

とんがらし通信



キレイな花を見て！
癒されたい♪



No.246



～主な内容～

- ・施設長コラム ・奈美リンピック♪
- ・【特集】私たちの思いを聞いて！②
- ・ひまわりプロジェクト
- ・Close-up! ・職員コラム ほか

仙台つどいの家編集室
発行責任者 山口 収
発行日 2020年7月25日
〒983-0836 仙台市宮城野区幸町3丁目12-16
Tel 022(293)3751 Fax 022(293)3752
E-mail sendai@tsudoinoie.or.jp
ホームページ <http://www.tsudoinoie.or.jp>



感覚過敏のため
マスクが
付けられません
よろしくおねがいします
感覚過敏研究所



一人ひとりの生活様式 の巻

このたびの、九州地方をはじめとした全国規模の豪雨災害により、被災されたすべてのの方々にお見舞い申し上げます。河川の大規模な氾濫や浸水・土砂崩れ・ライフラインの寸断などにより、今も多くの方が不自由な生活を余儀なくされていると聞きます。災害に遭われた方が一日も早く日常を取り戻されますようお祈りいたします。

新型コロナウイルスの影響で日常が一変してしまってから早4カ月。全都道府県に向けて発出されていた緊急事態宣言も段階的に解除され、県をまたいでの外出自粛も緩和されました。急激に社会経済活動が再開される中、感染流行がまた少しずつ広まってきているように感じます。

この間つどいの家では、制限をかけていた移動支援事業の利用時間数や外出先を段階的に緩和したり、日中活動における外出活動の範囲を従前に戻したりしてきました。しかし、それに伴って新たな課題が浮き彫りになったりもしています…。

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、巷では『自粛警察』『コロナ自警団』などという言葉が流行りだしました。緊急事態宣言発出に伴う外出や営業の自粛要請に対して、これに応じない人たちに自身の価値観に基づいた『正義』を盾に私的な取り締まりや攻撃をする人が増えているようなのです。各地で休業要請中に営業している店舗に対して行政機関や警察への苦情・通報が相次ぎ、『休校措置のさなかに子どもが公園で遊んでいる』と親に苦情を入れたり110番通報をするなど、さまざまなケースが報告されています。また、他県ナンバーの車に対するあおり運転や投石など、その行為もどンドンエスカレートしているようです。

そして今、私たちの頭を悩ませるのが『マスク警察』です。政府は緊急事態宣言の解除にあたって新型コロナウイルスを想定した『新しい生活様式』を打ち出し推奨しています。『一人ひとりの基本的感染対策』『日常生活を営む上での基本的生活様式』『日常生活の各場面の生活様式』『働き方の新しいスタイル』の4項目からなるこの『新しい生活様式』、実践例が繰り返し報道され、厚生労働省のホームページにも掲載されています。しかしその取扱い・捉え方が人によりまちまちなため、事態をややこしくしているのです。例えば『外出時や屋内でも会話をする時、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし夏場は熱中症に十分注意する』という文言が載っています。これはあくまでも実践『例』なのですが、ある人は『必ずマスクを着用すること』と読んだり、『マスクをしていないのは悪だ』と読んだりするわけです。そうすると、先日愛知県のバス車内で起こったような、マスクをしていない人への暴言や暴力行為に発展する可能性もあるのです。これが『マスク警察』の悩ましいところです。

感染をしない・させないために、確かにマスクは一定の効果が認められるため、私自身も日常的につけています。しかし自閉症や発達しょうがいと呼ばれる方の中には、ある特定の感覚が非常に敏感な人がいたりします。襟元がチクチクして決まったシャツしか着られなかったり、車内のアナウンスが苦手で耳をふさいでいたり…ということはよくあることです。同じように、想像を超える息苦しさの感覚や鼻や口周りの感覚過敏によってマスクをつけられない人もいます。そんな利用者さんと一緒に外出した時に、周囲に対して何を伝えるのか。マスクをしていないことで白い目で見られたり指摘をされた時にどのように返していくのか。これはひとつ、この時代ならではの職員に課せられた課題だと思えます。

これまで私たちが繰り返し語ってきた『我が事丸ごと』とか『共生社会の実現』という概念は、すなわちこういう場面で試されるのではないのでしょうか。社会には『自分の価値観とは異なる人』がいることがあたりまえ。いろいろな人がいて、多様性を認め合ってこの社会が成り立っているのだということを、さまざまな場面で利用者さんとともにいかに伝えていけるのかが試されているように思えてなりません。至極当然なこのことに気付けるのかどうかを、このたびのコロナ禍は社会につきつけているのかもしれない。(管理者 山口 収)

株式会社クリスタルロードが運営する『感覚過敏研究所』は、所長である現役中学生の加藤路瑛さんが考案した『マスクやフェイスシールドをつけられない人のための意思表示カード』を誰もが利用できるように無料公開しています。詳しくは <https://kabin.life/archives/1633> を検索してみてください！

奈美リンピック 2020 を開催しました！



今年の個別支援計画で「いろいろな人と活動を楽しみたい」という計画を立てたけやきグループの滝口奈美さん。みんなでできる活動ってなんだろう？と奈美さんを中心に話し合い、計画を立て、5月29日(金)に『奈美リンピック 2020』を開催しました！奈美リンピック 2020 では、みんなで奈美さんの運ぶカゴにめがけてボールを投げる「玉入れ」と、みんな大好きなお菓子が詰まった袋を取る「お菓子食い競争」の2競技を行い、どちらも全グループみんなで楽しむことが出来ました。特にお菓子食い競争では、みんな高い所に吊るしてあるお菓子の袋を素早く取り、その場ですぐに美味しそうに堪能しており、それを見た奈美さんも「んはっ」と声を上げて笑っていて、とっても楽しい時間を共有していました。

今後もコロナに負けず、楽しく、ストレス発散できる企画を奈美さんといっしょに考えていきたいと思えます。

(記：竹浦)

コロナな日々を楽しむ方法！②

「ひまわりプロジェクト」

世の中は、まだまだ新型コロナウイルスの感染のニュースが続いていますが、「こんなときにみんなの気持ちが明るくなることはできないか…」と、突然の思いつきで始めてみました。【**こんなときだからこそ ひとり鉢 ひまわりプロジェクト**】何のことはない、「みんなでヒマワリを植えよう！」というものです。そこには『ヒマワリの花が咲く頃には、活動も生活も日常に戻っているといいね～(^o^)]という思いや、『こんなときだからこそ活動を通してみんなで連帯感を持とうよね！』という目的もしっかりと持っています。

利用者さん・職員全員が一鉢ずつヒマワリの種を植えます。『必ず自分で種まきをする』というのが約束事です。どんな工夫があればみんなが自分でできるのか…職員も話し合って工夫するところも見モノです。種まきの後は、曜日ごとに交替で水まき当番を担当します。気持ちを込めて！声掛けあって！楽しみながら！夏には皆のひまわりがキレイに咲きそろうのが楽しみです (^o^)/ (記：佐藤和)



特製種まきスティック！



風船のヒモに種をつけて！



もっと！ 私たちの思いを聞いて！！

まだまだ猛威を振るうコロナウイルス。「いつ収束するのか」そんな見通しの立たない状況の中、不安の多い中で生活しています。前号に引き続き、それぞれの立場での思いを書いてもらいました！（記：松原）

まずはめいぷるグループの佐藤咲子さんです☆

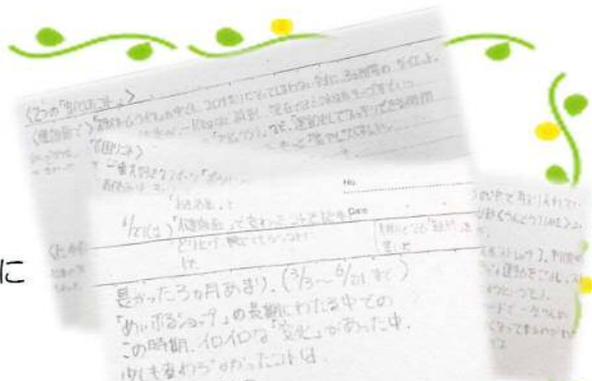
一番大好きなスポーツ「ボウリング」、3月以来思うように練習に通えない日々がつづいた。「スポーツ大会」出場も、一年後に持ち越し。スポーツ施設にも通えずにいた。

その代わりに、「仙台つどいの家」の活動の中で取り入れて

いるのが「スリムCLUB」。結構ハマっているのが、「ゼットイに **思いを一生懸命書いてくれました！** ヤセルダンス&ストレッチ」。制限時間内に（10～15分？）色々な運動をこなし、ストレス発散、解消に役立てようというモノ。

「ダンス」は思ったよりもハードで、一生けんめいやるうちにカラダがアツくなってくることがわかる一でも、とても楽しいデス。

「めいぷるショップ」の長期の休業中でも「製品リクエスト注文予約」に應じたり、又、思うように活動出来ない時は「レクリエーション time」などの活動に参加するなど、色々なコトに「チカラ」を注いだ。出来るなら今後も「ミンナと他の方法での楽しみ」をどんどんみつけていこう。



つづいて二人のお子さんを持つさんしょ職員の佐藤唯さん！！

産休明けで5月から復帰しました！

私は今、6歳の息子と11か月の娘の子育てをしています。コロナで外出自粛になり、以前のように外出することができず、息子はつまらなそうにしています。お出かけしたい！と言われても、「コロナが落ち着いたなら行こうね」と言うしかありません。そのうち、息子も分かってきたようで、

「コロナだからお出かけできないね」とさみしそうに言っています。

岩手と福島にある実家・義実家にも帰ることができません。孫の顔を見せたくても、なかなか会えないので、テレビ電話をして孫の顔を見せています。両親は喜んでくれていますが、孫を抱っこしたり、触れ合うことができないので、残念そうです。お盆には帰れると良いなと思います。

三密をさけて山へキャンプにでも行こうかと考え中です☆今気になっているのは、七ヶ宿に新しくできたやまびこの森キャンプ場です。テントやバーベキューセットを貸してくれるので、キャンプ初心者にもおススメだそうです！！（記：佐藤唯）



楽しみにしていたヘルパー外出が今までどおり使えず混乱している

くろみグループの富田樹さんのお母さんから。

「コロナ」という見えない敵に翻弄されています。

樹は沢山のなぜ？がストレスになっています。

「何故マスクをしなきゃいけないの？」

「何故ヘルパーさんと公共交通機関に乗れないの？」

「何故プールに行けないの？」「なぜ？なぜ？」が

渋滞したまま帰宅しそのイライラを母にぶつけて

奇声をあげながら威嚇してきます。

お風呂に入りながら怒り夕飯を食べながら怒り最後に

気持ちを分かってほしいと言わんばかりに大粒の涙を流します。

そんな樹を抱きしめてあげることしか出来ないのが悔しいです。

「なぜ」を解決できるまで樹のストレスイライラに付き合いたいと思いますが、

出口が見えないコロナとの闘いに母がつぶされないようにしなくては……。 （記：富田恭子）



最後はとん通編集長歴3年の松原さんから

「コロナウイルス」に当たり前の日常が奪われました。

北は北海道、南は九州まで数年間ほぼ全試合応援に行っていたサッカーの試合も無く、毎週のように会っていた友達とも会えず……。

そんな中、心が参ってしまわないようにポジティブに

自粛期間を過ごしました。「ZOOM」を使った

オンライン飲み会を行い、学生時代の珍エピソードに

花を咲かせました。オンライン飲み会はスマホ一つで簡単に、

リーズナブルに出来るのでとってもお勧めです。みなさんも旧友を誘ってやってみては？

活動が制限されている時に旅行記で見た中東のヨルダンのペトラ遺跡、昔から行きたかったチリ、ボリビアの南米巡り（マチュピチュ、ウユニ塩湖）にコロナが落ち着いたら行ってみたいと思います。

このコロナ期間を無駄にはせず、自分のやりたい事のための準備期間にしたいです。

英語の勉強も頑張らなきゃ……。僕を見かけたら、ちゃんと英語勉強しているか英語で話しかけてみて下さい！

何にせよ一人ひとりがコロナ対策をして、少しでも早く日常が取り戻されるようにしたいですね。

（記：松原）



「強度行動障害支援者養成研修基礎に参加しました」

去る6月15・16日にEDC医療福祉学院にて強度行動障害支援者養成基礎研修に参加してきました。

コロナ禍の中、ソーシャルディスタンスを取りながらグループワークに近いやり方で行いました。実際に文章をジェスチャーで伝える演習や映像を観ての気づきを話し合う内容でした。ジェスチャーで伝える難しさ、ついつい言葉が出てしまいそうになったり伝わらない心苦しき等、気付くといろんなことを感じて葛藤している自分がありました。日々、障害のある人も無い人も同じ様な葛藤をして生活していると改めて感じました。

映像を観ての演習では物事の流れを絵カードを使用するなど、見通しを立てる支援を継続することで生活のリズムができ、出来ることが増え、支援者側がその人の能力に気付くことができるようになったり。またそのことが支援の幅を広げ、社会参加に繋がるのではないかと強く感じました。利用者の皆さんと普段関わる上でもう少しだけ目・耳・頭を傾け、一緒に社会参加できるよう微力ながら取り組んでいきたいと思えます。

(記：今井)

内部研修

「自閉症、行動障害への理解を深めよう！」

5月27日に「自閉症、行動障害への理解を深めよう」をテーマに内部研修を行いました。

この研修では、実際にしょうがいのある方の気持ちになってみようというテーマに折紙を用いて完成形だけを見て折紙を折るという課題をしたり、意味の分からない言葉で指示されたことをとりあえずやってみるという課題をしたりしました。この課題をするにあたってぶつかる壁は「伝わらない、分からない」ということです。完成形だけで折紙を折ることができる人は20人近い職員のうち1人でした。そこに言葉の説明がついて、さらに図や写真がつくとさらに折れる人が増えていきます。この課題を通して普段支援に何気なく用いている言葉や絵カードで利用者さんにどこまで伝わっているのかを振り返って考えてみました。

その後、自閉症の方の特性について、実際いつも関わっている利用者の方を例にとってグループワークを行いました。一度立ち止まり、その特性は誰にとっての問題意識なのか、支援する側の価値観に偏っていないかという見直しをしました。内部研修を通していつも関わっている利用者さんのなぜという疑問、どういふ手助けがあれば安心できるのかという報告など日々の支援を立ち止まって考えることで理解が深まったように感じました。(記：吉田)

Close-up!! ^{あずま}東 ^{しげる}成児さん

突然ですが皆さん今、目の前の視界が奪われたらどんな感覚になるでしょうか！？ご自宅でも良いので目をつむって移動してみると、ほんのちょっとでも成児さんの感覚が分かるかもしれません。

そう今回ご紹介するのは、先天性の障害で目が見えない世界で過ごされている成児さんに焦点を当ててみました。成児さんの凄いところは、まず空間認知能力が長けているところ。館内では、さも見えているかのよう

に部屋の中だけでなく廊下もご自分で移動します。もちろん、職員も付いて危険のないよう配慮する必要もありますが、外でも見えているのではと思わされることもあります。普段は部屋の中でゆっくり音楽を聴いて過ごすことも多い成児さんですが、外の空気を楽しみつつ歩くことも大好き！！また、食欲も旺盛で自ら手を伸ばして食べ物を探ります。また、触れて嗅いで食べて確かめるといった幼児期にあるような本能的な行動をすることもあります。

繰り返しになりますが、ぜひ皆さんも視界のない世界を体験してみてください。ほんのちょっとでも成児さんの気持ちに近づく体験が出来たら、もっと色々な成児さんを知ることができるかもしれません。引き出したっぶりの成児さんに会いに遊びに来てみませんか？ (記：鈴木)

職員コラム

今回は…

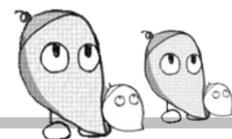
めいぶるグループの西村康恵さんです！

1967年生まれの仙台産まれ仙台育ち、夫と娘(26歳)と3人で暮らしています。平成16年より11年間、精神の福祉施設で利用者さんと毎日100個も200個もシフォンケーキやクッキーを作り続けていました。その影響もあってか、何でも「計りたがる」癖が抜けません。家族のご飯まできっちり計ってしまいます。計りとタイマーがないと少々パニックになってしまいます。長い習慣とは恐ろしいものです。

「衣食」に関してはなるべく自分の手で…を心がけています。今までの人との関わりで「食生活は人格形成に大きな影響を及ぼす」と私なりに実感しています。

コロナではステイホームを強いられ、食事作りが負担に感じることもありました。主婦の負担を考えると1日3回の食事は楽なものではありませんが「食」の充実が家族の健康や精神面に与える影響が少ないのだと自分にムチ打って頑張っています。

コロナで急に降ってわいた生活の見直しではありますが、子供の成長や夫婦の関係、親との関わり等、長い人生で見直しを迫られる場面は多々あると思います。ここは柔軟に受け入れなければならないと思います。世界中で同時期に同じ課題に取り組む貴重な体験だなと思っています。



スケジュール schedule

8月

- 1日 (土) 夏まつり中止⇒通所日
- 11日 (火) 無線訓練、事業所見学会
- 13日 (木) 14日 (金) 夏季休館
- 17日 (月) 施設懇談会
- 20日 (金) ケース会議 13:30 降所
- 25日 (火) 後援会役員会



9月

- 2日 (水) アートの日②
- 7日 (月) ケース会議 13:30 降所
- 9日 (水) 事業所見学会
- 11日 (金) 無線訓練
- 12日 (土) 休日開館日 (くるみ)
- 15日 (火) 防災訓練
- 17日 (木) 施設懇談会
- 18日 (金) ケース会議 13:30 降所
- 19日 (土) 常勤職員出勤日
- 28日 (月) 内部研修②
- 29日 (火) 職員会議



ご協力ありがとうございます ボランティアとして協力して頂いた皆様

(5月8日～7月10日まで)

吉田さん

見学・来訪者など

ヤクルト、今庄青果、鈴木米穀、マルイ、マルキ水産、サトー商会、ダスキン、ホシザキ東北、結核予防協会、杜の都産業保健会、大橋さん、後援会会長(針持さん)、後援会副会長(高橋さん) 同事建設、仙台大気堂、日本テクノ、ジェーシーアイ、風の郷工房、ブルーム、バイタルネット、ハート総合企画、共栄防災、訪問調査センター、北部アーチル、金井先生(鶴特)、佐藤広陸さん、佐藤秀光さん、佐藤絵理さん、法人職員：佐藤理事長、下郡山前理事長、佐藤(吉)、福地、安斎、加藤、小林、ほか
(以上 ご芳方順不同)

～ご寄付のお礼とお願い～

前号でご寄付のお願いをしたところ、多くのみなさまからご協力をお寄せいただきました。あたたかいご協力をありがとうございました！
仙台つどいの家では引き続きご寄付のお願いをいたしております。重いしょうがいのある方の地域生活を豊かにするつどいの家の活動を継続させるため、多くのみなさまのご協力をお願いいたします。クレジットカードからもご寄付いただけます。詳しくは…

缶回収

5月・6月の納品額

合計 2,737 円でした。

ご協力有難うございました。



編集後記

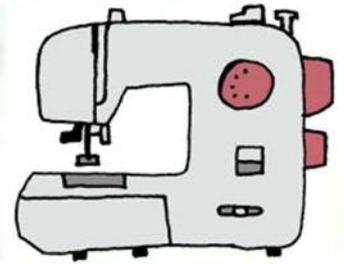
夏ですね(^o^)/ 皆さんは「夏の思い出」と言えば、何を思い出しますか？ 子供の頃、学生の頃、甘酸っぱい青春時代、恋人のこと、家族でのこと・・・人それぞれ、楽しかったことや悲しかったことなど色々あると思います。よく「ひと夏の思い出」と言いますが、私はそんなドラマや映画などのようなことは今までなく、毎年夏になると「サザンオールスターズ♪」を聞きながら、よく懂れていたものです(≥▽≤) 私の記憶に残っている楽しかった夏の思い出は、高校生の時に友達と海水浴でキャンプをしながら、1週間くらい海を満喫したことです(^_^)v あの頃は何でも楽しくて良かったですね♡ 今はコロナの影響でなかなか外出が難しいですが、こんな状況でも夏を楽しめること探して、「夏の思い出の1ページ」を作ってみてください！

(記：佐藤和)

ご不要になった

「ミシン」を

募集しています！



仙台つどいの家では、利用者が充実した活動を送れるように、日々、支援を行っております。その活動の準備の中で裁縫を行いたいと思い、ミシンが必要となりました。ご自宅に使わずに置いてある「ミシン」がありましたら、ぜひお譲りください。

- ★お譲り頂ける「ミシン」がありましたら、まず一度ご連絡をお願いします。
- ★複数のミシンの提供のご連絡があった場合には、お断りさせて頂くことがありますので、ご了承ください。
- ★ミシンが見つかり次第、募集を締め切らせて頂きます。

ご家庭で眠っているミシンがありましたら、

ぜひ！ご寄付をお願い致します。

地図



連絡先

社会福祉法人 つどいの家

【 仙台つどいの家 】

住所： 仙台市宮城野区幸町3-12-16

電話： 022-293-3751

FAX： 022-293-3752

担当： 佐藤和仁