



# アプリのこと

楽しいこと盛りだくさんの

1年でした☆☆

カモミールグループ写真館より

今年も1年元気いっぱい、おさんぽにも、水遊びにも、ストレッチにも、もちろんおいしい食事にも…♡全力投球でした！2022年、ありがとうございました！2023年も、つどいの家・アプリをどうぞよろしく願いいたします★

# スニユム ソクモ!

※マレーシア語で「いつも笑顔で」

11月に入り、新型コロナウイルスの陽性者がつどいの家・アプリ利用者、職員合わせて11名、土日を含めて5日間休館することとなりました。幸い重症化する方はおらず、安堵したものの、関係各位の皆さまには大変なご心配をおかけしました。

社会情勢は、ウィズコロナの流れに変わりはなく、感染症法の第2類相当から第5類への引き下げの検討についても報道されています。重症化率は低下しているものの、アプリの利用者の中には、体力・抵抗力が弱い方、基本的な感染対策が難しい方が多いので、まだまだ心配が尽きません。その上で、感染予防の為、入院時に付き添いができない状況は、緩和してほしいと思います。障害によりコミュニケーションが難しいため、医師や看護師との意思疎通もままならず、適切な医療や療養を受けることが出来ない状況です。利用者にとって、家族や支援者がいない環境にいることは、精神的にも身体的にも本当に辛いことなのです。

この件について10/24に国会質問の場で、れいわ新選組の木村英子参議院議員が「命の選別に関わるもの」という発言がありました。それに対し岸田総理は、「支援者の方が入院中に付き添いを行うことが可能な旨をお示しし、コロナ禍においても繰り返し周知してきた」と答弁。11/17には「障害者の人権」が守られていないという発言に対し、加藤厚生労働大臣は「支援者の付き添いによるコミュニケーション支援を受けられるよう、先週11月9日に制度の内容や医療機関における対応例を示した事務連絡を発出した」と答弁しています。しょうがい当事者でもある木村議員の発言を重く受け止め、状況改善の糸口となってほしいものです。  
(記 加藤裕絵)

※参考：木村英子オフィシャルサイトより

## 山田ふれあい祭りに参加しました!

10月30日に山田市民センターで行われた山田ふれあい祭りに参加してきました。アプリは新型コロナウイルスの影響により、ふれあい祭りには3年ぶりの参加となりました。お祭り当日は秋晴れで心地よい天気となり、出店の部では手芸品を販売し、年齢を問わずたくさんの方に商品を手に取っていただき大盛況でした!

展示の部ではミントの利用者の作品を展示させていただいています。地域の方からは「アプリでマジックショーをさせて欲しい」など声をかけていただく場面もあり、「また参加したい!」と感じるとても心温まる機会となりました。  
(記：阿部)



# 新任職員研修報告



9月15日、16日に新任職員研修を受けました。

研修はオンラインで行われ、つどいの家以外の施設の職員と話す機会になりました。研修で行った事例演習では、例文中の人物の行動について考察をし、考えを共有しました。価値観は育った環境や親の影響、経験・体験・メディアの影響、地域差（文化）などの過去の集大成です。実際の経験からの考えを聞くと、新たな視点の発見ができたり、全員同じ考え方や感じ方ではないことを実感したりしました。

また、モチベーションアップ研修ではストレスとの向き合い方も学びました。心の問題はストレスから始まります。適度なストレスは「人生のスパイス」と表現される通り、ストレスは誰でも受けるものですが、心身の疲労が蓄積すると心や体の病に倒れてしまいます。

人間の幸福や健康は年収、学歴、職業と直接的には影響せず、良い人間関係に尽きると言われています。確かに、心が楽になるのは話せる人がいるためであり、解決策がみえないと悩むのは人間関係に多くありました。私はまだ「これが私のストレス解消法です」とはっきり言えるものはありません。ストレスとうまく向き合えるよう、これからストレスの対応方法を見つけていこうと思います。

（記：岩槻）

## アスム研修について

一般社団法人アスム地域研修センターの庄子美佳子氏から、支援の基本である「利用者の個別の特性」を適切に捉え、強みを活かし苦手に配慮した支援を実践して行くための力の向上を目指し、短期間の実践を通して支援の考え方や組み立て方を約1カ月間学びました。

そのうえで、クレソンジャスマingroupの利用者1名をピックアップし、その利用者の行動を整理し課題を絞り込み客観的に観察し、本人を理解する視点に着目しました。

冰山モデルシートを使用し取り上げたい行動から、その時の本人の気持ち、行動の理由を探っていくことで支援に活かせる強みや、周囲の配慮が必要な周囲の配慮が明白になっていきました。学んだことを通して約1週間ですが、新しい支援を計画→実行→確認→振り返りを行いました。学んだことを今後に活かして、利用者にとって落ち着いた環境作りを提供出来たらと考えております。

（記：菊地）

# 夏の思い出 in カモミール



8/31 (水)、夏の終わりに夏らしいことがしたい！！ということで、カモミールグループで花火とスイカ割りと金魚すくいを行いました！通所時間を変更しての花火大会となり、大盛り上がりで笑いも絶えず、心ゆくまで夏の雰囲気を楽しむことができました♪ (記：山添)



## ミント 活動報告 秋

みなさん、こんにちは。ミントグループです。今年もまもなく終わろうとしていますが、皆さんにとりましてどんな1年でしたでしょうか？今日は9月、10月「ミント実りの秋」の活動報告をしたいと思います。来年も元気に活動していきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。(記：高橋)



「オンライン活動 Meet Mint」  
コロナ感染症のためお休みされている利用者の皆さんとオンラインでつながりながら活動しました。ハロウィンではビンゴゲーム、アート活動では「山田ふれあいまつり」に出品する作品を折り紙で傘を折りながら制作しました。

10/6日「やくらいガーデン」カモミールグループのみなさんと一緒に花畑を散策しました。花の絨毯がきれいでした!! またご一緒しましょうね!!!!!!!



10/14日「定義山へ行こう」定義山までお散歩に行きました。秋晴れにも恵まれて気持ちの良い外出になりました。



# バジル・ランチ外出

バジルグループでは10月31日に青葉区吉成にある「いきなりステーキ」へランチ外出に行ってきました。店内はゆったり座れるテーブル席が設けており、パーティションや適度な距離が保てるよう新型コロナウイルス感染対策もしっかり施されています。

私たちはそこで期間限定のメニューである希少部位の「イチボのステーキ」を選びました。



「イチボ」はお尻の先にある箇所でもも肉にあたります。このもも肉の中で一番霜降りが多く、柔らかめで赤身の旨味と霜降りのバランスがとれたお肉と言われています。

実際にこのステーキを食べると、とても柔らかくジューシーで私たちは、このステーキのうまさにびっくりし夢中になって食べました！みなさんも是非、「イチボ」のステーキを食べてみてください！（記：山口）

# クレジャスの室内活動

元気いっぱいのクレジャスは、外出をして体を動かす事が主ですが、実はしっかり作業も頑張っています。「誰かの為に役に立つ」。素敵な事ですね。

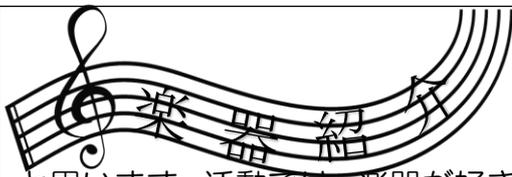


この写真は、運転する職員がアルコールチェックをする際に使用するストローを、真剣な表情で一本一本丁寧に切っている所です。このハサミはユニバーサルデザインという「すべての人のデザイン」を意味し、年齢や障害の有無にかかわらず、最初からできるだけ多くの方が利用可能であるようにデザインされ作られた物です。



日常生活の中においても、こうした物がもっと増え、誰もが暮らしやすい世の中になるといいですね。職員の安全を守ってくれるために必要な大事なお仕事です。いつもありがとう。

（記：斎藤美枝）



皆さんはどんな音楽が好きですか？バジルグループではヒーリングミュージックと称した活動を行っています。ジャンルも含め、リラックスできる音は人によって異なると思っています。活動では、楽器が好きな職員がリラックスできるような音の「空間」作りや、様々な楽器で音の「刺激」を作ったり、音だけではなくアロマキャンドルを焚いたりしながら、皆さんの五感を刺激し、様子を見ていきます。



使用する楽器の例として、雨や波のような自然音を出す擬音楽器や、水琴窟のような心地よい音を出すもの、ハープなどを選んで行うことが多いのですが、時には利用者があまり好まない反応を示すものもあり、演奏しながらも皆さんの表情から目を離せません。

利用者に実際に楽器に触れてもらうこともあり、自分で鳴らした時の笑顔を見ると職員も笑顔に。

癒されているのは職員の方かもしれません…？

(記：東海林)



## 感染症に注意しましょう!!

新型コロナウイルス感染第8波の声も聴かれ、感染爆発の懸念の中、インフルエンザや風邪・胃腸炎等の感染も起こりうる季節です。主に飛沫感染によって伝播するウイルスは、人と人が接近し、換気が頻回に行われなくなる冬場などの寒い季節に非常に流行しやすくなります。マスク着用・手洗い・うがい・消毒・換気・水分補給・人の多いところは避けるなどの基本的な感染対策の継続と共に、免疫力を高めることも非常に重要になってきています。



### 《免疫力を高める生活習慣》

- 1) 笑い：笑うと唾液が増える。物事を悩みすぎない楽観性も大切。
- 2) 温める：低体温だと免疫細胞の活動性も低下するため、汗をかかない程度に体を温めることが大切です。特にお腹を温めると体を温めることができます。
- 3) 適度な運動：適度な運動をする人は風邪をひきにくい。激しすぎる運動も、運動不足も免疫を落としますが、汗を軽くかく程度の適度な運動は積極的に行いましょう。
- 4) バランスの良い食事：全粒穀物や緑茶成分・乳酸菌食品を摂取すると感染対策になります。

みなさん、感染しないようにお互い注意していきましょう!!

(記：遊佐)

## 編集後記

私は今年傘を持っていないことで困った経験から天気予報を見るようになり、それから雨に「傘がない！」と困ることは格段に減りました。(たまに朝と予報が違ったり時間がずれていたり…) 折り畳み傘は使用後翌日持ち忘れたり、壊れたりして断念。ビニール傘は置いたはずの場所になかったことも。たまに裏切られますが、やはり天気予報チェックときちんとした傘が大切ですね。

(記：岩槻)