

とんがらし通信

高く！

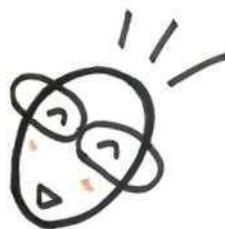
もっと上へ！

No.247

～主な内容～

- ・施設長コラム
- ・BBQ コンテスト
- ・臨空公園
- ・ワイナリー
- ・和仁さんの防災講座
- ・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9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>



『還暦』・『杖者』・『本卦還り』・・・の巻

未知のウイルスの感染拡大によって世界中の多くの人たちの日常が一変してしまいました。仙台つどいの家でもイベントが今年はずべて中止になりました。活動自体も、外出先に制限を設けたり密を避ける工夫をしたりと、例年とは違う『特別な年』になっています。普段と違う状況に利用者さんたちは戸惑いながらも、少しずつ『新しい日常』として受け入れられるようになってきていると感じます。職員たちはこの状況の中で少しでも日々が充実するようにと考えながら、活動を工夫してくれています。いつものように地域の方たちとの触れ合いはできませんが、内部だけでバーベキューコンテストをやったり、横浜の朋とweb交流朝の会をやったり・・・。そして今月末には12月に還暦を迎える『今透（こんとおる）さん』の『還暦を祝う会』を賑々しく行う予定です。これまで20歳をむかえた利用者さん・ご家族をお祝いする『成人を祝う会』は頻繁に行なってきましたが、『還暦を祝う会』は透さんが初めてです。本来ならば、東京にお住いの弟さんや、透さんをよく知る地域の方たちをお招きしてお祝いするところですが、今回はそれも叶いません。利用者さん・ご家族・職員で盛大にお祝いしたいと思います。

さて、この『還暦』。私は単純に『干支（えと）が一回りする＝元の暦に還る』と漠然と思っていました。そういえば『干支』って12個なのになぜ60年でひと回りなのかしら・・・？それは・・・まず『干支』は『十干（じっかん）』と『十二支（じゅうにし）』が組み合わせられて形成されているのだそうです。十干は『甲・乙・丙・丁・・・』で10種類、十二支は『子・丑・寅・卯・・・』で12種類あって、この組み合わせが60種類『甲子（きのえね）・乙丑（きのとうし）・・・』あるので、干支のひと回りが60年ということなのです。十二支は12年で回るけど、干支は60年でひと回りするのですね。。知らなかった。ありがとう、Google先生！

ついでにいろいろ調べてみると、これが実に面白い！タイトルの『還暦』『杖者』『本卦還り』、じつはこれ、みんな60歳の呼び方なのです（厳密にいうと満年齢と数え年の違いはありますが）。『杖者（じょうしゃ）』は杖をつく人を指すようで、昔は60歳くらいになるとシニアの仲間入りだったことが分かりますね。『本卦還り（ほんげがえり）』は還暦と同じ意味。さらに『杖郷（じょうきょう）』も60歳のこと。中国の儒教の経書『礼記』に『故郷で杖を用いることが許される年齢』と記されています。

さらにさらに。年齢の呼び名を深掘りしていくと・・・。『古希』『喜寿』『傘寿』『米寿』『卒寿』『白寿』『百寿』・・・このへんは分かります。それぞれ70歳・77歳・80歳・88歳・90歳・99歳・100歳で、文字をバラバラにしたり、旧字体や略字体を当てはめたものが多いです。108歳は『茶寿』（茶の字を分解すると『十、十、八十八』）、111歳は『皇寿』（皇の字を分解すると『白（＝99）、一、十、一』）・・・ここまできると、さすがに無理やり感が否めませんが。。112歳以上は毎年『珍寿』です。これはそのまま、珍しいくらいの長寿ということですね。そして・・・120歳は『大還暦』だそうです。人生2回目の還暦ということで、これまで世界でただ一人なのだとか。。スゴイ！若いほうもいろいろな呼び名があります。10歳は『辻髪（つじかみ）』、15歳は『志学（しがく）』、20歳は『二十歳（はたち）』、30歳で『立年（りゅうねん）』。前途洋々な感じですね。40歳になると『初老（しろう）』、50歳で『中老年（ちゅうろう）』・・・何だか少しずつ老いが近づいているということでしょうかねえ。。私も今年は年男（還暦じゃないぞ!）。調べてみると『桑年（そうねん）』だそうです。

人は古くからこうして人生の節目をいろいろな呼び名でお祝いしてきたのでしょね。平均寿命が延びて元気な中高年が多い今、かつての呼び名が当てはまらなくなっているのかもしれませんが、その心・考え方は受け継いでいきたいものです。そうそう、東京にいる私の大切な友人も来年還暦を迎えます。2月にはお祝いに赤いふんどしでも贈ろうかなあと今から楽しみにしているのです。透さん、〇〇さん、還暦おめでとう！

（管理者 山口 収）

緊急報告！

新型コロナウイルスご家族アンケート

つどいの家が運営する通所施設利用者のご家族に、新型コロナウイルス感染症による生活等への影響についてアンケート調査を行いました。コロナウイルス感染拡大により緊急事態宣言が発令され、マスクの着用・3密の回避・ソーシャルディスタンス・密の場所への外出制限などが推奨されましたが、実際にしょうがいのある方にはどんな影響があったのでしょうか。アンケートの一部をこちらで紹介したいと思います。

◆もし感染してしまったら。両親ともに病院やホテル療養になってしまった場合、子どもは一体どこにお願いすれば良いのだろうと本当に心配しています。親と同室入院の場合も親が重症化した場合、子供の面倒をみることができず、不安でたまりません。祖父は高齢で、また弟は就職して他県にいてあてにできない状況です。

(発達しょうがい 20代利用者の母親より)

◆目で見えるものではないコロナウイルスを説明できなくて困りました。震災のときだとライフラインがとまり、何か普段と違うと分かったようですが、今回は世の中は普通に生活しているのにヘルパーさんと交通機関を利用できない、プールにも行けない、外食もできないストレスはかなりたまっていると思います。どこにもぶつけられない感情を母にぶつけてくるため二人でストレスがたまりました。

(発達しょうがい 20代利用者の母親より)

◆新型コロナウイルスの流行がありましたが、開所してくださりありがとうございます。仕事があるため大変助かりました。今後もし閉所の措置をとる際にもやむを得ない事情がある場合などみて頂けると助かります。

(身体しょうがい 10代利用者の母親より)

誰もが自分がウイルスに感染したらという不安はあるにせよ、しょうがいがある方は1人では入院できない状況にあたり、重症心身しょうがいであれば感染すれば命の危険があたりということも考えられ、なおさら不安は大きいのではないかと思います。また、消毒やマスク、ウェットティッシュが薬局に並んでも買うことができず困ったといった物資の不足への不安の声、感覚過敏のためどうしてもマスクができない方が病院・美容室に入室を断られて困ったといった意見もありました。

つどいの家のサービスでもレスパイト利用ができなくなったり、ヘルパー利用で外出の制限があたりとさまざまな影響があり、しょうがいのある方のストレスは大きく、それがまた家族のストレスにもなったという事例もあつたようです。そんななかで通所施設を開館してくれたことはとてもありがたかつたという意見が多くありました。利用者の方にとって通所施設が楽しく自己実現ができる場所になっていることはもちろんですが、ご家族にとつても安心して通わせられる場所であつてはならないとアンケートを読んで感じました。

県内でもまた少しずつ感染者が増えていますが、事業所を通常通り開所し続けるためにも、利用者さんの健康を守るためにも、職員一人ひとりが意識を高く持つてできることを続けていくことが大切だと改めて思いました。

(記：吉田)

夏の定番!



コンテスト~!

in 仙台つどいの家

今年もやります、流しそうめん!!とはならず、ご存じの通りコロナ渦中。そんな中でも各グループと総務から1品ずつ小分けにしてBBQのような食事会の気分を味わいました。



今回で3回目と恒例になりつつあるBBQコンテスト、毎度のことながらネーミングに悩むところではありますが。ラインナップは「焼きそば」「カレー」「チヂミ」「スペアリブ」「アヒーショ」「レモンプリン」。ん!?栄養バランスは?と思うかもしれませんがそこは置いて、「食べたい」「作りたい」ものを。せっかくの機会なので炭火を使いたいと、外にタープやテントを張って汗びしょりで調理、熱中症に気を付けて涼みま~すを繰り返す。テントも張ったことだしと、外でランチタイムを楽しむメン

パーも♪♪

地域の方を交えて出来たらと膨らむ希望は尽きませんが、今年はおとなし目に。ただ、やっぱり皆で協力して和気あいあいとイベントごとを行うのは楽しいですね。次回は、流しそうめんを再開できるよう願って、バイバイ(@^^)/^^

(記: 鈴木)



Take off! 臨空公園

まだまだ暑かった8月26日、仙台空港近くの臨空公園に行ってきました。車で向かっている途中からヘリコプターが見え、期待に胸が膨らみます。いざ駐車場に着くと、近くにヘリポートがあり、プロペラが旋回する音が大きく、風も強い!! 視覚しょうがいがある永坂さん、東さんもその迫力を肌で感じていたようです。

約1時間滞り、セスナ機含め4・5機の離陸を見ることができました。特にジャンボ機の離陸は圧巻! 大きくUターンし大空へと飛び立っていく姿に思いを馳せます。乗り物大好きな奥津さんは敬礼のポーズ、邦明さんは「かっけえ...」と感動していました。職員も「あんなに大きい物体が空を飛ぶなんて...」と改めてその不思議さを感じました。

コロナ禍で旅行に行けない中、ちょっとした想像の旅行気分を味わうことができた晴天の下でした。

(記: 杏奈)



さんしょ外出 了美ヴィンヤード&ワイナリー



地域みなさん、お元気ですか？コロナ渦の感染拡大対策、心も体も疲れてきますよね。仙台つどいの家でも、感染防止のため色々な対策をしています。

そんなコロナも一時落ち着いた7月に、さんしょグループで大和町まで食事に行ってきました。場所は、ワインフォレストセツ森にある『レストラン 了美 WINE & DINE』です。本当に山奥なのですが、自然豊かなとても良いところでした。

数日前にお電話で、当日のスケジュールと利用者の状況を説明したところ快く対応していただき、併設する宿泊棟の休憩スペースまで貸していただくことができました。とても広い店内で、車椅子のメンバーでも楽に移動ができます。予約をしていたこともあって店内のど真ん中の一番大きいテーブルを用意してくださいました。



着席してコースランチをオーダーし、みんなで素晴らしい景色と久しぶりの仲間との外食、そして何より美味しいランチを堪能することができて、利用者・職員の表情が微笑んでいました。食後の休憩スペースも、宿泊棟なので広くて横になることができ、みんな「このまま泊まりたいくらいだね」と話していました。

帰りにも店長さんが挨拶に来てくださり、話をすると「やまとみらい福祉会」という就労継続支援事業所で運営しているレストランでした。私たちの希望を最大に叶えて頂き、気持ちよく過ごすことができました。丹野所長さん・スタッフのみなさん、本当にありがとうございました。

(記：有住)



東北工業大学ゲストスピーカー



東北工業大学さんより招待講演(=ゲストスピーカー)の依頼を頂き7月3日に『めいぷる』グループの佐藤咲子さんが参加しました。例年、東北工業大学ゲストスピーカーには八木山つどいの家の方々が参加されており、今回はその八木山つどいの家からお誘いを受けて参加してきました。咲子さんはグループホームで一人暮らしをしています。自閉症という特性をお持ちの咲子さんの日常生活には『自身のルール』と『社会のルール』のはざまに思い悩む場面



が多々あります。学生の皆さんにはそんな咲子さん自身がお話する生活のこと、これからの目標などについて聞いて頂きました。大学はオンライン授業になっていたため今回は目の前に学生さんはいらっしゃいませんでしたが、咲子さんは朝からとても緊張していました。終わった後に大好きなラーメン屋さんでランチをして帰ったのですが、ホッとした様子もつかの間、すぐに反省点をノートに「次はこうしてみます！」などと書き留めながら次回に向けて気合を入れていました。お招きいただいた伊藤先生、八木山つどいの家の方々がありがとうございました！



(記：堀内)

CLOSE - UP !!

けやきグループの佐々木健郎さん



けやきの部屋の入口の所に座って廊下や部屋の中の様子を見ている佐々木健郎さん。静かでおとなしいというイメージが強い健郎さんですが、好きなことや得意なことが多く、奥底の力が強い方です。力強い健郎さんの好きなこと、得意なことを簡単にですがお伝えします。健郎さんの好きなことは色々あります。ラグビー、F-1、童謡を聴くこと、ドライブ、キャベツちぎり、ハンモック…これを読んだ方は一つ聞き慣れないワードがありませんでしたか？ そうです！「キャベツちぎり」です。健郎さんはキャベツちぎりを最も得意としています。健郎さんのお兄さんにお話を伺うと「お家でのキャベツちぎりは自分の仕事」と健郎さんは認識しているようで、ご自宅では毎晩キャベツ1玉を笑顔でちぎっているそうです。以前けやきグループでも、調理活動の際に健郎さんにキャベツをちぎってもらおうとキャベツを渡しましたが、緊張していたようでキャベツをじっと見たまま固まってしまいました。いつかけやきでも緊張なく笑顔でキャベツがちぎれる日を楽しみにまっていますよー！

(記：白川)

職員コラム

大西光雄さん



私は昨年8月30日に千葉県柏市から仙台へ転居して1年になります。26才まで都内江東区に住みそれから柏市へ移転し65歳の定年まで職場は都内でした。仙台に移り住んで感じたことは、市民の皆さんの郷土愛の豊かさや宮城県人というより、東北人としての文化的意識と誇りの高さが伝わってきました。それは何に起因するのか考えた時に、特に江戸時代あたりからの東北各地の歴史が1つにあるのではと思いました。宮城では仙台藩の伊達、福島では会津藩の松平、山形は米沢藩の上杉、庄内藩の酒井、秋田は秋田藩の佐竹、青森は弘前藩の津軽、岩手では盛岡藩の南部等々、各地を代表する藩とそこを治めた藩主への敬意と伝統文化への誇りが今日まで語り伝えられて、1つのアイデンティティを創り出してきたのではと感じます。それに対して東京を中心とする首都圏ではそれらに類する意識を持つ人はほとんどいません。「ここは徳川家のお膝元だ」等と考える人などまずいません。「江戸っ子」などといえる人達は今ではかなり希少です。この地域に暮らす人達は地方から集まってきた人達がほとんどだからです。確かに世界中の色々な情報はいち早く集まり、仕事は数多くあり社会インフラも充実しています。これらの条件は地方に比べてとても優位で暮らしやすい地域です。でもそれは生活の利便性と豊かさが魅力になっているだけで郷土愛とは違います。個々に住む多くの人達の心の拠り所は出身地にあります。郷土愛とはもっと深く長い歴史の中から生まれ出る心の豊かさと愛おしさが創り出す物事の想いが仙台という土地で暮らしだして感じています。

私も早くこの土地にもっともっと馴染んで郷土愛が沸き上がってくるようになりたいと思っています。



強度行動障害支援者養成研修（基礎・実践）



強度行動障害とは、ある行動が①本人の健康を損ねる ②周囲の人の暮らしに影響を及ぼす ③それが著しい頻度であり ④特別に配慮された支援を必要とする状態 のことを言います（サービス受給にあたっては支援区分調査の行動関連項目 10 項目 24 点中 10 点以上の方が対象）。

○行動障害の起きるメカニズムは本人の特徴と環境とのミスマッチでおきる(例:Aさん)

本人の特徴☞好きなものを見つけると周囲が見えなくなり、好きなものに向かって走り出す A さん。

環境☞好きなものがある場所は混雑していて A さんが走り出すと周囲の迷惑になったり危険もある。

…すると周囲は普通、A さんを言葉や動きで抑えるような促しをしたりします。しかし A さんにとってこの特徴は絶対に揺るがないルールです。それを制止されることは A さんにとっては訳がわかりません。すると言葉で伝えることは難しいため、いわゆる課題行動(自傷、他害など)となり表れてきます。☞この状態が冒頭のような条件下になると「強度行動障害」と呼ばれるわけです。

○適切な関わり方でその人のもとも持っている「強み」を見出して社会参加につなげる

人が持つ特徴を客観的に評価したり、取り巻く環境を調整することは簡単なことではありませんが研修では具体的な視点や支援技法についての学びも多くありました。その中で一番の学びだった点は、わたしたちの目指す支援のゴールは「行動障害」を落ち着かせたり、消失させたりすることではない。その人がその人の特徴や強みを活かしながら生活を楽しみ人生を豊かにしていくことという視点でした。我々にとって当然の視点ですが、あの何とも言えない表情で自他を傷つけようとする人達を目の前にすると、ともすればその「行動」にだけ目を奪われて、忘れてしまいがちな視点でした。常に基本に立ち返ることも同時に学ばせて頂いた貴重な時間となりました。

(記:堀内)

和仁の防災講座

2019年8月【九州北部豪雨】、2019年9月【台風15号】、2019年10月【台風19号（東北地方で記録的な大雨）】、2020年7月【7月豪雨】など、ここ数年大雨による自然災害が起これ、改めて防災の大切さを感じます。皆さんは日ごろの生活の中で、防災の意識はどの程度お持ちですか？

防災の意識を高めるため、まず一つに、ご自分が住んでいる地域の「ハザードマップ」を見たことはあるでしょうか？ 仙台市では、『仙台防災ハザードマップ』を作っており、市内全域の大雨時の適切な避難行動、災害時に自分がどう行動すべきかを記すマイ・タイムラインなどを掲載し、水害や土砂災害などの大雨災害



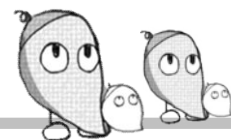
から身を守るために日頃から備えておくべきことや、お住まいの地域の危険箇所を事前に把握することができます。『仙台防災ハザードマップ』は、仙台市のホームページで見ることができます。また、『仙台防災ハザードマップの冊子版』は、市役所本庁舎、各区役所・総合支所の総合案内などの窓口で配布をしていますので、ぜひご利用ください。

その他にも災害時の避難所(小・中・高等学校など)も合わせて把握しておく必要があります。お住まいの近くの避難所や避難経路を確認しておくといいです。

防災の意識を高めるために、「何から始めるのが良いか？」と迷っている方は、まずは『ハザードマップ』と『避難所』を確認してみてください。それだけでも、万が一のための備えになるはずですよ。

(記:佐藤和)





スケジュール schedule

10月

- 1日(木) 法人防災訓練
- 4日(日) 法人就職説明会
- 8日(木) 音楽療法
- 10日(土) バザー中止 通所お休み
- 19日(月) 施設懇談会
- 20日(火) ケース会議 13:30 降所
- 22日(木) 音楽療法
- 23日(金) 後援会役員会
- 25日(日) 採用試験②

11月

- 3日(火) 文化の日 お休み
- 5日(木) 音楽療法
- 9日(月) ケース会議 13:30 降所
- 11日(水) アートの日③
- 14日(土) 休日開館日(もみじ)
- 17日(火) 施設懇談会
- 19日(木) 音楽療法
- 20日(金) ケース会議 13:30 降所
- 23日(月) 勤労感謝の日 お休み

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

(7月11日～9月10日まで)

吉田さん

見学・来訪者など

後援会会長(針持さん)、障害福祉訪問調査、小松島支援学校実習(川村さん、松本さん)、利府支援学校、鶴谷特別支援学校実習(大野さん、大場さん、河野さん)、介護職員初任者研修(2名)、日中活動支援事業連絡会、東北文化学園諸井さん、TAGOMARU、松尾医師、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、(株)小西、仙台大気堂、日本テクノ、ジェーシーアイ、風の郷工房、フジマック、米夢、バイタルネット、ハート総合企画、蜂駆除業者

法人職員：佐藤理事長、下郡山理事、佐藤(吉)、小野、安斎、加藤、小林(ほか多数)

(以上、ご芳名順不同)

缶回収

7月・8月の納品額

合計 3,870 円でした。

ご協力有難うございました。



編集後記

コロナウイルスが蔓延したせいで、自宅での飲酒が増えた気がする・・・。

皆さんはどんなおつまみが好きですか？晩御飯と一緒に飲酒をしたり、スーパーやコンビニで買ったお惣菜やスナック菓子をつまみにお酒を飲む方もいらっしゃると思いますが、私のお勧めはホットサンドメーカーを使って作るおつまみです。

ホットサンドメーカーは凄いですよ。魚や餃子、肉類など好きな物を入れてチーズや好きな調味料を入れるだけで簡単なおつまみが手軽にできます。自分で作った感じがするので、更に酒が進んでしまう。

そして、なんとと言ってもフライパンが皿替わりに。

お酒が進み過ぎて健康診断の結果は最悪でしたが(笑)

(記：松原)