

SSTK

第 67 号

社会福祉法人 パーソナル・アシスタンス とも

〒279-0022 千葉県浦安市今川 1-14-52

TEL:047-304-8808 FAX:047-304-8821

とも 通信

パーソナル・アシスタンス

いっしょに生きる 楽しく生きる

今号の特集

いっしょに生きる 2p

利用者さんから見たマリーナとマリーナテラス

連載「食べる」を育てる 5p

昭和大学名誉教授 向井美穂先生

自分らしく生きたいという望みを叶えられるよう

ともは新規事業として、グループホーム・ハレリアを始めました。グループホームというと一軒家や施設のような建物を思い浮かべる方も多いかもしれませんが、ハレリアは4階建ての集合住宅で、オートロック完備。一人一人が完全に独立して暮らせる住居になっています。ハレリアでは自立した生活をしながら、共同で使える部屋に他の居住者と集まったり、一緒に食事をとることもできます。困ったことや不安があるときには、支えてくれる生活支援員も配置されています。

当たり前のことですが、人の暮らし方は様々です。最近では一つ屋根の下、知らない者同士が何人かで暮らす、シェアハウスでの生活を選ぶ人も多く聞きます。なかには夫婦やシングルを問わず、子育て中の方などがいっしょに暮らすシェアハウスもあるそうで、多様な暮らし方を自ら選んでいく時代なのだと感じます。

でも、障がいのある人たちはどうでしょうか？自分の暮らし方を選ぶことができているのでしょうか？そもそも、選ぶということも簡単なことではない方達が多いと思うのです。選ぶという事は自分の望みを知るところから始まります。支援の現場ではその「選ぶ」と言う事が、案外難しいのだと感じる場面があります。どう暮らしたい？どこで暮らしたい？と聞かれても、経験がなかったりするので選択肢のイメージも浮かばず、実態を理解できないので選ぶに選べない。利用者さんとやり取りをしていると気付かされることです。

私たち支援を提供する側は、親亡き後にはグループホームの利用を判で押ししたように考えがちなのですが、そのグループホームでの暮らしも実に様々です。

例えば、以前ともが関わった事例として、似たような境遇で生まれ、小学生の頃から施設で暮らし、18歳を過ぎた頃に家庭に戻って生活してきた二人の利用者がいらっしやいました。その二人が大人になって、それぞれグループホームで暮らす様になった時の事です。境遇が似ていたのに、同じような暮らし方を望むのかと思いましたが、全く違っていました。

ひとは、自分が誰かや何かの役に立ちたい気持ちが強く、何人かの同居人がいて、世話人さんも常駐しているような暮らし方を選びました。

もうひとは同居人がいないほうが良いと言われ、一人で暮らして家族から自立した生活を営み、たまには実家に帰るスタイルを選びました。

いずれにしても、選ぶためのプロセスがとても重要です。前出のお二人とも、時間をかけて相談員が寄り添い、丁寧な聞き取りをしたり、実際に体験してもらうことを通して得られた結果です。利用者さんお一人おひとりが積み重ねてきた日々を理解することに努めなければ、ご本人の意思を反映した選択を支援することは出来ません。知的にハンディがあったり、コミュニケーションに障がいがある方の場合にはなおさらです。

ともでは設立当時から、利用者さんの実体験を大切にしています。チャレンジすることで失敗もあるかもしれませんが、人は障がいの有無に関わらず失敗から沢山のことが学べます。もちろん怪我や事故があってはなりません。支援する我々が細心の注意をはらい、安全を確保するのは当然です。

買い物や公共交通機関を使って外出する移動支援も、マリーナテラスで行っている多様なプログラムも全て経験を促す仕組みです。マリーナテラスの調理プログラムでは、献立決めから買い物、調理、実食から片付けまでを楽しく、おいしく体験していきます。活動を通して仲間達との絆が生まれ、友情を育むことはもちろん、人と関わることで生ずる摩擦からも学びが生まれます。自分を知り、自分の望みがわかるようになっていくプロセスでもあります。

障がいのある人の暮らしは、決められた線路の上をずっと歩いているように感じる人もいるかもしれませんが、それでも福祉事業を担う者は、一人ひとりの「自分らしく生きたい」という望みを叶えられるよう支援する事。その想いを日々の忙しさの中でも見失わないよう、これからもみんなで共有したいと思います。

西田 良枝



いっしょに生きる



利用者さんから見たマリーナとマリーナテラス

高校卒業後のひとつの進路として、働くことを選んだ利用者さんの日常と、幼いころから今日まで利用を続けているサービスを、彼に寄り添い続けた支援員によるインタビューを通してご紹介します。

インタビュー／ S. H

社会福祉士・保育士・介護福祉士
入職9年目。現在、相談支援事業所ふありにて相談員をしながら、障害児通所支援事業所マリーナや専門療育の現場に関わる。

利用者／ H. H 18歳

中学1年生から高校まで、障害児通所支援事業所マリーナを利用。高校卒業後、市川の企業に就職。現在は、日中一時支援事業所マリーナテラスを利用中。



S : 障害児通所支援事業所マリーナにはいつから、どのくらいの頻度で来ていましたか？

H : 中学1年生から、ほとんど毎日来てたね。高校生の時は、長期休みと土曜日ぐらい。

※障害児通所支援事業所マリーナ(以降、マリーナ)は高校生までを対象とした事業のため、卒業後は日中一時支援事業所マリーナテラス(以降、マリーナテラス)を利用しています。

S : 今日は来てくれてありがとうございます。お仕事の後ということで、疲れてないですか？

H : 大丈夫です。

S : では、最初にお仕事のことを教えてください。

H : 市川で朝9時から16時まで、車椅子掃除をしたり、おもちゃを消毒したり、花を育てたり、色んなことをしてます。

S : 仕事をしているときって、どんな気持ちですか？

H : 気分的に言うと、なんか楽しい。仕事をしてると、気分転換になって、楽しい感じですよ。

S : 仕事を覚えることは難しいですか？

H : いや、1週間ぐらいで慣れました。

S : すごくですね。

S : 高校を卒業してからは？

H : 土曜日と振替休日とか。

S : 中・高の時、マリーナでは何をしていましたか？

H : 中学の時は、コロナの前だから。1～2年生の時は、ずっとマリーナで遊んでた。テレビゲームもやったし、外で縄跳びとか、めっちゃめっちゃしてたね。部屋の中で、サッカー、バレー、バスケットもやってた。

S : そうだね、部屋の中にゴールとか作ったよね。

H : 新聞で壁に貼って、バスケのゴール作った。スズランテープを部屋の真ん中に張って、風船バレーもした。

コロナが始まる前は、外食行ったり、カラオケ行ったり、みんなで料理を作って食べたこともあったよ。

S : 何を作ったか憶えてますか？



H : お好み焼き、タコ焼き、焼きそばとか。
おやつはティラミスとか作った。あと、スイートポテト、ホットケーキ、パフェとか。
タコ焼き器で鈴カステラも作った。

S : マリーナテラスでは何をしていますか？

H : 18歳になってからは、ほとんどひとりでやることが多くて。勉強が分からない時は、スタッフに聞いてやってる。



S : Hさんにとって、マリーナやマリーナテラスってどんな場所ですか？

H : 僕にとっては、めっちゃめっちゃ明るい人が一杯いて、ス

タッフの対応が上手い所かな。

S : スタッフの対応が上手いってどういうこと？

H : みんながいない間に、スタッフで会議してるみたいで、アイデア出して話してる。だから対応が素早くていいかなあって。

S : え！？会議してるってどうして知ってるの？

H : んー、そう。雰囲気分かる。

S : すごい！

H : 大体、僕もこうした方が良くないかと思っ
て言うこともあるけど、スタッフに任せてる。
その対応がまじで良い。僕の中では。
スタッフがすごい優しい。本当に優しい。
でも怒る時はもちろん怖いよ。

S : 他にもマリーナの思い出はありますか？

H : 中1か中2の時、Eくん、Aくんの先輩2人が
めっちゃめっちゃ頼もしかった。音楽療法で盛り上
げてくれるのはEくんだけだった。

S : 先輩を見て、自分もそうなりたいって思った？

H : そうだね。めっちゃめっちゃ優しい存在だった。



S : では、最後に普段の様子を
教えてください。

H : 平日は殆ど仕事だね。

S : 仕事の後は？

H : 公園行って、犬の散歩をして
いる人の所で、さわらせても
らったり、話をしたりしてる。

お母さんに「ストレスないんじゃない？」って
言われることがあって。でも、めっちゃくちゃある。
貯まりすぎると壁に穴を開けたくなるぐらい。



S : 休みの日はストレス発散してるの？

H : そうだね。音楽聞いたり、外でバスケして、ゴー
ル決めて「よっしゃあ！」とかしてる。

S : 自分でクールダウンしてるんだ。すごい！

H : この前は、お父さんと野球の試合見に行っ
て、巨人が勝った。(彼は巨人ファン) それで、肉食
べて、カラオケ行って、ストレス全部なくした。
マリーナが海楽にあった時は、新聞紙を使った
「ストレス発散タイム」があって、新聞紙をちぎっ
てカゴに入れて、それを誰かの頭の上からバー
ンとかけて。Sさんにもやった。

S : めっちゃめっちゃ懐かしい。発散、大事だよな。

H : そうだね。めっちゃ覚えてる。

思い出話に花が咲いたインタビューは、ふたりの笑
い声とともに終了となりました。

仕事をするという進路を選んだ今のHさんの暮ら
しは、マリーナやマリーナテラスでの様々な体験や支
援者との心の交流によって支えられていることがとて
もよくわかる心温まるインタビューでした。

この先も、いっしょに楽しく生きていくと改めて
感じ、嬉しくなりました。

各事業所についてはホームページもご覧ください



障碍児通所
支援事業所
マリーナ



日中一時
支援事業所
マリーナ
テラス

卓球は楽しい!

卓球教室「ともピンポン」

9月4日、まだ暑さが残る夕方、総合体育館2階の卓球室で行われている卓球教室取材しました。今日の参加者は体験の方を含め利用者さん3名とそのご家族、ボランティアの先生と私たち職員の総勢10名です。

卓球教室は17時開始。まず最初に、参加者みんなで輪になってラジオ体操第1を行います。ひとりの利用者さんが率先して、伴奏CDのスタートボタンを押してくれました。準備運動が終わったら最初の組み合わせを決めて、打ち合い(ラリー)開始です。1セット4分、組み合わせを替えながら繰り返します。途中10分の休憩をはさんだら、またラリー。最後にラジオ体操第2を行い18時半に終了です。

ボランティアの先生と利用者さんのペアが基本ですが、職員と利用者さんのペア、保護者と利用者さんのペアもあり、みんなイキイキとボールを追いかけて、ラケットを振っていました。体験で参加の方も、ペアと息を合わせることで初心者とは思えないほどラリーが続き、見ている私にも卓球の面白さが伝わってきます。

ラリー中はラケットを持たない人がボール拾いを行



います。虫取り網のような専用の道具で、床に転がっているボールを集めるのですが、あっちこっちへ飛んでいくボールを拾うのはゲームのような楽しさがあり、以前はこれをやりたいと参加していた利用者さんもうらしたそうです。

休憩中、参加者にお話を伺いましたが、みなさん声を揃えて「楽しい」とおっしゃっていたのが印象的でした。ボランティアの先生からは、卓球などラケットを使うスポーツをされる方は、健康で長生きの人が多いと伺いました。

卓球教室「ともピンポン」は第1・3月曜日17時~18時半の間、総合体育館の卓球室にて開催中。12月まで体験会も同時開催しています。

子どもの頃には療育の一環として、大人になってからは趣味として継続して楽しむことができます。この機会に卓球をはじめてみませんか?

ご興味をお持ちになった方は、マリーナまでお気軽にご連絡ください。

ともピンポン ナンバー募集

たい けん かい かい さい
体験会を開催します!!

いっしょ たの たつきゅう
みんなと一緒に楽しく卓球をしませんか?

10月

11月

12月

2日・16日 6日・20日 4日・18日

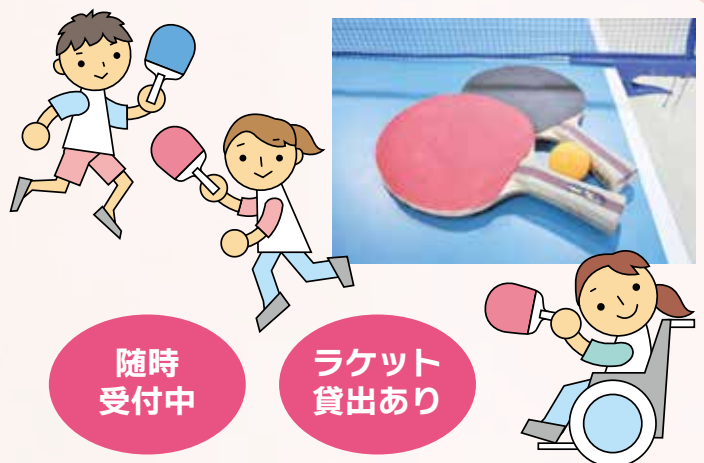
場所 総合体育館 卓球室

時間 17:00~18:30 費用 270円

動きやすい服装や靴で、飲み物とタオルをご持参ください。

お問い合わせ・お申込みは

障害児通所支援事業所マリーナ
TEL 047-304-8815



随時
受付中

ラケット
貸出あり



ホームページ「療育」

「ともの療育」こちらからご覧ください



食を通した子どもの発達「食べる」ことで育つこと



「食べる」意欲や食物への興味は、子ども自身の身体の成長と心の発達を育てていきます。その意欲や興味を育てるためには、以下のように発達を多面的にとらえ、適切な支援をすることが必要となります。

1. 身体感覚の発達：

- ・空腹感、満腹感などの感覚の認知と適切な対処ができる
- ・食べることの調整（自律）ができる

2. 感情の発達：

- ・おいしさや満足感の表現ができる
- ・一緒に食事をしている人に感情表現ができる
- ・自分の気持ちを自己制御できる
- ・他の人の気持ちがわかる
- ・共感できる

3. 味わいの発達：

- ・五感（味覚・嗅覚・視覚・触覚・聴覚）を通して味わえる
- ・味わいの共有を通して共食の楽しさが得られる
- ・良く噛むことによって味わいを増す

4. 自我の発達：

- ・食に関わる行動の選択が決定できる
- ・自分を主張（食べたいもの）することと我慢することのバランスをとる

- ・欲望や感情を制御できるようになる

5. 心理面の発達：

- ・食事を提供してくれる人との間に愛情を感じる
- ・相手に愛情を与える
- ・心が満たされる

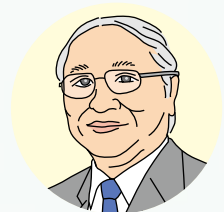
6. 対人関係・社会性の発達：

- ・家族や仲間と一緒に楽しく食べられる
- ・楽しさを家族や仲間と共有できる
- ・食習慣を柱に生活習慣を身につける

これらの発達は、乳幼児期から成人期に至るまで、様々な場で食べる事を通して少しずつ促されていきます。介助を必要として食べている子ども、手づかみや食具を使って食べている子ども、家庭の食事や集団での給食、誕生会やパーティなどの食事会、楽しい時も悲しい時も食べる機会は常にあります。食事の時間は、栄養を摂るだけでなく社会で生きていくために前述したような様々なことを学び身に付ける発達の時間でもあります。保護者や、支援者の皆さん、障がいの有無にかかわらず、一緒に食べる時、食べさせる時にちょっと気付いてください。子どもの発するサインを・・・。

子どもの発達に気付いたら共感し、できたことを褒めて、「食べる」楽しさを共有していきたいものです。

向井先生は、昭和大学歯学部教授や、同大学口腔ケアセンター長を歴任された「摂食嚥下機能の発達とリハビリテーション」における第一人者です。数多くの研究成果を残され、同大学より名誉教授の称号を受けています。障がいのある子どもや大人に対する摂食指導の経験も長く、現在「とも」の嘱託医として、法人主催の研修会や個別療育プログラムなどで、お力添えをいただいています。著書は「小児の摂食・嚥下リハビリテーション」など多数。



向井先生による 摂食 個別指導

1人ひとりに合った丁寧なアドバイスをいただくことができます。この機会にぜひご参加ください。



日程

2023年 11月13日（月）
2024年 1月15日（月）
3月11日（月）

※いずれの日も午後の開催となります。

指導時間／おひとり 30～40分程度

※原則、保護者の方でご参加ください。

料 金／移動支援、児童発達支援、放課後等デイサービス
上記いずれかのサービス利用料+指導料 1,000円

会場住所／浦安市日の出1-3 浦安リライズ21 7F 弘海風の街3号棟1階103号室

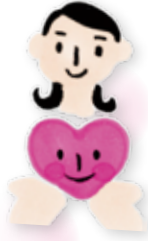
場所 うみかぜ

お申込・お問合せは

ふあり(熊谷) 047-304-8860 マリーナ(古川) 047-304-8815
パーソナルケアセンター(大島) 047-304-8811

「とも」を支えてくださる方々

2023.6.01 ~ 2023.8.31 現在 (五十音順・敬称略)



社会福祉法人 パーソナル・アシスタンス とも ご寄付のお願い

社会福祉法人となっても、その財源は今までと何も変わらない現実です。皆様からの寄付は現在行っている社会福祉事業に役立てさせていただきます。皆様のご協力をお願いいたします。なお、「とも」への寄付は、以下の税制上の優遇措置があります。

- ◆個人の方は、所得税に係る「寄付金控除の対象」になっています。
- ◆法人の場合は、一般の寄付金とは別枠で損金の額に算入することができます。
- ◆相続や遺贈によって受けた財産を寄付した場合は、その分は相続税の対象外となります。

寄付金
振込先 京葉銀行 新浦安支店 普通口座 5429331
口座名義：社会福祉法人 パーソナル・アシスタンス とも
理事長 西田良枝

ご利用案内

【個別のケアサービス】

- ◆パーソナルケアセンター
障害福祉サービス (居宅介護・重度訪問介護・行動援護)
介護保険サービス (訪問介護・介護予防訪問介護)
移動支援事業・浦安市通院ヘルプサービス事業
パーソナルケアサービス (制度外の支援)
介護保険外生活支援サービス



- ◆パーソナル・アシスタンスとも居宅介護支援事業所【休止中】

【緊急時の宿泊も可能な支援】

- ◆浦安市障がい者等一時ケアセンター事業 (指定管理者)



【子どもの発達支援】

- ◆障害児通所支援事業所ふあり
(児童発達支援/放課後等デイサービス)
- ◆障害児通所支援事業所 マリーナ
(児童発達支援/放課後等デイサービス)



【日中一時支援事業】

- ◆日中一時支援事業所 マリーナテラス
- ◆日中一時支援事業所 とも



【様々な療育事業】

- ◆イルカスイミングクラブ ◆音楽療法 ◆ムーブメント療育
- ◆卓球教室 ◆造形教室 ◆ダンスクラブ ◆体操



【日中活動・就労・機能訓練・余暇等の支援】

- ◆浦安市斎場内売店運営
- ◆就労継続支援 B 型事業所とも
キッチンカフェほっぶ運営
カフェテラスゆう (浦安市老人福祉センター内カフェ) 運営



- ◆ハレレア 共同生活援助 (グループホーム)



【訪問看護事業】

- ◆訪問看護ステーションとも



【生活支援のための相談】

- ◆『浦安市基幹相談支援センター』(浦安市より受託)
・指定一般相談支援事業 (千葉県指定) ・指定特定相談支援事業 (浦安市指定) ・指定障害児相談支援事業 (浦安市指定)
- ◆「相談支援事業所ふあり」指定特定相談支援事業 (浦安市指定)
・指定障害児相談支援事業 (浦安市指定)



【福祉機器等の貸与・販売】

- ◆福祉用具のレンタルや販売、日生具、補装具など【休止中】

●連絡先のご案内	事業名	電話番号	メールアドレス
●	パーソナル・アシスタンス とも	047-304-8808	tomo@patomo.jp
●	パーソナル・アシスタンス とも (予約専門)	047-304-8811	
●	障害児通所支援事業所ふあり	047-304-8860	tomo-huali1@patomo.jp
●	障害児通所支援事業所マリーナ	047-304-8815	
●	相談支援事業所 ふあり	047-304-8860	tomo-huali2@patomo.jp
●	日中一時支援事業所 マリーナテラス	047-304-8815	
●	キッチンカフェ ほっぶ	047-304-8820	
●	ハレレア 共同生活援助 (グループホーム)	047-304-8808	
●	浦安市基幹相談支援センター (相談窓口)	047-304-8822	tomo-soudan3@patomo.jp
●	浦安市障がい者等一時ケアセンター	047-350-8771	
●	訪問看護ステーションとも	047-304-8808	
●	パーソナル・アシスタンスとも 福祉用具貸与販売事業所	070-5561-8808	



ボランティア随時募集

- ◆療育に関わるボランティア
イルカスイミングクラブ、生活塾、造形教室、音楽療法、ムーブメント療育、卓球教室のサポート
- ◆フリマ・イベントでのお手伝い、ケアルームのおもちゃ消毒など

編集人：社会福祉法人 パーソナル・アシスタンスとも
〒279-0022 千葉県浦安市今川 1-14-52
<編集後記>

今号で一番印象に残った取材はうみかぜでの利用者さんインタビューでした。時間をかけて築いてきた関係性からくる安心と信頼感があり、とても良い雰囲気を感じることができました。【T】

FAX 番号 047-304-8821

ホームページ www.patomo.jp