紹介します！

車好きの方のお部屋で、棚には車の本が並んでいます。朝、通所先に行く前に、その棚から“帰ってきたら読む本”を取り出し、いつもの場所に置いて出かけます



ご利用者・ご家族に 聞きました

家事の支援（居宅介護）を利用しながら一人暮らし

★田島夏樹さん

私は大学卒業後に一人暮らしを始めました。脳性まひによる運動機能障害があり、調理や掃除、買い物といった家事が一人ではできないので、生活支援を週4回利用しています。ヘルパーさんとは長年の付き合いで、相談にも乗ってもらえる家族のような存在です。

現在は出版社に編集者として勤めていますが、将来はフリーランスの英日翻訳者になることが目標です。昨年からコロナ禍の影響で会社が完全在宅勤務になり、働きやすくなりました。テレワークが普及した今だからこそ、障害者が当たり前暮らし、働ける社会に近づくよう願っています。



一人暮らしののち、グループホームに入居

★大木まり子さん

私は2000年に市内で一人暮らしを始めました。でも、一人だと怖いし、寂しくなってしまう、2005年に他地区のグループホームに入居しました。このグループホームは自由なところが好きなのですが、いろいろな人がいるので、人間関係が難しく疲れてしまうことも多いです。

アパートのような形で、それぞれのプライベートが確保されていて、その中の1室はご飯が食べられたり、話したいとき、行きたいときに行ける、そんなグループホームがあればいいなと思っています。



グループホームを経て、障害者支援施設に入居

★伊藤量平さんのお母さん

息子は支援学校卒業以来、同法人の通所施設（ふれあい）に通い、その後グループホーム「RENGA」に入居して生活していました。どの局面でも誠実な対応があったので、法人を信頼して、入居を希望しました。

同居しているユニットの仲間のほとんどが、以前一緒に通所施設で活動していた顔見知りであり、職員さんや看護師さんも顔見知りの方が多いので、入所当初から不安なく生活できていたようです。にぎやかなのも、散歩するのも楽しくて大好きです。

ただ、医療的ケアが必要な障害者なので、体調に異変があったときは施設内に医師がいないので不安です。看護師でなければ食事（栄養剤の注入）や排泄ができないので、常時看護師の体制を整えてもらわなければならないのも、大変だろうと感じています。

今後の希望としては、制度的な問題があるので難しいとは思いますが、施設内にも訪問医が入ってくれば、本人や家族だけでなく、施設側も安心できるのではないかと思います。



コロナ禍での家族との繋がり

→地図
P.8-F

「お父さん元気？ かわりない？」



「元気だよー！」

特別養護老人ホームゆとりえでは、その人らしさを大切にしながら、入居されている皆さんそれぞれが望む生活を送れるように支援しています。その人らしい暮らしにおいて欠かせないものの一つとして、ご家族との繋がりがあります。しかし、新型コロナウイルス感染症の流行によって面会に制限がかかり、ご家族と会える機会がなくなってしまいました。そこでゆとりえでは、オンライン面会、窓越し面会、対面面会の3つの方法をご家族に提案し、選んでいただくことにしました。

オンライン面会では、タブレットを使用し、トークアプリの「LINE」でご家族とテレビ電話を行います。実際には会えなくても、動画と声でお互いの元気な様子を見ていただけます。入居者からは「便利な時代になったね」などの感想が聞かれています。窓越し面会では、建物の外と中、窓ガラス越しに



「酒まんじゅうが食べたいなあ〜」

対面します。携帯電話を使っているので表情を見ながら会話も楽しめます。触れることはできませんが、お話するのが難しい方でも、すぐそこにご家族の気配を感じていただけます。そして対面面会は、主に看取り期を迎えられている方のご家族に利用していただいています。個室の方は居室で、多床室の方は別室を設け、感染対策を徹底したうえで会っていただいています。少しずつ近づいている人生最期のときに、ご家族と共に過ごせる時間をもっていたできるようにしています。今は自由に会えませんが、面会方法を工夫することでご家族との繋がりを維持し、皆さんそれぞれが望まれる暮らしが送れるように支えていきたいです。

(特別養護老人ホームゆとりえ
武田 美知)



▲松葉茶屋外観



◀リメイクバック
1個 1800円。現在までに松葉茶屋では50個を販売しています。2ℓのペットボトル3本がすっぽり入る大きさで、耐久性もバッチリです。

その職員がエコバッグ持参を呼びかけている松葉茶屋のツイッター投稿を見つけます。ちょうどレジ袋の有料化が始まり、どこもレジ袋の入手が困難な状況でした。それより以前から、作業所では米袋のリメイクバッグも制作していました。米袋で

「蕎麦屋と福祉。業態が違うからこそ、意外なところで支え合えることに気づかせていただけたのが嬉しいですね」と石川さん。「蕎麦袋のリユースは環境にもやさしい取り組みですし、作業所との協力関係をこれからも継続していきたいです」と笑顔で語ります。

深大寺を訪ねたら、松葉茶屋のリメイクバッグ、是非手に取ってみてください。

(聞き手 社会福祉法人武蔵野 飯森 裕真)

神代植物公園のすぐ隣に佇む、蕎麦の名店「松葉茶屋」。名物の手打ち蕎麦はもちろんのこと、松葉茶屋を訪れるお客様には、蕎麦以外のお目当てもあり。それはなんと、蕎麦袋をリユースしたりメイクバッグ。

「蕎麦袋はいつも捨てていました。それがこんなふうに生まれ変わるなんて、私も驚きです」。そう話すのは、店主の石川清生さん。

蕎麦袋に目をつけたのは、武蔵野福祉作業所（以下「作業所」）の職員でした。コロナ禍で観光地用のお菓子の出荷がストップし、作業所のご利用者が受注する菓子箱の組み立て等の仕事も激減。ご利用者に仕事を継続してもらいたいと考えていた矢先（昨年7月頃）、

よりよい地域づくりを
めざして活動している
団体等を紹介いたします。

たて系 よこ系

松葉茶屋

- 営業時間：火～日曜日
10:00～17:00
 - 定休日：毎週月曜日
- 〒182-0017
調布市深大寺元町 5-11-3
TEL 042-485-2337



店主の石川清生さん

きるなら蕎麦袋でもできるのではないかと職員が米袋のリメイクバッグを石川さんに見ていただき、「蕎麦袋をリユースしてエコバッグを制作しませんか」と提案したところ、無償で蕎麦袋の提供と販売協力をしていただけることになりました。「深大寺」と大きく書かれた蕎麦袋の一部分を大胆に使用しており、お土産として購入していく参拝客が後を絶たないのだとか。

「発売初日には3個が売れ、口コミで評判が広がりました。SNSでも常に情報発信しています。次回入荷日を投稿するとその日のうちに買いに来る方もいるくらい。『買いにいけないから送ってほしい』と言われ、地方のお客様に発送したことも。とにかく入荷するとあっという間に売れてしまいます」

また石川さんは、「撥水加工のものが欲しい」というような購入者の声も届けて下さり、ご利用者の仕事のモチベーションアップにもなっています。結果、柿渋で撥水加工を施す改良にも繋がり、使い勝手がさらに良くなりました。

えすぷれっど

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♪

1通の手紙から始まった
ご家族を繋ぐ新たな支援

特別養護老人ホームゆとりえ

長嶺 茜

→地図
P.8-F

現在担当をしているご利用者のH様と、週に1度ご主人へお手紙を書いていきます。

昨年2月末から新型コロナウイルス感染防止対策のため、ご家族との面会が中止となったなか、ご主人から1通の手紙が届きました。その手紙を読む



ご主人へパスカード作成!

姿はすごく嬉しそうにされていて、「返事を書きたい!」とおっしゃったので、そこからご主人との文通が始まりました。

「返事を書きたいけれど、何を書いたらいいのかわからない、私には書けないよ」と悩まれることもありましたが、そんなときは一緒に何を伝えたいか相談しながら、私が紙に書き起こし、その後H様に便箋に書いていただきま

す。上手く書けるかと不安になりながらも、「書いて良かった! 本当ありがとうがとう」と満面の笑みでおっしゃってくださいます。その笑顔を見て、気持ちに寄り添い、ご本人に合わせた支援を行うことが大切だと学ばせていただきました。

この1年、手紙のやりとりを続けていることで、お互いの日々を知ることができ、H様やご家族の安心感に繋がっているように感じられます。

この新たな活動支援を通して、今後もご本人の希望に寄り添い「やりたいこと」をサポートしていきたいと思

変化と成長の大切さ

ワークセンター大地

植戸 綺香

→地図
P.8-G

約2年の産休・育休をいただき、復職してから1年が過ぎようとしてい

かったのを覚えています。

一緒に作業や活動をするなかで、たった2年の休暇の間にこんなにも多くのことが変化するのだと感じました。今まで難しく作業に入れなかった方が様々な工程で活躍していたり、創作活動の幅が広がっていたり、新たなプログラムができていたり。皆さんの生きいきした姿が新鮮に感じられ、また今まで知らなかったご利用者の一面も見られました。

私自身も子育てを経験し、自分中心だった生活が180度変わり、考え方や物の見方も変化しました。新たな経験を積み、柔軟な思考でチャレンジし、成長していく事の大切さに気づきました。今までより更にご家族の思いも受け止められる支援者になれるよう、成長していきたいと思

います。

現在は時短勤務なので、ご利用者や職員とコミュニケーションをしっかりと取りながら、ご利用者が大地に通って楽しいと思える時間を増やしていきたいです。



流れ作業で計量確認(検品)しています

福々刻々

多様で連続しているということ

色のバリアフリーをご存じでしょうか。昨今カラーユニバーサルデザインを実現する事業が展開されています。日本工業規格（JIS）が定める安全色の規格では、識別度を上げる意味で赤は少し黄に寄せてあると『色のふしぎ』と不思議な社会 2020年代の色覚原論（川端裕人 2021年）という本に書かれています。そして人間には長い進化の過程で赤と緑の識別が得意な3色型色覚と赤と緑を区別しにくい2色型色覚があり、それぞれに利点があること。そもそも色は主観であり、赤や緑といった色の感覚も人によって異なるもので、最近の研究成果では人の色覚による違いを明確に線引きすることは難しく、ほぼ連続した分布になっていること。つまり色覚は多様かつ連続しており、正常と異常という分け方は合理的ではないこと等々、赤緑色弱の私には納得できる論考でした。

さて、多様性ということは様々などところで強調

されるようになりましたが、武蔵野市第六期長期計画にも「誰もが安心して暮らし続けられる魅力と活力があふれるまち」として「多様性を認め合う支え合いのまちづくり」（基本目標1）などが掲げられています。

多様性ある社会が活力を持つためにはまずは相互の理解や協力、そして適切に必要な支援が届いていること、また当事者の学びや交流の機会などが講じられなければなりません。先の川端裕人氏は「それぞれの色覚は優れてもいなければ劣つてもない」と言います。誰かを、また何かを排除するのではなく、個々の違いも包摂する社会の在り方が大事なのだと私は思います。

社会福祉法人武蔵野は行政セクターという位置づけを有し、武蔵野市と連携して様々な事業を進めてまいりましたが、お互いに支えあい、共に和して生きる社会を願ってこれからも活動を進めていきたいと思えます。

（理事長 安藤 真洋）

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、A～Cは本誌に記事を掲載している施設です。



編集後記

今号の特集は障害のある方の暮らしの場にスポットを当てました。一人ひとりの率直な声から、様々な暮らしのあり方が伝われば幸いです。インタビューや取材にご協力いただき、ありがとうございました。（き）