



Let's talk together!

メンタル通信

発行：社会福祉法人長岡メンタルヘルス協会

〒940-2033 長岡市上除町字野田甲105-22

TEL・FAX 0258-46-3116

(令和4年5月発行)

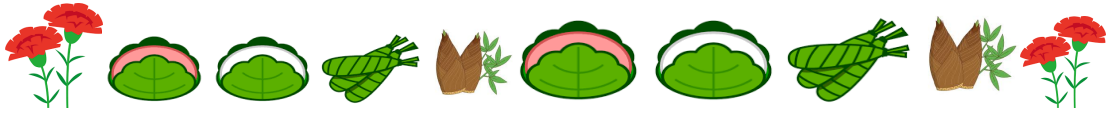


写真：虹食事 とある日の夕食

～目次～

- P2. このところの振り返りとひとりごと
- P3. メンタルヘルス協会～虐待防止研修を実施して～
- P4～6. グループホーム上除寮 活動報告
グループホーム虹 活動報告
グループホーム与板寮 活動報告
- P7～8. 創造工房コスモス 活動報告 あとがき





このところの振り返りとひとりごと

創造工房コスモス サービス管理責任者 丸山 大樹

本当にこの2年間は、新型コロナウイルスによって今までの日常が覆された期間だった。マスク着用は当たり前になり、思いっきり笑えない日々。恒例の行事やレクリエーションが延期や中止に。受託作業の注文が減少し、実習は中断になり、挙げていけばきりが無い。当たり前の日常は『密』そのものだったのだ。この生活がこれからも続くことを考えると、今後の作業所がどうあるべきか考えさせられる。3年ぶりに開催決定となった長岡花火の音が、コロナ収束への合図になってくれることを切に願っている。

さて、私事ではあるが入職して7年がたった。「人の役に立ちたい」と福祉の道に進んだが、思うようにいかない日々。わからないことは勉強し、利用者とコミュニケーションをとってきた。その中で気づきもたくさんあった。見たものや学んだこと、考えたことすべてひっくるめて書いたので、ひとりごとだと思って読んでいただきたい。

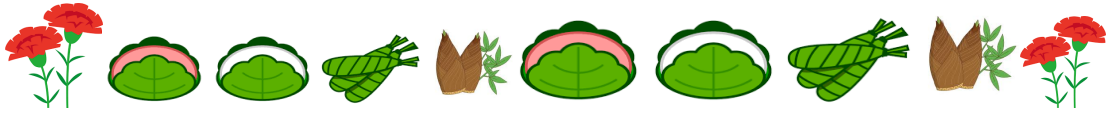
なぜだか障害があるからといって、本人のできることまで取り上げられてしまう、本人の意思が尊重されないことが多いのだ。「本人のことを思って」「なにかあると危ないから」というのは、必ずしも本当の優しさではない。どうして障害を持つとできないと決めつけてしまうのだろう。何でもかんでも支援者がやってしまうのではなく、本人の歩幅に合わせて進めばいいのだ。スモールステップで良いではないか。支援者の歩幅に合わせてしようとするのは、それは支援ではなく支配に近いと思う。

大切なのは、本人がその決定や選択の主体であるということ。これを最近よく聞かれるようになった言葉で「意思決定支援」と言ったりもする。やってみてうまくいかないことも含めて本人のもの。障害があると、やらせてもらえなかったりする。だからみんな成功体験がない。できなかったという失敗体験をすることで、人に聞いて教えてもらおうといった成功体験ができる。それらの結果を本人と一緒に試行錯誤していくことが、自己効力感の向上につながるのではないだろうか。

本人の意思を大事にする事の根拠を辿ってみると、日本は障害者権利条約に批准するために国内の法整備を行い、その結果として障害者基本法をはじめとする関係各法に「意思決定支援」ということばが位置づけられた経緯があるそうだ。当時はまだ具体的な取り組み方については明かされていなかったが、このところは意思決定の支援に関するガイドラインが検討・提唱され、改めて「意思決定支援」について考えることが多くなってきた。

人が人を支援するとき、「この人は何をやりたいのだろう」と考えるのは大切なことだと思う。困っていることよりも何をやりたいか。やりたいことの方が話していて楽しいから、自然と対話が続いていく。これまでのやり方を踏襲するのではなく、新しいことを考え、本人のやりたいことを応援し続けていきたいと思う。変化の大きいこの時代、一筋縄ではいかないと思うが、この難局を皆と一緒に乗り越えて行きたい。





長岡メンタルヘルス協会 虐待防止研修を実施して

創造工房コスモス 目標工賃達成指導員 川津 敬永

障害者虐待防止法は平成 24 年 10 月から施行されています。障害者虐待の防止、擁護者に対する支援等に関する施策を促進し、障害者の権利利益の擁護に資することを目的としています。虐待が障害者の尊厳を害するものであり、自立・社会参加において虐待を防止することは極めて重要になります。



厚生労働省の調査によると障害者福祉施設従事者等の職員による障害者虐待の相談・通報件数は増加している現状があります。加えて、障害者虐待防止の更なる推進の為、令和 4 年より障害者虐待防止に向けた従業員への“障害者虐待防止研修”の実施が義務化されました。

当長岡メンタルヘルス協会でも利用者との向き合い方、支援の方法を改めて見つめ直していく必要があるとの方向性になりました。そこで、グループホーム、創造工房コスモスの全職員を対象として 3 月 17 日（木）、23 日（水）にグループホーム虹にて障害者虐待防止の研修を行いました。

研修ではどのような虐待の行為、原因・背景があるのかそれに伴ってどのような取り組みが必要になるのか事例を交えながら講義を行いました。その後、事例を用いたグループワークを行い、障害者虐待への対応について意見交換を行いました。

障害者虐待の背景として、教育・知識、技術の不足や職員のストレス・感情のコントロール、組織の風土や職員間の関係性等が原因として挙げられています。

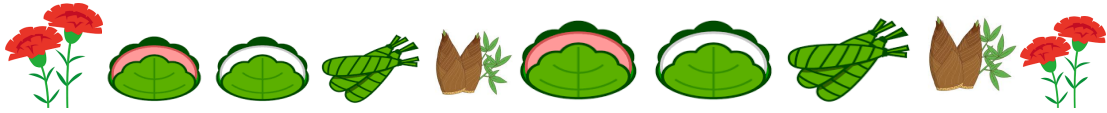
このような原因・背景を踏まえ虐待をなくして行くためには、ひとり一人が障害者特性の理解やアセスメント・支援技術の向上、相談のしやすい環境作りへの取り組みが必要になります。また、虐待発見チェックリストを活用しながら虐待のサインを見逃さないこと、加えて支援者自身の価値観や気持ちを要支援者へ押し付けることなく、お互いに認め合い、共有しながらより良い支援方法を見つめ直す等の技術の向上が大切です。

また、支援者のメンタルヘルスのためのセルフケアチェック等の活用や支援者自身が自己洞察し、特性を知ったり関わりの中で起こる様々な場面で感情をうまくコントロールしながら支援して行くことも必要になります。虐待防止は、個人の頑張りには限界があります。全員が同じ方向を向きながら組織的に取り組み、風通しの良いものにする職場環境作りは大切です。

研修を通して、ひとり一人が障害者虐待について改めて考える良い機会になりました。グループワークでも他の人の意見や考えを聞くことで物事の捉え方、観る視点を広げられ様々な支援方法があることを知りました。また、自ら気持ちを表せない場合もある為、表情や行動もこまめに観察していく、そのことを記録に残していくことが必要だと思いました。

参加したどの職員も真剣で、より身近ないつでも起こりうるかもしれない虐待という問題に参加者自身の関心の深さと必要性を感じられました。そして、より良い支援に向けて今後も取り組んでいく必要性を感じました。





グループホーム 上除寮・虹・与板寮

(長岡市上除町字野田甲 105-22 ☎46-3116)

(長岡市脇野町 1514 番地 ☎42-4299)

(長岡市与板町与板乙 5958-1 ☎72-3900)

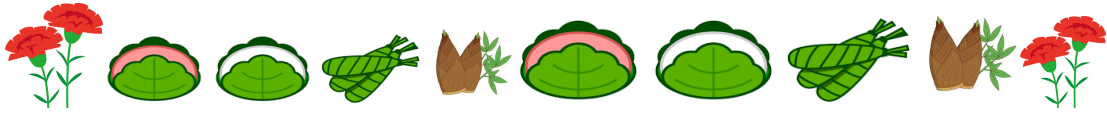
服部さんが亡くなって1年経って思ったこと

もう2月4日、服部さんが他界して1年経った。
まだ、あの優しい服部さんが今でも忘れられない！！
上除寮やコスモスに飾ってある顔写真を見てると
また、戻ってきて、みんなと話をしそうな妄想が湧く！！
でも それだけ服部さんの存在は大きかった！！
ぼくの父親が亡くなった後に服部さんが「まさや君のことは私たちに任せてください」とゆってくれた時、本当に父親代わりになってくださって、とても嬉しいかったし、とても感謝しました。
何度も思ったけど、服部さんは第二の父だったと思う。
最後の顔を見にいった時
成子さん（奥さん）と娘さんを見て会う機会があったが
娘さんはとても服部さんに似ていて、背も高かった！！
又、服部さんの若い頃の写真を見たが、今よりスマートで、髪も長くて、とてもかっこよかったのがびっくりした！！
服部さん本当にありがとう！！
天国で見ててください！！

ひぐち まさや

上除寮 3月15日（火）
日帰り温泉（喜芳）





虹 1月18日(火)
新年会
書き初めをしました。

与板寮 3月16日(水)
食事会の様子

美味しそう



●退職者



池田さん
長い間ありがとうございました!!
令和4年3月31日付 退職

● 新任職員挨拶

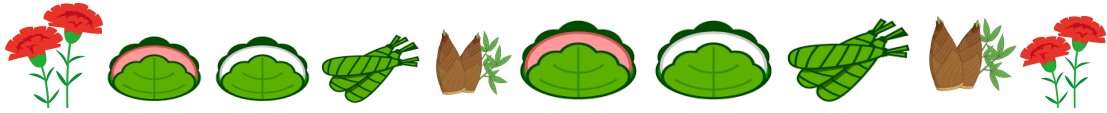
昨年9月より上除寮にお世話になりました柴野です。
メンバーの皆様に喜んでいただけるような食事作りをしたいと思imasu
のでよろしくお願い致します。

柴野昌子

1月下旬から与板寮の世話人として勤務しています
利用されている皆様が安心して過ごしていただけるよう
業務を行っていきたく考えています。よろしくお願い致します。

内藤綾子





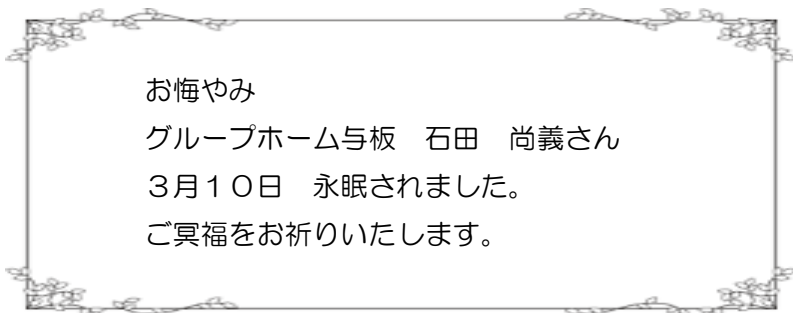
グループホーム在籍者数

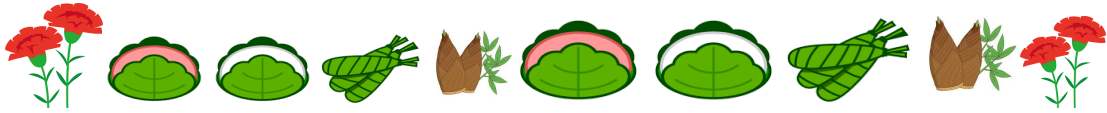
令和4年3月31日現在

	定員	利用者
上除寮	8名	8名
虹 A棟	7名	6名
虹 B棟	6名	6名
与板寮	6名	4名

グループホームの年間予定表

上除寮	虹 A,B棟	与板寮
4月 一泊旅行(県内)	お花見	一泊旅行
5月 避難訓練	お楽しみ!長岡花火館へ	お花見
6月 ワイワイランチ(第2火曜)	避難訓練 ワイワイランチ(第2火曜)	避難訓練 ワイワイランチ(第2火曜)
7月 納涼会	食事会(ランチ)	日帰り温泉
8月 ワイワイランチ(第2火曜)	ワイワイランチ(第2火曜)	納涼会
9月 創立記念日(9/8)	一泊旅行	お楽しみ買物ツアー(長岡花火館)
10月 めんたる祭 日帰り旅行	めんたる祭 大掃除・エアコン掃除	めんたる祭 日帰り旅行
11月 大掃除・避難訓練	避難訓練	避難訓練(コスモス共同)
12月 クリスマス&忘年会	クリスマス&忘年会	大掃除 クリスマス&忘年会
1月 新年会	新年会	新年会
2月 ワイワイランチ(第2火曜)	グループで食事へ(回転寿司など)	ワイワイランチ(第2火曜)
3月 日帰り温泉	町内クリーン作業&日帰り温泉	食事会





創造工房コスモス

(長岡市与板町与板乙 5954-3 ☎72-2526 FAX 89-6617)



新年会 1月14日
 (餅つき・福引大会)
 もちつきの杵が重くて疲れた。
 もちを食べ過ぎました。
 福引でお菓子もらって嬉しかった。
 (T.Oさん)

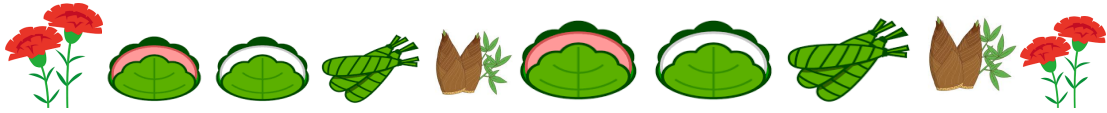


素敵な景品が当たり
 ました！！

恵方巻きがとても美味しかったし、
 豚汁もお代わりできて良かったで
 す！！

ひぐち まさや





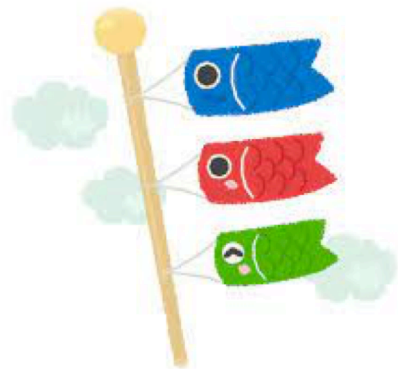
スポーツデイ 3月18日

与板の体育館を借りて、午後から約2時間卓球・バドミントン・縄跳び・ボール・バスケット・大縄跳びと色々なスポーツを行った。

コスモス在籍者数 令和4年3月31日現在

サービスの種類	定員	登録者数	
	移行支援事業		3名
	B型支援事業	17名	26名
	日中一時	4名	2名

4月	お花見
5月	社会見学
6月	一泊旅行 A 班、B 班
7月	スポーツデイ
8月	ふれあいときめき祭り
9月	与板十五夜祭り
10月	めんたる祭り、日帰り旅行
11月	社会見学、防災訓練
12月	忘年会
1月	新年会
2月	豆まき
3月	スポーツデイ



● 資金収支次期当初予算を送らせて頂きます。

● あとがき

今年度最初のメンタル通信はいかがでしたでしょうか？

昨年も外に出るの行事は少なかったですが工夫し色々なことができました。

今年度も多くの記事等を発信していきたいと思っております！よろしくお願ひ致します。

編集委員： 杉野 佐藤 高頭

